

N 全仁会 ニュース News

全仁会グループ
倉敷平成病院 広報誌

2022.8 夏号

No. 106



―特集― 医療を知る 病気を知る
便秘って病気なの？

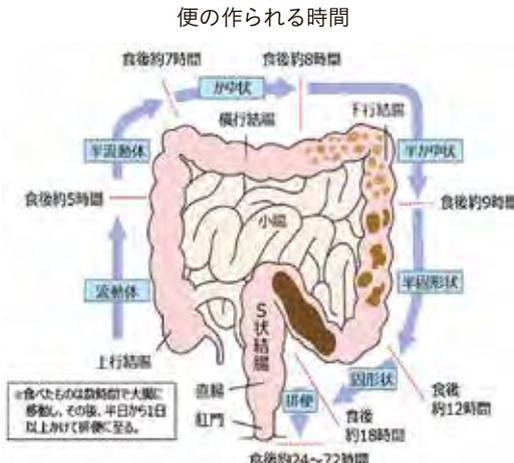
- 4 ピックアップ! …… 放射線部
- 6 コーヒーブレイク Vol.14 …… 脳神経外科部長 救急部長 重松秀明
- 7 1日10分 健康体操 …… 運動+脳トレで楽しく取り組む認知症予防体操!
- 8 季節のおたより …… 全仁会グループ 夏の行事
- 10 プロフェッショナル …… 回復期リハビリ病棟看護師/倉敷平成病院 4階東病棟 看護主任 菅順子
- 11 インフォメーション …… 子宮頸がん予防
ヘルシーレシピ …… りんご酢でさっぱりパンナコッタ
- 12 地域とともに/全仁会トピックス

排便は、人にとって避けられない生理現象であり、便秘は身体的また精神的にも生活全体に支障をきたします。当院の外来患者さんにおいても内科に限らず便秘症治療薬の処方を受けている方がたくさんおられます。

「便秘」とは、本来体外に排出すべき糞便を十分量かつ快適に排出できない状態と定義されています。特に大量に便が貯留しているわけではなければ、排便がない日があっても異常ではありません。便の回数や便の量が減少している、または出せないために大腸に溜まっていて、腹痛、腹部膨満感などの状態になると便秘と考えます。病院で処方を受けたり浣腸などの処置を受けることが必要になると「便秘症」と診断されます。

消化管の通過・生理機能

食べたものは唾液と混ざって食道を数秒で通過して胃に入り、胃酸による殺菌消化、粉砕処理を受け2時間程度で十二指腸に入ります。胆汁と胆汁が混ざり黄色く茶色になり、4〜5時間かけて小腸を通過する間に、栄養とある程度の水分を吸収します。



中野 美和子：Civil Engineering Consultant, 2016: 27:12-15より一部改変
持田製薬服用患者向け冊子スライドより

医療を知る、病気を知る。

特集

便秘って病気なの？

倉敷平成病院 内科部長

都築 昌之

その後は、水様便の状態で大腸に入り、上行結腸、横行結腸を通り水分の吸収が進み、便は徐々に固まって下行結腸、S状結腸を通って直腸に入ります。直腸が膨らんでくると、便に含まれている胆汁酸の刺激で、便意を感じる仕組みになっています。

便秘症の分類と疾患

慢性便秘症は、機能的便秘と器質性便秘に分類されます。患者さんのほとんどは機能的便秘だと思います。硬便や、腹圧の低下、直腸感覚の低下、薬剤性、内科疾患の影響などです。

そして、重大なのは器質性便秘で、大腸癌やクローン病、虚血性腸炎といった疾患のために大腸の中がせまくなり、狭窄または腸閉塞（イレウス）に近い状態になっていることを指します。

便秘と大腸癌

大腸癌は、進行すると大腸粘膜が全周性に盛り上がり大腸の中がせまくなる（狭窄）のため、便が通過しにくくなってきます。この時点では「便秘かな」という症状ですが、もっと進行して完全閉塞に近くなると腸閉塞（イレウス）になり救急搬送になる場合もあります。

こうなる前に大腸癌の前癌病変である大腸ポリープのうち大腸内視鏡で発見することが必要です。大腸ポリープは粘膜から小さく盛り上がりかけている状態で、便の通過を妨げることがないので便秘の原因にもならず無症状です。しかし、見た目にはわからない程度のごくわずかな出血が便に混じるため、便潜血検査を行い陽性なら大腸内視鏡検査をうけて、ポリープがないかどうか検査します。ポリープがあった場合は内視鏡で粘膜切除を行います。

スクリーニング検査

便秘を含めた腹痛に関するスクリーニ

ング検査は、血液腫瘍マーカー（CEAやCA19-9）の測定の他、腹部単純CT検査で、大腸の便のたまり具合や腸の拡張や狭窄の有無、大きな腫瘍がないかなどある程度の形態診断をします。ここまでは通常、外来受診一日で完了し、便秘症なら下剤の処方を開始します。

しかし、何らかの異常所見があり器質性便秘症が疑われる場合は追加検査の予定を立てます。または、緊急の場合や重症度によっては入院が必要な場合もあります。

便秘症の治療

便秘症の治療は、まずは身体的運動を増やすなど生活改善、食物繊維の摂取など食事改善があります。便秘の改善には朝食は最も重要で、毎日十分な排便時間を取れるよう時間や環境を整えることも重要です。

内服薬は、ビフィズス菌や乳酸菌といった腸内細菌叢の善玉菌による整腸剤が排便の助けになります。アレルギー性鼻炎の他、消化器疾患と腸内フローラの関連性など腸内細菌叢の重要性が指摘されています。

