

骨縁但、楽部

第21号

2014年 春・夏号

医療のリハビリテーションと介護のリハビリテーション

今年も医療・介護施設あわせて8名の新人が入社しました。特にリハビリテーション部門では5人のスタッフが新たに加わり、今まで予約の取りにくかった時間帯でも、少し余裕ができることが期待しています。

ご承知のように当院では開業当初よりリハビリに力を入れていますが、平成12年に介護保険制度が導入されてからリハビリのシステムが複雑になりました。特に65歳以上の患者さんにとって、現在の制度は非常にわかりづらくなりました。今回は簡単にその制度について説明します。

- 運動器リハビリテーション（整形外科でおこなうリハ）は原則として開始してから150日までしかできない。しかし経過措置として150日を過ぎても1ヶ月13単位（1単位は20分）までは認める。

- 65歳以上で要支援・要介護の認定を受けている方は150日を過ぎたら介護保険でのリハビリテーションに移行すること。ただし平成28年までは経過措置として医療で、従来どおり月13単位までは認める。

- 65歳以上で要支援・要介護の認定を受けていた場合は、リハビリ（デイケア（通所リハ）を利用している方は医療のリハビリはできない。ただしデイサービス（通所介護）を利用している場合は併用可能。



このような制度のため当院では月初めに窓口で介護保険証を提示して頂き、要支援・要介護認定を受けている方には介護サービスの利用の有無を確認させて頂いています。また医療のリハビリができなくなってしまうのを避けるため、介護認定を受けた方で150日以上、リハビリテーションを継続される方には介護保険でのリハビリを勧めています。

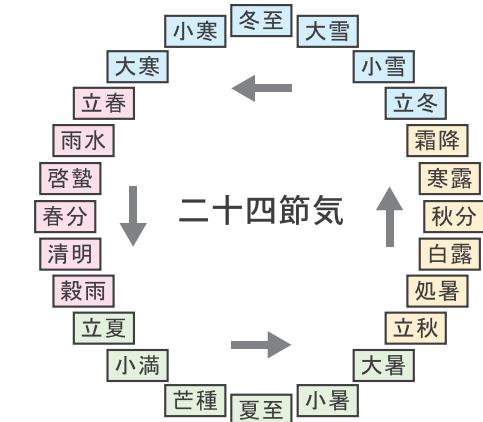
医事課より

みなさんはニュース等で

『今日は、二十四節気のひとつの〇〇です。』

という言葉を聞いたことはありませんか？

二十四節氣（【にじゅうしせつき】と読みます。）は、太陽年を日数（平氣法）あるいは太陽の黄道上の視位置（定氣法）によって24等分し、その分割点を含む日に季節を表す名称を付したものです。**二十四節氣**で代表的な言葉は、**夏至・冬至・春分・秋分**ではないでしょうか？この4つを併せて**二至二分**といいます。重要な節氣である立春・立夏・立秋・立冬を**四立**、**二至二分**と**四立**を併せて**八節**といいます。



日本は、四季のある感性豊かな国。昔の人は自然を感じる時間があったのでしょうか。

今の私達は、敢えてゆっくり四季を感じる時間を持つ『心の豊かさ』が必要なのかもしれませんね。

季節	節月	節（せつ）	中（ちゆう）
春	一月	立春（315度、2月4日）	雨水（330度、2月19日）
	二月	啓蟄（345度、3月6日）	春分（0度、3月21日）
	三月	清明（15度、4月5日）	穀雨（30度、4月20日）
夏	四月	立夏（45度、5月5日）	小滿（60度、5月21日）
	五月	芒種（75度、6月6日）	夏至（90度、6月21日）
	六月	小暑（105度、7月7日）	大暑（120度、7月23日）
秋	七月	立秋（135度、8月7日）	处暑（150度、8月23日）
	八月	白露（165度、9月8日）	秋分（180度、9月23日）
	九月	寒露（195度、10月8日）	霜降（210度、10月23日）
冬	十月	立冬（225度、11月7日）	小雪（240度、11月22日）
	十一月	大雪（255度、12月7日）	冬至（270度、12月22日）
	十二月	小寒（285度、1月5日）	大寒（300度、1月20日）

