

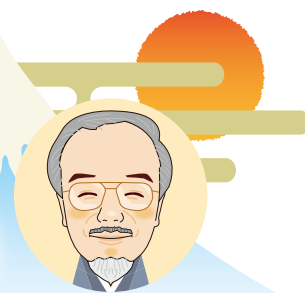
謹んで新年のお祝いを 申し上げます

新明けましておめでとうございます。皆様方には穏やかな新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は豊生会令和の大改革(一期目は老健ひまわりの新築移転、令和6年9月で完了)の二期目で旧老健部分を全面改修し医療病室として回復期リハ病棟(2階)、療養病棟(3階)となりました。また透析室もこの8月より隣の老健デイケアのあった場所に全面移動。災害時の非常電源装置も完備し無事稼働再開しています。現在旧透析室の改修を含め今年の春を目指し外来機能の充実に取り組んでいます。これにより東苗穂病院は161床から194床に、また3病棟から地域包括医療病棟を加え4病棟制に昨年6月より移行、ひと周り大きくなりました。これも病院の職員ばかりではなく、豊生会皆さんの理解と協力ででき得たことで、通常では数年を要する大きな変革だと思います。まだ計画途中ではありますが、改めて感謝申し上げます。

「しっかりとした目標をもつことは大きな力を生む源」と言われます。超高齢化社会と人口減少、そして長いコロナ禍を経て、医療、介護を取り巻く状況は大きく変わりつつあります。ひとつは人生100年時代を迎え、疾病や健康に対する考え方も治す治療から癒し支える治療、予防医療や健康寿命などが重んぜられてきています。一定地域の中で医療も介護も完結を目指す地域包括システムですが、その

社会医療法人 豊生会 理事長
東苗穂病院 院長 星野 豊



地域からのニーズが変わってきますので、我々も応えられるように変わらねばなりません。更に運営上のことですが、このところ物価高、諸経費の高騰、そして人材不足、また収入の根本である診療・介護報酬は国の定める公定価格ですが、この対応策がとられていない為、公立・私立を含め80%の医療機関が赤字で、今だかつてない危機に直面しています。この危機は今までと同じでは乗り越えられません。医療でも介護でも我々が必要とされること、されていることの変化をしっかりと把握し対応していかねばなりません。それには昨年取り組んだ地域包括医療病棟(在宅で入院治療の必要な方の迅速な対応と早めの在宅復帰を目指す)や二次救急体制は、豊生会の指針である「まず受け入れる」をより機能として充実することになります。「住み慣れたこの地域に安心して住み続ける」を支えるという目標を、豊生会の医療も介護も総力を挙げて取り組む強いメッセージの種をまいたのが昨年からの取り組みでした。今論じられている新地域医療計画にも合致します。2つの目標に向かって、地域の中で活躍しているたくさんのメンバー(多職種)の皆が力を合わせて、豊生会ならではの、豊生会でなければできない地域の、札幌の、「オンリーワン」を目指して今年も頑張りましょう。

介護老人保健施設
ひまわり

施設長
田村 隆志



新年おめでとうございます。

当施設の移転新築から1年余りが経過しました。この間地域の皆様方には多大なるご理解とご協力を賜り誠にありがとうございました。今後とも職員一同サービスの中身も更に充実させていく所存です。今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

東苗穂たんぽぽ
クリニック

院長
木村 睦海



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。本年1月、兼重前院長より院長職を承継致しました。当クリニックは、本邦の在宅療養支援診療所・創設年である平成18年に開院、訪問診療に注力してきました。本年も引き続き患者様・ご家族様、医療機関・施設・事業所の皆様の力となるべく努めて参ります。よろしくお願い申し上げます。

東雁来すこやか
クリニック

院長
藤永 久美子



あけましておめでとうございます。

移転し8年目を迎えました。本年も真摯に地域の皆様と向き合い、信頼され、愛されるクリニックにしていきたいと思います。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

豊生会 元町総合
クリニック

院長
穴戸 隆之



新年あけましておめでとうございます。昨年5月より新体制となりました。スタッフ削減や診療スタイル変更により経営効率の改善に努めてまいりました。今後も患者ファーストを目標に、スタッフと共に地域の皆様に信頼して頂けるクリニックを目指します。本年もよろしくお願い致します。

