

N 全仁会 ニュース News

全仁会グループ
倉敷平成病院 広報誌

2019.8 夏号

No. 94

—特集— 医療を知る 病気を知る

一過性脳虚血発作 (TIA)について



- 4 ピックアップ! …… 認知症疾患医療センター
- 6 コーヒーブレイク Vol.2 …… 院長 高尾芳樹
- 7 1日10分 健康体操 …… 運動前に「しておく」「知っておく」こと
- 8 季節のおたより …… 全仁会グループ 夏の行事
- 10 プロフェッショナル …… 介護福祉士/倉敷平成病院 4階西病棟 介護主任 小椋かおり
- 11 インフォメーション …… 風しん抗体検査・予防接種について
- ヘルシーレシピ …… トマトとスイカの和風ガスパチョ
- 12 地域とともに …… 「地域連携室」と「医療福祉相談室」が同室業務になりました
- 13 全仁会トピックス

一過性脳虚血発作は脳の一過性の虚血により局所神経症候が出現し、短時間のうちに完全に消失する病態です。もう少し詳しく説明しますと、何らかの原因により血栓（血のかたまり）が形成され、脳血管を閉塞し、脳に必要な酸素や糖が不足することで症状が現れます。短時間で血栓がはがれたり、砕けたりすると、血流が再開し症状が完全によくなって元にもどります。

頸部や頭蓋内血管など太い血管の動脈硬化、脳内の細い血管の動脈硬化、心疾患や不整脈などが主な原因です。症状は、片方の手足や顔面の麻痺、しびれ、言語障害（話しにくい、言葉がでない）、視野障害（視野の半分が欠ける）、複視（物が二重に見える）など、循環の悪くなった部位により症状は様々です。閉塞時間が長く、脳組織が壊死してしまうのが「脳梗塞」、閉塞時間が短く、脳組織にダメージがないのが「一過性脳虚血発作」であり、病態は全く同じです。一過性脳虚血発作は、症状が一過性（多くは2〜15分以内）のため、自宅様子を見てしまうケースがあります。しかしながら、一過性脳虚血発作の15〜20%が90日以内（特に48時間以内に多い）に脳梗塞を発症すると報告されています。2000年小渕元総理が記者会見中に10秒前後言葉が出なくなつた場面がありましたが一過性脳虚血発作）、翌日広範な脳梗塞を発症し

特集

医療を知る、
病気を
知る。

一過性脳虚血発作 (TIA) について

倉敷平成病院 脳卒中内科部長
芝崎 謙作

亡くなりました。一過性脳虚血発作発症後早期に治療すると（平均1日）、遅れて治療を開始した場合（平均20日）と比べて、発症後90日以内での脳卒中の再発率が80%抑えられることが明らかとなっています。それゆえ、一過性脳虚血発作の時点で可及的速やかに医療機関を受診することがポイントです。

問診や神経診察の結果、一過性脳虚血発作の疑いがあると脳の画像検査を行います。特に、MRIは新しい梗塞巣や頭蓋内血管の評価に優れております。次に、原因を探るため頸部血管や心臓などの評価を行います。血液検査、頸部血管エコー、心電図、24時間ホルター心電図、心エコー、脳血管造影などの検査があります。治療は、脳梗塞の発症を予防するために抗血栓薬（血液をサラサラにする薬）を直ちに開始します。抗血栓薬には、動脈内の血栓形成を阻止する抗血小板薬と、心臓や静脈内の血栓形成を阻止する抗凝固薬があり、原因疾患により選択されます。また、高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙、などの心血管リスクに関する評価、治療、指導を行います。

心房細動は、最も代表的な不整脈で、加齢とともに有病率は増加し、一過性脳虚血発作や脳梗塞の発症リスクが高いです。心臓内に形成される血栓は大きく、太い頸動脈や頭蓋内血管へ閉塞することが多く、梗塞巣は広範で死亡率が高いと

いわれています。心房細動の約半数は、動悸や胸部不快感などの自覚症状がありません。また、持続的に不整な場合（持続性心房細動）と、発作的に不整な場合（発作性心房細動）があり、心電図で検出されない場合があります。それゆえ、日頃より自分で脈拍を触し、不整の有無を確認し、不整があれば医療機関で心電図を行うことをお勧めします。

現在、発症45時間以内の超急性期の脳梗塞に対しては、t-PAという血栓溶解療法が適応となります。t-PAは、脳梗塞発症3カ月後の社会復帰率を1.5倍増加させ、投与時間が早いほど効果が得られる薬です。脳卒中専門医は、一過性脳虚血発作患者を診た場合、できるだけ入院を勧めます。前述しましたが、一過性脳虚血発作は48時間以内に脳梗塞を発症するリスクが高く、もし発症しても入院していれば直ちにt-PA療法を行える可能性があるためです。それゆえ、我々脳卒中専門医も一過性脳虚血発作を緊急治療の対象となる疾患と認識し対応しております。

最後に、突然、片方の手足や顔面の麻痺、言語障害が出現し、短時間で症状が回復した場合でも「一過性脳虚血発作」を想起し、迅速に専門医を受診していただきたいと思います。



脳卒中内科

脳卒中内科は、脳卒中の中でも特に脳梗塞の診療を専門とする脳神経内科です。脳梗塞は、血栓（血のかたまり）が形成され、脳血管が閉塞することで脳への糖や酸素の供給が断たれ壊死し、症状を呈する病態です。発症4.5時間以内であれば、血栓を溶かす治療（t-PA療法）の適応となり、当院は、t-PA療法を含む急性期脳卒中治療を脳卒中チームで積極的に行っております。



