



令和6年 年頭のご挨拶

令和6年の年頭にあたり謹んで新年のお慶びを申し上げます。

新型コロナウイルス感染症が令和5年5月8日から5類に移行後、介護業界では大手の参入が進んできました。私たち地元の中小介護事業所はあらためて大手に差別化できるような武器(サービス内容、抱えてる問題の解決、技術)を持ち、かつ絞り込まれたエリア・ターゲットを創出し、そこで勝負していかなければなりません。また自社の優位性・独自性を発揮していくための局地化展開をしていかなければなりません。今年は医療法人の中心である、さくまファミリークリニックが3月4日にむつき医科歯科在宅クリニックとしてオープンいたします。1階にはイベントホールを備えた医科診療室、2階には今や医科との連携が欠かせない存在の歯科診療と保育園がはいます。3階には健康診断やリハビリステーション、メディカルフィットネスエリアになっています。またおおつきまちクリニックは午前8時30分～午後10時までの診療の他に生活習慣病の方やその背景にある肥満、メタボリック症候群、運動不足、骨粗鬆症などの方のためにメディカルフィットネス(オレンジウェルネス)を1月10日からオープンします。今年もむつきグループは地域の皆様とともに歩んでいきたいと思っていますので益々のご支援とご協力をお願いいたします。

結びに今年の1年が皆様にとって希望にみちた1年となりますよう心から祈念いたしまして年頭のご挨拶といたします。

むつきグループ 代表 佐久間源三郎

～たくさんの笑顔 あなたとともに～ むつきグループ

医療法人 むつき会 <https://mutsukikai.com/>
有限会社 M&C <https://m-and-c.mutsukikai.com>

社会福祉法人 むつき福祉会 <https://mutsukifukushikai.com/>
NPO法人 パニエ

- さくまファミリークリニック
〒963-8033 郡山市亀田1-51-12 1F TEL 024-927-5530 FAX 024-927-5531
- おおつきまちクリニック
〒963-0201 郡山市大槻町字蝦夷垣69-8 1F TEL 024-961-5467 FAX 024-953-4840
- リハビリパーク 昭和浪漫
〒963-8021 郡山市桜木1-1-11 1F TEL 024-927-9777 FAX 024-954-3878
- リハビリパーク ひまわり健康倶楽部
〒963-8021 郡山市桜木1-1-9 TEL 024-983-1251 FAX 024-983-1252
- ショートステイ コスモスの家
〒963-0206 郡山市中野2-54 TEL 024-952-1550 FAX 024-952-1560
- ショートステイ さくらの家
〒963-8021 郡山市桜木1-1-9 TEL 024-983-1250 FAX 024-983-1252
- 小規模多機能型居宅介護 あおいそら
〒963-0211 郡山市片平町字若宮裏10-4 TEL 024-962-9172 FAX 024-962-9173
- 小規模多機能型居宅介護 野の花/グループホーム だん楽
〒963-8071 郡山市富久山町久保田字上野147-8 TEL 024-925-0101 FAX 024-925-0105
- 小規模多機能型居宅介護 結/グループホーム いおり
〒963-8021 郡山市桜木1-1-9 TEL 024-983-1262 FAX 024-983-1263

