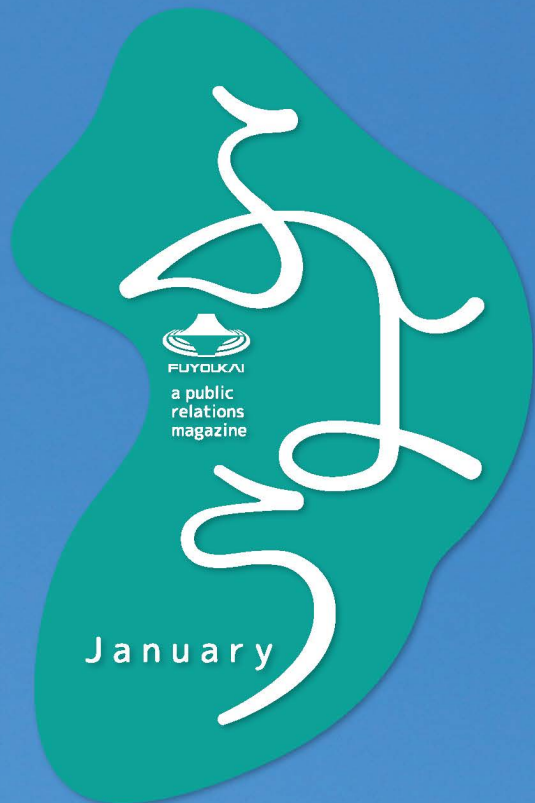




2016.1

新年号

巻頭記事

地域包括ケアシステムの

実現に向けて

Vol. 04

季刊誌：年4回発行
発行：医療法人芙蓉会

CONTENTS

- | | | | |
|-------------------------|-----|----------------------------|-----|
| ■新年のごあいさつ | 1 P | ■村上病院 前立腺がん /MKT コラム | 3 P |
| ■巻頭記事 | | ■ふよう's キッチン | |
| 地域包括ケアシステムの実現に向けて | 1 P | 太巻きといなりずし&けの汁 | 3 P |
| ■総合ケアセンター さんらく | | ■外来診療担当医表 | 4 P |
| 住み慣れた地域で自分らしい生活を | 2 P | | |



医療法人 芙蓉会
理事長 村上 惇

新年 明けましておめでとうございます。
昨年は皆様の生活を揺るがすニュースもございましたが、ラグビーのワールドカップで日本の奇跡の3勝に勇気づけられ、感動のまま新年をお迎えの方も多いと思われまふ。新年は明るい話題が多く、皆様が多幸でありますようご祈念申し上げます。

さて、わが国の医療・介護を取り巻く環境は、経済成長を大幅に上回る社会保障費の増加にともない依然として厳しい状況が続いております。

また、高齢化が急速に進む中で、質の高い医療の提供はもとより健康維持や介護予防に重点をおいた施策が重要となつて参りました。

芙蓉会では、来る高齢化社会に向けて、皆様が医療や介護が必要になつても住まい・医療・介護・予防の支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」の担い手として、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを安心して続けられるよう芙蓉会グループのネットワークにより、皆様をご支援いたす所存であります。

私は、しっかり青森の大地に根をはり、地域の方から必要とされる芙蓉会となるための努力をいたします。どうぞ、今後ともご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



地域包括ケアシステムの実現に向けて

日本は、諸外国に例をみないスピードで高齢化が進行しています。

65 歳以上の人口は、現在 3,000 万人を超えており（国民の約 4 人に 1 人）、2042 年の約 3,900 万人でピークを迎え、その後も、75 歳以上の人口割合は増加し続けることが予想されています。

このような状況の中、団塊の世代（約 800 万人）が 75 歳以上となる 2025 年（平成 37 年）以降は、国民の医療や介護の需要が、さらに増加することが見込まれています。

このため、厚生労働省においては、2025 年（平成 37 年）を目途に、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム）の構築を推進しています。

キーワードは
地域の連携！

（厚生労働省ホームページより）

医 福 介

～住み慣れた地域で自分らしい生活を～

「介護サービスや障がい福祉サービスを利用したい・・・」「高齢の両親の生活が心配・・・」
など相談したい事があるのに何処へ相談していいかわからない時はありませんか？

