



## 開院 20 周年を迎えて



～私を支えてくれたスタッフや皆さんに感謝の意を込めて～

医療法人社団 秀皓会 理事長 船本 全信

コロナワクチンのことでは、バタバタしておりご迷惑をおかけして申し訳ありません。現在、週に 120 人ペースで接種を行っています。順番待ちの方はもう少しお待ちください。

さて、平成 13 年 7 月に開業して早くも 20 年になろうとしております。ということは、私も含めて、皆さんも 20 歳年を取ったということです(涙)。皆さんは、日本人の「平均」寿命が延びていることは、当然ご存知ですよ？平均寿命とは、0 歳時点で何歳まで生きられるかを統計から予測した「平均余命」のことです。では、「健康」寿命については如何でしょうか？健康寿命とは、日常生活を制限されることなく健康的に生活を送ることのできる期間のことをいいます。「日常生活の制限」とは、介護や病気などを指し、自立して元気に過ごすことができない状態です。とても長生きの方でも、長期間にわたり介護や入院が必要であれば、健康寿命は短いということになります。男性女性共に、寿命は延びていますが、同時に差も開いてきています。2013 年では、病気等で介護・支援等が必要となってから亡くなるまでに、男性は約 9 年・女性は約 12 年となっています。いわゆる「ピンピン、コロリ」を目指すには、より健康寿命を延ばしこの差を出来るだけ少なくすることです。要支援者・要介護者となる原因疾患の 1 位は「認知症」、2 位「脳卒中」、3 位「高齢による衰弱」となっています。その他の原因として、関節疾患・骨折・転倒等もありますが、普段からの運動やストレッチ等の予防が非常に重要です。

これらを踏まえ、皆さんに対する、現在の当院の取り組みをご紹介します。

まず、「認知症」の原因として、生活習慣病としての糖尿病や高血圧症・脂質異常症が挙げられます。また、これらの疾患で動脈硬化を来しやすく「脳卒中」のリスクが上がります。つまり、生活習慣病をうまくコントロールすれば、健康寿命が伸ばせるのです。そのための、おススメは「糖質制限」です。以前からお話ししていますが、人間の体の構成成分のうちほぼ 8 割は蛋白質と脂肪で作られています。ですので、1 回の食事内容の 8 割は蛋白質と脂肪であるのが望ましいです。またコレステロールですが、人間の細胞膜やホルモンを作るのがコレステロールなので、しっかりと取らないと体のメンテナンスが出来ません。いかに早く、大好きな「ご飯・パン・麺類を減らす」かが、健康寿命を伸ばせるかの分かれ目となります。ですが、どうしても「糖質が止められない、食べながらでも良くしたい」という方は率直に言ってください。当然、薬(薬代)とリスクは増えますが、出来るだけ対応します。しかし、残念ながら認知症と診断されたら、「コウノメソッド」(名古屋フォレストクリニック院長 河野 和彦先生)にのっとった治療を行っています。現在臨床に用いられている抗認知症薬を適切にかつ有効に用いることで、過剰投与による副作用を抑えつつ患者とその家族の幸福を最大限に追求する治療法です。また、「高齢による衰弱」に対しては、腰痛や膝の痛みが原因・増悪因子となっています。昨年 9 月より、カイロプラクティック療法を提供しています。ギックリ腰や正座ができない・五十肩・肩こり・手足の痺れのある方は是非ご相談ください。劇的な改善をお約束します。さらに、火傷や怪我をした時には、ガーゼや消毒を使わない、被覆材を使った湿潤治療(なつい キズとやけどのクリニック 夏井 睦先生)で「痛くない・早く治る」治療を提供しています。いよいよ諸事情から通院が困難になった場合、在宅での訪問診療を積極的に行っています。癌の末期や脳卒中の方、認知症等で通院ができない方の対応をしています。酸素吸入や経管栄養、モルヒネによる疼痛コントロールも対応可能です。以下に挙げる各スタッフも、皆さんを全身全霊でサポート致しますので、いつでもお気軽にご相談ください。

(裏面へ続く→)

7月でふなもとクリニックは開院20年を迎えます。開院以来、通院されている患者様も多く、今では一人一人患者様のお顔が浮かんできます。少しの間お顔が見えないとどうされているのか心配になります。新型コロナウイルスの発生後は多くの患者様から「頑張ってください」と温かいお言葉をかけていただきました。毎日の緊張感の中で勤務している私達はその言葉に大変励まされました。心より感謝申し上げます。新型コロナウイルスの更なる感染拡大で日常生活の様々な制限にストレスと不安の中、不自由な生活を強いられている現状ですが、もう少しの辛抱です。5月25日より当院でも65歳以上のワクチン接種が開始されました。ワクチンを1人でも多くの方に接種して頂くことが出来ますようにスタッフ一同全力で取り組んで参ります。これからも『患者様に寄り添った看護』を目標とし、地域の皆様の「ホームドクター」スタッフ一員として看護師一同努力して参りたいと思います。 一日も早く新型コロナウイルスが終息し皆様の日常生活を取り戻すことが出来ますように願っております。

