

医療法人北斗会 広報誌



四っ葉の クローバー

No.68

令和6年10月1日発行

医療法人北斗会

永年勤続者表彰をおこないました

宇都宮東病院

糖尿病・脂質異常症・高血圧が主病の患者さまへ
糖尿病友の会「おはな」
宮っ子チャレンジウィーク

宇都宮介護医療院

開院1周年を迎えて

このみ保育園

このみの夏満喫！

メディカルフィットネス

マイペースに運動を♪

ななつ星食堂

旬のレシピ
～かぼちゃとチーズのヨーグルトサラダ～

撮影地：宇都宮駅東公園 撮影者：山口



＼教えて！現場のお仕事／
介護福祉士について
介護のスペシャリスト





教えて！現場のお仕事

介護福祉士について

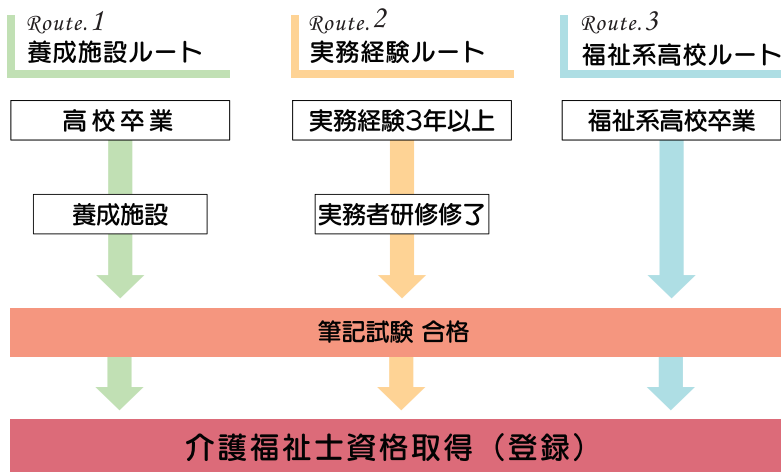
介護のスペシャリスト



介護福祉士になるために

介護福祉士は国家資格で、専門的知識及び技術をもって要介護者等の介護を行う職種です。右記図のように3つのルートを経て、資格取得することができます。

資格取得後は主に特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護医療院・デイサービス・訪問介護・障がい者支援施設等での活躍が期待されています。



当法人での介護福祉士の仕事

当法人では、4つの介護サービス事業所を運営しております。施設の区分により、業務の内容に少し違いがありますが、ご利用者様の状況に合わせた援助をすることが介護福祉士の仕事内容です。今回は、宇都宮市にある介護老人保健施設での介護福祉士の仕事についてご紹介します。ご利用者様への主な援助内容は、以下の通りです。

- ① 身体介護（食事・入浴・排せつ・更衣・移動の介助等）
- ② 生活援助（環境整備・食事の用意等）
- ③ 生活リハビリの支援（リハビリ介助等）
- ④ 余暇活動（レクリエーションの提供等）

やりがい ～ベテラン介護福祉士からひと言～

誰かの役に立ちたいという思いから専門学校に進み、介護の仕事に就きました。

就職した時は慣れない中でケアをしていてサポート出来ているのだろうか？と悩むときもありましたが、ご利用者様・ご家族様に「ありがとう。ここに居られて良かった。あなたに看てもらえて良かった」と言って頂いた時、この仕事を選んで良かったと思えた瞬間でした。ご利用者様には笑顔でいて欲しい・楽しんで生活して欲しいと思いながら介護をしています。介護の仕事は大変というイメージがあるかもしれませんが、それ以上にやりがいのある仕事だと思っています。