夕張市立診療所/
介護医療院夕張

所長
諫山 治彦



新年明けましておめでとうございます。夕張市の若菜地区に移転して3回目の正月を迎え、職場は徐々に暖まりつつあります。市民に親しみやすい環境を整えるよう工夫を凝らしていきます。夕張は人口減少が著しく、厳しい情勢ですが、本部の力をお借りしながら、職員が一丸となって、今年も研鑽していきたいと考えています。

当別あんしん
クリニック

院長
長嶋 俊介



新年明けましておめでとうございます。開院から2年が経ちました。当別の限られた医療資源の中、他の医療機関や関係各所とも協力しながら我々の役割を果たしていきたいと思います。引き続き小児科の三宅先生とのタッグでクリニック一丸となり、子供からお年寄りまで、生活に寄り添える医療を目指します。本年もどうぞ宜しくお願い致します。

東苗穂にじいろ歯科
クリニック

院長
松原 光代



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。旧年中は多職種連携のもと、特に「摂食嚥下」の支援体制強化に力を注いで参りました。本年もこの専門性をさらに高め、住み慣れた在宅で最期まで口から食べる喜びを支えられるよう、医院一同、誠心誠意努めて参ります。本年も何卒よろしくお願い申し上げます。

丘珠明陽医院

院長
原田 伸宏



丘珠明陽医院はスタッフ数名、医師1名の小さなクリニックです。他のクリニックのように、検査技師などの専門職はいませんが、職種の垣根を取り払い、皆で協力しながら「チーム明陽」として患者様をお迎えしています。今後も地域のかかりつけ医として精進してまいりますので、今年もどうかよろしくお願いもうしあげます。

豊生会 苗穂駅前
内科クリニック

院長
村上 洋平



あけましておめでとうございます。豊生会苗穂駅前内科クリニックは平成29年12月に「いがらし医院」を承継しおかげ様で7年を迎えました。このたび、施設設備の老朽化に伴い令和7年12月より近隣のビル内に移転いたしました。これからも外来診療・訪問診療にて皆様のお役に立てればと思います。よろしくお願いいたします。



開設から29年 『一人一人の声』に寄り添ったサービスを

東苗穂訪問看護ステーションは1997年設立。今年29年目、来年は節目の30周年を迎えます。

訪問看護を取り巻く環境は時代と共に変化を遂げてきました。高齢化の進展や在院日数の短縮化、在宅療養希望者の増加などにより、看護師、リハビリ職のサービスの質、スキルの向上も求められています。又、利用者の傷病は多様化・重度化しており、がん末期患者や人工呼吸器装着者、重度障害者、認知症の方など、医療ニーズの高い利用者様が増えています。医療、介護を必要と



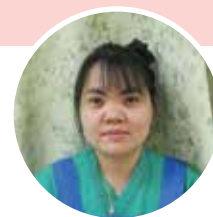
現在スタッフ23名(看護師12名、リハビリ8名、事務員2名、副所長1名)が在籍しています。

されている利用者様が、『住み慣れた地域で安心して生活を続けられること』『支えているご家族様の負担が軽減されること』を第一に、24時間365日体制で支援させて頂いております。人生の大切な一瞬一瞬に関わらせて頂いていることに感謝し、日々訪問させて頂いております。患者様、支えているご家族様は、日々の暮らしの中で様々なことを抱えていらっしゃると思います。お気軽に、いつでもご相談下さい。

これからも、地域の方々が『来てくれるとほっとする訪問看護ステーション』としてご指示頂けるように、時代の変化に適応した環境整備も進めて参ります。当ステーションが地域コミュニティの1つとなり、あんしんして信頼頂ける存在になれるよう努力を重ねて参ります。

東苗穂訪問看護ステーション
札幌市東区東苗穂9条3丁目1-33
TEL 011-790-3011

ベトナム出身の新しい仲間をご紹介します!



グループホームすぎの子所属になったタムさんにインタビューしました!

Q 札幌に来て楽しかった事を教えてください!

静岡から札幌にきて、食べ物と景色も違いますので札幌では食べ物がとても美味しかったので食べながら綺麗な景色も見えてとても楽しかったです。

Q 苦労したことは何ですか?

