

あやめ

2017
新春号
No.8



盡誠会 宮本病院の理念

1. 人に優しい医療を目指します

- ・患者様に
 - ・そのご家族に
 - ・この地域に
 - ・ここで働く職員に
 - ・そして未来を託す子供たちに
- 優しい医療を目指します。

2. 優しさを支える心と技術を磨くための研鑽に努めます。

目次

- ▶ 新年のご挨拶……………2
- ▶ 認知症疾患医療センターから
お知らせ…3
茨城県・稲敷市総合防災訓練に参加
QC 全国大会出場報告
- ▶ 外来診療ご案内……………4



新年明けまして おめでとうございます

宮本病院

整形外科 坂田 禮一

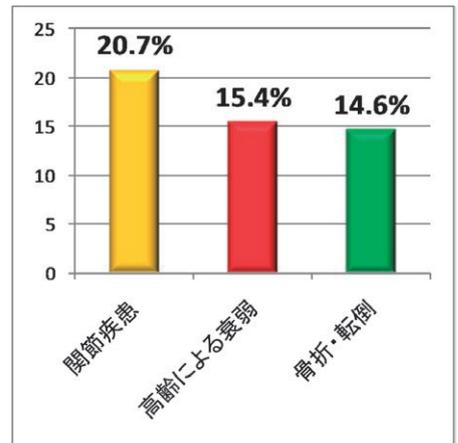
明けましておめでとうございます。

私は、整形外科部長とリハビリテーション科部長の坂田です。新年を迎え、又1歳年をとりますね。私も70代中盤になりました。当院整形外科外来患者は、私と同年代から少し下の方もいらっしゃいますが、どちらかという私より上の高齢者が7~8割占めています。

それら患者様は、骨粗鬆症の予防薬や改善薬をもらっていく方や、慢性又急性の腰背痛の方、関節痛特に膝関節痛で注射をしていく方々、ADLに支障があり通院リハをしていく多数の方がいます。

介護保険の要支援の患者様の統計では、整形外科疾患の原因が35%となっています。少しでも自立した生活が出来るように治療していきたいと思えます。

要支援者のうち介護が必要となった主な原因
(上位3位)



※厚生労働省 平成25年 国民生活基礎調査の概況 参照

☆ 7つのロコチェック ☆

1	片脚立ちで靴下がはけない	<input type="checkbox"/>
2	家の中でつまずいたりすべったりする	<input type="checkbox"/>
3	階段を上がるのに手すりが必要である	<input type="checkbox"/>
4	家のやや重い仕事が困難である	<input type="checkbox"/>
5	2kg程度(1リットルの牛乳パック二個分)の買い物をして持ち帰るのが困難である	<input type="checkbox"/>
6	15分位続けて歩くことができない	<input type="checkbox"/>
7	横断歩道を青信号で渡り切れない	<input type="checkbox"/>

引用) 日本整形外科学会公認 ロコモティブシンドローム 予防「ロコモチャレンジ」より

現在、超高齢化社会であり平均寿命は徐々に延び100歳に近づく予測されています。健康上の問題なく生きがいを持って日常生活を送れる期間を健康寿命といい、この健康寿命と平均寿命との間に女性では10年位、男性では7~8年差があります。健康寿命を伸ばすため日本整形外科学会では、ロコモティブ症候群(運動器症候群)を提唱しており、運動器障害のため移動能力低下をきたして要介護になってしまわないよう指導しています。

日常生活での移動能力低下の目安として、ロコチェックを表しています。

又、ロコモ度テストとして

- ・ 10cm,20cm,30cm,40cmの台を用意し40cmの台から順に片脚立ち・両足立ちをする
 - ・ 2ステップ(できる限り大股で二歩歩く)で身長何倍までいか
- これにより下肢の低下度を調べ、運動を指導しています。

ロコモ度テストは自宅ですようとすると転倒の危険を伴いますので、まずはロコチェックしていただきいくつか思い当たる事があれば早めに下肢筋力、歩行訓練をお勧め致します。

その際は是非ご相談下さい。リハビリで運動訓練を始め健康寿命を延ばしていきましょう。

宮本だより

認知症疾患医療センターからお知らせ

11月10日、当院にて平成29年度第1回茨城県稲敷地区認知症疾患医療センター連携協議会・懇話会が開催されました。

認知症の早期発見・早期対応に向けた各市町村が設置する認知症初期集中支援チームの進捗状況報告が稲敷市・河内町・阿見町・美浦村の各包括支援センターからありました。4市町村とも委員会の設置や人選、研修の終了など着実に進んでいます。

筑波大学新井教授の「茨城県における道路交通法改正による認知症診断の現状と課題について」ご講演いただきました。認知症の検査や一般的症状を分かりやすく説明していただき、認知症の種類によって事故の内容が異なること、軽度認知機能障害の運転特性を民間企業と一緒に研究していることなどお話しいただきました。



