



# かたひけの

2016 秋

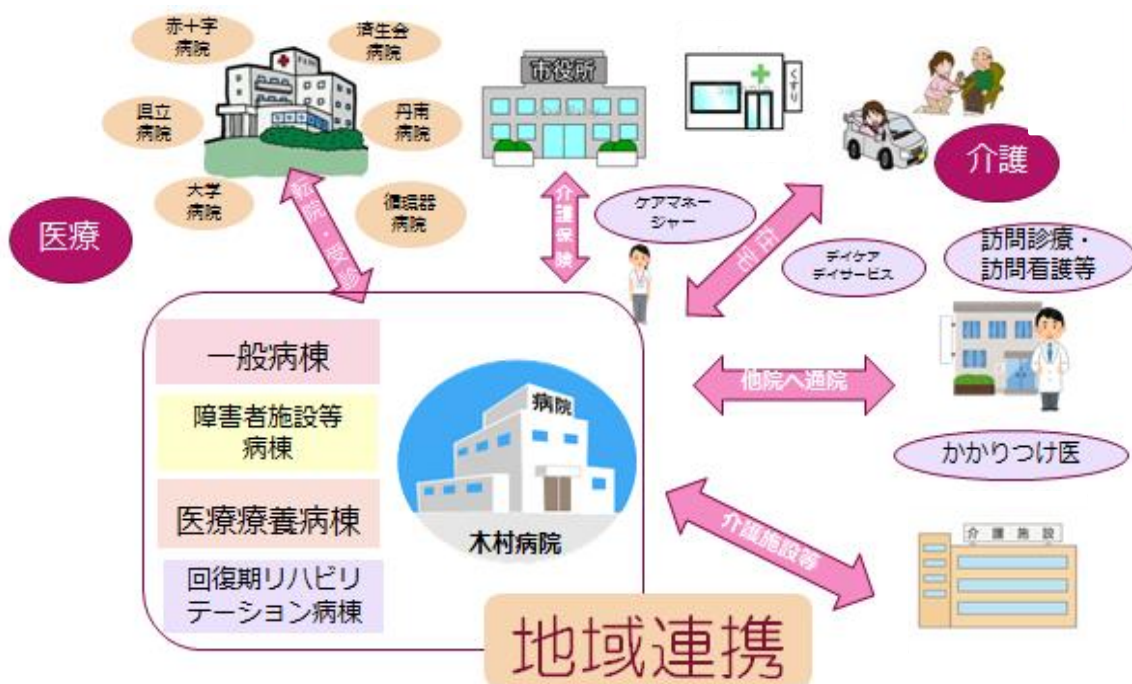
「地域住民に寄りそう医療と介護をめざして」

木村病院 地域医療連携室 森田 富士美・田端 京子

当院は丹南地区の地域密着型の病院であり、地域医療連携室は、地域住民の方々と医療と介護をつなぐ役割をする部署です。紹介患者受け入れのための病床管理や在宅支援を含む支援や退院調整を行っています。

木村病院の窓口として、他の医療機関の診療の予約をとったり、患者様やご家族の方の相談を受けたりする仕事をしています。

2016年4月から、病床が200床を超え、地域医療連携室に退院支援室を新設しました。それにより、在宅へ帰る患者さまやご家族へのサポートが強化されました。ますます地域の住民の方々に頼りにされる存在になりますよう、また、生き生きと暮らせるまちづくりに少しでも役に立てるよう、業務に取り組んでいきたいと思っております。どうぞ、よろしくお願いいたします。



**寿人会 基本理念**  
病気を診ずして病人を診よ

**行動理念**  
医療を通じて社会に貢献することがわたしたちの幸せです。  
理想にむかって熱意をもってよいチームワークで誠意ある行動をします

## 在宅部の紹介

木村病院 在宅部 部長 丹尾 由紀子

医療法人寿人会の在宅サービス部門は 訪問看護、訪問リハビリ、居宅介護支援(ケアマネジャー)のご自宅にうかがう 3 事業と、デイケアや小規模多機能型居宅介護の通いを中心にご支援させていただく2つの事業、認知症の方々を入居で介護させていただくグループホームの計6つの事業からなっています。

『訪問看護ステーションさばえ』は医師の指示のもと 看護師 保健師 PT・OT がご自宅を訪問し医療上必要なケアを行ったり ご相談に乗ったりします。おうちの環境や個々の生活のあり方にそったケアが提供されるようお話を聞き、ご相談しその人らしい療養生活をご支援しています。



『訪問リハビリセンターさばえ』はリハビリテーションスタッフが医師の指示のもと お家の環境や生活の動作に効果的なリハビリを専門的な判断でプログラムと一緒に目標達成してゆきます。

『在宅介護支援センターさばえ』ではケアマネジャーが介護保険認定者のケアプランを作ります。サービス利用だけでなく色々な生活上の困りごとのご相談に乗ったりやりたいことの実現に向けて計画します。