脳卒中内科部長 芝崎 謙作
 資格：医学博士、日本神経学会専門医・指導医、
 日本脳卒中学会専門医・評議員、日本内科学
 会認定医、日本神経治療学会、日本脳神経超
 音波学会、日本栓子検出と治療学会

外来診療担当表

	月	火	水	木	金	土
午前（4診） 8:30～12:00	○	—	—	—	○	—
午後（4診） 13:30～17:00	—	—	—	○	—	—

倉敷平成病院では、平成24年に認知症疾患医療センターの指定を受け、「もの忘れ外来」の充実を図り、安心して住み慣れた地域での生活が継続できるよう、ご本人やその家族等を支援しております。地域の医療機関、介護保険関連事業所（施設・ケアマネジャー・地域包括支援センター）、他の認知症疾患医療センター、行政等との連携の充実を図っています。

「もの忘れ外来」では、医師・看護師・精神保健福祉士・公認心理師・言語聴覚士・診療放射線技師・臨床検査技師・医療秘書などがチームを組んでかかわっております。

涌谷センター長のもの忘れ外来の様子。血液検査、記憶力検査、MRI検査、SPECT（スペクト）検査等で総合的な鑑別診断を行います。



認知症でお困りの方をトータルにサポートします

認知症疾患医療センター

認知症とは

認知症は決して特別な病気ではなく、長生きすれば誰でもかかる可能性がある病気です。「認知症」をボケととらえ、ボケたら治らないということが通説でしたが、現在では、早期であれば改善が可能です。適切な服薬と治療により進行を遅らせることができます。

「もの忘れ外来」は、アルツハイマー病・レビー小体病や脳血管性認知症に代表される認知症の専門外来です。認知症は進行性の病気、鑑別診断が大変重要です。もしかして?と思われたら早めにお電話ください。

担当医



認知症疾患医療センター長・脳神経内科部長
涌谷 陽介（わくたに ようすけ）
資格・専門医・所属学会：医学博士、日本神経学会専門医・指導医、日本認知症学会専門医・指導医、日本内科学会総合内科専門医 など

外来診療（もの忘れ外来） ※予約制

	月	火	水	木	金	土
初診	○	○		○	涌谷	○
再診		涌谷	涌谷	涌谷	涌谷	

○：涌谷陽介・高尾芳樹・野村恵美・林紗織の4名が担当制で診療にあたります。

予約
電話

086-427-3535

（認知症疾患医療センター直通）

診療
時間

13診 / 8:30~12:00

認知症の方とご家族、ケアスタッフを診療を通じて応援します。地域のかかりつけの先生と積極的に連携します。

認知症疾患医療センターの取り組み紹介

わくわくカフェ



「認知症カフェ」とは、認知症の方の地域での日常生活の継続、家族支援の強化に向けて、厚生労働省が取り組みのひとつにあげているものです。当院では平成25年12月より「もの忘れ予防カフェ」として認知症カフェの取り組みを行っています。当院でのカフェでは ①認知症カフェを知ってもらうこと ②介護者(家族)同士が知り合える場の提供 ③ご本人さんの普段は見られない姿を見ることができきっかけの場の提供 を目指して開催しています。平成29年11月の第7回開催からは参加者さんからの応募により、わくわく！する気持ちと涌谷センター長のわくわく！がかかっている「わくわくカフェ」と素敵な名称に改めています。

認知症の方やご家族の方にとって、わくわくカフェがより楽しく、わくわくと交流できる場になれるよう今後とも企画していきたいと思ひます。また、より地域に根ざした活動になれるようにボランティアの方々と協力していきたいです。

家族教室

ご家族の方を対象に、認知症領域の医学・看護・栄養・社会福祉・運動・心理に関する学びを通じて、ご本人さんとご家族の方のお互いによりよい関係づくりを応援していきます。計5回の勉強会を年に2クール開催しています。



チーム医療

認知症疾患医療センターは医師、看護師、保健師、心理士、精神保健福祉士、医療秘書と多職種により構成されています。それぞれの専門分野での知識や経験、技術を活かしながら連携を図り協力しています。

認知症およびせん妄サポートチーム(DST)として定期的に病棟回診も実施しています。



倉敷平成病院に勤務する医師の
オススメの食べものや曲などの紹介、
趣味の話や旅行記など…
どんなお話が聞けるかな？

わたしの生まれた街「高田郡吉田町」 ～毛利元就編～

今回は、私の生まれた街、吉田町について少し綴ります。吉田町は、人口約1万2千人の広島県中央付近にかつてあった広島県高田郡に存在した町です。戦国大名毛利元就が居城とした吉田郡山城の城下町「吉田荘」を由来としています。私が生まれた1958年頃は吉田を含む7町村で高田郡でしたが紆余曲折を経て、2004年に高田郡の全6町が合併して安芸高田市に移行したため高田郡は消滅。吉田町の歴史は安芸高田市に引き継がれました。

私の子どもの頃は、目立った建物は、生まれたJA高田病院、父が務めていた吉田高校、警察署、消防署、町役場くらいで、田畑の広がる自然豊かな町でした。神楽が盛んなことでも知られており最近神楽甲子園なども行われているようです。中国地方最大河川の「江の川」^{ごうのかわ}が流れており、子どものころよく川釣りに連れて行ってもらった「可愛川」^{えのかわ}は「江の川」の上流で、瀬戸内海へ注いでいたと思っていたのが実は日本海に注いでいた事は長じて知りました。週末には時々旧広島市民球場にカープの応援に行き、お小遣いを樽募金した事などが思い出されます。

