

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

「スロートレーニング」

○誠和会ニュース・地域交流イベント

7/7 (金) 創立55周年記念式

8/6 (日) 福祉の就職フェア岡山

8/29~31 (火~金)

倉敷市立南中学校の学生がチャレンジワークに来ました

各施設の行事

有料老人ホームせいわ

グループホームコージー

小規模多機能 和

福寿荘

建築推進室より

特集

医療法人 誠和会

「誠和会 連携強化プロジェクト」

医療法人 誠和会

部署紹介 倉敷記念病院 医事課

誠和会 連携強化プロジェクト 特集

誠和会は倉敷記念病院を中心として、周りに多様な介護サービス事業体を併せ持っており、医療と介護のトータルサポートが可能です。

ニーズに見合ったサービスを切れ目なく、かつ、効率的に提供し「誠和会で患者さんを支える」を実現するために、「法人内連携」・「地域の病院・介護事業所との連携強化」を今年度の目標に掲げています。

今回は連携強化プロジェクトの活動の一部を紹介させていただきます。



プロジェクトリーダー
倉敷記念病院 土屋亜希

令和5年4月某日 連携強化プロジェクト キックオフミーティング

病院・各施設の責任者が集合し、現状の共有、課題を話し合いました。話合いの結果、「まずは当院・当法人施設を知ってもらおう」という結果になりプロジェクトリーダーを中心に企画をスタート。



令和5年6月21日 地域交流会 開催

居宅や高齢者支援センターのケアマネ・施設相談員・施設管理者などさまざまな職種の方に参加して頂きました。

【発表】

- 倉敷記念病院の取り組み
～地域において担う役割 新病院オープンにむけて～（倉敷記念病院 MSW 土屋亜希）
- 老人保健施設福寿荘の取り組み（福寿荘 支援相談員 高田涼子）
- 倉敷記念病院における ST 訪問リハビリの取り組み
～みなし訪問、自費リハビリについて～（倉敷記念病院通所リハビリ 横関彩佳）

【グループワーク】 「困りごと」「こんな連携できたら良いな」を話し合おう



令和5年7月12日 誠和会ツアー

近隣の医療機関のMSW・連携担当者を対象に病院・施設を巡るツアーを企画し、8病院25名の方に参加して頂きました。



病院(病棟)



病院(リハビリ)



老人保健施設福寿荘



グループホームコージー



通所リハビリ・訪問リハビリせいわ



有料老人ホームせいわ

今後の予定

- 令和5年8月～12月 / 連携先訪問
- 令和5年11月15日 / 誠和会・ますみ会ツアー(高齢者支援センター・居宅介護支援事業所向け) 開催
- 令和6年2月頃 / 地域交流会 開催

「なんでも相談できる」「安心して任せられる」誠和会を目指して、今後も連携強化プロジェクトの活動を行ってまいります。



お問い合わせ先

倉敷記念病院 医療相談室
TEL.086-466-4108(直通)

今回のテーマ「スロートレーニング」

今回は筋力トレーニングの方法の一つであるスロートレーニングについて紹介します。方法は簡単。ここで紹介してある運動をなるべくゆっくり(スロー)に行うだけです。動作をゆっくり行うことによって運動中の血圧上昇を抑え、普通にトレーニングするよりも多くトレーニング効果を得られることができます。また、ここで紹介している運動のような簡単な運動でも重りを持ち上げるような強度の高いトレーニングに匹敵します。

スロートレーニングの紹介

☆行う前に深呼吸をして、リラックスして行いましょう。やさしく、少ない回数から始めてください。

☆①②の順番でそれぞれ10回ずつ行いましょう。

1 スクワット

前方に何か支えとなる物を出る限り用意しゆっくり10秒以上時間をかけて膝を曲げていく。体は起こし前に倒れないようにしましょう。



2 踵上げ運動

前方に何か支えとなる物を用意し出来る限りゆっくり10秒以上時間をかけて踵を上げていく。つま先の向きは真っすぐで足は肩幅に開いて行いましょう。



☆自宅内で行える運動を行ってみてはいかがでしょうか。

医事課



医事課は医療に関する事務を行う部署です。医事課内でも役割分担があり、外来担当と入院担当に分かれています。

まず外来担当は、窓口での総合案内、初診・再診の受付やカルテの搬送、外来診療費の算定やレジ会計などを行っています。患者さまの待ち時間を短くするため、スピードと正確さが求められます。

入院担当は、入院・退院・転棟の手続きや、入院診療費の算定・請求などを行っています。入院患者さまへの請求は1ヶ月単位で行っています。入院診療費は1人当たりの金額が高いため、算定には特に注

