



医療法人 腎愛会

腎愛会ニュース 第35号

上山病院

内科 腎臓内科 人工透析内科 循環器内科 血管外科

うえやま腎クリニック

内科 人工透析内科 形成外科

<企画・発行>

医療法人 腎愛会

鹿児島市宇宿3丁目17-6

2002年1月1日発行

<http://www.jin-ai-kai.or.jp>



○理念

私たちは、豊かな人間愛をもって、常に最良の医療を求めて最善を尽くします。

○基本方針

- 1) 質の高い医療を追求するために、たゆみなく研鑽します。
- 2) 医療人としての誇りを自覚し、公共のために行動します。
- 3) 温かい医療を提供するとともに、地域のために貢献します。

新年のご挨拶



上山 達典

平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

おかげさまで当院は「上山内科クリニック」として開設されてから40年目を迎えました。ここまで来られましたのは、患者の皆様、ご家族の皆様、地域の皆様、そして関係者の方々のお力添えのたまものと感謝しております。

2019年は、9月、10月の台風による自然災害が発生し、鹿児島でも7月の豪雨によって、多数の被害に見舞われました。継続的な治療を要する透析患者様を抱えている当法人でも、改めて災害時における医療提供機能の維持の体制を考えさせられる機会となりました。

2020年1月は元号が令和になってから、初めての正月を迎えることとなりました。今年もまた、東京オリンピックや鹿児島国体などさまざまなイベントが開催されます。2019年ラグビーワールドカップと同様に深い感動を得られることを期待しております。また、本年は2年に一度の医療報酬改定が行われます。報酬体系全般を大きく動かした2018年の医療・介護同時改定の方向性を2020年も継続させていくものと思われ、その中でも、医療機関の機能分化や連携強化、医療と介護の役割分担と切れ目のない連携が重要であると考えられます。

腎臓疾患医療に関しましては、透析治療を開始せざるを得なくなった方々の平均年齢が69.68歳、75歳以上の透析導入患者様が32,324名(41.7%)と、透析導入患者様の高齢化が進んでおります。人口高齢化により、今後も透析導入患者様の高齢化は進んで行くものと思われ、腎愛会はこれからも心臓・血管・腎臓・透析治療に加え、形成外科、分子栄養療法を行う医療機関としての専門性をより高め、上山病院、うえやま腎クリニックで地域医療の一翼を担う地域の「かかりつけ医」としての体制づくりに取り組んでいきます。高齢者福祉複合施設光陽、ビューティコアサポートや株式会社ユーエスケイ企画とともに、介護や予防医療、医療材料等のことまで対応できる、地域の皆様にとって身近で頼りがいのある存在でありたいと願っております。

今年も一層のご支援・ご厚誼を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

医療法人 腎愛会 理事長 上山 達典

腎愛会ニュース 第35号 紙面内容

- | | |
|--------------------------------|---|
| 腎愛会 理事長
「新年のご挨拶」 | 1 |
| ビューティコアサポートコラム⑩ | 2 |
| たつる名誉会長の何でも相談室
介護相談会を開催しました | 3 |
| 腎愛会のあゆみ
じんあいレシピ | 4 |
| 腎愛会INFORMATION | |

株式会社 ユーエスケイ企画 Useful(有益)
 鹿児島県鹿児島市宇宿4丁目39番12号
 Tel.099-264-0862 fax.099-264-0863

Sincere(誠実)
Kind(親切)

事業内容…医療機器、健康機器各種販売及び修理業
 人材派遣 損保ジャパン日本興亜代理店
 取扱商品…病院設備全般 ディスポーザブル用品全般
 衛生材料 介護消耗品 介護機器

ビューティーコアサポート コラム⑩

明けましておめでとうございます。今年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

さて、2018年の日本の平均寿命女性 87.32歳、男性 81.25歳で共に過去最高を更新したと報告されました。1947年の平均寿命が女性 53.96歳、男性 50.06歳を考えると驚異の長寿化が進んでいます。時間が変わると、生き方が変わります。平均寿命が延びるにつれ、定年退職の年齢が変わってきました。1986年に60歳定年が始まり、2000年には65歳までの雇用確保措置を努力義務化となり、今では70代、80代でも活躍されている方が多くいらっしゃいます。

そしてそれとは反対に2018年日本の出生率は、91.8万人と過去最低を更新しており、「死ぬまで働かないと生活できない」、そんな社会がやってこようとしています。10代ではあまり見られない見た目年齢の差は、30歳頃から見え始め、70代では明らかです。これは細胞年齢を反映していると言えます。生き生きと活躍されている方がいらっしゃる一方、病氣三昧、薬漬けなんて方もいらっしゃいます。その差は自己の“意識”の差もあるのではないのでしょうか？自分の自由選択を積み重ねた結果が、身体にも出ているように感じます。そして現在は医療の発展のお陰で、なかなか死ねない時代になりました。