吉田町で最も有名と思われるのが、戦国武将毛利元就の居城跡や墓所が町内の郡山にあった事でしょうか。城好きの方ならご存知かと思いますが、吉田郡山城

は中国地方一番の山城で、全国名城100選にも選出されています。

毛利元就といえば、晩年の元就が死の間際に、長男毛利隆元、次男吉川元春、三男小早川隆景を呼び、「1本の矢は折れやすいが、3本の矢は折れない。3人が結束し毛利家をよく守るように」と教諭した「3本の矢」の逸話が有名です。しかし、元就が亡くなる8年前に尼子氏との戦いの間に嫡男の隆元は亡くなっており、創作であることは明らかです。

ただ、全くの創作でもなく、1557年(弘治3年)に書かれた『三子教訓状』に基づいています。三子教訓状は14条から成り、まだ皆存命だった3人の息子達だけでなく全ての子どもに宛てた、「一族が一致団結して毛利家を盛り立てて行くように」という内容で、次女の五龍局と、元春妻の不仲を宥めたりもしています。「三矢」や「三子」の言葉から、元就の子は3人と誤解される方も多いですが、正室妙玖との間には早世した長女と五龍局の女性2人と、隆元、元春、隆景の3兄弟の5人の子がおり、正室の死後にも、男子6人(一説に7人)、女子1人を儲けています。

関ヶ原の戦いで敗れたとはいえ徳川の天下でも元就の遺訓は毛利家に脈々と引き継がれ、やがて長州軍が明治維新に重要な役割を果たすこととなります。

〈次号へ続く〉

院長 高尾 芳樹



1958年広島県生まれ。1983年鳥取大学医学部を卒業後、鳥取大学大学院医学研究科、鳥取大学医学部附属病院脳神経内科、倉敷中央病院などを経て、1990年倉敷平成病院勤務。2018年院長に就任。
医学博士、日本神経学会専門医・指導医、日本認知症学会専門医・指導医、日本頭痛学会専門医 など

1日10分健康体操

“運動前に「しておく」「知っておく」こと”

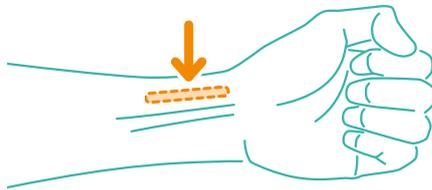
倉敷在宅総合ケアセンター 予防リハビリ 理学療法士 白神 侑祐

皆さんは“バイタルサイン”という言葉に耳にしたことがありますか。バイタルサインは①脈拍、②呼吸、③体温、④血圧を指します。運動するにあたっては、このバイタルサインを確認「しておく」必要があります。そして、自分自身の平常時のバイタルサインを「知っておく」ことが、運動開始の第一歩となります。

脈拍の確認

- 手首の親指側にある^{どうこつ}橈骨動脈が触れるか確認します [図1]
- 反対の手の人差し指、中指、薬指を用いて軽く圧迫しながら拍動を確認します [図2]
- 1分間の拍動を数えます (30秒間の拍動を2倍する方法でも構いません)

一般的に、健康な成人の脈拍数は1分間に60~100回と言われており、個人差があります。まずは自分自身の安静時脈拍数がどの程度なのか、とすることを「知っておき」ましょう。



【図1】 橈骨動脈の確認部位 (赤色)



【図2】 脈拍の確認方法

呼吸の確認

安静時、1分間に何回息をするかを数えてみましょう。通常は15~20回程度と言われています。

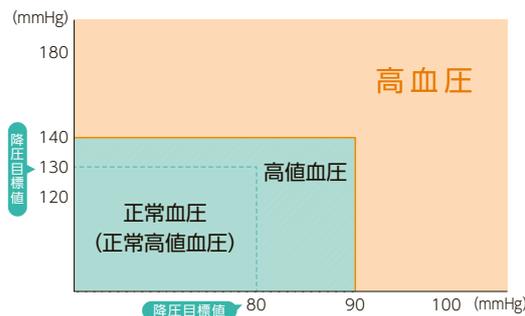
体温の確認

日々の変化を捉えるためにも、毎日大体同じ時間で測定してみるのが良いでしょう。平常時の体温は個人差が大きいため、日々の計測で自身の平熱を把握しておくことが大切です。

血圧の確認

血圧の降圧目標値は収縮期血圧 (いわゆる上の血圧) で130mmHg以下、拡張期血圧 (いわゆる下の血圧) で80mmHg以下とされています [図3]。

家庭用の血圧計には手首用 [図4] や上腕用 [図5] がありますが、どちらで測定していただいても構いません。日々の測定は同じ時間で行えると良いでしょう。



【図3】 血圧 (降圧目標値) の範囲

(「高血圧治療ガイドライン 2019」より作図、日本高血圧学会)



【図4】 手首用血圧計



【図5】 上腕用血圧計

以下に該当する場合は運動を中止し、体調が回復しない場合は早めに受診してください。

- 呼吸困難感、めまい、嘔気、胸痛、頭痛、強い疲労感や息切れなどが出現した場合
- 脈拍が140回を超えた場合
- 運動中により不整脈が増加した場合
- 運動時収縮期血圧40mmHg以上、または拡張期血圧が20mmHg以上上昇した場合