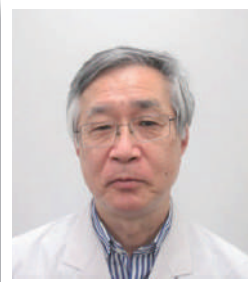
働きやすい職場

当法人は働きやすい職場環境を目指しています。ご興味のある方がいらっしゃいましたらお気軽にご連絡ください。

TEL.028-660-0825（人事担当直通）

充実の
福利厚生

- ☑ 時間外勤務 少 ↓
- ☑ 有休消化率 高 ↑
- ☑ 保育施設併設
- ☑ 産休育休後の相談体制あり
- ☑ 男性育休の取得実績あり

宇都宮介護医療院
院長 向田 直史

医療と介護の両面からの長期にわたる手厚いケアが必要な方のための施設として、宇都宮介護医療院が開院し1周年を迎えました。宇都宮市内のみならず、県内の広範囲の地域からの入所者様で、現在はほぼ満床となっています。入所者様の9割以上は要介護度4以上の自力で立ち上がれない方たちです。

2024年7月12日の下野新聞に、リハビリテーションなどを提供する「回復期」の病床を増やすモデル地区として、厚生労働省が宇都宮医療圏を選定したことが報道されています。「回復期」の病床に入院するすべての方の在宅復帰が難しいため、退院後の行先のひとつとして介護医療院が考えられています。

さらに、75歳以上のいわゆる後期高齢者では、医療に加えて、介護の必要性が高まることが知られています。本県におきましては、後期高齢者人口は2020年の約27万人から、2050年の約37万人へと約1.4倍に増加することが予想されています。それにともない、医療と介護の両面からのケアが不可欠なため、介護医療院への入所が必要な方々が、少なくとも今後30年は増えていくと考えられます。

このような状況のもと、介護・医療面でますます必要とされる役割を果たすべく、職員一同最善を尽くす所存です。つきましては、地域の皆様方におかれましても、温かいご支援のほどお願い申し上げます。

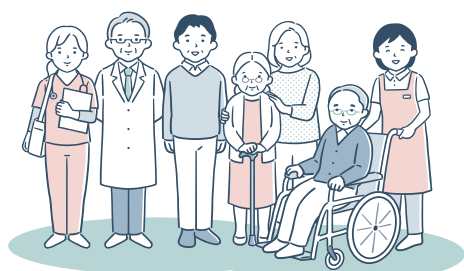
看護部からのご挨拶

宇都宮介護医療院は開院1周年を迎えることができました。これもひとえに、ご利用者様やそのご家族様をはじめ、地域の皆様のご協力、ご支援のおかげと思っています。心より感謝申し上げます。

介護医療院は栃木県内にも数少なく、宇都宮市では初めての施設として開院いたしました。コロナ禍で中止していた直接の面会も少しずつ緩和し、時間制限はあるものの毎日面会できるようになりました。また外出も今年の8月より開始になり、ご利用者様がご家族様と過ごせる時間も増えてきました。

また開院1年目は、介護医療院の特徴のひとつである『生活の場としてのレクリエーションの充実』を、ご利用者様はもちろんご家族様や職員も『楽しく・笑顔で過ごせるように』と推し進めてまいりました。9月には敬老会、10月には地域の方との交流を目的とした秋祭りも計画しています。秋祭りでは看護・介護相談会やワークショップも行いますのでお気軽にご来院ください。

今後も宇都宮東病院と連携を取りながら、地域に密着した医療・看護・介護を提供していけるように努力して参りたいと思いますので、よろしくお願い致します。



7月に永年勤続者表彰式を行いました。
今年度は勤続35年1名、30年1名、25年3名、
20年11名、15年5名、10年8名と、総勢29名の
職員の表彰となりました。

職員の皆さんの長年の功労に敬意を表し、藤
沼理事長より一人ひとりに表彰状が手渡されま
した。今後、益々のご活躍を期待しております。



宇都宮シルバーホーム 事務課 課長 阿久津 葉子

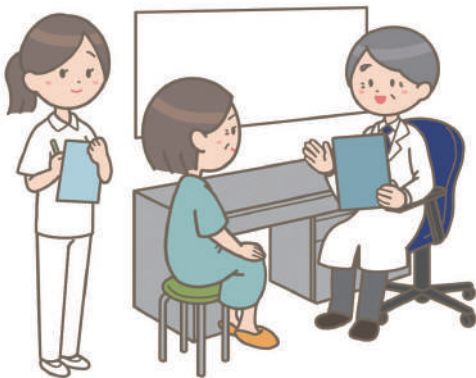
平成元年4月に新卒として入社し、35年の月日が経ちま
した。当時は開院2年目で、新卒者としての入社はおそらく初
めてのことだったのではないのでしょうか。社会人1年目で何も
分からなかった自分がここまで続けてこられたのは、この仕
事を通して出会った皆様のおかげと深く感謝申し上げます。
そして、何よりもこの仕事が好きでこれまでやってきました。

