

保育室から

長寿を祝う会

10月は長寿を祝う会に参加し、大好きな踊りを3曲披露しました。本番では緊張してしまう子もいましたが、「ずっと元気でいてね」という気持ちを込めて一生懸命踊りました。おじいちゃん、おばあちゃんから温かい拍手をもらい、とても嬉しそうでした!!



みんなの広場

ひだまり

たま日吉台病院

<https://www.tamahiyoshi.or.jp>

冬号
2020 winter
Vol.61

外来医師担当表

令和2年1月1日現在

		月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 12:10	内科	渡邊 / 豊崎	鈴木 / 木村	鈴木 / 谷川	大山	鶴岡	聖マリアンナ
	もの忘れ外来	-	-	-	-	高橋	-
	睡眠時無呼吸症候群外来	-	-	-	-	-	渡邊
	外科	鶴井	石川	鶴井	石川	鶴井	-
	整形外科	浅野	-	大橋	-	-	-
	皮膚科	飛田	森下	-	森下	森下	-
	脳神経外科	-	-	永井	-	-	-
	リハビリテーション科	-	昭和大学	-	-	-	-
午後 13:30 ~ 16:50	内科	豊崎	渡邊 / 木村	谷川	橋本 / 川上	児玉	昭和大学
	もの忘れ外来	-	-	-	-	高橋	-
	呼吸器内科	中村	-	-	中村	-	-
	外科	中村	平方	-	中村	石川	-
	整形外科	浅野	-	大橋	-	-	-
	皮膚科	森下	森下	飛田	森下	森下	-
	リハビリテーション科	-	昭和大学	-	-	-	-

※もの忘れ外来（金曜日）、睡眠時無呼吸症候群外来（土曜日午前）、専門外来は予約制となっております。

📞お問合せ 044-955-4901

アクセス

バスでお越しの方

「栢生駅」から、たまプラーザ行きバス
「延命地藏尊」下車1分
「たまプラーザ駅」から、栢生駅行きバス
「延命地藏尊」下車1分

「新百合ヶ丘駅」から、あざみ野駅行きバス
「王禅寺東三丁目」下車5分
「あざみ野駅」から、新百合ヶ丘駅行きバス
「王禅寺東三丁目」下車5分

送迎バスでお越しの方

新百合ヶ丘駅北口ロータリーから15分
あざみ野駅西口、若葉調剤薬局隣のATMから15分

車でお越しの方

東名川崎インターから車で約15分

編集後記

新年明けましておめでとうございます。本年も皆様にとって健康で素晴らしい年になりますよう、職員一同願っております。今年も「健康サークル」を引き続き開催します。地域の皆様の健康な生活に貢献していきたいと思っております。毎月開催していますので、是非ご参加ください。本年もよろしく願っています。

広報部員



新年明けまして
おめでとうございます



※写真撮影者：川崎みどりの病院職員 片山 航

今年一年が皆様にとって
よい年でありますよう
心よりお祈り申し上げます。
今年もよろしく願っています。

たま日吉台病院 〒215-0013 神奈川県川崎市麻生区王禅寺 1105 番地 TEL: 044-955-4901 FAX: 044-953-8199
川崎みどりの病院 〒215-0013 神奈川県川崎市麻生区王禅寺 1142 番地 TEL: 044-955-1611 FAX: 044-955-1621

新富士病院グループ

医療法人社団 [神奈川県]

晃進会 たま日吉台病院
川崎みどりの病院
よろこび（訪看）ほか

医療法人社団 [静岡県]

喜生会 新富士病院
ヒューマライフ富士
（老健）ほか

医療法人社団 [東京都]

三医会 鶴川記念病院
鶴川リハビリテーション病院
ひまわり（訪看）ほか

社会福祉法人 [静岡県]

秀生会 ヒューマンヴィラ伊豆（特養）
ヴィラージュ富士（特養）
富士中央ケアセンター（老健）ほか

医療法人財団 [東京都]

逸生会 大橋病院
ラポール高島平

社会福祉法人 [神奈川県]

美生会 ヴィラージュ川崎（特養）
ヴィラージュ虹ヶ丘（特養）
よろこび末（訪看）ほか

医療法人社団 [東京都]

