



ほ、元み

《病院理念》

- 私達は院是「誠」の医療を推進いたします
1. 私達は他人の為に尽くして感謝しよう
 1. 私達は自分の力で伸びて行こう
 1. 私達は私達の規則を尊重しよう



《基本方針》

1. 地域に根ざした病院として、安心できる医療提供に努めます
1. インフォームドコンセントを徹底し、患者様の選択を尊重した医療をめざします
1. 患者様のプライバシーを尊重いたします
1. 知識と技術の向上に努め最善の医療をいたします
1. 優しさ思いやりを大切に心のこもった公平な医療をいたします

歯科では、口腔機能を維持・増進することによって、食と会話という人間の生活の根源、つまり生きる力を支えます。

口腔ケアは歯や口腔機能や衛生状態を維持・向上すること、生活の質(QOL)を向上させることができます。

口腔機能とは、かむ・のみこむ・唾液を分泌するという食へることに関わる機能、呼吸することに関わる機能、話す・表情をつくることといったコミュニケーションをとる機能↓人の生存や社会生活にとって大事な役割を果たしています(≪生活を守る医療≫)。

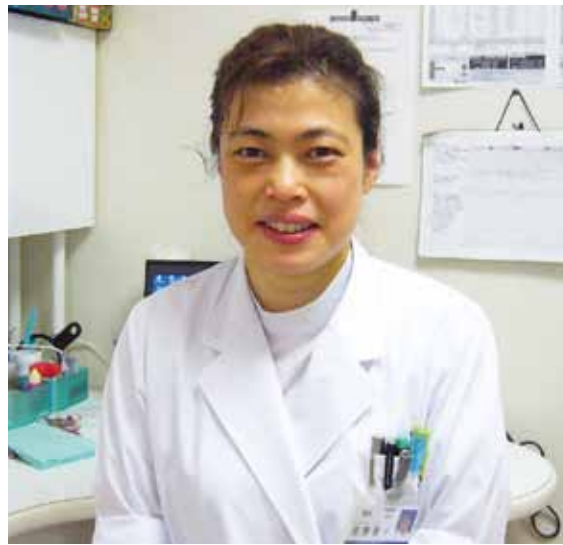
食に問題が生じる成人で最も多い疾患は認知症と脳卒中で、誤嚥性肺炎や窒息は命に関わります(≪生命を守る医療≫)。

この紙面で少しでも役に立つ情報を提供したいと思います。

◆口腔ケアⅡ口腔清掃Ⅱ口腔リハビリ

具体的には、口腔衛生改善のためのケア(口腔清掃)を指していますが、最近ではもう少し範囲を広げて、歯石の除去、義歯の手入れなどの簡単な治療まで含まれます。

さらに「食べる」「話す」「呼吸する」という口腔機能の維持・向上のための摂食・咀嚼・嚥下訓練などのトレーニングも口腔ケア(口腔リハビリ)であると考えられています。



◎診察日【歯科・口腔外科・矯正歯科】※予約制
●月～土曜日 午前8時45分～11時30分
●月～金曜日 午後1時30分～4時30分

『口腔ケアについて〜口腔リハビリ〜』

歯科口腔外科 花野 響子

口腔ケアの効果

お口の状態が良くなると...

会話などのコミュニケーション向上	身体機能の回復
誤嚥性肺炎の予防	食事介助の軽減
よくかめる	口臭予防
食事がおいしくなる	

◆介護予防

2006年に介護保険制度が見直され、新たに介護予防サービスが始まり、要介護状態になることを防ぐ、または要介護状態の人を悪化させないことを目的に、運動機能の向上や栄養改善などと並び、口腔機能の向上が柱のひとつに位置づけられました。

要介護状態ではないが日常生活に支援が必要な人たちに対象に、口腔機能向上講座や勉強会、簡単な運動用具を使ったトレーニング、栄養改善指導などが実施されています。

◆口腔ケアの意味合い

歯科医院では、歯科治療を含めた広い意味を持つと思えます。病院、施設(看護師などによる)などでは、口腔清掃を中心とした、口腔清潔管理の意味合いが強いです。特に、専門的な口腔清潔管理が誤嚥性肺炎予防になる科学的根拠があります。そのため、口腔ケアが介護予防になると認められ、口腔機能向上サービスが介護保険の対象に認められました。

