



けんこう だいいち

【理念】

患者さまの立場に立ち、その方の終生にわたり健康を支え、質の高い診療と心地よい療養環境を提供します。

【基本方針】

- ★ 患者様のニーズと負担を考慮し、適正で効率的な医療を提供します。
- ★ 医療スタッフによる十分な説明と患者さまの選択に基づく開かれた医療を進めます。
- ★ 地域に根ざし、患者さまに終生かかわり合いを持つ医療を目指します。
- ★ 患者さま、職員にとって「心地よい環境」の向上に努めます。



《 INDEX 》

- | | |
|------|-----------------------|
| P. 1 | 表紙 <シロツメクサ> |
| P. 2 | 栄養相談のご案内 |
| P. 3 | ナースこーる ～夏と冬で違う？食中毒の話～ |
| P. 4 | 介護保険サービス利用の流れ |
| P. 5 | 院内講話が開催されました |
| P. 6 | 倉敷けんしんのご案内 |
| P. 7 | 肺炎球菌ワクチン接種のご案内 |
| P. 8 | 歯科医師紹介 |

栄養相談のご案内

当院では、管理栄養士による栄養相談を行っています。

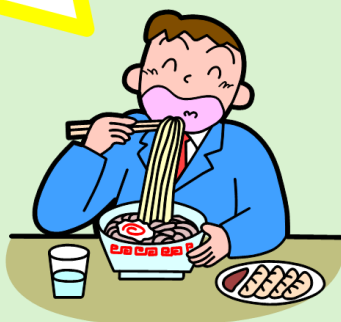
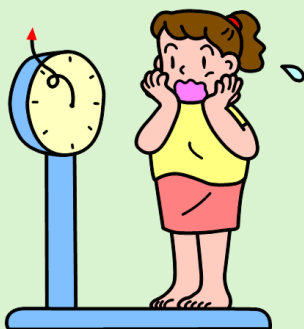
食事について お困りのことは
ありませんか？

「1日にどのくらい食べたらいいの？」

「外食が多いから食事療法は無理だよね？」

「体重が思うように減らないんだけど。」

など何でも結構です。



糖尿病、脂質異常症、高血圧症などの診断を受けた方に、管理栄養士が分かりやすくご説明いたします。

医師の指示が必要ですので
栄養相談をご希望の方は主治医に
ご相談ください。





～夏と冬で違う？食中毒の話～

日中は汗ばむ日も増えてきましたね。実はこの時期から少しずつ気をつけたいのが、「食中毒」です。季節によって原因や注意点が少し違うため、それぞれの特徴を知っておきましょう。

夏の食中毒

★夏は気温と湿度が高く、細菌が増えやすい季節です。食べ物のなかで菌が増え、それを口にすることで起こります。

★主な原因：サルモネラ感染症、カンピロバクター感染症など。

★症状：下痢、腹痛、発熱 食後数時間～1日程度で症状が出ることが多い。

★予防のポイント：●食品の加熱●調理後は早めに冷蔵庫へ●手洗い、調理器具の清潔を保つ

冬の食中毒

★冬はウイルスによる食中毒が中心です。少量でも感染し、人から人へ広がりやすいのが特徴です。

★主な原因：ノロウイルス感染症

★症状：突然の嘔吐、下痢 腹痛や発熱を伴うこともあります。

★予防のポイント：●こまめな石けんでの手洗い●嘔吐物の適切な処理●食品の十分な加熱

夏は『菌』、冬は『ウイルス』と覚えておくと分かりやすいです。

～いつもと違うなと感じたときは、

無理をせず早めにご相談くださいね～

介護保険サービス利用の流れ

介護保険制度は、老後の安心をみんなで支えるため、40歳以上の皆さんが保険料を出し合い、介護が必要な人を社会全体で支えるしくみです。

介護保険制度がスタートして20年以上が経過しました。

2000年での倉敷市の要介護者(要介護1~5)数は約8800人でしたが、2025年1月には約20000人となりました。

倉敷市における2025年の高齢化率は29.3%で、約3人に1人は65歳以上となっています。

介護は、いつする側、される側になるかわかりません。

介護保険制度の内容をいづらかでも知っておけば、いざというときに役立ちます。

まずは、介護保険制度を利用するまでについて、順を追って説明します。

① 【申請】

申請は介護保険証を持参し、市町村の窓口へ出向き申請します。

*居宅介護支援事業所、高齢者支援センターで代行申請してもらうこともできます。

② 【認定調査と主治医意見書】

申請後、認定調査を受けます。

*認定調査とは、訪問調査員(認定調査員)が自宅などを訪ねて、申請者の心身の状態について本人、家族などから聞き取り調査などをします。

*主治医意見書とは、主治医が申請者の疾病や負傷、生活状況などについての意見を記したものです。

③ 【審査・判定】

認定調査の結果と主治医意見書をもとに認定審査会で審査し要介護状態区分が判定されます。

④ 【認定結果通知】

結果が記載された「認定結果通知書」と「介護保険被保険者証」が届きます。

⑤ 【サービス利用の相談】

認定結果を踏まえ、それぞれの事業所へ相談となります。

要支援1・2⇒居住する地区の高齢者支援センター

要介護1~5⇒居宅介護支援事業所

居宅介護支援事業所の役割

ケアマネジャーがいる事業所です。

ケアマネジャーは介護の知識を幅広く持った専門家で、介護サービス利用にあたり次のような役割を担っています。

- ・利用者や家族の相談に応じアドバイスします。
- ・利用者の希望に沿ったケアプランを作成します。
- ・サービス事業者との連絡や調整をします。
- ・施設入所を希望する人に適切な施設を紹介します。

