

慈啓会シャトルバス停留所



円山地区シャトルバス時刻表

土曜日は⑥便までの運行となります

区分	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
病院 発	8:00	8:50	10:10	11:30	13:00	14:30	16:00	18:00
特養職員玄関前→老健	～経由～							
JRV(以啓会前)以啓会	↓	8:52	10:12	11:32	13:02	14:32	16:02	↓
旭ヶ丘3丁目	↓	8:53	10:13	11:33	13:03	14:33	16:03	↓
双子山郵便局前	↓	8:54	10:14	11:34	13:04	14:34	16:04	↓
西友旭ヶ丘店(西友駐車場前)	↓	8:55	10:15	11:35	13:05	14:35	16:05	↓
円山公園駅前	8:10	9:01	10:21	11:41	13:11	14:41	16:11	18:08
南3条西24丁目	↓	9:02	10:22	11:42	13:12	14:42	16:12	↓
南5条西24丁目	↓	9:03	10:23	11:43	13:13	14:43	16:13	↓
南7条西24丁目	8:12	9:04	10:24	11:44	13:14	14:44	16:14	↓
ラルズ前	↓	9:05	10:25	11:45	13:15	14:45	16:15	↓
啓明ターミナル前	↓	9:08	10:28	11:48	13:18	14:48	16:18	↓
病院 着	8:20	9:13	10:33	11:53	13:23	14:53	16:23	18:20

山鼻地区シャトルバス時刻表

土曜日はA便・B便のみの運行となります

区分	A	B	C
病院 発	9:30	10:50	13:40
特養職員玄関前→老健	～経由～		
啓明ターミナル前	9:32	10:52	13:42
南15条西18丁目(ラーメン伏見前)	9:33	10:53	13:43
南17条西17丁目(スーパーシガ前)	9:34	10:54	13:44
南20条西15丁目	9:35	10:55	13:45
タイヤ館前	9:36	10:56	13:46
南26条西13丁目	9:37	10:57	13:47
レクスス薬岩前	9:38	10:58	13:48
南警察署前	9:39	10:59	13:49
北海学園大学工	9:40	11:00	13:50
南23条西11丁目(ドコモショップ石山通店前)	9:41	11:01	13:51
南21条西11丁目(北洋銀行石山通支店前)	9:42	11:02	13:52
南19条西11丁目(月島元前)	9:43	11:03	13:53
南19条西14丁目(日本興亜社員専用)	9:44	11:04	13:54
南19条西15丁目	9:45	11:05	13:55
病院 着	9:50	11:10	14:00

※日曜・祝日は運休しております。
※道路状況及び雪害等で遅れる場合があります。

地域社会に根ざし 一人ひとりのこころの支えとなる 良質な医療を提供します

あさひが丘 No.55

慈啓会病院だより 平成25年10月発行

ご挨拶

診療部長 多羅澤 功



4月より勤務させていただいております多羅澤功と申します。珍しい名字ですので出身地を聞かれることが多いです。出身は東京ですが、名の由来は長野にあります。印象に残りやすいためか、よく名前を覚えていただけるのはありがたいことです。

私はこれまで札幌医科大学附属病院、小樽協会病院、慈啓会病院(今回で2回目です)、同交会病院、道立江差病院、恵佑会第2病院にて、消化器内科を中心に血液疾患や悪性腫瘍、地域医療、緩和医療に携わってまいりました。

特に消化器癌の患者様を多く見てきましたが、その中には残念ながら癌を完治させることができず、終末期まで進行してしまう方もいらっしゃいます。癌が進行するにつれて体の痛みだけでなく、精神的な苦痛や死への恐怖など、癌患者の抱える苦痛は想像を絶するものと思います。そのような苦痛を少しでも取り除いてあげられたらとの思いから、緩和医療を学んでまいりました。

癌の痛みにはモルヒネという麻薬性鎮痛剤が

使われることが多いのですが、この薬については多くの方が誤解されております。「麻薬」という言葉のイメージから「麻薬中毒になる」「寿命を縮める」「最後の手段」など、あまり良い印象をもたれない薬ですが、医療の場で適切に使用された状態では精神依存はなく、使用することによって寿命を縮めることもありません。

以前は確かに癌の最終段階になってから使用されるケースがほとんどでしたが、痛みの強さと癌の進行は必ずしも一致しないことが知られるようになり、むしろ最近では痛みがある場合、早い段階から癌治療と平行して麻薬などによる疼痛緩和を積極的に行うことが推奨されています。副作用はやはりある程度は起きてしまいますが、今は副作用対策の薬もありますし、鎮痛剤の種類の変更や併用など、それぞれのケースで使い分けることができます。