安全に効果的な運動を行うためにも、自分自身のバイタルサインを確認「しておく」「知っておく」ことを意識してみてください。



季節のおたより

ピース ガーデン 倉敷



どしゃぶりの サンロード吉備路

グループホームのぞみ

介護福祉士 田淵 雄大

去る6月25日(土)、グループホームのぞみでは、外出行事でサンロード吉備路へ行ってきました。下見の際には良く晴れていて鶴を見たり中庭の散策ができましたが、当日はあいにくの雨で、予定を変更して屋内を見てまわることにしました。その中のサン直広場では、地元の生産者の方が作ったイチゴやトマトなどみずみずしい野菜や果物と色とりどりのきれいな花が販売されていました。



ご入居の皆さんも普段あまり見ることができない物を見て大変喜ばれていました。少し肌寒かったため、休憩にはアイスクリームに後ろ髪をひかれながらも皆でジューズを片手に楽しくおしゃべりしました。

6月の行事は天候に恵まれず、雷雨の中は車の移動すら大変でした。予定の行事が叶わず、ご入居の皆さんには残念な思いをさせてしまいました。普段あまり外出の機会がなかったため、それでも笑顔で楽しんでくださったことが大変印象的で、その笑顔に私達も元気を頂きました。今後も外出行事があるので、皆さんが楽しめるような行事を企画していきます。次回は晴れることを願って、ご入居の皆さんと一緒にてるてる坊主を作ろうと思います。

ピースガーデン倉敷

— 複合型介護施設 —

「寄り添うケアで心おだやかな環境を創造します。」をケア目標とする、デイサービス・地域密着型特養・ショートステイ・グループホームの4事業所からなる複合型介護施設です。地域の皆様との交流の場として地域交流センターも設けており、ご利用の皆様が、輝く笑顔で日々の生活を送っていただけるようなケアを実践していきます。

デイサービス

「からだと心の効果にこだわるリハビリテーションピース」として、リハビリを強化した多彩なサービスを提供。明るく楽しいリハビリの時間を創造するデイサービスを目指しています。



ショートステイ

日々のプログラムや季節の行事も充実。アットホームな雰囲気、笑顔・安心・信頼を実感していただき、ご利用の方に満足していただけるような質の高いサービスを追求しています。



所在地 倉敷市白楽町40

T E L 086-423-2000

対象 支援1・2、介護1～5

定員 デイ65名(日曜40名) / ショート28床

利用料 介護度で異なります。お気軽にお問い合わせください。



季節のおたより



倉敷老健
では「七夕会」を
催しました。ご利用の方やご
家族に短冊へ願い事を書いて
いただき笹に吊るしました。
また、「アケタマサコ フラ
スタジオ」の協力のもと、フ
ラダンスを披露していただき、
七夕会を皆で
楽しむ事がで
きました。



倉敷老健

七夕会

7月10日(水)、
今年も倉敷老健

倉敷在宅
ケア
センター

ショートだより
発行

ご家族の方の「行
事内容を知りたい」
との声から、翌月の行事予定表を
ご利用時の参考のひとつになれ
ばと郵送・配布しています。

また、「ショートだより」を夏・
冬の年2回発行し、行事の様子
や職員紹介などをお伝えしてい
ます。6月には、管理者変更のご
挨拶と新入職員の紹介を掲載し
ました。ぜひご覧ください。



グランド
ガーデン
南町

星に願いを…
七夕の笹飾り

梅雨の長雨が
続いた今年。夜空
を眺めても雲ばかりで星が出
ていないことが少なかったこと
と思います。

それでも七夕がくると何か
願い事をしたくなるもの。よ
くなるデイをご利用の方々が
笹に願いを込めた短冊や飾り
付けをしてくださいました。
願い事が叶いますように。



ローズ
ガーデン
倉敷

将棋クラブ開催

ローズガーデン倉敷では、「囲
碁クラブ」に続き、ご入居の方か
らの熱い要望により「将棋クラブ」
が開催されました。今回は5人の参加者でス
タート。お互いの実力を探る展開になりました。
次回は白熱した勝負を見せてくれるでしょう!!

初回は
7月20日(土)の開催

将棋 一緒にしませんか!

毎週土曜日 13:30から「将棋クラブ」を興
隆したいと思います。初心者の方も大歓迎!
是非一度お越しになってください! ずっと美
しいひと時を送ることが出来ます! 事前の申
し込みもありません。皆様一緒に楽しみまし
ょう!! (この期間はちよっと参加費を頂戴い
ただきます。ご了承ください)

場所: 4階カルチャールーム
日時: 毎週土曜日 13:30~

ローズガーデン倉敷

ドリーム
ガーデン
倉敷

ドリームガーデン倉敷へ
猿回し来る!!

6月24日(月)、ケアハウスでは開設以来
初めてとなる「猿回し」公演がありました。
普段は太宰府天満宮を拠点に活動されている「猿心」さん
による猿回し、若手とベテランの2匹の猿による愛くる
しい演技に、ご入居の皆様はすっかり魅了されました。



- 倉敷老健
- 倉敷在宅ケアセンター
- ピースガーデン倉敷
- ローズガーデン倉敷
- グランドガーデン南町
- ドリームガーデン倉敷

介護福祉士

倉敷平成病院 4階西病棟

介護主任 小椋 かおり

“臨床で、患者さんと
医療を繋ぐ介護士です”



プロフェッショナル第2回目は、患者さんと同じ目線を持って、入院中の治療をサポートする病棟介護士についてご紹介します。

Q: 介護を目指したきっかけは?