- 口腔感染症の予防↓う蝕・歯周疾患予防
- 全身感染症の予防↓誤嚥性肺炎などの予防
- 口腔機能の維持・回復↓食を改善↓栄養改善
- 全身状態やADLの向上↓QOLの向上↓楽しみが増える、いきいきとする
- 口腔衛生意識の向上
- 口腔粘膜の感覚機能の改善
- コミュニケーション機能の回復
- 医療経済効果↓看護、介護の負担軽減、医療費削減

口腔リハビリについて

お口のトレーニングを行うときには注意点ががあります。

- その時の体調を確認。
- 姿勢を正して、リラックスして行う。
- 呼吸を止めない。
- 無理をしないで自分のペースで行い、だんだん回数を増やしていく。
- できれば食事の前に行う。

「元気は口から…」

ここでは少しですが、セルフトレーニングのイラストをご紹介します。
ひとりひとりが健康に興味を持ち、この場で意識を高めていただければ幸いです。

《健口体操(けんこう体操)》お口のための簡単なりハビリ運動です。毎日食前に行ってください。

①口をすぼめて 深呼吸

ゆっくりと3回繰り返しましょう。
(できれば鼻から呼吸します)



②首の運動

首を前後に倒す。
左右にも倒す。その後で、ゆっくりと大きく回しましょう。(3回)



③肩運動

首をすぼめるようにして肩を上げてから、スッと力を抜く感じで下げます。
次に力を抜いて上体を左右に倒しましょう。(3回)



④唾液腺のマッサージ (耳下腺)

人差し指から小指までを頬に当てて、上の奥歯あたりを後ろから前に向かって回します。(5回)



⑤唾液腺のマッサージ (顎下腺・舌下腺)

親指を顎の骨の内側の柔らかい部分に当て、耳の下から顎の先の方まで、ゆっくりと押し回していきます。(5回)



⑥頬・唇の運動

唇を閉じて、頬をふくらませたりゆるめたりします。
次に唇を閉じたまま突き出し、上下左右に動かしたり、引き締めたりします。



⑦噛み噛み運動

カチカチと段々と強く噛んでいきます。
口をゆっくりと開閉します。(10回)



⑧舌の運動

口を大きく開け、舌をつきだして上下左右にうごかします。
口の中でも、頬や唇の裏や、歯をなめ回してください。



⑨嚥下運動

呼吸を整えてから、口を閉じて唾液を3回ゴクンと飲み込みます。



⑩発声練習 (パタカラ体操)

パンパ、タタタ、カカカ、ラララ、パタパタ、カラカラと歯切れ良く大きな声で発声します。(3回)



⑪顔の パッティング

顔を優しくパッティングします。



⑫最後に、 口すぼめ深呼吸

ゆっくりと3回繰り返しましょう。
(できれば鼻から呼吸します)



出典：社団法人横浜市歯科医師会・口腔ケア特別委員会

《唾液腺マッサージ》主に嚥下障害や口の渇きなどの症状が改善されます。



●耳下腺マッサージ

人差し指から小指までの4本の指を頬に当てて上の奥歯のあたりを後ろから前へ向かって回します。



●顎下腺マッサージ

親指を顎の骨の内側のやわらかい部分に当て、耳の下からあごの下まで5ヶ所くらいを順番に押します。



●舌下腺マッサージ

両手の親指をそろえ、顎の真下から優しく押します。

※力を入れると、たくさん唾液が出るということではありません。優しい力で行いましょう。

《上肢(上半身)の体操》胸と上半身の筋力を強くして、正しい姿勢をつくりましょう。

①体の下部

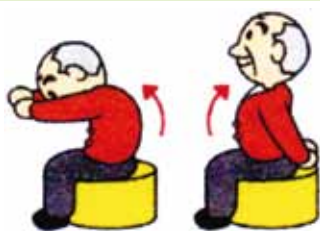
体を左右にねじります。



②体の上部

1. 手を前方に突き出して背中を丸めます。
2. 手を背中の後ろで組んで胸を張ります。

背中や肩甲骨をほぐすことで、良い姿勢をとり易くなります。



③体の側部

1. バンザイをして手の上で組みます。鼻からゆっくり息を吸います。
2. 口からゆっくり息を吐きながら左右に倒します。
3. 息を吐き切ったら息を吸いながら体を戻します。