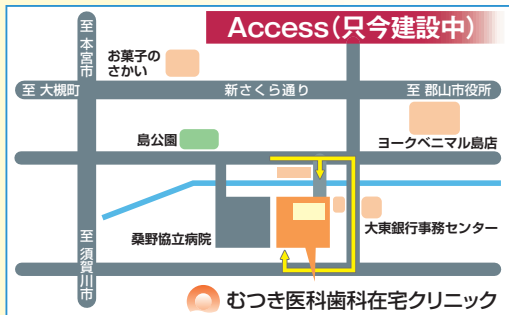
- ヘルパーステーション まごころ
〒963-8033 郡山市亀田1-51-12 3F TEL 024-927-5720 FAX 024-927-1663
- むつき居宅介護支援事業所
〒963-8021 郡山市桜木1-1-9 TEL 024-927-5537 FAX 024-983-1256
- 介護付有料老人ホーム 雅(みやび)
〒963-8021 郡山市桜木1-1-11 TEL 024-954-3877 FAX 024-954-3878
- 介護付有料老人ホーム 縁(えにし) ●住宅型有料老人ホーム 恵(めぐみ)
〒963-8047 郡山市富田東6-95 TEL(縁)024-983-6561 TEL(恵)024-983-6562 FAX(縁・恵)024-983-6563
- おひさま保育園
〒963-8033 郡山市亀田1-51-12 2F TEL 024-927-1880 FAX 024-927-1882
- むつき会法人本部
〒963-8033 郡山市亀田1-51-12 3F TEL 024-927-5538 FAX 024-927-1663
- 社会福祉法人 むつき福祉会 特別養護老人ホーム 小春日和
〒963-0111 福島県郡山市安積町荒井字柴宮山55-5 TEL 024-926-0681 FAX 024-926-0680
- 社会福祉法人 むつき福祉会 ショートステイ 小春日和
〒963-0111 福島県郡山市安積町荒井字柴宮山55-5 TEL 024-926-0682 FAX 024-926-0680
- 有限会社M&C
〒963-8033 郡山市亀田1-51-12 3F TEL 024-927-1661 FAX 024-927-1663



郡山市島2丁目7-8

むつき医科歯科在宅クリニック

令和5年5月に着工となった「むつき医科歯科在宅クリニック」の工事もいよいよ大詰めになってまいりました。現在、より良い建物となるよう、内装デザインや備品等の検討を重ねております。完成をご期待ください。



令和6年3月4日

オープニングスタッフ募集

募集職種

看護師・臨床検査技師・理学療法士・作業療法士・健康運動指導士・スポーツインストラクター・介護支援専門員・看護助手・クリーンクルー

むつきグループ本部

TEL 024-927-5538

info@mutsukikai.com

メディカルフィットネス Orange Wellness 1月プレオープンのお知らせ

「メディカルフィットネス Orange Wellness」がおおつままちクリニック2階にオープン致します。

1月10日(水) 10:00~プレオープン!

ご見学・ご入会受付は2024年1月4日 10:00~承っております(要予約)。当施設では、医療的指導のもとで、理学療法士や健康運動指導士など運動専門スタッフが常駐し、既存の運動施設や介護施設では対応できなかった幅広い対象者に有効なサービスの提供ができます。

これからのご自身を見つめて、生活の中に運動を如何に習慣化し、健康寿命を維持向上出来るかが、幸せな生活を送る上でとても重要な事となります。体力向上やリハビリテーション、生活習慣病の予防など、さまざまな健康目標に向かって、是非、当施設をご利用下さい。

【こんなお悩みのある方へ】

- ・生活習慣病治療をされている方・心疾患のある方
- ・関節痛、腰痛でお悩みの方
- ・健康寿命を少しでも伸ばしていきたい方
- ・肥満気味で、スリムな体系になりたい方
- ・退院後に自宅でリハビリが必要な方
- ・高齢の方で、いつまでも健康でいたい方
- ・学生さんで筋肉トレーニングをしたい方
- ・健康な方で筋肉をつけたい方 等 おすすめです。



また当施設では「ホルミシス(ラドン浴)」を導入。ホルミシス専用ルームにお入り頂けます。

ご継続頂く事で、糖尿病、生活習慣病の予防・改善に。新陳代謝の促進、免疫力の向上、抗ガン作用、ホルモンバランスの調整等、細胞レベルから健康効果を体感しませんか?!



