全仁会 ニュース News

全仁会グループ
倉敷平成病院 広報誌

2021.2 冬号

No.100

全仁会トピックス

全仁会Newsが100号を迎えました

— 特 集 —

医療を知る 病気を知る

骨粗鬆症

— 健康寿命の延伸は、骨の健康から —

骨粗鬆症による大腿骨骨折観血的手術

4 ピックアップ！…… 内視鏡室
6 コーヒーブレイク Vol.8 …… 副理事長 高尾公子
7 1日10分 健康体操 …… ストレートネックに対するセルフチェック方法と体操
8 季節のおたより …… 全仁会グループ　冬の行事
10 プロフェッショナル …… 手術室看護師／倉敷平成病院 手術・中央材料室 看護副主任 角原清歌
11 インフォメーション …… 交通事故について
ヘルシーレシピ …… 味噌玉
12 地域とともに／全仁会トピックス

ZENJINKAI GROUP

特集

医療を知る、病気を知る。

骨粗鬆症

― 健康寿命の延伸は、骨の健康から ―

倉敷平成病院　整形外科部長
松尾　真二

骨粗鬆症とは

骨粗鬆症（こつそしょうしょう）とは、骨折の危険性が増大した状態にある疾患です。高齢者は骨粗鬆症や加齢などで骨がもろくなっているため、日常生活における転倒や転落などの比較的小さなケガでも骨折を起こしやすくなります。その骨折の起こり易さは、骨量の減少とともに骨の細かい構造が弱くなったために、骨の脆弱性（ぜいじゃくせい＝もろさ）が増えているためと言えます。骨粗鬆症は、症状が特にないまま年齢とともに進行していることが多いので、多くの方が気づかずに見逃されている病気と言えます。比較的小さな怪我であるにもかかわらず病院で骨折と診断された際に、初めて検査などを行い骨粗鬆症と診断されることも多くあります。ただしその時には骨粗鬆症がかなり進んでいたということも珍しくありません。

骨粗鬆症の方は年齢が増えるとともに多くなります。閉経後に骨粗鬆症が進行しやすい女性に関して言えば、60代で約20％、70代から80代にかけて約40～50％と2人に1人くらいが骨粗鬆症と診断されるほどに増えていきます。ただし早期に骨粗鬆症と診断できた場合には、その時点から骨量の減少を抑えたり、ある程度骨量を増やす治療で、骨折を起こりにくくすることが可能です。骨折発生による治療や介護を予防する事で将来的に寝たきりの発生を回避することにつながる為、非常に重要な疾患といえます。

骨粗鬆症の発見～診断

症状がほとんどなく気づかれにくい骨疾患なので、ご自身でも「骨粗鬆症かもしれない」と気にすることが大切です。

骨粗鬆症は、骨の強さ（強度）が低下していることになります。この骨強度というのは骨量による要素が70％くらいと多くを占めるため、骨密度検査が診断に非常に重要になります。健診などで行われている骨密度の検査を受けていただくことで、大まかな骨密度の低下を推定することができます。若年成人の骨密度の平均値と比べて80％以下に減少している方は骨量減少や骨粗鬆症の可能性もあるため、病院にある腰椎（腰の骨）や大腿骨などの骨折の起こりやすい太い骨での骨塩定量での精密検査を受けられることをお勧めします。

骨粗鬆症の状態にあるといつのまにか背骨がつぶれていることもあって、骨折が起きたとわからない場合もしばしばあります。サインとしては、腰や背中に痛みが強くなったとか、身長が2センチ以上縮んだとか、背中が丸くなってきたなどがあります。そのような方は病院に来ていただければ背骨のレントゲン撮影を行い、今までの骨折の有無などを確認します。

骨粗鬆症の治療

骨粗鬆症と診断された場合には、その進行を抑えるための薬物療法が主体となります。年代や骨粗鬆症の程度などによって、使用する薬剤を選んだり併用したりします。

多数ある骨粗鬆症治療薬のうち、効果が比較的高いと実証されているものは次のような種類があります。

ビタミンD製剤

- **活性型ビタミンD製剤**…カルシウムの腸管からの吸収を高めるとともに、骨の代謝のバランスを整えます。

骨吸収抑制薬

- **ビスフォスフォネート製剤**…骨の壊れやすさを抑え、骨量を上げる薬です。起床時に飲む薬と注射する薬があります。
- **選択的エストロゲン受容体モジュレーター（SERM：サーム）製剤**…骨に対して女性ホルモンのエストロゲンと同じような働きをする薬で、骨の吸収を防ぎます。1日1回飲みます。
- **抗RANKLモノクローナル抗体製剤**…骨の壊れやすさを抑え、骨量を上げる薬です。半年に1回注射する薬です。

骨形成促進薬

- **副甲状腺ホルモン製剤**…骨形成を促進して骨量を増やし、骨折を減らす薬です。専用のキットを用いて自己注射する薬と、週1回病院で注射する薬とあります。
- **抗スクレロスチン抗体製剤**…骨形成を促進しながら骨吸収も抑えて骨量を増やす薬です。月1回病院で1年間だけ注射する薬です。

