

甲友会ナウ

甲友会の「今」をお届け 地域の皆さまへのお知らせ 広報誌

vol. 68

自由に持ちください Feb. 2025



四季折々にうつろう
六甲の自然を感じながら

西宮協立リハビリテーション病院には、テニスコート約3面ほどの広さの屋外リハビリコース「いこいの庭」があります

だから
大切
栄養素

マグネシウム MAGNESIUM

だから大切ポイント

- 骨の形成をサポート
- 血圧の調整をする
- 筋肉の収縮をスムーズにする

こんな方にオススメ

- 高血圧
- 動脈硬化
- 心疾患
- 足がつる人
- 骨粗しょう症を予防したい人

含まれる食品

- 種実類（アーモンド、ピーナツ、カシューナッツ）
- 大豆・大豆製品
- 玄米
- ほうれん草
- ひじき
- そば
- 干しエビ、イワシの丸干し
- 牡蠣



マグネシウムは豆腐のにがり成分で知られています。50~60%は骨に含まれ、残りは細胞内液、そのほか筋肉や脳、神経、血液などに分布しており、体内の300種類を超える酵素の働きを助けています。骨や歯にカルシウムがいぎわたるように調整することで、丈夫な骨の形成を助けたり、筋肉を動かしたり、血圧の調整をしたりと、体内のいたるところで活躍しています。マグネシウムはカルシウム以上に不足がちな栄養素といわれ、慢性的な不足によって心筋梗塞といった心臓疾患の危険性が高まる可能性があります。ただし、サプリメント等を利用する場合には摂り過ぎに注意しましょう。成人の場合、食品以外からの耐容上限量は350mgです。

普段の食事では、摂取過剰になっても汗や尿と一緒に体外に排泄されるため副作用は報告されていませんが、腎臓の働きが悪い人は注意が必要です。



西宮協立リハビリテーション病院
栄養科 水川 佳子

介護付有料老人ホーム
やすらぎ
西宮市津門呉羽町9-10
西宮協立脳神経外科病院の目の前徒歩1分

介護 × リハビリ × 医療

やすらぎで叶える
24時間あんしんの暮らし

豊かな、いきいきとした人生を

お気軽にお問合せください <https://www.nk-hospital.or.jp/yasuragi/>

お問合せ・資料請求はホームページからも

ヨイ ロゴ

0120-4165-99

社会医療法人 甲友会 ~すべてはみんなの笑顔のために~

- | | |
|---|---|
| <p>西宮協立脳神経外科病院
西宮市今津山中町 11-1 TEL.0798-33-2211</p> <p>西宮協立リハビリテーション病院
西宮市鷺林寺南町 2-13 TEL.0798-75-3000</p> <p>西宮協立訪問看護センター
西宮市今津山中町 6-32 TEL.0798-33-6233</p> <p>西宮協立ケアプランセンター
西宮市今津山中町 6-32 TEL.0798-33-6251</p> <p>西宮協立デイケアセンターほほえみ
西宮市津門呉羽町 10-13 TEL.0798-36-6780</p> <p>西宮協立デイケアセンター第2ほほえみ
西宮市津門呉羽町 9-10 TEL.0798-33-3501</p> | <p>西宮協立訪問リハビリテーションほほえみ
西宮市津門呉羽町 10-13 TEL.0798-36-6780</p> <p>西宮協立認定栄養ケア・ステーション
西宮市津門呉羽町 11-1 TEL.0798-30-6080</p> <p>介護付有料老人ホームやすらぎ
西宮市津門呉羽町 9-10 ☎ 0120-4165-99</p> <p>西宮市瓦木在宅療養相談支援センター
西宮市津門呉羽町 8-25-101 TEL.0798-32-5322</p> <p>法人本部
西宮市津門呉羽町 10-13 3F TEL.0798-32-3251</p> |
|---|---|

法人理念
医療と福祉の連携により
質の高いサービスを提供し、
地域の人々の健康で
幸せな暮らしに貢献する。

甲友会ナウ
◎編集・発行責任者：法人本部 本部長 藤本 昌司
〒663-8245 西宮市津門呉羽町 10-13 3F
TEL:0798-32-3251 (法人本部 / 広報担当)

