



■発行／都会メディカルケアシステム 渡辺 康介
■編集／地域広報委員会 京都市北区大宮南田尻町59番地
■ホームページ／<https://www.miyakokai-kyoto.com/>
■お問い合わせ／jfl@miyakokai.or.jp

理念

- 患者様・ご利用者様の立場にたったキュア(医療)・ケア(介護)を提供いたします
- 医療・介護・福祉を通して地域、社会に貢献いたします
- 職員の質の向上をはかります



藤井 圭介様 94歳
生年月日 大正13年3月4日生まれ



都会メディカルケアシステム
事業マネジャー 豊嶋 昭彦

介護のダブル改定が本年度の目玉となっております。団塊の世代が七五歳以上となる二〇二五年に向けて国民一人一人が状態に応じた適切なサービスを受けられるよう、『地域包括ケアシステムの構築と医療機能の分化・強化・連携の推進』『新しいニーズにも対応でき、安心安全で納得できる質の高い医療の実現・充実』『医療従事者の負担軽減・働き方改革の推進』『効率化・適正化を通じた制度の安定性・持続可能性の向上』を目的とした医療改定と『地域包括ケアシステムの推進』『自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスの実現』『多様な人材の確保と生産性の向上』『介護サービスの適正化・重点化を通じた制度の安定性・持続可能性の確保』を目的とした介護改定となりました。医療と介護の連携が前提に地域包括ケアシステムの更なる構築、予防から看取りまで切れ目のないサービスの提供、確保が求められているような気が致します。益々、多職種間(医師・看護師・セラピスト・介護職・薬剤師等)の連携が重要になっていきます。

当法人は医療と介護の連携を中心とした医療福祉複合施設にしながら(御園橋通り内)が開所十年を迎えます。西賀茂診療所を中心に在宅でのお看取りを、ご家族と共に見送らせて頂いています。地域の皆様が安心して暮らすことのできる医療・介護サービスの提供、そして地域づくりを目指し、職員一同、精進して参りたいと思います。今後とも、ご指導の程、よろしくお願ひ致します。医療・介護の事で不安な事がございましたら、いつでも、ご相談お待ちしております。

いぬとわんこ



初釜
毎年恒例と
なった初釜
年はじめのお茶会を皆で
楽しみました。



ワンポイント講座



旬の食材を取り入れた、 バランスの良い食事が大切です

近頃メディアなどで、花粉症に効く食べ物・料理・食事法などが紹介されていますが、一番大切なのは栄養のバランスを整えることです。旬の食材は美味しさも格別ですし、不思議とその時期の人の健康にうまく働く食材が収穫されます。例えば、夏には身体を冷やし、冬には身体を温める食べ物が収穫されます。春野菜やお魚には、花粉症に効くといわれている成分が沢山含まれています。



花粉症に打ち勝つ身体づくりを心がけましょう

お散歩や体操など、適度な運動を心がけ免疫力を高めましょう。また笑うことも、免疫力を高めるといわれています。楽しい活動に積極的に参加してください。外出の際は、ウールや静電気の発生しやすい物は避けて、素材がすべすべした上着を選ぶようにしてください。帰宅後、上着はお玄関で脱ぎ部屋に持ち込まないようにしましょう。脱いだ後は、手洗いだけでなく洗顔をするより効果的な予防となります。



1	ワ	2	ラ	3	ワ	4	キ
5	イ	6	ザ	7	コ	8	ザ
9	ヒ	10	メ	11	ウ	12	ミ
13	ヨ	14	イ	15	ミ	16	ヤ
17	コ	18	コ	19	ク	20	ホ

ヨザクラ(夜桜)

クロスワード「答え」

メドルサム基金

善意の浄財を、皆様のより良い生活のお手伝いのためのボランティア活動に活用させていただきます。笹日出男様、石田こしま様、熊本道雄様、どうもありがとうございました。

いちご大福レシピ

〈材料(6個分)〉

白玉粉 80g
砂糖 40g
水 90ml
片栗粉 適量
こしあん 180g
いちご 6個



〈手順〉

1. いちごのヘタをとり、水気を取っておく
2. こしあんを6等分にして丸めておく
3. ボウルに求球の材料を加えよく混ぜる
4. 600Wレンジで1分30秒加熱し、全体を混ぜる
5. できた求球に片栗粉をまぶし、6等分にする
6. 求球であんこを包む
7. 最後にいちごをのせて完成!!



