

かにえ病院だより

VOL.07

新年のごあいさつ

新年 明けまして おめでとうございます

超高齢化社会を見据え、地域にふさわしいバランスのとれた医療と介護を提供するには「地域医療構想」と「地域包括ケア」が大切です。

「地域医療構想」では、病床の機能の分化と連携を進め、効率的で質の高い医療提供体制を構築するために病床の機能を「高度急性期」・「急性期」・「回復期」・「慢性期」の4つに分けています。

この「地域医療構想」が、急性期から在宅復帰を目指す「縦の連携」とすると、地域で医療と介護をトータルサポートする「地域包括ケア」は「横の連携」になります。

『尾張温泉かにえ病院』は、海部医療圏における「地域医療構想」において、急性期を経過した患者さんに在宅復帰に向けた継続的な医療やリハビリテーションを提供し、急性期病院と在宅医療を繋ぐ「回復期」の機能を担います。その中心となるのが地域包括ケア病棟と回復期リハビリテーション病棟です。

また、『介護老人保健施設かにえ』は、リハビリスタッフや職員体制の充実・強化を図り、在宅復帰を支援する施設」という介護老人保健施設本来の使命・役割を果たす強化型介護老人保健施設を目指します。

『医療法人瑞頌会』は、尾張温泉かにえ病院と介護老人介護施設かにえを中心とする在宅療養総合支援センターが連携し、「地域包括ケア」の一員として地域医療・介護連携を推進します。

今年もどうぞよろしくお願いたします。

平成31年 元旦
医療法人 瑞頌会
理事長 真野寿雄

看護師さん、ヘルパーさん募集

性別・年齢・経験は問いません！

【看護師】

- ・ 業務内容:
病棟・訪問看護
- ・ 勤務形態:
常勤(夜勤あり)・パート

【ヘルパー】

- ・ 業務内容:
日常生活のお世話
- ・ 勤務形態:
常勤(夜勤あり)・パート

見学随時

※詳細につきましては、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先：0567-96-2000 窓口：看護・介護部長 高野