何度かの転勤と配置換えの度に新たな出会いがあり、仕事内容も多岐に渡り、常に新しい
ことにチャレンジする機会をいただき、興味を持って取り組むことが出来ました。

今後は、後輩の育成を念頭に、更なる挑戦を続けていきたいと思いをします。



令和6年6月1日の診療報酬改定により、下記の通り医療費の算定方法が変わりました。



- ・令和6年5月31日まで…特定疾患管理料
- ・令和6年6月1日より…生活習慣病管理料

『糖尿病』『脂質異常症』『高血圧症』の治療をされ
ている患者様には、これまでの『特定疾患療養管理料』
に代わり『**生活習慣病管理料**』として算定することになり
ました。それに伴い、窓口でお支払いいただく料金が変わ
る場合がございます。算定にあたっては、医師が説明
いたします。

【生活習慣病管理料とは】

糖尿病・脂質異常症・高血圧症が主病の患者様を対象とし、
疾病の重症化予防のため療養計画書を作成し、
服薬の指導などの総合的な治療管理を
医師、専門職がおこない算定される料金です。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。ご不明な点がございましたら受付にお声掛けください。

パリオリンピックに沸いた今年の夏。このみ保育園でも毎日元気な声が響き渡っていました。みんなで短冊に願いを込めた七夕祭りに始まり、ぱんだ組のお神輿を担ぐ姿がとってもかっこよかった夏祭り、大きな大きなスイカと戦ったスイカ割りに、全身びしょぬれで楽しんだプール遊びと、オリンピックさながらにどの行事也大盛り上がりでした！

何にでも全力投球で一生懸命な子どもたちはみんな金メダルですね！





社会体験学習「宮っ子チャレンジウィーク」は、市立中学校の2年生全員が地域の多くの方々と触れ合いながら、勤労体験やボランティア活動などの社会体験活動を行うものです。

宇都宮東病院では医療・保健・福祉に関する職業に関心を持っていただき、将来の進路選択のお役にたてればとの思いで6月に宇都宮市立陽東中学校から4名の生徒さんを受け入れました。

今年も、残念ながら感染対策でご利用者様と直接触れ合うことはできませんでした。しかし、多くの部署の協力を得ながら普段見ることがない病院内の見学や、検査室・リハビリ室など病院に関係する仕事内容を直接見たり聞いたりすることが出来ました。また、車椅子やストレッチャーに実際に乗る体験をしたり、血圧計や血中酸素濃度測定器で自分のバイタルを測定したりしながら3日間で多くの発見や体験をして頂くことが出来たと思います。

1日1日を真剣に、頑張っている生徒さんが今回の体験を通して夢を実現できるよう今後も受け入れていきたいと思っています。



かぼちゃとチーズのヨーグルトサラダ



かぼちゃとチーズの
ヨーグルトサラダ



材料一人分 エネルギー：104Kcal	
たんぱく質：1.9g	糖質：15.7g
脂質：5.3g	塩分：0.25g
● かぼちゃ	70g
● 玉ねぎ	10g
● 塩	0.1g
● プロセスチーズ	1g
「プレーンヨーグルト	6g
A マヨネーズ	6g

- 【作り方】
- ① かぼちゃは2cm角に切り、やわらかくなるまで茹で、湯をきる
 - ② 玉ねぎは薄切りにし、塩をふってもみ、水けを絞る チーズは5mm角に切る
 - ③ ボールにAを入れて混ぜ合わせ、①②を加えてあえる



