

季刊
SAY 和

[せいわ]

医療法人 誠和会

倉敷記念病院
倉敷第一病院
介護老人保健施設 福寿荘
有料老人ホーム せいわ
誠和会在宅センター
グループホーム コージー
小規模多機能 和

ワンポイントリハビリ

今回の
テーマ 「歩行速度

～早く歩くために必要なこと～

○誠和会ニュース・地域交流イベント

- 3月 介護部門でタブレット導入
- 3月 消防訓練
- 4/1 (金) 令和4年度医療法人誠和会入職式
- 5/12 (木) 病院の日・看護の日

特集

医療法人 誠和会

「新任医師紹介」

「ユニフォームが変わりました」

医療法人 誠和会

部署紹介 倉敷記念病院 リハビリテーション部



「ユニフォームが変わりました」特集

4月1日から職員のユニフォームが変わりました

看護師 ユニフォーム2色制でシフトの見える化

4月のユニフォーム更新のタイミングで、看護師は従来の「白いユニフォームのみ」の体制から、「日勤はピンク色・夜勤は白色の2パターンのユニフォーム」へ変更しました。2パターン化した目的は、他職種からも各勤務帯の担当者が一目でわかるようにすること、職員本人が定時終了の意識を高めることでした。同様の対策をとった他の病院では残業時間が減ったという報告が聞かれますが、その点ではまだ効果は少ないようです。しかし他職種からは日勤・夜勤が一目でわかるため、「誰に声を掛けたらよいか分かりやすくなった」という声を聞くことができました。ユニフォームの色分けという単純な対策ですが、今後の働き方改善に繋げていきたいと思えます。

看護部長 中野 美智代



男性 日勤



男性 夜勤



女性 日勤



女性 夜勤

コメディカルも変わりました!

今回は病院を中心としてユニフォームが変わりました。外来、病棟の雰囲気も変わり、フレッシュな気持ちで日々仕事をしています。今後ともよろしくお祈いします。



- ① 記念病院 放射線科
- ② 記念病院・福寿荘 栄養科
- ③ 記念病院 薬剤科
- ④ 記念病院 臨床検査科



- ⑤ 記念病院 病棟アテンダー
- ⑥ 記念病院 病棟介護士
- ⑦ 記念病院 病棟・外来クラーク



新任医師 紹介

倉敷記念病院
脳卒中・生活習慣病外来

なが お せい いち

長尾 聖一 医師

診療日

毎週火曜日・午後／木曜日・午前

外来での脳ドック、生活習慣病の治療と予防を主として、また不幸にして脳卒中になられた方の再発予防と残存機能回復のリハビリテーションに注力したい

小生が脳外科医になった頃に比べ、脳卒中は高血圧性脳内出血から脳梗塞へと大きく比率が変わりました。この間、生活習慣病に対する認知度も上がり、さらにMRI、頸動脈エコー等により侵襲を伴うことなく頸部に頭蓋内動脈の現状を可視化することが出来る様になりました。また知らない間に生じていた脳血管障害が見つかったり、クモ膜下出血の原因となる脳動脈瘤を破裂前に発見することも可能となりました。

一方、脳卒中の大半を占める脳梗塞になっても、血栓溶解、回収療法により最小限の後遺症で終わる方もいます。しかし不幸にも一生後遺症と闘わなければならない方も多いのが現状です。MRI、頸動脈エコー、採血、家庭内血圧測定という簡単な方法で、将来的な脳卒中のリスクを知り、原因となる生活習慣病をコントロールすることで脳卒中の後遺症と闘うことのない人生を送ることが出来ます。

上記の理由で外来での脳ドック、生活習慣病の治療と予防を主として、また不幸にして脳卒中になられた方の再発予防と残存機能回復のリハビリテーションに注力したいと思っております。どうかよろしく願いいたします。

今回のテーマ「歩行速度 ～早く歩くために必要なこと～」

早く歩くためには立つ、座る、歩くなど基本的な移動機能に必要な下肢・体幹トレーニングが有効とされており、特に姿勢を保つための抗重力筋である下腿三頭筋、大腿四頭筋、前脛骨筋、殿筋、ハムストリングスなどの筋力強化が有効とされます。今回は自宅で簡単に実施可能な大腿四頭筋と下腿三頭筋の運動を紹介します。

