



2022年  
夏号

医療法人社団 育生会  
京都久野病院  
2022年7月発行



# 育生会報



題字:久野成人

## 京都市立砂川小学校児童会より車椅子を寄贈していただきました

毎年、砂川小学校の児童会では、5・6年生で構成された運営委員が中心となって、一年間協力して集めた空き缶の売り上げを活用して車椅子を購入し、地域の医療機関等へ寄贈する活動を行っています。

本年4月26日、砂川小学校において、車椅子の贈呈式が行われ、運営委員の皆さんから京都久野病院へ車椅子を寄贈していただきました。

子供たちからお寄せいただいたご厚意は、患者さまの院内の移動の際に大切に利用させていただきます。心から感謝いたします。

## 一般財団法人京都府交通安全協会より表彰されました

京都久野病院の交通安全への啓発活動、日頃の交通事故防止活動への取り組みに対して、その功績をたたえられ、本年4月28日、京都久野病院において、表彰状が授与されました。表彰式には、京都府東山警察署から西村交通課長ら3名が来訪され、当法人から久野雅人副院長が代表して謝辞を述べました。当法人は、今回の受賞を励みとし、今後も安全運転に努めて参ります。



### 理念

「和」を原点として、心のかよう高度な医療と介護を誇りと真心で実践し、地域から信頼される病院であること。

### 基本方針

- ・高度医療の充実
- ・救急医療の対応
- ・高齢化社会への対応
- ・安全な医療の確立
- ・地域包括ケアへの対応
- ・納得診療の実践
- ・環境に配慮した医療と介護の提供
- ・新興感染症への対応

### 患者様の権利

医療法人社団 育生会は、患者様の権利を尊重し、適切で安全な医療と介護の提供に努めてまいります。

- ・患者様の人格を尊重します。
- ・患者様が自らの意思で検査や治療方針を決定する権利を尊重します。
- ・患者様が適切な情報を知り得る権利を尊重します。
- ・患者様が適切に医療や介護を平等に受ける権利を尊重します。
- ・患者様が治療方法やセカンドオピニオンを選択する権利を尊重します。
- ・患者様のプライバシーが守られる権利を尊重します。

## 病院NEWS

### 京都久野病院の地域医療に関する取り組み

2022年4月14日、脳卒中エリア連携ミーティング『脳卒中のシームレスな連携を考える』を中心テーマとし、二つのセッションで構成された研修会が、東山医師会主催でオンライン開催されました。当院から脳神経外科・リハビリテーション科部長 中原功策先生が参加いたしました。

セッション1のテーマ＜脳卒中治療の最新の話提供＞では、特別講演『脳卒中センターにおける脳梗塞診療の現状～エフィエントへの期待を含めて』京都第一赤十字病院・山田丈弘先生の演台の座長を務められました。

セッション2のテーマ＜脳卒中のシームレスな連携に向けて＞では、中原功策先生は「高齢脳卒中患者リハビリテーションの問題点」について講演されました。



(ナカハラ ヨシカズ)  
中原 功策 先生

中原功策先生の診療日は下記を参照ください。受診を希望される方は京都久野病院（☎075-541-3136）までお問合せください。

診療日	月	木
	13:00～15:00	14:00～16:00

## 薬局 NEWS

### 便秘とくすり

便の状態をはかる国際的な指標ブリストルスケールをご存じですか？

- タイプ1：コロコロ便（ウサギの便）
- タイプ2：硬い便（短く固まった便）
- タイプ3：やや硬い便（ひび割れている便）
- タイプ4：普通便
- タイプ5：やや軟らかい便（非常に柔らかい便）
- タイプ6：泥状便（形のない便）
- タイプ7：水様便（水のような便）

理想はタイプ4です。

便秘薬は、生薬由来のセンナ、ダイオウなどの刺激性下剤と便に水分を取込み柔らかくする酸化マグネシウム等の緩下剤があり、長らくこの2種類で便秘の治療をしていました。

しかし、近年新しい下剤が開発され、選択の幅が広がりました。

新しい下剤は、緩下剤同様腸内の水分を調整するものです。またこれらとは別に腸の運動を良くするガスモチンや大建中湯といった薬剤もあります。便秘の原因にあわせ、組み合わせで使用できます。便秘は、大腸癌や腸閉塞また薬剤性など、他の病気や薬剤が原因になっていることがあるので気をつけましょう。

また下剤にも副作用があります。刺激性の下剤は長期の使用で腸管粘膜に変化が起こり腸の機能が低下してしまうことがあります。酸化マグネシウムは、高マグネシウム血症を起こすことがあるのでこちらも注意し、定期的な血液検査をしておく安心です。

便は、体調や食べるものに影響されるので、タイプ4を目指して食生活や運動などよい生活習慣を心がけましょう!!!