高齢の方や障がいをお持ちの方が住みなれた地域で安心して生活が送れるように、ご家族を含めた皆様を医療・福祉・介護など様々な面から総合的に支援していく窓口が総合ケアセンターさんらくです。



こんなときは？

お風呂に
入るのが大変

介護疲れ
からくる
虐待が心配

様子がおかしい
認知症かしら？

自立にむけて
生活リズムを
整えたい

障がい福祉
サービスを利用したい

障がいがあっても
働きたい

相談

総合ケアセンター
さんらく

介護サービス

- お風呂なら
→ デイサービスや訪問介護の入浴
- 虐待かも
→ まずはスタッフがご訪問します
- 認知症かも
→ 認知症外来への受診と
脳の健康チェック

安心を提供



障がい福祉サービス

- 自立にむけてなら
→ 自立訓練（生活訓練）
- 障がい福祉サービスなら
→ 相談支援事業所
- 働きたいをサポート
→ 就労継続支援 A 型・B 型

より生活しやすいように必要なサービスにおつながします。

近年
増加率
No1

前立腺がん

検診を受け早期発見が重要です。

前立腺がんは、日本で近年急増しており増加率はすべてのがんの中で第1位です。

早期前立腺がんの治療成績は良好ですが、進行すると骨やリンパ節に転移しやすく完全に治すことは困難になります。

早期前立腺がんは、ほとんどの場合無症状で以前は進行してから見つかることが多かったのですが、最近では検査が進歩し早期発見が可能になっています。

耳寄り情報

満50歳になる男性の方は

助成制度があります。

(平成27年9月～実施)

青森市国民健康保険加入者… 500円

その他の方…………… 1,000円

検査方法：前立腺特異抗原検査 (PSA)

*上記年齢以外の方も検査は可能です！

PSA 検査は、どんな検査？

PSA (前立腺特異抗原) とは、前立腺に特異的に存在するタンパク質で、正常なときにも前立腺から血液中に少しずつ流れ出ています。しかし前立腺がんが発生すると血液中に大量に流れ出すため、血液中のPSAの量を測ることによって前立腺がんの可能性を見つけることが出来ます。

PSAの検査は1mLほどの血液があればできるため、生活習慣病検診でもPSA検査が実施されるようになっていますよ。



太巻きといなりずし & けの汁

ふよう's
キッチン

自立訓練事業所
SUN

【栄養成分】

■カロリー 594cal ■タンパク質 20.7g
■脂質 14.6g ■食塩 4.9g

小松菜の和え物

りんご

太巻きといなりずし

けの汁
(青森の正月の郷土料理)

献立の特徴

- ・ けの汁は、大根・人参・ごぼう・こんにゃく・ふき・わらび・ぜんまい・干しいたけ・油揚げ・高野豆腐を鰯干と昆布の出汁で煮ています。
- ・ 小松菜の和え物は、青森名産の干菊としめじを使いあっさりとお酢で和えています。
- ・ 全部で23種類(調味料は除く)の食材を使った野菜たっぷりの献立です。

MKT2014 コラム NO.5

継続は力なり。。

これをモットーに今年も活動します！

MKT2014の進化にご期待ください。

皆様からの楽しいアイデアも絶賛募集中

昨年的一大イベント早朝散歩健康相談は4か月間で全31回！
参加延べ人数153人・そのうち20回以上参加の方は5名
いらっしゃいました。

歩行スピードが速くなり、私が置いて行かれるほど。

参加された方の声をご紹介します

「体重が増えづらくなった」「夜のトイレ回数が減った」

「朝までぐっすり眠れる」「歩く生活習慣がついてきた」

運動の継続は筋力維持・増強を促し、長寿の山を登り続ける大切な習慣です。



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	診療科	月	火	水	木	金
午 前 8:30 ~ 12:00 ※受付時間	精神科(新患)	武田 哲	三浦 隆男 荒谷 雅子	鎌田 晃寿	村上 惇	村上 拓也 荒谷 雅子
	精神科(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
	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。

