

医療法人社団 紫苑会 理念 あなたを支えたい、そして笑顔に出会いたい。



田中クリニック& いきいきリハビリ病院 「統合決定」



田中クリニックといきいきリハビリテーション病院の統合プロジェクトが始動しました。皆さん、紫苑会ではついに懸案でありました「田中クリニック」と「いきいきリハビリテーション病院」の統合を実現するべく具体的計画を実施する段階になりました。ここに、紫苑会の統合についての決意を表明します。

まず、紫苑会の生い立ちを述べます。紫苑会の前身は、私、田中博が昭和63年に開院しました田中クリニックです。当時この地域には医療機関が十分に配置されておらず、質が高く機動性の高い地域医療の展開が地域のニーズとして挙げられていました。この要望に答えるべく田中クリニックが開院しました。当然、機動性の高い医療には病床が必要であり、地域患者の入院の要望にも答えるため有床診療所としました。20年以上診療を続けてきましたが、この地域の方々の為になんとか合格点をいただける仕事ができただけかなと思っています。また私は、リハビリテーション医療の重要性を理解し、この地域にリハビリテーションの専門病院を設立することを決意し、平成16年に病院の開院に至りました。病院は順調にリハビリテーションの地域中核として発展してきており頼もしく思っております。

さて田中クリニックでは、先の平成23年8月、有床ベッドの返還を申し入れました。その際の口上では、いきいきリハビリテーション病院に田中クリニックの入院機能を移設することで法人がもつ医療資源を有効に活用し、入院管理における24時間体制の強化も挙げ、また地域医療のセーフティネットの拡充には避けて通れないテーマだったわけです。我々は医療の提供において二大テーマをもっています。ひとつは、地域にセーフティネットを張り、地域医療の中核施設となるということ。もう一つは、リハビリ医療を掲げ地域リハビリのリーダーとなることです。地域医療の中核施設となるためには、外来にて精度の高い満足できる疾病管理を提供し、地域の方々へ安心できる医療を提供する必要があります。急性期・亜急性期患者の方々へ地元で安心できる入院医療を提供するには、優しい入院病棟が必要です。在宅生活の継続を支えるには緊急入院を必要とする方々へ速やかな入院医療を提供することが必要です。リハビリ医療を掲げ地域リハビリのリーダーとなるためには、圏域の数少ないリハビリ専門医療を提供しうる場であることを自覚し、広い範囲をカバーする施設であり続ける必要があります。また、時代を先取りしたあるべきリハビリの姿を模索し続ける心意気が必要です。

私は、田中クリニックといきいきリハビリテーション病院の統合により、この2大テーマが更に大きく育つものと確信し、統合計画を実施に移すことを決意したのです。様々な統合に関連する問題点はすべて解決しつつあります。

統合の日は平成25年4月1日です。職員の皆さんにおいては、自信をもって突き進む法人の方向性に信頼をおいていただき、共にこの統合を成し遂げましょう。施設ご利用者様、地域の方々はじめご関係いただく方々につきましては、今以上に精進していく所存ですので、何卒ご理解・ご了承またご指導いただきたくお願い申し上げます。

理事長 田中 博

◆Contents◆

- ☆田中クリニック・いきいきリハビリテーション病院統合決定 ☆膝の痛みと健康ブーム
- ☆居宅介護支援事業所の紹介 ☆防災訓練 ☆現代人の運動不足について
- ☆出前講座 ☆副理事長のひと言コラム ☆薬をのむタイミング



膝の痛みと健康ブーム（その2）

さて今回は、前回の続きからお話ししましょう。変形性膝関節症の治療で有効なのは、

- ① 消炎鎮痛剤の内服・外用（痛み止めや、湿布・塗り薬など）
- ② ヒアルロン酸の関節注射
- ③ リハビリテーション（関節の運動）

このどれもがお勧めですが、特に②については早ければ早いほど良いです。膝の関節が完全に変形してしまってからでは、いくら良い注射も効きにくくなってしまいますので、閉経後、できれば60代には打ち始めたいところです。よく「膝の注射はものすごく痛い！」と怖がる方も多いのですが、実際打った方のほとんどは、「あれ？こんなものなの？そんなに痛くないじゃない」とおっしゃいます。もしお悩みの方がいらっしゃったら、是非ご相談ください。

