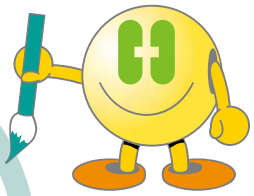
For More Comfortable
MARUHON



HOTでスマイル

より快適なHOTライフのための広報誌

第４０号

在宅医療に、より快適さを。

平素は大変お世話になります。株式会社マルホンの堀口です。この度弊社広報誌HOTでスマいるは満 10 年を迎え、通算第 40 号を発行する運びとなりました。これもひとえに皆様のご愛顧の賜物でございます。厚く感謝申し上げます。第 40 号発行にあたり本誌のデザインを一新致しました。そして、弊社医療事業部のロゴデザインを新しくしました。以前のロゴは、前身である(株)堀口商店(現(株)ホリグチ)メディカルガス課の時、堀口のHと白十字を組み合わせてできました。昭和 62 年ころでした。また、今回は弊社医療事業部として、事業部内にある、在宅医療部、医療ガスシステム部にそれぞれついて、仕事の良いところを言葉にしよう、目指すところを言葉にしよう。そして、社員スタッフ、経営者、関係者一体となり全社で共有しようと、経営理念を決めました。そして今回ひとまず完成した在宅医療部の経営理念は、標題にあります、在宅医療に、より快適さを。
FOR MORE SAFTY,
FOR MORE COMFORTABLE です。
医療の現場をより安全に、より快適にするため、主体的に行動していく意識で日々の業務に励んでまいります。

弊社の商品である酸素の作り方はご存知でしょうか。答えは、ボンベ内の酸素や液体酸素の場合、空気を分離して作ります。フィルターなどを通し余分なものがない空気をマイナス 200 度まで冷やします。空気中にある酸素、窒素、アルゴンの 3 種のガスが冷却、液化して液体空気になります。次に、各ガスの沸点の違いを利用し蒸留させると窒素、アルゴン、酸素の順に気化し分離できます。はじめて酸素のつくり方を知ったときは大変驚きました。目からうろこが落ちたようでした。ちなみに、酸素濃縮器の場合、これとは異なる方法で酸素が発生しています。別の機会に説明させてください。

最後に、今回の経営理念まだまだ発展途上です。もしかすると、次にお見かけする際はちょっと違った言い回し、内容かもしれません。これからは、我々の仕事の特徴、我々の仕事の good point が、ドクター、患者様だけでなくたくさんの関係者の皆様へ伝わるよう鋭意努力いたします。どうぞ今後ともマルホンにご期待いただければ幸甚に存じます。

株式会社マルホン
代表取締役社長
堀口 吉彦

長生き！呼吸体操　運動を始める前に

このコーナーでは HOT 患者様向けの体操メニューを 10 回シリーズでお届けします。理学療法士の竹村さんに監修していただいています

運動は両刃の剣

運動のやりすぎは、筋肉・筋膜・腱・骨などを痛めたり過剰な疲労状態に陥ったりして身体をこわしてしまうこともあります。しかし、その人にとって適度な運動は、身体の機能を高め、安定させ、強化することができます。

体力は、生活習慣や年齢とともに短時間に少しずつ変化します。自分の体力を知り、無理なく体力に適した行動習慣を身につけましょう。

今回は運動を始める前に気をつけていただきたいことや呼吸法についてご案内します。

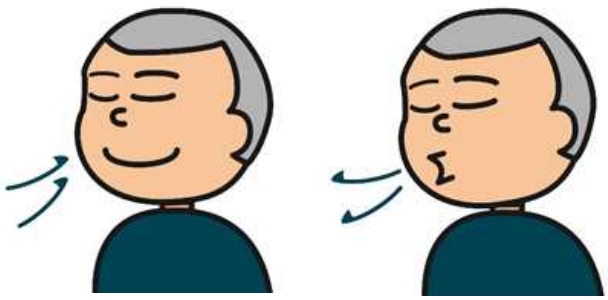
□息切れがしたら休みをとって、落ち着いて呼吸を整えましょう。休憩をはさみながらゆっくりと運動しましょう。

