

JCHO 可児とうのう病院の「いま」を伝える

はとぶき

hatobuki
vol.25
2018 AUTUMN



特集 「自分らしく生きる」すべてを支える

リハビリテーション (Rehabilitation)

ニュース&トピックスVOL.24

医療連携ひろば | 医療連携Drスマイルリレー 岩永耳鼻咽喉科/うえだクリニック

健康ナビVOL.14 | ささまざまな不調…原因は「亜鉛欠乏症」かもしれません。

四季の健膳「秋」 | 鮭の朴葉味噌焼き

はとぶき 第25号 (発行) JCHO 可児とうのう病院

〒509-0206

岐阜県可児市土田1221番地5

TEL 0574-253113

FAX 0574-254657

外来診療担当表

平成30年12月1日現在

診療科		月	火	水	木	金
内科	総合	交替制	交替制	交替制	交替制	交替制
	2診 (消化器)	佐藤 淳一	清水 達治	印藤 敏彦	清水 達治	印藤 敏彦
					3診 佐藤 淳一	
	3診 (循環器)		岩田 敬和	山田 清康		増富 智弘
		横内 一彦	山田 清康	林 尋之	平岩 宏章	横内 一彦
	4診		13:00~ 林 尋之			
	5診 (呼吸器)		後藤 大輝		奥村 隼也	
	6診 (神経内科)	井口 洋平	小野寺 一成		小池 春樹	横井 聡
	7診 (血液)	吉田 均	伊藤 貴彦	吉田 均	山本 秀行	
8診(糖尿病・内分泌)	池庭 誠	代 務	安藤 敏仁	高槻 健介	舟橋 夕貴子	
外科	1 診	横井 剛	鈴木 和志	瀬古 浩		児玉 章朗 (血管外科)
	2 診	池山 隆			池山 隆	横井 剛
	3 診		岸田 喜彦	鈴木 和志 (乳腺 新患)	門松 由佳 (呼吸器外科)	岸田 喜彦
	形成外科(予約制)		2-4週 14:00~ 中村 優			
	小児外科(予約制)		14:00~ 岸田 喜彦			
整形外科	1 診	交替制	岡田 貴士	牧田 和也	世木 直喜	金子 慎哉
	2 診	中野 健二	岩月 克之 (手外科)		中野 健二	
	3 診	小清水 宏行 (脊髄)	鈴木 望人 (リウマチ)	幸島 寛		幸島 寛
	午後					4週 14:00~16:00 川崎 雅史(股関節)
泌尿器科	1 診	青木 重之	山田 芳彰	青木 重之	原 浩司	山田 芳彰
	2 診	森永 慎吾	原 浩司	中村 小源太		
小児科	1 診	金山 恵子	西川 英里	月館 幸一	浅田 英之	金山 恵子
	専門外来(午後 予約制)			1週(小児循環器) 長谷川 誠一		2-4週(神経) 牧 祐輝
耳鼻咽喉科	1 診	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳
	2 診	櫻井 一生			田邊 陽介	
婦人科	1 診	片山 宣	丹羽 優莉	眞鍋 てるみ	三浦 麻世	片山 宣
皮膚科	1 診					交替制 (完全予約制)
脳神経外科	1 診			山口 純矢		
眼科	1 診	加藤 彩	加藤 彩	加藤 彩	(受付10:30まで) 土井 浩史	加藤 彩

| 外来受付時間 8:30~11:30 | 休日 土・日・祝日・年末年始 |

「自分らしく生きる」すべてを支える

リハビリテーション (Rehabilitation)



JCHO 可児とうのう病院では、病気やケガ等の患者さんが理学療法士 (PT) や作業療法士 (OT)、言語聴覚士 (ST) によるリハビリテーションを通じて低下した身体機能を維持・改善することで、元のように生活ができるようサポートしています。今回の特集では、リハビリテーションが担う役割やリハビリテーションを行うスペシャリストについてご紹介していきます。

