



# すこやか通信

2014.12.26 No.21

## 長寿の国 日本 - 超高齢化社会への対応 -

副院長 中村 滋

90歳100歳を越えて元気で通院されている患者さんがおられます。高齢になっても元気に仕事を続けている患者さんも大勢いらっしゃいます。大きな病気にならないように健康に気をつけていきたいものです。

一方、長寿の国“日本”は少子高齢化社会という問題に直面しています。もう10年もすると、団塊の世代が後期高齢者になり、2025年には4人に1人が75歳以上という超高齢化社会が到来すると予測されています。医療・介護・生活支援や福祉はどうあるべきか様々な検討がなされ、国の方針のもとで、医療も改革を求められています。限られた財源を有効に使うために、多くなりすぎた7:1看護の高度急性期病院（大学病院や公的病院など）は見直しを迫られています。急性期を過ぎた患者さんのリハビリなどを強化して、患者さんが早期に在宅に復帰出来るように支援する医療に重点がおかれるようです。当院でも新しい国の方針に対応して病棟の一部を“地域包括ケア病棟”に転換する準備を進めています。今まで通り“地域の人達のための医療”“急性期から療養まで”という方針には変更はありませんが、体制が多少変更になっていくかと思えます。



写真は当院の昼礼の風景です。毎月一度、職員を一同に会し昼礼を行っています。時代の要請に合わせながら、そして皆様の声に耳を傾けながら、今後とも職員一丸となって地域医療に邁進していきたいと考えております。

### 【理念】

誠心を持って医業を行い、常に医療の向上をはかり、誠実に実行します。

### 【基本方針】

心暖まる医療・看護を目指し、患者さんの健康の回復に努力し、地域の住民の方々に奉仕します。これを誠実に実行することを我々の喜びと致します。

- ①地域の医院・診療所との連携を密にし、24時間診療体制をとっています。
- ②生活習慣病の予防及び地元企業に働く人々の健康管理に専門的な見地から寄与します。



# 療養病棟の夏祭り



療養病棟では入院中の患者さんが楽しく季節を感じられるように様々な行事を行っています。

8月22日の午後、4階食堂で夏祭りを開催いたしました。職員がみんなで盆踊りを踊ったり、歌を歌ったりしました。そのあとには、縁日のようにかき氷や明石焼き、ベビーカステラ等を頼張り楽しみました。患者さんは童心に戻り終始笑顔が見られました。また、職員も一緒に夏祭りを楽しんでいました。



## リハビリテーション科より

### ～当院での呼吸リハビリテーションの取り組み～



在宅酸素療法を実施している患者さんの専門外来「酸素療法・リハビリテーション外来(以下：酸素外来)」を新設し約3年が経過します。当院が呼吸リハビリテーション(以下：呼吸リハ)に携わった患者さんは当初約20人ほどでしたが、現在では他の病院や施設からの患者さんを含めると約120人以上となりました。また、すこやか通信 No.15にて酸素外来の特集させていただいたときも大変反響があり、今回は呼吸リハについて皆さんにお伝えしたいと思います。

呼吸リハとは、酸素外来の患者さんが症状を緩和し在宅で快適に過ごして頂けるように、運動療法・肺理学療法・栄養療法・薬物療法・酸素療法・患者教育など様々な面から患者さんに医療を提供することを指します。患者さんの生活状況や主訴を把握するために、問診の時間を大切にし、日々の体調管理が行えるように日誌や管理帳など独自の管理スケールを用いています。そして個別のプログラムを立案し、QOL(生活の質)の向上に努めています。

呼吸リハの最終目標は、酸素外来の患者さんが自分の身体と向き合い、症状をコントロール・予防し活動範囲を広げていく事です。そのサポートが出来るよう、わたしたちも皆さんと一緒に頑張りたいと思います。

また「NPO L-BREATH」という機関紙に2015年2月初旬に当院の酸素療法・リハビリテーション外来が掲載されます。どうぞご覧ください。

● 深川先生による .....

医療連携勉強会



平成26年11月19日(水)第16回 医療連携勉強会を開催致しました。墨田区医師会の先生や近隣の施設の方に多数参加していただきました。当院の麻酔科医の深川先生が「痛みに対する治療について」講演しました。いろいろな痛みに対しての薬の選び方や心のケアの重要性などについて話がありました。毎週、月曜日と水曜日の午後に疼痛外来の診療を行っています。「痛みは確かにあるのに、原因がわからない」「薬や湿布である程度は良くなるのだけれど、もうちょっと何かないかな。」と感じている方など、慢性の痛みで悩んでいる方は、疼痛外来(ペインクリニック外来)をお勧めします。

● 中村病院 .....