マグネシウムやポリエチレングリコールなどの緩下剤、センナやピコスルファートなど刺激性下剤、漢方薬などの内服の他、坐薬、グリセリン浣腸も含め、それぞれの生活状況に合わせた処方を行います。

最後に

ほとんどの方の、機能的便秘であれば、病気というよりはそうした状態診断ということもでき、下剤を含めた治療で症状を解消していけばよいでしょう。

ただし、重大な疾患が潜んでいる可能性や、便秘になりやすい内服剤を持っていかなければいけない他の疾患を持っている方、などについては注意しながら通院、経過観察していくことが必要です。



内科・消化器科

内科では発熱、頭痛、腹痛、全身倦怠、咳、その他初めて当院を受診される患者さん、紹介状をお持ちの患者さんや、どの専門科を受診したら良いかわからない患者さんの診察を行い、血液検査やレントゲン、CT検査など即時に判定し院内の専門科外来へご紹介や入院の必要性なども含め診察いたします。

消化器科は、消化管（食道・胃・十二指腸・小腸・大腸）や肝胆膵領域（肝臓・胆のう・胆管・膵臓）などの疾患に対応しています。また胃の発がん予防を目的とした除菌治療にも対応できるピロリ菌外来を設けています。



内科部長 ^{つづき} 都築 昌之

資格：医学博士

日本内科学会認定医

総合内科専門医

日本消化器病学会専門医

日本肝臓学会専門医

外来診療表

		月	火	水	木	金	土
内 科	午前	杉山	—	—	西	都築	—
	午後	杉山	—	—	—	—	—
消化器科	午前	都築	—	都築	多田	太田	山本
	午後	第1・3・5 ～16:30 松本	岡田	—	—	14:00～ 担当医 【予約制】ピロリ菌外来 井上	—

※診療時間 午前 8:30～12:00 / 午後 13:30～17:00

受診をご希望の方はお電話でご予約ください。

TEL 086-427-1140 [予約専用]

当院は脳卒中・脳神経疾患に対する専門病院としての色合いが強く、その診断に際して、CT・MRI・脳血管撮影などの画像検査は欠かせません。放射線部は、この画像検査全般を専門に行っている部門です。

2022年6月から骨塩定量（骨密度）検査装置を更新しました（Hologic社製 Horizon Ci）。更新以前は骨塩定量（骨密度）検査装置と一般撮影検査装置を同室に設置し検査を行っていましたが、この度独立した専用の検査室を設けましたのでご紹介します。

X線CTでの検査の様子



質の高い画像診断のために

放射線部

放射線部はX線やMRI、エコーなど診断に必要な画像を提供する部門です。画像診断機器はコンピュータ技術発展に伴い日進月歩で先端技術が投入され続けています。そして、医師から要求される画像も高度化・複雑化しています。

私たち診療放射線技師は常に新しい知識と技術を習得し、より良い画像を提供することが大きな役割です。

自分が行った検査が診断や治療に直接的に結びつくため責任は重い仕事ですが、医師や看護師などのスタッフと連携し、チーム医療の一員として業務を行っています。



倉敷平成病院に勤務する医師の
オススメの食べものや曲などの紹介、
趣味の話や旅行記など…
どんなお話が聞けるかな？



愛車「レブル1100」
と共に

マイブーム

私が岡山大学医学部に合格したのは昭和54年の春である。最近はコロナ禍でバイクでのツーリングが流行っているが、そのころは今以上にバイクブームであった。私も大学入学後、自動車の免許のみならず中型自動二輪の免許を早々に取った。大学生の頃にはカワサキZ250FTというバイクに乗っていた。今こそ大型自動二輪の免許も教習所で取得可能だが、当時は400ccを超えるバイクに乗るには「限定解除」といって、県の公安委員会の試験場で実技試験を受け、これに一発合格しないとダメであり、ハードルが非常に高かった。東大理IIIに合格するより難しい。いわゆるナナハンは高嶺の花であったのだ。

外科医となつてからケガは禁物であり、オートバイクからは遠ざかっていた。最近ロシアのウクライナ侵攻のためガソリンが値上がりしているが、平成26年頃にもハイオクガソリンが180円を超える時期があった。その頃燃費の悪いセダンで往復50kmを通勤していたが、交通費を抑えるために一計を案じた。そしてゼロ250というバイクを買って、通勤するようになった。

再びバイクに乗るようになったが、横にハーレー等の大型バイクが止まるといつもコンプレックスを感じていた。一大決心をして翌年55歳で自動車教習所に通い、卒検は一度落ちたものの、無事念願の大型自動二輪の免許を手に入れることができた。すぐに750ccのバイクを買

い、昨年からはレブル1000に乗っている。

よく「バイクに乗ると風を切つて爽快だ」と言われるが、私はそうは思わない。夏は暑いし、冬は寒い。高速道路に乗ると風圧がきつい。車の方がはるかに快適である。しかし少し頑張つてバイクに乗つて遠くにランチを食べに行く、これが格別なのだ！今年もゴールデンウィークに大根島に牡丹を見に行った。バイクを走らせていると、途中で鰻の蒲焼の美味しいニオイがするではないか！ニオイに誘われて店に入ったが、あんなに美味しい鰻を食べたのは何十年ぶりだった。鰻屋は煙で人を呼ぶというが、まさにその通りであった。恐らく車で行っていたなら素通りしていたであろう。