以上のような治療により、骨粗鬆症の進行を抑えるだけではなく、治療していることによる骨折の発生率が明らかに低くなることが実証されています。

高齢者に起こる骨折は寝たきりなどの原因につながります。自分の骨ももしかしたら脆いかもと思って、一度骨粗鬆症検査を受けることをお勧めします。

整形外科

外傷から慢性疾患に至るまで整形外科全般を対象に診療を行っています。専門外来も定着し、より専門的なニーズにお応えしています。当院では急性期病棟、回復期リハビリ病棟が同院内にあり、担当医による継続的・完結的治療が可能です。急性期が終了した時点で他の病院に変わる必要がなく、安心して治療に専念していただける環境にあります。

整形外科部長　松尾　真二
資格：日本整形外科学会専門医
　　日本整形外科学会認定脊椎脊髄病医

外来診療担当表

	月	火	水	木	金	土
午　前 8:30〜12:00	平川(訓) 髙田	平川(宏) 平川(訓) 中西	松尾 髙田	松尾 平川(宏)	平川(訓)	担当医

※スポーツ外来（平川 宏之）／ 水曜日 14:00 〜 18:00【予約制】

TEL 086-427-1140［予約専用］

特殊光内視鏡を保有しており、食道、胃、十二指腸、大腸および呼吸器の領域で検査が可能です。

最新のハイビジョンシステムと特殊光観察・拡大観察による精密な診断を行っており、また、外来では胃の発がん予防を目的とした除菌治療にも対応できるピロリ菌外来を設けています。

消化器内視鏡技師の資格を持った看護師が常勤しています。

より安心して検査を受けていただくために

内視鏡室

ここ数年来、日本人の死因の第１位は男女ともに悪性新生物（がん）と発表されています。その中でも肺がん、胃がん、大腸がんは上位３位を占めています。がんは症状が現れた頃にはかなり進行してしまっていることが多いため、一刻も早い発見と適切な治療が重要です。早期に発見できれば高い確率でがんを治療することができるため、定期的な内視鏡検査をおすすめします。

当院でも年間の検査数は増加しており、今までの検査室では患者さんにご不便をおかけすることもありましたが、救急棟の増築に伴い内視鏡室もリニューアルされ、より多くの患者さんに安心して検査を受けていただけるようになりました。

今回はその新しくなった内視鏡室をご紹介致します。

検査室

内視鏡検査室は１部屋から２部屋に増え、より多くの患者さんにご利用いただけるようになりました。検査室自体も従来より広くなったことで、換気も良くなり、感染対策が徹底されています。

内視鏡検査を行う検査室や、検査前の麻酔などを行う処置室など、それぞれの部屋が仕切られており、プライバシーにも配慮された環境で検査を受けていただけるようになっています。

処置室

リニューアルに伴い、内視鏡用の処置室を新しく設けました。

今までは検査台にて麻酔をかけ、そのまま検査に入っていただいていましたが、これからは処置室のベッドで横になり、ゆったりと休みながら、咽頭・経鼻麻酔を受けていただけるようになりました。

個　室

大腸カメラ検査を受けられる患者さん専用の個室を新たに設け、待機していただけるようになりました。

大腸カメラ検査は比較的時間の掛かる検査になりますが、トイレやテレビの完備された個室が３部屋できたことで、プライバシーを気にすることなくゆったりと検査を受けていただけます。

皆さんに安心して検査を受けていただけるよう、様々な点が生まれ変わりました。
新しくなった内視鏡室を、どうぞよろしくお願いいたします。

Coffee Break Vol.8

倉敷平成病院に勤務する医師の
オススメの食べものや曲などの紹介、
趣味の話や旅行記など…
どんなお話が聞けるかな？

まぼろしのハーピスト

　習い事をする余裕ができたのは50歳前の事。ひょんな流れで始めたのはドラムだった。院内のバンドでドラマーとして楽しんだが、「60からの手習いは他の楽器に」と決めていた。2～3年の私なりのリサーチ期間を経て決めたのは「グランド　ハープ」　サントリー小ホールの吉野直子リサイタルに3度足を運んだ。一番前の席でかぶりつき、演奏後も会場に残り、ハープがどの様に扱われて移動できるのか、1人でも操作できるのかも見極めた。現実のハープについては全くの門外漢だった。60歳からはハープ！と決め、学会等で上京した際、銀座十字屋に何度か足を運び、後は大阪で一度国産ハープを見てから……の最終段階まで進んでいた。その時（平成20年5月）、私に胸腺腫判明。京都で手術を受けた。開胸式手術だったので、術前・術後に呼吸リハビリ等難題もあった。約1ケ月後の退院に際し、何人かの親族が退院時の同伴を申し出てくれたが、「頼むから……」と懇願し、独り退院の段取りをした。私には、大阪の専門店に寄りハープを求める目的があった。倉敷に帰ると放射線治療が始まり、そうなると易々とは移動できないから帰りに寄ろう、と入院中に決めていた。新大阪で途中下車し、大阪市内のハープ店に着き初対面の店主に会うなり、私はダウンした。娑婆（しゃば）は想像以上にきつかった。ハープが決まり、弦がなじんだ頃倉敷に運ばれて来た。

　我家のピアノ室にハープが鎮座してからも、先生につくことはできず、孫達が来た時ポロンポロンと鳴らし、果てはペダルを踏んだままにしていて弦が伸びてそのうち切れる……を繰り返したりした。ハープが来て10年余。大阪と岡山の先生に数回習ったが、60の手習いは実行できず70歳を迎えた。