期間限定 限定半日ドックキャンペーン

実施期間 平成31年1月4日～3月29日 ※3/4(月)、3/18(月)は女性限定日です。

対象者 半日ドック料金を全額個人負担の方のみ

検査料金 **25,000円** (税込)

※ 男性にはPSA(前立腺)検査、女性には骨密度検査をお付けします。

限定半日ドックお値打ち価格オプション

血圧脈波検査	1,500円
睡眠時無呼吸検査	1,500円
胸部CT検査	7,000円
脳ドック	33,000円

主なオプション

LOX-index®	13,000円
アレルギー検査	13,000円
認知障害検査	20,000円
遺伝子検査	40,000円

※上記以外のオプションもございます。お気軽にお問い合わせください。
※他の健康診断との併用はできません。

各日先着
35
名様

PREMIUM レディースドック

実施期間 平成31年3月4日(月)、3月18日(月)

検査料金 **30,000円** (税込)

ランチ券
付き

検査項目 (半日ドックに下記項目がセットになっています)

- 子宮頸がん検査
- 乳がん検査(マンモグラフィ2方向)
- 骨密度検査
- CA125(血液検査)
- 塩分検査(尿)
- 栄養指導(希望者のみ)
- 結果説明

※ PREMIUMレディースドックには人数に限りがあるため、予約をお断りする場合がございます。
※ 他の健康診断との併用はできません。

お問い合わせ・お申し込み

JCHO 可児とうのう病院

健康管理センター

TEL 0574-25-3115

受付時間 平日13:15~17:00

リハビリテーション
(Rehabilitation)とは

「リハビリ」というと、なんとなく手足を動かしたり運動したりするイメージをお持ちだと思います。それら運動機能の回復も大切なのですが、元々は「re:再び、戻す」と「habilis:権利、適した、ふさわしい」の2つの言葉を足した造語で「人間らしく生きる権利の回復」を意味します。障害などがあっても、その人らしく生き、生活していく権利があります。その過程をお手伝いしていくのが、リハビリテーションの本来の役割です。

JCHO可児とうの病院では、病気やケガ等で入院された患者さんがリハビリテーションを通じて住み慣れた家に戻り、元のよう生活ができるようサポートすることが重要だと考えています。完全に元どおりになることが難しい場合でも、「誰かの助けがあれば家に帰れるのか?」「福祉用具を活用すれば帰れる

のか?」などのさまざまな可能性を考え、プランニングすることに努めています。



リハビリテーションを行うスペシャリスト

理学療法士

「寝返り」「起き上がり」「立ち上がり」「歩行」など身体の基本動作を改善する専門家です。

作業療法士

「食事」「洗面」「トイレ」「入浴」「着替え」など、具体的な生活行為を支える専門家です。

言語聴覚士

「失語症」や「聴覚障害」など言葉のコミュニケーションと「嚙む」「食べる」「飲み込む」など食事に関する機能の専門家です。

理学療法士
Physical Therapist

いかに痛みなく動かせる
ようにするか、
理学療法士の腕の見せ所

主任理学療法士 奥村 和彦

リハビリテーションは医師からの指示によって行います。しかし、具体的な方法は理学療法士に任せられる部分が多いため、責任は重大ですがその分やりがいを感じています。また、患者さんの状態は十人十色です。1人として同じ状態の方はいないため、関節の曲げ伸ばし

ひとつとっても目の前の患者さんに合わせて曲げる範囲や力加減を調整しています。

一般的にリハビリテーションは「痛い」「しんどい」というイメージがあるかと思いますが、痛みがある状態で無理に動かしても体全体に力が入ってよけいに動かしづらくなります。「リラックスした状態で、いかに痛みなく動かせるようにするか?」が、理学療法士の腕の見せ所です。



主任理学療法士 奥村 和彦

JCHO可児とうの病院では「急性期病棟」「地域包括ケア病棟」「附属介護老人保健施設」「訪問リハビリテーション」と、長いスパンで患者さんのリハビリテーションを実施できる体制を整えています。入院から在宅までしっかりとフォローすることで、住み慣れた家での健やかな毎日をサポートしています。



