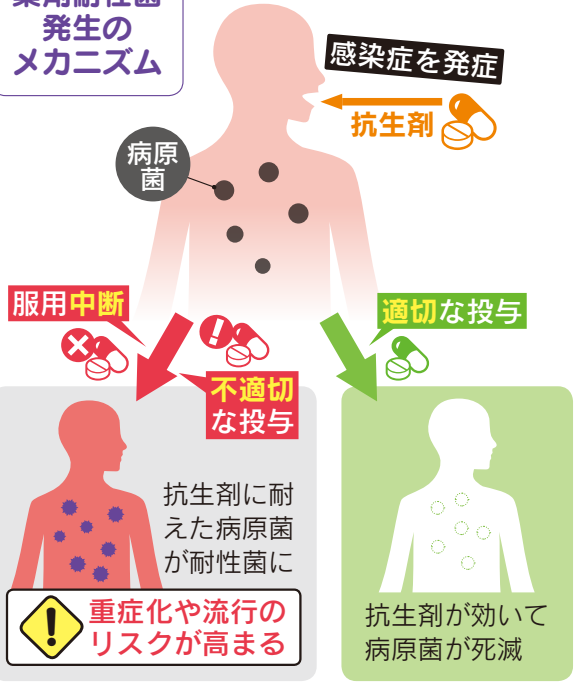




❗ 薬剤耐性菌が世界中で増えています

細菌感染が原因で発症する感染症の治療には、主に抗生剤が使用されます。近年、抗生剤が効きにくい細菌「薬剤耐性菌」が世界的に増え、大きな問題となっています。医師の指導下で適切に服用することが大切です。

薬剤耐性菌発生のメカニズム



抗生剤は細菌を殺しますがウイルスには効果がありません

細菌感染が原因で発症する肺炎などの感染症は、当院を受診する患者さんの中でも大きな割合を占めています。このような疾患で治療の柱となるのが抗生剤で、細菌を殺したり増殖を抑える作用があります。抗生剤がどれくらい効果的に細菌を抑えられるかが治療の成否を決めると言ってもよいでしょう。

近年、抗生剤が効きにくい細菌「薬剤耐性菌」が増加しており、その原因は、医療現場における抗生剤の乱用で、米国での調査によると50%は

東栄病院では抗生剤を適切に使用しています

実際に肺炎などの細菌感染治療のため抗生剤を使う場合にも注意が必要です。抗生剤には「限られた菌種に作用するもの」「幅広く多くの菌種に作用するもの」などさまざまな種類があります。なるべく病気の原因となった細菌のみに作用する薬を選ぶことが理想です。

必要以上に多くの菌種に対して抗生剤を作用させると、その中から耐性菌が生じてしまうリスクが高まるからです。

処方された抗生剤は服用量・期間を守りましょう

抗生剤が処方された患者さんは、服用量や期間をしっかり守ることが大切です。

薬を飲んだり飲まなかったりなど、不十分な量の薬を漫然と服用すると細菌が生き残り、病気が良くなり、不十分な量の薬を漫然と服用すると細菌が生き残り、病気が良くなり、菌が生まれてくるリスクも高くなります。

以前に飲み残した抗生剤を取っておき、次回に服用することもやめましょう。

冬号 No.40

えんれい草

平成30年2月発行

特定医療法人とこはる 広報誌

地域の皆さまに医療・保健・介護・福祉を提供します

東栄病院
介護老人保健施設おおぞら
在宅療養支援事業部
発行：特定医療法人とこはる 広報誌編集委員会



所属学会
日本糖尿病学会
日本糖尿病協会



東栄病院 副院長
杉浦 亮

冬のおすすめレシピ 鮭の粕汁〜鍋風〜

酒かすは栄養価が高く、タンパク質や食物繊維、ビタミンB1・B2・B6、葉酸などが含まれています。ウイルス感染予防、生活習慣病予防、美肌効果、体を温める効果が期待されます。毎日10gほど摂るのがおすすめです。みそ汁やシチュー、パン・お菓子の生地に混ぜるなど、普段のお料理に取り入れましょう！