□体調が悪いときは無理せず、運動を控えましょう。

□たんが多い方は、たんをきちんと出してから運動しましょう。

□運動するときは、できるだけ口すぼめ呼吸や腹式呼吸を使います。

□息を”吐くとき”に体を動かすのがポイントです（呼吸は”吸うとき”にエネルギーを消費するので”吐くとき”に体を動かすと楽にできます）。



鼻から息を吸います　　唇を軽く閉じて、口からゆっくりと吐き出し

HOTの快適グッズ　耳パッド

在宅酸素ではカニューラを耳にかけ、鼻腔にセットして酸素吸入をしています。

24 時間ご使用の方や、移動の際にチューブを誤って踏んだりしたとき、耳に負担がかかって痛い思いをされた方がいらっしゃると思います。

そんな方に耳パッドはいかがでしょうか。

切り込みが入っているので容易に広げられ、簡単に装着できます。またシリコンでできているためソフトで、汗に濡れてもベタつき感がありません。

点検担当者がいつも持ってるので気軽にお声が

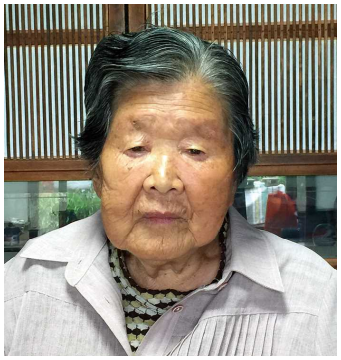
2 本 1 組でお届け致します

使い方のコツ

簡単に装着できる一方で外れやすいというご指摘もあります。

対処法として両端をサージカルテープで留めると固定され

いきいきHOTさん

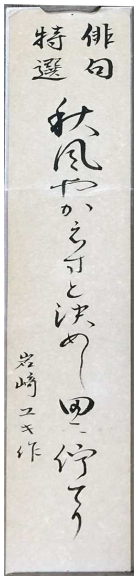


栃木県佐野市
岩崎　ユキさん
（HOT 歴 5 年 6 カ月）

多趣味でいきいき

今回は栃木県佐野市にお住いの岩崎ユキさんにインタビューさせていただきました。

岩崎さんは畑仕事や散歩など動くとせいが切れるので、足利赤十字病院で心臓の検査を受けましたが異常は見つかりませんでした。その後、のしろクリニックで検査を受けた際に肺気腫と診断され、平成 24 年 1 月に在宅酸素療法を開始しました。

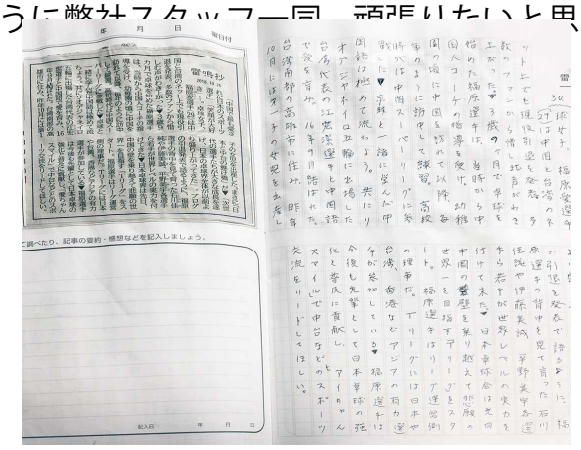


秋風やかえすと決めし田に佇(た)てり

岩崎さんは書道やチューリップなどの花栽培、短歌、歌、オカリナなど多様な趣味をお持ちです。短歌は表彰されるほどの腕前で、ご自宅にはたくさんの賞状がかざってあります。歌うことも大好きで、童謡の会やデイサービス先のカラオケで“千の風になって”などを披露され、オカリナは近くの八剣神社で練習をし、デイサービスで月に一度、“知床旅情”などの曲を演奏されています。

日常生活で気を付けていることは、認知症と転倒予防、食事です。岩崎さんの親が認知症で大変な思いをしたことと、新聞会社に勤務されている姪から 1 冊のノートをもらったことをきっかけに認知症予防として下野新聞のコラムの書き写しを始めたそうです。転倒予防としては、シルバーカーで毎日散歩をし、小走りを心がけているそうです。岩崎さんは息子夫婦、孫夫婦、次男の 8 人と暮らされていて、息子さんの奥様お手製の麹で作った甘酒や、味噌汁を毎日食されているそうです。味噌汁の具は、自家製の野菜たっぷりで栄養満点です。私も味噌を何度かいただいたことがあり、味噌汁や味噌キュウリで美味しくいただきました。私の家族からは、いつもの（市販の）味噌よりも美味しいと好評でした。