以上が、申請からサービス利用に至るまでの基本的な流れになります。

★倉敷第一病院にもケアマネジャーがいますので、お気軽にご相談ください。

院内講話が開催されました

3月18日に院内講話を開催いたしました。通所サービス課の石丸さんを講師に迎え、「介護サービスについて」がテーマでした。

介護サービスの種類や内容、利用までの流れなどについて、動画を交えながら分かりやすく説明していただきました。実際の通所サービスの活動風景も紹介され、参加された方々にとって介護サービスへの理解を深める良い機会となりました。

また、講話の中では「コグニサイズ」も紹介され、参加者全員で実際に体験しました。身体を動かしながら頭も使う内容で、会場からは笑い声も聞かれ、和やかな雰囲気の中で大いに盛り上がりました。

今回の講話を通じて、通所サービス課の取り組みや利用者支援への理解を深めることができました。今後もさまざまなテーマで院内講話を開催し、地域の方や患者様、ご家族にも参加していただける機会を作っていきたいと思っております。



6月から倉敷けんしんが始まります

ご希望の方はけんしん受診券とマイナ保険証を持って
受付窓口へお越しください。



倉敷市の生活習慣病予防健診

生活習慣病予防健診を受けて自身のからだの状態を把握することが、
発症や重症化の予防につながります。



国保特定健診・75歳健診は心電図と腹囲測定あり



倉敷市のがん検診など

身近な病気ですが早期発見・早期治療をすれば
治る可能性も高まり、決して怖い病気ではありません。



倉敷けんしんで健康状態を確認しましょう。

肺炎球菌ワクチン 接種のご案内



肺炎球菌とは

肺炎球菌は主に気道の分泌物に含まれる細菌で、唾液などを通じて飛沫感染し、気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こすことがあります。また、日常的に生じる成人の肺炎の内1/4～1/3は肺炎球菌が原因と考えられています。肺炎はわが国の死亡原因の第5位であり、肺炎で亡くなる方の約95%は65歳以上の高齢者です。高齢になると発熱、咳といった肺炎の典型的な症状ではなく、元気がない、食欲がないといった症状しか現れないことがあります。そのため肺炎と気づかないうちに重症化する危険性があります。

ワクチンについて

肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し重症化を防ぎます。肺炎は季節を問わず発症する可能性があるため1年のどの時期に接種してもいいワクチンです。毎年接種するインフルエンザワクチンとは異なり、再接種の必要はありません。ワクチンの効果は1度の接種で一生続きます。

接種の流れ

お電話または窓口にて事前予約の上、医師の診察後に接種を行います。ワクチンの在庫状況によって当日の接種も可能ですので、お気軽にお問い合わせください。

接種費用

プレベナー (20価)

キャップボックス (21価)

倉敷市の助成対象者 4,000円 (税込) / 助成対象者以外 15,400円 (税込)

※倉敷市在住の助成制度対象者は予診票をお持ちください。

持参されなかった場合、助成を受けられません。

倉敷市以外の方は市町村の設定金額をお支払いいただきます。

新任医師のご紹介

なかむら けいお

歯科 中村 慶男



歯科医師となって数年後の昭和60年12月から平成元年3月までの3年3ヶ月、この第一病院歯科に勤務しておりました。その後、開業等いろいろな経緯を辿り、4月より歯科常勤として再び勤務させていただいております。昔のイメージとはかけ離れた立派な環境に戸惑いを感じながらも、心機一転日々診療に当たっています。

老兵ではありませんが、今まで培った経験を活かし患者さまに対し真摯に向き合い、丁寧に寄り添った治療を目指して頑張っていきたいと思っております。気難しそうに見えますと思っておりますが、ご要望等お気軽にお声がけしていただければ幸いです。よろしく願いいたします。

歯科定期検診の基本的な頻度は、大人の方は3～6か月に1回とされています。虫歯や歯周病にかかりやすいと思われる方は頻度が高くなることもあります。この頻度にはお口の中の細菌の増殖サイクルが関係しており、1度除去しても歯周病菌は3か月後にまた増えると言われています。そのため歯周病を防ぐ意味でも定期的に歯科受診をお勧めしています。定期的に歯科検診を受けたり歯科受診をして歯や口腔の健康を守っていきましょう。当院の歯科は予約制ですので、ご希望の方はお電話でご予約をお取りください。定期的に歯科検診を受けたり歯科受診をして、歯や口腔の健康を守っていきましょう。

歯周病検診

期間：6月～翌年1月

対象：倉敷市在住の20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の方

内容：問診・歯科診察・口腔機能検査（60歳・70歳の方のみ）

料金：70歳未満の方 800円

70歳以上の方 300円

妊婦歯科健康診査

女性ホルモンの影響で唾液の分泌量は減少し粘度が増し、唾液による自浄作用が低下します。同時に、唾液や歯周ポケットに含まれる女性ホルモン濃度が増加することで歯周病菌の活動が活発になり歯肉炎が起りやすくなります。

対象：倉敷市在住の妊婦の方（妊娠期間中に1回）

内容：むし歯などの歯の状況、歯肉の炎症・歯周ポケットの状態などの歯肉の状況、その他の粘膜の異常、健診結果に基づく歯科保健指導 など

料金：無料