体がぽかぽか温まります

介護老人保健施設おおぞら 栄養科 科長 管理栄養士 麻生 敦子

材料 ※調味料はお好みで加減してください

- 鮭切り身：4切れ
- ダイコン：200g
- ジャガイモ：100g
- ニンジン：60g
- シイタケ：4枚
- 豆腐：1/2丁
- 油揚げ：1枚
- 長ネギ：1/2本
- 水：1400cc
- 酒かす：100g
- みそ：大さじ2
- しょうゆ：大さじ1
- だしの素：小さじ2

作り方

- 1 あらかじめ調味料を合わせておきます。
- 2 鮭は一口大に切り、さつと熱湯をかけます。
- 3 ダイコン、ジャガイモ、ニンジンはいちよう切り。豆腐は大きめ角切り。そのほかはお好みの大きさに切ります。
- 4 水にダイコン、ジャガイモ、ニンジンを加え火にかけ、少し軟らかくなったらほかの具材を入れます。
- 5 具に火が通ったら調味料を加え、ひと煮立ちしたら出来上がり。

ポイント

- 酒かすはひたひたになるように水を加え、電子レンジで2〜3分温めてから、みそこし器を使うとダマになりません
- 酒かすを加えたあとは火にかけすぎないようにしましょう

東栄病院

内科・消化器内科・糖尿病内科・小児科（感染症・アレルギー疾患）

札幌市東区北41条東16丁目3-14
☎ 011-782-0111

介護老人保健施設 おおぞら

長期入所・（予）短期入所・（予）通所リハビリテーション

札幌市東区丘珠町167-10
☎ 011-786-0020

在宅療養支援事業部 札幌市東区丘珠町167-13

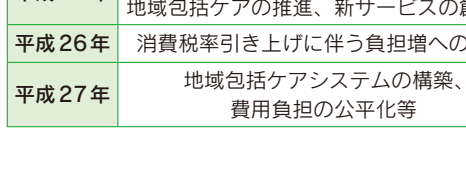
- 介護予防センター 栄・丘珠 ☎ 011-786-0030
- 指定居宅介護支援事業所 おおぞら ☎ 011-786-1165
- 訪問看護ステーション ポプラ栄町 ☎ 011-780-1165

平成30年度 介護報酬改定に関する審議報告の概要

4	介護サービスの適正化・重点化を通じた制度の安定性・持続可能性の確保 介護サービスの適正化・重点化を図ることにより、 制度の安定性・持続可能性 を確保
3	多様な人材の確保と生産性の向上 人材の有効活用・機能分化、ロボット技術等を用いた負担軽減、各種基準の緩和等を通じた効率化を推進
2	自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスの実現 介護保険の理念や目的を踏まえ、安心・安全で、自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスを実現
1	地域包括ケアシステムの推進 中重度の要介護者も含め、どこに住んでいても適切な医療・介護サービスを切れ目なく受け取ることができる体制を整備

介護保険制度改正の背景・変遷

	改正内容等	報酬改定率
平成12年	医療保険等との一部統合措置制度から契約制度へ	—
平成15年	施設サービスの適正化等 在宅重視・自立支援（施設給付の見直し）	-2.3% (在宅+0.1、施設-4.0)
平成18年	予防給付、地域密着型サービス、地域包括支援センター創設、施設居住費徴収等	-2.4% (平成17年10月改定を含める)
平成21年	業務管理の体制整備、専門性等評価、介護職員処遇改善	+3.0% (在宅+1.7、施設+1.3)
平成24年	介護職員の処遇改善の確保、地域包括ケアの推進、新サービスの創設等	+1.2% (在宅+1.0、施設+0.2)
平成26年	消費税率引き上げに伴う負担増への対応	+0.63%
平成27年	地域包括ケアシステムの構築、費用負担の公平化等	-2.27% (在宅-1.42、施設-0.85)



今回の改定で、介護報酬は0.54%引き上げられます。介護報酬とは、介護事業所などが利用者さんに介護サービスを提供した場合に支払われる報酬のことで、介護保険制度では原則として利用者さんが1割を負担し、9割は介護保険料や公費から賄われます。

介護報酬引き上げは、介護事業所が質の高いサービスを提供するために必要なことです。利用される皆さまには保険料やサービス利用時の利用料負担増につながりますが、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いします。