意が必要となっています。

外来も入院も共通で行う主な業務として、患者さまや他院、業者からの電話への対応や、各種書類の手続きなどがあります。他に、毎月の重要な業務としてレセプト業務があります。

レセプトとは診療報酬明細書のことです。診療には、大きく分けて自由診療、保険診療があり、医療機関は自由診療の場合、患者さまに診療費の全額を請求しますが、保険診療の場合、患者さんと保険者の二者に診療費を請求します。日本では国民皆保険制度が取られているため、診療費の大部分は保険診療によるものです。保険診療の場合、患者さまから診療費の一部を窓口で徴収し、残りを保険者に請求します。この残りの診療費を保険者に請求する業務がレセプト業務です。保険者はこのレセプトを受け取り、内容を審査したうえで診療費を支払います。保険診療によって得られる診療費は病院の収入の大半を占めていますので、レセプト業務は大変重要な業務であると言えます。しかし毎月数千のレセプトがあり、チェックや訂正を行うのにも膨大な時間を要するため、医事課では毎月月末と月初に残業をしてレセプト業務を行っています。



その他、大きなイベントとして、診療報酬の改定があります。医療行為には厚生労働省によりそれぞれ点数が定められており、医事課はその点数を元にして患者さまや保険者に診療費の請求を行っているわけですが、その点数は二年に一度改定されます。点数が変わるだけのものもあれば、廃止されたり新規で増えたりするものもあつたり、算定のルールが変わ

ったりととにかく数が多く、診療報酬の本は1000ページを軽く超えます。また、診療報酬の改定に伴い、書類の届出が必要な場合があります。その場合、届出がなければいくらその医療行為を行ったとしても、点数を算定することはできません。ただし届出をするためにも条件があり、例えば医師や看護師などの人員配置から設備に関するもの、患者の病状や在宅復帰率まで、その点数にそれぞれ定められた施設基準というものを満たさなければいけません。届出をするだけでなく、そういった各種データを他部署と連携して作成し、管理していくのも医事課の重要な業務のひとつです。



医療法人 誠和会

倉敷記念病院/TEL086(465)0011 介護老人保健施設 福寿荘/TEL086(466)0119 有料老人ホーム せいわ/TEL086(460)0070 グループホーム コージー/TEL086(460)3818 小規模多機能 和/TEL086(460)1919

誠和会ニュース・地域交流イベント

7月7日(金) 創立55周年記念式

福寿荘ホールにて「医療法人誠和会創立55周年記念式」を行いました。小出理事長より、来年10月オープン予定の「新倉敷記念病院」についてお話がありました。「地域包括ケア病棟」の役割についてや、事業計画や骨子について話されました。オープンを目前に控え、改めて職員への協力が呼びかけられました。



8月6日(日) 福祉の就職フェア岡山

8月6日に岡山コンベンションセンターで開催された『福祉の就職フェア岡山』に出展しました。施設見学については随時対応可能です。求人に関するお問合せは採用担当までお気軽にご連絡ください。TEL 086-460-1255(直通)



8月29日(火)~31日(木)

倉敷市立南中学校の学生が チャレンジワークに来ました

倉敷市立南中学校の2年生2名がチャレンジワーク14(職場体験学習)に来ました。今回の生徒さんには、倉敷記念病院、福寿荘、有料老人ホームせいわ、グループホームコージーで体験学習をしていただきました。病院では病棟での看護業務体験や医療技術部の仕事を見学してもらったり、有料老人ホームやグループホームでは、誕生日会などレクリエーション活動を通して、利用者さんと交流してもらいました。

生徒さん自身も楽しんで体験してくれたようで、今回の体験をぜひ将来の進路の参考に役立てていただきたいと思います。



各施設の行事

有料老人ホームせいわ

7月7日(金) お茶会

3階では、7月7日の七夕に合わせて笹の葉に飾り付けをし、皆様の願いを込めた短冊を飾りました。



グループホームコージー

7月 夏祭り

今年もコロナの影響でご家族の方には参加して頂けませんでした。夏祭りを開催しました。金魚すくい・射的・お面屋・ストラックアウトの出店を出しました。厳しい暑さが続いておりますが、少しでも涼んで頂けたかと思えます。来年はご家族の方にも参加して頂けたらと思います。



和

7月7日(金) 七夕祭り

7月7日に七夕祭りを開催しました。皆さまと作成した風鈴飾りは室内に飾り、涼やかな音を運んでいます。



建築推進室より

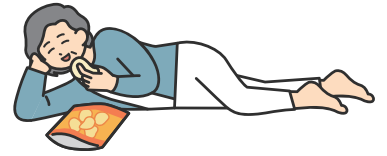
9月2日現在、基礎工事を中心に進んでいます。エントランスの屋根鉄骨が組み立てられ、外からも工事の様子が見えるようになってきました。10月には2階部分の工事に着手します。