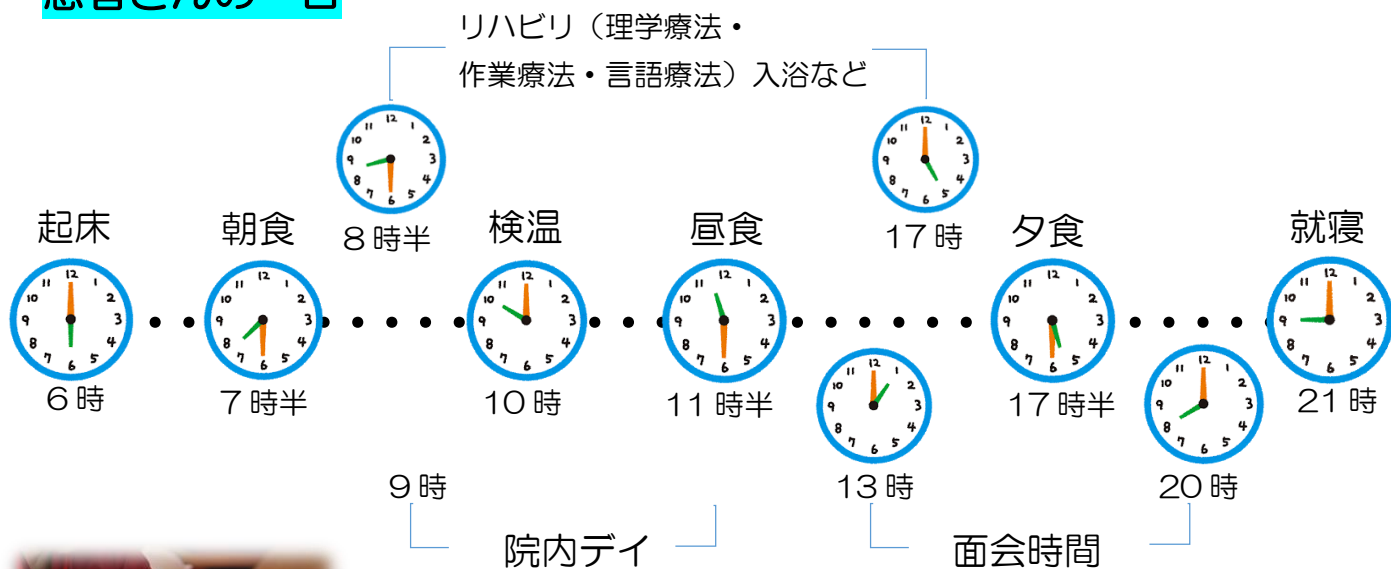
3 階(回復期病棟)の紹介

回復期病棟は、回復期病棟に入院が対象となる病名の方で、急性期医療を脱した後、そのままの状態では自宅で生活することが困難な方が、リハビリを行い、安全な状態で自宅に帰ることができる様に支援をする病棟です。



回復期の入院対象の病名・病気の発症から回復期への入院できる期間も国で決められています。入院期間も決められており、患者さんの病名により異なりますが、90日～180日間です。医師・看護師・セラピスト等の多職種で話し合い、退院時期が決定します。

