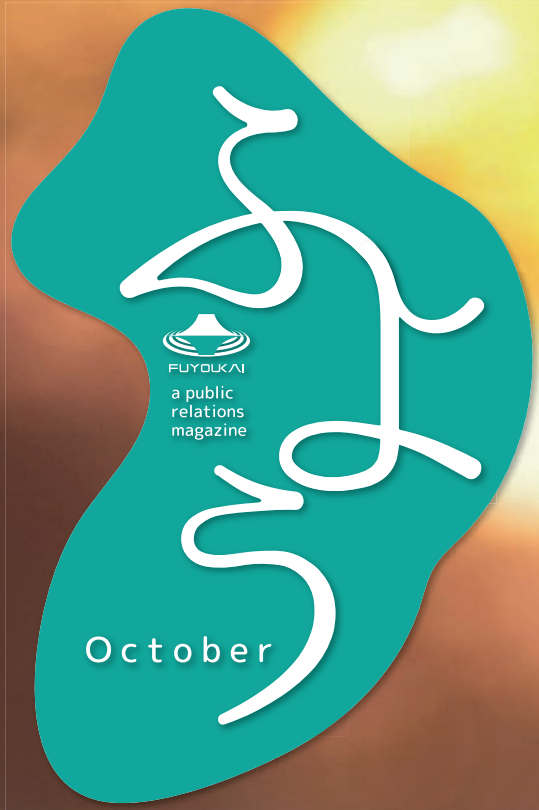




Vol.03

2015.10

季刊誌：年4回発行
発行：医療法人芙蓉会

秋 号

特集 在宅生活をサポートする リハビリテーション

CONTENTS

■イベント告知 いきいきフェスタ 2015.....1 P

■特 集

在宅生活をサポートするリハビリテーション.....2 P

■芙蓉会病院 心の健康相談.....3 P

■ふよう's キッチン

枝豆と揚げしらすで飯とけんちん汁.....3 P

■村上病院 MKT コラム 早朝散歩.....3 P

■外来診療担当医の紹介.....4 P

第6回

いきいきフェスタ

2015

10月25日(日)

12:30～16:00(開場／12:00)

会場:県民福祉プラザ4階

- 県民ホール(講話、芸能イベント)
- 大・中会議室(健康チェック等)

芸能イベント
笑うが勝ち!
黒石八郎ショー

司会進行 野坂 真理
のさかまり



タイムスケジュール

12:00～ 開場

12:30～ 健康講話
(45分) テーマ「精神疾患にまつわるアラカルト」
芙蓉会病院 医師 三浦 隆男 先生

14:00～ 健康講話
(45分) テーマ「短命県返上に向けて」
村上病院 医師 田中 弦 先生

14:50～ 芸能イベント
(60分) 「笑うが勝ち! 黒石八郎ショー」

16:00 閉会

健康講話



「精神疾患にまつわる アラカルト」

芙蓉会病院 医師
三浦 隆男 先生

1 精神病はノーベル賞の家族でも起こる?

精神病は極めて優秀な人の家系に起こらないと考えている人が多いようですが、そんなことはありません。

2 精神病が見逃され航空機墜落に至った事故

1982年に羽田沖で日航機墜落事故があり、機長が統合失調症と診断されました。その経過をお話します。

3 大人の発達障害とは

近年、大人の発達障害についての問い合わせが急増しており、その判断ポイントについてお話します。

4 アルコール依存症への誤解

アルコール依存症は誤解が多く、それについてお話します。

5 睡眠導入剤の進歩

近年新しいタイプの睡眠導入剤が発売されたことをお話します。



短命県返上に向けて

村上病院 医師
田中 弦 先生

私はこれまで、J R 東京総合病院の消化器外科にて、25年にわたり消化器癌(特に大腸がん)の手術治療を行ってまいりました。“全国一の短命県”の県民の方々の暮らしぶりを覗いて見ると想像以上の状況でした。喫煙率、飲酒率の高さはもちろん、肥満者の割合、食塩摂取量の多さも顕著でした。