いちばんたいへんなのは雪の中で会社まで行くことです、これから雪になれるようにします。

Q 札幌に来ておどろいた事がありますか?

電車の時間とバスの時間はとても時刻通りです。どこでも順番マナーを守ることです。

Q ベトナムと日本で一番違うと思うところは?

ベトナムと日本で一番違うと思うところは、日本は静かなところで、ベトナムでいつでもどこどこでもにぎやかです。日本の季節とベトナムの季節も違います。

Q これからの目標を教えてください

これからの目標は頑張って働きながら研修を受けて介護福祉士を取得したいと思っています。いい介護職員になりたいです。

グループホームすぎの子家族
札幌市東区伏古6条4丁目1-18
TEL 011-788-6365

移転オープンのお知らせ

豊生会苗穂駅前内科クリニックは、苗穂地区の医療機関として、地域医療の充実に努めてきました。そして令和7年12月、同地区である前建物から徒歩4分の宇治園ビルへ移転し、新たにスタートいたしました。

今後も、患者様との会話を重視しながら、風邪や生活習慣病、慢性疾患等に対応すると共に、中央区～南区方面の訪問診療も積極的に行ってまいります。本院である東苗穂病院と連携しながら引き続き地域にお住まいの方々の健康に貢献していく所存でございますので今後ともよろしくお願いいたします。



豊生会 苗穂駅前内科クリニック
札幌市中央区北2条東10丁目93 宇治園ビル3階
TEL 011-231-2016

在宅介護支援



夕張豊生会居宅事業課は「居宅介護支援事業所 夕明かり」「ヘルパーステーション よりそい」「地域密着型デイサービス あずましい」の3事業所で夕張市民の皆さんの「家で暮らす」を支える在宅介護支援を行っています。11月には『第11回健康長寿プロジェクト』として市民の皆さんに向けた講演会を実施。介護保険の申請方法やサービス利用開始までの流れ、訪問介護やデイサービスの具体例などを解説しました。住み慣れた家で長く暮らしていただくためにも在宅介護サービスの浸透を目指し、今後も活動していきたいと思います。

居宅介護支援事業所 夕明かり ヘルパーステーション よりそい
地域密着型デイサービス あずましい
複合施設 和家 夕張市鹿の谷3丁目118番2

こもればカフェがTVで紹介されました!

札幌市認証事業である認知症カフェ「こもればカフェひかりの」が、札幌市広報部からの依頼でTV取材を受けました。番組では、園芸療法士の堀先生が参加者様とリース作りをしている様子や、園芸療法の持つ力や、地域とのつながりの大切さが丁寧に紹介されました。参加者様の穏やかな表情や、活動を通して生まれる交流の様子から、こもればカフェが持つ魅力が伝わってきます。現在は札幌市広報部の公式チャンネルから視聴可能です。こもればカフェの取り組みを通して、地域の中での福祉のあり方や、札幌の新たな魅力を感じていただける内容となっていますので、ぜひご覧ください。



特別養護老人ホームひかりの
札幌市東区東雁来12条4丁目1-15
TEL 011-790-1400

HBCラジオ「星の夢百聞」放送中!

豊生会グループの様々な事業所の利用者様の半生エピソードとリクエスト曲を紹介する番組をHBCラジオで放送しています。パーソナリティは、元HBCアナウンサーの川原多恵子さんが担当で、いつもやさしい声で、利用者様の半生を語ってくれます。皆様、土曜の朝は是非、「星の夢百聞」を聴いてみてくださいね。

豊生会グループ 星の夢百聞

パーソナリティ **河原 多恵子さん(元HBCアナウンサー)**

毎週土曜日朝7:30~7:40

- | | |
|-------------------------------|-------------------------|
| 2/7 CoCo東雁来
式番館 Aさん | 5/21 新篠津つむぎ Tさん |
| 2/14 すぎの子家族 Hさん | 5/28 小多機ひかりの Hさん |

※放送内容は変更になる場合があります。



考流学者姫さくらの会の皆様ありがとうございます

病院では手指の機能回復や認知機能向上な
どリハビリテーションでお手玉を活用する場面が
たくさんあります。使用中のお手玉が老朽化して
困っていることをお伝えすると、先日考流学者姫
さくらの会の方々から250個の手作りお手玉を
寄贈していただきました。