【ホルミシスルーム】参考イメージ。



ご入会ご希望の方、治療の一環で他の医療機関の医師から運動を勧められた方は、この機会に是非、ご入会をお待ちしております。

2024年1/4日(木)~1/31(金)までに、お申込みの方は、

入会金半額! ※通常入会金 **¥11,000(税込)**

ご不明な点やご質問等がございましたらお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせの方は ☎ **024-962-7632** **メディカルフィットネス Orange Wellness** 開設準備室までご連絡ください。

受付時間: 月~水・金土10:00~18:00 / 日10:00~16:30まで。

※1/15(月)特別休館。1/11、18、25(木) 定休日。

ファミリーホームCOCO

COCOから「しあわせ」パワーを振りまいて!
(おかげさまで開所から1年が過ぎました)

なんとホームの玄関先が、通園バスの停留所です。朝の支度を整え、期待に胸おどらせ深呼吸。辺りにも目を凝らします。

通りすがりの老若男女の一人一人に、「おはようございます」と彼らのパワーが振りまかれます。予期せぬ出来事に驚くも、振り向きざまに自転車から「おはようございまーす」と返してくれるご婦人。ぺこりと頷き手を振ってくれる学生さん。わざわざ近寄ってきてくれて「幼稚園行ってらっしゃい」と優しく応えてくれるおじさん。愛想と朝の新鮮な清く柔らかなエネルギーを振りまくのが子どもたちの日課となっています。コロナ禍で忘れかけていた朝の光景が蘇ってきたことに気付かされている今日この頃です。

また、いつも通りに何気ない日常を積み重ねられる平和な環境があること、その有り難みを子どもたちと共に噛み締めなければならないとも思っております。

改めて、ありふれた日常を送れることに感謝したい。そして、2024年は世界中で子どもたちの笑顔が満ちあふれ、平穏な日々を送ることができるよう祈るばかりです。

子どもは地球の宝ものですから。



おひさま保育園

12月といえばクリスマスですね。クリスマス会にはサンタさんとトナカイさんが遊びに来てくれました。園児たちと一緒に歌を歌い、楽しい時間を過ごしましたよ!トナカイさんはギターを弾いてくれました。最後にお待ちかねのプレゼントをもらい大喜びの園児たちでした。

おつき福祉会 小春日和

小春日和では、1月で満100歳を迎えられる田邊キサ様の百寿のお祝いを12月に執り行いました。

利用者様と職員で手作りケーキを作成し、ミニコンサートを開き皆で楽しみました。

御本人様、御家族様も笑顔でお祝いをされ家族団欒を楽しまれておりました。

1月5日には市役所長寿課より担当者が来所され、お祝いを行う予定になっています。

これからもお元気にお過ごしいただけるように、日々心をつくしてまいります。



1/4 新しい昭和浪漫 オープンしました!

このたび、桜木にある有料老人ホーム「雅」1階の交流ホールを改装し、亀田から移転。新しく、広々とした環境で、今まで以上にご利用様が満足のいくサービスをご提供いたします!



中澤祐太郎先生

積極的に在宅医療に取り組んでいます

当院(さくまファミリークリニック/おおつきまちクリニック)では外来診療のほか、通院が困難な患者さんを対象に在宅医療を実施しております。常勤医3人が平日(火・水・木)の午前中に1人の患者さんにつき月1~2回の頻度で訪問診療を行っており、居宅(自宅やグループホームなど)や施設など幅広く対応しています。訪問診療では身体診療のほか、血液検査や尿検査など各種検査と点滴治療も可能であり、病状の悪化など必要に応じて市内の医療機関への紹介・搬送も迅速に対応できます。また、最期を迎える終末期患者さんの在宅看取りにも積極的に対応しています。「住み慣れた自宅で暮らしたいが、通院が大変」、「自宅で最期を迎えたい」など患者さんと家族の希望を叶えるために必要なケア