今の私の夢は、愛車に乗って全国のお寺を見て回る事である。自動二輪の免許は無理だと思っているあなた、大丈夫。コツは教えてあげますよ。



大根島「由志園」の「池泉牡丹(ちせんぼたん)」
牡丹の花が池に敷き詰められている。



脳神経外科部長 救急部長 重松 秀明

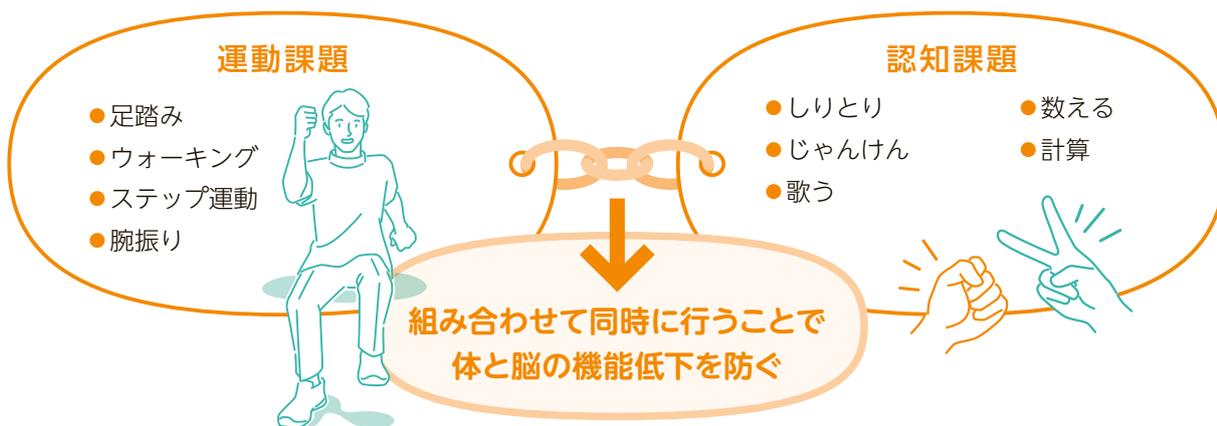
兵庫県出身。私立六甲高等学校、岡山大学医学部卒業。岡山大学、住友別子病院、津山中央病院、岡山赤十字病院等を経て、2016年倉敷平成病院着任、現在に至る。
医学博士、日本脳神経外科学会専門医、日本プライマリ・ケア連合学会指導医、日本定位・機能神経外科学会 機能的定位脳手術技術認定医、日本脳ドック学会など

1日10分健康体操

“運動＋脳トレで 楽しく取り組む認知症予防体操！”

倉敷平成病院 リハビリテーション部 作業療法士 阿部 ひとみ

運動不足や運動習慣がないということは、認知機能低下を引き起こす可能性があり、認知症予防のために適度な運動を行うことが推奨されています。ウォーキングなどの全身運動のみでも効果はあるとされていますが、今回は、体を動かす課題と、頭で考える課題を同時に行うことで（二重課題トレーニング）、認知機能や記憶力の維持・向上に良好な成果が期待できる運動を2つご紹介します。



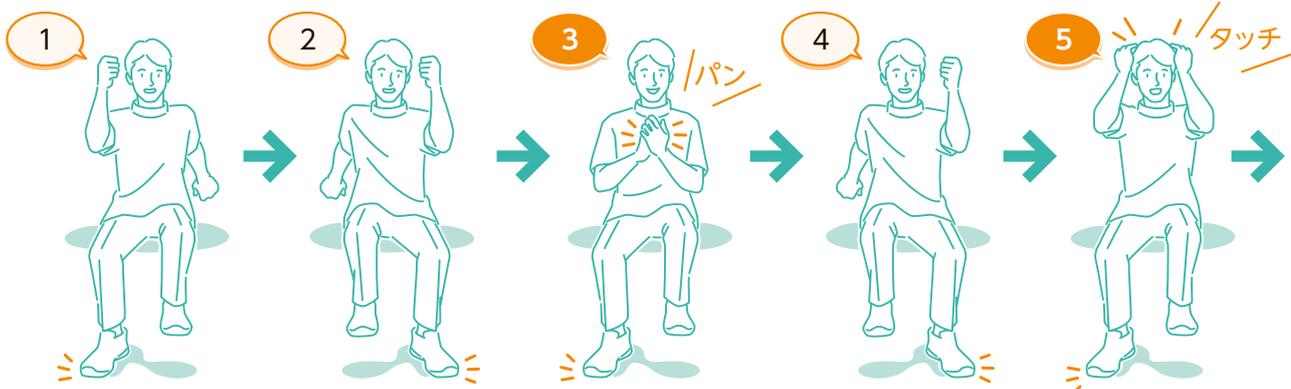
ひとりじゃんけん

- 1 右手はグー、チョキ、パーの順に出し、左手はそれに対して必ず勝つようにします（下図）。
- 2 グー、チョキ、パーを1サイクルとして10回行ったら、今度は①と反対に左手が負けるように10回行います。慣れてきたらスピードを上げてやってみましょう。



手でパン、頭タッチ

- 1 腕を大きく振って足踏みをしながら、1～10まで数を数えます。
- 2 3の倍数で手を叩き、5の倍数で頭を触ります。こちらの運動も慣れてきたらスピードを上げてみてください。