作業療法士
Occupational
Therapist

その人らしい豊かな生活を
送れるようサポートするのが
作業療法士の役目

作業療法士 大澤 倫香

健やかな日常生活を送るには、食事、洗面、トイレ、着替え、入浴などの動作や、掃除・洗濯・炊事などの生活を維持するための行為、ご家族とのコミュニケーションや地域への社会参加が重要です。地域の中で、その人らしい豊かな生活を送れるようサポートするのが、作業療法士の役割です。作業療法士は医師からの指



作業療法士 大澤 倫香

示を受けると、まずは患者さんの状態の評価を行います。そして患者さんやご家族と一緒に目標を確認しあい、さまざまな道具を使ってリハビリテーションを行います。

JCHO可児とうのう病院では、手や指のケガの方に対してのリハビリをはじめ、足や腰の骨折の患者さんの場合も早い段階から作業療法士も一緒になってサポートする体制を整えています。退院前にスタッフが自宅を訪問して快適な生活が送れるよう「手すり」をはじめとした住宅改修の提案も行っています。

患者さんにとっ

て入院生活は、心身ともに負担がかかり、退院後の生活に對しても不安があるかと思えます。

作業療法士が関わることで不安な思いを少しでも軽減できるような心がけをしています。



ニュース
&
トピックス

vol.24

未来の医療従事者を目指す

学生のための

体験セミナーを開催しました

可児とうのう病院では、未来の医療従事者を目指す学生に、体験セミナーを企画しています。

8月に「みてみようドクターの仕事!」
と「ふれあい看護体験」を開催しました。

「みてみようドクターの仕事!」は夏休みの間に県内の複数の医療機関で開催され、県内の将来医師を目指している中学生・高校生が医師の仕事を体験したり意見交換などをおこなう県の事業です。可児とうのう病院ではAEDを使用した救急救命体験や医師との交流会などをおこないました。

「ふれあい看護体験」は5月2日から来年の3月29日まで県内の病院などで開かれており、可児とうのう病院は看護に興味のある学生が車椅子やストレッチャーを使用した患者模擬体験、血圧測定体験、病棟での看護体験などをおこないました。参加者からは「ドラマなどを見て救急救命の仕事に興味があり参加したが、救急患者さんの治療は時間との勝負だということを教えられました」、「今回の体験セミナーを通じて医師になりたいという気持ちがより強くなった」、「看護師の仕事の幅は広く、患者さん一人ひとりに気を配っていたのが印象的でした」など、自分たちの夢に向かって貴重な体験ができたと話していました。



• AEDを使用した救命救急体験



• 血圧測定体験

市民公開講座を開催しました

皆さまが耳にすることも徐々に増えてきた、「ロコモ(ロコモティブシンドローム)」をテーマに名古屋大学医学部附属病院の石黒直樹病院長を講師にお招きし講演いただきました。

当日は雨予報にも関わらず200名を超える方にご来場いただき、健康寿命とは何か、どうすれば延ばすことができるのか、丁寧にお話しいただきました。また、同日美術ロフト・小劇場ホワイエにて、骨密度測定等を行う健康相談や介護相談も開催しました。



健康相談・介護相談も盛況でした。

岩永耳鼻咽喉科・中部いびき睡眠障害研究所



ライフワークとして、長きにわたって睡眠障害の治療に取り組んでいます。



岩永耳鼻咽喉科

住所 美濃加茂市大手町2-28
電話 0574-25-4255
診療科 耳鼻咽喉科・いびき・睡眠障害 P有

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~12:30		○	○	/	○	○	☆	/
15:30~18:30		○	○	○	○	○	/	/