今後は、どのような70代、80代でありたいかを見据え、遅くとも30代からは意識したメンテナンスを始めることが薦められます。これからの人生設計では、お金だけでなく、健康面も含めて検討してみたいかがでしょうか？



ビューティーコアサポート外来 担当医師 上山 菜穂

たつる名誉会長の何でも相談

腎愛会名誉会長 新村健（にいむら たつる）の執筆アーカイブをお送りいたします。

「めまい(眩暈)がするのですが」という訴えをよく耳にします。

「眩暈」といっても、診断する側ではいろんなことを想定してみないといけないので、「どんな眩暈ですか？」と尋ね返します。

「眩暈」の症状は非常に多岐にわたり、「自分がグルグル廻るようだ」「壁や天井が廻る」「目が廻る」というような「回転性のめまい」と言われる眩暈、「船に揺られているようだ」とか「宙に浮いているようだ」と言う「浮動性の眩暈」、あるいは「目の前が真っ黒くなって気を失う」「脳から血が引いて行くようだ」などの「失神性眩暈」などがあり、それらを見分けて、その原因となる疾患を考えなければならないからです。

長く寝ていて立ちあがったときや、血圧の薬を飲んでいるときなどは「起立性低血圧」を起こして目の前が暗くなるようだという訴えが多いです。自律神経失調症の人や更年期障害の人は、体が宙に浮いているようだと言われます。また、メニエール病の人は、突然起こる回転性の眩暈に難聴や耳鳴りなどがあり大変苦勞しておられます。小脳の血管障害では、激しい眩暈と頭痛・嘔吐を起こし、立って歩けないようになることがあります。

このような特別な病気でないのに起きる眩暈は、高齢者になると加齢から来るふらつきが多くなります。また不眠を訴えて睡眠導入剤・抗うつ剤・抗不安薬等を服用することが多くなり、また高血圧の薬を飲んでいる場合も多いので、薬剤が誘因となっている眩暈が非常に多いと思われまので注意してください。

(腎愛会 名誉会長 新村 健)^{たつる}

介護相談会を開催しました

介護相談会

介護・福祉の茶のん会 in 上山病院


介護のことでお困りではありませんか？

2019年11月24日(日)9時~12時
上山病院 待合室 参加費：無料

ご相談には、看護師 ケアマネージャー 介護福祉士
理学療法士 社会福祉士が対応いたします。

介護・福祉・看護に係ることであれば、相談内容は問いません。お気軽にお越しください。当法人のスタッフが対応いたします。守秘義務は遵守いたします。

お問い合わせ先 上山病院 099-255-2773 担当 脇田



11月24日(日)上山病院にて、「介護・福祉の茶のん会 in 上山病院」と題して、介護相談会を開催しました。あいにくの天気で、ご来場いただけるか心配いたしましたでしたが、たくさんの方々にご来場をいただきました。看護師、理学療法士、ケアマネージャー、介護福祉士等、様々な職種が参加し、それぞれに相談ブースを設置いたしました。施設入所に関するご相談や介護に関するお悩み、リハビリテーションのご相談等、たくさんのご相談をいただきました。このような相談会を実施して、少しでもお悩みが解消されればなと思うところでした。今回、初めての試みでしたが、次回はもっとたくさんの方々にご参加いただけるよう、様々な計画を立てていきたいと思っておりますので、ぜひご来場ください。また、この介護相談会に限らず、上山病院、高齢者

福祉複合施設 光陽では、ご自身やご家族の介護、福祉制度に関する悩み事について、ご相談を承っておりますので、ぜひ、ご連絡ください。



地域連携室 脇田 拓郎

腎愛会のあゆみ

■腎愛会 30周年記念誌「邁進」(平成23年刊行)より「開院30周年によせて」川迫 福美さん(当院職員)

腎愛会上山病院の創設30周年おめでとうございます。心よりお祝い申し上げます。

思い返せば、私が上山病院を勤務するようになって早25年がたちました。

私自身振り返ってみると看護経験3年目にして上山病院に就職し、透析に携わった当初、いろいろな思いや経験をしました。就職当初は、見慣れぬ機械類にドキドキし、聞きなれない専門用語に穿刺、回収へと技術を習得する中で、患者さまやスタッフの人間関係でも緊張しましたが、さまざまな経験が自信につながったと思います。

平成11年より当院でも腹膜透析を導入した事から6年前から腎臓病教室を発足し、講師として携わるようになりました。患者さまに自分の病気の理解や日常生活の管理の理解、病気の進行を防ぐこと、また、透析に進行しても不安を最小限にできるように難解な表現は避けるように工夫し、説明を行っています。腎臓病疾患の患者様が予後予測のもと治療に参加ができるよう今後も地域密着型医療施設としての患者教育や患者獲得に努力していきたいと思っております。

