



京都南病院グループと地域を結ぶコミュニケーション情報誌
発行/医療法人 健康会

みなみ

vol.
127
2018年
夏・秋号

TOPICS

- 第二南診療所通所リハビリテーション
- 伏見ぬくもりの里通信「夏祭りを開催しました」
- 超音波内視鏡のご案内
- 医療福祉相談室だより「名称が変わりました」
- 第5回 みなみ健康フェスタを開催します
- 新しい生活のスタート「一人暮らしの食生活」



第二南診療所 通所リハビリテーション のご案内



日曜・年末年始以外の(月)～(土)までの毎日開催しています。
開催時間は8:30～送迎開始。おおよそ16:00までのご利用となっております。職員がご自宅までの送迎を車にて行っておりますので、送迎範囲内であれば、送り迎えはご安心ください。

また、当事業所は利用者様全員の方に、理学療法士と作業療法士による個別のリハビリを実施しており、日常生活の動作の中で困った事や、体の動きに関しての不安がみられる方に、専門的な知識のものと的確なアドバイス・訓練を行っております。

その他にも、介護職員による集団体操(ラジオ体操やごしごし体操)の実施。皆で盛り上がる楽しいレクリエーションも毎回行っております。キーボードでの歌の時間もあり、歌がお好きな方にも、昔懐かしい曲を大きなお声で歌っていただける機会もございます。

毎回利用時には、人気のクロスワードや種類の豊富なパズル(人気!!)毎月変わる塗り絵(カレンダー付きの塗り絵もあり)もあり脳トレにもなります。余談ですが、金魚も飼っております。

お風呂はその方に合った、入浴形態をリハビリのスタッフと考え、安全、安心の入浴介助を心掛けております。立位が難しい方や浴槽内での歩行が不安な方にも、リフト浴(座ったまま入れる)・キャリー浴(浴場専用車椅子)もご用意しております。

もちろん、洗身台もあるため、お風呂座席に座っての洗身も可能です。

毎月第一月曜日には、ボランティアの方がこられ、その季節に合った、四季折々の凝った創作レクもあります。出来た作品は持ち帰って家に飾って頂くことも可能です。

よくあるご質問

① 通所リハビリテーション(デイケア)とは?

答 病院や診療所、老人保健施設などを通して、リハビリを主にして行われる介護サービスです。

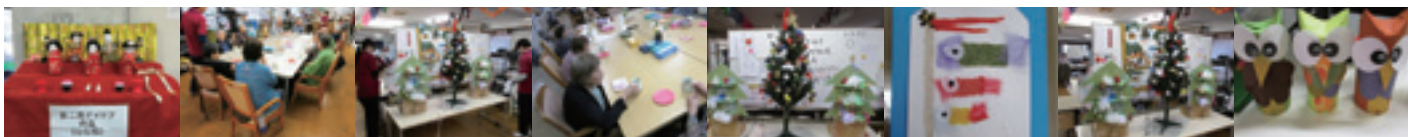
② デイサービスとデイケアの違いは?

答 デイサービスとは違いデイケアは「リハビリ」に重点を置いています。また、デイケアは必ず医師の指導のもと作業療法士、理学療法士等の資格を持ったスタッフが行っています。

介護保険のサービスは
実に様々です。内容も複雑です。
そんな困ったときは
下記にご連絡ください。

第二南診療所
居宅支援事業所 ☎075-371-1465(代)

介護保険のプロ、介護支援専門員(ケアマネ)が対応いたします。
「デイケアに興味があるがどうすれば良いか?」等お気軽にどうぞ



「伏見ぬくもりの里」通信 夏祭りを開催しました

暑さがまだ残る中、体調が優れない方も居られましたが、今年も夏祭りを2部に分けて開催しました。

第1弾 昼

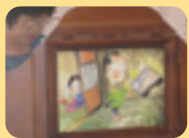
紙芝居と 手作りおやつ

以前入居されていた方の妹様の、紙芝居と童謡を楽しみました。

紙芝居の中で、今まで歌声を聞いたことなかった方も楽しい雰囲気にもみんなと一緒に歌われま

した。職員も初めて聞く歌声にうれしく感動してしまいました。マイペースでしたが、まわりのみんなも共に歌い隣人同士の絆を感じ優しい音色に聞こえました。

手作りの紙芝居は、お話しと共に不思議、不思議どう考えても4面しかない牛乳の面から秋の果物が10個も飛び出すパフォーマンスに興味津々、見とれてしまいました。くり、なし、ぶどう、りんご、…え、まだ出てくるの、どうして、どうして、と会話も盛り上がり楽しいひとときを過ごしました。お茶タイムには、マイcockの手づくりフルーツゼリーを美味しく頂きました。



