

仁誠会通信

心ひとつ

やさしく
やわらかく
あたたかく

創刊号

6
2012



第3回 仁誠会カラオケお楽しみ大会の様子(5月27日 於赤とんぼ)

- 目 次
- 2 - 3 仁誠会のスキルアップ(人財育成)
 - 4 - 5 ちょっと耳よりな話
「透析の運動療法がスタート」
 - 6 仁誠会のアクティビティ
 - 7 私のとっておき・お知らせ
 - 8 栄養科 おすすめクッキング

発刊にあたって

医療法人社団 仁誠会
理事長 田尻宗誠



皆様方にはご健勝のこととお慶び申し上げます。

皆様にお届けして参りました「とつせき通信」(医療)及び「赤とんぼ便り」(介護)を統合し、この度、装いも新たに「仁誠会通信」という形で、当法人での出来事やメッセージなどお伝えして参ります。どうか、これまで同様、ご愛読頂ければ幸いです。

私たちは今、二つの大きな方針を掲げ、様々な施策を具体的に進めております。一つは、患者さん、利用者さんをはじめ仁誠会に関わる皆さんのが、「楽しく人生を過ごせるため」に、法人のすべての施策の基本に据えて取り組むという方針です。「老いることは耐えることではなく、楽しむこと」を念頭に置いて、すべての業務、空間、時間をこの方針に沿って改善し、QOL=人生の質、生活の質、命の質をより高いものへとするためのものです。

もう一つは、職員全員が法人経営に主体的に参画し、目標や役割を明確にすることで、社会地域から期待される存在に成長していくという方針です。「働くことの満足」「働くことの質の向上」を目標にしています。そして、その結果として、患者さん、利用者さん、関係者の皆さん、さらには地域の皆さんにとって、満足の頂ける施設づくりを実現しようとするものです。

仁誠会は、これからも「本当に住み良い社会の実現」に向けて、歩み続けて参ります。どうか、今後ともよろしくお願い申し上げます。

仁誠会のサポート

スキルアップ キャリアアップ

おめでとう入職！

仁誠会では、入職後の職員の能力向上のための免許取得を積極的に支援しています。中でも、医療・介護の質の向上につながる免許については、現在持っている免許と合わせて“ダブル免許”として指定し、勉強や受験へのサポートや、免許取得後の待遇面での対応など 法人として全面的にバックアップしています。

共に働く職場の仲間も、働きながら医療職としての更なる高みを目指して免許取得に挑戦する職員に対して、仕事をしながら各専門学校に通えるよう勤務の体制、休日の調整など、職場の支援態勢を整えて協力しています。

こうして“ダブル免許”的資格を取得した職員は、人間性も磨かれ職場でも一層輝きを増し、仁誠会にとっても掛け替えのない“人財”として活躍しています。これまでにキャリアアップで合格した職員は、延べ100名にも上ります。23年度も19人のメンバーが新たに免許を取得し、ダブル免許を実現しました。そして、早速、各職場でその力を発揮しています。



◆平成23年度ダブル免許取得者

透析技術認定士	古賀 靖也 内村 由美子
准看護師	栗原 愛 藤原 二実
社会福祉士	中村 未佐 河添 由理子
ケアマネージャー	小山 光浩 田尻 明美
介護福祉士	甲斐 祐司 池田 しづよ
認知症ケア専門士	福間 由紀子 渡辺 真理
ドクターズクラーク	藤井 純子 西原 久美子
高木 ゆかり 馬本 尚子	三浦 なぎさ 宮崎 拡至 本村 美夏

(仁誠会クリーリックなみね 看護師)
(仁誠会クリーリック光の森 検査技師)
(仁誠会クリーリック光の森 検査技師)
(仁誠会クリーリックなみね 検査技師)
(赤とんぼ 理学療法士)
(赤とんぼ 黒髪 介護福祉士)
(赤とんぼ 介護士)
(赤とんぼ 黒髪 看護師)
(赤とんぼ 介護士)
(赤とんぼ 介護士)
(赤とんぼ 黒髪 介護士)
(赤とんぼ 介護士)
(仁誠会クリーリック大津 フロント)
(仁誠会クリーリックなみね フロント)



おめでとう入職！

看護と検査の両面から尽くしたい

仁誠会クリーリックなみね 技士科 臨床検査技師 河添 由理子

臨床検査技師として入職して

5年が経ちました。そして、今、さらに准看護師の資格を持つた臨床検査技師として、患者さんやスタッフの方々にどうお役に立てるのか、これまでに無かつた新たな目標を持つて仕事に向き合っています。