動画で紹介しています! →





季節のおたより

ピース
ガーデン
倉敷



人としての喜びを創造する
リハビリステーションピース

リハビリステーションピース

PT主任 妹尾 祐介

リハビリステーションピースは「人としての喜びを創造する」ことをコンセプトとした通所介護施設です。常勤のリハビリ専門職（PT2名・OT1名）と元気な身体づくりができ、楽しみながら参加できる多彩なプログラムや季節を感じられるイベントを用意しております。

また、今年6月より新しい認知症ケア「モンテッソーリケア」を始め



マシントレーニングで
効率よく筋力アップ



リハビリ専門職による
おひとりおひとりの
状態に合わせた個別機能訓練



開放的なワンフロア



モンテッソーリケアの一場面
達成感で笑顔に！

ました。これは、藤井聡太(将棋棋士、
バラク・オバマ(元アメリカ合衆国
大統領)、アンネ・フランク(「アンネ
の日記」著者)など著名人が受けた「モ
ンテッソーリ教育」のモンテッソー
リメソッドを認知症ケアに活かした
ものです。ご利用の方々が生活しや
すいように環境を整え、意欲を引き
出すようなケアを実践しています。
今までできていたことができなくな
った、自信がない、役割がないと
感じている方などに、その人らしく
を大切にしたいモンテッソーリケアで
自立をサポートしていきますので是
非お越しく下さい。

ピースガーデン倉敷 リハビリステーション ピース

リハビリステーション ピースは複合型介護施設ピースガーデン倉敷の1階にある、社会福祉法人 全仁会が運営する通所介護（デイサービス）です。

リハビリ専門職である理学療法士2名、作業療法士1名が常勤しており、ご利用の方々の「もっとこうしていきたい」、「今の生活をできるだけ長く続けていきたい」という思いを実現するため、一人ひとりに合った機能訓練の提供を行っています。また、曜日別にプログラムを実施しており、体操ができるもの、音楽に合わせて脳を活性化させたり・楽しむもの、リラクゼーションで心身を整えることができるものを決まった曜日を楽しむことができます。

楽しみを見つけたい方、楽しみながら体を動かしたい方や楽しみながら脳を活性化させたい方などおられましたら、ぜひ一度ご連絡ください。



楽器を使って音楽を奏でる
曜日別プログラム

所在地 倉敷市白楽町40（ピースガーデン倉敷1階）

TEL 086-423-2001

対象 要支援1～2、要介護1～5

定員 平日65名（日曜40名）

定休日 土曜日、年末年始
（12月30日～1月3日）



季節のおたより



- 倉敷老健
- 倉敷在宅総合ケアセンター
- ピースガーデン倉敷
- ローズガーデン倉敷
- グランドガーデン南町
- ドリームガーデン倉敷

※感染対策を行い行事・活動を行っています。写真掲載の許可をいただいています。



倉敷老健
実習生との交流
6月7日(火)、
実習生(倉敷中央
高等学校福祉科3年
生)3名による「おたのしみ会」
を開催しました。
「むすんでひらいて」の歌に合
わせて、新聞紙を丸めたり開いた
りして手を動かし、その新聞紙を
使用したゲームで点を競い合
いました。
久しぶりに集い、楽しいひと時
を過ごすことができました。
(江口)



ローズ
ガーデン
倉敷

**倉敷在宅総合
ケアセンター
ショートステイ**
理学療法士による
個別機能訓練のご案内
理学療法士に
よる個別機能訓練
を行っています。ご利用の皆
さんの生活機能の維持向上、
自立した暮らしの継続を目的
に実施しています。
車椅子生活の方が歩行訓練
をされ「見える景色が違うよ
とひと際輝く笑顔を見せてく
ださいました。スタッフ一同
応援しています！
(立尾)



囲碁クラブで仲間作り

ローズガーデン倉敷では、
感染対策をしながらの「囲碁
クラブ」が話題になっていま
す。アクリル板・マスクの着
用を厳守しながら、でも、コ
ミュニケーションをとりなが
ら…。
新しくご入居された方も興
味津々で見学、勝負に挑まれ
ています。和やかなひと時を
過ごされ、憩いの場になって
います。
(本地)



**グランド
ガーデン
南町**
特定施設グランド
ガーデン増室
今年6月より、3
階に加え2階も特定施
設グランドガーデンとして運営し
ています。「終の棲家」としての機
能充実を目的に、職員配置の変更や
2階フロアへの「リフト浴設置」等、
ソフト及びハード面を改編してい
ます。
皆さんに安心して暮らしていた
だけるよう、職員一同頑張ってい
ます。
(森)



**ドリーム
ガーデン
倉敷**
七夕
感染対策を考慮
して、大勢での作
業は控え、ダイサー
ビスの皆さんにお手伝いいた
だき、七夕の飾り作り・飾り付け
を行いました。
ダイサービスドリームでは、以
前よりSDGsを意識した作品
作りをしています。今回も役目を
終えたカレンダーやお菓子の包
装紙などを利用しています。皆さ
んの願いが叶いますように。
(叶)

“患者さんの「できた」を
サポートします”



患者さんが日常生活への復帰に励む回復期リハビリ病棟で、機能回復のサポートをしている病棟看護師についてご紹介いたします。

Q 回復期リハビリ病棟
看護師とは

回復期リハビリ病棟では、怪我や病気により日常生活をおくるのが困難な障害をもった方が、機能の回復や改善のために毎日リハビリに励んでいます。患者さんの「できない・難しい」が「できた」にかわるようサポートをしています。