さらにみなさん、ほとんど歩かないではありませんか……。雪国という青森特有の気候風土が大いに影響しているのはよくわかるのですが、それを「仕方ない」と見過ごしてしまうのは、とても残念に思います。

今回の講演では短命県返上に向けて、健康診断の重要性と健康に対する意識改革について、「健康あおもり 21」の解説を交えながらお話しさせていただきます。

医福介

様々な形のリハビリテーションで在宅生活を支援しています。

医療法人芙蓉会では、治療から生活支援までの幅広いネットワークがあり、患者様、利用者様、そのご家族に寄り添ったサービス提供に努めています。

今回は多くのサービスの中から「在宅生活をサポートするリハビリテーション」にスポットを当ててご紹介いたします。

病气やけがなど入院を機に日常生活に支障をきたした場合、住み慣れた環境に戻るためには入院中でのリハビリに加え、退院後の生活リハビリ、また普段通りの生活を送ることができるよう維持すると共に心のケアの継続的働きかけが大切です。

●「病院から退院したけど

動くのがとても不安」

●「家族も安心できるような

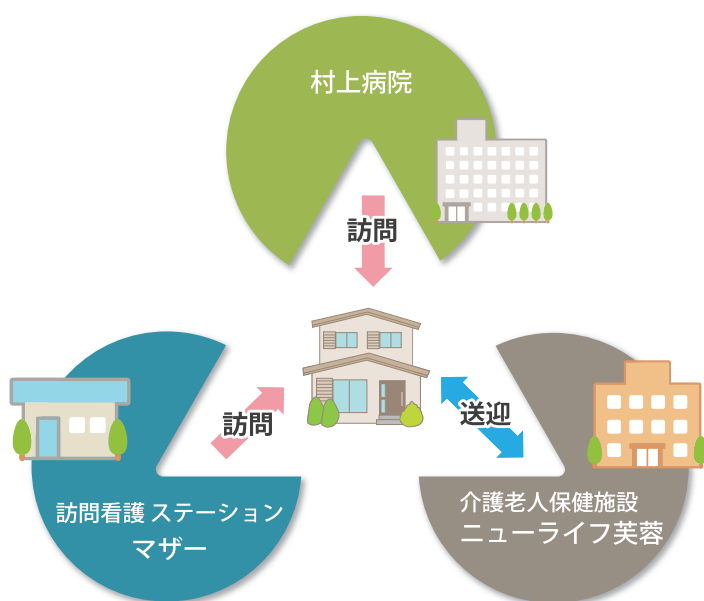
リハビリのサポートがほしい」

●「家に帰ってきたけど

外出がおっくうになった」

こんな不安を少しでも解消できるように当法人は様々な形の役割を持つリハビリテーションサービスが整備されています。

在宅生活をサポートするリハビリテーション



村上病院からの 訪問リハビリテーション

病院から自宅へ！

退院後素早く集中的に訪問し、自宅生活へのスムーズな切り替えをサポートします。

自宅から地域へ！

自宅での生活が安定したら地域での活動に向けてサービス調整します。

メリハリをつけて！

ご本人様、ご家族様と目標を共有しステップアップ！
最長でも6ヶ月で終了！

訪問します

訪問看護ステーション マザーからの 訪問リハビリテーション

看護師と共に！

訪問看護と協働で看護ケア（医療的処置）が必要な方へのリハビリテーションを自宅で提供します。

終末期ケア

終末期ケアを支えるリハビリテーションも提供します。

長期サポートで！

ご本人様、ご家族様の精神面を含め生活を長期サポートします。

訪問します

介護老人保健施設 ニューライフ芙蓉での リハビリテーション

通所リハビリテーションでは

食事や入浴などの日常生活支援と心身機能訓練を日帰りで週1～2回程度通って、自立を促しサポートします。

入所では

病院から在宅復帰までの中間施設として、医師の医学的管理の下、心身機能維持のリハビリテーションを提供します。

短期入所では

家族の介護負担を軽減目的に、短期入所中は日常のお世話や心身機能維持のリハビリテーションを提供します。

自宅送迎します



の健康相談してみませんか？

芙蓉会病院

このような症状が見られる方は…

ストレスチェック

- ☐ 身体がだるく疲れやすい
- ☐ 気が沈んだり重くなったりすることが増えた
- ☐ 朝のうち特に無気力である
- ☐ よく眠れた実感が持てないまま朝早くに目が覚める
- ☐ 食事がすすまず味がしない



