



健やかライフスタイルを応援！

第88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

〒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

2022年
冬季号

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

令和4年

年頭ご挨拶

社会医療法人恵和会 理事長 西澤 寛俊



令和4年の新春を迎え、ご挨拶させていただきます。

はじめに、新型コロナウイルス感染症でお亡くなりになりました方、そのご家族の方々に心からお悔やみ申し上げます。また、新型コロナウイルス感染症に向き合われました医療・介護従事者の方に深く感謝申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症に対しては、西岡病院、帯広中央病院、恵庭第一病院において、陽性者の入院治療の受け入れ、発熱者の外来診療等の対応を積極的に行いました。加えて、西岡水源池通りクリニック、三和医院も含め新型コロナワクチン接種にも同様に取り組みました。今年もその対応を継続しつつ、地域の皆様の健康を守るための通常診療もこれまで通り行っていきます。

また、介護事業所も感染対策を行いながら、事業を継続してきました。やむを得ず、一部の利用を制限し、ご利用者の皆様にはご迷惑をおかけしたことと存じますが、今年もより良いサービスを提供できるよう職員一同、努力して参ります。

昨年は、東京オリンピック、パラリンピックが開催されましたが、新型コロナウイルス感染症により、生活上の様々な制限、苦悩に終始した1年であったと思います。その中で唯一の明るい話題は、大リーグ大谷翔平選手の日々の活躍と最優秀選手(MVP)の受賞でした。

今年は、国民の生活を支える社会保障制度の充実のほか、3回目の新型コロナワクチン接種の早期実施、新型コロナウイルス治療薬の開発が望まれるところです。

当法人は、「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」という理念のもと、昭和54年に西岡病院を開設、以後40年以上にわたり地域の皆様に支えられ、今日に至っています。このコロナ禍においても、当法人の理念にそった事業運営が必要であると考えています。職員一同さらに研鑽を積み重ね、感染対策を徹底しながら、地域の皆様に質の高いサービスを提供していく所存です。

新たな変異ウイルスの流行が危惧される状況ではありますが、今年こそは平穏な日常を取り戻せることを祈念して、新年の挨拶とさせていただきます。

病気のお話

第78回

心不全死の急増が 予測される多死社会

食事と運動により一層の配慮を

菊池 洋一 医師 外来診療日



帯広中央病院 ☎ 0155-24-2400

午前 火・金曜日 午後 水曜日

超高齢化が加速し、今後は「多死社会」を迎えることとなります。がんに対する治療法は非常に進歩し、共存して生きる時代に突入したといえますが、その一方、今後死因の多くを占めると考えられているのが心不全です。心不全はポンプ機能がうまく働かないために血液が滞る状態で、高血圧や狭心症・心筋梗塞、弁膜症の他、特に不整脈が原因となるケースが多いため注意が必要です。いずれも動脈硬化が進むことで発症しやすく、喫煙が主な原因のCOPD(慢性閉塞性肺疾患)といった呼吸器疾患も関連します。高齢者の中には、大動脈弁の硬化がなかなか発見されずに体調を悪化させているケースも少なくありません。心臓病が悪化すると、肺に悪影響を及ぼすことが多いですが、これからは心臓と他の臓器をトータルで診ていくことも重要です。心臓と



帯広中央病院 菊池 洋一 内科医長

診療科目: 循環器内科、内科

略 歴: 昭和56年 札幌医科大学 医学部 卒

所属学会・団体:

- ・心臓血管外科専門医
- ・日本心臓血管外科学会 (特別会員)
- ・日本胸部外科学会
- ・日本血管外科学会
- ・日本外科学会
- ・日本不整脈学会
- ・日本冠動脈学会
- ・アジア心臓外科学会
- ・日本循環器学会
- ・日本人工臓器学会

腎臓、肝臓の働きは密接につながっており、腹水の要因が肝臓かと思っていたら、心臓が原因だったということもあるからです。心疾患に対する治療法は進化していますが、患者さんによっては痛みを和らげるといった緩和的な医療が循環器の領域にも今後は必要だと考えています。予防に向けてはバランスのとれた食事と運動が何より重要です。積極的に取り組むようにしましょう。



帯広中央病院

☎ 0155-24-2400

冬の乾燥対策は食事から!