☆土曜は8:30~13:00

岩永耕 院長



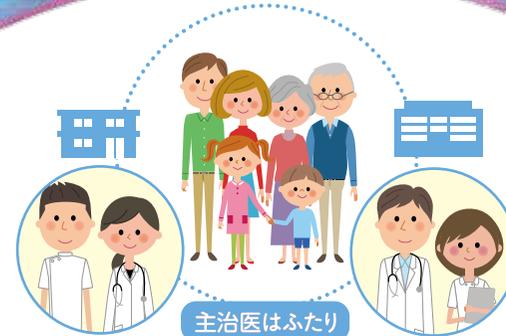
すべての患者さんが笑顔になって帰っていく。そんな診療を心がけています。

美濃太田駅から徒歩3分の「岩永耳鼻咽喉科」。隣には学会認定施設として承認を受けた「中部いびき睡眠障害研究所」が併設され、喉から上の病気全般の治療に加えて「睡眠時無呼吸症候群」の治療も行っています。岩永院長のモットーは「家族や身内と考える治療すること」。治療に必要であれば厳しいこともしっかりと伝えながら、時にはユーモアを交えて患者さんとまっすぐ向き合っています。

医療連携ひろば

地域の医療機関 (かかりつけ医)

体調不良の際の相談
日常的な病気の治療など
入院や精密検査が必要な時は、病院へ紹介



主治医はふたり

地域のかかりつけ医とJCHO可児とうの病院の医師が連携し合い、ひとりの患者さんに対して共同で継続的な治療を行います。

JCHO 可児とうの病院

精密検査や手術、専門的な治療が必要な外来・入院治療

かかりつけ医の紹介状があれば優先的に診療を受けられる

退院時の相談、在宅医療、かかりつけ医の紹介、転院先の病院や施設などを紹介

JCHO可児とうの病院医療連携室「みどりの窓口」では、連携している地域のかかりつけ医との関係を深め、より充実した地域連携を提供できるように努めてまいります。



地域医療機関とJCHO可児とうの病院を結ぶ架け橋
医療連携Drスマイルリレー

うえだクリニック



患者さんのニーズに応えるため、禁煙外来や在宅医療にも力を入れています。



うえだクリニック

住所 美濃加茂市下米田町小山1046-7
電話 0574-26-2281
診療科 内科・外科・脳神経外科・リハビリテーション科 P有

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00		○	○	○	○	○	☆	/
16:00~19:00		○	○	○	/	○	/	/

☆土曜は9:00~13:00

上田竜也 院長



ホームドクターとしてなんでも気軽に相談できるクリニックを目指しています。

美濃加茂市で10年にわたって地域医療を支えてきた「うえだクリニック」。清潔感のある明るいクリニックで、風邪、高血圧、糖尿病などの内科疾患や怪我の治療をはじめ、頭痛、認知症、脳卒中後遺症の診療も行っています。脳神経外科医としての経験を通して、重い病気になる前の血圧のコントロールや早期治療の大切さを痛感したという上田院長。また、専門性の高い検査や治療を必要とする患者さんには高度な機能をもつ病院を紹介しているそうです。

“地域包括ケア病棟”についてご紹介します



地域包括ケア病棟とは…

住み慣れた地域・自宅暮らしを合言葉に「自宅に帰る」ことを目的に、一定の入院期間の中で退院準備を行っていく病棟です。当院では、H27年9月から東3病棟(53床)を開設しています。徐々に利用する患者さんも増え、自信を持って退院される患者さんを笑顔で見送っています。



地域包括ケア病棟の機能とは

- ① 自宅で暮らす気持ちの準備と、心身機能の回復 (リハビリテーション)
- ② 自宅復帰に向けてのサービス調整 (退院支援)