看護学校に行くことを決意するまで3年間悩み続けましたが、上司や家族、友人からの後押しもあり、働きながらの資格取得を決心したことを今でも鮮明に

憶えています。

振り返ると、仕事との両立はやはり大変でした。しかし、私と同じように仁誠会から通学している臨床検査技師の仲間から励まされ、職場のスタッフ、学校の友人など多くの方に支えて頂き、無事卒業し、資格を取得することができました。

今後、仁誠会で働くうえで、患者さんにより満足して頂けるよう、看護と検査という両面からの医療を提供できるよう努めていきたいと思

います。

現在は、赤とんぼ黒髪で仕事をしていますが、介護だけでなく、透析や色々な病気を抱え治療

夢は、私のエネルギー

赤とんぼ黒髪 介護主任 田尻 明美

50歳を目前に控えた私にとって、介護支援専門員の合格通知

は、わが子の入学試験の合格とはまた一味違った喜びでした。

子育てもひと段落したころ、赤とんぼの職員募集案内を目にしたのがきっかけで、介護の道を歩み始めました。先輩職員の指導や利用者さんに励まされ、気が付けば10年が経ちました。その過程で、ヘルパー2級や介護福祉士の資格を取得。そして今回は介護支援専門員の資格を取 得しました。

仕事や主婦業の傍らの受験勉強は大変でしたが、資格を得たたびに、仕事も充実し、自信がついていくことは大きな喜びでした。



看護と検査の両面から尽くしたい

仁誠会クリーリックなみね 技士科 臨床検査技師 河添 由理子

臨床検査技師として入職して

5年が経ちました。そして、今、さらに准看護師の資格を持つた臨床検査技師として、患者さんやスタッフの方々にどうお役に立てるのか、これまでに無かつた新たな目標を持つて仕事に向き合っています。

看護学校に行くことを決意するまで3年間悩み続けましたが、上司や家族、友人からの後押しもあり、働きながらの資格取得を決心したことを今でも鮮明に

憶えています。

振り返ると、仕事との両立はやはり大変でした。しかし、私と同じように仁誠会から通学している臨床検査技師の仲間から励まされ、職場のスタッフ、学校の友人など多くの方に支えて頂き、無事卒業し、資格を取得することができました。

今後、仁誠会で働くうえで、患者さんにより満足して頂けるよう、看護と検査という両面からの医療を提供できるよう努めていきたいと思

います。

現在は、赤とんぼ黒髪で仕事をしていますが、介護だけでなく、透析や色々な病気を抱え治療

夢は、私のエネルギー

赤とんぼ黒髪 介護主任 田尻 明美

50歳を目前に控えた私にとって、介護支援専門員の合格通知

は、わが子の入学試験の合格とはまた一味違った喜びでした。

子育てもひと段落したころ、赤とんぼの職員募集案内を目にしたのがきっかけで、介護の道を歩み始めました。先輩職員の指導や利用者さんに励まされ、気が付けば10年が経ちました。その過程で、ヘルパー2級や介護福祉士の資格を取得。そして今回は介護支援専門員の資格を取 得しました。

仕事や主婦業の傍らの受験勉強は大変でしたが、資格を得たたびに、仕事も充実し、自信がついていくことは大きな喜びでした。



4月2日、今年度入職式が行われました。臨床工学校5名、臨床検査技師3名、看護師2名、介護士7名、事務職3名の総勢20名が、真新しい制服に身を包んで勢ぞろいしました。緊張感が漂うなかにも爽やかな雰囲気のもと、田尻宗誠理事長から辞令交付を受けました。1人ずつの決意表明の発表の後、理事長から祝福の歌のプレゼントがされ、大きな感動が会場を包みました。最後にケアセンター赤とんぼの満開の桜の木の下で記念撮影。この時のおふれる笑顔が、仁誠会のあちこちでさらに輝いてくれることでしょう。

仁誠会クリニックながみね 訪問リハビリのご紹介

仁誠会クリニックながみねでは、訪問リハビリを行っております。理学療法士がご自宅にお伺いし、起き上がりや歩行練習、トイレや入浴の動作の練習、その他痛みの緩和や術後のリハビリなど色々な訓練を行います。

※1回のご利用は自己負担約620円です

どのような方がご利用できるの？

- ◎介護保険をお持ちの方
- ◎最近、身体が弱ってきて思うように動けない
- ◎足腰の痛みもあって、寝ていることが多くなった
- ◎自宅などで、転ぶことが増えてきた
- ◎リハビリはしたいけど、1日おきに透析があるので、通所リハビリはちょっと疲れる…