茨城県・稲敷市総合防災訓練に参加



平成29年11月11日(土) 茨城県稲敷市において、平成29年度茨城県・稲敷市総合防災訓練が開催されました。訓練は、江戸崎総合運動公園をメイン会場、高田小学校と江戸崎小学校をサブ会場として行い、約130の関係機関や市民の皆様など合わせて約2400名の方々が参加しました。当院ではJMAT：日本医師会災害医療チーム(医師・看護師・業務調整員で構成されます)である、医師2名・看護師2名・事務員1名参加しました。

◆訓練想定

大雨による土砂災害警戒情報が発表され、市民が避難を完了する前に茨城県南部を震源とするマグニチュード7.3の地震が発生しライフラインに壊滅的な被害を受けた。という想定で行われました。

訓練であるため、想定していた情報とは違う状況が発生させられ、救護スタッフが一時混乱に陥ることがありましたが、チームと協力しあい冷静に対処することができました。その場、その場の対応力が非常に大切である事を実感しました。

QC 全国大会 出場報告

2017年11月17日(金)・18日(土)

第19回フォーラム「医療の改善活動」全国大会 in 松山
地域を支える愛顔のある医療～All for the Patients!!～

【演題数：137題】

〈演題〉嵐を呼ぶ!!? ゼロから始める透析リハ「透析患者を転倒から守れ!」

増田 優太郎

優秀賞に選出されました

発表についての質問は「透析リハを行っているのですが結果がついてこないのでも内容を教えていただきたい」、「透析中リハを導入する上で気をつけていることは何か」、「透析リハにおいて病院としてどのようなチーム医療を行っているのか知りたい」など、当院の透析中リハビリテーションに興味を抱かれた病院が数多くいました。QC活動として行える議題があれば、是非また取り組んでみようと思います。

リハビリテーション科 理学療法士 増田 優太郎

p.s. 来年度の全国QC大会は北九州のようです。



診療科一覧表

診療科		月	火	水	木	金	土
内科（院長）	午前	○		○		○	○
	午後						○
内科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
呼吸器内科	午前			○		○	
	午後			○		○	
消化器内科	午前	○	○ ^{*1}	○		○	○
	午後						○
循環器内科	午前			○	○ ^{*2}		
	午後						
整形外科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○		○	○	
リハビリ科	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○
小児科	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	
精神科 (初診完全予約制)	午前		○	○	○	○	
	午後						
神経内科	午前						
	午後		○				
泌尿器科	午前				○		
	午後		○ ^{*3}				○
腎臓内科	午前	○					○
	午後						○
人工透析	午前	○	○	○	○	○	○
	午後	○		○		○	
糖尿病代謝内科	午前	○		○		○	○
	午後					○	○
眼科	午前						
	午後					○ ^{*4}	
皮膚科	午前						
	午後			○			
放射線科	午前						○
	午後						
内視鏡検査 (完全予約制)	午前		○				
	午後						
リウマチ科	午前					○ ^{*5}	
	午後	○				○	
認知症疾患医療 センター (初診完全予約制)	午前	○	○	○	○	○	
	午後	○	○	○	○	○	

※1 火曜日午前の診療は月1回（病院にお問い合わせ下さい）
 ※2 木曜日午前の診療は毎月第1、3、5のみ
 ※3 火曜日の診療は14：30～
 ※4 診療は14：30～ ※5 木曜日午前の診療は毎月木曜（第2・4）のみ

入院許可病床数

届出区分	病棟数	病床数	看護配置
療養病棟 (地域包括ケア病棟)	1棟	32床	13対1
療養病棟 (在宅復帰機能強化加算)	3棟	111床	20対1
精神病棟 (内精神療養病棟)	5棟 (2棟)	274床 (102床)	15対1
合計	9棟	417床	

健康診断

- ・予約受付時間 9：00～16：30
- ・実施日（月曜日・水曜日） 14：00～16：00

人間ドック

- ・予約受付時間 9：00～16：30
- ・実施日（火曜日午前中） 時間は要相談

予防接種

- 小児予防接種
- ・予約受付時間 12：00～16：30（お電話下さい）
 - ・接種日：月曜日～木曜日 15：00～16：30
- 成人の予防接種も承っております。

リウマチ外来

- ・診察日（月曜日・金曜日） 14：00～17：00
- ・診察日（第2・4木曜日） 9：00～12：00

ピロリ菌外来

- ・診察日（火曜日） ※必ず電話にてお問い合わせ下さい。

禁煙外来

- ・診察日（水曜日） 予約制 ※必ず電話にてお問い合わせ下さい。

※詳細については宮本病院ホームページをご参照下さい。