



山崎先生を囲んで学習会

## 第1回 市民公開講座を開催します

### 行田協立診療所が贈る。春の市民公開講座

今回は「お口の健康」をテーマに、摂食嚥下のお話をします。

人間は生き物である以上「食べること」が最も大切な生命維持活動です。いつまでもおいしくものを食べられることが健康長寿の秘訣です。東京医科歯科大学から月に2回行田協立診療所で診療されている、山崎康弘先生が丁寧にお話をしてくれます。

ご近所お誘いあわせの上お越しください。



#### ご案内

**日時** 2月21日(火) 14:00~16:00

**会場** 行田市商工センター403号室

★参加費無料

**講師** 山崎康弘 歯科医

東京医科歯科大学 摂食嚥下専門歯科医師



#### 山崎医師より

「最近、お食事の咳(せき)が気になる」「食事が原因の怖い肺炎があると聞いた」など、小耳に挟んだ方はいらっしゃいませんか?。それはもしかして、「誤嚥性肺炎」のサインかもしれません。

「誤嚥性肺炎」は普段の食事が原因でかかる怖い病気です。日本人の死亡原因の第3位は「肺炎」ですが、高齢者の多くはこの「誤嚥性肺炎」が原因だと言われています。市民公開講座では、この「誤嚥性肺炎」の原因や安全なお食事方法、リハビリテーション(体操)など、わかりやすく丁寧にお伝えしたいと思います。皆様のお越しを心からお待ちしております。

「誤嚥性肺炎」は普段の食事が原因でかかる怖い病気です。日本人の死亡原因の第3位は「肺炎」ですが、高齢者の多くはこの「誤嚥性肺炎」が原因だと言われています。市民公開講座では、この「誤嚥性肺炎」の原因や安全なお食事方法、リハビリテーション(体操)など、わかりやすく丁寧にお伝えしたいと思います。皆様のお越しを心からお待ちしております。

予約外でお越しになられる患者さまへ 受付時間は、診療終了時間の30分前までとなっております。

## 2017年 2月 診療体制表

- 内科：日曜日・祝祭日と第2土曜日(11日)が休診です。2月17日の菊池医師は休診のため、代診となります。
- 歯科：日曜日・祝祭日と第2土曜日(11日)・第4土曜日(25日)は休診です。※医師の都合により診療日を変更する場合がありますので、予約時にご確認ください。

診療時間		月	火	水	木	金	土		
内科	午前	月~土曜日 8:30~12:00	植山	富澤	井下田	菊池 胃カメラ・西巻	菊池 栄養相談・安達	吉野(第1) 植山(第3) 吉澤(第4)	
	夜間	火曜日 17:00~19:00		富澤					
歯科	午前	月~土曜日 8:30~12:00	鳥海(第2・3・4) 山内	荒木	早田	早田	山内 鳥海(第1)	荒木 (第1・3)	
	午後	月、火、金曜日 .....13:00~17:00 木曜日.....13:00~16:00	鳥海 (第2・3・4)	早田		山内	早田 鳥海(第1)		
	夜間	木曜日.....17:00~19:30				山内			
訪問診療	内科	午後	植山	植山	井下田		酒井		
	歯科	午前		早田	摂食・嚥下 山崎 (第1・3)		山内	早田	早田 (第1・3)
		午後	山内	荒木		早田 (第1・3)	早田	山内	荒木 (第1・3)

デイサービスは、月~土曜日及び祝祭日の9:00~16:45まで実施しています

## デイサービス うきしろ だより

## 福笑いを 行いました。

1月のデイサービスうきしろでは、新春初笑いをすべく福笑いを行いました。マスクで目を隠し、皆さんの声を頼りにパーツを動かして顔を作りあげ、目隠しを外して完成した福笑いを見てびっくり！上手に出来たつもりが、思いがけない仕上がりに思わず皆で大笑いでした。



## 歯科だより

### ～口腔ケアで誤嚥性肺炎の予防を しましょう～



唾液や飲食物等が誤って気管に入ってしまう事を誤嚥(ごえん)といいます。歯みがきが不十分で口の中が汚れていると、誤嚥したときにお口の中の細菌も気管から肺に流れ込んでしまい肺で炎症を起こします。これが誤嚥性肺炎です。

誤嚥性肺炎を防ぐためには、的確な歯みがきでお口の中を清潔に保つことが大切です。また加齢などによって飲み込む力が衰えて行きますので、喉の筋力を低下させないように嚥下機能の訓練(舌体操、首の体操、パタカラ体操)などを行うことも誤嚥性肺炎の予防につながります。

(歯科衛生士 手島 敦子)

## うきしろカフェ新春コンサート ゴスペルに魂をゆさぶられ

1月21日の午後、診療所でうきしろカフェ「新春ゴスペルコンサート」を楽しみました。昨年に続き4人の若い女性グループ「Eyes」のゴスペルです。

アメージンググレイスの美しいハーモニーから始まり、皆で歌った『ふるさと』は会場が一体となり胸が熱くなりました。「翼をください」で会場の盛り上がりは最高潮に!「ブラボー」の声も聞かれました。身体の中からわき出る声量と澄んだ歌声にゴスペルならではの人間の魂とEyesの豊かな心を感じ、参加した



約40名が魅了されました。

また、コンサートの前には「福島の現状」が田口社保副委員長、高橋理事から報告され、5年たった今でも避難生活を余儀なくされている人たちがいる現実に、改めて福島に心を寄せていかなければと強く思いました。

(星河支部 太田 七津子)

## お知らせコーナー

### ●植山所長の「もの忘れ相談」

2月21日(火) 午後2時～3時 予約制です。



### ●ボランティア総会 2月20日(月) 午後2時～

連絡は 556-6755(直通) 組織担当: 柴田まで

### <ケアセンターさきたまより>

## 4月から”定期巡回・随時対応サービス”を開始します

ヘルパーや看護師による定期的な短時間のサービス提供と24時間の緊急対応や訪問を行います。『いつでも連絡がつく安心』を感じていただけます。

どうぞお問い合わせください 556-4612

## ケアセンター通信

### ～ケアセンターさきたま～



### 看取りをふり返る交流の場

ケアセンターでは昨年の11月に「想いで(おもいで)カフェ」を開催しました。在宅での看取りを経験されたご家族とスタッフ間の交流の場を持つ初めての試みです。

当日は、オルゴールの音色が静かに流れる「みらい」(教育文化センター)の和室に、3家族の方にお越しいただきました。在宅介護の経緯や当時のご家族のお気持ち、さらに見送ってからの日々、大切な方への思いなどを皆様の言葉で語って頂きました。

それぞれの想いと涙、そして笑いを共有する貴重な時間をご家族と

分かち合え、私たちにとってもケアの振返りができた大切なひと時でした。また、きょうりつ訪問看護ステーションを多くの方に紹介したい



といった嬉しい評価も伺い、大変ありがたく感じました。

ご参加頂いた皆様に、心からお礼申し上げます。今後も継続していく予定です。

(きょうりつ訪問看護ステーション 中島 光枝)

## 行田市特定健診・がん検診・後期高齢者健診はお済みですか

今月末までです!

まだ受診されていない方は、お早めにご予約ください。