

柳原腎クリニック健腎会だより

<No.125号>

2022年10月



柳原腎クリニック健腎会の会員の皆様、

秋らしい季節となりましたがいかがお過ごしでしょうか。

新型コロナの感染の第7波は、急激に感染者数の減少しております。

しかしながら、こうしたなかで、今年もまた、第8波として年末年始にむけてインフルエンザとの同時流行が予測されています。陽性者の全数把握も中止される中、引き続き感染対策を緩めるわけには、いきません。

例年、会員のみなさんの交流と学習の場として、楽しみにしていた方も多い企画ですが、本年度も、開催が中止となりましたことをご報告いたします。

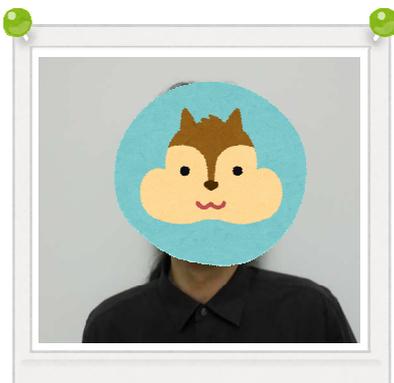
1. 企画中止のお知らせ

柳原健康祭り・健腎会学習会・新年会

2. 新役員の紹介です。



幹事・会計監査 岡崎さん（新任）



こんにちは、今回役員を任せられました岡崎です。
初めての事なので、不慣れな事や到らぬ事もあるかと思いますが、温かい目で見て頂けると、助かります。

透析生活も25年以上過ごしていますが、大きなトラブルもなく順調に来ているので、これからも体調に気を配りつつ、役員を務めていこうと思います。

どうぞよろしくお願いいたします。

3. 職員による自衛消防訓練を行ないました

2022年9月22日（金）15:30

所轄の消防署の指導により、密集・密閉・密接を避け、柳原腎クリニック災害委員会のメンバーが中心となり、総勢18名のスタッフで自衛消防訓練を行ないました。

今回は、火災を想定した避難訓練と、排煙窓の開閉確認・防火扉の場所と構造の確認を行ないました。

当日は雨天にて、予定していた水消火器による訓練は中止となりましたが、万が一の時に、迅速な対応ができるよう、今後も日常の災害対策を委員会中心に取り組んでいきます。



避難器具を用いた階段避難風景

4. 第2回 誌上 学習会

透析患者さんの災害対策 平時からできること

柳原腎クリニック 災害委員会 川口



大災害で記憶に新しいのは2011年3月11日東

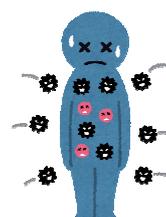
日本大震災、2016年4月16日熊本地震ではないでしょうか。

突然自然災害が起きた場合、被害状況によって停電や断水が起こり、交通機関に影響が出て透析の来院が困難になることが考えられます。また、当院が被災した場合、透析が受けられなくなる可能性があります。復旧するまでの間、透析時間の短縮や、他施設へ移動し透析を行うこともあるため、環境の変化により体調に様々な影響が出ます。

～こんなことが起こりうる～

透析時間短縮→体調不良、心不全

精神的不安、ストレス→血圧、血糖値変動



自然災害に備えて、事前に身を守る準備をしましょう。

～身近なところからできる備え～

① 災害カード、お薬手帳を常に携帯する



- ② 定期薬 3 日分、インシュリンや注射器も携帯する
- ③ 保険証、身体障害者手帳、特定疾病療養証のコピーを用意
- ④ 災害時の連絡方法（web171）住居の避難場所の確認
- ⑤ 心不全にならないよう、体重管理をしっかりとしましょう
（体重増加は中 1 日 D W の 3%、中 2 日 D W の 5%
塩分は 1 日 6g を目安に、カリウム、リンの薬を常備）



～災害が起きても慌てない備え～

- ・メガネや入れ歯（枕元に置く）
- ・ラジオ、懐中電灯
- ・電池、携帯充電器
- ・紙おむつ、トイレトーパー、簡易トイレ、絆創膏
- ・着替え、下着、マスク
- ・卓上コンロ、ボンベ
- ・飲料水、非常食



*リュックに入れて準備しておくこと、持ち出しやすい

*避難時は路面が濡れて、危険物が散乱していることも考えられるため、靴下、靴を履いて避難する。

*透析中も靴下、くつを履くようにしましょう。



日頃から災害に備えて慌てないようにしましょう。

5. 健和会足立健康友の会入会のご案内

健腎会の方は、会費¥700円が免除です

＊健腎会会員様においては、全腎協・東腎協・健腎会・足立腎友会などの会費で経済的な負担が大きいことから、皆様の負担を少しでも軽減するために 2019 年度から会費免除となりました。現在入会されている方はもちろんですが、新規入会の方も対象となります。別途、岩城所長名でのお誘い文章が届いた方は、ぜひこの機会に足立健康友の会にも入会をお願い致します。

<あともがき>

2021 年から 2 年続けて顔を会わせての学習・交流企画が開催できない状況が続いています。役員会では、昨年のお守りストラップに続いて、年末年始特別企画を検討中。年会費として東腎協・全腎協の会費¥5400 円は上納しますが、健腎会費¥2000 円の年会費を会員に還元できるよう準備しています。お楽しみにね。

.....きりとり.....
皆さんからの一言メッセージお待ちしております

よろしければお名前を _____



<柳原腎クリニック健腎会役員会一同>