新年を迎え、厳しい寒さが続いております。12月～2月は、1年で最も空気が乾燥する時期です。室内の加湿をすることは体の乾燥を防ぎ、風邪やウイルス感染にも効果的ですが、今回は体の内側からも肌トラブルを回避できる栄養素をご紹介します。

肌細胞の原料となるたんぱく質は、肌の代謝を活発にします。肉、魚、大豆製品、卵は積極的に摂取しましょう。

肌表面を覆う皮脂の原料となる必須脂肪酸も大切です。不足すると肌内部の水分が失われやすく

たんぱく質



必須脂肪酸



ビタミンA



なるため、サバやイワシなどの青魚、最近よくスーパーでみかけるエゴマ油、アマニ油などが効果的です。

皮膚や粘膜を正常な状態に保つにはビタミンAの摂取が必要です。ビタミンAは緑黄色野菜やレバーから摂取でき、油と一緒に摂ると吸収率がUPするので炒め物がオススメです!

最後に、空気が乾燥し湿度が下がるほど体から失われる水分量が大きくなります。冬は夏に比べて汗をかきにくい為、気づかないうちに体が乾燥していることがあります。こまめに意識して水分補給に努めましょう。

介護老人保健施設ライフふくまつ

管理栄養士 松田 千永

☎011-583-5000

恵庭第一病院

オンライン診療の開始について

恵庭第一病院では、令和3年12月よりオンライン診療(スマートフォン等のビデオ通話機能を活用して、医師の診察が受けられる受診方法)を開始しました。

対象：当院定期通院の患者様

時間：月曜～金曜の午後(事前予約制)

予約：お電話(☎0123-34-1155)または当院窓口



ホームページ (<https://eniwa-daiichi.or.jp/>) もご参照ください。

職員紹介コーナー

第62回



小町な人

私たちは西岡病院医事課職員です。

笑顔と爽やかさを心掛け日々業務に努めております。

昨年3月から男性職員が仲間入りし、元気と笑顔を前面に頑張っています!

受診時にお困りなことがございましたら、遠慮なくお声掛けください。



西岡病院 ☎011-853-8322

写真左から:小宮 香、勝浦 日那、長澤 翔、石崎 未侑



アメニティ美幌のデイケア(通所リハビリテーション)では、月に2回程度手作りおやつを提供するおやつレクを行っています。11月はプリンに生クリームとフルーツをたっぷり乗せたプリンアラモードとホットケーキの間にあんこを挟んだどら焼きとコーヒーでした。ホットケーキはご利用者の前で焼き、美味しそうな匂いが漂っていました。

いつもより少し豪華なおやつに皆さん喜んで頂けたようです！次はどんなおやつが出るでしょうか。お楽しみに!!



介護老人保健施設アメニティ美幌
☎0152-75-2210



編集後記

今年2月から中国・北京にて冬季オリンピックが開催されます。日本選手の活躍が本当に楽しみです。寒い日が続き、運動不足になりがちですが、適度な運動とバランスのある食事で活力のある毎日を過ごしたいですね。

社会医療法人 恵和会 / 事業所案内

詳細はこちらからご確認いただけます。 <http://www.keiwakai.jp/>

- 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
- 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 ライフふくまつ TEL(011)853-5000
- 札幌市南区第1地域包括支援センター TEL(011)867-0710
- 札幌市南区介護予防センター澄川 TEL(011)589-1295
- 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
- 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
- 帯広中央病院 TEL(0155)24-2200
- 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 スローライフ おびこ TEL(0155)20-3102
- ケアプランセンター 帯広中央 TEL(0155)20-5000
- グループホーム どんぐり TEL(0155)43-4700
- グループホーム かしわ TEL(0155)58-2002
- デイサービス スローライフ なごみ TEL(0155)32-5552
- デイサービス 木野 TEL(0155)32-5558
- 三和医院 TEL(0146)36-3101

社会医療法人 恵和会で

共に
働きませんか?



正職員として働きたい方はもちろん、週に何日か短時間で働きたい方などそれぞれのライフスタイルに合わせて働くことができます。まずはお気軽にご連絡ください。

お問い合わせ先

- 札幌・恵庭事業所 … 西岡病院 ☎011-853-8322
- 帯広事業所 …… 帯広中央病院 ☎0155-24-2200
- 美幌事業所 …… アメニティ美幌 ☎0152-75-2210