学生の時に参加したボランティアで、介護技術を体験したことがきっかけでした。車椅子に乗ったり、介護士が利用者へ行っていた移乗動作の介助等を見たりして、家族に介護が必要となった時に、自分でもこうした対応ができたなら助けられるなと思ったのがきっかけでした。

Q: 仕事での喜びや魅力は何ですか?

臨床の場である病棟での介護士の仕事には、病棟だからこそ体験できることや処置などがあります。日々のケアを通し、患者さんの異変にいち早く気付いたり、少しずつ回復する姿を近くで実感できたりすることはもちろん、多職種とのカンファレンスで病棟介護士としての気づきの情報提供ができ、チームとして患者さんに関われるのも魅力の一つだと思います。

Q: 印象に残っている患者さん、特別なエピソードは?

新人だった頃、ご入浴を拒否され

た患者さんを必死で入浴に誘っていました。入浴介助は自分の仕事であり、何としてでも業務を遂行しなければ、という思いが強かったためです。

するとその患者さんのやり取りを聞いていた別の患者さんが、「お姉ちゃん達の仕事だっているのは分かっている。でも、おばあちゃん達の気持ちも分かっている」とおっしゃいました。一生懸命になりすぎて自分のことしか考えられておらず、相手のことを考えた介護でなかったことを教えていただきました。

Q: 介護として大切なこと

介護福祉士の実習は病棟実習がなため、入職時は、先輩が何を言っているのか、何を指示しているのか分からず大変でした。学校で習ったこととの違いが多すぎて、「ここで何をしたらいいんだろう」と思っている頃、当時の看護師長から「医療に強い介護士さんになってね」と言われました。

当時はその言葉の意味が分かりませんでした。医師、看護師のそばで急性期治療を近くに感じ、看護師のサポートができるようになった時、看護師長の言葉が徐々に理解できるようになりました。理解するまでに時間はかかりましたが、この言葉はとても大きく心に残り、今でも大切にしていきます。

Q: 心がけていること、若いスタッフへ

つらいこと、楽しいこと、色んなことがあります。どんなことも、上司、先輩をはじめ、同僚がいるからこそ頑張れると思っています。少しでも困ったことがあるなら、自分で処理せず、相談してください。私がそうしてもらったように、若いスタッフにも同じように繋げていきたいと思っています。

介護を仕事として選ぶ人が全国的に減っているのが現状です。全仁会グループの中には、様々な施設があります。今、自分が関わるスタッフが介護士として、どの施設に異動になっても、病棟で経験したことを十分に活かし、活躍できるように指導していきたいです。

Q: 患者さんへ
つらいとお願ひします

入院中は、病気や怪我のため自由に動けず、ご自分のことが思うようにできないため大変だと思います。医療職ではない介護士だからこそ患者さんと同じ目線を持ち、何が一番よい方法を考え、患者さんが一日も早く退院できるようにサポートしていきたいです。



聞き手
倉敷老健
井戸 将人

風しん抗体検査・予防接種について

医事課 竹花 佑里恵

風しんは、風しんウイルスに感染しておきる発疹性の病気です。春先から初夏に流行することが多く、飛沫感染によって感染します。発疹は1～2日で全身に広がり、3日程度で自然に消えていきますが、発疹が消えるころにかゆみが出て、発熱を伴うことがあります。

妊娠初期に感染すると、「先天性風しん症候群」として、心疾患や白内障、難聴など胎児に重大な影響がでることがあります。

最近、男性に風しん抗体のない方が多く、厚生労働省から2019年4月1日から2022年3月31日までの間に限り、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性対象に風しん抗体検査・予防接種のクーポン券が発行されています。

当院でも抗体検査・予防接種の予約を受け付けており、2022年3月31日までの3年間、表のとおり、抗体検査と予防接種を無料で実施いたします。

対象

- ・倉敷市に住民登録がある
- ・昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性
- ※以下の方は対象外となります。
- ・過去に風しん抗体検査を受けたことがある方
- ・風しんの予防接種歴がある方
- ・過去に風しんにかかったことがある方

抗体検査予約条件

- ・クーポン券が届いているか
- ・過去に風しん抗体検査・予防接種を受けたことがないか
- ・風しんにかかったことがないか
- ・抗体検査の結果は当日にはできないため後日(1W後以降)での結果説明になる

予防接種予約条件

- ・クーポン券が届いているか
- ・抗体検査が陰性であったか(他院で検査をしている方は必ず結果持参)
- ・当院ではMRワクチン(麻疹風しん混合ワクチン)になります。(無料接種可)

※当日は、クーポン券を必ずお持ちください。
クーポン券を忘れた場合は対応できません。

この機会に、風しん抗体検査を受けられてみてはいかがでしょうか。当院では、予約制で接種を承っております。まずは、TEL 086-427-1111 へお気軽にお問い合わせください。

Healthy Recipe ヘルシーレシピ

倉敷平成病院 栄養科 副主任 中野 聖子



真夏のこの時期、手の込んだ料理や火を使った調理は少し億劫…1品くらい手抜きをしたい!という気持ちを叶えます!

ガスパチョとは、スペインのアンダルシア地方発祥の冷製スープで、初期にはパン、ニンニク、塩、酢、水で作られていたそう(どんな味だったのでしょうか!)ですが、19世紀までにトマトやキュウリが入るようになりました。今回は和ハーブ代表のしょうが、しそを使ってアレンジしました。食事作りも上手に手抜きをして、暑さを乗り切りましょう!