患者さんの一日



医師・看護師・薬剤師・栄養士・セラピスト・介護士など多職種で協力し、どうしたら安全に自宅に帰ることができるかを日々、話し合っています

患者さん一人ひとりを尊重し、個人個人に対応した看護・介護ケアを行っています



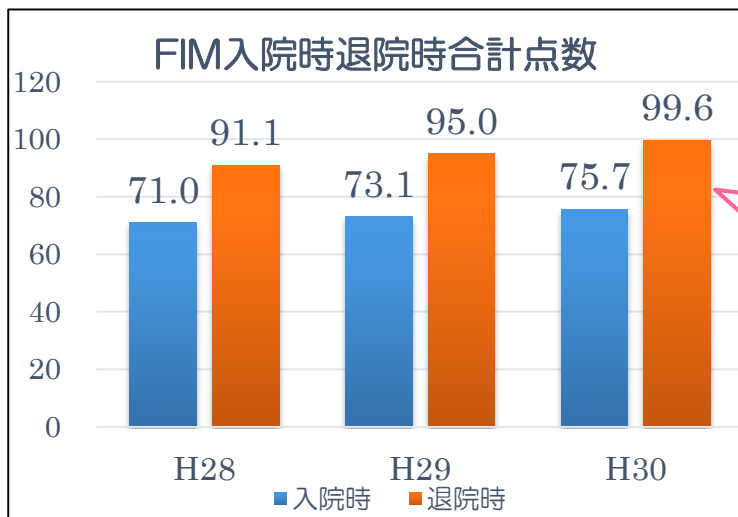
～回復期病棟実績～ 日常生活動作評価:FIM

FIMとは日常生活の自立度を測る評価のことです。

食事・更衣・トイレ・入浴・歩行等の運動に関する項目、理解・記憶等の認知に関する項目が、自立しているか、どのくらいの介助が必要かに応じて評価するものです。

介助が必要であればあるほど点数が低くなり、自立しているほど点数が高くなります。

以下の表は回復期病棟の FIM による実績データになります。

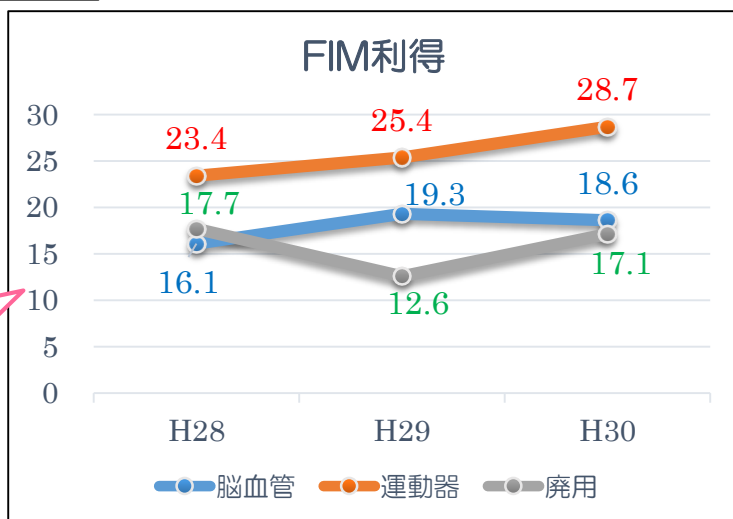


入院時の点数より退院時の点数が高くなっています。これは入院中に介助量の減少や、ご本人でできることが増えたことを意味します。

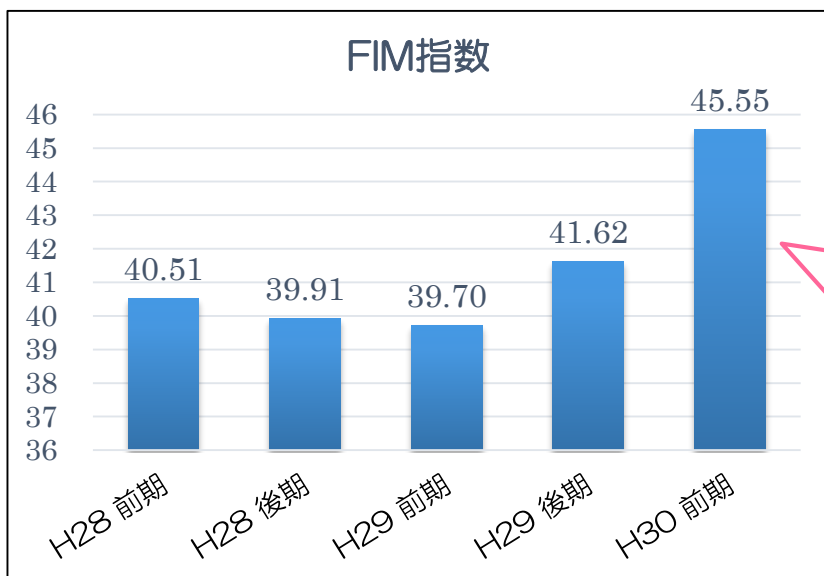
FIM 利得とは退院時までに改善した FIM の点数です。

《全国平均》

脳血管	20.7 点
運動器	20.7 点
廃用症候群	15.0 点



FIM指数



FIM 指数とはリハビリの効率と実績を厚生労働省に報告する数値で、37 以上は効果が高いと判断されます。
全国の中央値は 33.3 です。

現役トレーナー直伝！！

お手軽！室内運動プログラム教えます！！

寒い季節がやってきて外出の機会が減り、家の中にいる時間が多くなっていませんか。家の中ばかりの生活では体重が増加し、肥満などの生活習慣病を引き起こしてしまうかもしれません。今回は家の中で行うことができる簡単な運動プログラムを4つご紹介します。①～④を順番に行いましょう。

