



医療法人社団 **徳耀会**
Medical Corporation Tokuyokai

令和8年9月243号 発行
徳耀会医科・歯科・介護
http://www.tmhc.jp/
TEL 03-5616-1094
fax 03-3605-1092

医科・歯科・介護通信

テクノロジーで医療を仁術に戻す

徳耀会心療内科クリニック 院長 車地 先生

テクノロジーとは、電子カルテシステムを使った診療、特に人工知能（AI）を使った音声入力によるカルテ記載などのことであり、心療内科の診察の本幹は言語的なやりとりにあることは言うまでもない。医療現場で電子カルテが導入されたのは、「いつだったか」は正確に思い出せないが、いくつかの功罪がある。『仁術にもどす』とは、パソコンの画面ばかりをみて、患者の顔を見ないで診療をするようになった不自然さを、このAIテクノロジーによって、払拭することにある。

カルテに診療内容を記載することは、保険診療においては極めて重要な事であり、これが患者の顔を見ながら効率よくかつ正確にできるようになりつつあることは、ワクワクする期待感がある。その上、治療経過のサマリー、診療情報提供書や種々の診断書の作成など、AI技術の応用で可能になることも期待したい。これらによって、医師の負担が軽くなれば、仁術を駆使する余裕が広がるであろう。

<来る令和8年9月1日退任就任>

□退任・就任
北綾瀬駅メンタルクリニック
院長 上里 彰人 先生 退任
東京女子医大足立医療センター教授 就任
□就任
北綾瀬駅メンタルクリニック
院長 吉武 和代 先生 就任

食中毒

内科 一般 大楽 先生

温暖化でますます暑い日が続いていますが、食事で気をつけたいのが食中毒。食中毒は夏場だけではなく1年を通しておこります。

食中毒を予防するには、細菌等を「つけない」「ふやさない」「やっつける」ことが重要です。

○主な食中毒の原因

・細菌（夏場に多い）

カンピロバクター（食中毒の約8%）加熱不十分な鶏肉などが原因。腸管出血性大腸菌（O157など）（食中毒の約1%）加熱不十分な牛肉などが原因。サルモネラ菌（食中毒の約3%）十分加熱していない卵や肉が原因。ウェルシュ菌（食中毒の約13%）作り置きしたカレーや煮込み料理が原因。

・ウイルス（冬場に多い）

ノロウイルス（食中毒の約60%）牡蠣などの二枚貝の生食や感染者の手指、飛沫からの感染。

・寄生虫

アニサキス サバやアジなどの生の魚介類が原因。

手洗い、食材に十分火を通す、調理後は長時間放置しないことを守り食中毒を予防しましょう。

学芸大学リアン歯科 院長・吉秋早菜江

こんにちは。学芸大学リアン歯科で院長をしております、歯科医師の吉秋早菜江です。

学芸大学リアン歯科は昨年2025年11月に学芸大学駅に開業し小さなお子さまから高齢の方まで、地域の皆さまが安心して通える歯科医院を目指しています。

暑い日が続くと、食欲が落ちたり、体がだるくなったりする「夏バテ」が起こりやすくなります。予防のためには、こまめな水分補給と十分な睡眠、バランスのよい食事が大切です。特に高齢の方は、暑さや喉の渇きを感じにくいこともあるため、時間を決めて水分を取るようにしましょう。

また、お口の乾燥や噛む力の低下は、食欲が落ちる原因にもなります。食べにくさや入れ歯の違和感がある場合は、そのままにせず早めにご相談することが大切になります。お口の状態を整え、しっかり食べて、元気に暑い夏を乗り切りましょう！！

徳耀会 心療内科クリニック

	AM	PM
月～金	9:00～12:00	13:00～18:00
土	9:00～13:00	14:00～18:00

	AM	PM
月		
火	白井・河口	白井・河口
水	大楽(女医)・田邊(女性)	田村・田邊(女性)
木	太田	太田
金	河口	車地・河口
土	京野・田畑・稲川(女医)	京野・田畑・稲川(女医)

TEL 03 (3605) 1094

北綾瀬駅メンタルクリニック

月～土	10:00～19:00
日	10:00～18:00

	AM	PM
月	車地	車地・窪田
火	山口	山口・伊佐治(女医)
水	外山	外山
木	榎本・吉武(女医)	榎本
金	漆谷・山本	田村・漆谷・山本
土	上里・藤本(女医)	上里・藤本(女医)
日	担当医師2名予定	

TEL 03 (5856) 2778

医療スタッフコラム

食事について
訪問リハビリ理学療法士
小林先生

高齢者の低栄養が全身の虚弱（フレイルと呼びます）や筋肉の減少および機能低下を引き起こすことで、健康寿命に影響を与えることがわかってきています。高齢になるにつれて食が細くなり、食べられる量が少なくなっていると感じている方もいるのではないのでしょうか。少なくなっている量でバランスよく食べることはとても難しいことだと思います。

そこでおすすめしたいこととして①白米を玄米や麦に変える・パンを全粒粉のものに変える（食物繊維たっぷり）②魚の頻度を増やす、大豆由来（納豆、豆腐）の食品を多めにとる（良質な脂質とタンパク質）③おかずから食べる、小まめに食べる（血糖値の上昇を抑える）④乳酸菌を摂取する（腸内環境を整える）