　現在住む家を建てる時、家族の誰かが車イス生活になっても暮せる様に、玄関の上り框（かまち）を約3センチと超低くし、木製スロープも用意していた。そのスロープの初出番はハープの移動だった。文化庁の企画で小学生に生演奏を聴かせる催しがあり、芸大出のハーピストにひいて貰う為だった。ハープが本来の演奏に使われ、そして我家のスロープの初乗りが、私や夫の車イスでなく、ハープだった事を喜んだ。

　今となっては不思議なのだが、ハープが来た頃、何新聞だったかに「75歳のハーピスト」という投稿が載っていた。ご自分の事を書かれた内容だった。その時は私自身に縁がある記事とは思わなかったが、習う事が叶わない度に思い出していた。私にはまだ時間がある！幻では終わらない。めざすぞ〝75歳のハーピスト〟!!

副理事長　高尾　公子

1947年鳥取県鳥取市生まれ。
1972年鳥取大学医学部卒業、同大学附属病院、国立米子病院勤務後、1981年倉敷市へ転居、
1983年高尾小児科医院開業、
1988年旧高尾病院（現倉敷平成病院）で小児科、内科診療に従事する。
現在、社会医療法人全仁会副理事長。

"Heisei Hospital" Doctor's Column

1日10分健康体操

“ストレートネックに対するセルフチェック方法と体操”

倉敷平成病院　リハビリテーション部　理学療法士　本松　智哉

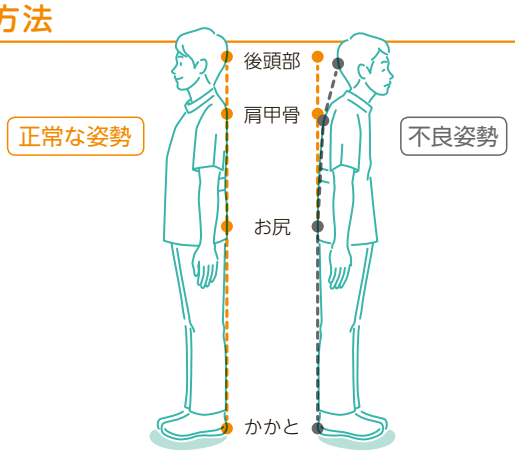
世帯の情報通信機器の保有状況をみると「スマートフォン」が79.2%、「パソコン」が74.0%との報告があります（総務省令和元年度情報通信白書）。スマートフォンやパソコンを使用する時に、下を向いて頭が前に出た状態で長時間同じ姿勢を続けていませんか？ これにより「スマホ首」、「ストレートネック」と言われる状態になることがあります。猫背などの不良姿勢に伴い、本来は緩やかにカーブしている首の骨（頚椎）が真っ直ぐになっている状態を指します。これにより周囲の筋肉や関節に負担がかかり、頭痛や肩こり、イライラするといった自律神経症状などを引き起こすことがあります。

今回は、ストレートネックのセルフチェック法や体操についてご紹介します。

セルフチェック方法

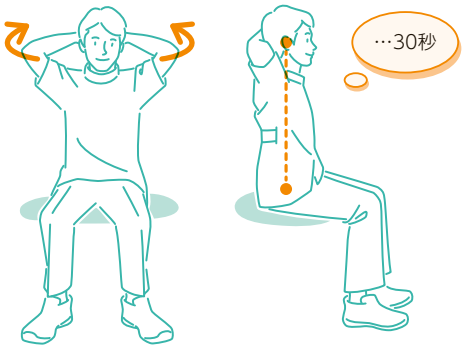
壁を背にして立ち、「かかと」「お尻」「肩甲骨」「後頭部」の４カ所が壁につくかで判断します。
後頭部や肩甲骨が壁につかなかった場合は猫背の状態であり、ストレートネックになっている可能性があります。
この状態では、首の後ろにある筋肉が硬くなり、肩甲骨・胸の前にある筋肉などが縮んでしまうことが多いです。

ストレートネックの予防・改善のため、姿勢が崩れていると気付いたときなどに、次の体操を行ってみましょう。



ストレートネックに効果的な体操

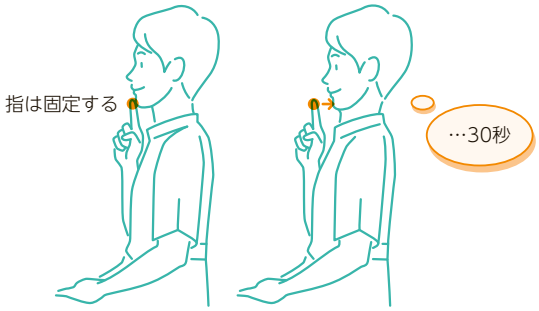
胸を開いて猫背をなおすストレッチ



1. 後頭部に両手をまわします。
2. 肘を後ろに引いて胸を開いていきます。
3. 同時に背中を無理のない範囲で、まっすぐ伸ばします。
4. その姿勢を30秒間ほど維持します。