今回の運動を参考に肉体改善を行っていきましょう！！

①：腰を捻っての運動



①片脚立ちになり、足を上げます。上げた足と反対の腕の肘を当てるように体を捻ります。

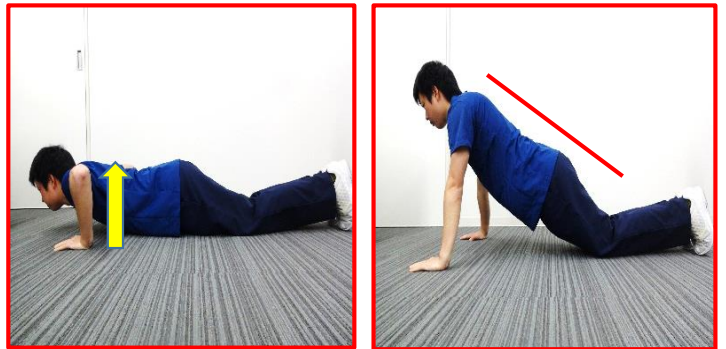
②①の動きと反対の動作を行います。

※注意点

地面が安定している所で行ってください。

「10回×2セット」

②：膝を着いた腕立て伏せ



①膝を地面に着いた腕立て伏せの姿勢を作ります。

②顔は下を向いたまま肘をまっすぐに伸ばします。

※注意点

腕を伸ばす際、背中が丸くならないように気をつけましょう。

「10回×2セット」

③：お尻上げ運動



①背中と頭を地面に着け膝を立てます。

②①の状態からお尻を上へ上げゆっくりと降ろします。

※注意点

お尻を上げる際は勢いをつけず、ゆっくりと上げるようにしましょう。

「10回×2セット」

④：かかとの上げ下げ



①椅子等につかまり、踵を地面に着けて立ちます。

②①の状態からつま先立ちになるように踵を上げ真上に向かって伸びます。

※注意点

上記の運動を行う際には必ず安定した物につかまって行って下さい。

「10回×2セット」

「若がえり塾」のご案内！！

今年度より始まったプールを利用する介護予防事業が2019年4月より新体制となって新たに開講されます。愛知県で唯一の日本百名泉に選ばれた、尾張温泉を用いたプールです。県内では珍しい源泉プールで水中運動を予定しています。また管理栄養士による栄養講座も設けており運動・食事の両方をサポートさせていただきます。

若がえり塾について

若がえり塾では自立から要支援までの方を対象に温泉プールでの運動を行います。月曜日・火曜日・水曜日のいずれかのグループに参加して頂きますが、グループにより運動の強度が異なります。自分に合ったペースで運動ができる教室になっております。

内容：温泉プールでの運動指導・栄養講座・体力測定

対象：65歳以上の方で自立から要支援までの方
(要介護認定を受けていない方)

料金：1回500円

日時：毎週月曜日・火曜日・水曜日に実施
いずれか1グループに参加
13:30~14:30

定員：27名
(1グループ9名×計3グループ)

受付開始3月～！！

内容は一部変更になることもあります



☆今年度参加された利用者さんの声☆

- ・プールでの運動を受けることができありがたい。水中では身体もよく動き夜もぐっすり眠れる
- ・教室の前後にバイタルチェックをしてもらい、皆様に気を遣ってもらい安心して運動を行うことができる
- ・スタッフの方は感じよく親切なのは嬉しい
- ・病院の設備を一般に開放していただいて、この企画に感謝している

などなど温かいお言葉を多々頂いております。

お問い合わせ

介護予防事業担当者(代表)：リハビリテーション部 小式澤・菱田

☎ 0567-96-2000

減塩を心がけましょう

冬は寒さの影響で血圧が大きく変動する季節です。急な寒さを感じると、血圧が急上昇します。

日ごろから血圧が高い人は、狭心症の発作や心筋梗塞など、思わぬ事態につながることもあるので注意が必要です。また、血圧が正常の人も高血圧予防のために減塩を心掛けるなど健康的な生活を心がけましょう。



1日の塩分量の目標

成人男性
8.0g未満

成人女性
7.0g未満

高血圧の方
6.0g未満

⇒しかし、現状は…

現代の日本人の平均塩分摂取量は1日約11gとされています。

コンビニで買ったお弁当を食べて塩辛いと感じる人は1日の食塩摂取量が13g以下であり、ちょうど良いと感じる人は15g前後、やや塩辛さがもの足りないと感じる場合には15g以上とっていると考えて下さい。

調理のポイント

・味にメリハリを
1~2品に塩分を使い、残りは薄味または、無塩にしましょう。



・調味料は計量する
目分量だと多く入れがちになってしまいます。計量して使いましょう。

・汁物は具たくさんに
具たくさんにすることで、汁の量を減らすことができ塩分を減らすことができます。

食塩1gに相当する調味料の量



鮭のチーズはさみ焼き



<材料 2人前>

- ・生サケ 2切れ
- ・チーズ 20g
- ・レモン 1/4個
- ・塩コショウ 少々
- ・小麦粉 適量
- ・まいたけ 1/2袋
- ・小松菜 1/2把
- ・オリーブ油 大2/3

