JinAiKaiNews 腎愛会ニュース
No.44
2022 Apr.
医療法人 腎愛会
上山病院　うえやま腎クリニック　高齢者福祉複合施設 光陽
▲腎愛会ホームページへ

第44号に寄せて

日頃より当院の運営に多くのご理解、ご支援を賜り感謝を申し上げます。

昨年度も新型コロナ感染症対策中心の運営となり、診療に大きな制限をかけてしまう結果となってしまいました。特に今年 1 月頃からのオミクロン株による「第 6 波」は、都市部のみならず、鹿児島県でも過去最多の感染者が確認され、蔓延防止等重点措置の発表から日常生活に様々な影響を受けました。透析治療を行っている当院でも、外来透析患者様の新型コロナウイルスの感染が確認されたり、職員の陽性が判明したりと、多くの方々にご迷惑をおかけしました。しかし、医療安全管理部、感染対策委員会を中心とした感染拡大防止の取り組みと、当院に関連する医療機関等の皆様のご協力とご支援により、院内クラスターを発生させず、今日に至ることができました。厚く御礼申し上げます。今後も全職員の感染予防の徹底と、感染疑い透析患者様の検査体制、有症患者のゾーニング設定を継続し、コロナ対策に柔軟に対応して参りたいと考えております。

また、今年は報酬改定がなされました。厚生労働省は、要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を継続的に進めています。これに関連するように、各改定に関する資料の中で『医療機関・介護事業所間の連携や医療職種・介護職種間の連携』、『医師・医療従事者の働き方改革の推進』、『実効性のある医師偏在対策の着実な推進』の改革を着手して、病院の機能分化、集約化を推進し、医療機能体制の整理を示しております。団塊の世代が 75 歳以上となる 2025 年に向け、大きく厳しく変改していく制度の中、私たち腎愛会は、その時の状況にしっかり適応できるように努力を続け、できる事を精一杯していけるように、地域の皆様とともに歩み、成長し続けられるようにと考えています。

これからも感謝と笑顔を忘れず日々取り組んでまいります。

今後ともご支援ご指導の程、よろしくお願いいたします。

医療法人 腎愛会 上山病院
寺口　記代

Jin・Ai・Kai Family History

Episode 4

腎愛会は、今年で42周年を迎えることができました。長年現場を支えてこられた、医事課　波江野さん(勤続36年)に、これまでの経験を振り返りながらインタビューを行いました。

入職して何年目ですか？

1987年(昭和62年)1月21日に入職しました。36年目です。

腎愛会に入ったきっかけはなんですか。

専門学校の紹介で入職しました。病院の横隣に牛小屋があったことを今でも懐かしく覚えています。

私だけが知っている腎愛会の秘密を教えてください。

私が入職した当時は、医師は上山理事長1名だけで、外来の診察をしながら、透析室、病棟の回診、腎生検・シャント手術をされていて、年中走り回られていた印象でした。そんな多忙を極めた理事長が怒った時には、それはもう桜島が大噴火したかのようで、誰にも止められない程でした。そしてそのバイタリティは透析治療にも注がれていて、平成7年に『PUSH/PULL HDF 上山式』の特許を取得し、透析液水処理においても診療報酬点数に反映される随分前から取り組まれていました。

医療人として日々心掛けていることはなんですか。

病院の受付は患者様が一番目に接する場所です。明るく元気におひとりおひとりに向き合える対応を目指しています。そのためには心の余裕が必要かなと思います。少しの余裕があれば、患者様のちょっとした変化に「大丈夫ですか？」とお声をかけられると思います。

勤続20年時の表彰の様子

平川相談役（初代事務長）　本人　理事長

これからの抱負。

心も体も健康にしてあともうちょっと頑張りたいですね。

今、後輩に伝えたいこと。

「人の心は対面で話をしないと分かり合えない。」と思っています。人から聞いたりだとか、相手がどう思っているとか、他から聞くより直接話をした方が、その方の気持ちの大きさや、伝えたい本質もわかりますし、お互い通じ合えるのでとても大切だと思います。自分の目で確かめて仕事をしてほしいと思います。

ビューティー・コア・サポート★　コラム 18

私の花粉症対策は”ビタミンD”

ビューティー・コア・サポート★院長の上山です。

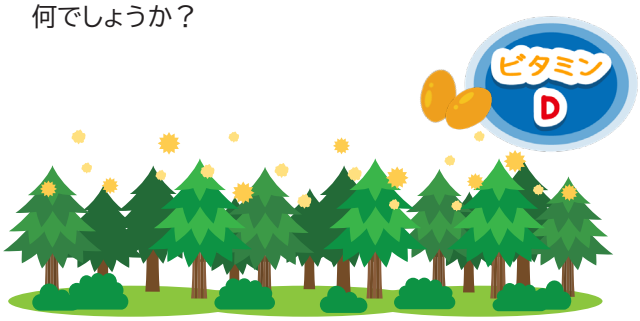
最近、花粉症の症状が出ている方が多いのではないでしょうか？

私も数年前の春、突然の鼻水と目のかゆみ症状を認め、抗アレルギー剤を飲んだことがあります。なぜ、あの春だけ花粉症を発症したのか？不思議に思っていました。

何が違うのか考えたところ、住んでいた場所と生活リズムの影響ではないかと。これまで住んでいた中で、最も北に位置した地域に移動して 2 年目であり、生活スタイルとしても日光にあまり当たらない 2 年間だったと思います。