歩行速度トレーニングのやり方

①

大腿四頭筋



椅子に座り膝の曲げ伸ばしをします。足首を90度に曲げて膝を伸ばし、その状態を3～5秒保ち、そのあとゆっくりと足を下ろします。太ももに力が入っていることを感じながら実施します。

②

下腿三頭筋



手すりや壁などに両手でつかまりながら踵上げを行います。ふくらはぎに力が入っていることを感じながらゆっくり実施します。

☆自宅内で行える運動で歩行速度トレーニングを行ってみてはいかがでしょうか。

➤ Pathleader (パスリーダー) PMSコイルUC-1 を導入



この度、当法人では「Pathleader (パスリーダー) PMSコイルUC-1」を導入しました。Pathleader (パスリーダー) は末梢神経に磁気刺激を与え、筋の収縮を誘発する磁気刺激装置です。「PMSコイルUC-1」は従来の四肢用「PMSコイルTC-1」では困難であった舌骨上筋群や狭い範囲への刺激のために開発されたものです。舌骨上筋をターゲットに末梢磁気刺激を行うことで表面電極を用いた電気刺激よりも優位に大きな舌骨挙上を得ることができます。また、磁

気刺激は電磁誘導により生体内に渦電流を誘導し皮膚に存在する侵害受容器を刺激しないため、電気刺激よりも疼痛が少ないというメリットもあり、苦痛なく効率的に舌骨上筋群の筋収縮を促すことで舌圧や喉頭挙上の強化などが期待されるものです。当法人の摂食嚥下リハビリテーションの一助となることが期待されます。



リハ部で実施している先端医療機器と今後の抱負を述べます。

リハ部では、エルゴメータ、磁気刺激装置、HAL腰タイプ自立支援用、LOFE(アーチサポート)、トランクソリューション(TS：体幹矯正治療機器)の5つの先端医療機器を導入してリハ治療を実施しています。高齢者のフレイル(脆弱性)や廃用の予防と治療を目的に、ベッド上や車椅子上からエルゴメータや磁気刺激を用いて四肢筋や嚥下筋の筋力強化を行い、さらにHAL、LOFEやTSの補助による起坐・座位や起立・立位・歩行の姿勢の調整や動作能力の向上を行っています。病院でのリハ開始から通所・訪問リハ、老健施設でのリハとして、どこでも楽にできる標準化された効果的で連続したリハ医療が受けられますように努めています。

地域の皆さまが安全で安心して楽しく楽にできるリハ医療を目指してリハ医療の地域でのサポート体制をリハ手帳や連携シート等の実用化にてより一層強化して行きます。

地域の皆様が「むせない(誤嚥しない)・こけない(転倒しない)体づくり」ができて「生きることが喜び」となりますように、今後も精進いたします。

今後ともよろしくお願いたします。



倉敷記念病院
リハビリテーション部
統括部長
伊勢 真樹 医師



通所リハビリ



倉敷記念病院



福寿荘



訪問看護

誠和会ニュース・地域交流イベント



2022年3月 介護部門でタブレット導入

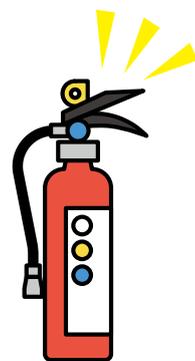
介護部門では、記録の電子化を推進するため、新しくタブレットを導入しました。タブレットでは、どこでも利用者様の体温、血圧、食事摂取量やケア記録を簡単に入力でき、データの一元管理ができます。

運用開始から約2か月経ち、徐々に職員もシステムに慣れ、スムーズに入力ができるようになってきました。ICTを活用して情報共有を円滑に行い、皆様に健康に毎日を過ごしていただけるようにしていきたいと思っております。