トマトとスイカの和風ガスパチョ

栄養成分1人分 エネルギー：68kcal 塩分：0.1g

材料【2人分】

トマト……………	200g	塩……………	ひとつまみ
スイカ……………	120g	ブラックペッパー……………	少々
紫玉ねぎ……………	15g	オリーブオイル……………	小さじ1
しょうが……………	4g		
しそ……………	1枚		

作り方

- 1 トマトは湯むきをし、スイカは種を取り除く。
- 2 1、紫玉ねぎ、しょうが、塩、ブラックペッパーをミキサーに入れてなめらかになるまで回す。
- 3 一旦冷蔵庫で冷やす。
- 4 時間が経つと分離するため、よくかき混ぜて器に盛り付ける。
- 5 オリーブオイルを回し入れ、千切りにしたしそを飾って完成!

「地域連携室」と「医療福祉相談室」が同室業務になりました



「患者さん、地域の医療機関からの窓口です。よろしくお願いいたします。」

当院では、地域の医療機関との連携窓口として「地域連携室」、また患者さんご家族の方々の様々な医療・保健・福祉の関わる相談窓口として「医療福祉相談室」がそれぞれ業務を行っていましたが、この度令和元年6月より、同室での通常業務を行うこととなりました。このことにより、今までよりも一層、情報共有ができ、より迅速な対応が可能となります。直通電話も開設され、皆様からのさらなる利便性向上に向け鋭意努力してまいります。

スタッフは、医療ソーシャルワーカー（社会福祉士）8名と事務職員1名の9名で対応してまいります。ご質問やご不明な点はお気軽にお声掛けください。

医療福祉相談室

病気や怪我などの療養生活に伴い発生する、様々な問題や心配事に対して医療ソーシャルワーカー（社会福祉士）が、問題解決に向けて一緒に考え、お手伝いさせていただきます。院内の多職種、地域の医療機関や公的機関、介護保険施設などと連携しながら問題が解決できるよう、患者さんやご家族を支えるネットワーク作りもお手伝いさせていただきます。



地域連携室

地域の医療機関とスムーズな連携を行う窓口として、入院及び通院患者さんがより良い医療が受けられるよう支援いたします。

- 紹介患者様の受診、検査予約
- 当院医師との診療情報交換の手続き
- 他医療機関への逆紹介 など



地域とともい

倉敷平成病院 医療福祉相談室・地域連携室

TEL 086-427-6550 (直通) FAX 086-427-1197 (直通)

※8月より、直通電話の運用が始まりました。

7/6

第29回看護セミナー開催



昨年7月の西日本豪雨災害を受け、7月6日(土)に「災害看護を考える」被災者、支援者のこころのケア」をテーマに第29回看護セミナーを開催しました。

話題提供は当院より「ボランティア、支援活動に参加して」と題した災害時の状況報告。実際の支援活動における問題解決に向けた努力やジレンマ、助け合いの重要性を共有しました。特別講演は岡山県看護協会の災害看護の研修などに関わっていらっしゃる、



関西医科大学看護学部教授
近藤麻理先生

関西医科大学看護学部教授近藤麻理先生による「看護職も被災者の一人であるという発想から、支援者へのケアを考える」という講演。「災害時は自分の命を守る」、「平時から対応について家庭や職場で話しておくこと」や「相互扶助」の大切さについてでした。

「決して自分を犠牲にしない。生存への強い意志を持つことが大事」という言葉が印象に残っています。また災害時、救助やケアを注視しがちですが、被災者となる看護師と支援者となる看護師の間に生まれる葛藤等を管理者としてどう支えていくかということも考えておく必要があると感じました。

看護セミナー実行委員会(4階東病棟 副師長 北崎 鈴子

7/20

第49回倉敷天領夏祭り「OH!代官ばやし踊り」に参加
「コスチューム賞受賞」

7月20日(土)、令和初の倉敷天領夏祭り「OH!代官ばやし踊り」に参加いたしました。昨年は豪雨災害の影響から夏祭り自体が開催中止となりましたが、今年は復興に向け、倉敷の空に賑やかな祭りの音を響かせることができました。

今回は事前の練習を重ねること十数回、ベテランと新人が入り混じりサイリウムを両手に演舞(いわゆる「オタ芸」ですね)でアピールすることに。

当日は雨の予報にヒヤヒヤしましたが、晴れの国の名譽はかるうじて保てたようです。ピンクの半被の全仁会お祭り戦士たち総勢130名を含む全37チームがエントリーする中で、なんと新設の「コスチューム賞」を受賞。これはひとえに看護師長たちの着付けの力が大きいかと、ビシッと統一感のある衣装に、アピールの踊りが一層映えたと思われます。沿道で応援くださった方々と、陰に日向にと参加した多くの職員が一丸となれた瞬間でした。来年こそ目指せ優勝!