介護老人保健施設は在宅復帰に力を入れていきます

介護報酬の引き上げによってより質の高いサービスの提供へ

超高齢化社会を迎えた日本で、高齢者の問題を解決するために導入された介護保険制度。平成30年度の改定について簡単にお知らせしています。



なるほど！介護保険制度改定②
改定の4つの柱と介護報酬の引き上げ



趣味から学ぶ

私は釣りが趣味です。釣師は魚に興味を抱く人種です。某回転寿司屋に行けば、「魚」への字が壁にズラリと並び、ついつい目で追ってしまいます。

魚には「鱈：サワラ」のような季節に応じた表現も多く、鱈の仲間「氷下魚：コマイ」もその一つです。私はどちらかと言うと「寒海：カンカイ」と呼ぶのですが、この魚「コマイ=真冬に氷を割って漁獲する」意味のアイヌ語が語源だともいわれています。

しかし、真冬に獲れるのは主に日本海側のこと、太平洋側では夏場に獲れます。私は以前、このことを知らず、7月に襟裳方面で「氷下魚」がじゃんじゃん釣れてびっくりした記憶があります。地域によって「当たり前」が違うのですが、私たちはとかく、自分が身を置いている環境を中心に物事を考えてしまいがちです。

たかが「趣味の釣り」ですが、下手な自己啓発本を読むよりも視野や知識を広げることの大切さを学べたりもします……。皆さんは「趣味」をお持ちですか？

(介護老人保健施設おおぞら事務部・高橋貴之)

悪徳業者の主な商法

- 強引・長時間勧誘**
玄関先に長時間居座ったり家に上がり込むなどして、商品やサービスの契約を勧めます
- 利殖商法**
高配当の株や値上がりする商材などを勧め、購入代金や出資金をだましとります
- かたり商法**
消防署や水道局など公的機関の職員を名乗り、商品やサービスを売りつけます
- 点検商法**
「点検」と称して訪問し、機器の故障や劣化があると偽り商品やサービスを契約させます

すぐに消費者ホットラインへ電話しましょう

その契約が対象になるのか、どのように手続きをすればいいのかが分からない場合は、消費者庁が設置している「消費者ホットライン」へ電話しましょう。お住まいの市区町村にある消費生活センターや消費生活

もしかして…と思ったら！

消費者庁 消費者ホットライン

いちゃや 局番なし 188番

音声案内に従い郵便番号などを入力すると、お住まいの市区町村にある消費生活センターや消費生活相談窓口へ電話を転送してくれます。

高齢者のご自宅へお伺いした時に、驚くほどの高額で商品を販売しようとする訪問販売業者と鉢合わせることがあります。悪徳業者なのかどうかは分かりませんが、どの方も「優しく、爽やかな好青年」や「人の良さそうなおじさん」という印象を受けました。消費者被害についての予備知識が多少ある方でも「良い人そうだなあ、この人が勧めるのなら良い商品かも」と思うほど悪徳業者は話術に長けているので、だまされてしまうかもしれません。

契約を結んでも、取り消せる可能性もあります

万が一、悪質な訪問販売の被害に遭ってしまった場合でも、「消費者契約法」に基づいて契約を取り消すことができます。この法律は消費者と事業者が契約を結ぶ時に適用されるルールで、「事実と違う説明を受けた」「不確実なことをさも確実だと誤解させるように伝えた」「利益ばかりを強調して不利益になることを故意に伝えなかつた」時や「訪問販売に来た人が帰ってくれない」「帰りたいと言っているのにお店から帰してくれない」などの場面で契約を結んでしまった場合が対象です。

恥ずかしがらずにとにかく誰かに話しましょう

消費者被害に遭われた方の中には「だまされたことが恥ずかしい」と、誰にも言わずに泣き寝入りされる方もいらっしゃるようです。しかし、被害に遭ったことは恥ずかしいことではありません。消費生活相談窓口にご相談するのがためられる場合は、近しい友人や身内の方など、まずは誰かに相談しましょう。



悪質な訪問販売にご注意ください

困った時には周りの人に相談を



活相談窓口へ電話を転送してくれます。