

「地域包括支援センター」って何をするとところ？

市町村が設置する、65歳以上の方を中心とした、生活に関するお困りごとの相談機関です。
(お住まいの地域によって「高齢者あんしん相談センター」「シニアサポートセンター」など呼び方が異なる場合もあります)

- 介護保険を使うにはどうすればいい？
- 親が認知症かもしれない…
- 健康維持のため地域の活動を紹介して欲しい
- 隣に一人で住んでいる高齢の人が消費者被害に遭っているのでは？
- 近所の高齢夫婦の家でいつも怒鳴り声が聞こえる などなど



介護予防サポーター養成講座
フォローアップ研修

介護のことを始め色々なご相談を頂いてます。当センターで対応が難しい場合、他の対応できる機関におつなぎします。また介護予防活動や、地域の事業所や行政機関などの連携を強めるための地域活動なども行っています。困ったことがありましたら、お近くの地域包括支援センターまで、先ずはお気軽にお電話ください！



地域ケア会議「たかしなネットワークの会」

「むくみ」悩んでいませんか？

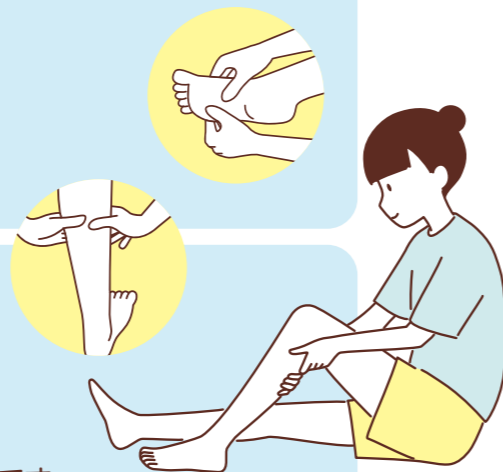
「むくみ」とは、なんらかの原因で皮膚や皮膚の下に水分がたまった状態です。

医療の言葉では「浮腫」といいます。

浮腫自体は、病気ではなく、日常的によく見られる「症状」になります。

「夕方に足がパンパンにむくんでいるけど、朝になったら良くなっている」ということは、よく経験されるかと思えます。この場合は、

- ① なるべく足を高くあげる
- ② 温かいお風呂に入ってリラックス&軽く足をマッサージ
- ③ 足首を動かす体操をすること
- ④ 時には「メディキュット」のような軽圧迫の靴下を着用する



しかし、浮腫はかくれた、病気のサインかもしれません。

- ① 急激に浮腫が悪化、痛みを伴う
- ② 浮腫がある場所が赤くなり、熱がある
- ③ 一気に浮腫が悪化している

などの症状がみられる場合、かかりつけ医や病院への受診が必要です。

何か不安な症状などある場合は、かかりつけの先生やケアマネジャーにご相談してください。

ふじみ野ケアセンター訪問看護(医療リハビリセラピスト)神田



マリーゴールド

2024 4 No.20



家で暮らしたい をかなえるために

「病気や障害があっても住み慣れた自分の家で過ごしたい」という患者さまの思いや、終末期医療へのご要望を受け、通院が困難な方にも安心して在宅医療を続けていただけるよう訪問診療を行っています。

対象となる方

- 通院が困難な方
- 慢性的な疾患を持ち、薬の管理や医学的な管理を必要とする方
- 退院や退所後で自宅での療養を希望される方
- 最期の時まで自宅で暮らしたいと考えている方
- 介護認定を受けている方(まだ認定されていない方はご相談下さい)

申し込みから診療開始までの流れ

- ① ご相談:まずはお電話にてご相談ください。大井協同診療所 ☎049-267-1101(代表)
- ② 面談:患者様・ご家族様と面談を行います。
- ③ スケジュール調整:状態に合わせて、訪問診療のスケジュールを立てます。
- ④ 訪問診療の開始:定期的に訪問診療に伺います。



◆訪問診療について興味・関心がある方はお気軽にお問い合わせください。

新 事務長を紹介します

伊藤智子

2024年3月11日より大井協同診療所の事務長として赴任いたしました。医療生協さいたま生活協同組合が誕生した年から10年間大井協同診療所の医事課で仕事をしていました。あれから20年ほどの月日を経てまた大井の地で仕事ができることをうれしく思っています。“組合員・職員のみならず楽しく仕事をする。”これが私の目標です。ぜひ一緒によろしく願います。

今春 事務長職を辞し、伊藤事務長にバトンをお渡し致しました。2020年に大井に戻ってきたときにはコロナ蔓延の時期のなか、介護施設建設の取り組みが始まりました。最後まで事務長補佐として、生協ケアホームの開設に携わり全うしたいと思います。