3月 消防訓練

病院・福寿荘、有料老人ホームせいわ、コージー・和の各施設で消防訓練を行いました。火災の発見から通報、初期消火、避難誘導について一連の訓練を実施しました。今後も訓練を繰り返し、有事に備えたいと思っております。



4月1日(金) 令和4年度 医療法人誠和会 入職式

福寿荘ホールにおいて「令和4年度 医療法人誠和会 入職式」が行われました。今年度の新卒入職者は19名で、小出理事長より辞令が交付され、新人研修後は各部署へ配属されました。



5月12日(木) 病院の日・看護の日

「病院の日・看護の日」にあたり、隣接する特別養護老人ホーム「ますみ荘」に岡崎院長と中野看護部長が招かれ、利用者様よりあたたかい感謝のお言葉と花束をいただきました。

これからも皆様がお元気に過ごせるようお手伝いさせていただきます。ありがとうございました。



熱くなるこの時期、食中毒に注意!

食中毒を引き起こす細菌が繁殖するには、温度・水分・栄養が必要です。

細菌は暖かい温度が大好きで、30～40℃で最も増えます。また、細菌は水がなければ生きていきません。夏に向けて気温があがり、雨による湿気でじめじめした梅雨は、細菌にとってはとてもよい環境です。食中毒には、O157やぶどう球菌という細菌やウイルスによるものがあります。

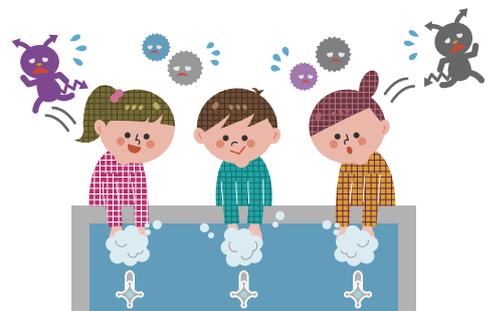
食中毒の86%は細菌またはウイルスが原因です。生や十分に加熱していない肉類(特に鶏肉)を食べる時は注意が必要です。水だけや少しの手洗いでは細菌は落ちません。爪や手のしわにいる細菌が水分を吸収して出てくるため、かえって細菌が多くなってしまう場合もあります。石けんをよく泡立て、手の甲、指や爪の間、手首なども忘れずに。よく洗い流したら、清潔な温いたタオルかできれば紙タオルで手を完全に乾かします。排便時には、トイレトペーパーをとおりぬけて細菌が手につくことも。石けんでの手洗いを心がけましょう。

食中毒予防に、まず手洗い!

「食の安全」は私たちが安心して暮らすための最も重要な基礎です。

食品の安全な製造・流通・販売のしくみ。

これらが適切に整っていることが大切なのはもちろんですが、
私たち個人が自分で自分の身を守る事が最も重要です。



中止の お知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大を踏まえまして、健康づくり教室・糖尿病教室の開催を、当面の間中止いたします。楽しみにしておられる皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。再開の折には、改めてお知らせいたします。

医療法人 誠和会 倉敷記念病院は、患者さまの権利を確認し尊重します。

患者さまの権利

患者さまには

1. 十分な説明を受けた後、医療・看護を「受ける」あるいは「受けない」という選択をする権利があります。
2. 自分の診療情報および個人情報を保護される権利があります。
3. いかなる状況においても人間の尊厳を尊重されて、その生を全うする権利があります。
4. いかなる差別もなく、平等な医療・看護を受ける権利があります。
5. 自ら受けている診療について、情報の提供を受ける権利があります。
6. 医療費の明細、医療費の公的援助について、その情報を受ける権利があります。

編集後記

暑い日が続いています。熱中症にならないように、水分をしっかり摂るよう心がけましょう。夏バテにも注意し、しっかりと栄養のある物を食べて体調不良に注意してください。感染予防をしっかりと行い、コロナウィルスに負けず夏を乗り切りましょう。
広報委員 遠山