胸郭(あばら骨)の間が引き伸ばされ呼吸が楽になり、姿勢を保つバランスが良くなります。



④肩

1. 両手を組んでバンザイをします。
2. その後、首の後ろにおろします。



肩や首の筋肉は呼吸補助筋で、こわばると呼吸に負担がかかります。

出典：新潟県歯科保健協会



医療安全管理室

医療安全管理者 (RM: リスクマネージャー) 十亀 洋子

1. 医療安全のあゆみ

わが国において、医療安全に対する社会的な関心が深まったのは、1999年に公立病院で起こった2つの医療事故がきっかけです。この事故を契機に、事故に関する情報を施設内や部署内から外部に公表することを避けたり、その責任を実施者個人のものと考えていることが多かった「組織の体質」自体に問題があるのではないかという議論が高まり、医療安全への対策を施設ごとに任せてきた仕組み自体が問題視されるようになりました。

2001年に厚生労働省は医療安全推進室を設置して、2002年の医療法施行規則一部改正に踏み切り、全ての医療機関に対しヒヤリ・ハット事例など、医療安全に資する情報の収集・分析を義務付けることになりました。それにより、これまでは施設内や部署内でも一部の人しか知らなかった医療事故の実態とそれが起こりうる状況などの現状についても、報告をしあうことができるようになったのです。このような経緯を経て、医療事故を組織全体のシステムや社会全体のシステムの問題として検討するという基本的な考え方がようやく定着してきました。

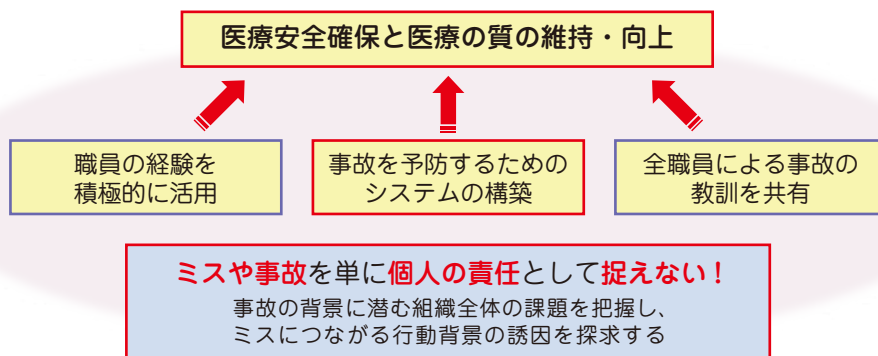
2. 医療安全管理と管理者&管理室の業務について

医療の現場は、さまざまな医療職者と多数のメンバーからなるチームで力をあわせて、患者さまの治療にあたっています。このようなチーム医療において、安全で適切な医療・看護を提供するために必要な情報を正確に伝達し、共有するコミュニケーションが重要な役割を果たしています。

なかでも、医療安全に関する基本姿勢として、当院（十全総合病院）の医療安全活動においては、「人間はエラーを犯すもの」という観点に立ち、医療事故を起こした個人の責任を追求するのではなく、医療事故を発生させた安全管理システムの不備や不十分な点に注目し、その根本原因を究明し、これを改善していくことを主眼としています。

ただ、「間違えるのはしょうがない。」と言い訳したり、あきらめて終わったりするために使われているのではなく、あくまでも「人間は誰でも間違える。しかし、間違いを防ぐことができるのである。」そのためには、「常に、医療事故を絶対に防ぐのだ。」という強い信念のもと、患者さまに信頼される医療・看護サービスの提供と質の向上を求めていくことを医療安全の基本姿勢としています。

こうした基本姿勢をベースにした医療安全活動の必要性、重要性を全部署および全職員に周知徹底し、院内共通の課題として積極的な取り組みを行なっています。



この他、「患者サポート相談窓口」にも携わり、医療安全管理者は、患者さまや家族から疾病に関する生活上の様々な相談について病院各部門と連携共同して支援をしています。中でも主な業務内容は、問題解決の支援を行ない必要に応じて助言・情報提供等を行ない、内容によっては病院内の専門的な知識や技術を持つ他職種に相談し、支援の継続依頼をも行なっています。

また、病院各部門のスタッフからの紹介により介入を行う場合は、医療チームの一員として支援を行ない、中でも相談内容が苦情・意見の場合は、相談窓口および病院各部門で、相談者の立場で傾聴し、問題の整理をして、必要に応じて病院各部門と共同して支援するように努めています。

現在どこの施設・病院においても、医療安全を確保するために「ヒヤリ・ハット報告書」と称する書式を院内で用意することはいまや常識となっています。これを一般に「インシデント・レポート」と呼ばれるもので、全従業員（職員）対象に些細なことでも良いから、院内で何か問題点を見たり・聞いたり、気付いた時やニアミスを経験した場合に文章で報告をし、これらの情報の共有化と今後の予防策や改善策の周知徹底に役立てるシステム活用に日々取り組んでいます。「チョッと変だな？アレ！おかしいのでは？大丈夫なのかな？シマッタ！」と思うことがあれば積極的に報告書の提出をするようなシステムになっています。また、報告することで事故を食い止めることにつながっています！