● 看護部より

だんだん暑くなり、虫が気になる季節がやってまいりました。その中でも身近な蚊についての病気を紹介します。

みなさん、「デング熱」という病気を聞いたことがありますか？現在全世界で年間1億人が発症していると推定されている病気です。デング熱は蚊を媒介して感染し、最近では平成25年8月に51才のドイツ人女性が本州を2週間旅行（長野県上田市や、山梨県笛吹市、広島県、京都府など）し、笛吹市で蚊に複数個所刺され、ドイツに帰国後発症したと厚生労働省より報告がありました。

■ 原因

蚊（ヒトスジシマカ）に刺される。〈海外ではネッタイシマカ〉 ヒトスジシマカは日本にも生息する黑白の蚊。

■ 感染症状

高熱が数日続き、体に発疹が現れ、重症化すると出血やショック症状が出て適切な治療をしなければ死亡する事もある。潜伏期4～7日。

■ 予防

蚊に刺されないこと。

DEET（ディート）製剤が入ったクリームを塗る。

（購入する際は成分をよくみて購入する事）商品名 ムヒ サラテクトFA etc

注 ※小児に塗布 → ○ 最初に大人の手に塗布し、その手で小児を擦る。

○ 手、眼、口には塗布しない。耳の周囲については控えめにする。

○ 生後2ヶ月未満には塗布しない。

これから真夏にむけて、蚊に刺される事も多いと思いますがデング熱にかかるない為に日焼け止めクリームを最初に塗り、その後DEET製剤を塗布しましょう。

気温、発汗などにより効果の持続時間が大きく左右されますのでこまめに塗布しましょう。

H26.2.21 医療センター感染症内科 矢野Dr講習会にて

● 放射線部より

皆さんは毎日水分をしっかり摂っていますか？

特に体内の水分を奪われやすいこの季節、水分補給はとても大切になります。人間の体は約60～70%が水分だといわれています。栄養分の運搬や老廃物の排泄など、体の活動を維持する為に、必要とされるのが水分なのです。

この水分が不足してしまうと、血液がドロドロの状態となり、血の流れが悪くなり血管が詰まりやすくなってしまいます。

血管が詰まると → 動脈硬化症、心筋梗塞、脳梗塞…など

「突然死」や「寝たきり」といった深刻な事態につながる病気を引き起こす可能性が大いにあることを覚えておきましょう。

水分は自覚無しに失われ続けています。

お年寄りの方はのどの渇きを感じにくいため注意が必要です。

食事以外では、1回に飲む量を200ml（コップ1杯）程度として、

寝起き、午前10時頃、午後3時頃、入浴前後、就寝時 などに摂るようにするとよいでしょう。

水、お茶、ミネラルやマグネシウムが含まれているミネラルウォーターがお勧めです！



リハビリ室より

理学療法士・作業療法士から

冬の厳しい寒さも和らぎ、温かく過ごしやすい季節になりました。皆様の身体も動かしやすくなり活動しやすくなったのではないかでしょうか。

今回リハビリでは、転倒と視覚についてお話をしたいと思います。

バランス能力に関連する視覚機能は視力、コントラスト感度、視野、立体視といわれています。

加齢に伴い視野、視力は減退します。

特に視野は20歳代の視野に比べると

その0.8倍以下になると言われています。

そこで、視覚の感受性を高める工夫をしてはいかがでしょうか。屋内・屋外を問わず、突起物、段差などにコントラストをつけたり、色差を感じさせる配色に変えたりして、注意を促します。

特に転倒は屋内が屋外より2倍以上多いといわれているため、昼夜ともに明るい照明を考慮してみましょう。



柔道整復師・あん摩マッサージ師から

草の戸も住替る代ぞひなの家

(戸口が草で覆われたこのみすぼらしい深川の宿も、私にかわって新しい住人が住み、綺麗な雛人形が飾られるようなはなやかな家になるのだろう)

これは、松尾芭蕉の『奥の細道』で、最初に詠まれた歌です。

松尾芭蕉は、この旅に出る前の準備として、こう書いています。

もゝ引の破をつゞり、笠の緒付かえて、三里に灸する

(股引の破れを縫い、笠の緒をつけかえ、三里のつぼに灸をする)