『デイケアさばえ』は通いのサービスです。本人様の機能にあったリハビリを提供したり 皆さんと楽しく集団でできるリハビリもあって生活意欲を向上しつつ機能の改善が図れます。



『陽だまりさばえ』は小規模ですが通ったり泊ったり訪問で介護が受けられたりと 多機能にご利用いただけます。

『グループホームさばえ』は9人の方が入居しています。3人の通所も受け入れ優しいケアを提供しています。これらに加え鯖江市委託の地域包括サブセンターも併設し地域の皆さまのご相談に対応したり介護予防の教室を開催したりしています。

在宅サービス部では【自宅で住み慣れた地域で暮らしつづけたい】と望んでおられる皆様に安心をお届けし意欲を持って生活していただくことを目的に専門スタッフが活動しています。どうかお気軽にお声かけください。

## 平成28年 部長就任あいさつ

木村病院 リハビリテーション部 部長 中村威彦

リハビリテーション部部長の中村威彦です。当院では4月から回復期リハビリ病棟の病床数を30床から45床に増やしました。基幹病院での急性期治療につづくリハビリ体制の充実に、さらに貢献できる体制づくりを行ってまいります。

さて当院は、回復期リハビリ病棟を中心として、通所リハビリ、訪問リハビリまで幅広く極めてリハビリテーション治療の盛んな病院です。他院ではあまり行われていない反復磁気刺激療法や、電気刺激療法のリハビリ訓練との併用など、先端的なリハビリ治療も盛んです。

福井県は人口あたり回復期リハビリ病棟病床数の少なさでは全国2位と乏しく、亜急性期の医療体制では遅れをとる部分があります。当院では回復期増床を手始めとして、より早くからの回復期病棟での亜急性期濃厚リハビリの対応、リハビリ評価方法の整備、災害時リハビリへの対応準備など、これから改善していきたい点もいくつかあり、今後積極的に取り組んでいきます。今後とも、より良いリハビリ医療を皆様にご提供できるように、さらに邁進していく所存ですので、宜しくお願い致します。



木村病院 教育研修推進部 部長 荒川 健一郎

この度、2016年4月より教育研修推進室部長を拝命しました。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

教育推進部は今年度より新設された部署であり、正直なところどのような活動を行うべきか五里霧中の状態であります。しかしながら新設の部署であるが故に、今までの常識や固定観念にとらわれず新しいことにチャレンジしていく絶好の機会かと存じます。まずは、学会活動への積極的な参加や、認定看護師・理学療法士を含む各分野におけるエキスパートを育成できる環境を整えていきたいと考えています。幸いな事に、先だつての電子カルテ導入時に見受けられ



た新しいことへの適応力や意識の高いスタッフに恵まれていますので、必ずや目標を達成できるものと確信しています。これらの活動を通じて、今まで以上に安心できる質の高い医療を患者様に提供できるよう精一杯尽くしてまいります。



木村病院 薬剤部 部長 服部 暁昌

2016年4月に薬剤部長に就任致しました服部暁昌です。よろしくお願ひいたします。

昨年の10月よりお世話になってから一番感じているのが、院内の各職種間の「コミュニケーションの良さ」です。ともすれば縦割りの体制となりやすい医療機関の中で、当院はスタッフ間の風通しがよく、おのずとチーム医療が実践できている病院であると思います。これまで煩雑になっていた診療情報が電子カルテ導入で一元化されリアルタイムで共有できるようになり、より質の高いチーム医療が実践できる環境が整いました。薬剤部は診療支援部の中の薬剤科



として役割を果たしてきましたが、この4月より診療部門の一つとして位置付けていただきました。これまでマンパワー不足に甘んじ、病棟業務など実施できていない多くの課題があります。人員の確保が最重点課題ですが、「患者さん」にも「医療スタッフ」にも「見える」薬剤部を目指して取り組んでいきたいと思ひます。

## 糖尿病教室開催に関して

当病院では、毎月1回、年間を通して「糖尿病教室」を実施しております。  
糖尿病教室では、職員による毎月異なるテーマの話のあと、食事、軽い運動・体操を行っております。お食事は、500kcal程の食事を500円で提供しておりますが、