第2弾 夜

たこ焼きパーティに 花火

粉物は、みんな大好き、ホットプレートの上にもん丸く、並んだたこ焼きに、思わず笑顔、小さなタコとともにほくほく感を楽しみました。思わずおかわり、おかわりとお腹満腹に…みなさん大満足されていました。

日が暮れるのを待ち、お庭でキャンドルに火を灯し、お部屋の飾り付けも、夏のムードを演出し、庭に降りるのが出来ない方も多くおられ窓越しに部屋から身を乗り出し鑑賞しておられました。

花火大会は、火を線香花火に近づける。シュッと火がつくと玉が出来ます。牡丹、松葉、柳、散り菊、と変化し、やがてしぼんで消えていきます。小さな、小さなこの花火にみなさん釘付けでした。風が出てくるとどうか途中で落ちないで…永く灯ってと祈りの声が聞こえてくるようです。持つ手も、見る側もどきどきと鼓動が聞こえるほど集中し、子供の頃の懐かしさからか涙がこみ上げてきた方もおられました。

初めての試みでした。来年にご期待下さい。



今年の夏は、大変な暑さでした。そんな暑さに負けない為のほんのひとときのサービス付き高齢者住宅「伏見ぬくもりの里」イベント報告でした。

入居者募集中! お問い合わせは

☎075-611-2324(担当:山口)

- ・胃のあたりや背中が重苦しい
- ・なんとなくお腹の調子がよくない
- ・食欲がない
- ・体重が減ってきた
- ・身体や白目が黄色くなった
- ・身体がかゆい
- ・尿の色が濃い



超音波内視鏡とは

内視鏡の先端に搭載された超音波装置で、通常の内視鏡や画像検査では観察できない消化管壁の内側や周りの臓器を見る検査です。体外から行う通常の超音波検査と異なり、胃腸内の空気やお腹の脂肪などにさえぎられず、「沈黙の臓器」といわれ発見が難しい膵臓や胆のう・胆管にできた小さな病変の発見に有用です。

こうした症状がつづく場合は放置せず、消化器科の受診をお勧めします。CTや超音波内視鏡など必要な検査を用いて診断します。

地域連携室だより

H30年10月16日から、名称が **医療福祉相談室** に変わりました！

病気や怪我をされると、患者さんやご家族、その周りの方々に様々な生活上の問題や影響が生じる場合があります。

医療費が支払えるかどうか不安

介護が必要になった

今後の生活が不安

事故による怪我で障害が残った

制度や施設のことかわからない

医療ソーシャルワーカーとは、保健医療機関の場で働く社会福祉の専門職です。英語でメディカルソーシャルワーカー (Medical Social Worker) といひ、一般的にその頭文字をとって MSW と呼ばれています。

このような、病気や怪我になることで起きる様々な生活上の問題や悩み等を、医療ソーシャルワーカーは、患者さんやご家族の生活や思いを大切に、主に面接という形でご相談に乗り、一緒に考え、患者さんやご家族自身で自己決定が出来るよう、制度の案内や社会資源の情報提供なども含め、相談支援をさせていただきます。

通院や入院生活でお悩みのことがございましたら、京都南病院 医療福祉相談室へお問い合わせ頂くか、病院スタッフへお声がけください。



京都南病院 医療福祉相談室の場所は、北棟1階、玄関入り口右手側の「患者相談窓口」です。

2018年 京都南病院グループ

第5回 みなみ健康フェスタ

今年も11月10日から16日まで本院地域交流ホールにおいて「みなみ健康フェスタ」を開催致します。

アート **みなみ4141(はいはい) 作品展** 下京・西部地域包括支援センターとの共同企画
11/10(土)~11/16(金) 10時~16時 11/11(日)はお休みです

下京西部地域包括センターを通じて活動されている地元の市内・七条・西大路各学区のみなさんが制作された作品の発表会を交流ホールにおいて開催します。作品の一例：絵画、貼り絵、切り絵、手芸作品、写真、書道等 約50作品展示

学び **秋のみなみ健康教室** 健康教室終了後「お楽しみ抽選会」を行います
11/10(土) 14時~15時30分(予定)
「心臓のお話」~ご質問にお答えします~ 循環器内科診療部長 原田 健志
「健口」になろう~歯周病と健康について~ 保健師 今村 裕子