つまり、身支度を整え、足の三里に灸をすえて旅の準備をしたという事です。

昔は、足の三里に灸をしていないと、健康管理が出来ていない人と思われて、一緒に旅に出るのを嫌がっていたようです。

今では、旅行の前に灸をする人はいないと思いますが、昔も今も、健康のために足の養生が大切です。無理のない程度の運動を毎日続けましょう。

デイケア ゆとり

最近ゆとりでは歌にあわせた音楽体操、PT・OTによる集団体操(13:20～13:30、帰りの2回)等を実施し、運動面の充実を図っています。

音楽体操は利用者様が良く御存知の青い山脈の歌を口ずさみながら、身体を一生懸命動かされ、毎回大変楽しみにされています。

また、ボランティアの慰問やおやつレク等、利用者様に楽しんで頂けるレクリエーションも行っています。今後も、体操や行事等、皆様に満足していけるようなものを提供していくよう努めていきたいと思います。



介護予防リハビリ専門 ユニット

暑くなると食中毒が心配されます。今回はヒスタミン食中毒についてご紹介させて頂きます。

ヒスタミン食中毒とはアミノ酸の一種であるヒスチジンから微生物(ヒスタミン産生菌)によって產生蓄積されたヒスタミンによるアレルギー様食中毒です。ヒスチジンはマグロ・カツオ・サバ・サンマ・イワシ・アジなどの赤身魚及びその加工品等に多く含まれています。20～25°C以上の温度で生菌が増殖し、魚肉中に蓄積します。最近の研究では5～10°Cでもヒスタミンを生成することが明らかにされています。また、外観の変化や悪臭を伴わないため感知が非常に困難です。加熱によって分解される事もありません。

喫食後30分から1時間で顔面紅潮(特に口のまわりや耳たぶ)、じんま疹、頭痛、発熱等の症状を呈しますが、概ね6～10時間で回復します。

予防法としては新鮮な魚を購入し、10°C以下で保存する、古くなったと思ったら食べないようにして下さい。

現在ユニットでは集団リハビリを行っています。なじみのある音楽に合わせて20分程度の有酸素運動は皆さんにご好評頂いております。体の調子がよくなったり、楽しく体を動かすことができて、食事もおいしく感じる等、嬉しい声も寄せられ、皆さん積極的に参加されています。今後も定期的に内容を変え、利用者様に満足して頂けるような集団リハビリとなるよう努めて参ります。



ゆとりの家「ふじのはな」

ゆとりの家「ふじのはな」では生活レクリエーションでの食後の片付けや、おやつでどら焼きを焼き皆さんで楽しみながら食べて頂いたり、機能訓練での屋外体操で桜をみながらの散歩を実施しました。ご利用者様からは「来所するのが楽しみ、今日は何をしてくれるの」などの声も聞かれるようになり、またご家族様からも「最近玄関で迎えを待っている」などの声が聞かれ、スタッフ一同毎日楽しみながら笑いや笑顔を絶やさず怪我のない様サービス提供をさせて頂いています。



合同カンファレンス 報告



• 2013年11月25日

講師：院長 藤野圭司

題目：TPP

• 2014年1月27日

講師：羽立工業株式会社様

題目：ノルディック・ウォーク

• 2014年2月24日

講師：エーザイ株式会社様

題目：口コモと認知症

研修参加 報告

- 渥美教介・西山拳右・河合祐樹・杉山明彦・尾澤公裕（理療部）

2013年11月1日

名目：「第9回浜松口コモ研究会

～大腿骨近位部骨折の二次骨折予防の実験における現状と新潟県における卒後連携教育と地域連携組織化の試み～」

- 井向裕子・辻由紀（看護部）

2014年2月21日

名目：「今年度の感染症の総括」

- 井向裕子・辻由紀（看護部）

2014年3月7日

名目：「第10回浜松口コモ研究会

～認知症に伴う運動器の障害～」

- 河合祐樹（理療部）

2014年3月15日

名目：「第51回静岡リハビリテーション懇話会」



新人紹介

医事課

山本麻衣子 やまもとまいこ



4月からお世話になる事になりました、山本麻衣子です。住宅メーカーからの転職なので医療事務は初めてですが、とてもやりがいのあるお仕事だと感じています。まだまだ緊張する事が多いですが、早く皆さんの名前を覚えて仲良くさせて頂けたらなと思います。よろしくお願ひいたします。

