

ご自由にお持ち帰り下さい

かにえ病院 だより

2020年冬号

新年のご挨拶
認知症とともに忘れ
入院患者満足度調査 結果報告



新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。

海部医療圏では、隣接する名古屋医療圏に先行する形で高齢化が進行しています。

こうした超高齢社会を見据え、地域にふさわしいバランスのとれた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、地域医療構想では必要となる病床数（病床の必要量）を4つの医療機能（高度急性期・急性期・回復期・慢性期）ごとに推計した上で、各々の医療構想区にて地域の医療関係者の協議する地域医療構想調整会議が開催されています。

厚生労働省は、地域医療構想調整会議の結果をもとに令和元年9月26日、市町村などが運営する公立病院と日本赤十字社などが運営する公的病院の25%超にあたる全国424の病院について「再編統合について特に議論が必要」とする分析をまとめ、病院名を公表しました。

海部医療圏では、2公立病院がその対象として公表されました。こうした海部医療圏の病床の機能の分化と連携は公的病院のみではなく、民間病院が一致協力して成しえるものです。

尾張温泉かにえ病院は、回復期の医療機能を有する病院として病床の機能の分化と連携を進め、効率的な医療提供体制の構築を目指します。

また、介護老人保健施設かにえは昨年10月26日に地元の皆さまのご協力をえて、開設以来の念願であった老健秋祭りを初めて開催することができました。

さらに、法人全体として介護予防事業「若がえり塾」、蟹江町介護予防委託事業「おんせん塾」などの温泉プールを利用した介護予防事業に取り組んでいます。また、「転ばない為の身体づくり」、「椅子を使ってできる介護予防体操」、「セラバンド（ゴムバンド）体操」、介護保険における通所・訪問リハビリテーションの紹介など、蟹江町内の団体向けに無料の出前講座も行っています。こうした総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）は地域リハビリテーションの一環として益々、重要になります。

医療法人瑞頌会は、尾張温泉かにえ病院と介護老人保健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」の一員として地域の医療・介護連携を推進いたします。

本年もより一層のご支援を賜りますよう心よりお願い申し上げます。

令和二年元旦

医療法人瑞頌会 理事長 真野寿雄



～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. 患者さんと共に

患者さんの人権を尊重しながら、患者さんそして家族とともに問題を解決し、常に信頼される病院になるよう努めます

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施設・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

5. 安定した病院の経営

スタッフの研修を積極的に行い、人材を育成して病院の基盤を強化します

認知症ともの忘れ

「もの忘れ」を「認知症ではないか？」と心配させる方がいます
が、「もの忘れ」は年齢とともに誰にでも見られるものです。

普段の生活に支障をきたすような場合には認知症の可能性も
ありますが、その違いを表にしてみました。

加齢による「もの忘れ」	認知症による「もの忘れ」
経験したことを部分的に忘れる	経験したことすべて忘れる 新しく起こったことを覚えられない
ヒントがあれば思い出す	ヒントがあっても思い出せない
自覚があって、心配する	自覚がなく、あまり心配しない
何年も進行や悪化がない	ゆっくり進行していく
日常の生活に支障がない	日常の生活に支障がある

また、認知症は病名ではなく「もの忘れ」とも違って、その原因となる病気はたくさんありますので鑑別することも大切です。

代表的なものにはアルツハイマー型認知症、血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症があります。

最も多いのはアルツハイマー型認知症であり、その代表的な症状は「もの忘れ」と言えます。

次のページに簡単なテストを用意しましたが、
心配な方は神経内科や精神科などの専門医に
ご相談ください。

神経内科・認知症サポート医
院長 榊原敏正



大友式認知症予測テスト

認知症の初期症状を
自己チェック

このテストは、ごく初期の認知症や認知症に進展する可能性のある状態などを、ご自身や家族が簡単に予測できるように考案されたものです。自己チェックしてみましょう。

質問項目	ほとんどない	ときどきある	頻繁にある
同じ話を無意識に繰り返す	0点	1点	2点
知っている人の名前が思い出せない	0点	1点	2点
物のしまい場所を忘れる	0点	1点	2点
漢字を忘れる	0点	1点	2点
今しようとしていることを忘れる	0点	1点	2点
器具の使用説明書を読むのが面倒	0点	1点	2点
理由もないのに気がふさぐ	0点	1点	2点
身だしなみに無関心である	0点	1点	2点
外出がおっくうだ	0点	1点	2点
物（財布など）が見当たらないを他人のせいにする	0点	1点	2点