昨年、この歳になって学ぶ機会に恵まれ、看護学校へ通うことになり、数年ぶりの授業に課題レポート、単位認定試験、質問だらけの実習といろいろと大変なことが多いですが、このモチベーションを最後まで持ち続けられるように初心を忘れず、前向きな自分でいたいと思っています。

この記念すべき年に病院の新築がなされ、また看護面でも機能評価や各プロジェクトなどを目指し、新看護体制の導入により患者さまに対するケアの充実が測れるなど、一段と充実した医療活動が行えるようになりました。私も日夜進歩しつづけ、医療に遅れることのないよう、常に研鑽を積んでよい看護が行えるよう決意を新たにし、できるかぎり患者さまの声に耳を傾け、患者さまの苦痛を和らげることでできるよう学んだ知識を活かしこれからの看護師の職業に誇りをもって看護に携わっていきたく思います。

25年勤務させて頂いていることを心より感謝し、今後とも上山病院のますますの発展のために微力ながら尽くして参りたいと思っております。



当時の川迫さん

☆赤魚の揚げ煮☆

材料(1人分)

・赤魚	60g	A	・生姜	2g
・料理酒	4g		・淡口醤油	4g(小さじ1弱)
・小麦粉	3g		・濃口醤油	3g(小1/2)
・サラダ油	適量		・みりん	2g(小1/3)
・大根	50g		・砂糖	1g(小1/4)
・にんじん	20g		・かつおだし	60cc
・しいたけ	1個		・ねぎ	適量



エネルギー	160kcal
たんぱく質	11.6g
塩分	1.2g
カリウム	433mg
リン	145mg

作り方

- ① 赤魚は酒にしばらく浸け、小麦粉をまぶして油で揚げる。大根、にんじんは半月切りにし、下茹でをしておく。
- ② Aと①としいたけを鍋に入れ沸騰させ、弱火で20分ほど煮る。
- ③ 器に盛りつけ、ねぎを散らして完成♪

人気メニューシリーズ① ~赤魚の揚げ煮~

魚を揚げた後に煮るという工程は少し面倒ではありますが、煮付けとはまた一味違う美味しさになります。ご飯によく合う、当院人気の一品です(^_^)
大根をおろしてみぞれ煮にするのもオススメです♪

●○地域連携室日記○● 朝、布団からなかなか出ることができない季節となりました。寒いと体に力が入り、猫背になりがちです。肩が凝りやすくなり、私は、凝りがひどくなると前引き、鹿児島弁で「へっがまわっ」た状態となり、痛みを感じるようになります。呼吸が浅くなり、背中の筋肉が固く、引っ張られている状態なっています。そのような時は、体を動かすことでどうにかしたくなります。

私が最近取り入れているリフレッシュ法をご紹介します。「バンザイ」です。両手を挙げて、胸を開きます。「こんなに縮こまっていたんだ。」と気が付きます。胸を開くと背中が緩み、肺も広がり、呼吸もしやすくなります。気分も前向きになります。両手を挙げて暗い気持ちにはなれません。どうぞ一度、お試してください。

地域連携室 上林房 里恵

☆ 腎愛会 INFORMATION ☆

上山病院

〒890-0073 鹿児島市宇宿3丁目17-6
TEL.099-257-2277 FAX.099-252-0722



診療科目 内科・腎臓内科・人工透析内科・循環器内科・血管外科

病床数 40床(医療療養病床)

診療時間 9:00~13:00 14:00~18:00 ※予約診療も受け付けています。
(午前受付12:30まで、午後受付17:30まで)

夜間透析 17:00 ~ 23:00(月・水・金)

休診 日曜日・祝祭日・木曜日午後
※ただし、急患はこの限りではありません。

診療内容・一般保険診療
・禁煙外来(保険での禁煙治療)
・鹿児島市いきいき受診券での特定・長寿・一般健診
・学校腎臓・糖尿検診実施医療機関
・個人健康診断

法人本部

〒890-0073 鹿児島市宇宿3丁目21-5
TEL.099-259-8811 FAX.099-259-8469

うえやま腎クリニック

〒890-0073 鹿児島市宇宿4丁目39-20
TEL.099-275-3211 FAX.099-275-3212



診療科目 内科・人工透析内科・形成外科

診療・施術時間 10:00~17:00(受付16:00まで)

休診 日曜日(ビューティーコアサポート外来は日曜・祝日休診)

ビューティーコアサポート外来



お問い合わせ 電話 090-7925-3211

高齢者福祉複合施設光陽

〒890-0073 鹿児島市宇宿3丁目22-10
TEL.099-257-5455 FAX.099-257-5445



訪問看護ステーション光陽 TEL.099-257-5210
ケアプランセンター光陽 TEL.099-257-5211
デイサービス光陽 TEL.099-257-5212
サービス付き高齢者向け住宅光陽 TEL.099-257-5455