私たち看護師だけでなく多職種で患者さんを中心にチームとなり、退院の日を笑顔で迎えられるように、日々かかわっています。

Q 看護師を目指した
きっかけは

母が看護師をしており、看護師は身近な仕事の一つでした。中学の頃進路に悩んでいた私に母がすすめてくれたこともあり、看護の道へ進みました。そしてご縁があり倉敷平成病院で看護師として働いています。

Q 回復期リハビリ病棟看護師
として心がけていること・
大切にしていること

患者さんの価値観や生活歴を否定しないよう心がけています。退院後

の指導では、その方の生活に合った方法を提示できるよう、患者さんのお話を聞いてチームで相談をしています。

患者さんの健康を守る主役は患者さん自身です。そのため患者さん自身が実践可能な事を提示していきたいと思ひ、様々な方法を勉強しています。

Q 印象に残っている
特別エピソード

最初にお会いした時に、呼吸器をつけて寝たきりになっていた患者さんがリハビリを経て歩いて退院されたことがあります。

10年以上前のことですが、その方のことをきっかけにリハビリって凄い！と思った、今でも忘れられないエピソードです。

Q 看護師を目指している人に
メッセージをお願いします

どの仕事もそうですが看護師の仕事も楽しいだけではないです。人の生死にかかわる仕事なこともあり「辛い」と感じることもあります。理想と現実のギャップを実際働いて感じることもあります。それでも「ありがとう」という言葉に「よし、次も頑張ろう」と励まされています。

看護師の仕事はやりがいがある仕事です。働く場所もたくさんあるので、自分に合った場所で働

けるよう勉強を頑張ってください。看護師として一緒に働けると嬉しいですね。

Q 患者さんに
メッセージをお願いします

現在新型コロナウイルスの感染対策にご協力をいただき、ありがとうございます。ご不便な中、入院生活を送っている患者さんには多くのストレスがあるかと思ひます。「しんどい」「もう嫌だ」という場面もあるかもしれませんが。その中で私たちができることは支えること、応援することです。あくまで主役は患者さん本人ですので、私たちは私たちの持つ力をもって全力で応援いたします。患者さんの頑張った結果が実を結びよう、これからも自分の持つ知識と技術をさらに高めて患者さんに提供していきたいと思ひます。そして一緒に「できた」を喜びたいと思ひています。

入院はしんないのが一番ですが、有事の際には精一杯の看護を提供します。そして一日も早い退院ができるようチームで一緒に頑張りましょう。患者さんが元気になっていく、できることが増えていくことが私たちの喜びです。

聞き手



倉敷老健
松久保

美菜子

子宮頸がん予防

医事課 副主任 菅原 睦子

子宮頸がんとは？ 子宮の入り口の子宮頸部と呼ばれる部分から発生するがんであり、近年では20～30歳代の若い女性に増えています。子宮頸がんの原因の多くは、ヒトパピローマウイルス (HPV) の感染で発症します。HPVウイルスは男性・女性ともに感染するウイルスであり、感染しても約90%の人は免疫の力で排除されますが、残りの10%の人は子宮頸がんへと進行していきます。

子宮頸がん予防ワクチン

現在、厚生労働省ではHPVウイルスへの感染を予防する目的で、令和4年4月からワクチンの積極的接種を呼びかけており、対象となる方は2種類のHPVワクチンを公費で受けることができます。

当院婦人科で行っている予防接種は、4価ワクチン(ガーダシル)の接種となります。4価ワクチン(ガーダシル)は、子宮頸がんや肛門がん(HPV16型・18型)、せんけい尖圭コンジローマ(HPV6型・11型)に対する抗体をつくり、感染を予防します。間隔をあけて同じ種類のワクチンを合計3回接種することで、高い予防効果が得られます。

接種スケジュール



対象者 小学校6年～高校1年生相当の年齢の女性

キャッチアップ接種 (対象年齢の間に、接種を逃した方)

●平成9年度生まれ～平成17年度生まれの女性
(誕生日が1997年4月2日～2006年4月1日)

●過去にHPVワクチンの接種を
合計3回受けていない方

⇒ 令和4(2022)年4月～令和7(2025)年3月の3年間は、公費での接種が可能。

接種をご希望の方 予約制になりますので、婦人科をご予約ください。TEL 086-427-0200 [婦人科直通]

Healthy Recipe ヘルシーレシピ

倉敷平成病院 管理栄養士 中村 友香



パナコッタとりんご酢ゼリーを2層にし、
暑い夏でもさっぱりといただける、
いつもとはひと味違うデザートです。



栄養成分1人分 エネルギー：86kcal 塩分：0g

りんご酢でさっぱり パナコッタ

材料 [5人分]

<パナコッタ>

牛乳…………… 200ml
砂糖…………… 大さじ2
ヨーグルト…………… 100g
粉ゼラチン…………… 5g

<りんご酢ゼリー>

りんご…………… 75g
砂糖…………… 小さじ1
水…………… 75ml

りんご酢… 小さじ2と1/2
粉ゼラチン…………… 3g

<りんごのコンポート>

りんご…………… 30g
砂糖…………… 小さじ2
りんご酢…………… 大さじ1

<飾り>

ミント…………… 適量

作り方

<パナコッタ>

- 鍋に牛乳、砂糖を入れて火にかけ、沸騰させない程度に温める。火を止めて水(分量外)でふやかした粉ゼラチンを加え、よく溶かす。
- ダマをなくしたヨーグルトを加えて混ぜ、粗熱をとり、容器へ入れ冷蔵庫で冷やし固める。