また近年は、健康ブームで、「コンドロイチン」や「グルコサミン」など、様々なサプリメントがTVや雑誌で山のように売り出されていますね。しかも、ものすごく効きそうで、思わず買いたくなってしまうのはどなたでも経験があたりだと思います。効くか効かないかは物にもよりますので断言できませんが、私個人は、患者様からご相談いただいた時、「1～2か月飲んでみて、効いてる感じがしないなら、お止めなさいな」とお話ししています。「長く飲まない」と効かない」というのは、昔から薬を売る時の決まり文句ですが、近年の医療では何か月も何年も飲まなければ効かないようなものは、正直「薬」とは言えません。こういった健康ブームに便乗する業者の中には、体の不安がある人につけ込む、ひどい輩もいるようです。みなさんお気を付けください。

「できるだけ無駄なお金は使わずに、効果のある治療」を心がけたいものです。

整形外科医：幾見俊介

部署のご紹介

こんにちは！ 居宅介護支援事業所ふじです

当院開設時より地域の方々のご自宅に訪問し、介護保険全般に関する対応を行ってきました。現在、主任ケアマネジャー2名とケアマネジャー1名の計3名で対応しています。

ケアマネジャーの仕事内容は、

- ① 介護保険の説明と申請代行
- ② 介護サービス事業所の説明
- ③ 介護用品や福祉用具の紹介、住宅改修の申請
- ④ 介護サービスのプラン作成と管理
- ⑤ 高齢者福祉サービスの説明等



住み慣れた地域で、いきいきと元気に生きがいや潤いのある生活を送って頂ける様に、利用者様やご家族の介護負担の軽減、精神的ストレスの緩和等、ご自宅での生活を継続していただけるような介護サービスの調整を行っています。

『楽しければ心が動く・心が動けば体が動く』をモットーに、居宅介護支援事業所ふじは、利用者様やご家族の生活に笑顔と生きる力を与えられるように努力して参ります。もしも介護保険全般でお困りの事がありましたら、お気軽にお電話ください。今後も居宅介護支援事業所ふじをよろしくお願いします。

主任ケアマネジャー：立石美智枝

～防災訓練を実施しました～

9月7日（金）いきいきリハビリテーション病院にて防災訓練を行いました。昨年の東日本大震災や静岡県東部で発生した地震もあり、災害時に対する危機意識の向上と、発生時に慌てることなく患者様やご家族への避難誘導ができるように訓練を行いました。今回消防署の方からいただいた講評をふまえて更なる訓練を行い、災害発生時に備えていきたいと思ひます。

消火開始



炊き出し



現状の報告



消火器訓練



消防署からの講評



消防署員の皆さま暑い中ご指導頂きありがとうございました



～現代人の運動不足について～

近年、自動車や家電の発展により、私たちの生活は便利になりました。反面、機器に頼ることが多くなり、私たち自身の体を使うことが少なくなってきました。運動不足というより生活活動不足といった方がいいでしょうか。

以下に挙げる①～⑤に心当たりはありませんか？

- ① 外出は必ず車を使用する
- ② 駐車場は入口近くに停める
- ③ 買い物は必ずカート（重い物を持たなくなった）
- ④ 定期的な運動はやってない
- ⑤ 1日10分以上連続して歩かない