ポイント
横から見た時に脚の付け根（股関節）と耳の位置がまっすぐになるように意識しましょう。

頭を正しい位置に近づける運動



1. 座った状態で、あごの先にどちらかの手の人差し指を置きます。
2. 指の位置は動かさないようにして、指からあごを遠ざけていくイメージで、あごを後ろに引きます。
3. その姿勢を30秒間ほど維持します。

ポイント
あごを引くときにあごが上がり、顔が上を向いてしまわないようにしましょう。

動画で紹介しています！

住み慣れた地域で自分らしい生活を送るお手伝いを致します

ヘイセイ訪問看護ステーション
理学療法士科長　荻野　誉子

訪問看護ステーションの機能の一つに、「訪問リハビリ」があります。病気や障害があっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らしていくために、それぞれの地域に出向くリハビリテーション支援です。患者さんご本人だけでなく、ご家族への支援や『自分らしく暮らす』ための工夫や手段に対する助言等の支援も行っています。

私たちリハビリ部門は、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士の13名体制で、退院直後からの集中的なリハビリを積極的に実施しています。少しでも早く住み慣れた場所で安心して生活が送れることを第一に考え、各専門性を最大限に生かし支援しています。

「一人でトイレに行けるようになったよ。」「昨日初めてスーパーに買い物に行けたよ。」「前よりも喋りやすくなってきた。」日々の暮らしの中でできることやりたいことを増やしていけるよう、一緒に取り組んでいきたいと思っています。

コロナ禍で大変な毎日が続きますが、感染予防を徹底しながら、毎日笑顔を絶やさず、皆さんのご自宅に伺いますので、在宅生活でお困りのことがございましたら、いつでもご相談ください。

ヘイセイ訪問看護ステーション

ヘイセイ訪問看護ステーションは、倉敷在宅総合ケアセンターの４階にあります。

平成４年、岡山県では４番目に開設され、現在は、看護師12名、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が13名の大規模ステーションに成長しました。

小児から高齢者までを対象とし、健康状態の観察、清拭や薬の管理などの療養生活のお世話、日常生活動作の訓練や嚥下訓練などのリハビリテーション、胃ろうやカテーテルの管理、褥瘡処置、介護相談、在宅での看取りなどを365日・24時間体制で支援しています。

年齢や疾患により、介護保険と医療保険のどちらの対象でご利用できるかが異なります。いずれの保険も必ず主治医の指示書が必要です。

まずはお問い合せください。

ヘイセイ訪問看護ステーション
看護主任（管理者）　辻川　ゆかり

所在地	倉敷市老松町4-4-7 （倉敷在宅総合ケアセンター４階）
ＴＥＬ	086-427-3251
対　象	訪問看護は病気や障害をもちながら 在宅療養する人は、 小児から高齢者まで全て。

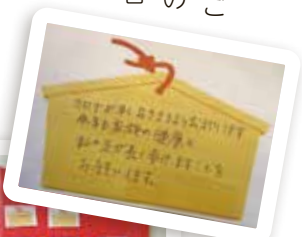
全仁会グループ 季節のおたより

倉敷老健

新年を迎えて

年始の恒例行事で、ご入所の皆さんが新年の願いを書かれた絵馬を各フロアに掲示しました。「毎日健康で過ごせますように」「美味しいものが食べたい」など様々なお願い事がしたためられており、皆さん興味深そうに見ておられました。

寒い時期が続きますが、感染対策に取り組み、楽しく、和めるような行事を実施していきたいと思います。（小郷）



ピースガーデン倉敷

新春の過ごし方

ピースガーデン倉敷のショートステイでは、ご利用の方々25名と共に元日を迎えました。7時過ぎ、初日の出が良く見える部屋を交代で訪室し、手を合わせて今年の無病息災を祈願しました。

朝食にお節をいただいた後、リハビリの一環で館内に設置した「ショート神社」へお参りしたり、レクリエーションでカルタとりを行ったり、感染予防に留意しながら皆でお正月気分を楽しみました。（片山）

ローズガーデン倉敷

一足早い「おひなさま」

例年なら立春の頃に飾る「お雛様」ですが、コロナ禍もあり、「明るい雰囲気を少しでも」との思いで、今年はお正月飾りと入れ替わりで出しました。愛らしいお雛様の姿をみると、一足早く春がやってきたようです。ロビー横のカフェ入口には、花屋さんが週に一度活け込みをして下さる季節の花が生活に彩りを添えています。（本地）

グランドガーデン南町

クリスマスコーデ

日も短く、少しずつ寒さが増してきた、昨年の12月。例年であれば、クリスマス会や忘年会などを楽しめる時期ではありますが、新型コロナウイルス感染症の影響で自粛せざるを得ない状況となってしまいました。

そんな中でもご入居の皆さんにクリスマス気分を味わっていただくため、玄関のシンボル・テディベアが今回もクリスマスコーデに変身しました。愛らしい姿で人気を集めました。（森）

ドリームガーデン倉敷

冬の脱水予防勉強会開催

昨年11月27日（金）、1階多目的ホールにて「冬の脱水」についての勉強会を開催しました。夏に多いと思われがちな「脱水」ですが、冬でも脱水を引き起こしてしまう要因をクイズ形式を取り入れながら説明しました。