その後、年々南へ移動し、分子栄養学的取り組みをするようになり、薬いらずとなりました。花粉症の症状がでて約 2 年後のビタミン D 血中濃度が 25-OHD 32.5ng/ml と欠乏症ぎりぎりでしたので、症状が出ているときはもっと低かったと思われます。最近のビタミン D 血中濃度は 80ng/ml を維持しています。ビタミン D が関与する疾病は、花粉症だけではありません。大腸癌や乳癌、糖尿病、高血圧症、心筋梗塞や鬱病など多岐にわたります。疾病予防からみた至適値は 50 ～ 80ng/ml と言われています。元気な状態であるためには、もう少し摂取してもよさそうです。

花粉症で困っている方は、ビタミン D 不足である可能性も高いため、花粉症のみならず、病気予防のためにも一度ビタミン D 血中濃度を測定されてみては如何でしょうか？



ビューティー・コア・サポート★ 担当医師 上山 菜穂

じんあいレシピ

赤魚のとろろ蒸し

エネルギー …… 102 kcal
たんぱく質 ……12.2g
塩分 …… 0.6g
カリウム …… 411mg
リン …… 132mg

上山病院伝統の味シリーズ④
～赤魚のとろろ蒸し～

蒸した長いものふんわりした食感を楽しむことができる一品です。魚は鯛・タラ等の白身魚でも美味しく頂けます。

材　料（1 人分）

- 赤魚 …… 60g
- 塩 …… 0.1g
- 料理酒 …… 2g
- 長いも（すりおろし） …… 30g
- にんじん（千切り） …… 15g
- ほうれん草（一口大） …… 30g
- レモン　くし切り …… 1個
- 濃い口しょうゆ …… 2g
- みりん ……1g
- 料理酒 ……1g
- 上白糖 …… 0.5g
- だし汁（かつお） …… 10g

使用器具

蒸し器（あらかじめ温めておく）

作り方

① 赤魚は塩・料理酒をかけ下処理をする。
② にんじん・ほうれん草はカットし茹でる。
③ 器に①･②をきれいに盛り付け、赤魚の上にすりおろした山芋をかける。
④ 器ごと蒸し器に入れ、魚に火が通るまで蒸す。
⑤ 蒸しあがったら、混ぜ合わせた調味料を上からかけ、レモンを添え完成。

光陽インフォメーション

サービス付き高齢者向け住宅「光陽」

お問い合わせ　TEL 099-257-5455

● **タイプⅠ**　【お1人部屋】26㎡(7.8坪)

（家賃）50,000円～52,500円
（共益費）5,000円
（生活相談サービス費）26,400円
合計　81,400円～＋食費(47,430円＝30日×3食(普通食))
＝128,830円～※

※介護保険サービス等のご利用がある場合は、こちらの金額に一部負担金が加算されます。水道・電気・ガスは別途契約です。

日当たり良好！
商業施設も近くにあり立地条件がとても良いです。

アクセス

- バスでお越しの場合　市営脇田バス停　徒歩5分
- 市電でお越しの場合　市電脇田電停　徒歩5分
- JRでお越しの場合　JR宇宿駅　徒歩7分

地域連携室日記

「春といえば」どんなことを連想されるでしょうか。寒い冬が終わり、入学式や桜、お花見、おいしい食べ物などいろいろイメージする人が多いのではないでしょうか。新型コロナ感染症の広がりとともに気軽に外出することが難しくなりストレスを抱えている方も多いことと思います。私は、春を楽しむためドライブをしながらお花見や温泉の立ち寄り湯などを楽しみたいと思います。

旬のものや体を動かすことなどあなたならではの新しい春を堪能してみてはいかがでしょうか。

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

▲上山病院ホームページへ

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
(午前受付12:30まで、午後受付17:30まで)

電話予約受付　14:00～17:30

夜間透析　17:00 ～ 23:00(月・水・金)

休診　日曜日・祝祭日・木曜日午後・土曜日午後
※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
- 企業集団健康診断

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

▲うえやま腎クリニックホームページへ

診療科目　人工透析内科・形成外科

診療時間　9:00～17:00(受付16:30 まで)

休診　日曜日

ビューティー・コア・サポート★(自由診療)

お問い合わせ　TEL.090-7925-3211

診療・施術時間　10:00～18:00
(受付17:30 まで)

▲ビューティー・コア・サポート★ホームページへ

休診　日曜日・祝日 ※不定期で日曜営業あり

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

▲光陽ホームページへ

サービス付き高齢者向け住宅光陽　TEL.099-257-5455
ケアプランセンター光陽　TEL.099-257-5210
ヘルパーステーション光陽　TEL.099-257-5212

グループ本部

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