話だけ聞きたい方は、無料ですので、お気軽にご参加ください。

お食事をお召し上がりになりたい方のみ食材の準備のため、開催日の1週間前までに、ご連絡をお願いします。

締切日が過ぎてもお食事をだすことは可能ですので、ご相談ください。

また、アレルギーの方は、前もってご連絡ください。

関心のある方なら、どなたでも参加可能です。

ふるってご参加ください。

開催時間の合間には、普段の食事や運動についての相談にも乗っていますので、お気軽にご相談ください。

おおくの方の参加をお待ちしております。



※ 病院内の受付や待合室などに、糖尿病教室のちらしをご用意しておりますので、ご自由にお持ちください。



### 主な合併症

●毛細血管が傷ついて起こる

●太い血管が傷ついて起こる

三大合併症

糖尿病網膜症

糖尿病腎症

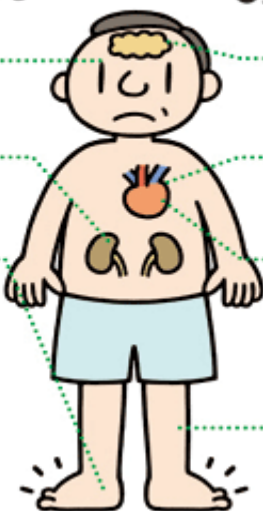
糖尿病神経障害

脳梗塞

狭心症

心筋梗塞

下肢閉塞性動脈硬化症



## 運動と消費カロリー

高齢者では、体内の水分が少なくなっているため、のどの渇きを感じにくくなっており、こまめに水分をとり、脱水にならないようにしましょう。

夏場の帽子や、日焼け止め、冬場の襟巻きなど快適に運動を行うことにも気を配りましょう。保温性や、吸湿性、吸汗性にすぐれたスポーツ用の新しい素材を利用した下着類も有用です。

### 運動で消費できるカロリーの目安

(日本糖尿病学会編 糖尿病専門医研修ガイドブックより抜粋)

非常に軽い	30分続けて80kcal	散歩、洗濯、掃除、一般事務、軽い体操、乗りバス(立位)など
軽い	20分続けて80kcal	歩行(70m/分)、入浴、階段を下りる、自転車、ラジオ体操、平地の自転車、ゴルフなど
中等度	10分続けて80kcal	ジョギング、階段(上る)、自転車(坂道)、歩くスキー
強い	5分続けて80kcal	マラソン、縄跳び、バスケットボール、剣道、水泳など

### ↓食べ物のカロリーを運動で消費する目安↓

ご飯軽く一杯(100g)	160kcal	散歩1時間
ご飯一杯(150g)	240kcal	階段の登り30分
ロールパン2個	160kcal	自転車で20分
シュークリーム1個	200kcal	ジョギング25分
デニッシュペストリー	320kcal	坂道で自転車40分
アップルパイ1切れ	320kcal	縄跳び20分
ポテトチップス1袋(100g)	555kcal	マラソン35分

(日本糖尿病学会編 糖尿病食事療法のための食品交換表第6版から抜粋)



# 野菜たっぷりメニュー

献立名	食品名	1人分	作り方
ご飯	ごはん	130 g	盛り付ける
鶏肉ときのこのバルサミコ酢かけ	鶏モモ肉(皮なし)	75 g	① 肉は塩・コショウしておく。にんにくは、あらかじめじん切りにする。石づきをとったシメジ、えのきは、子房に分ける。エリンギは、好みの大きさに切る。ジャガイモは、皮をむき、輪切りにする。赤・黄パプリカは、千切りにする。 ② 熱したフライパンに油をひき、にんにくを炒め、鶏モモ肉、ジャガイモ、パプリカを入れ、蒸し焼きにする。火が通ったら取り出し、皿に盛り付ける。 ③ ②のフライパンに、きのこ類を入れ蒸し焼きし、しんなりしたら、バルサミコ酢を加え、塩・コショウで味を調え、きのこ類は②の上に盛り付ける。 ④ 残った汁を煮詰め、③の上に盛り付ける
	オリーブ油	小さじ1強	
	にんにく	適量	
	ぶなシメジ	20 g	
	えのきたけ	15 g	
	エリンギ	20 g	
	バルサミコ酢	10 g	
	ジャガイモ	30 g	
	パセリ	適量	
	赤パプリカ	10 g	
黄パプリカ	10 g		
	塩・コショウ(ハーブソルト)	少々	
ブロッコリーのガーリック炒め	ブロッコリー	40	① 沸騰湯に塩少々入れ、ブロッコリーは子房に分け、かためにゆで、ざるにとり、さっと水で冷やす。 ② 熱したフライパンに油をひき、みじん切りにしたニンニクを入れ、香りがでてきたら、①を入れ、塩、コショウで味を調え、器に盛る
	オリーブ油	小さじ1弱	
	にんにく	適量	
	塩・コショウ	少々	
サラダ	玉ねぎ	20 g	① 玉ねぎは千切り、レタス、ミニトマトは好みの大きさに切る。わかめは、水でもどし、水気を切る ② 器にもり、ドレッシングをかける
	レタス	20 g	
	乾燥わかめ	適量	
	ミニトマト	1 個	
	ノンオイルドレッシング	小さじ1/3	
果物	梨	1/8個	好みの大きさに切り、盛り付ける
	オレンジ	1/6個	
合計	500 kcal		糖質：57.4%、蛋白質：20.1%、脂質：22.5%、食物繊維7.2 g



野菜がたっぷりな食事です。参考にしてください

