



健やかライフスタイルを応援！

第69号

社会医療法人  
**恵和会**

発行：社会医療法人恵和会  
編集：広報委員会  
責任者：菊地 均  
〒062-0034札幌市豊平区西岡4条4丁目  
TEL (011) 853-8322西岡病院 (代表)

# にしおか小町

2016年  
春季号

恵和会理念

●地域に密着した良質な医療の提供 ●地域住民の健康を守る一助となる

ボランティア  
グループ  
にしおかの輪  
見学会を  
開催しました



平成28年3月3日にサービス付高齢者向け住宅(以下サ高住)「アメニティホーム西岡」を会場に、「ボランティア見学会・勉強会」を開催しました。過年度までは、ボランティア登録されている会員対象に見学会を行っていましたが、今年は「にしおかの輪」が10年目を迎える節目の年でもあることから、登録者だけではなく、ボランティアさんのお知り合いなど広くお誘いする形とし、結果としてご友人や「福祉のまち推進委員」の方など、幅広くお集まりいただきました。また、昨年会員さんに頂いたご意見を元に、勉強会も兼ねて開催をいたしました。



西岡病院・中島院長の開会挨拶の後、実際に入居者様に提供している昼食を召し上がっていただき、その間に委員の自己紹介と「にしおかの輪」の活動報告を行いました。

昼食後は、ホーム内の見学と講話(サ高住のしくみ、アメニティホーム西岡の特色)によって、学びを深めていただきました。

最後に意見交換の時間を設け、見学会・勉強会の感想、今後の勉強会内容の希望、ボランティアの会として、どのように地域と関わりが持てるか、という点で様々な発言がありました。

今回は、サ高住という、「地域で生活していくための場」のひとつについて勉強いただいた形になりましたが、参加者の皆様が地域でボランティア活動をするにあたっての知識として学んでいただけたと思う面と、自身の今後のために…という面もあったと思います。

ご記入いただいたアンケートの中には、「これからの自分のためにも参考になった」という言葉を多数いただき、また「西岡・福住地区の皆さんが引きこもることなく生き活きとした生活が送れるようこの輪を広げて欲しい」とのありがたいお言葉も頂戴いたしました。

ボランティアグループ「にしおかの輪」では、会員を募集しています。  
今後年間行事としてはボランティアの皆さんとの交流会、法人の夏祭りに  
おけるバザーの開催などがございます。まずはお問合せください。



《お問合せ先》 西岡病院(☎011-853-8322)ボランティア担当:田附(たつき)

# 病気のお話

第61回

## アレルギー免疫療法

澤田 格 内科医長 外来診療日

西岡病院 ☎ 011-853-8322

午前 火・木・金曜

午後 水曜



今回はアレルギー治療の紹介です。アレルギー免疫療法は、アレルギーの原因物質(アレルゲン)を少しずつ体内に吸収させることで、アレルギー反応を弱めていく治療法です。実は100年以上前から経験的に行なわれていた歴史があり、最近テレビなどで話題となる食物アレルギーに対する治療としても知られています。日本では、漆アレルギーを起こしにくくするために、漆器職人の親方が弟子の舌の裏側に少量の漆を置き、少しずつ量を増やしていくことを慣習的に行なっていたそうです。以前は減感作療法、脱感作療法と呼ばれていましたが、数年前から「アレルギー免疫療法」という名前に統一されました。これまでの花粉症、アレルギー性鼻炎の治療は、マスクやゴーグルの着用などの予防医療や、抗アレルギー薬や点鼻薬などで症状を緩和する対症療法が主体でしたが、このアレルギー免疫療法は根本的な治療法の一つです。

アレルギー免疫療法には、注射による皮下免疫療法と、舌の裏側に薬剤を置く舌下免疫療法の2種類があります。どちらも一長一短がありますが、すでに欧州では後者がアレルギー性鼻炎の標準的な治療として行われ、本邦ではダニあるいはスギに対するアレルギー性鼻炎の患者さんにもみですが保険適応が認められることになりました。