糖尿病センター3F
TEL.028-664-1624

かぼちゃの収穫時期は夏～初秋ですが、旬は秋～冬です。収穫したてよりも2～3カ月寝かせると甘味が増し美味しくなります。

かぼちゃは「冬至」に食べると「病気になる」と古くからいわれているように栄養価の高い野菜です。かぼちゃの果肉、皮の色素成分となるβカロテンは抗酸化作用があり、また、体内でビタミンAに変換され、皮膚、粘膜を保護し免疫機能の維持に役立ちます。

メディカルフィットネスとは、医療を取り入れたフィットネス施設です。

主治医に運動を
すすめられた

予備軍のうちに
なんとかしなくちゃ。



マッサージじゃ
どうにもならない...

腰痛や膝痛を
改善したい



体力を維持したい

階段ツライ...



毎日コツコツが
一番苦手なの〜!

1人だと
続かない



など、様々なご希望やお悩みがありますが、運動は始めることも、
続けることも、意外と難しいものです。

まずは30分程度の軽い運動から始めてみませんか？

皆さんのマイペースを健康運動指導士がサポートいたします。

見学随時
受付中!!

施設ご利用の流れ	まずは入会ご予約（電話・受付） ➡ 入会手続き ➡ 利用開始
会 費（税込）	●メディカル会員（定期的に外来を受診している方） ￥5,093 ●レギュラー会員（定期的な受診がない方） ￥6,116

厚生労働大臣認定健康増進施設
メディカルフィットネス

Club Energie

どなた様もお気軽にご利用いただけます

TEL 028-660-1655

糖尿病・健診センター3F ◆営業時間 月～土 9:00～21:00 祝日 9:00～19:00 ◆休館日 日曜日

宇都宮東病院
糖尿病センター

糖尿病友の会「おはな」



「おはな」はハワイ語で「深く大きな絆で結ばれた人々」を意味しています。
糖尿病友の会は、仲間や医療スタッフと情報を共有する、意見を交換するなど、
より良い関係性を築くことで、それぞれの治療の一助となることを目的としています。

当会の活動のひとつとして、様々なテーマで教室を開催していますので、是非ご参加ください。

月	日	時間	内 容	会 場
10	3 木	10:00～11:00	糖尿病とは？ 医師 村山 桂	糖尿病センター1階 中待合室
	20 日	10:00～14:30	日糖協ウォークラリー	みずほの自然の森公園
	28 月	10:00～10:15	「ながら」運動にチャレンジ！	糖尿病センター1階 中待合室
11	11 月	10:00～11:00	糖尿病とは？ 医師 齋藤 新介	糖尿病センター1階 中待合室
	中旬	未定	世界糖尿病デー	糖尿病センター1階
	26 火	10:00～10:15	運動小話	糖尿病センター1階 中待合室
12	9 月	10:00～11:00	糖尿病とは？ 院長 大須賀 淳一	糖尿病センター1階 中待合室
	18 水	10:00～10:30	シックデイ・フットケアについて	糖尿病センター1階 中待合室
	25 水	10:00～10:15	転倒を予防しよう	糖尿病センター1階 中待合室
	毎日	8:00～12:00	年末年始の過ごし方	糖尿病センター1階 中待合室

診療案内

★印は原則、事前にご予約が必要となります。（予約以外の診療も可能ですので受付にお申し出ください）

ご予約・変更受付 ☎028-613-6233（受付 平日14時～16時）

★印は完全予約制での診療となりますので事前にご予約ください。

【完全予約制】☎028-613-5505（受付 平日14時～16時）

※診療状況により診察時間が異なることがあります

診察場所のご案内

- 宇都宮東病院 本館
- 宇都宮東病院 糖尿病センター

診療科目	受付時間	診察時間	月	火	水	木	金	土
内 科	★ 午前 8:30～12:30	午前 9:00～	●	●	●	●	●	●
	★ 午後 1:00～ 5:30 （新患受付は午後5:00まで）	午後 2:00～	●	●	●	●	●	
皮 膚 科	★ 午前 8:30～11:00	午前 9:00～				●		
整 形 外 科	★ 午後 1:00～ 5:30	午後 2:00～				●		
禁 煙 外 来	★ 随時お問い合わせください							
精神科（メンタルケア科）	★ 随時お問い合わせください							
糖尿病内科	★ 午前 8:00～12:00	午前 8:30～	●	●	●	●	●	●
	★ 午後 2:00～ 4:30	午後 2:00～	●	●		●		