痛みは生活の質を著しく低下させます。癌の場合、我慢は美德にはなりません。モルヒネを使い始めて「楽になった」「もっと早く使ってもらえばよかった」という声をよく聞きました。

癌に限らず、他の病気においても苦痛はつらいものです。そういった苦痛を軽減できるよう助力できればと考えておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

社会福祉法人 さっぽろ慈啓会 **慈啓会病院**
〒064-8575 札幌市中央区旭ヶ丘5丁目6-50
TEL: (011)561-8292 FAX: (011)551-3862
http://www.sapporojikeikai.or.jp/

インフルエンザワクチン接種のご案内

札幌市在住	区分	料金
	60歳未満	¥3,150
60歳～64歳	一定の障害を有する	¥1,000
	生活保護・住民税非課税世帯	¥0
札幌市以外在住	※地域による助成がある場合はその料金	¥3,150

※10月21日(月)から接種開始の予定です。

第40回健康教室より「飲み込みについて」

～いつまでも美味しく食べ続けるために～

リハビリテーション部 言語聴覚士 山形 郷子

健康教室には多数ご参加いただき、ありがとうございました。今回はその中から一部をご紹介します。

■むせやすいときには…

“早食いは、ムセの元”
集中してゆっくり食べる。
テレビを消して、よく噛んで。
コップから直に飲むより、ストローで飲む。

■汁物・飲み物にトロミをつける

トロミ調整食品で必要なだけトロミをつけます。トロミをつけることで、のどを通過するスピードが遅くなり、むせにくくなります。(薬局で購入できます)

■日頃から

食べることも運動の一つです。食べる力は身体の筋力と関係します。特に首や上半身の筋肉は重要です。気をつけて美味しくいただくために、生活習慣病を予防、管理し、心身ともに健康でいられるよう、生活を工夫しましょう。

■嚥下外来のお知らせ:毎週木曜日 13:30~17:00

ムセやすい等、飲み込み(嚥下)でお困りの方はお気軽にご相談下さい。なお、診察には予約が必要ですので、外来までお問い合わせ下さい。

医療相談室 ~新人職員紹介~

精神保健福祉士 北澤 周子

4月より医療相談室にて精神保健福祉士として勤めております。

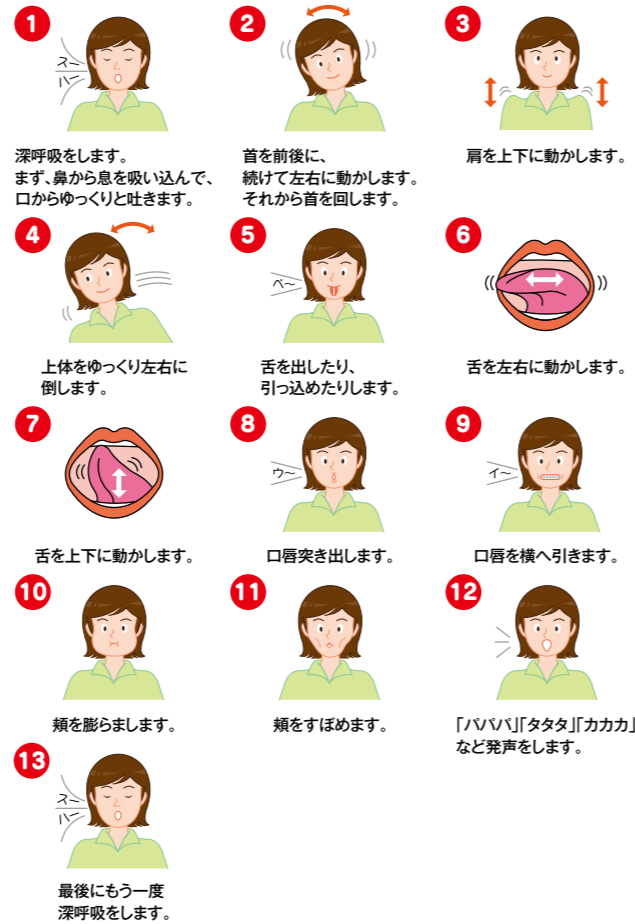
主に認知症病棟と物忘れ外来の相談業務を担当しています。

物忘れ外来では地域住民の方より物忘れ外来の検査と診察の希望があった際の窓口となっています。地域住民の方が安心して医療を受ける事が出来るように、地域の皆さまの気持ちに沿って参りたいと思っています。