※通所系のサービスの利用が困難な方が基本的には対象です

どのようにすれば、利用できるの？

まずは、担当のケアマネージャーへご相談ください。

- ◆介護認定をお持ちでない方は、赤とんぼ居宅介護支援事業所でご相談承ります



介護保険外で受けられるリハビリ 通所型介護予防事業（わくわくシニアクラブ）

赤とんぼでは、要介護状態となるおそれが高いと認められた65歳以上の高齢者に対して、通所という形で、運動機能向上事業を実施しています。理学療法士による機械での運動や自宅で行う自主訓練の指導、頭の体操などを中心に実施しています。終了後の約3ヶ月後には、フォローアップ（測定会）を行い、機能評価をもとに運動プログラムの再確認を行い、終了となります。

- 対象者**
- チェックリストで対象となられた方
(チェックリストは赤とんぼ窓口、ながみねクリニック窓口にあります)
 - 65歳以上で介護保険の認定を受けておられない方

期間／16回（約4ヶ月）+（1回フォローアップ）

場所／ケアセンター赤とんぼ1階（トレーニングジムコーナー）

時間／15:00～17:00（2時間） 週1回（毎週火・木・金のいずれか）

※送迎あり ※参加費 自己負担なし

◆赤とんぼでは運動の他、栄養改善、口腔機能の向上事業も実施しております。

地域高齢者向けパワーリハビリ

65歳以上の高齢者の介護予防として筋力向上のためにトレーニング教室を開催しています。理学療法士がその方に合ったプログラムを作成し、指導やアドバイスを行います。楽しくトレーニングして体力向上を図りませんか？

期間／毎週 木曜・土曜（ひまわり俱楽部コース）

火曜・金曜（はつらつ俱楽部コース） いずれかを選べます。

場所／ケアセンター赤とんぼ1階（パワーリハスペース）

時間／15:30～17:00（1時間半）

参加費／1回につき500円

※送迎なし ◆お問い合わせ／赤とんぼリハビリテーション科（096-331-3737）

当法人での取り組みについて

現在、日本では8人に1人がCKD患者といわれており、増加傾向にあります。CKD患者の場合、同年代の人と比べると、腕と足の筋力が5割程度低下、持久力が4割程度低下しているという報告があり、体力の向上、生活の質（QOL）の改善のためリハビリテーションの重要性が増しています。



ストレッチや軽い筋トレのプログラム

今年度より写真のような運動の提供を始めました。有酸素運動が最も効果的で、透析中でも極めて安全に行えます。補助的にチューブを使用した筋力トレーニングを実施することで、十分な効果を得ることができます。専門職が一丸となり安全で効果的な運動療法をサポートしていくことを考えています。

①心不全・貧血などで疲れやすい
②糖尿病や高血圧がある
④筋力・体力の低下が起こる
⑤骨折しやすくなる

CKD患者の運動耐容能とQOL

CKD患者の運動耐容能（体力）は腎機能障害の進行と共に減弱し、それにより生活の質は大きく損なわれます。

CKD透析患者の抱える問題点



スタッフのサポートで安心

- 運動療法の効果について**
- これまでCKD患者は運動をしないほうが良いと言われてきましたが、最近では運動すると運動耐容能が維持でき、生命予後が良いと報告されています。
- （運動療法の効果）**
- ①心機能の向上・貧血の改善
 - ②糖尿病・高血圧の改善
 - ③筋力・体力向上
 - ④骨折しにくくなる
 - ⑤栄養低下の改善
 - ⑥不安・うつの改善
 - ⑦透析効率の改善



ペダル運動で楽しくフィットネス

全国の慢性腎臓病（CKD）患者の現状

現在、日本では8人に1人がCKD患者といわれており、増加傾向にあります。CKD患者の場合、同年代の人と比べると、腕と足の筋力が5割程度低下、持久力が4割程度低下しているという報告があり、体力の向上、生活の質（QOL）の改善のためリハビリテーションの重要性が増しています。

透析の運動療法がスタート

現在、日本では8人に1人がCKD患者といわれており、増加傾向にあります。CKD患者の場合、同年代の人と比べると、腕と足の筋力が5割程度低下、持久力が4割程度低下しているという報告があり、体力の向上、生活の質（QOL）の改善のためリハビリテーションの重要性が増しています。

本年度より仁誠会の透析患者さんを対象に、リハビリテーション運動療法を積極的に取り組むことになりました。理由は透析導入患者さんが顕著に高齢化し、下肢筋力低下による転倒そして骨折が増加し、更には動脈硬化に伴う心筋梗塞や脳卒中も増えているからです。維持透析療法に望まれるのは「元気で長生き」を実現できるようなQOL（生活の質）とADL（生活動作）を維持することだと思います。