休診日 日曜、祝日、土曜午後、年末年始

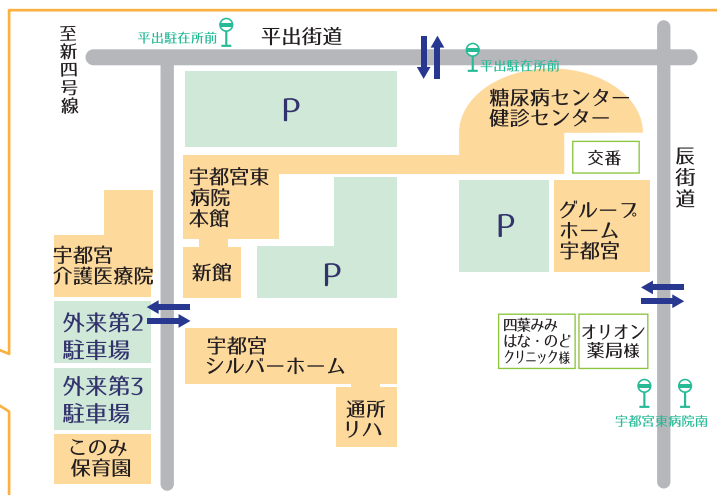
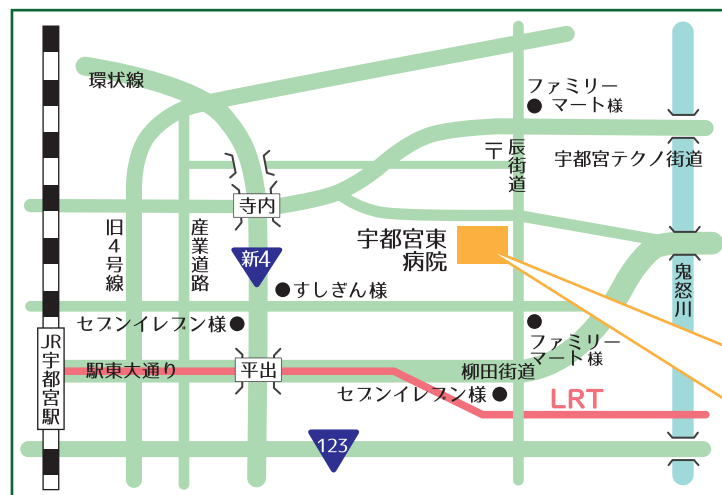
面 会 新型コロナウイルス感染対策のため
現在は面会を制限させていただいております。詳しくはお問合せ下さい。

☎028-664-1551

人間ドック・健康診断のご予約はこちら

完全予約制 ☎028-683-5771

（予約受付 平日9時～16時、但し火曜と土曜は9時～12時のみ）



北斗会施設一覧

●宇都宮東病院	TEL.028-664-1551
●糖尿病センター	TEL.028-613-5505
●健診センター	TEL.028-683-5771
●巡回健診	TEL.028-683-3050
●宇都宮東病院訪問リハビリテーション	TEL.028-683-1166
●宇都宮介護医療院	TEL.028-661-1165

●宇都宮シルバーホーム	TEL.028-660-7800
●グループホーム宇都宮	TEL.028-689-6600
●宇都宮東介護相談センター	TEL.028-683-5305
●曙訪問看護ステーション	TEL.028-660-7803
●高根沢シルバーホーム	TEL.028-675-7877
●このみ保育園	TEL.028-680-5306

発行：医療法人北斗会 広報委員会

栃木県宇都宮市平出町 368 番地 8 TEL.028-664-1551(代) FAX.028-660-0819

詳しくはホームページをご覧ください 宇都宮東病院 検索