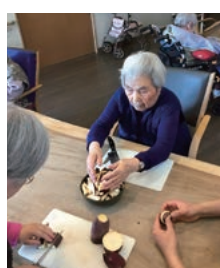
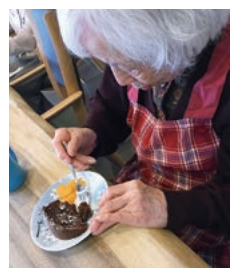
料理のコツ・ポイント

求球を作る際、レンジに入れる前に白玉粉は完全に溶けていなくても大丈夫です。加熱後は熱くなりますが、冷めてもモチモチの生地なので粗熱を取ってから形成してください。



日常の風景

ショートステイにしがも



〈節分〉

「今年も元気いっぱい厄を追い払いました。」



ピア研修

はじめまして衛生委員会です。
衛生委員会とは職員の安全と健康を守ることを目的として設置された委員会です。
(労働安全衛生法に基づくもの)
2月22日に第3回腰痛予防びあ研修会を西賀茂デイサービスで開催しました。今回の研修会では京都市域京都府地域リハビリテーション支援センターの清水様より、介護ロボットについての講義。(株)イノフィス古川社長による腰補助用マッスルスーツの説明と実際に着用して機能を体感する事が出来ました。
マッスルスーツも介護ロボットの二つです。



研修報告

訪問看護ステーションにしがも
塩崎 曜子

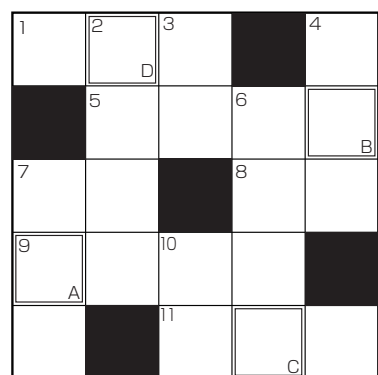
第2回関西緩和医療研究会と都会メデイカルケアシステム学会にて、「今を生きるために」終末期の選択に寄り添うために「症状から学ぶ」という題名で症例検討を発表して参りました。終末期の選択は切実です。医療の発達により、選択肢も増えた一方で、どのように決断すればよいのかという葛藤は膨らんでいきます。ご本人やご家族の希望が違ったり、家族の一人一人の考えが違ったりは少なくありません。相手がかうして欲しいのではないかとこっと思っているのではないかと感じます。二つ確認していくことが大切だと思います。症例を振り返る事で、客観性が高まり新たな気づきや反省が見えてきて、また沢山の素晴らしい発表にも出会い、今後の看護に活かせる学びが得られました。もし気になることや疑問なことがあれば、心に留めておかず、まずはお声をかけていただくことを切に願います。また、そのような関係が築けますように今後も精進して参りたいと思います。

『クロスワード』

出題 小田 正

「問題」

A～Dをつなぐと答えです



〈たてのカギ〉

- 1 ピカッ!!の後の「ロロロ」
- 2 相撲の心技体の一つ
- 3 キセルでのむタバコ
- 4 政治家の約束
- 5 にわたりの子ども
- 6 神に仕える若い女性

〈よこのカギ〉

- 1 武家の奥方の一人称
- 2 もめごと
- 3 殿様の娘
- 4 地球の七割を占める
- 5 祇園祭では夜宮という
- 6 国民健康保険の略