西岡病院

澤田 格 内科医長

2001年3月 札幌医科大学医学部卒業  
同年札幌医科大学第三内科  
2002年-2006年 札幌厚生病院呼吸器科  
市立釧路総合病院呼吸器科  
2006年4月 函館五稜郭病院呼吸器内科  
2009年3月 市立室蘭総合病院呼吸器科  
2009年4月 札幌医科大学大学院医学研究科修了  
札幌医科大学大学院医学研究科修了  
市立室蘭総合病院呼吸器内科、同科長を経て、2012年10月より現職

【所属学会、資格等】  
医学博士、日本内科学会 認定内科医、日本呼吸器内視鏡学会 気管支鏡専門医  
肺がんCT検診認定医  
日本化学療法学会 抗菌化学療法認定医・抗菌薬臨床試験認定医  
日本がん検診診断学会 がん検診認定医・評議員  
日本結核病学会 結核抗酸菌症認定医  
日本病態栄養学会 NSTコーディネーター、インフェクションコントロールドクター  
日本医師会 医療安全推進者、産業医

アレルギー免疫療法は、少量のアレルギーを引き起こす物質を投与するため、当然ながらアレルギー反応が起こる可能性があります。場合によっては、アナフィラキシーという命に関わる重い副作用が現れることもあります。また治療期間は3年～5年と長期治療が標準です。治療効果は、全く症状がなくなる人が20～30%、症状軽減が50～60%と言われており、両者を合わせて約80%の人に効果が得られます。その反面、残念ながら残りの20%の人には効果が得られません。また効果が出るまでは従来のアレルギー治療も必要です。アレルギーは多彩な原因から発症するため、この治療を受けた全員が完全に治癒するわけではなく、治療後の再燃のリスクもあります。患者さん一人一人がしっかり理解した上で治療をしていくことが大切です。

全てのアレルギー患者さんに勧めることができる治療法ではありませんが、気管支喘息や慢性蕁麻疹、アトピー性皮膚炎、北海道ならではのシラカンバアレルギーなどにも、近い将来に応用できる日が来ることを期待しています。



# 年に1度は健診を受けましょう



西岡病院、西岡水源池通りクリニックでは、特定健診を実施しています。

この健診の目的は、日本人の死因の約6割を占める「がん」「心疾患」「脳血管疾患」といった運動不足や食生活の乱れなどの生活習慣が原因となって発症する病気を早期発見することです。

生活習慣病の発症にはメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)が関係し、生活習慣病の重症化を防ぐためには、メタボリックシンドロームを予防することが重要です。また、健診の結果でメタボリックシンドロームの該当になった方への保健指導も実施しています。

自宅に平成28年度に受けられる「特定健診受診券」が送付された方は、ぜひ、健診をお受けになり健康管理に努めましょう。



予約、  
お問合せ

西岡病院 健診・保健指導センター ☎ 011-858-1222  
西岡水源池通りクリニック ☎ 011-584-5512

## 睡眠薬の名前に隠された秘密？とは

西岡病院 薬局長 横山 敏紀

お薬を正しく安全に使うためには、自分の服用しているお薬の名前や用法・用量を覚えておくことが大切です。さて、お薬の名前には商品名と一般名(成分名)があることをご存知でしょうか。商品名(例:ロキソニン)とは製薬会社が販売のため独自につけた名前、一般名(例:ロキソプロフェン)とはお薬の有効成分に固有の世界共通の名前のことです。今回は、睡眠薬の商品名に隠された秘密？を少しお話したいと思います。

- ・アモバン:特になし(あ~もう晩だなあ、からとの説あり)
- ・ネルボン:睡眠導入剤として良き(仏語:bon) 眠り(寝る)をもたらすことから
- ・ハルシオン:風と波を静め、穏やかな海にする不思議な力を持つ古代ギリシャの伝説の鳥Halcyonから
- ・ベルソムラ:美しい眠りを意味する仏語belle + somから
- ・マイスリー:私の眠り(My Sleep)から
- ・リスミー:自然の睡眠リズム(Rhythm)に近い眠りをもたらすことから
- ・レンドルミン:眠りにつくことを意味する仏語'endormir から
- ・ロゼレム:健やかな眠りを取り戻し、ばら色の夢を見ましょうとの願いから(Rose REM)