ご意見・ご感想につきましては下記メールアドレスまでご連絡いただくか、
西宮協立脳神経外科病院・西宮協立リハビリテーション病院設置の「声の箱」へご投函ください。

ご意見・ご感想はメールにて koyukai.now@nk-hospital.or.jp

ホームページ更新中!
スマートフォンからも
ご覧いただけます。

<https://www.nk-hospital.or.jp/>



副院長就任のごあいさつ

西宮協立リハビリテーション病院
副院長 藤井 祐美

日本内科学会認定総合内科専門医／日本循環器学会認定循環器専門医

2024年10月、西宮協立リハビリテーション病院副院長に就任いたしました。専門領域は内科・循環器内科で、回復期リハビリテーション医療に従事して約20年にあります。疾患に対する急性期治療後に残った障がい最大の回復を目指し、多職種がチーム一丸となって協働しながら、誠実で質の高いリハビリテーション医療の提供に努めています。医療と介護の知識・技術の研鑽^{けんさん}はもちろん、ロボットや電気刺激など先進的治療も実践しています。また、リハビリに専念できるように、患者さんの心身を整え維持することに留意します。チームの中心は患者さんとご家族であり、そのニーズに合った目標を共有しながら、退院後のリハビリ専門外来や訪問リハビリ部門など、アフターフォローの充実にも取り組んでいます。つらく不安な思いも寄り添い、生活期を支える専門職の方々と連携を図りながら、退院後の生活が穏やかなものであるよう力になりたいと願います。

これからの医療・介護・福祉の動向

社会医療法人甲友会 理事長 大村 武久



社会医療法人甲友会は、1988年4月1日に西宮協立脳神経外科病院を開院以来、今年で37周年を迎えます。この37年間で日本の社会、人口構成、経済力、そして日本を取り巻く世界情勢は大きく変わりました。医療・介護・福祉に関しても、高齢化や社会保障費の増大により、年々変革がなされてきました。

上昇が続く高齢化率

今から40年前、1985年の第一次医療法改正時に、一般病棟と療養病棟の区分ができ、一般病棟の中には急性期から亜急性期と、一部長期療養までが含まれ

るようになりました。当時は高齢化率(65歳以上の割合)が10%程度でしたが、現在では3倍の30%となっています。さらに、2040年には35%に増加し、その6割近くが75歳以上の後期高齢者であると推定されています。

医療体制の構築に向けた国の取り組み

こうした状況に対して国は、2015年から2025年の間、地域医療構想を策定しました。病床は高度急性期、急性期、回復期、慢性期の4つの区分で整備され、医療体制の構築が推進されています。今後の各地域の状況を見据えると、医療機関は急性期医療から在宅サービスまで全てのステージの需要に応える必要があります。そのため、国は新たな地域医療構想を検討し、2040年に向けて医療・介護・



福祉の充実を目指しています。しかし、少子高齢化や人口減少が国の予想を超えて進んでおり、医療・介護の人材確保も含めて日本全体で対応が追いついていません。当法人が位置する阪神間の現状と未来の動向をみると、人口減少は日本の中では比較的緩やかなものの、10年後の高齢化率は全国平均をやや上回り、介護需要が激増する予測が示されています。

これからの甲友会

甲友会は脳卒中、整形外科、内科、そしてリハビリテーションの入院が多い中で、入院患者さんの5割近くが75歳以上である状況です。今後も85歳以上の超高齢者の入院増加が見込まれます。こうした状況と、刻々と変化する地域の需要に対し、当法人は急性期、回復期、生活期(在宅部門)で法人内連携を強化し、地域の皆さまの安心・安全に貢献できるように努力して参りました。

これからも法人一体となり、より一層質の高い医療・介護・福祉を提供できるよう、一歩ずつ前進していく所存です。今後ともご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いたします。

ドクターに 聞いてみよう。



西宮協立脳神経外科病院
消化器内科
廣辻 匡哉

で胃、小腸、大腸に炎症を引き起こす病気で、通年で発生します。一般的に細菌性は夏季に、ウイルス性は冬季に多いとされており、特に冬場は最も患者数が多い時期です。厳密には、原因となる病原体によって出現する症状や治療法は異なります。今回は、ウイルス性胃腸炎を中心に紹介しましょう。