原田芳子



高齢者の「慢性便秘症」が増えています

年代を問わず、多くの方が悩んでいる便秘。便秘を訴える人は男性より女性の方が多いたりますが、75歳を過ぎると女性より男性の方が多くなっています(令和元年 国民生活基礎調査)。「排便回数が少ない」、「毎日出ていても「便が硬い」「強いいきまないと出ない」「排便後に便が残っている感じがする」などがある場合、「慢性便秘症」の可能性がります。近年、この慢性便秘症はフレイルを惹起するとともに、心血管疾患や脳卒中、慢性腎臓病の発症リスクを高めることがわかってきました。慢性便秘の原因は運動量の低下や水分摂取量の減少、食事摂取量の低下、薬剤によるものなど様々ですが、高齢者特有の変化としては、腸や肛門がうまく働かず、便が排泄されるのに時間がかかることによって起こります。直腸と肛門の角度が広がり、便が出やすくなる正しい排便姿勢を紹介します。



ふじみ野市 オレンジカフェふじみん登録事業

オレンジカフェふじみん my Life ほっと一息しませんか?

オレンジカフェは、認知症の方やご家族、地域の方たちがほっとできる居場所です。

おいしいコーヒーとともに、認知症に関する情報提供と交流をしています。my Lifeで、「認知症になっても私が私らしく暮らしていきたい」を一緒に考えてみませんか♪

日時 **4月18日(木)** 15:00~16:00

場所 大井協同診療所 1階 待合室 参加費 100円(お茶・お菓子代)

対象 認知症の方やそのご家族、認知症に関心がある方、日々の暮らしで困りごとがある方 等どなたでもご参加いただけます♪



大井協同診療所 ルート便案内

運行日 月~金曜日 ※土日祝は運休です。ご注意ください。

巡回ルート 大井協同診療所→ふじみ野駅西口→大井協同診療所→上福岡駅西口

大井協同診療所発	ふじみ野駅西口発	大井協同診療所発	上福岡駅西口発
8:35	8:40	8:50	9:00
9:15	9:20	9:30	9:40
9:55	10:00	10:10	10:20
10:35	10:40	10:50	11:00
11:15	11:20	11:30	11:40
11:55	12:00	12:10	12:20
12:35	12:40	12:50	13:00
13:15	13:20		

大井協同診療所(内科) 4月の診療体制 変更する場合がありますのでご了承ください

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:45~12:00	中村 増山	中村 増山 関口	上西 増山 渡辺	中村 増山 渡辺	中村 増山 有山	輪番
午後 14:00~16:30	中村	増山	渡辺		増山	
夜間 18:00~19:45		塩月(第1・3・4) 吉野(第2)		守谷(第1・3) 中村(第2・4)		
内視鏡(胃カメラ)	小泉			梶	金(第1)	小泉(第1) 川村(第3) 竹口(第4)
訪問診療	中村	増山	中村	中村	中村	

- 栄養相談...毎週水曜日
- 木曜日午後・第2土曜日、日曜祝日は休診

大井協同診療所

〒356-0050 ふじみ野市ふじみ野1-1-15

☎049-267-1101

FAX049-267-1103

デイケア直通☎049-267-1115



滅菌器が新しくなりました

歯科治療を安全に行うためには、器具の洗浄・消毒・滅菌等の感染対策が重要となります。

その内の滅菌を担っているのがオートクレーブ(高圧蒸気滅菌器)です。

この度、皆様の出資金を活用させて頂き新しいものと交換いたしました。

オートクレーブとは、本体内部に高圧環境を作り出し、加熱により発生する水蒸気によって微生物を滅菌する機器です。歯科医院では主にタービンやハンドピースなどの切削器具、ミラーや探針などの診療用器具の滅菌に使用されています。

オートクレーブは高圧蒸気を用いるため、適用範囲が広く殺菌力が高いです。また水蒸気なので毒性がなく安全です。当院では、器具の洗浄や消毒も滅菌前の大切な工程として一つ一つ丁寧に行なっていますので、安心して受診してください。



No.12 虹の歯科 スタッフ紹介

得意なこと 人の顔を覚えること

ペット 猫(大好き♡)

趣味 舞台観劇、ゲーム

最近読んだ小説 変な家 特に関心していること 推し活

一言メッセージ 分かり易く説明することを心掛けています。気になることは何でも聞いてください。

事務

佐藤
SATOU

あさか虹の歯科 4月の診療体制 変更する場合がありますのでご了承ください

診療時間	月	火	水	木	金	土(第1)	土(第3)
午前 8:30~12:00	早田 早田(ま)	島田	早田	武内(右)	早田 島田	早田	早田
往診		荒木		早田	早田(ま)	本間	本間
午後 13:00~17:00	早田	早田 島田		武内(右) 鈴木	武内 島田	早田	早田
往診	早田(ま)	荒木		早田	早田 早田(ま)	本間	本間
夜間 17:00~20:00		早田 島田		鈴木	武内 島田		

- 火・木・金曜日 午後 12:00~17:00
- 第1・3水曜日 午前 8:30~13:00
- 水曜日午後、第2・4土曜日、日曜祝日は休診

あさか虹の歯科

〒351-0033 朝霞市浜崎724-2

☎048-476-8241

FAX048-476-8242