レクリエーション委員会(総務課 主任) 三宅 雄也



5/26

第35回倉敷ひまわり号
ボランティアで宮島へ

5月26日(日)、「倉敷ひまわり号」に参加し宮島へ行ってきました。「倉敷ひまわり号」とは日ごろ電車に乗って旅をすることが難しい障がい者の方とボランティアの方が一緒にJR等の公共交通機関を使って日帰り旅行を楽しむという取り組みです。

今年は約85名の障がい者の方と、行きが普通電車でありは新幹線という、ひまわり号が始まって以来初の方法での旅行を楽しみました。障がい者の方と街に出ると、車いすが通るには新幹線の通路がギリギリだったり、多目的トイレが無かったり……。バリアフリー化が進んできたとは言え、ハード面もソフト面もまだまだ整っていないことを改めて感じます。それでもご参加の方々は厳島神社や水族館を楽しみ、「普段は乗れない」と新幹線の乗車を喜ばれ、ボランティアとの交流に笑顔がいつぱいでした。

心のバリアフリーがどんどん広がるといいなと思った一日でした。

ケアプラン室 ケアマネジャー課長 岩佐 暁子



6/4~7 世界パーキンソン病学会へ参加

6月4日(火)〜7日(金)、京都府京都市の国立京都国際会館にて第5回世界パーキンソン病学会(WPC2019)が開催されました。パーキンソン病の研究者や医療従事者、患者が集う国際会議で、アジア初開催となります。

当院の上利崇倉敷ニューロモデュレーションセンター長が参加し講演を行いました。内容は「効率的なディレクショナルリードのプログラミング」です。脳深部刺激療法(DBS)の刺激する部位は繊細であり、刺激電極は高度化しているため、刺激の調整が重要となります。上利センター長は6月1日より導入されたInfomityTMシステム使用の必要性について等、デュセルドルフ大学脳神経内科Groiss先生と講演を行いました。

さらに、6月8日(土)にヒルトン大阪でInfinity Users Meetingが開催され、当院スタッフも参加しました。上利センター長よりWPC2019の内容と当院でのDBS治療成果について講演があり、スタッフも講義を受けました。

ニューロモデュレーションは日々進化を続けています。最適な治療が提供できるように、今後も治療や活動に積極的に関わり、情報発信していきます。

倉敷ニューロモデュレーション

センター 臨床工学課主任

高須賀 功喜



6/5 ピースガーデン倉敷 老松保育園お招き交流会

6月5日(水)、かわいらしく元気な声がピースガーデン倉敷地域交流センターに響きわたりました。老松保育園さくら組(年長)の園児との交流会も今年で5回目を迎えます。園児42名と引率の先生7名による歌や手遊び・肩たたきなどお遊戯を通して、2〜4階をご利用の方々約60名との交流を図ることができました。

園児たちのひとつひとつの動作に「まあかわいいなあ」「上手にできるなあ」と声をかけられたり、一生懸命拍手を送られるご入居の皆さまの姿を見ることで、私たち職員も温かい気持ちでいっぱいになりました。

また来年も保育園の園児や先生方、そして保護者の方々の協力を得ながら、ご入居の皆さまの素敵な笑顔がみられるように企画をしていきたいと思えます。



特養 OT副主任 眞壁 忍

6/18~19 介護サービス博覧会に参加して チーム全仁会で魅力を発信

6月18日(火)・19日(水)、コンベックス岡山にて開催された介護サービス博覧会に全仁会グループの多職種がチームとなって参加してきました。

この催しは生活を支えるあらゆるサービス関係者が集い、専門職との交流の中から新しいヒントを見つけていただくことを目的としており、今年で5回目の参加となります。来場者は一般の方から介護や社会福祉、看護やリハビリの学生からケアマネジャーまで幅広く、昨年は3000名が参加されました。

今年度は全仁会グループの住宅・入所系を中心とした説明や、地域に対しての勉強会(看護セミナー)やいきいき健康教室、病院増改築に向けた取り組みなどのご案内をさせていただき、地域の方々からお寄せいただく声を大変嬉しく思いました。

いつもは施設の中で働くことが多いのですが、地域のイベント等に参加することによって、新しい気付きや知識を得たり、全仁会グループの魅力を再発見したり、また職種の垣根を越えて今後の仕事に活かせる仲間作りができたなど、我々参加するスタッフにも貴重な体験となりました。「チーム全仁会」で地域の皆さまのお役に立てるよう、しっかりと情報発信をしていきたいと思えます。

ケアハウスドリームガーデン倉敷 介護主任 坂本 晋也



第25回岡山県
理学療法士学会
PT河本純希奨励賞受賞

6月23日(日)、第25回岡山県理学療法士学会を開催いたしました。私自身、学会長という役目で、さらに昨年よりPT科副主任 隠明寺、副主任 久川も実行委員として携わり準備を続けて参りました。

この度の学会は「未来へ翔る理学療法―心身・生活・社会の新たなステージへ向けて―」というテーマにて、昨年の豪雨災害を振り返る特別企画「災害リハビリテーションを知る」、そして特別講演では「身体・認知機能の加齢的变化と運動の効果」と題し、各分野でご活躍の先生方を招へいし実施しました。

一般演題発表では当院からPT科 清水、松永、河本が発表し(私が学会長であるか

らというバイアスは全くかからず)見事に河本が学会奨励賞を受賞しました。参加者は400名を超え、過去最多を達成。成功裏に終了することができました。学会長という重役にプレッシャーを感じながらも、非常に有意義な経験となりました。

リハビリテーションセンター
副センター長 津田 陽一郎



第4回
いきいき健康タイム

7月3日(水)、第4回いきいき健康タイムが倉敷在宅総合ケアセンターで開催されました。25名の方に参加いただき、和やかな雰囲気の中、まずは介護保険制度についての講演を行い、日本の高齢化率や65歳以上の認知症有病者率の上昇、介護保険とはどんな制度なのか、などが説明されました。続いて、二つの事を同時に行い、楽しく身体を動かしながら脳の活性化を図る体操です。講師の「間違っても挑戦することが大切。楽しんでいきましょう」との言葉に、皆さん笑顔でやる気満々。次第に難しくなる課題に、会場は盛り上がりつつありました。軽い運動の後は、徐々に変わる写真を見て、変化した箇所はどこかを見つける脳トレです。「見つけた!」と声を上げる方、