冬に多い感染性胃腸炎について

ウイルス性胃腸炎のおはなし



発熱、腹痛、水のような下痢、吐き気や嘔吐といった症状が同時に出現した経験が、だれでも一度はあるのではないのでしょうか。こうした時に考えられる病気で、最も多いと言えるのが感染性胃腸炎です。その名の通り、ウイルスや細菌、寄生虫などに感染すること

予防法として最も大切なのは「手洗い」です。特にトイレの後や調理の前、食事の前はこまめな手洗いが重要です。また、ご家族・同居人が感染し、未感染者が便や吐物の処理をしなければいけない時は、素手で処理をしないことも大切です。その他にも、体調がすぐれない時は生ものの摂取を避け、食品をしっかり加熱することも重要です。



治療法について …下痢止めは使ってもいい？

ウイルス性腸炎は、残念ながら今のところウイルスに対する特效薬はなく、自然に症状が治まるのを待つしかありません。

具体的には「症状に応じて、解熱鎮痛剤や制吐剤等を適切に使用しつつ、症状が治まるのを待つ」ことが治療となります。下痢や嘔吐症状が何度もある場合は、体内の水分やミネラルが失われて脱水症状を引き起こすこともあるため、こまめな水分摂取を心がけてください。ポイントは、「嘔吐は薬で止めてもよいが、下痢は止めてはいけない」ということです。下痢を止めることによって排出されるべき腸内容物や病原体が体内に留まってしまう、治癒が遅れることがあります。

感染経路と予防方法

ウイルス性腸炎の代表的な病原体は、ノロウイルス、ロタウイルス、腸管アデノウイルスが挙げられます。感染経路は主に二つあります。一つ目は人から人への感染です。感染者の吐物や便に含まれるウイルスが、手や手で触れたものを介して口に入る場合や、吐物の飛沫から直接感染する場合があります。二つ目は汚染された食品や水からの感染です。最も多いのがウイルスに汚染された牡蠣などの貝類を、生や加熱が不十分な状態で食べることによる感染です。また、病原体を持っている人が調理した食品を摂取して感染することもあります。

どんな時に病院へ行く？

できれば病院へ行くことが望ましい症状は、主に二つあります。一つ目は脱水症状が深刻な時です。基本的に自身で水分が摂取できていれば問題ありません。しかし、なかなか水分がとれず、動くことができなくなった、立つことはできてもふらふらして歩行が難しい場合は重症の可能性があります。特に小児や高齢者は重症化するリスクが高いため、要注意です。二つ目は真っ赤な便がでる、便に血液が混じっている時です。O157（腸管出血性大腸菌）やカンピロバクター菌などの細菌が原因である可能性も考えられ、その場合は前述と異なる治療が必要となる場合や、重症度の高い状態に移行することがあります。もちろん、こうした状態にならない限り病院に来てはいけない、ということではありません。胃腸炎の症状が出て体調がすぐれない時、不安な時は、かかりつけ医や内科を受診してみてください。お話を聞きした上で、症状に応じて適切な対応をさせていただければと存じます。

News

西宮協立脳神経外科病院 モバイル電子カルテの導入で 業務効率アップ

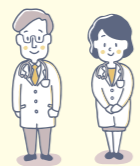
当院では、2024年10月からモバイル電子カルテ(Newtons Mobile 2)の導入を開始しました。これは、医療DX化に対する取り組みの一つで、デジタル技術を活用して医療の質の向上や業務の効率化などを推進することを目的としています。

モバイル電子カルテでは、スマートフォン端末を活用します。カルテの記載や指示の確認など、これまでパソコンで行っていた作業を、時間や場所を選ばずに実施することが可能です。また、そうした確認業務だけでなく、職員の移動が短縮されることによる業務効率アップにもつながります。さらに、患者さんの病室へパソコンを移動させるためのワゴンが不要となるため、特に夜間の騒音軽減にもつなげることができました。

モバイル電子カルテ導入により、患者さんにとってよりよい療養環境の提供につながってまいります。職員が業務中に廊下や病室などでスマートフォン端末を操作することになります。どうぞご理解のほどよろしくお願いいたします。