<りんご酢ゼリー>

- 鍋にすりおろしたりんご、砂糖、水、りんご酢を入れて火にかけ、沸騰させない程度に温める。水(分量外)でふやかした粉ゼラチンを加え、よく溶かす。
- 粗熱をとって固めたパナコッタの上に入れ、冷蔵庫で冷やし固める。

<りんごのコンポート>

- 鍋に1cm角に切ったりんご、砂糖、りんご酢を入れ、煮る。

パナコッタをカップから抜き、コンポートとミントをのせたら完成。

実習生受け入れのお知らせ

いつも当院の連携業務にご協力いただきありがとうございます。

コロナ禍も3年目を迎えwithコロナでの連携のあり方を考えております。

さて、当院地域医療連携センターには8名の社会福祉士が在籍しております。

社会福祉士は相談援助職の国家資格です。様々な資格要件が必要になりますが、その受験要件の中に現場実習が含まれています。大学によって実習要件などは様々ですが、将来社会福祉士を目指している学生さんにとって、初めて経験する現場実習はとても大切なものだと考えております。

今年度は8月から10月の間に、2大学から3名の実習生を受け入れる予定です。

当院における連携業務もしっかり学んでもらいたいと思っています。面談時等、職員に実習生が同席している場面があると思いますが、温かい目で見守っていただけたら幸いです。

今後とも当院の地域医療連携センターをよろしく願います。

地域医療連携センター 課長 山川 恭子

地域とともに

ご不明な点がございましたら、
お気軽に下記までお問い合わせください。

倉敷平成病院 地域医療連携センター

TEL 086-427-6550 (直通) FAX 086-427-1197 (直通)

窓口対応時間 月曜日～金曜日 8:30～17:00 土曜日 8:30～12:00

倉敷生活習慣病センター 20周年を迎えました

平成14年6月に、生活習慣病(糖尿病)の予防から治療まで、一貫した対応ができる部門として開設された「倉敷生活習慣病センター」が20周年を迎えました。

前センター長の故姫井孟先生と共に赴任してきた頃、倉敷平成病院には糖尿病の専門分野がなかったため、糖尿病専門外来、糖尿病教育入院、糖尿病料理教室、糖尿病療養指導士の勉強会などを始めました。2年目の5月に姫井先生が病に倒れ、その後一人で外来をする期間が長くありましたが、故高尾武男代表をはじめ、理事長先生、院長先生、医局の先生方、スタッフの皆に支えられ、無事に勤めることができました。深く感謝いたします。

昨年10月からは益子晃子先生が毎週火曜日、木曜日の午前に外来を担当しています。ドックと掛け持ちですが、教育入院なども担当しています。

今年度の糖尿病療養指導士の試験の受験者は薬剤師5名、管理栄養士2名と今までで一番多い人数でしたが、7人全員合格し安堵しています。



振り返ると、20年はあつという間に過ぎた感があります。また新しい月日に向かい、自己研鑽に努め、患者さんのお役に立てればと考えております。今後ともよろしく願っています。

診療部長 青山 雅

5/20
合格報告

日本糖尿病療養指導士認定試験

第22回日本糖尿病療養

指導士認定試験が行われ、当院から受験した管理栄養士2名、薬剤師5名全員が合格しました。倉敷生活習慣病センター診療部長 青山雅先生をはじめ、糖尿病療養指導士の先輩方に何度もご指導いただきました。この場をお借りし、心より感謝申し上げます。

日本糖尿病療養指導士 (CDEJ)とは、糖尿病

治療に最も大切な自己管理(療養)を患者さんに指導する医療スタッフです。高度かつ幅広い専門知識を持ち、患者さんの糖尿病セルフケアを支援します。

この受験を通して、薬剤師以外の職種が糖尿病指導にどのように関わっているのかを改めて学び、薬物療法以外にも食事療法や運動療法についての知識を深めることができました。また、各医療スタッフが密接な連携を保ち、専門性を活かしたチームアプローチが必要であることを学びました。

今年の試験結果を受け、当院の糖尿病療養指導士は計22名(看護師4名、管理栄養士7名、薬剤師9名、理学療法士2名)になりました。これからも糖尿病患者さんのお役に立てるアドバイスが出来るよう、学んだ知識を活かしながら頑張っていきたいと思えます。

糖尿病療養指導士 薬剤師 前嶋 恵美



5/21

岡山ロボケアセンター
創立3周年
記念セレモニーに出席

5月21日(土)、倉敷中央病院付属予防医療プラザにて開催された岡山ロボケアセンター創立3周年記念セレモニーに出席しました。

現在、当院では岡山ロボケアセンターよりHAL®腰タイプを2台リースし、病院と通所リハ、予防リハでそれぞれ臨床導入しています。今回はHALを使用した脳卒中患者さんの中から、歩行能力や屋外でのADL能力の改善が得られた症例について報告しました。報告した症例には、発症後数ヶ月(回復期)から数年経過(生活期)した患者さんが含まれており、幅広い病期の患者さんに対して効果が得られる可能性が考えられます。

セレモニーには約150名の聴講者に加え、多数の来賓の方々も来られており、学会とは異なる独特な雰囲気や緊張感がありました。会場内では各所で意見交換が活発に行われ、改めて対面の良さを肌で感じる事ができました。

リハビリテーション部 PT主任 隠明寺 悠介



6/23

藤田医科大学病院・藤田医科大学岡崎医療センター臨床工学技士が倉敷ニューロモデュレーションセンターを見学

6月23日(木)、藤田医科大学病院・藤田医科大学岡崎医療センター臨床工学技士(CE)3名が当センターを見学されました。きっかけとなったのは、3月4日に開催した「SCS Summit 2022」です。