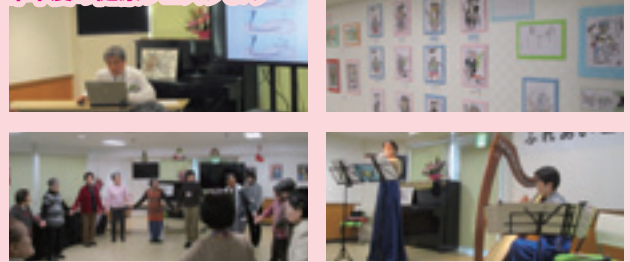
癒やし **秋のふれあいコンサート** ハーブ 清水 次子
ハープとフルーツのしらべ フルト 藤井 皇子
11/16(金) 15時~16時(予定)
作品展会場においてハープとフルーツの生演奏をお楽しみいただけます。

会場 京都南病院 地域交流ホール(病院5階)

本年度の健康フェスタは11月10日~16日を健康ウィークとして「アート・学び・癒やし」をキーワードにイベントを開催致します。皆様お誘い合わせの上、ご来場下さい。

いずれのイベントも「入場無料・事前申込み不要」です

昨年度の健康フェスタより



新しい生活のスタート

一人暮らしの **食生活** 中編

パネーム：RUNらん乱

STEP ② ご飯だけ自宅で炊いてみよう。

「自炊をしたい。でも、続かない」なら、まずご飯を炊くことから始めてみましょう。多めに炊いて、余った分は一食分ずつラップに包んで冷凍保存しておけば、数日に一度だけの作業なので、より簡単です。無洗米を使えば米を研ぐ手間もカットできます。これくらいなら、相当な面倒がりの人でもできるのではないのでしょうか。

最初はこれ以上無理しない。あとは野菜が多めのお惣菜を2種類ほど買って来て、インスタントのお味噌汁でもつければ、しっかりご飯になります。これだけでも、食事に対する意識やお金に大きな違いが出てくるはずですよ。

次号につづく

京都南病院グループ各施設

※診療時間など詳細は、各施設にお問い合わせください。



医療法人 健康会

総合病院 京都南病院

〒600-8876 京都市下京区西七条南中野町 8

TEL 075-312-7361 (代表)

標榜科目

内科、外科、小児科、婦人科、耳鼻いんこう科、眼科、皮膚科、泌尿器科、整形外科、脳神経外科、麻酔科、心療内科、リウマチ科、リハビリテーション科、神経内科、呼吸器内科、消化器内科、消化器外科、循環器内科、形成外科、こう門外科、放射線科、精神科、糖尿病内科、臨床検査科（精神科・心療内科は事前にお問い合わせください。）

診療時間

【月～金】 午前診（受付）8：30～12：00（診察）9：00～12：00
午後診（受付）13：30～16：30（診察）14：00～16：30
【土】 午前診（受付）8：30～12：00（診察）9：00～12：00
特殊外来は上記時間と異なりますのでお問い合わせください。

【急患対応のご案内】 日・祝日を含む診療時間以外の時間外診療および救急車での来院については、すべて新京都南病院で診療いたします。

急患のご連絡は

TEL 075-322-3344

新京都南病院

〒600-8861 京都市下京区七条御所ノ内北町 94 番地

TEL 075-322-3344

標榜科目

内科、外科、小児科、婦人科、耳鼻いんこう科、皮膚科、泌尿器科、整形外科、脳神経外科、麻酔科、アレルギー科、リウマチ科、リハビリテーション科、神経内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、形成外科、こう門外科、放射線科、糖尿病内科、消化器外科、病理診断科、臨床検査科、救急科

診療時間

【月～金】 午前診（受付）9：00～12：00（診察）9：30～12：00
夜診（受付）16：30～19：30（診察）17：00～19：30
水曜日は診療開始時間が17：30からになります。
【土】 午前診（受付）9：00～12：00（診察）9：30～12：00
●お薬は「院外処方」になります。●夜診は「内科」・「外科」の2診察体制です。

関連施設

介護老人保健施設ぬくもりの里
居宅介護支援事業所ぬくもりの里
ヘルパーステーションみなみ
グループホームぬくもりの里
居宅介護支援事業所京都南病院
健康管理センター（人間ドック・職域健診など）
在宅訪問センター

在宅療養部 訪問看護ステーションみなみ 訪問リハビリテーション
サービス付き高齢者向け住宅 伏見ぬくもりの里
社会福祉法人 京都南山城会 山城ぬくもりの里

医療法人 健康会
京都南病院グループ

<http://www.kyotominami.or.jp/>

本誌に関するお問い合わせは

メールアドレス：minami_kouhou@kyotominami.or.jp