ご参加の皆さんからも水分摂取方法についてなどご質問をいただき、注意喚起ができたと感じています。

1日1、500㎖の水分摂取目標を合い言葉に、冬の脱水を予防しましょう。（難波）

- 倉敷老健
- 倉敷在宅総合ケアセンター
- ピースガーデン倉敷
- ローズガーデン倉敷
- グランドガーデン南町
- ドリームガーデン倉敷

※写真掲載の許可をいただいています。

Professional プロフェッショナル

［Vol.8］ 手術室看護師

倉敷平成病院　手術・中央材料室
看護副主任　角原　清歌

“憧れのナースキャップを手術帽子に替えて、患者さんをサポート”

診察や看護で直接患者さんに接することはなく、手術で患者さんを支えている手術室看護師について、ご紹介します。

Q. 目指したきっかけを教えてください

幼い頃は風邪を引く事が多く、よく小児科へ行っていました。その時に看護師が着けているナースキャップがとても素敵に見え、私も着けたいという憧れから看護師になりました。

Q. 仕事について、楽しさ、つらさ、魅力等を教えてください

スタッフや医師と、前日または2日前に手術の確認と予定を立てていくのですが、一つの手術に時間が掛かったり早く終わったり、予定外の事があったりと術式は同じでも内容は様々です。スタッフと細かくコミュニケーションを取り何度も確認しながら手術に臨みますので、滞りなく終了した時はほっとすると同時に達成感を得ます。その達成感は病棟看護とはまた違うため、それも魅力の一つだと思います。

しかし手術が終わったからといって仕事が終わるわけではありません。その日の片付けや翌日の準備など、やるべき事が沢山あるので大変に思う時もありますが、手術が終われば緊張もほぐれるので、そんな時にはスタッフと笑い合いながら、今日あった事や明日の事などを共有でき、とてもいい環境で従事していると思います。

Q. 職種として大切にしていること、心がけていることは？

看護師といえば患者さんのベッドサイドへ行き、日常のお世話や看護をする職業と思われていますが、手術室看護師は術前訪問以外であまり患者さんと接する機会がありません。

しかし、急性期看護の中では大切な役割だと思っていますし、手術に対する確かな技術と知識を持って患者さんや医師を支えているという気持ちを常に持ち、スタッフみんなで日々研鑽を積む様に心がけています。

また、この度当院では増改築工事を行い、手術室も一新、増設しました。中央材料室（手術室等で使用する器材の洗浄・滅菌、医療消耗品の管理と払い出しを行う場所）も機能が向上しています。患者さんが安心して手術を受けていただけるよう、今後もより一層、安全第一に努めてまいります。

今までの約５倍の広さに拡張された新手術室は、４室分を確保。2020年９月より順次稼働。

Q. 学生さんへのメッセージ

医師や手術室スタッフ、また病棟スタッフの皆さんにいつも助けられていて、本当に感謝しています。楽しい事や大変な事も沢山ありますが、チームワークを大切にして乗り越えていける職場です。

学生さんはこれから看護師として沢山の経験を積まれる事と思いますが、どれも自分にとって大切なものになりますので、自分の周りにいる人に感謝を忘れず頑張ってください。

Q. 患者さんへひとこと

手術を受ける事は誰しも非日常な事でとても不安があると思います。私たち手術室看護師が前日もしくは前々日に術前訪問で伺いますので、どんな些細な事でも不安に思われた事はお気軽にご相談ください。

聞き手

倉敷老健
本郷　洋行

information

交通事故について

医事課　副主任　岡田　直樹

テレビや新聞等で事故に関するニュースを目にすることがあると思います。交通事故にあったときに以下のことに注意してください。

事故直面時

❶交通事故にあった場合、人身・自損・物損事故等に限らず、直ぐに警察に届ける。
※怪我等によっては救急要請を優先する。

❷お互いの氏名（免許証等で確認）、連絡先（携帯電話・名刺等）、保険会社（証券番号等）を控える。

❸ひき逃げ、相手が不明等の場合、第三者に事故の目撃証人（連絡先等確認）になってもらう。

❹保険金請求に必要な交通事故証明書を依頼する。
（自動車安全運転センター発行）

以上のことを確認してください。

自動車保険の種類

自動車保険の種類には被害者救済のために法律で加入が義務付けられた「自賠責保険」と自動車の所有者が任意で加入する「任意保険」があります。

自賠責保険は、対人補償のみで補償額にも限度があるため高額補償に対応できない場合があります。自賠責保険に加えて任意保険に加入することで、対人賠償を大きくし対物賠償など補償の種類を増やして万一の場合に備えることが必要となります。

病院受診する場合

治療費については任意保険が対応してくれます。ただし病院で受診する際には事前に保険会社への連絡が必要です。治療費の請求方法は以下のとおりです。

- **自由診療一括** … 治療費全て保険会社が対応。
- **健康保険使用一括** …
  患者保険負担分を保険会社が対応。
- **労災対応** … 通勤中の事故の場合、労働局が対応。