臨床心理士が
生活のしづらさや
心の重みを取り除くための
お手伝いをしております。

お気軽にご相談下さい
芙蓉会病院
017-738-2214(代表)
fuyoukai-hp@fuyoukai.or.jp

ご存じですか？

企業のストレスチェックが
法義務化されます！！

2015年12月1日より、50人以上の従業員を抱える事業所は、年1回の従業員ストレスチェックが労働基準法により義務化されます。(※50人未満の事業所は当面の間努力義務ですが、もし実施する場合は国から補助金がでます。)

枝豆と揚げしらすご飯 & けんちん汁



【栄養成分】

■エネルギー 628cal ■タンパク質 26.0g
■脂質 18.9g ■食塩 3.0g



献立の特徴

- ・しらすは揚げることで枝豆と共に食べ応えのあるご飯になります。ただ混ぜるだけでとっても美味。
- ・けんちん汁には、豚肉、木綿豆腐、大根、人参、油揚げ、舞茸、ごぼう、ネギが入っており出汁の効いたあっさり醤油味で食べやすくなっています。
- ・野菜が盛り沢山で、しかも簡単！とってもヘルシーな料理です。

早朝散歩健康相談

”今シーズン終了！
また来シーズンお会いしましょう！”

ラジオ体操で軽〜く♪体を動かして♪
大きく息を吸って♪少し大きな一歩で♪
さわやかな朝6時「早朝散歩健康相談」が
6月8日スタートしてから4ヵ月。
来年も皆様にお会いできるのを楽しみにしています。
お仕事前に学校へ登校する前に
早起きにチャレンジしたい方
たくさんの方々の参加をお待ちしています。

THANK YOU



MKT
2014

引き続き MKT2014 コラムでは、皆様から頂いた情報や健康に関するお悩みなど掲載させていただきます。
相談は：hashikawamasatoshi@gmail.com まで

芙蓉会病院 外来担当医の紹介 (H27.5.1 ~)

時 間		月	火	水	木	金
午 前 8:30 ~ 12:00 ※受付時間	新 患	武田 哲	三浦 隆男 荒谷 雅子	鎌田 昇寿	村上 惇	村上 拓也 荒谷 雅子
	再 来	三浦 隆男	村上 惇	村上 惇	村本 幸榮	村上 惇
		荒谷 雅子	村上 拓也	三浦 隆男	村上 拓也	三浦 隆男
		松井 葵	鎌田 晃寿	荒谷 雅子	荒谷 雅子	武田 哲
				寺本 光男		寺本 光男
	内 科	中道 静朗	渡辺 定雄	お問合せください	猪久保 洋一	稲葉 馨

※変更になる場合もございますので、ご確認の上ご来院ください。

☆受診についての質問がございましたら地域医療連携室の担当者が対応いたします。
「代表 **017-764-1155**(直通) までお問い合わせください」

村上病院 外来担当医の紹介 (H27.10.1 ~)