お薬のことで分からないことがありましたら、お気軽にお声かけください。



## 職員紹介コーナー

第41回



# 小町な人

平成23年4月よりアメニティ美幌に勤務しております。

ご利用者に対してのリハビリテーションの実施や、介護技術についての研修会の実施等、微力ではありますが町民の皆様の健康と安全のために日々頑張っております。

リハビリテーションのことで分からないことがあればお気軽にご相談ください。



アメニティ美幌 リハビリテーション科主任  
理学療法士 洲川 統

アメニティ美幌 リハビリテーション科 ☎ 0152-75-2210



## アメニティ美幌 充実の趣味活動

アメニティ美幌の入所・通所サービスでは、毎日たくさんの方々が利用しています。今回はアメニティ美幌で行っている様々な趣味活動について、ご紹介します。

趣味活動は、ご利用者の楽しみや意欲向上、リハビリなどの目的があります。皆さんいつも熱心に行っており、作品の完成度の高さやご利用者の集中力にいつも驚かされています。

デイケア(通所サービス)ではネット手芸や塗り絵、カラオケ、囲碁等、思い思いの時間を過ぎて頂いています。その中で作品作りは皆さんとても上手で素晴らしい作品ばかりです。今は季節感を取り入れた作品作りを行っており、ご利用者の1人が空き容器などで桜の木を作成し、他のご利用者が花紙で桜の花びらに見立てて花を作成しています。皆さん桜の木の完成を心待ちにしています。

2階の入所者は毎週末に季節感を取り入れた趣味活動を行っています。施設内では実際に四季を体感する事が少ないので、活動を通じて数々の作品と共に触れ合う楽しみも生まれています。2月は3月のひな祭りに合わせて、紙皿を使い、お内裏様とお雛様を作成し、食堂の壁に飾っています。

今後も様々な趣味活動を提供できるようにしていきたいです。

介護老人保健施設アメニティ美幌 ☎ 0152-75-2210

### 🦆 編集後記 🦆

北海道にもいよいよ春がやってきました。白一色だった街の景色が華やか彩りに変わります。春の花と言えばやはり桜でしょうか。本州では桜前線がすでに通過し北海道にやってくるのは例年ゴールデンウィークくらい。今年は雪解けが早かったのでもっとも早いかな、と期待してしまいます。私の地元では、桜が梅より先に咲くとその年の運動会は赤組が勝ち、梅が先に咲くと白組が勝つという法則がありました。さて今年は何組が勝つでしょうか。

社会医療法人 恵和会ホームページ <http://www.keiwakai.jp/>

西岡病院ホームページ <http://www.nishioka-hosp.jp/>

- 札幌市豊平区第3地域包括支援センター TEL(011)854-7777
- 西岡水源池通りクリニック TEL(011)584-5512
- 訪問看護ステーション 水源池すずらん TEL(011)584-6800
- アメニティ西岡水源池 ケアプランセンター TEL(011)584-0702
- アメニティ西岡水源池 ヘルパーステーション TEL(011)867-0477
- 札幌市豊平区介護予防センター南平岸 TEL(011)584-1325
- アメニティ西岡水源池グループホーム TEL(011)584-0668
- アメニティ西岡水源池デイサービスセンター TEL(011)584-1350
- 介護老人保健施設 アメニティ美幌 TEL(0152)75-2210
- 訪問看護ステーション 美幌すずらん TEL(0152)75-2310
- 美幌町地域包括支援センター TEL(0152)75-3220
- 美幌町在宅介護支援センター TEL(0152)73-6119
- アメニティ美幌指定居宅介護支援事業所 TEL(0152)73-6119
- 恵庭第一病院 TEL(0123)34-1155
- おびひろ呼吸器科内科病院 TEL(0155)22-3101
- サービス付き高齢者向け住宅おびこハウス TEL(0155)20-3101
- デイサービスセンターリハ・おびこ TEL(0155)20-3102
- ケアプランセンターおびこ TEL(0155)20-3103
- 訪問看護ステーションおびこ TEL(0155)20-3101

- 西岡病院 TEL(011)853-8322
- 介護老人保健施設 アメニティ西岡 TEL(011)854-5510
- 札幌市豊平区第2地域包括支援センター TEL(011)836-6110
- 訪問看護ステーション すずらん TEL(011)853-5252