午前中は脊椎手術後症候群(FBSS)に対する脊髄刺激療法(SCS)トリアル手術を見学しました。午後は牟礼英生センター長とCEが講演し、ディスカッションを行い、その後SCS刺激調整を見学しました。

SCSは近年、技術が飛躍的に進歩しており、多く治療や機器が誕生しています。その反面、機器操作や対応が煩雑になることがあり、十分なSCS治療を提供できないことが全国の現状です。当院では国内販売するSCSすべての治療が実施可能です。その中でもCEは医療機器のスペシャリストとして、SCS治療をサポートしています。CEがSCSに関わる施設は近年多くなっています。今回の見学で、各施設の問題点も共有することができ、当院としても大変有意義な機会となりました。

当日は新型コロナウイルス感染症対策を行い見学しました。今後ニューロモデュレーションに関する情報を、積極的に伝えていきます。今後ともどうぞよろしくお願いたします。

臨床工学技士 主任 高須賀 功喜



藤田医科大学病院・藤田医科大学岡崎医療センターのCE3名が見学に来院されました。

6/4

当院リハビリテーション部 藤本課長が
山陽新聞に紹介されました
〜失語症者向け意思疎通支援者
養成講座の活動を通じて〜

6月4日(土)の山陽新聞朝刊ヘルスのコーナーに、当院リハビリテーション部 藤本課長(言語聴覚士)のインタビューが掲載されました。

『失語症者向け意思疎通支援者養成事業』とは地域生活支援事業の中の意思疎通支援サービスです。失語症者が買い物・病院の診察や書字記入などコミュニ

ケーションを必要とする場で、意思疎通支援を行う者の養成と派遣を行う行政事業です。この取り組みは県の委託を受け、岡山県言語聴覚士会が主管となり令和元年から開催しており、今年が4回目となります。

「以前から市町村が発行する広報誌へ講座案内を掲載していましたが、今回山陽新聞に掲載されたことで講座はほぼ定員となり、驚いています。ただ一過性ではなく、失語症について皆さんに継続的に興味を持っていただくことが大切です。

失語症は、脳が損傷したことが原因で『聞く・話す・読む』といった機能が失われてしまっ

言語障害の一種です。脳梗塞や脳出血などの脳卒中が原因で発症する方が大半で、社会復帰を妨げる大きな要因の一つとされています。身近に問題を抱えている方がいることを知り、理解を深める一助となれば幸いです」と藤本課長よりお話を伺いました。

今年度の講座は締め切られ、県南で15名・県北で9名、合わせて24名の方が受講され、失語症者への支援に向けて励まれています。継続的な取り組みが重要とのことでした。

秘書・広報課



7/7

認知症疾患医療センター
10周年記念誌を発行しました

当院認知症疾患医療センターが2012年3月に認可を受けてから10周年を迎え、この度、記念誌を発行しました。10年間に開催した市民公開講座や家族教室をはじめとする催しや取り組みをまとめた活動報告、診療実績、もの忘れ外来に携わるスタッフからのメッセージなどを掲載しております。

日本社会の高齢化に伴い、認知症患者さんとそのご家族は増加の一途を辿っています。医療の発展は元より、法律的な枠組みや介護をはじめとする社会的な仕組みの深化により、認知症になっても安心して生活できる社会がより良いものになるよう期待されます。当センターも、今後もさらに地域の皆さんのお役に立てるよう、一層研鑽を積んでまいりますので、よろしくお願ひします。

記念誌は、当院ホームページからもご覧いただけます。ぜひご覧下さい。

秘書・広報課



6月

歯科前飾り棚で
口腔ケア用品を
ご紹介

この度、当院2階の歯科前にある飾り棚を一新しました。当院の売店で購入できる、歯科おススめの歯ブラシや歯間ブラシ、保湿ジェルなどの口腔ケア用品を、外来で来られる患者さん向けのものを中心に展示し、実物に合わせて商品の特徴やどんな方におススメか、ポップで簡単に紹介しています。どれも実際に歯科で使用しているものです。

また、保険適用外の詰め物やかぶせ物の見本模型も展示して紹介しています。歯科にいられた際やご興味のある方は、ぜひご覧下さい。

秘書・広報課



高尾武男代表 お別れの会を執り行いました



令和3年8月11日 享年77歳にて逝去した、全仁会グループ代表 高尾武男を偲び、去る令和4年5月28日(土)エヴァホール倉敷にて「高尾武男代表お別れの会」を執り行いました。

新型コロナウイルスの流行による開催延期を経て、1周忌を前に、ゆかりのある方々と別れを惜しむ場を設けることができました。感染対策に配慮した開催にあたり、無事に終えることができましたのも、ご参会の方々にも多大なるご理解・ご協力をいただいた結果と存じます。会には約500名もの方にご参会賜り、深謝申し上げます。

冒頭は参会者全員で黙祷を捧げ、オープニングムービーで代表の在りし日を振り返りました。続いて高尾聡一郎理事長より主催者挨拶、衆議院議員 橋本岳様より発起人挨拶、その後国立精神・神経医療研究センター病院長 阿部康二様、倉敷市長 伊東香織様、総社市長