※耳鼻咽喉科は11月1日より閉科となります。

時 間	診療科	月	火	水	木	金
午 前 8:30 ~ 12:30 ※受付12:00まで	一般内科	橋川 正利 (工藤 茂昭)	工藤 茂昭	久我 俊彦	久我 俊彦	福士 智久
	消化器内科	梶原 祐策 (1・3・5 週) 水木 一郎 (2・4 週)	水木 一郎	梶原 祐策	水木 一郎	梶原 祐策
	循環器内科	福士 智久	福士 智久	福士 智久	工藤 茂昭	工藤 茂昭
	糖尿病内科	増田 光男	増田 光男	増田 光男	増田 光男	増田 光男
	神経内科					三木 康生
	整形外科	水木 茂	三戸 明夫	水木 茂	三戸 明夫	三戸 明夫
	血管外科					久我 俊彦
	耳鼻咽喉科 (再来・予約)	白崎 理喜	白崎 理喜	白崎 理喜	白崎 理喜	白崎 理喜
午 後 13:30 ~ 17:00 ※受付16:30まで	泌尿器科	田村 将司	田村 将司	田村 将司	田村 将司	
	一般内科	久我 俊彦 (工藤 茂昭)	増田 光男	工藤 茂昭	橋川 正利	三木 康生
	糖尿病・一般内科	増田 光男	増田 光男	増田 光男	増田 光男	増田 光男
	神経・一般内科					三木 康生
	心療内科 (再来) 受付15:30まで			村上 拓也 (14:00 ~)		
	整形外科	水木 茂		水木 茂	水木 茂	水木 茂
	耳鼻咽喉科 (再来・予約)	白崎 理喜	白崎 理喜	白崎 理喜	白崎 理喜	
	泌尿器科	田村 将司	田村 将司	田村 将司	田村 将司	

※変更になる場合もございますので、ご確認の上ご来院ください。

☆受診についての質問がございましたら医療看護相談室担当者が対応いたします。
「代表 **017-752-1188**(地域医療連携室直通) までお問合せください」