今回、インタビューをさせていただき、岩崎さんが最後に「みんなが面倒をみてくれるので幸せです」と、万遍の笑みでを浮かべていたのが印象的でした。今後とも岩崎さんが快適な療養生活が送れるように弊社スタッフ一同、頑張りたいと思



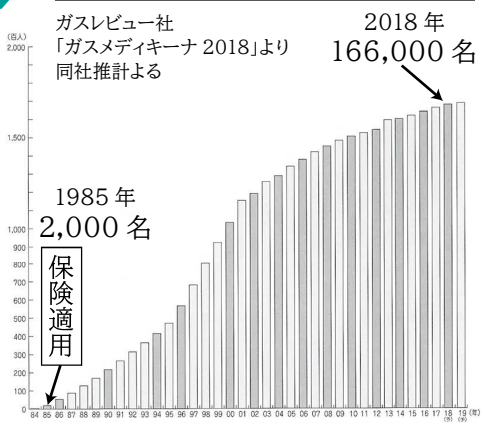
下野新聞のコラムの書写

HOTのホント!?

HOT 療養中の皆さんから日頃寄せられる質問等にお答えする新コーナーです。統計数字や最近の機器の傾向、診療報酬の情報等、皆様のお役に立てる内容をお届けします。

初回は HOT 患者様の数（全国）です。昨年時点で濃縮器で 16.6 万名、液酸をご利用の患者様を含めると 17.8 万名様が療養されています。HOT は最も成功した在宅医療の 1 例として広く知られています。近年は伸びが鈍化していますが、これは新しい薬が発売されて HOT の導入時期が遅くなっていることが原因といわれています。

在宅酸素療法患者様数の推移（濃縮器）



HOTな社員紹介

須藤 有加（すとう ゆか）
営業アシスタント
兼 西毛エリア担当

こんにちは。須藤有加です。去年の１１月に入社しました。主に電話対応と一部西毛の点検を担当しています。なかなかお顔を拝見する機会はありませんが、お電話から元気なお声が聞こえると嬉しくなり元気を頂けます。趣味は旅行で、去年はハワイや大阪のＵＳＪに遊びに行きました！まだまだ分からないことばかりですが、少しでも皆さまのお役に立てるように頑張ります！

知って得する！クイズコーナー

1985（昭和 60）年に在宅酸素療法（HOT）が保険適用になり、今年で 34 年目を迎えました。

Q1 マルホンで現在在宅酸素のお手伝いをさせていただいている方の中で、HOT 歴が一番長い方は何年でしょうか？

①14 年　②24 年　③34 年

皆様がお使いの携帯用酸素ボンベは群馬県渋川市のカンサン㈱で充填しています。

Q2 空気中の酸素濃度は 20.9% ですが、ボンベ内の酸素濃度は何%でしょうか？

①59.5%　②99.5%　③119.5%

興味のある方はボンベに付いている折りたたんである紙（添付文書）をご覧ください。

クイズのこたえ　Q1 ②　／　Q2 ②

編集後記

●今号から HOT でスマイルのデザインや内容が新しくなりました。今後とも皆様にお役立てできる情報を発信していきたいと思います。（まさと）

●新コーナーを担当させていただきます。運動される際の参考にしていただけたらと思います。（りょう）

●7 月は雨続きで洗濯物が乾かなくて大変でした。（ひさみ）

●令和初の夏が冷夏、平成 5 年の米騒動を思い出します。コメはやっぱり国産が一番です。（すだ）

●北毛にエリア替えになり、ロングドライブを頑張っています。（つかさ）

For More Comfortable MARUHON
発行日：2019 年 8 月 1 日
発　行：株式会社マルホン　「HOT でスマイル」編集委員会　発行責任者　鈴木武
住　所：群馬県前橋市問屋町 2-16-11　電　話：027-210-7222