と一緒に考え、ケアマネジャー、訪問看護や訪問看護(ヘルパー)など各事業所との連携を日々密に行っております。

ご希望の方は、お気軽に当院へお問い合わせください。



今回は「人は何のために生きるのか?」という遠大で深淵なテーマについて考えてみたいと思います▼「人はパンのみにて生きるに非ず」とはイエス・キリストの言葉で、物質的満足だけではなく精神的な支えが大切だという意味のようです。他にも古代ギリシアの哲学者ソクラテスが「人間は食べるために生きるのではなく、生きるために食べるのだ」とか言っていますが、「生きる目的は何?」に対する答えは示していません▼もし私が問われたら「その答を探すために生きるのだ」と答えると思います。えっ?何だか禅問答みたいで、人を食ったような答えですね▼そもそも、そんなことを考えること自体がムダでナンセンスなのかも知れませんが▼詰まるところ人によってそれぞれ答えは違ってくるのだらうし、正解はないのだと思います。そしてその答えは一生得られないかもしれません▼日頃多忙に過ごしている方にとって「そんなことを考えている暇はない」と一蹴されそうですが、普段は考えもしないようなこの命題に哲学的な思索を巡らしてはいかがでしょうか▼年の始めに新たな気持ちで事に取り組むにあたって意味のないことではないと思います。(コーディネーター國分)

おしえて!!
ケアマネ
大河内 CM

おつき居宅介護支援事業所『高齢者在宅生活支援』

住み慣れた自宅で生活を継続することができるよう、日常生活上の支援を必要とする高齢者に対し、その支援にかかる費用の一部を助成します。

対象者: 75歳以上の在宅の高齢者で、ひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯に属する方

※同一敷地内に65歳未満の親族が居住している場合は対象外となります。

利用料: 1回1000円(1時間) 利用券1枚600円、利用者負担金400円

助成額: 1枚600円の利用券を年12枚を限度として交付

支援内容: 支援できるのは下記の軽易な手作業に限ります。①清掃作業(住居内外の手入れ、整理・整頓)、庭の除草(草の処分を除く)

②その他家事支援(食料品等生活必需品の買物、電球の交換、その他住居内の軽易な作業)

お問い合わせ窓口: 地域包括ケア推進課 TEL024-924-3561



LINE
公式アカウント @457najkh



Instagram
公式アカウント mutsuki_kai

さくまファミリークリニック

内科・小児科・循環器科・呼吸器科・消化器科・アレルギー科・放射線科・糖尿病食事指導・
睡眠時無呼吸外来・禁煙外来・物忘れ外来・動脈硬化外来・在宅診療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 8:30~12:30	武田 休診(往診)	武田	武田	武田	武田	武田	休診
	中澤	中澤	休診(往診)	中澤	中澤	中澤	休診
午後 2:00~6:00	武田	休診	休診	武田	武田	休診	休診
	佐久間	休診	佐久間	休診	佐久間	休診	休診

※土曜午前の診療時間は13:00までとなります。
※診療時間は、都合により変更する場合があります。 ※受付は診療終了の30分前までお願いいたします。

おおつきまちクリニック

内科・消化器科・小児科・アレルギー科・循環器科・呼吸器科・放射線科・
睡眠時無呼吸外来・禁煙外来・糖尿病食事指導

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 8:30~12:30	佐久間	佐久間	佐久間	休診(往診)	佐久間	佐久間	休診
	中澤	中澤	武田	中澤	中澤	休診	休診
午後 2:00~6:00	中澤	中澤	武田	中澤	中澤	休診	休診
	武田	佐久間	佐久間	代診	中澤	休診	休診

年末年始休診のお知らせ・さくまファミリークリニック 12/30(土)~1/3(水)・おおつきまちクリニック 12/31(日)~1/3(水) 休診とさせていただきますのでご了承ください。