事故防止の取り組みとして「指さし呼称」は、全職員が取り組んでいます！



職員による老人疑似体験から患者さまの身になって、対応に努めています！



院外医療講演の報告

『高齢者の健康管理について』

4月5日(土)午前11時より、黒島海浜公園において、十全総合病院院長 古林太加志による医療講演が開催されました。

対象はシルバー人材センター会員で、72名の方が参加されました。桜満開の景色を見ながらの野外講演ということもあり、いつもの医療講演とは違った趣ある雰囲気の中、古林院長のユーモアあふれる講演内容に参加者の笑い声が聞こえ、クイズに正解した参加者には院長からサプライズプレゼントがあるなど、会場は終始笑顔があふれる医療講演となりました。



『ロコモティブシンドローム』を知っていますか？

～今日から始める寝たきり予防～

4月24日(木)午後2時より、別子銅山記念図書館において、十全総合病院整形外科非常勤医師 いまなかクリニック 今中徹院長による医療講演が開催されました。

対象は市民一般で、56名の方が参加されました。最初は、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)という聞き慣れない言葉に参加者も不安そうでしたが、講演が始まり丁寧な説明を聞くうちに関心も高まり、後半には理学療法士のアシスタントと共にロコモチェック(実際に動いて自分の身体能力を調べる)をするなど、活発な医療講演となりました。

これを機に、『ロコモティブシンドローム』が少しでも世間に認知されれば幸いです。



愛媛十全医療学院 オープンキャンパス開催

全日程：12時～受付 / 13時～開始

I 理学療法学科/作業療法学科 講義体験

〈日程〉 6月21日(土) オープンキャンパス限定のオリジナル授業を行います。普段の講義に近い内容で、分かりやすく楽しみながら、講義+実技を体験していただけます。
7月19日(土)
9月6日(土)

II 夏休みオープンキャンパス(全学科対象)

「将来の仕事!」を意識する。

〈日程〉 8月6日(水) 8月6日(水) 平日だけの限定になりますが、附属病院で理学・作業のスタッフが患者さまにリハビリを施す場面も見学コースに含まれます。将来の仕事を意識した見学で、現場や職場の環境もあわせて体験してください。
8月9日(土)
● 模擬体験 ● 個別相談
● 施設見学 他



● 参加のお申し込み

本年より、スマートフォン専用のwebサイトも開設しております。学院ホームページ/スマートフォン専用サイト/携帯サイト/TELからご予約ください。

住所 〒791-0385

愛媛県東温市南方561

TEL 089-966-4573

URL <http://www.esm-juzen.ac.jp>

携帯 <http://www.esm-juzen.ac.jp/k/>

看護補助者募集

療養上の世話や環境整備等のやりがいのある仕事です。無資格の方にも丁寧に指導します。お気軽にご相談ください。

(お問い合わせは)

TEL0897-33-1818(代) 十全総合病院 看護部 八木・総務課 矢野まで



参加費・参加申し込み不要

糖尿病教室のお知らせ

「メディカルチェックをしてみよう」

～あなたの体をすみずみまでチェックしてみませんか？～

開催日	内 容	担 当
6/ 4 (水)	メタボリックシンドロームについて ～ 実際に運動してみよう ～	内科医師 理学療法士
6/ 11 (水)	正しく磨いて健康生活 ～ あなたは正しく磨けていますか？ ～	歯科衛生士 管理栄養士
6/ 18 (水)	あなたの眼大丈夫？ ～ 網膜症の検査も忘れずに ～	眼科医師 臨床検査技師
6/25 (水)	糖尿病性水泡・潰瘍・壊疽について ～ あなたの足は大丈夫？ ～	形成外科医師 看護師

6月は梅雨の時期で、何かと体調を崩しやすい時期になります。ぜひ、糖尿病教室でメディカルチェックをし、体のすみずみまでチェックしてみましょう。

日 時 毎週水曜日 午後2:00～ **場 所** 外来棟3階
カンファレンスルーム

どなたでもお気軽にご参加ください。お申し込みは不要です。

※都合により内容が変更になる場合があります。

病院敷地内 全面禁煙

トイレや人目につかないところでの喫煙は防火管理上も大変危険ですので、喫煙はくれぐれも遠慮ください。皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いたします。 病院長