介護保険でなに？
ケアマネって
なにしてくれるの？

父さん
酒ばかり飲んでいる
もしがして・・・
アルコール依存症？

うちのバアさん
ボケだべが？

退院後
施設入所でリハビリ
できる？

訪問診療ってなに？
どこに来てもらえるの？

青森市横内市民センター **定員 50名**

健康教室

テーマ:医療・介護で困ったとき
どこに相談すればいいの？

27年10月16日 金
時間:13:00~15:00
場所:青森市横内市民センター2F 多目的室

【申し込み・受付】
青森市横内市民センター
TEL:017-738-8723
電話が直接来館されてお申し込みください。

当日は**健康チェック**を実施します。**無料**
血圧測定・体重体組成測定・血管年齢測定・脳のチェック・骨密度測定

地域の健康増進活動として参加させていただいております。
協賛:  **医療法人 芙蓉会**

総合ケアセンターさんらく
齋藤 慶吾
在宅サービス等の相談について

村上病院 地域医療連携室
穂元 通武
かかりつけ医の相談について

芙蓉会病院 地域医療連携室
渋谷 雅仁
認知症・アルコール依存症・うつ病などの
受診相談について

ニューライフ芙蓉 介護相談室
倉内 美保
入所申込方法について



医療法人 芙蓉会のホームページをご活用ください

- 各種施設情報・活動報告・ブログ
- イベント情報 ■求人情報 など



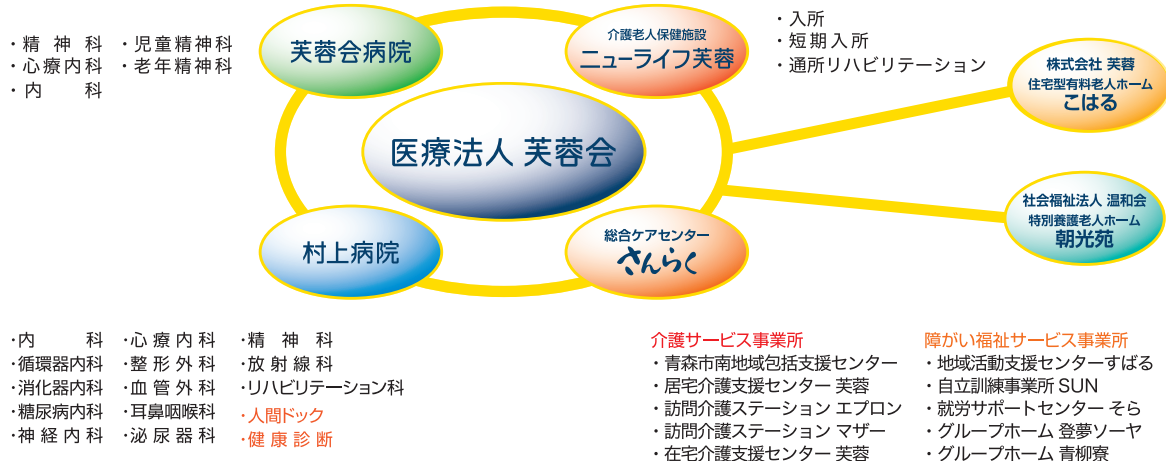
随時更新中 <http://www.fuyoukai.or.jp/>

芙蓉会

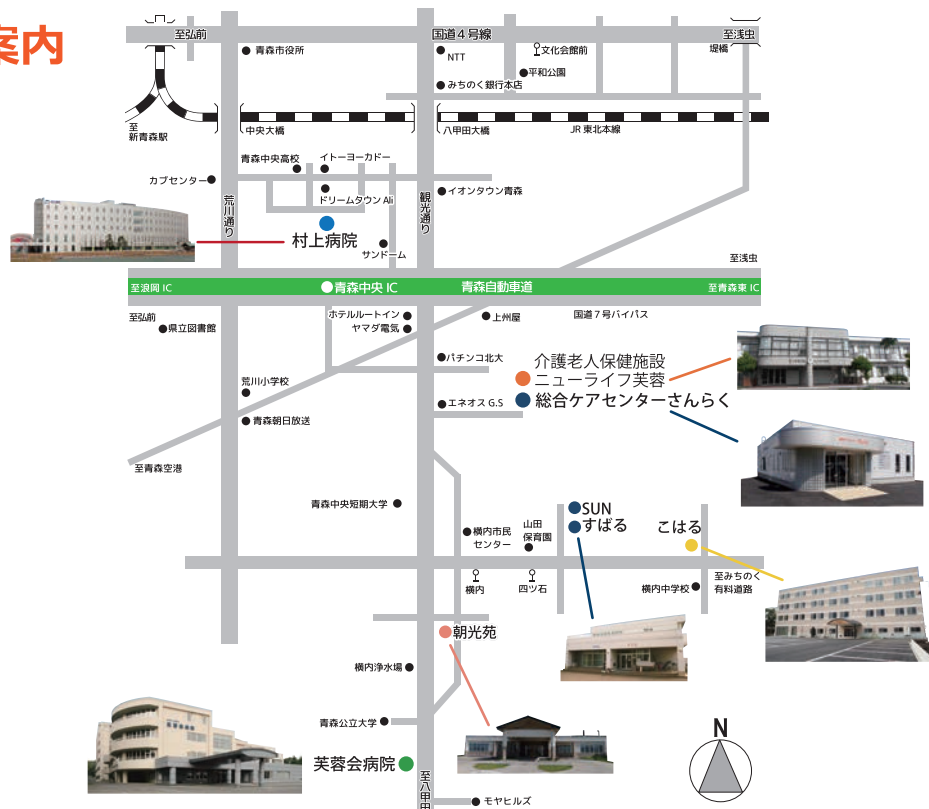
検索

芙蓉会グループのネットワーク

一人ひとりの患者様、利用者様の状況に合わせた医療・介護・福祉サービスを
提供できるように、各施設が互いに協力し合うネットワークを結んでおります。



交通のご案内



■ 芙蓉会病院	青森市大字雲谷字山吹 93-1	TEL:017-738-2214	FAX:017-738-2249
■ 村上病院	青森市浜田 3 丁目 3-14	TEL:017-729-8888	FAX:017-729-8887
■ 介護老人保健施設ニューライフ芙蓉	青森市妙見 3 丁目 11-14	TEL:017-728-2200	FAX:017-728-2203
■ 総合ケアセンターさんらく	青森市妙見 3 丁目 11-14	TEL:017-728-2201	FAX:017-728-3452
【グループ施設】			
■ 住居型有料老人ホーム こはる	青森市大字四ツ石字里見 76-1	TEL:017-728-1226	FAX:017-728-1227
■ 特別養護老人ホーム 朝光苑	青森市横内字亀井 245-1	TEL:017-764-5117	FAX:017-764-5118

本誌の問合せ先：地域サービス部 017-764-1815 kouhoufuyou@fuyoukai.or.jp