Dr. 武田のワンポイントアドバイス 急性大動脈解離・・・寒い時期に多い病気

最近、一気に厳しい寒さになってきました。血圧も上がってしまいそうです。こう寒い時期に生じやすい怖い病気があります。急性大動脈解離です。昨年は歌手のもたよしのりさんがこの病気で急死しました。そのほかにも、石原裕次郎さん、加藤茶さん、三波伸介さん、笑福亭笑瓶さん、阿藤快さん、大瀧詠一さん、大杉漣さんなど、罹患した著名人が多くいらっしゃいます。この病気は大動脈の壁が裂けることにより壁の中に血液が流れ込み、動脈の壁が脆弱になります。そこが破裂するともう、助かりません。破裂しなかったとしても、脳梗塞、腎梗塞、腸管壊死、対麻痺などの臓器灌流障害による多彩な重症合併症を生じ得ます。大動脈解離は前触れもなく突然生じます。今まで自覚したことのない、冷や汗を伴う、激しい胸部、背部の痛みで発症し、その痛みが移動することも特徴です。放置すれば命に関わる可能性が高く、そのような症状を自覚したら、急いで救急車を要請してください。早ければ手術で救命できる事も多いからです。予防としては生活習慣病にかからないようにすることが第一です。特に高血圧は大敵です。治療中の人はしっかりとコントロールしましょう。塩分を控えめにし、ストレスをためないようにしてください。たばこもやめましょう。



佐久間大季先生 歯周病があるとなぜ内科疾患をまねくのか

肥満だと歯周病になりやすいということを皆さんはご存じでしょうか。1998年に日本で研究された発表によると、肥満の指標の1つであるBMIが高いほど、歯周病にかかっている割合が高いとされています。肥満といえはメタボリックシンドロームですが、メタボを構成する病気であるところの糖尿病、動脈硬化、慢性腎臓病は歯周病と深い関係にあります。

私たちの身体は、血糖値が高い状態(糖尿病)にあるとタンパク質が糖化してしまい、「マクロファージ」という免疫に関する細胞から炎症を起こしやすくしてしまう成分が産みだされてしまいます。それによりお口の中では歯周病が悪化してしまう可能性があります。

さらに、歯周病は血糖値を下げるホルモンであるインスリンの効果を弱めてしまうため血糖値が下がりにくく、その結果糖尿病も悪化させてしまいます。

また、歯周病になっていると健康な人のおよそ2倍、動脈硬化になりやすいといわれています。歯周病になっていると体の免疫を担当している細胞が「サイトカイン」というたんぱく質を生み出しますが、これが動脈硬化に影響を及ぼすと考えられています。

さらに、歯周病になるような、汚れているお口の状態を放っておくと肺炎になる恐れもあります。ものを飲み込むときにむせることがあります。特に夜寝ている間にはむせやすくお口の中の細菌が肺に行ってしまうことが原因です。

これら負の相乗効果を防ぐためにも、磨き残しのない歯磨き方法を身に付けて歯周病を予防し、お口の中を清潔に保つことが有効です。

この機会に歯周病の検査、歯のメンテナンスについて考えてみましょう。

お願い

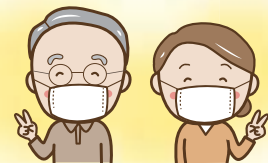


マスクを着用してお入りください

マスクの着用は、2023年3月13日から個人の判断に委ねられることになり、マスクの着用率は低下しているように思います。

しかし、医療機関、介護施設等では、感染症の感染再拡大を防ぐために、引き続きのマスクの着用が推奨されています。

最近では、医療機関受診時、風邪症状等があっても、マスクの着用をしていない患者様もみうけられますが、受診時はマスクの着用にご協力をお願いいたします。



編集後記

あけましておめでとうございます。
本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。
今年の抱負というよりは、目下のところ、いよいよ差し迫ってきた、本部移転に向け、事務所の整理・片付け・廃棄を急ピッチで進めてまいりたいと思います。
春までは、あわただしい日が続くかと思われませんが、心に余裕をもって一日一日を過ごしていきたいものです。 鈴木



ご利用者の声を募集しています。