「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 (H27.11.1 ~)

三戸医師の診療は予約制となっております。
お電話にて御予約下さい。
14:00 ~ 16:00 017-729-8888 (代表)

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
	泌尿器科	田村 将司	田村 将司	田村 将司	田村 将司	——
午 後 13:30 ~ 17:00 ※受付16:30まで	一般内科	久我 俊彦 (工藤 茂昭)	増田 光男	工藤 茂昭 (橋川 正利)	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
	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の担当者が対応いたします。

「017-752-1188(直通)までお問い合わせください」

芙蓉会病院

平成 27 年 10 月 1 日より
外来ストリートにて無料院内 Wi-Fi
をご利用いただけるようになりました

芙蓉会病院では、無線 LAN を通してインターネット接続サービスを無料でご利用いただけるようになりました。これまで外来待ち時間等で利用できずにご不便をおかけしていましたが、御来院の際は是非ご利用下さい。詳しい設定方法は、受付に資料を用意しております。お気軽にお問い合わせ下さい。



糖尿病教室のお知らせ

1/8 金
10:00 ~ 10:30

- 「冬期の食事療法」
- 「運動をしよう!!」

参加
無料

2/12 金
10:00 ~ 10:30

- 「ヘモグロビン A1c について」
- 「日本糖尿病協会と当院の患者友の会」

3/11 金
10:00 ~ 10:30

- 「糖尿病と肥満～太り過ぎはなぜ悪い～」
- 「インスリンの働き」

場所：医療法人芙蓉会
村上病院 2階会議室

【お問合せ先】村上病院糖尿病内科 小泉
TEL:017-729-8888 (代表)



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

QRで

簡単
アクセス

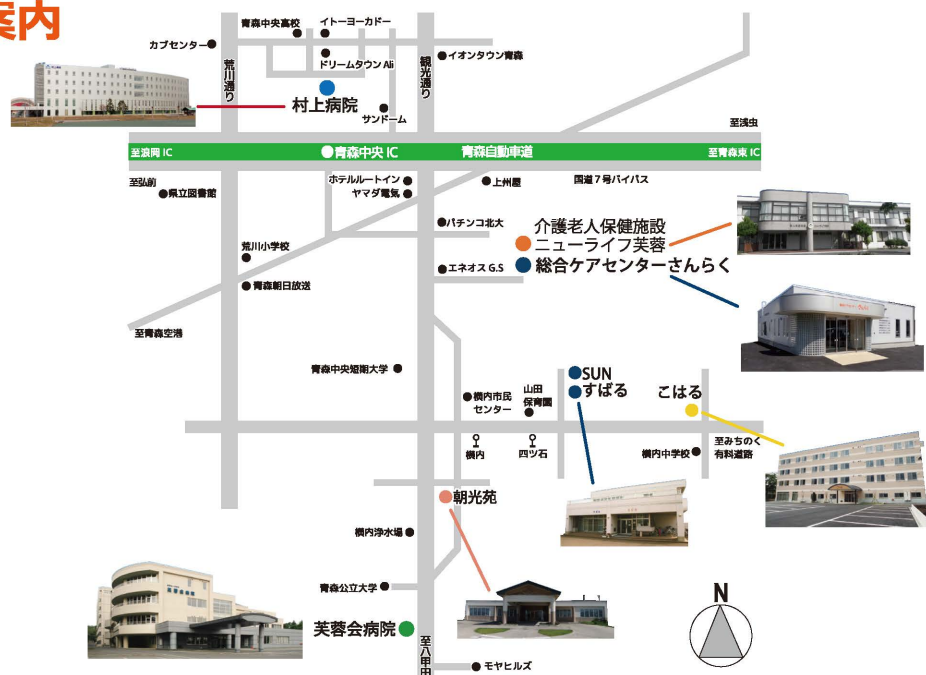


芙蓉会グループのネットワーク

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
■有限会社 三良商事			
ストレスケアセンター ふよう	青森市栄町 1丁目 1-14 秋元ビル 1階	TEL:017-718-2566	FAX:017-718-1533

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