運動と食事はとても密接な関係性の為、どちらも疎かにしてはフレイルのリスクがあがってしまいます。しっかりとご飯を食べ、運動をして、腸内環境を整えて、健康寿命を延ばしていきましょう。

喫煙と歯周病の関係について
榎本歯科医院 小倉歯科衛生士



本日は喫煙と歯周病の関係についてお話しします。
みなさんはタバコを吸うことによるお口への害をご存知ですか？喫煙は歯周病になる大きな要因の一つです。

非喫煙者と比較すると、喫煙者の歯周病リスクは2.7倍にもなり、歯の喪失は10年早まるといわれています。免疫機能が喫煙により妨げられるため、歯周病にかかりやすくなりまた、ニコチンの血管収縮作用により、歯周病が進行していても出血の自覚症状が出にくくなります。

そのため気づいた時には重度の歯周病になっていたということがあります。さらには、治療始めても思うように治療効果が上がらないのです。

禁煙をすると、お口の健康も取り戻すことができます！少しずつタバコの本数を減らしていき、歯周病のリスクを抑えていきましょう！

食レク 冷やしうどん



ビーズ作り



グループホーム ゆとりあ



2F

S.Kさん おかすの小分けや洗濯物干し、たたみなど日常的な作業を行いました。

T.Yさん 穏やかに過ごしています。水分補給もかねてコーヒーをリビングで飲んで頂くよう促しています。

M.Kさん 調理レクでは、夏を乗り切れるように冷たいうどんを作り、食材をカットする作業を手伝いました。

I.Sさん 食事の前は、ラジオ体操、パタカラ体操など元気に参加されています。

K.Hさん 同テーブルの方とおしゃべりしたり、昭和の懐かしい歌を聴いたりして過ごしました。

N.Kさん 食前の体操では、同テーブルの方の顔を見つつ見様見真似で手足を動かしています。

S.Uさん 食事の前後に消毒をかねてテーブル拭きをよく頼んでいます。仲間の方に喜ばれます。

T.Tさん 調理レクでは、冷たいうどんを作り楽しみました。

K.Kさん 納涼祭では、ちょうちんを飾ったり櫓を段ボールで作りました。

3F

Y.Iさん お母様にお会いする為にご家族と一緒に外出されました。

T.Sさん 食前の体操では、調子が良い時は同テーブルの方と一緒に参加されています。

K.Aさん 食事後の食器洗い、食器拭きなどご本人が無理なくできるよう工夫しつつハビリも兼ねて実施しています。

T.Mさん 納涼祭では、炭坑節や東京音頭などを踊って手拍子したり、楽しんでいました。

T.Sさん 夏バテしないように食事はなるべく食べて頂くよう声掛けしています。

M.Sさん 食前の体操は、ラジオ体操、歌、口腔体操等抵抗なく参加されています。動いてからのほうがよくご飯を召し上がられています。

A.Mさん 調理レクでは、夏らしく冷たいうどんを作り、夏バテ予防も兼ねてしょうがも召し上がりました。

S.Kさん ぬり絵をしたり、納涼祭で使う飾りを作ったり、当日も手拍子で参加して楽しめました。

M.Kさん 息子様と久しぶりにお話されました。音楽を聴いたり、自分の使った食器と一緒に片付ける作業をしました。

朝食&体操



介護 コラム

鈴木看護統括
グループホーム施設長

処暑の候、皆様におかれましては益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。
先月のゆとりあでは暑い夏を吹き飛ばそうと、冷やしうどんを皆様で作し、召し上がりました。のどごしも良く、暑い日にぴったりのメニューとなりました。
また、納涼祭を行い、提灯や櫓などを飾りつけ、盆踊りを踊るなどして楽しいひとときを過ごしました。
ゆとりあの食事前にはラジオ体操、お口の体操（パタカラ体操）も行い、しっかりお食事を召し上がれるよう努めています。
季節の変わり目、どうぞお身体にお気をつけてお過ごしください。来月も宜しくお願い致します。

松本介護職員

最近、地震のニュースを目にする機会が増え「もし大きな地震が起きたら……」と、ご家族の皆さまもご心配されていることと思います。
当ホームでは万が一の災害に備え、日頃から避難経路や防災設備の確認、備蓄品の管理などを行っています。また、職員間でも災害時の対応について確認し利用者さまの安全を第一に落ち着いて行動できるよう備えています。
認知症のある利用者さまにとって突然の大きな揺れや環境の変化は不安や混乱につながる可能性があります。そのため、災害時には安全の確保だけでなくできるだけ安心して過ごしていただけるよう、声かけや見守りにも十分配慮してまいります。
「災害はいつ起こるかわからない」からこそ日頃の備えを大切にしています。
これからもご家族の皆さまに安心して大切な方をお任せいただけるよう、職員一同、防災への意識を持って取り組んでまいります。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
				タオル体操	ぬり絵	歌
6	7	8	9	10	11	12
折り紙	脳トレ		ラジオ体操	紙ひこうき	歌	言葉体操
13	14	15	16	17	18	19
ぬり絵	敬老会			タオル体操	お誕生会	脳トレ
20	21	22	23	24	25	26
タオル体操	ボール投げ	折り紙	歌	言葉体操	クイズ	ぬり絵
27	28	29	30	※10月の工作 24～30日		
風船バレー	体操		脳トレ			

精神科往診 毎週火曜 内科往診: 2(水)、16(水)