イメージ図



在宅療養されている方も、何らかの理由で一時的な入院が必要な時には利用することができます。詳しくはみどりの窓口までご相談ください。

- ・退院に不安
- ・在宅まであと一歩
- ・施設の入所待ち
- ・リハビリ
- ・退院支援

四季の健膳

shiki
no
kenzen

秋

調理師が考える健康食をご家庭で！
JCHO可児とうの病院内の『病院食』は、院内の栄養管理室が献立を考え、調理を行っています。そのなかで、郷土料理や季節ごとの旬を取り入れた特別な献立を、月に一度ご用意しています。「健康的でおいしく、見た目にも食欲をそそる料理を」と調理師が考えたメニューです。

鮭の朴葉味噌焼き

材料 【2人分】

- | | | |
|--------------|------------|--------------|
| ● 鮭 2切 | ● ネギ 5g | 《飾り用》 |
| ● タマネギ 1/4個 | ● 朴葉みそ 20g | ● 人参(もみじ) 6枚 |
| ● 赤パプリカ 1/4個 | ● 酒 小サジ1 | ● 松茸里芋 2個 |
| ● 黄パプリカ 1/4個 | ● みりん 小サジ1 | |
| ● しめじ 20g | ● 朴葉 2枚 | |

作りかた

- ① タマネギ、パプリカを食べやすい大きさにスライスし、しめじも食べやすいようにほぐす。
- ② オープンで鮭を焼く。
(200℃で20分。電子レンジやグリルで中まで火を通してよい。)
- ③ タマネギ、しめじを茹でる。(炒めてもよい。)
- ④ パプリカも別に茹でる。(炒めてもよい。)
- ⑤ ③で火を通した材料と調味料Aを混ぜ合わせ、鮭の上のにせる。
- ⑥ 朴葉の上に焼いた鮭をのせ、パプリカを散らし、ネギを添える。
- ⑦ 飾りの野菜を添えて出来上がり。



調理師の前田菜月

岐阜県の郷土料理「朴葉味噌焼き」を鮭でアレンジ。インスタ映えるように、色鮮やかな食材で彩りを加えています。味噌をかけた後にトースターやグリルで表面に焦げ目をつけると、さらに香ばしくいただけます。ご家庭ではホイル焼きにすると、より簡単に、バターを添えると一味変わったおいしさになります。また、松茸の形をした里芋や栗ごはんと合わせることで、秋らしさを感じられる工夫をしました。このメニューで患者さんに「ふるさと」を思い出していただけると嬉しいです。



さまざまな不調…

原因は「亜鉛欠乏症」 かもしれません。

牡蠣や肉類などに多く含まれる「亜鉛」ですが、欠乏状態になると身体の不調の原因となることが知られています。その状態を知るための検査が『血清亜鉛検査』です。可児とうの病院では定期検診のオプションとして1300円で受けられ、検診当日の追加も可能です。



「亜鉛」が足りなくなると、どうなるの？

「亜鉛」は全身の筋肉や骨、たんぱく質を作る際に必要な必須微量元素です。成人では1日に10mg程度が必要なのですが、体内では生み出すことができないため食事から摂取する必要があります。体内の亜鉛が欠乏すると、食事の味がわからなくなる「味覚の異常」をはじめ「食欲の不振」や「皮膚炎」「関節痛」「下痢」「うつ状態」「脱毛」「貧血」などさまざまな症状が引き起こされます。外食や冷凍食品、インスタント食品を多く食べる方や高血糖・高血圧・肝臓障害のある方、なんとなく疲れやすく、口内炎がしやすい方は亜鉛欠乏症の可能性が考えられます。



成人男女の約3割は亜鉛欠乏状態？

成人男女の約3割は亜鉛欠乏状態にあると言われていますので、ライフスタイルの変化による食生活の乱れや身体の不調を感じたら『血清亜鉛検査』を受けてみましょう。



vol.14



亜鉛が不足すると、成長期には発育障害にもつながりますし、大人になると不妊症や認知症などの原因にもなると言われています。QOL向上のため、年齢にかかわらず検査を試みることをお勧めします！



検査部 臨床検査技師 池戸由加

『血清亜鉛検査』の予約を希望される方は、健康管理センター(0574-25-3115)までお気軽にお問い合わせください。