京浜会 京浜病院
新京浜病院

ヒューマンヒルズ初山

（住宅型有料老人ホーム）

高齢者の冬生活で気を付けること

POINT



冬の寒さや乾燥による身体への負担により、高齢者は体調を崩しやすくなります。下記の事に十分注意して生活をしてください。

1. 脱水症状

乾燥していることから、出てしまう水分量が増え、汗をかかなくても体内の水分が失われます。また暖房器具の使用により湿度が下がり脱水を起こしやすくなります。

➤ **こまめに水分を補給する。**

のどが渇かなくても、定期的にコップ1杯程度の水を飲むようにしましょう。食事をしなくても水分をとる習慣をつける事が大切です。

➤ **室内を加湿する。**

加湿器や、洗濯物を室内に干したりし、湿度50~60%を保ちましょう。



2. 感染症の予防

高齢者は免疫が低下しており感染すると重篤化しやすいので、しっかり予防をしてください。インフルエンザは11月下旬~3月ごろ流行、ノロウイルスは11月~2月ごろに多く発生します。

➤ **手洗いうがいをする。**

手洗いは指と指の間や爪の周りなども石鹸を使い時間をかけて丁寧に洗いましょう。うがいは喉だけでなく口腔内もゆすぐようにしましょう。市販のうがい薬が効果的です。一緒に生活するご家族全員で取り組んでください。

➤ **カキやアサリなど二枚貝は、しっかり加熱をし調理する。**

調理器具は、次亜塩素酸ナトリウム（ハイターなど）を使い消毒しましょう。



3. ヒートショック(入浴時の事故)

気温が低下する10月ごろから2月にかけて入浴中の急死が多く発生しています。そのほとんどが65歳以上の高齢者です。

➤ **室内の寒暖差を減らす。**

脱衣所・浴室などを暖かくし、温度差による血圧の急激な変化を避けてください。お湯の温度は41℃以下にしお湯につかる時間は短めが良いです。

➤ **入浴時の注意。**

食後すぐの飲酒後、睡眠薬などの服薬後の入浴は避けましょう。入浴前後の水分補給も忘れずしてください。

※入浴前にご家族に一声かけ、いつもよりも入浴時間が長くと感じたら声をかけましょう。

4. 皮膚疾患

冬場の乾燥は、皮膚の防御機能が低下している高齢者に、辛いかゆみを伴う皮膚疾患を起こしやすくなります。

➤ **スキンケアをする。**

入浴後の保湿剤が効果的です。洗浄力の強い石鹸で、強めにこすって洗うことは避けましょう。



身体の異常を感じたら、無理をせず早めに相談ください。 ☎044-955-4901

行事報告

たま日吉台病院、川崎みどりの病院、それぞれで「長寿を祝う会」を行いました。



10月16日
たま日吉台病院にて



9月11日
川崎みどりの病院にて

長寿祝いの表彰と記念贈呈の他、たま日吉台病院では演劇と保育園児による歌の贈り物、川崎みどりの病院では、ゲストをお招きし落語をご家族と共に楽しみました!



たま日吉大学のお知らせ

当院では、地域の病院、施設との連携強化の為、定期的に医療・福祉従事者と交流しています。今年度は、神経難病“パーキンソン病”をテーマに、病気の特徴や薬剤、リハビリ、食事などについて当院の専門職による講義を行ってます。



- 1 2019年 9月28日(土) 「神経難病(パーキンソン病)の医療連携を学ぼう」
- 2 2019年11月30日(土) 「パーキンソン病を見る」
- 3 2020年 2月29日(土) 「神経難病とACP ~私たちに出来ること~」

※参加対象者は、医療・福祉従事者です。



9月28日や11月30日は、土曜午後の開催にも関わらず、ケアマネジャーや看護師、薬剤師、介護スタッフなど、地域の多くの皆さまにお集まりいただき、盛況のうちに幕を閉じることができました。

ご参加くださった皆様、誠にありがとうございました。

これからも地域の皆さまの、健康で安心できる生活の支えになれるよう、さまざまなアプローチで情報を共有しサービスを提供していきます!



たま日吉大学に関してのお問合せは ☎044-955-4901 在宅支援室まで