ふなもとクリニック看護師一同

この度、ふなもとクリニックは20周年を迎えることとなりました。

これだけ長く続けることができたのは、「患者さまのおかげ」この一言に尽きると思います。

病院・クリニックの業務はチーム医療と言われることが多くあります。

Drは診療、診断。Nsは検査や注射などの専門職にあつて、受付スタッフの最も大切な仕事は「患者さまに安心していただくこと」だと思います。

患者さまの「不安」をお伺いしてDrにお伝えし、診療後に「安心」してお帰りいただくという一連の流れの中で、受付・会計といった患者さま、ご家族と接する仕事を、主要な業務として任されています。そのため、お帰りの際や街でお会いしたときに、患者さまやそのご家族から「いつもありがとう」「お世話さま」と、直接、感謝の言葉をかけていただける機会も多く、「誰かの役に立つ仕事をしている」ということを身を以て感じ、また私たちの「やりがい」となっています。

患者さまに支えられ、患者さまに育てて頂き、これからも皆様が「ほつ」と安心できるクリニックで在れるように、努力を続けていきたいと思ひます。

どうぞこれからも「ふなもとクリニック」をよろしく願ひいたします。

ふなもとクリニック受付一同

居宅介護支援は、介護サービスが必要な人と介護サービスをつなぐ架け橋のような役割を担っているといえます。

当事業所は、ケアマネージャー1名の小さな事業所ですが、ふなもとクリニック在宅事業部門として迅速な対応と気軽に話ができる関係づくりを目指しています。

利用者様お一人お一人のご意向を大切に、住み慣れたご自宅で明るく元気に安心してお過ごしいただけるよう、お手伝いさせていただきます。

在宅介護でお困りのことやご不安がございましたら、お気軽にご相談ください。

居宅介護支援事業所ふくろう

私たちデイサービスセンターふくろうは、ふなもとクリニックと同じ法人の事業所として、クリニックへ「かかりつけ」の患者さまが、居宅で健やかに過ごすことが出来るお手伝いができたら、との願いを込め、平成24年12月に誕生しました。

状況厳しいコロナ禍の中、スタッフはもとより、利用者さま、ご家族さま、クリニックを始め関連事業所のスタッフの方々のご協力もあり、一日も閉鎖することなく営業を続けさせて頂いています。

月日が経つのは早いものでデイサービスも開所から8年と半年が経過しました。

定員15名のこじんまりとした事業所ですが、アットホームな事業所として、試行錯誤を重ねながら日々の営業に取り組んでまいりました。

昨年からはじめました食にこだわったサービスの提供をはじめ、充実した日々を過ごしていただけることをスタッフ一同心掛けています。

デイサービスセンターふくろうは来年12月に10周年の節目を迎えます。

ふなもとクリニックとともに皆様にご愛顧いただけるデイサービスを目指して参りますので、今後ともよろしくお願ひ致します。

デイサービスセンターふくろう

「ふなもとクリニック」20周年という節目の年にスタッフの一員であることを誇りに思います。

介護部門の福祉用具を担当しておりますアウルサポートは患者様、利用者様への敬意、感謝を忘れず「ふなもとクリニック」と共に感染予防に努めながら皆様の一助になれるよう今後も自覚を持って仕事に励んでいきます。

アウルサポート

## 【ふなもとクリニック エコー検査予定】

### 6月の予定

井上先生 5(土)午後・19(土)午前/午後  
杉山先生 4(金)・11(金)・18(金)・25(金)  
池田先生 8(火)・22(火)  
山本先生 12(土)午後・26(土)午前/午後



### 7月の予定

井上先生 3(土)午前/午後・10(土)午後・17(土)午前/午後  
杉山先生 2(金)・9(金)・16(金)・23(金)・30(金)  
池田先生 11(火)・25(火)  
山本先生 19(土)午前/午後

◆ふなもとクリニック 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町7-13 tel.0798-81-1192

◆居宅介護支援事業所 **ふくろう**

〒663-8165 西宮市甲子園浦風町6-20

デイサービスセンター

tel.0798-40-9500(居宅) 0798-49-7670(デイ)