医師着任 しました



かわせき ひろし
川崎 浩資
大阪医科薬科大学
(旧大阪医科大学) 卒



西宮協立脳神経外科病院
消化器外科

好きなもの
美酒佳肴

好きな言葉

step by step

1. 折込チラシを見て①②を考えてみましょう

- ① 何を作るか献立を考える
- ② 献立から必要な材料を考える



2. 買い物へ行つたつもりで折込チラシに載っている品物に○をつけましょう。

例題

玉ねぎ 298円	さば切り身 938円	サラダ油 398円
人参 198円	鶏肉 435円	大根 158円
たまご 298円	レタス 258円	パン粉 148円
きゅうり 75円	じゃがいも 298円	豚肉 548円
ピーマン 178円	しいたけ 258円	ブロッコリー 198円

※全て税込み価格です

3. ○をつけた品物の値段を計算してみましょう

- 支払金額がいくらになるか、合計金額を出してみましょう

¥ 2,345



- 今ご自身の財布に入っているお札や硬貨で支払った場合、財布の残りはいくらになるか計算してみましょう



Point

実際の折込チラシでは、食品だけでなく日用品などで計算してもよいでしょう。「折込チラシをめくる」「紙幣や硬貨を出し入れする」といった細かな動作は指の運動にも効果的です。



身近なものでリハビリしよう

Let's continue rehabilitation

4

買い物へ行つたつもりで脳トレしよう！

デイケアではリハビリだけでなく、脳トレも行っています。脳トレを行うと脳内の血流量が増加し、認知症の予防に有効と言われています。脳トレを行うと実施している脳トレでは、お金の計算や間違い探しなど多岐にわたります。他にも、構成力を高めるためにパズルも活用しています。今回は、「ご自宅で身近にある「折込チラシ」を活用した脳トレをご紹介します。例題もありますので、ぜひチャレンジしてみてください！」



西宮協立デイケアセンター第2ほほえみ 介護福祉士 小寺 和代

医療・介護の
あれこれ
コラム

ケアマネジャーってどんな仕事？

病院からご自宅へ —安心への架け橋—

監修：西宮協立ケアプランセンター



ケアマネジャー(介護支援専門員)の役割をご存知でしょうか。通称「ケアマネさん」と呼ばれるケアマネジャーは、介護を必要とする方々やそのご家族が安心して適切なサービスを受けられるよう専門職への「橋渡しをする役割、があります。具体的には、要介護者・要支援者の相談を受け、心身の状況を把握するとともに、介護サービスのケアプランを作成。社会資源や介護サービス事業者との連絡・調整等を行います。その中から、今回は「退院支援」についてご紹介します。

退院支援とは？

入院中のご本人の変化等の確認や、多職種との意見交換、退院前訪問指導の同行もケアマネジャーの役割の一つです。ご本人のニーズや退院後の生活の課題を把握することで、より適切なケアプラン作成につなげます。

回復期リハビリテーション病棟から退院される前に行う退院前訪問指導では、多くの場合、利用者さまと一緒にご自宅を訪問し、実際の生活環境での移動動作や日常生活動作をチェックします。入院中に整った設備・環境で練習したことと、ご自宅で生活をしていくうえで必要な動きは異なる可能性があります。退院支援では、必要に応じて、訓練などの再確認・検証、生活動線の確認や福祉用具の必要性を判断しています。また、次にご紹介する家屋調査も退院支援では大切な工程です。



とても大切な家屋調査

家屋調査の目的は「退院後も利用者さまが安心して暮らせる状態にする」ことです。

また、退院後の生活方法をご家族にアドバイスする機会にもなります。利用者さまが病院からご自宅へ退院する際、病院の担当スタッフに同行。入院前後の身体変化を踏まえて、理学療法士や作業療法士による動作の確認等を行い、必要な場所に手すりや踏み台設置等を提案します。同行する福祉用具事業者と、退院時から自立した生活を送ることができるよう福祉用具の搬入を調整します。



家屋調査の結果、住宅改修工事や福祉用具の選定が必要になるケースが多いです。費用面や介護者の負担が大きくなった際は、介護保険サービスの利用をケアマネジャーや福祉用具事業者などを交えて再検討します。家屋調査は時間やお手間を取らせてしまいますが、退院後の自立した生活を目指すために重要な訪問です。