Information



倉敷市民の皆様へ「倉敷けんしん」のご案内

「けんしん受診券」(郵便はがき)が届いたら…
生活習慣病予防健診・がん検診を受けましょう!
毎年の「生活習慣病予防健診」「がん検診」があなたの健康管理に役立ちます。
ご家族・お友達とお誘い合わせの上、お気軽にご利用ください。

倉敷記念病院 健診部 直通TEL:086-460-3277

倉敷記念病院 診療担当表(2022.7.1改訂)

診療時間 9:00~12:00 / 14:00~17:00(土曜は午前のみ) (初診受付) 平日:16:30(内科は11:30)まで / 土曜:11:30まで

電話予約の受付時間 月~金:8:30~17:00 土:8:30~11:00

診察予約の取得・変更・取消しはこちらまで。 ☎086-465-0011

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
総合内科(予約外)	当番医		当番医		当番医		当番医		当番医		当番医
内科(予約)	櫻井	矢野	小出	三宅	矢野	林	吉田潤	林	櫻井	吉田潤	矢野(第1・3)
	林	三宅	西本			三宅(第3・5)			林	矢野	小出(第2・4)
脂肪肝外来						三宅(第2・4)					川崎医大富山(第1・3・5)
脳卒中・生活習慣病外来				長尾			長尾				
脳神経内科	安田		安田				安田	安田	安田		安田
物忘れ外来										安田	
整形外科	川崎医大 河本		川崎医大 佐藤	日野	日野		日野		桐田	日野	日野
	日野		日野					日野	日野		
リハビリ			伊勢(リハ室)					平岡(VF)			
耳鼻咽喉科	森田	森田	森田	嚙下外来(手術)	森田	森田	手術	嚙下外来(手術)	森田	嚙下外来	森田
眼科			川崎医大				楠				
腎・泌尿器科	岡大 鵜川	岡大 鵜川					門田	門田			
皮膚科		澤田	澤田	澤田	澤田	澤田	澤田		澤田	澤田	澤田
訪問診療	櫻井・小出・林・仁科・澤木(医師が定期的に訪問し、診療、薬の処方、療養上の相談、指導等をいたします。)										

※状況により変更する場合がありますのでご了承ください。※祝日、年末年始(12/30午後~1/3)は休診です。

医療法人 誠和会 倉敷記念病院 〒710-0803 岡山県倉敷市中島831 TEL:086-465-0011 FAX:086-465-9199
倉敷第一病院 〒710-0826 岡山県倉敷市老松町5-3-10 TEL:086-424-1000 FAX:086-421-4254

介護老人保健施設 福寿荘・有料老人ホーム せいわ・誠和会在宅センター・グループホーム コージー・小規模多機能 和

バス(両備バスを利用)

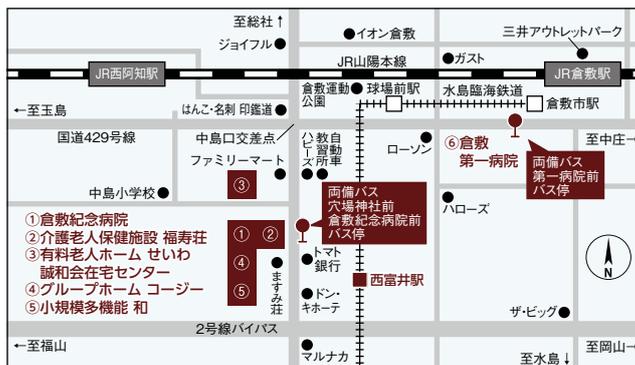
JR倉敷駅バス停 水島方面行き②番のりば
「四十瀬・小溝経由」乗車で約10分 ⇒
「穴場神社・倉敷記念病院前」下車

お車

- ・国道429号線(旧国道2号線)中島交差点を水島方面へ600m
- ・国道2号線バイパス側道の中島南交差点を北へ200m

鉄道(水島臨海鉄道を利用)

JR倉敷駅より水島方面行きで約8分 ⇒
2つめの『西富井駅』下車 ⇒ 徒歩約5分



わが街健康プロジェクトの
共催病院として参加しています



晴れやかネット

晴れやかネット
(医療情報ネットワーク岡山)の
開示・閲覧病院です