『スイカ』は、中国から入ってきた瓜の為、漢字で「西瓜」と書きます。

### 【栄養成分の特徴】

抗酸化作用のある「**リコピン**」は、赤肉スイカに多く含まれます。同じく抗酸化作用のある「**βカロチン**」が緑黄色野菜と同じく多く含まれています。「**シトルリン**」は、血液の流れをスムーズにして高血圧予防、利尿作用もあり、むくみ解消に効果があります。シトルリンは、白い部分に多いため、白い部分まで食べる方が良いです。また白い部分は、生ではなく和え物や炒め物にすると、さらに美味しく召し上がれます。

### 【甘いスイカの見分け方】

スイカは、縞模様の黒い部分が色濃く、境目がはっきりしているものを、お尻にあるおへその部分が小さいものは、これから完熟するため、大きいものを選びましょう！

### 食べすぎNGのわけ・・・

水分豊富で夏場の水分補給に最適ですが、食べすぎると胃腸を冷やしてしまい、消化機能が落ちてしまいます。  
1日目安→→200g程度（S玉スイカの1/8切）

冷やした方が  
甘みは増しま  
す！



京都久野病院 栄養課

## 肩こりを予防しよう！

主に肩こり予防や四十肩、五十肩の予防や改善のために有効なストレッチを紹介します。

左右に10～20秒を目安に気持ちよく伸びる程度に行ってください。

体が横に向かないよう  
気を付けてください。



\*肘をしっかりと伸ばします。

#### 動作①

ストレッチする側の腕を肩の高さに合わせます。



\*体を正面に向け

#### 動作②

反対の腕を使い、体に引き寄せます。



\*悪い例

機能訓練型デイサービスロコモーション

## 訪問介護事業所『笑門』からのお知らせ

介護に関するお困り事はございませんか？

訪問介護事業所『笑門』では、ヘルパーが直接ご自宅にお伺いして援助を行います。介護保険を利用し、下記のようなサービスを受けることができます。

**身体介護** → 食事・服薬介助、清拭・入浴介助・更衣の介助、排泄の介助、外出介助など

**生活援助** → 掃除や洗濯、買い物の代行、食事の準備や調理、薬の受け取り、衣類やシーツ交換など

詳しくは、担当のケアマネジャー又は当事業所（☎ 075-744-0732）にお気軽にお問い合わせください。

# ふかくさNEWS



『ふかくさ』は、育生会が運営する介護サービス事業所です。認知症の方を専門としたディサービスにも取り組んでいます。送迎を行い、食事や入浴等の生活のお手伝いやレクレーションを行います。可能な限り自宅で自立した生活が継続できるよう、運動やつながりを通して機能訓練や口腔機能の向上サービスを行い、心身の維持を目指しケアを行っています。定員が少数人数で一般のディサービスより人員体制が手厚く、穏やかに過ごして頂けるように取り組んでいます。新しい環境になじむことへの負担が大きいとされる認知症の方にとって、住み慣れた地域から切り離されることなく、自然につながっていけるな仕組みが作れるように努めています。ご利用を検討されている方はお気軽にお問い合わせください。

ディサービスセンター ふかくさ ☎075-646-5523

## 職員募集

京都久野病院/京都久野病院介護医療院

●看護師 ●看護助手・介護職員 ●介護支援専門員 ●診療放射線技師 ●調理師・調理補助  
機能訓練型ディサービス ロコモーション ●薬剤師 ●作業療法士 ●医療事務

●介護職 常勤・非常勤  
訪問介護事業所 笑門

●登録ヘルパー 常勤・非常勤 ●サービス提供責任者 常勤  
ふかくさ 介護サービスセンター/ディサービスセンター/グループホーム

●介護職 常勤(運転できる方歓迎)

関連法人: 社会福祉法人 京都育和会 レット・イット・ビー

●管理者 ●介護支援専門員 ●介護職員 常勤・非常勤



お問合せは、法人事務センター  
採用担当まで  
☎075-541-3213

### 医療法人社団 育生会



京都久野病院・京都久野病院介護医療院  
〒605-0981 京都市東山区本町22丁目500番地  
TEL 075-541-3136 FAX 075-561-8401  
URL <http://kuno-hospital.or.jp>  
京都久野病院  
(財)日本医療機能評価機構認定病院  
救急指定病院  
診療科目: 内科、外科、整形外科、脳神経外科、乳腺外科、肛門外科、消化器内科、循環器内科、血液内科、糖尿病内科、リウマチ科、放射線科、リハビリテーション科

京都久野病院 介護支援センター  
〒605-0981 京都市東山区本町20丁目440-2 2階  
TEL 075-551-3527 FAX 075-551-3521



機能訓練型ディサービス ロコモーション  
〒605-0981 京都市東山区本町20丁目440-2 1階  
TEL 075-746-5870 FAX 075-746-5816

訪問介護事業所 笑門  
〒605-0981 京都市東山区本町21丁目462-4  
TEL 075-744-0732 FAX 075-744-0762



ふかくさ  
〒612-0092 京都市伏見区深草西浦町8丁目15番地  
訪問看護ステーション ふかくさ  
TEL 075-645-5450 FAX 075-645-5455  
介護サービスセンター ふかくさ  
TEL 075-646-2666 FAX 075-646-2667  
ディサービスセンター ふかくさ  
TEL 075-646-5523 FAX 075-646-2667  
グループホーム ふかくさ  
〒612-0092 京都市伏見区深草西浦町8丁目19番地  
TEL 075-646-2187 FAX 075-646-2188

### 社会福祉法人 京都育和会



高齢者福祉施設  
レット・イット・ビー  
〒605-0981  
京都市東山区本町20丁目441番1  
TEL 075-525-0086  
FAX 075-525-0090  
URL <http://kyotoikuwakai.jp>