該当する項目の数字を合計して下さい

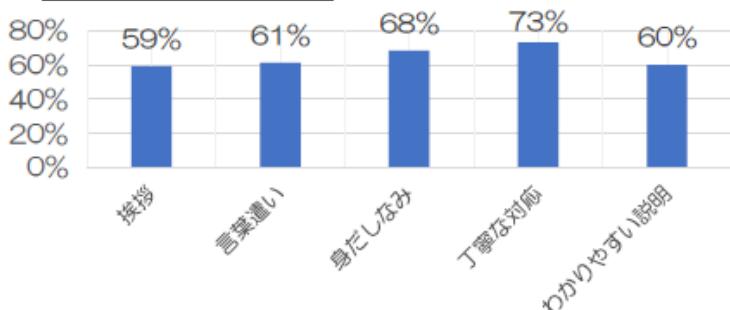
0~8点	正常	もの忘れも老化現象の範囲内。疲労とストレスによる場合もあります。8点に近かったら、気分の違う時に再チェック。
9~13点	要注意	家族に再チェックしてもらったり、数ヶ月単位で間隔を置いて再チェックを。認知症予防策を生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。
14~20点	要診断	認知症の初期症状が出ている可能性があります。家族にも再チェックしてもらい、結果が同じなら専門医にご相談下さい。

～認知症予防財団 HP より抜粋～

入院患者満足度調査 結果報告

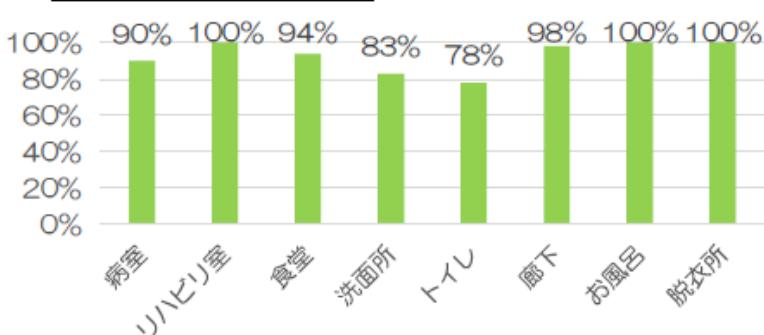
当院では入院の患者やそのご家族の皆さんに満足して頂ける医療サービスを提供するため年に一度、患者満足度調査を実施しています。その集計結果を一部紹介します。

○職員の接遇について



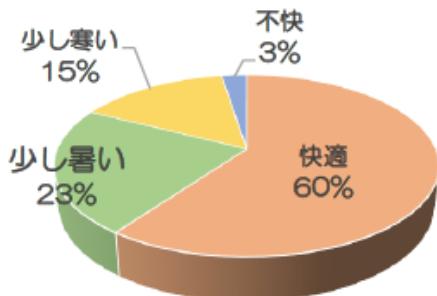
「できている」と評価された割合は6割から7割程度でした。
100%を目指して、改善していきます。

○施設の清潔さについて



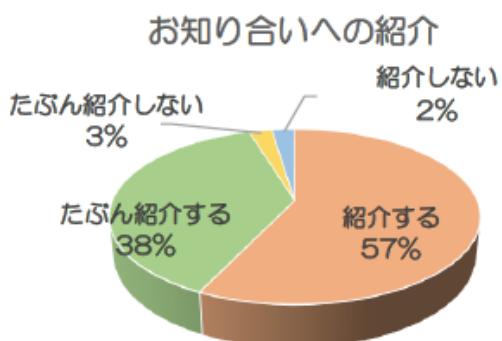
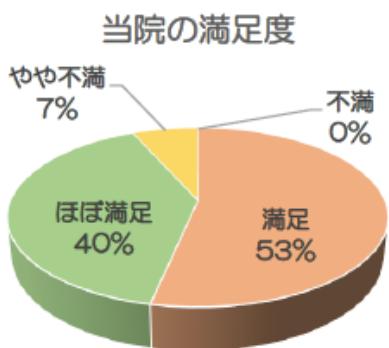
「ほぼきれい」「いつもきれい」と評価された割合がリハビリ室、お風呂、脱衣所は100%でした。
すべての項目での100%を目指します。

○病室の室温について



「快適」と感じて頂いている割合が60%でした。
夏場の調査結果です。感じ方の個人差にも配慮しながら、できるだけ心地よく過ごして頂けるよう、エコ委員会が日夜奮闘しています。

○総合評価



この調査結果を受け、出来る限り皆さん一人一人のお気持ちを大切にして、少しでも快適に過ごして頂ける病院を目指していきます。

日頃のご意見・ご要望に関しては、院内に設置してあるご意見箱をご利用いただきか、最寄りの職員までお声掛けください。

初心者でも簡単!!エアロビクスステップ

寒さも厳しくなり、朝起きるのが辛い季節になりましたね。この時期になるとおせち料理やお餅などついつい食べ過ぎてしまい、体重が増えやすい季節です。食べ過ぎには注意し、体重のコントロールを心掛けましょう。今回は体重の減量には欠かせない有酸素運動を手軽に家の内で行う方法をご紹介します。

ステップ①

①



②



- 1.両肘を曲げて後方へ引き、左側へステップする際に右脚をあげます。
- 2.手を前にまっすぐ伸ばし、反対方向にステップします。①と同様に両肘を曲げて左脚を上げます。
- 3.左右交互に繰り返し行います。

目安:15回×2セット

ステップ②

①



②



- 1.足を左右に広げて右手を上に上げます。
- 2.右脚にしっかりと体重を乗せ、左膝を上げます。
同時に上に伸ばした右手で、持ち上げた膝にタッチします。
- 3.片方ずつ15回繰り返します。

目安:15回×左右2セット

体重を落とすにはどんな運動を行ったらいい?