【運動習慣のすすめ】

日常の活動量や運動量が少ないと感じる方は要注意です！

食事などから摂取するエネルギーが、日常の活動や運動などで使われる消費エネルギーを上回ると肥満になりやすく、生活習慣病発症のリスクが高まります。生活習慣病は自覚症状が現れないまま静かに進行していくため、気付かないうちに重症化し、死に至る病につながることもあります。適度な運動を日常の中に取り入れ、生活習慣病のリスクを回避していきましょう。



①生活習慣病の予防・改善

- 生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防・改善
- 免疫力アップ
- 健康的な体型の維持



②老化予防

- 加齢に伴う生活機能低下（ロコモティブシンドローム）の予防
- 認知症になるリスクの低減やその予防
- 筋肉量、筋力の維持・向上



運動による
嬉しい効果

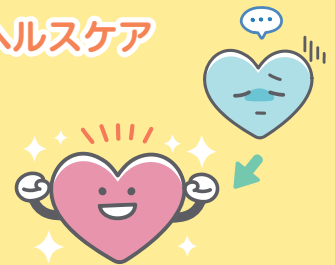
③日常的な症状や疲労の改善

- 腰や膝の痛みの軽減
- 心肺機能の向上により疲れにくくなる
- 血行促進による肩こりや冷え性の改善



④メンタルヘルスケア

- 気分転換
- ストレス解消



運動を習慣付けするコツ／

普段あまり運動をする習慣がない人は、手軽に始められるウォーキングがおすすめです。身近な場所でお気に入りのウォーキングコースを見つけ、景色を楽しみながら歩くなど、軽めの運動から始めてみましょう。慣れてきたら、「プラス10分」長く歩くように意識し、それを続けていきましょう。忙しくて運動の時間を取りにくい人は、例えばエレベーターではなく階段を使うなど、日常の運動量を増やす工夫をしてみましょう。

(全国健康保険協会HP参照)

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

「○○の秋」と聞かれると皆さんは何が浮かびますか。自分はもちろん「食欲の秋」です。鮮やかな赤や黄色に色づく木々の中を車で走りながら旅をし、その土地の美味しい物をたくさん味わいたいですね。いつか秋の東北を周遊することが夢です。その前に、秋刀魚が昔みたいに安くならないかな。 広報委員会 本田

倉敷記念病院 診療担当表(2023.10.1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



受診の際は、**マイナンバーカード**を。

	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)	小出恭 (第1.3.5) 岡崎 (第2.4)	矢野	小出		矢野	林			櫻井	吉田潤	小出(第2・4)
	林	三宅	西本	三宅 (第1.3.5)	岡崎	三宅 (脂肪肝外来)	吉田潤	林	林	矢野	矢野(第3) 富山(第1・3)
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 日野		日野	日野	日野		日野		桐田 日野	日野	日野 (第2休診)
			伊勢 (リハ室)					平岡 (VF)			
耳鼻咽喉科	森田	森田	森田	嚥下外来 (手術)	森田	森田	手術	嚥下外来 (手術)	森田	川崎医大 福田	森田
眼科			川崎医大				楠				
泌尿器科	岡大 川合	岡大 川合					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	小出・岡崎・矢野・林・三宅・吉田潤・西本・澤木・仁科 (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)

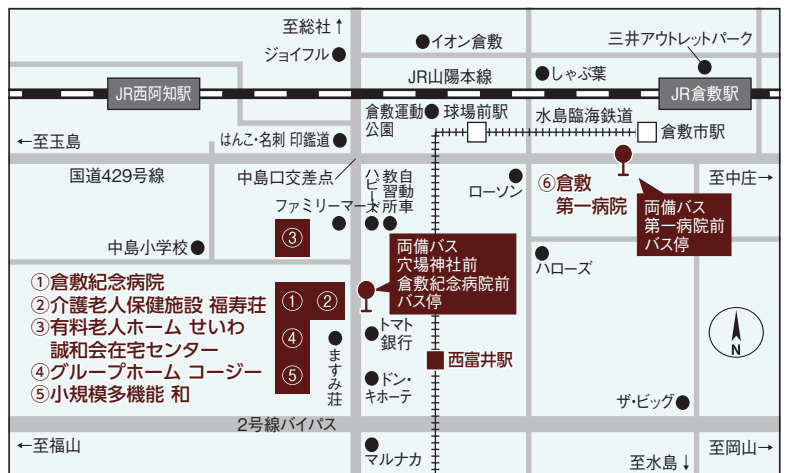
JR倉敷駅バス停 水島方面行き②番のりば
「四十瀬・小溝経由」乗車で約10分 ⇒
「穴場神社・倉敷記念病院前」下車

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