- ①鮭に塩コショウをふり、鮭の真ん中に切り目を入れ、チーズを挟む。
- ②①の鮭に小麦粉を薄くまぶす。
- ③フライパンに油を入れ、弱火で火にかける。鮭を並べ、蓋をして焼く。焼き色がついたら反対の面も焼く。火が通ったら皿に盛りつける。
- ④小松菜は固めに湯がく。まいたけは軸を切り落とし、手でほぐす。
- ⑤フライパンに油を入れて、中火で④を炒め、塩コショウで味付ける。火が通ったら盛り付ける。
- ⑥食べる前に鮭にレモンをかける。

(1人前 210kcal 食塩0.8g)

管理栄養士 千坂

医療法人瑞頌会の理念

患者さん・家族とともに
地域とともに
職員とともに
安心・安全な
信頼される医療・介護をめざします

かにえ病院の基本方針

1. **患者さんとともに**
患者さんの人権を尊重しながら、患者さんそしてその家族とともに問題を解決し、常に信頼される病院にあるよう努めます
2. **チーム医療**
全職員が協力し、患者さんを支える医療を提供します
3. **生活に根差したリハビリテーション**
住み慣れた環境での生活を取り戻せるように、生活に根差したリハビリテーションを目指します
4. **地域づくり**
地域の医療機関や介護保険・福祉施設と連携し、地域の皆さんの健康づくりを通して地域づくりに積極的に参加します

➤ 最近のできごと

病院機能評価を受審しました

12月10日、11日の二日間にわたり、適切で質の高い病院機能を目指した評価を行う、日本医療機能評価機構による審査を受けました。



地域清掃活動を行いました

10月19日、蟹江町の地域清掃の時期に合わせて、病院の有志による病院周辺の清掃を行いました。



かにえ町民まつりに参加しました

第37回かにえ町民まつり（10月6日、7日）に参加させていただきました。
健康に対する理解を深めていただくために、血管年齢測定とフレイル問診を行いました。



病院からのお知らせ

外来担当表

		月	火	水	木	金	土
午前	受付時間：8：30～11：30（診療時間：9：00～12：00）						
	内科 1		下野 神経内科・内科	榑原院長 神経内科・内科	榑原院長 神経内科・内科	榑原院長 神経内科・内科	
	内科 2	奥村 循環器内科・内科		医師 循環器内科		伊藤 神経内科・内科	医師（交代制） 内科
	内科 3	松崎 総合診療科	山田 老年内科	松崎 総合診療科	河合 糖尿病内科	服部 消化器内科	
	整形外科	坂野副院長	若林	坂野副院長	山口	坂野副院長	坂野副院長 伊藤（交代制）
午後	受付時間：16：30～18：30（診療時間：17：00～19：00）						
	内科 1	奥村 循環器内科・内科	松崎 総合診療科	片山 リウマチ科（17：45～）		医師（交代制） 内科	
	整形外科	鈴木 横田（交代制）	岸本	坂野副院長			

- 診察は予約制ではございません。
- 介護保険でのリハビリ（通所リハ）も行っていますが、医療保険のリハビリとの併用はできません。
- **健診センターのご案内**
 - ・ 特定健診、協会けんぽ健診、企業健診も行っています。
 - ・ ご予約はお電話または受付窓口まで。お気軽にご相談ください。

☎ 0567(96)2000(代表)
- **介護老人保健施設かにかえ
居宅介護支援事業所かにかえ**
 - ・ 見学随時。お電話または受付窓口まで、お気軽にご相談ください。

☎ 0567(96)7001(代表)

医療法人 瑞頌会
尾張温泉かにかえ病院
通所リハビリ・訪問リハビリ
訪問看護

〒497-0052
愛知県海部郡蟹江町西之森字長瀬下 65-14
☎ 0567-96-2000 FAX 0567-96-3701
URL <http://www.kanie-hp.jp/>
編集・発行：かにかえ病院 広報部会
発行：2019年1月