病院受診の際に保険会社から病院に連絡が無いと患者が自費で支払うことになります。病院受診の際は、必ず保険会社へ連絡をするように注意してください。

Healthy Recipe ヘルシーレシピ

倉敷平成病院　管理栄養士　平田　沙織

日本の食文化の代表的なひとつである味噌汁を、一日の始まりに炊きたての白いご飯と一緒にいただけば、心も身体も満たされますよね。しかし忙しい朝に凝った味噌汁を作るのはちょっと大変…。そんな時はお手軽な味噌玉を取り入れてみてはいかがでしょうか。お湯を注ぐだけで一人分の味噌汁が簡単にでき、一つずつラップにくるんで保存も可能です。ただし、味噌玉が大きすぎたり、溶かすお湯が少なすぎると塩分過剰になるため注意してくださいね。

味噌玉

栄養成分 1人（1個）分	エネルギー：22～36kcal 塩分：1.2～1.3g

材料［6個分］

味噌…… 60g

かつお節
（お好みの粉末だしへ変更OK）…… 3g

わかめ、桜えび、すりごま、
とろろ昆布、麩、乾燥野菜など
お好きな具材……各種適量

作り方

1 味噌とかつお節を混ぜ合わせて、6等分にする。

2 お好みの乾燥食材を混ぜて、丸く成形する。

3 お召し上がりの際、お椀に2の味噌玉1個と
お湯を150ml注ぎ入れて、よく溶かしてできあがり。

“医療ネットワーク岡山 晴れやかネット”について

いつも当院の地域連携業務にご協力いただきありがとうございます。今回は【晴れやかネット】についてご紹介します。

【晴れやかネット】は2013年に運用をスタートして今年８年目を迎えました。患者さんの同意の下、地域全体で切れ目のない診療が受けられるように情報をデータで共有するシステムで、岡山県内でも数多くの医療機関や施設で利用されています。

当院と地域の医療機関や施設との連携をより強化し、地域全体で患者さんの健康を見守るネットワークの橋渡し役として、私たち地域医療連携センターが【晴れやかネット】の窓口となっています。

より一層地域の皆さんとの連携を強化していきたいと考えておりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

地域医療連携センター　課長　山川　恭子

https://hareyakanet.jp/

晴れやかネットへつながります！

地域とともに

ご不明な点がございましたら、
お気軽に下記までお問い合せください。

倉敷平成病院　地域医療連携センター

TEL 086-427-6550（直通）　FAX 086-427-1197（直通）

窓口対応時間　月曜日～金曜日 8:30 ～ 17:00　土曜日 8:30 ～ 12:00

全仁会 Topics

10/30 倉敷ケーブルテレビ『トクもりっ』に高尾理事長が生出演

10月30日（金）、倉敷ケーブルテレビで毎週金曜日16時～16時45分に生放送されている情報番組『トクもりっ』に当院 高尾聡一郎理事長が生出演しました。

『平成健康ステーション』のコーナーで、10月頃から寒い時期にかけて患者数が増える脳卒中についてお話しし、脳卒中の種類や症状、特に注意が必要なヒートショックやその予防方法について紹介しました。

脳卒中は突然起こる病ですが、生活習慣の見直しで予防することができます。今回のお話しが少しでも脳卒中防止に繋がり、健康増進に繋がれば幸いです。

秘書・広報課

YouTubeでご覧ください

12/3 国内初、DBS手術にてボストンサイエンティフィック社製の新製品を植込みを実施

12月3日（木）、牟礼英生ニューロモデュレーションセンター長と篠山英道副院長が行ったパーキンソン病の患者さんに対するDBS手術にて、ボストン社の電池式DBS専用神経刺激装置の植込み手術を国内で初めて行いました。

倉敷ニューロモデュレーションセンターでは国内で認可流通するすべてのDBS／SCS装置の植込みを実施しています。各メーカとも独自技術を持っており、患者さんの状態に合わせてメーカ選択を実施しています。

今後も医療機器の発展に対応し、DBS／SCSの治療が必要な患者さんに、安心な医療を提供したいと思います。

臨床工学課　主任　高須賀　功喜

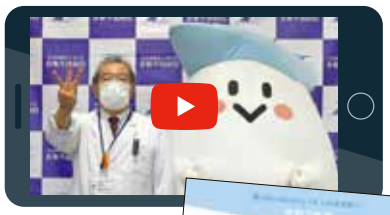
左から篠山副院長・手術室看護師 宇野さん・牟礼センター長

10/11 第55回のぞみの会『全仁会が支える新しい生活習慣～コロナに打ち勝つために～』

10月11日（日）に倉敷市民会館 大ホールで開催を予定していた第55回のぞみの会は、新型コロナウイルスの影響で中止となりました。代わりに新しい形の『のぞみの会』として、YouTube動画と冊子で『全仁会が支える新しい生活習慣～コロナに打ち勝つために～』をテーマに、当院整形外科部長 平川宏之先生による勉強会『新型コロナウイルスに負けない 運動不足によるロコモを防ごう』をはじめ、リハビリスタッフによる健康体操、栄養科によるバランスの良い食事など、役立つ情報を発信しております。

動画は当院のYouTubeチャンネルからご覧いただけます。冊子は当院に設置しており、お持ち帰りいただけますので、ぜひご覧ください。

のぞみの会実行委員会　案内係



動画の視聴はこちらから！

パンフレットもあります！

11/7 第33回 神経セミナー開催報告 ― 認知症と共に生きる ―

「認知症と共に生きる」をテーマに11月7日（土）、第33回 神経セミナーが開催されました。今回は感染対策としてアクリル板を設置し、極少数の参加での講演です。講師に国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター もの忘れセンター長 櫻井孝先生をお迎えし「認知症予防をはじめよう 本人・家族を中心とした認知症予防」をご講演いただきました。