3つ以上当てはまる方は、既に運動不足な生活習慣が身についています。そして、体を動かすとすぐに疲れる方は、体力・筋力低下の危険信号です。運動不足は生活習慣病のリスクを高めます。また体力低下は免疫機能も低下させ、病気にもかかりやすくなります。そして、筋力低下が転倒を招き、骨折につながります。つまり、いきいきとした生活を送るには、体力・筋力の維持、向上が必要になります。そこで提案です。運動は苦手…という方も、車を少し遠くに置いて早歩きで歩く、エレベーターを使わないで階段を使うなど、生活の中で体を動かす機会を増やしましょう。少しの意識が体を変えます。いつまでも元気で健康的な体を保ちましょう。

理学療法士：成瀬友貴

「法人出前講座」のご案内

私ども紫苑会では、市民の皆様（小グループでも対応いたします）のご要望に対して、出張して医療・健康に関する講座、勉強会を行う「出前講座」を企画しております。ご要望がございましたらお気軽にお問合せください。（連絡先：医療連携室 担当：山中良二）

しおんだよりに「ひと言コラム」の枠をもうけ、皆さんに語りかけを続けています。今回は、「群盲象をなでる」ということわざについてお話します。これは高山がなるほどと頷いたことわざの一つです。寓話からのことわざだそうです。むかし、目の見えない方が、ゾウに触れることで、それが何だと思うか問われたと言います。足を触った方は「柱のようです」と答えました。尾を触った方は「綱のようです」と答えました。鼻を触った方は「木の枝のようです」と答えました。それぞれの方が自分が触ったところについて正しく答えました。それを聞いた賢者は、「あなた方は皆、正しい。あなた方の話が食い違っているのは、あなた方がゾウの異なる部分を触っているからです。ゾウは、あなた方の言う特徴を、全て備えているのです」と諭されました。この話の教訓は、「真実」とは一つの見解だけではなく、立場が異なれば、表現が異なる場合もあり、見解の違いが見方の違いであることを理解し、互いを尊重し、より全体的な真実を求めなければならない、ということです。これは色々な場面で当てはまります。自分の考えだけが正しいということはありません。自分の見ている姿が本質であるという保証はありません。医療の現場は相対的で流動的であることを理解し、調和と協調、信頼に基づくチーム医療を成し遂げていきましょう。



副理事長：高山吉弘



薬をのむタイミング！

「薬を食間にのんで」と言われたらいつのみますか？食事をとりながら？それとも食事と食事の間？正解は食事と食事の間です。具体的には食事の 2～3 時間後空腹時。昼食と夕食の食間なら午後 3 時位のおやつを食べるタイミング(でも食べないで)。ちなみに食後は食事の後 30 分以内。食直後は食事のすぐあと「ごちそうさま」の時。食前は食事の前 30 分～1 時間の空腹時。食直前は「いただきます」と同時ぐらい。ねる前は薬によって異なります。ねむろうと思った時、またはねる前 30 分～1 時間。薬の吸収をよくする事、薬を効果的に作用させる事、薬の副作用ができるだけ起こらないようにする事など考えて、薬をのむタイミングは決められています。自分の判断で薬をのむタイミングを勝手にかえると、薬本来の効果が期待できなかったり、予想できない副作用がおき、重大な事態を引き起こす可能性があります。薬を出してくれる医師の話をよく聞いて、決められた薬を決められたタイミングでのむようにしましょう。のみ方がよくわからないときや、そののみ方でのむ自信がない時は医師や薬剤師に相談してみてください。のむタイミングを変えられないなら、その理由と、いいアドバイスを教えてくれるはずです。

薬剤師：佐野穰太郎



ご意見・ご要望・その他お問い合わせは下記までご連絡ください。



医療法人社団 紫苑会

いきいきリハビリテーション病院

〒419-0205 静岡県富士市天間1640-1

TEL 0545-73-1919

FAX 0545-73-1916

フリーダイヤル：0120-191-719

URL <http://www.iki-iki-hp.com>

田中クリニック・田中クリニック健診センター

〒419-0202 静岡県富士市久沢1652-1

TEL 0545-71-0160

FAX 0545-71-0950

E-mail jinji@iki-iki-hp.com