4月より理学療法士・看護師・技士・管理栄養士・医師から構成されるリハビリテーションチームを各クリニックで編成

成し、取り組むことになりました。リハビリテーション運動療法は継続が重要で、さらにその結果が自分でも分かることが必要です。非透析日だけでなく、透析療法前後や透析療法中にも無理なく、飽きることなく続けて、効果も十分に期待できるプログラムを検討しています。

老化すると動脈硬化が進行するのではなく、動脈硬化が進行するから老化するのです。動脈硬化を予防するために運動することが重要です。いつまでも心身ともに若さを保つため、男性はかつこよく、女性は美しくあるために頑張りましょう。



副理事長
仁誠会クリニック黒巻院長
田尻 哲也

今、求められているリハビリ

管理栄養士による おすすめクッキング

万能肉味噌だれ

これから迎える夏、食欲のない日でも
食がすすむ『名脇役料理』を今回は紹介します。
いつものメニューにプラスするだけで食欲増進!!
かんたん!おいしい!安い!万能な肉味噌だれです。

エネルギー:165kcal

たんぱく質:7.0g カリウム:144mg リン:48mg 塩分:1.6g

作り方

- ①赤味噌、砂糖、みりん、だし汁を合わせておく。
 - ②合挽き肉を炒め、①を加えて煮る。
 - ③片栗粉に少量の水を加えて水溶き片栗粉を作り、②に加えて加熱しとろみをつける。
- ※5回分をつくると作りやすいです。



材 料	1回分	計量の目安
合挽き肉	30g	
炒め油	適宜	小さじ 1/2
赤味噌	12g	小さじ 2
あわせ調味料		
砂糖	6g	小さじ 2
みりん	4ml	小さじ 2/3
だし汁	10ml	小さじ 2
片栗粉	1.5g	小さじ 1/2



おすすめレシピ例

ジャージャー麺



麺料理なので食欲のない日でも入りやすく、お腹も満足! 麺(炭水化物)、肉(たんぱく源)、野菜(ビタミン類、食物繊維)が摂れます。

大根の肉味噌かけ



茹でた野菜(大根・里芋・南瓜)にかけて食べるたんぱく質と一緒にビタミンC・食物繊維もたっぷり摂れます! 手軽にできるおかずです!

肉味噌入り玉子焼き



いつもの玉子焼きがボリュームアップ! おもてなし料理にも! 赤味噌をケチャップとウスターソースに変えると洋風になり、子供にも喜ばれます。

仁誠会7人の管理栄養士による
「美味しい透析食」の
レシピ本が7月発行されます。
お楽しみに!

お知らせ!



医療法人社団仁誠会 相談窓口 (透析・介護のことなら何でもお気軽にご相談下さい)

■仁誠会クリニック黒髪

〒860-0862 熊本市中央区黒髪6-29-37
TEL:096-345-6533 FAX:096-346-3388

■仁誠会クリニック大津

〒869-1102 熊本県菊池郡菊陽町原水2973
TEL:096-232-9595 FAX:096-232-9888

■仁誠会クリニック新屋敷

〒862-0975 熊本市中央区新屋敷1-14-2
TEL:096-211-5151 FAX:096-211-5057

■仁誠会クリニックながみね^{内科・歯科}

〒861-8043 熊本市東区戸島西2-3-10
TEL:096-331-2211 FAX:096-360-4841

■仁誠会クリニック光の森

〒869-1108 熊本県菊池郡菊陽町光の森3-1-1
TEL:096-285-3466 FAX:096-285-3488

■通所リハビリテーション 赤とんぼ黒髪

〒860-0862 熊本市中央区黒髪6-29-37
TEL:096-346-3535 FAX:096-346-3537

■有料老人ホーム 赤とんぼ黒髪

TEL:096-346-3939 FAX:096-346-3538

■介護老人保健施設 ケアセンター赤とんぼ

〒861-8043 熊本市東区戸島西2-3-10
TEL:096-331-3737 FAX:096-360-7103

■赤とんぼ 居宅介護支援事業所

TEL:096-331-3811 FAX:096-360-7103

■赤とんぼ 訪問介護事業所

TEL:096-331-8879 FAX:096-360-7103

●個人情報保護について ●

仁誠会では、当施設が保有している患者さん、その他関係者の個人情報を関して、関連法令・他法令を遵守し、個人情報の保護に取り組んでいます。

個人情報は、当法人からの医療や介護サービスに関わる情報のご案内以外、他の目的には使用いたしません。

仁誠会窓口メールアドレス jinseikai-madoguchi@jinseikai.or.jp
ホームページアドレス <http://www.jinseikai.or.jp/>