答えを知って驚く方と反応は人それぞれ。楽しい時間は過ぎ、閉会時には今日の思い出を共有する声、次回を待ち焦がれる声と、沢山の温かい言葉に地域の方々と共に交流していくことの大切さを実感しました。

認知症デイサービス よくなるデイ南町

生活相談員 岡 友美



救急棟増改築工事 進捗状況

新年度にスタートした「救急棟増改築工事」ですが、全ての工事完了は2年後、2021年の夏を予定しております。現在は、2019年8月中旬の完成を目指し、新正面玄関アプローチ、ロータリーを中心に、雨の合間を縫って、連日工事が進んでいます。

工事エリア確保のため駐車台数が減っており、大変ご迷惑をおかけしております。ご理解ご協力の程宜しくお願い申し上げます。

6月24日 月曜日 [友引]

正面玄関アプローチ

鉄筋を建てて、新しいひさしの躯体ができあがりました。また、型枠が取り外され、玄関アプローチのコンクリートが現れています。



7月8日 月曜日 [大安]

正面玄関アプローチ

現在、玄関アプローチの壁に御影石がアクセントに配置されました。今日は古いアスファルトの取り剥がし作業が進んでいます。



やさしい色の御影石です

ロータリー工事が終わると、いよいよ増築工事がはじまります。



新正面玄関完成予想図 (2019年8月予定)

行事予定表

9月

21 土 老健秋祭り

10月

5 土 RUN伴2019



昨年の様子

12 土 ピースガーデン倉敷秋祭り

19 土 第32回 神経セミナー

27 日 第12回 ぐらしきみなみ文化祭 (倉敷南小学校)

11月

10 日 第54回 のぞみの会

第32回 神経セミナー

神経難病の臨床倫理について

10月19日(土) 14:00~16:00

受付 13:30 開始
倉敷平成病院1階 リハビリテーションセンター (入場無料/要申込)

講師 中央大学 法科大学院 教授 **いなば かずと 稲葉 一人 先生**

臨床倫理入門 14:10~14:40
「臨床倫理的問題への対処法入門」

教育講演 14:50~15:50
「神経難病をめぐる法と倫理」

倉敷平成病院 【お申し込み】 皆さまのご参加お待ちしております。
〒719-0425 倉敷市老松町4-3-38
heisei@heisei.or.jp ☎ 086-427-1111

第54回 のぞみの会

テーマ「令和時代の地域医療 ~全仁会の取り組み~」
船強会・リラックス体操など

日時: 令和元年11月10日(日) 10時~12時
場所: 倉敷市民会館
※倉敷平成病院ではありません
※参加無料・要申込

倉敷市民会館
〒719-0425 倉敷市本町17-1
TEL. 086-425-1515
E-mail: kaminakai@kaminakai.or.jp

ケアプラン室

第32回 神経セミナー「神経難病の臨床倫理について」 のぞみの会職員ポスターコンクール入賞作品 (ケアプラン室作)

第54回 のぞみの会 令和元年11月10日(日) 10:00~12:00 倉敷市民会館 ホール

倉敷市本町17-1 TEL. 086-425-1515

編集後記 全仁会各施設では梅雨にも負けず暑さにも負けず、日々様々なイベントが目白押しです。この全仁会NEWSでは紙面の都合で全部ご紹介できないのが残念でなりません。こちらに掲載できなかったご報告は倉敷平成病院のブログにupしていますので、是非合わせてご覧ください。(N)

ZENJINKAI GROUP 全仁会グループ 社会医療法人 全仁会 / 社会福祉法人 全仁会 / 有限会社 医療福祉研究所ヘイセイ



倉敷平成病院

倉敷市老松町4-3-38
TEL.086-427-1111
FAX.086-427-8001

救急指定

倉敷平成病院
●内科 ●脳神経内科 ●脳神経外科 ●脳卒中内 ●整形外科 ●消化器科 ●循環器科
●呼吸器科 ●耳鼻咽喉科 ●形成外科 ●皮膚科 ●眼科 ●総合診療科
●リハビリテーション科 ●放射線科 ●麻酔科 ●和漢診療科 ●歯科

倉敷ニューロモデュレーションセンター
●脳神経外科

倉敷生活習慣病センター
●糖尿病 ●代謝内科

総合美容センター
●美容外科 ●形成外科 ●婦人科 ●乳腺外科

認知症疾患医療センター
神経放射線センター
平成脳ドックセンター

倉敷老健
倉敷市老松町4-3-38
TEL.086-427-1111

倉敷在宅総合ケアセンター
倉敷市老松町4-4-7
TEL.086-427-0110

- 訪問看護ステーション
- ホームヘルプステーション
- ショートステイ
- 通所リハセンター
- 予防リハセンター
- ケアプラン室
- 高齢者支援センター
- ハイセイ鍼灸治療院

複合型介護施設
ピースガーデン倉敷
倉敷市白楽町40
TEL.086-423-2000

- 地域密着型特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- グループホーム
- デイサービス

住宅型有料老人ホーム
ローズガーデン倉敷
倉敷市南町4-38
TEL.086-435-2111

- ヘルプステーション
- 平成南町クリニック

サービス付き高齢者向け住宅
グランドガーデン南町
倉敷市南町1-12
TEL.086-435-2234

- 南町ケアプラン室
- ヘルプステーション南町
- よくなるデイ南町

ケアハウス
ドリームガーデン倉敷
倉敷市八軒屋275
TEL.086-430-1111

- デイサービス