認知症の病因として、遺伝子のほかに生活習慣が取り上げられており、アルコールの過剰摂取や糖尿病のリスクなどへの警鐘、また予防に良いとされる身体活動や食事などをご紹介いただきました。認知症の予防とは発症を止めることではなく、発症や進行を遅らせること。発症後も共存できるように社会全体で取り組んでいくことが重要であると述べられました。

当院でも認知症疾患医療センターを中心に、多職種によるチーム医療で患者さんやご家族をサポートしています。この講演を通してより多くの方が認知症に対する正しい知識を持ち、患者さんが安心して暮らせる社会が構築・持続できるように目指したいと思います。

秘書・広報課

講師の櫻井孝先生

YouTubeでご覧ください

12/24 第30回 看護セミナー 動画配信で開催報告

このたび『人生観・価値観に寄り添い最善を考える～「もやもや」を感じた事例における臨床倫理検討会からの学び～』をメインタイトルに第30回看護セミナーを動画配信にて開催しました。

当院の看護セミナーは職員の自己研鑽だけでなく、地域の医療関係者との意見交換、交流の場として平成元年から毎年開催しており、今年が30回目となります。毎年400名前後の方にご参加いただいておりますが、今回は新型コロナウイルスの流行を考慮し、動画で配信することとなりました。

当院では4年前から臨床倫理の取り組みを進めており、2020年12月24日から2021年1月14日の間、全3回に分けて動画を配信し、当院の臨床倫理の取り組みの実際と、倫理事例検討会に上がった切り口の違う8つの事例を紹介。事例に関しては、個人が特定できない形に内容を変更しておりますが、医療福祉に従事する中で経験したことがある方も多いであろう内容となっています。動画ではありますが、この学びを皆さんと共有できればと考えています。

動画配信は3月末までを予定。ぜひご視聴いただき、ご意見をお寄せください。

第30回倉敷平成病院看護セミナー事務局

動画を選択してください

お問い合わせ、ご意見はこちらまで。
倉敷平成病院
看護セミナー事務局（池元・北崎）
TEL／086-427-1111
E-mail／heisei@heisei.or.jp

12/21 ファジアーノ岡山公式Twitterに紹介されました

12月21日（月）、サッカー・Jリーグファジアーノ岡山のクラブスタッフ公式ツイッターアカウントに当院が紹介されました。

ファジアーノ岡山のキャラクター「ファジ丸」と当院マスコットキャラクター「ぜっとくん」が、新しくなった救急棟内を散策しています。

今までより広く、機能が向上した救急室や手術室など、倉敷平成病院の魅力が皆さんに伝わりますように。

秘書・広報課

ファジアーノ岡山
Twitterへ

リハビリステーション ピース 紹介動画が完成しました

新型コロナウイルスが猛威をふるっている現状において、施設内の見学はお断りせざるを得ない状況が続いています。パンフレットや口頭説明では、初めて介護サービスを利用される方や不安のある方に、リハビリステーション ピースの「皆で楽しんでもらいながらリハビリと創作が提供できるイメージ」を伝えることにも限界を感じていました。

そこで、ご利用を考えられている方にピースの雰囲気を伝えられるよう、広報と協力して紹介動画を作成しました。ご利用前の不安や疑問を少しでも払拭できれば幸いです。

リハビリステーションピース
PT 副主任　妹尾　祐介

ご利用をお考えの方は、
リハビリステーション ピース
TEL／086-423-2001（担当：矢野）まで。

当院 言語聴覚士3名が「失語症者向け意思疎通支援者指導者」認定を取得し活動中

失語症者向け意思疎通支援者は、失語症者に対して日常生活で必要な買い物・書字記入などコミュニケーションを必要とする場での意思疎通支援を行い、社会参加を促進する市町村サービスです。

厚生労働省と日本言語聴覚士協会の共同事業として指導者養成研修が開催され、言語聴覚士3名が研修を修了し、指導者となりました。岡山県では全6名の指導者がおり、市町村より委託を受けて失語症意思疎通支援者の養成講座を運営しています。

令和3年度より、この養成講座の修了者は失語症者の要請を受け、実際に派遣される予定となっています。

リハビリテーション部　ST　平垣　義志也

チャック付きポリ袋のご寄贈ありがとうございます

12月末、特定非営利活動法人アムダを通じて日本技研工業株式会社様より、チャック付きポリ袋を寄贈いただきました。

当院では、このチャック付きポリ袋は入院患者さんの薬を1回の服用分毎にセットするために使用しています。日々の業務になくてはならないものですので、大変助かっております。大切に活用致します。

秘書・広報課

院内改築工事 進捗状況

2020年12月・2021年1月

外来トップライト
生理検査室工事

11月から救急室が移転し、手術室・外来・救急の新救急棟が本格的に稼働しています。トップライト（天窓）のリニューアル工事のため、外来の受付前スペースにジャングルジムのような足場が組まれ、大変ご迷惑をおかけいたしました。１月18日に足場が撤去され広く明るい待合となりました。

