



## 役員だより

### 長寿は栄養から

関西サナトリウム  
院長 花房 辰哉

長寿の研究成果では、貧栄養が全生物に共通の長寿達成条件となっている。然し、最近の研究によれば、バランスのとれた栄養が長寿達成条件として加えられた。哺乳類においては、タンパク質不足に陥ると、免疫力が衰え、感染症に罹り易くなる事必定である。一方、炭水化物や脂肪の必要以上の取り過ぎは高脂血症を招き、動脈硬化においては高血圧を招く。又肥満となったり、脳血管障害や心疾患の原因となる。健康維持のためには、カロリー源となる炭水化物と脂質を、一日の必要カロリー25〜30kcal/kgを満たすだけ摂取し、タンパク質は0.8g/kgを炭水化物と脂質に対しバランスよく摂って、免疫力を高め、感染症を防ぎ、発がんを抑制するように努める事が必要である。

医療の中心に医薬がある事は否めない。然し医療は健康維持に基本的に関わる。栄養をぬきにして論ずることは出来ないであろう。病気になるれば医療が必要となり、治療に医薬が効力を発揮するが、病気には病態時の栄養が必要である。例えば、ビタミンB1欠乏患者には白米に代わってB1に富む胚芽米や麦飯を主食とし、副食に新鮮野菜やB1に富んだ豚肉を補い、鉄欠乏性貧血患者には鉄分に富んだほうれん草やほうろくを与える・・・等である。炭水化物、脂質、タンパク質、ミネラル、ビタミンをバランスよく摂ることはもちろん大切なことであるが、快適な環境で、美味しく調理された料理を、楽しく摂ることは、食欲を高め、消化吸収をよくし、健康維持に欠かせないだけでなく、病気の回復に最良の条件を与える。

一流のコック、新鮮な食材、健康のためのバランスのとれたメニュー、美味しいものづくめで、値もリーズナブルなデッシュ、これで健康が回復せぬ訳がない。

平成三十年 八月一日

## デイケアだより

### 地域活動支援センタールリエと交流会を催しました

地域の通所施設は近年増加傾向にあります。メンバーからは『あそこの施設はどんなことやってるんやろか?』『なんかやってるらしいで?』という声を聞きます。

そこで、当デイケアセンターでは、年に数回、双方の施設利用者が交流する機会を設け、居場所や活動の選択肢を増やしてもらう目的で交流会を行っています。

今回は泉佐野市内の地域活動支援センタールリエさんとコラボレーションさせていただきました。最初は初対面ということもあり緊張した様子のメンバーも、途中から笑い声や笑顔が見られ、充実した交流会となりました。



グループ対抗ことば遊びゲームを楽しむ利用者の皆様

### 【 担当者より 】

はじめましてデイケアひまわりの美濃越です。平成28年4月1日よりデイケア配属となりました。精神科デイケアは病気の回復の促進・再発防止を目的とした精神科リハビリテーションで外来治療のひとつです。

当センターでは『居場所づくり』をキーワードに、様々な活動をメンバーで共有することを通して、その人の目標実現をサポートしていきます。具体的には、「一人暮らしをしたい」「病気の再発防止をしたい」など、個人の目標に合わせたリハビリプログラムをご提供しております。

関西サナトリウム  
デイケア担当：美濃越

# 新入職員・紹介

当院に新しく2名の入職者を迎えることになりました。新しい仲間と共に病院理念である「一隅を照らす」医療を目指し、今後も努めて参ります。



## 管理栄養士

はまぐち  
**濱口 みゆき**

- 趣味 **舞台鑑賞**
- 好きな食べ物 **スイーツ**
- 挑戦したいこと **世界遺産巡り**

管理栄養士の濱口みゆきです。社会人になったばかりで不安なこともあります。一日一日を大切に、職務を全うしていきたいと思ひます。みなさまよろしくお願ひします。



## 看護補助者

すぎはら れん  
**杉原 連**

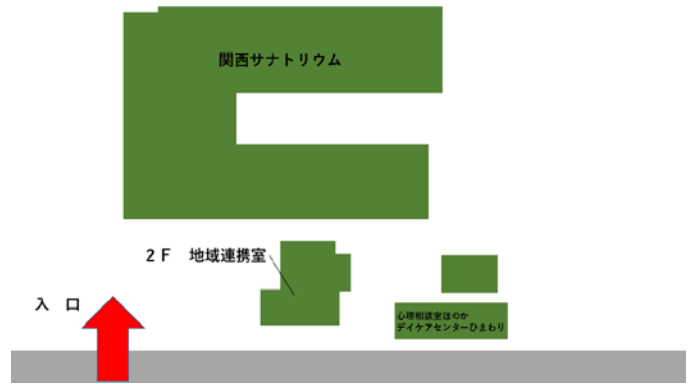
- 趣味 **スポーツ観戦**
- 好きな食べ物 **ラーメン**
- 挑戦したいこと **海外旅行**

幼い頃から母が看護師として働く姿をみて、自分も看護師になりたいと思うようになりました。現在は看護学校進学を目指しながら看護補助者として勤務しております。まだまだ、わからないことも多く、毎日が初めての経験で覚えること、考えることがたくさんあります。これから、経験を積んで患者様に必要とされる看護師を目指したいと思ひています。

# 地域連携室だより

## 地域連携室が移転しました。

在宅部門の連携・強化を図るため、平成30年8月1日より訪問看護課と地域連携課が同一の建物内に移転しました。今後も当院が有する機能・役割を自覚し、地域の皆さまに適切な医療を、お届けできればと願っております。



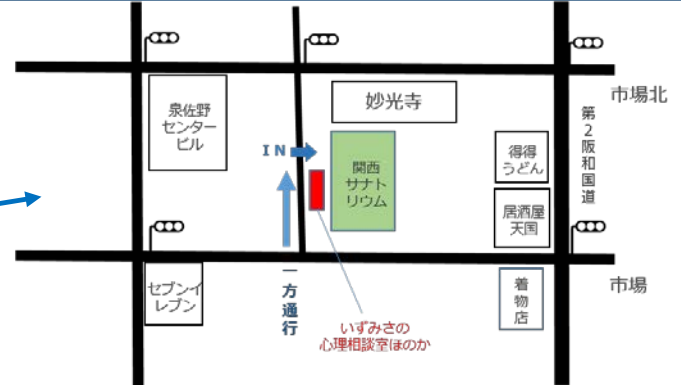
関西サナトリウムでは、患者様や家族様が安心して医療・福祉サービスを利用できるよう、地域医療連携室を設け、精神保健福祉士が相談を受け付けております。受診や入院に関する事や各種福祉制度を利用したいといった場合等、お気軽にご相談ください。

### 相談内容

- ・受診や入院の相談
- ・障害年金や障害者手帳の申請相談
- ・障害福祉サービス・介護保険の利用相談 等

地域医療連携室  
担当 藪 仲井 鍵田 谷口

## 交通アクセス



○電車でお越しの方 南海泉佐野駅下車 南南東400m (徒歩5分)

○車でお越しの方  
阪神高速湾岸線「泉佐野IC」より南東へ1km  
関西空港道「泉佐野IC」より国道26号線右折→「市場」交差点を左折→200m右折