移動図書館 青い鳥号

来院予定日

6/ 11(水)・25(水)

来院時間 午後3:10～3:50

お問い合わせは…

新居浜市立別子銅山記念図書館
TEL(0897)32-1911

◎悪天候や特殊な事情により、運行を中止することがあります。

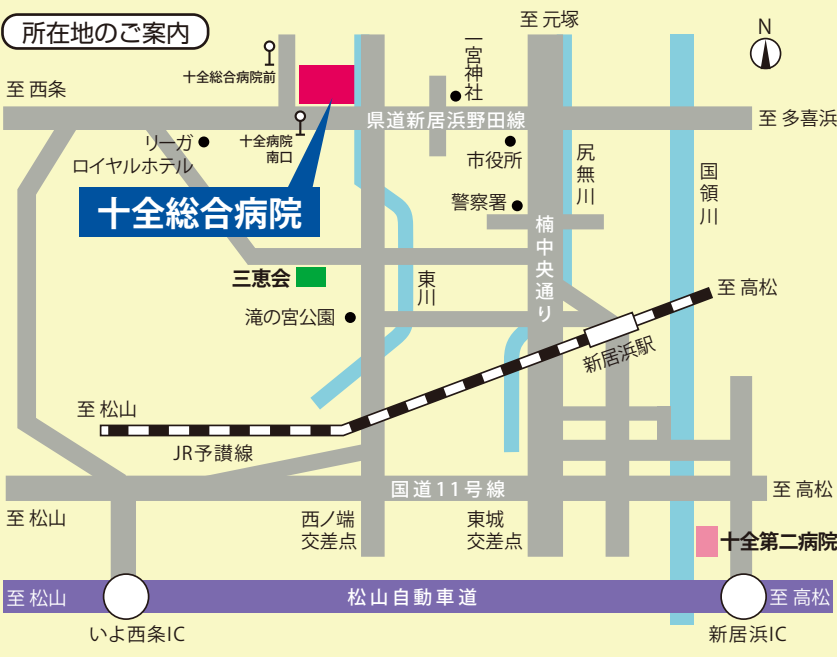
患者さまの権利

私たちは患者さまとのより良い信頼関係を築くため、「患者さまの権利」を尊重します。

1. 良質で安全な医療を平等にうける権利
1. 病気の診断・治療方針・今後の見込みについて十分な説明をうける権利
1. 他院を含め他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利
1. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
1. 診療上の個人のプライバシーについて保護される権利
1. 診療記録の開示を求める権利

患者さまの責務

1. 医師が説明し同意した治療方針に協力する義務があります。
1. 自分自身の健康に関する情報はできる限り正確にお伝えください。
1. 院内の規則を守り、他の患者さまの治療に支障を来さないよう協力をお願いします。



交通のご案内

- 《お車》新居浜ICから約20分、いよ西条ICから約20分
【駐車場完備 272台収容可能】
- 《バス》瀬戸内バス …… 「十全総合病院前(広瀬→多喜浜線)」下車
「十全病院南口(今治→マイントピア別子線)」下車
- 《JR》JR予讃線 …… 新居浜(にはま)駅下車、タクシーで約10分

一般財団法人 積善会 十全総合病院

〒792-8586 愛媛県新居浜市北新町1番5号
TEL(0897)33-1818 FAX(0897)37-2124

ホームページアドレス <http://jyuzen.jp/>

編集 広報誌編集活動委員会

未来が変わる。日本が変わる。
ストップ! 温暖化



医療・福祉 十全グループ

- 十全看護専門学校
あたたかい気持ちとあつい心をもった看護師の育成を図っています。
- 愛媛十全医療学院
理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の育成校は【博く学び、深く思い、厚く思いやる】
- 愛媛十全医療学院附属病院【内科・整形外科】
生活能力の回復と維持を図っています。
- 医療法人 十全会 十全第二病院【精神科】
あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。

●社会福祉法人 三恵会

- 子供から高齢者まで、幅広い世代へのお世話を行っています。
- 総合福祉施設 やすらぎの郷
 - 介護老人福祉施設 ハートランド三恵
 - 介護老人保健施設 リハビリステーション三恵荘
 - 介護老人保健施設 希望の館
 - 障害者支援施設 三恵ホーム
 - 児童福祉施設 十全保育園
 - 総合福祉館 コミュニティハウス三恵
 - 福祉館 恵海
 - 児童福祉施設 中萩保育園
 - 養護老人ホーム 新居浜市立慈光園



環境負荷を抑えた植物油インキと適切に管理された森林から生産された紙を使用しています。