また、１月25日より生理検査室が拡張移転されます。以前の検査室より５メートル程度救急室に近い場所になります。（2月1日より、中央処置室の移転も予定）

院内の各所で工事を行っており、音や振動・スペースに関し大変ご迷惑をおかけしております。ご理解とご協力に心より感謝申し上げます。

１月18日（月）　待合トップライト改修完了

工事のため外来に足場が出現
ご不便をお掛けいたしました

１月25日（月）稼働　新生理検査室

トップライト工事の様子

全仁会 Topics

＼ Thank you! ／

全仁会Newsが100号を迎えました

「全仁会News」は倉敷平成病院などからなる「全仁会グループ」の広報誌です。お陰をもちまして、今回の発行で「100号」を迎えました。現在の全仁会Newsは２月、5月、8月、11月の年４回発行しています。病院ホームページでも紹介していますのでぜひご覧ください。

倉敷平成病院の開院は1988年の瀬戸大橋が開通した年です。現存している広報誌はNo.44（1997年１月）からです。この頃の全仁会ニュースは変形B５版16ページで、これ以前はタブロイド形式でした。No.67（2009年秋号）からA４版８ページにリニューアルし、平成から令和に時代が変わったNo.93（2019年５月春号）から「全仁会ニュース」を「全仁会News」とし、表紙を院内の写真に変更。内容やレイアウトも併せてリニューアルし、現在に至ります。

倉敷平成病院は「救急から在宅まで何時いかなる時でも対応します」を理念に掲げ、開設以来33年、地域医療に邁進してまいりました。病院は地域の方々から信頼される存在でなくてはなりません。これからも「全仁会News」が病院と地域との架け橋であり続けるよう、我々編集委員一同、協力して取り組んでまいります。

ご意見やご寄稿等も随時募集しております。どうぞよろしくお願い申し上げます。

冊子形式になったNo.44以降の全仁会Newsの一部。
写真はNo.49・59・69・79・89・99。
以前は患者さんの作品を表紙にしていたことも。

全仁会グループの様々な部署から選出された多職種で構成される「広報委員会」。

新型コロナウイルス

感染リスクが高まる「5つの場面」に気をつけよう。

いつでもマスク、手洗い・消毒を忘れずに！

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。

場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため感染リスクが高まる。

場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。

場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。

場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。

出典：新型コロナウイルス感染症対策推進室

移転のお知らせ

生理検査受付・心エコー 1月25日(月)～　**処置室**（点滴・注射など） 2月1日(月)～

ご来院の際には受付、または院内案内図でご確認いただき、お間違えのないようお越しください。

編集後記

「全仁会News」がNo.100を迎えることができました。記念すべき今号の発行に携わることができ、嬉しく思います。今年度はコロナ禍で思うような活動ができず、動画を活用しての「のぞみの会」開催等、新しい形での情報発信を試みた年でした。「全仁会News」と合わせて当院のYouTubeチャンネルもぜひご覧ください。（A）

ZENJINKAI GROUP

全仁会グループ　社会医療法人 全仁会／社会福祉法人 全仁会／有限会社 医療福祉研究所ヘイセイ

倉敷平成病院

倉敷市老松町4-3-38
TEL.086-427-1111
FAX.086-427-8001

救急指定

倉敷平成病院
- 内科　● 脳神経内科　● 脳神経外科　● 脳卒中内科　● 整形外科　● 消化器科　● 循環器科
- 呼吸器科　● 耳鼻咽喉科　● 形成外科　● 皮膚科　● 眼科　● 総合診療科
- リハビリテーション科　● 放射線科　● 麻酔科　● 和漢診療科　● 歯科

倉敷ニューロモデュレーションセンター
- 脳神経外科

倉敷生活習慣病センター
- 糖尿病　● 代謝内科

総合美容センター
- 美容外科　● 形成外科　● 婦人科　● 乳腺外科

認知症疾患医療センター

神経放射線センター

平成脳ドックセンター

倉敷老健

倉敷市老松町4-3-38
TEL.086-427-1111

倉敷在宅総合ケアセンター

倉敷市老松町4-4-7
TEL.086-427-0110
- 訪問看護ステーション
- ホームヘルプステーション
- ショートステイ
- 通所リハセンター
- 予防リハセンター
- ケアプラン室
- 高齢者支援センター
- ヘイセイ鍼灸治療院

複合型介護施設 ピースガーデン倉敷

倉敷市白楽町40
TEL.086-423-2000
- 地域密着型特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- グループホーム
- デイサービス

住宅型有料老人ホーム ローズガーデン倉敷

倉敷市南町4-38
TEL.086-435-2111
- ヘルプステーション

平成南町クリニック

サービス付き高齢者向け住宅 グランドガーデン南町

倉敷市南町1-12
TEL.086-435-2234
- 特定施設入居者生活介護
- ヘルプステーション南町
- よくなるデイ南町
- 南町ケアプラン室

ケアハウス ドリームガーデン倉敷

倉敷市八軒屋275
TEL.086-430-1111
- デイサービス

全仁会 News（ニュース）
全仁会グループ 倉敷平成病院 広報誌　No.100　2021年２月発行
社会医療法人全仁会　岡山県倉敷市老松町４丁目3-38　TEL 086-427-1111　FAX 086-427-8001　倉敷平成病院　全仁会NEWS 編集委員