



# ざいたく 在宅の風

～在宅医療の新しいかたち～

ご自由にお持ちください



第16号



## 〈第3回ケアマネジメント研修会が行われました〉

12月15日木曜日、村山市福祉センターにて村山市のケアマネジャーさんを対象に研修会が行われました。「医療と介護との連携」について講演をお願いしたいというありがたい依頼を受け、現状で在宅医療を受けるにはどのようにしたら良いか、料金はいくらくらいかかるのかといったお話や、自宅での在宅医療の実際についてなど、お話をさせていただきました。ケアマネジャーさんとの「顔の見える関係」というのがやはり重要だと感じました。この会を通して少しでも私ども北村山在宅診療所を知って頂き、在宅医療で何ができるのか、何ができないのか、そしてそれが果たして利用者さんにとって必要なサービスなのかという事を見極めて頂き、一つの選択肢としていただければ幸いです。このような会を設けて頂きまして本当にありがとうございました！

在宅医療とは…



スライドにて説明中



## 肺炎球菌ワクチンについて

14・15号にわたり、インフルエンザ予防接種についてお知らせさせていただきました。今月号では成人用肺炎球菌の予防接種について掲載いたします。肺炎は、日本人の死因第3位の疾患です。高齢者は免疫力の低下に伴い、肺炎にかかりやすく重症化しやすいことから、特に75歳以上では、長期入院が急激に増加します。肺炎球菌ワクチンは1回の接種により、免疫は少なくとも5年間は持続すると言われております。65歳以上の方などは、肺炎球菌ワクチンの接種が推奨されています。接種は、1年を通して、いつでも可能です。過去5年以内に接種を受けたことのある方は、注射部位の副反応が強く出る可能性があります。接種を受ける際には、医師と相談し検討したうえで、接種して下さい。また、接種費用の一部助成につきましては市町村により異なりますので、ご住所のありますそれぞれの市役所、町役場へお問い合わせ下さい。

## 気になる医療ネタ☆

### ナースキャップのひみつ

一昔前は当たり前のように被られていたナースキャップ(看護帽)。最近では見かけなくなりましたよね？実はキャップをピンっと立たせるためのノリに細菌が繁殖して不衛生、医療器具に引っかかり事故の原因になりかねないという理由で、現在では着用を取りやめた病院がほとんどなのです。

理由が理由だけに分かりますが、やはり看護師の象徴ですから少し寂しい気もしますよね…。



作り方は簡単！ごま油で豚肉を軽く炒めます。あとは、全部材料を入れて煮込むだけ☆生姜も入れることで体も温まりますよ。風邪予防に是非お試しあれっ♪♪

## 健康レシピ特集

### ☆糖質制限お鍋☆



#### 《材料》

- \* 豚バラ肉 100g
- \* 油あげ 2枚
- \* まいたけ 50g
- \* 刻み生姜 うずらの卵大1かけ
- \* たけのこ 50g
- \* おろしにんにく 小さじ4/1
- \* 豆腐 1/2丁
- \* 刻みねぎ 適量

#### 《調味料類》

- \* 中華だしの素 2.5g
- \* 塩こしょう 適量
- \* 水 1000~1200cc
- \* ごま油 適量

### ◇編集後記◇ (横山)

あっという間に今年も残りわずかとなりました。社会人になり、1日1日が更に早く感じます(笑)冬といえば、お鍋ですね！他にもクリスマス、スキー・スノーボードなど寒い冬にも楽しい行事がたくさんありますね。雪かきが大変になりますが…無理せずに冬を乗り切りましょう！一足お先に…よいお年をお迎えください☆来年も『在宅の風』をよろしく願ひ致します！

発行:医療法人社団伍光会 北村山在宅診療所  
〒999-3702 東根市温泉町2丁目5番3号

電話:0237-41-0583

Fax:0237-41-0584

http://www.denenchoufuiin.net/kitamuraayama/

