

こ ん に ち は



今年は秋が急に深まったように感じます



令和7年 11月号

都筑区医師会が主催し、講演会と研修会を開催しました

都筑区医師会は、市民向け講演会と多職種連携に関する研修会を定期的に行っています。今号では、10月に開催した会と参加者のアンケート結果をご報告します。

【摂食嚥下に関する講演会】 10月5日、かけはし都筑にて『「むせる」「飲み込みにくい」と感じたら～食事を安全に楽しむために～』と題して開催しました。医師・ケアマネジャー・言語聴覚士それぞれの視点から「むせ」と「飲み込み」に関する知識と対策や、事例を示して具体的なお話をした後、専門職による個別相談会を行いました。アンケートでは、「非常に良かった」「良かった」の回答を80%以上の方に頂き、食に関する支援体制など、新たな知識を得た方が多くいらっしゃいました。



【緩和ケアに関する多職種連携検討会】 10月1日、昭和大学横浜市北部病院にて都筑区内の多職種向けに「北部病院の緩和ケア病棟の見学」や「緩和ケアに関する取り組み」の紹介など、理解を深める研修会を開催しました。アンケートでは、「非常に良かった」「良かった」の回答が合わせて90%以上で、緩和ケア病棟や地域の取り組み、携わる職員の思いなどを知り、日々の業務に活かせる機会になったようです。また、「(緩和ケア病棟を退院した後) スタッフの思いのバトンを受け取り、在宅生活を続けられるよう支援することの使命感を改めて感じた」という参加者もいらっしゃいました。



都筑区医師会訪問看護ステーション	TEL 045-913-5181
都筑区医師会ヘルパーステーション	TEL 045-913-3577
都筑区医師会24時間在宅ケアステーション	TEL 045-913-3577
都筑区医師会居宅支援センター	TEL 045-910-6327
都筑区医師会ナースングホーム	TEL 045-913-6321
都筑区コーディネーター拠点	TEL 045-910-6586
都筑区在宅医療相談室	TEL 045-910-6582

FAX 番号

看護・ヘルパー・24時間在宅ケア・コーディネーター拠点 045-911-6700

居宅支援

045-910-6506

☆ホームページから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧ください☆

<http://tsuzuki-med.org/> ホームページをリニューアルしました！

年末年始の営業について：下記の期間は通常のサービスがお休みとなりますので、ご不便をおかけしますが、ご理解のほど、よろしくお願い申し上げます。なお、緊急時の電話及び訪問対応はしていますので、緊急の用件がある場合は迷わずご連絡ください。

【年末年始特別体制期間】 2025 年 12 月 28 日（日）～ 2026 年 1 月 4 日



健康まめ知識



チョコの原料“カカオ”のパワーVer.1

寒くなってきた今の時期、店頭にはチョコレートの商品を見かけることが増えてきました。チョコは甘く、太るイメージをお持ちの方もいらっしゃると思いますが、チョコの原料である“カカオ”はスーパーフードとも呼ばれ、



カカオに含まれる主な健康成分：ポリフェノール、フラボノイド、テオブロミンという成分に加え、食物繊維とミネラルも含まれ、健康に寄与してくれます。

具体的な効果：①抗酸化作用による動脈硬化予防、アンチエイジング。②集中力や記憶力・思考力を高める。③ストレスの緩和や自律神経を調整し、リラックスや良い睡眠につながる、気力を高めてくれる。といった効果が挙げられます。

来月号では、摂取方法と注意点、商品の選び方などをお伝えします♪♪



各事業所のメールアドレスはこちらです



訪問看護ステーション：kango@tsuzuki-med.org

ヘルパーステーション：helper@tsuzuki-med.org

居宅支援センター：kyotaku1@tsuzuki-med.org

ナーシングホーム：nursinghome@tsuzuki-med.org

都筑区民祭りに参加しました！

11月3日に都筑区総合庁舎及びセンター南駅周辺で開催された区民祭りにて、都筑区医師会は今年も「医療・健康相談会」を実施しました。当日は「小児科・内科」「外科」「産婦人科」の医師が、健康に関する相談に対応しました。盛況で、高齢者を中心に、子育て世代やお子さんを連れた多くの方々にご来場いただきました。



区民まつり当日のブースと担当者の様子

【編集後記】 寒く、乾燥してきたので、感染症に注意して過ごしましょう(^^)！

【目安箱】

ご意見、ご要望などございましたら、いつでも遠慮なく、連絡いただけますようお願い申し上げます。

913-5181 統括管理者 宮島

在宅事業部門の活動をInstagramでも紹介していますので、よろしければフォローをお願いします♪

都筑区医師会のホームページ、または <https://www.instagram.com/tzkda.homecare/>へ