一つ一つ丁寧に手作りしてくれました。色とり
どリお手玉は感染対策も考慮していただき、お手
玉のなかに入れるものは洗濯可能なペレットを
使用してくれました。

辛いリハビリも手作りの温もりや昔懐かしさ
を感じ楽しく行うことができています。リハビリ以
外の場面でも院内デイケアのレクリエーションで
活用させていただき、入院中の高齢者が若い頃



を思い出しお手玉を楽しむ機会が増えています。
心のこもったお手玉を大切に使用させていただ
きます。

院内デイケアの紹介

当院に入院される方は高齢者が大半を占めて
います。

入院される高齢者は急に環境が変化し点滴や
チューブなどが繋がれることで混乱することが
多くあります。入院中は自宅の環境と違い昼間の
活動なく生活リズムが崩れてしまうことがありま
す。高齢者が安心して入院治療が受けられるよう
認知症サポートチームが中心となり院内デイケ

アを通して楽しい時間を過ごせるよう開催してい
ます。30分程度の短い時間ですが少人数で開催
し、毎回多くの笑顔と笑いで楽しい時間を過ごし
ています。

当院に入院中、外来通院中の患者様、ご家族
様はもちろんですがそれ以外の方でも認知症に
関する相談がありましたら認知症サポートチーム
までお気軽にお声がけ下さい。



塩分について見直してみましょう

管理栄養士 高橋 響

厚生労働省が定めた「日本人の食事摂取基準
(2025年度版)」では食塩摂取量に関して、1日当
たりの目標量は成人女性が6.5g未満、成人男性
が7.5g未満です。また高血圧で治療されている
方は6g未満が目標とされています。実際の平均
食塩摂取量は女性9.1g、男性10.7g(厚生労働省
令和5年度)となっており、目標を上回っているこ
とが分かります。高血圧治療中の方だけではなく、健康な方も生活習慣病予防のために減塩は
大切なことです。今一度ご自分の食生活につい
て見直してみましょう。

チェック1:食卓の調味料

調理済みの料理に、食べる際醤油など味を足す
習慣はありませんか。濃い味に慣れてしまうこと
もあるため、食卓に調味料は置かないことも減
塩対策の一つです。調味料を後付けで使用する
場合は、小皿に調味料を取り、食材を付けて食べ
ると使用量が分かりやすいため使いすぎを防ぐ
ことに繋がります。

チェック2:ご飯のお供

梅干し・佃煮・漬物など、ご飯のお供は塩分の高
いものが多いです。例えば梅干しは約2g、佃煮
(10g中)は0.7g程度の塩分が含まれており、減
塩の商品に変える・塩分の高い食品を重ねて取
らないようにするといった対策を取りましょう。

チェック3:麺類を食べる習慣

うどん・そば・ラーメンなど、麺類を食べる習慣は
ありますか?麺類には塩分が多く、汁まで飲むと
うどんやそばで5-6g程度、ラーメンで7g程度の
塩分摂取量になるため汁は残すようにしましょ
う。またつけ麺にすると麺に付く汁が少なく、減塩
に繋がります。

チェック4:総菜類の使用

惣菜・弁当類は美味しい分塩分が多いものもあ
り、習慣的に食べてしまうと塩分を知らずに多く
とってしまう危険性があります。付属のソースやた
れ等はすべて使用せず、半分残すだけでも塩分を
減らすことに繋がります。

チェック5:菓子類

せんべい類やスナック菓子は特に塩分を多く含む
ものが多いです。一度食品成分表示を見て、ご自
分がどの程度塩分を摂っていたか確認してみま
しょう。



美味しく減塩する方法

- 香りや酸味のある食材を活用すると、薄味でも満足感が高まります。下記のような食材を活用し、塩や醤油等の使用を控えることで減塩に繋がります。

酸味:レモン・酢など
辛味:山椒・カレー粉・一味など
香味:ごま・しそ・オリーブ油・ごま油など

- だしのうまみを活用すると、調味料が少なくても味に満足感が出ます。市販の顆粒だし等には塩分が含まれているので摂りすぎには注意が必要です。

調理例)
・刻んだ昆布・かつおの削り節を調理の際に加える。
・干し椎茸の戻し汁を加える。

出来ることから少しずつ取り組み、目標値に近づけましょう!