片岡聡一様より追悼の辞を賜りました。最後に高尾公子副理事長から謝辞を述べ、献花をもって閉会となりました。

また、会の前後でご覧いただけるよう、写真パネルや診察時の白衣・聴診器、趣味の碁盤、患者さんが描いてくださった書や肖像画などを展示したメモリアルコーナーでは、患者、同志、職員、友人、そして家族として、それぞれの立場から見る高尾代表の姿を皆さん心に焼き付けておられました。

職員として、地域の医療・介護に尽くした代表がこれほど多くの方々に愛されていたことを誇りに思うと同時に、その遺志を受け継ぎ、繋いでいけるよう、これからもいっそう地域の医療に尽力してまいります。

ご参会いただいた方、お心をお寄せいただいた方々に改めて厚く御礼申し上げます。

事務長 板谷 尚昌



理事長 高尾聡一郎



橋本岳様



阿部康二様



伊東香織様



片岡聡一様



副理事長 高尾公子



熱中症予防 × コロナ感染防止

熱中症を防ぐために 屋外ではマスクをはずしましょう

屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります

特に運動時には、忘れずにマスクをはずしましょう

屋外での散歩やランニング、運動、通学時も、マスクの着用は必要ありません

屋内でもマスクが命取りの場合があります

一人ひとりの距離（2m以上を推奨）が確保できて、会話をほとんど行わない場合は、マスクを着用する必要はありません。

マスクを着用する場合は、屋内で熱中症のリスクが高い場合には、エアコンや扇風機、換気により、温度や湿度を調整して暑さを避け、こまめに水分補給をしましょう。

暑さを避けましょう

涼しい服装、日傘や帽子
少しでも体感が暑くなったなら、涼しい場所へ移動
涼しい室内に入れば、外でも涼感へ

のどが潤いていなくても こまめに水分補給をしましょう

1日あたり1.2L(12回)を目安に
コップ1杯分
1時間ごとにコップ1杯
入浴時や運動後は必ず水分補給
大量に汗をかいた時は随分お忘れずに

エアコン使用中も こまめに換気をしましょう

エアコンを止める必要はありません

1. 定期的な換気用エアコンは、室内の空気質を改善させることで、換気は行っていないときより
2. 窓が2か所を開ける
3. 扇風機や換気扇も併用する

換気時は、エアコンの温度をこまめに再設定

暑さに備えた体づくりと 日頃から体調管理をしましょう

暑さに備え、暑くなり始める時期から、無理のない範囲で運動（やや暑い環境でやや速歩り）をこまめに実施して暑耐性を高めよう

運動など、定時の体温測定と健康チェック
体温が高い時は、無理せず自宅で静養

知っておきたい 熱中症に関する大切なこと

熱中症警戒アラート発表時は、熱中症予防行動の徹底を！
運動は中断中止、涼しい場所へ移動、涼しい室内へ移動、とてあり

熱中症による死亡者の約9割が高齢者
熱中症の発生率は、高齢者が高齢者以上の約2倍発生
高齢者は肉体的に弱く、若い世代は作業中、運動中に注意が必要です。

高齢者、子ども、障がいをお持ちの方は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

環境省
Ministry of the Environment

熱中症に関する詳しい情報 (環境省HP)

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

新型コロナウイルス感染症に関する情報 (厚生労働省HP)

感染症対策におけるマスクの着用について

(一般用)

(子ども用)

編集後記 今年も暑い夏がやってきました。まだまだ感染対策が必要ですが屋外で人との距離があり、会話をしない時はマスクを外して熱中症対策もしていきたいと思います。(Y)

ZENJINKAI GROUP 全仁会グループ 社会医療法人 全仁会 / 社会福祉法人 全仁会 / 有限会社 医療福祉研究所ヘイセイ



倉敷平成病院
倉敷市老松町4-3-38
TEL.086-427-1111
FAX.086-427-8001

救急指定

倉敷平成病院
●内科 ●脳神経内科 ●脳神経外科 ●脳卒中内科 ●整形外科 ●消化器科 ●循環器科
●呼吸器科 ●耳鼻咽喉科 ●形成外科 ●皮膚科 ●眼科 ●総合診療科
●リハビリテーション科 ●放射線科 ●麻酔科 ●和漢診療科 ●歯科

倉敷ニューロモデュレーションセンター
●脳神経外科

倉敷生活習慣病センター
●糖尿病 ●代謝内科

総合美容センター
●美容外科 ●形成外科 ●婦人科 ●乳腺外科

認知症患者医療センター
神経放射線センター
平成脳ドックセンター

倉敷老健
倉敷市老松町4-3-38
TEL.086-427-1111

倉敷在宅総合ケアセンター
倉敷市老松町4-4-7
TEL.086-427-0110

- 訪問看護ステーション
- ホームヘルプステーション
- ショートステイ
- 通所リハセンター
- 予防リハセンター
- ケアプラン室
- 高齢者支援センター
- ヘイセイ鍼灸治療院

複合型介護施設
ピースガーデン倉敷
倉敷市白楽町40
TEL.086-423-2000

- 地域密着型特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- グループホーム
- デイサービス

住宅型有料老人ホーム
ローズガーデン倉敷
倉敷市南町4-38
TEL.086-435-2111

- ヘルプステーション
- 平成南町クリニック

サービス付き高齢者向け住宅
グランドガーデン南町
倉敷市南町1-12
TEL.086-435-2234

- 特定施設入居者生活介護
- ヘルプステーション南町
- よくなるデイ南町
- 南町ケアプラン室

ケアハウス
ドリームガーデン倉敷
倉敷市八軒屋275
TEL.086-430-1111

- デイサービス