現状に満足することなく、日々精進して参ります。まだまだ未熟ではございますが、地域社会の力となれるように取り組んで参りますので、宜しく願い致します。

■日常生活で取り入れられる体操

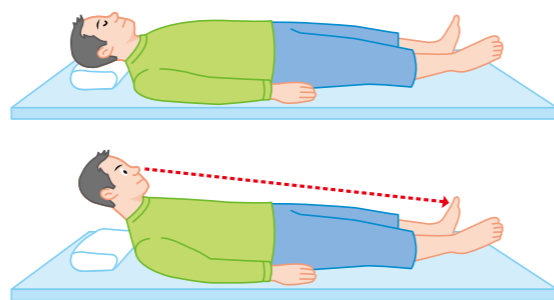
“嚥下体操”お食事前の準備運動に…



■頭部挙上訓練

飲み込むときの筋肉を鍛えます。

下の図のように、仰向けになり、肩を床につけたままつま先を見るように頭を持ち上げます。ちょっときついな、というところまで持ち上げつづけます。例えば、20秒、30秒、1分。気をつけていただきたいのは、呼吸を止めないことと、食後は避けることです。効果は抜群ですよ!



第21回 札幌慈啓会 福祉病院学会

日時 2013年10月19日(土)

会場 社会福祉総合センター
札幌市中央区大通西19丁目

●交通のご案内/地下鉄東西線 西18丁目駅下車(1番出口)
JRバス・中央バス「北1条西20丁目」バス停下車

参加費
無料



●公開講座(13:10~14:40)

道民カレッジ連携講座2単位

「インフルエンザ・ノロウィルスの予防と治療」

慈啓会病院 診療部長 宮地 佐栄

「クスリの話」

慈啓会病院 薬剤師 岡本 秀康

●研究発表(14:40~17:20)

・札幌慈啓会職員研究発表…16題

お問い合わせ先

札幌慈啓会研究研修センター

TEL.011-561-8291 FAX.011-531-7670

糖尿病教室

～私たち、糖尿病療養指導士です!!～



管理栄養士 角張敬子 看護師 関田真実

糖尿病は、症状を感じることなく進行しがちであるとともに、合併症を併発しやすい病気です。合併症としては糖尿病性腎症・神経障害・網膜症が主ですが、近年は歯周病など口腔内の症状も注目されています。

内科の受診での血液検査も大切ですが、眼科や歯科にて定期的に受診し、合併症を早期に見つけ対応する事も忘れないでください。

当院で開催中の糖尿病教室では、糖尿病の基本から合併症や治療などを、より分かりやすくお伝えできる事を目指して、各スタッフが取り組んでおります。お時間があれば、ぜひ一度ご参加ください。

当院では平成24年4月から糖尿病教室を開催しています。各専門分野を活かし、患者様の支援をさせていただくために、毎月テーマを変えて今回で3期目に入りました。お気軽にご参加ください。

開催日	テーマ	講師
第15回 8月21日	「糖尿病の合併症」 ～糖尿病性腎症について～	医師 (川人 由美子)
第16回 9月18日	「糖尿病と運動について」 ～今のうちに「野郎」をしましょ～	理学療法士 (西本 理恵)
第17回 10月16日	「よくわかる食事療法」 ～野菜や果物、粗食、飲酒について～	管理栄養士 (角張 敬子)
第18回 11月20日	「知って安心、糖尿病の薬」	薬剤師 (小川 敦子)
第19回 12月18日	「糖尿病性神経障害について」	看護師 (関田 真実)
第20回 1月15日	「糖尿病の検査」 ～糖尿病と血糖値～	臨床検査技師 (町野 美江)
第21回 2月19日	「糖尿病ウソとホント」 ※第21回の開催時間のみ12時～12時30分になります	医師 (川原田 信)

開催日: 毎月第3水曜日
時間: 11時~11時30分
場所: 病院1階内科外来待合

開催テーマは変更になる場合がございます。ご了承下さい。

慈啓会病院 糖尿病診療チーム

(株)アスピック創立50周年記念事業で医療器具の贈呈がありました



当院清掃業務請負会社(株)アスピック様は、平成25年6月4日で創立50周年を迎えられました。この度「医療・福祉・観光施設」へ記念事業として、当院へ車椅子等医療器具の贈呈がありました。大切に利用させていただきます。