公開講座



第8回公開講座を平成26年9月27日に開催いたしました。

今回は、最近よく耳にする「睡眠時無呼吸症候群」について当院検査技師から話をさせていただきました。睡眠時無呼吸症候群のこわさや実際に当院で実施されている検査等についての説明でした。町会の方々ははじめたくさんの方にお越しいただきました。気になる方も多いようで、活発に質問もいただき、睡眠時無呼吸症候群について理解が深まったと思ます。

◆◆◆◆◆ 消防訓練を実施しました ◆◆◆◆◆

先日、消防設備講習会と深夜の火災を想定した防災訓練を実施しました。

消防設備講習会では、多くの職員が参加し、消火栓や避難はしごの使用方法、非常口の開錠方法等について学びました。

防災訓練当日は、小雨が降る中でしたが、八広北町会のみなさまや向島消防署員の方にもご協力いただき、火災通報から避難誘導まで緊張感を持って訓練を行うことができました。

今後も、地域のみなさまとの連携を深め、万が一の場合に迅速に行動できるよう備えていきたいと思っております。



# 寒い冬に ぴったりレシピ

## 豆乳 DE 味噌煮込うどん



寒い日、温かい煮込みうどんに豆乳の  
まろやかな甘みをプラス！  
味噌と合って美味しい！  
体と心もあたたまる味に仕上げました。

### 材料

うどん	250g	舞茸	30g
出し汁	100cc	椎茸	30g
豆乳	200cc	しめじ	30g
① 八丁味噌	大さじ 1/2	長葱	少々
ニンニク	少々	鶏小間	60g
生姜	少々	油揚げ	20g
		玉子	1個

### 作り方

- ①出し汁、豆乳、八丁味噌、ニンニク、生姜を合わせて火にかける。
- ②うどん、具材を加え、煮込む。
- ③玉子を中央におとし、出来上がり。

## 肺炎球菌ワクチンについて

肺炎は日本人の死因第3位です。しかも、肺炎で亡くなる方の約95%が65歳以上です。

肺炎は発症後に急に悪化することもあります。また、肺炎の原因となる微生物では肺炎球菌がトップです。

今年度から65歳以上を対象にした肺炎球菌ワクチンの接種が定期接種となりました。定期接種は、いつでも受けられるわけではありません。対象年齢は、右図のようになっています。定期接種は当院など指定の医療機関で助成が受けられます。

現在65歳以上の方が定期接種の対象となるのは、平成30年度までの間に1人1回となっています。

該当年齢以外の方でも任意接種は可能ですのでご希望の方は、当院までお問い合わせください。

肺炎球菌ワクチンの定期接種の対象年齢 (5歳刻み)

	65歳					70歳					75歳				
2014年度の年齢	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
14年度					○					○					○
15年度					○					○					○
16年度					○					○					○
17年度					○					○					○
18年度					○					○					○

○は定期接種の対象となる年齢と年度。その年度に65、70、75…100歳(5歳刻み)を迎える人。誕生日は4月2日～翌年4月1日、10月から始まった今年度も同じ。101歳以上は今年度限り、60～64歳でも心臓や腎臓、呼吸器などに重い機能障害があれば対象に

医療法人社団仁寿会  
救急・労災指定

# 中村病院



院長 中村 隆

### ●診療時間●

月曜～土曜  
9:00～12:30  
(受付8:00～12:00)  
13:30～17:00  
(受付13:00～16:30)  
※水曜日の上記に加え  
18:00～19:00  
(受付17:30～19:00)

### ●診療科目●

外 科	内 科	整 形 外 科	循 環 器 科	胃 腸 科	肛 門 科	脳 神 経 外 科	皮 膚 科	泌 尿 器 科	リハビリテーション科	神 経 内 科	麻 酔 科
-----	-----	---------	---------	-------	-------	-----------	-------	---------	------------	---------	-------

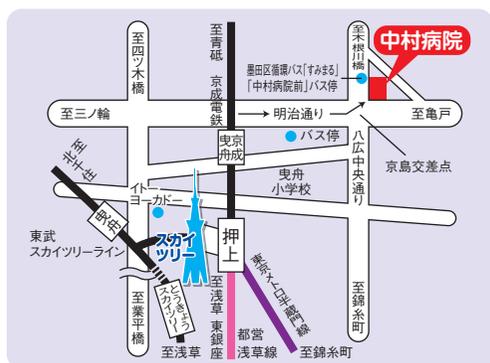
### ●休診日●日曜・祝日・創立記念日(3月1日)

※但し急患の場合は、随時受け付けます。

〒131-0041 墨田区八広2-1-1 TEL 3612-7131(代)

ホームページアドレス <http://www.jinjukai.or.jp/>

当院は日本医療機能評価機構認定病院です



## 編集後記

ノーベル物理学賞を受賞した青色発光ダイオードの研究のおかげで、スカイツリーもきれいにライトアップされています。12月11日～18日はノーベル賞をお祝いするライトアップが実施されました。「光の3原色」特別ライトアップで、赤・緑・青と3原色を混ぜてできる白の4色になっています。現在は、クリスマスカラーのライトアップ実施中です。