体重の減量に必要な運動は主に“**有酸素運動**”です!!

有酸素運動とは…ウォーキングやジョギング、エアロビクス、サイクリング、水泳など、長時間継続して行う運動をさします。短時間で息切れするような運動ではなく、やや楽と感じるペースで続けられる程度の運動強度が最適です。

注意点

- ① 生活習慣病・心肺機能の異常がある場合は、医師に相談する。
- ② 運動前には準備運動、運動後には整理運動を行う。
- ③ 無理をせず、痛みを感じたら中止する。

旬の食材を食べよう ~ほうれん草~

ほうれん草は様々な品種があり、1年を通して栽培されていますが旬は11~1月です。

ビタミンやミネラルが豊富で栄養価がとても高い野菜です。

この時期のものは色が濃く、夏に収穫されるほうれん草より、栄養も豊富で甘みがあると言われています。

今が旬のほうれん草を食べて、寒い冬を乗り切りましょう！

ほうれん草の主な栄養素

・鉄

ほうれん草に含まれる代表的な栄養素です。貧血予防に効果があります。肉類や酸味のある酢や梅干しなどと一緒に食べると吸収率がアップします。

・ビタミンC

免疫力を高めるため、風邪予防になります。また、コラーゲンの合成やメラニンの沈着を防いだりするため、美肌効果が期待できます。ビタミンEを含むゴマなどと一緒に食べるとより効果的です。鉄の吸収率アップの効果もあります。

・マンガン

ほうれん草の根元の赤い部分に含まれており、骨の形成を助ける栄養素です。捨ててしまいかちな部分ですが、しっかりと洗って、ぜひ使用してみてください！

・β-カロテン

皮膚や粘膜の形成、免疫を整える働きがあります。肌の乾燥を防いだり、風邪予防のために必要な栄養素です。ほうれん草 100g で 1 日に必要な β-カロテン の 40% を補うことができます。脂溶性であるため、牛乳やマヨネーズなどと一緒に摂ると良いでしょう。

※シウ酸

体内で鉄分と結合するため、鉄分の吸収率が低くなってしまいます。シウ酸は茹でると溶けだします。ただし、茹ですぎるとビタミンCが溶け出してしまうので注意しましょう！



ほうれん草のキッシュ

<材料 2人分>

- ・ほうれん草：100g（約半束）
- ・じゃがいも：80g（約1個）
- ・たまねぎ：80g（約半個）
- ・ワインナー：20g
- ・卵：2個



- ・普通牛乳：大さじ2
- ・スライスチーズ：1枚
- ・コンソメ：小さじ1
- ・こしょう：少々



<作り方>

1. ほうれん草を茹でて、約3cm幅に切る。
2. じゃがいもをいちょう切り・玉ねぎを薄切りにする。
3. ウインナーを食べやすい大きさに切る。
4. 卵を溶き、ほうれん草・じゃがいも・たまねぎ・ワインナーと混ぜる。
5. スライスチーズを小さく切る。
6. 4に★を加えて混ぜる。
7. 耐熱容器に6を流し込み、オープンで表面がこんがりするまで焼く。

エネルギー：約409kcal
たんぱく質：24.0g
脂質：21.8g
カルシウム：250mg
鉄：4.5mg
食塩相当量：3.4g ※2人分

外来担当表

		月	火	水	木	金	土
受付時間：8：30～11：30（診療時間：9：00～12：00）							
午前	内科1	榎原院長 神経内科・内科	下野 神経内科・内科	榎原院長 神経内科・内科	榎原院長 神経内科・内科	榎原院長 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	岡本 内科・総合診療科	伊藤 神経内科・内科	医師（交代制） 内科
	内科3		山田 老年内科		河合 糖尿病内科	服部 消化器内科	
	整形外科	坂野副院長	羽賀	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	山本 脳神経外科	片山 リウマチ科（17：45～）		医師（交代制） 内科	
	整形外科	医師 (交代制)	医師 (交代制)	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

～病院からのお知らせ～

➤ 健診センター

- ・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え

- ・見学随時。お電話または受付窓口で、お気軽にご相談ください

☎ 0567(96)7001(代表)

➤ 居宅介護支援事業所かにえ

- ・お気軽にご相談ください

☎ 0567(96)7009(直通)

医療法人瑞頌会 尾張温泉かにえ病院

通所リハ・訪問リハ・訪問看護

編集・発行：尾張温泉かにえ病院 広報委員会 発行：令和2年1月1日