理療部 / 理学療法士

影山聖治 かげやませいじ



こんにちは。4月よりこちらのリハビリスタッフとして入社致しました理学療法士の影山聖治です。私は昔からよく骨折をする子供でした。1年の間に2回も骨折したり、1回の転倒で2箇所も骨折したりと、今まで10~15回は骨折を繰り返してきました。その度に整形外科に通い、治療をしてきました。ひどい骨折のときにはリハビリも行いました。そんな大変お世話になった整形外科で働くことが私の夢でした。その夢もついに実現し、今年度よりこちらの藤野整形外科で働くさせていただくことができました。まだまだ未熟者の私ですが、1日でも早く業務に慣れ、患者様に納得していただけるような治療を提供できるように努力していきたいと思います。

理療部 / 理学療法士

近池祐二 ちかいけゆうじ



こんにちは。4月から入社いたしました、理学療法士の近池祐二です。私は典型的なO型であるため、大雑把であったりめんどくさがりな部分が多くとても蚊に刺されやすいです。しかし社会人の一員となったからには、丁寧にかつ、責任感を持ち、患者様のリハビリを行っていきたいと思います。

理療部 / 柔道整復師

三浦恭子 みうらきょうこ



今年1月から勤務させていただいています。趣味は登山で、南アルプスなどに出かけていました。いまは子供が小さいので高山は無理ですが、そのうち家族で富士山に登りたいと思っています。

皆様の健康維持・回復に貢献できるよう努力しますので、よろしくお願ひ致します。

放射線部

永澤瑞恵 ながさわみづえ



今年1月に入職いたしました、診療放射線技師の永澤瑞恵と申します。皆さんの立場にたちながら、スムーズな撮影が出来るようにいつも心がけていきたいと思います。どうぞ宜しくお願ひいたします。

理療部 / 理学療法士

松永怜 まつながりょう



4月から藤野整形外科医院のリハビリスタッフの一員となりました、松永怜です。自分は中学からバスケットボールを始め、専門学校でも週に1回のペースでやっていました。バスケで学んだチームプレイと、バスケできた体で明るく元気に仕事をしていきたいと思います。慣れないことや知識不足で、わからないことがたくさんあると思いますが、ご指導の程宜しくお願ひいたします。

理療部 / 理学療法士

松下智広 まつしたともひろ



今年の4月に入職しました理学療法士の松下です。入職前は豊橋の病院で3年程の経験を積み、地元である静岡県西部地区へ戻ってきました。患者様と向き合い、信頼されるリハビリをすることで、少しでも地域医療に貢献できるよう努力したいと思います。どうぞ宜しくお願ひ致します。

ユニット

荒岡和美 あらおかかずみ



今年平成26年1月から勤務しております荒岡です。以前、デイサービスの仕事に就いておりましたが、小規模でしたので、一から出直しどうつもりで、頑張ります。

どうぞ、よろしくお願ひ致します。

ケアマネージャーの部屋



～要介護認定の申請の仕方～



今回は、介護保険を利用するにおいての一歩となる
要介護認定の申請の仕方について振り返ってみましょう。

- ・申請書は申請窓口に置いてあります。
- ・申請書に記載欄がありますので、**主治医の氏名と医療機関名**を事前に確認しておいてください。
- ・訪問調査には必ず**立会人**が必要で、調査日の予定は立会人に連絡が入ります。
家族や本人の状況をよく知っている人に立会人になってもらってください。
- ・印鑑は必要ありません。

●浜松市の各申請窓口へ申請をします

○申請できる人



本人



家族



成年後見人

※地域包括支援センターや指定居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）、介護保険施設などに申請を依頼することもできます。

○申請時の必要な持ち物

要介護認定申請書

介護保険の被保険者証

加入している医療保険の被保険者証（特定疾病による方）

○申請窓口

各区役所長寿保険課

一部の協働センター

一部のふれあいセンター

一部の市民サービスセンター



骨縁倶楽部 第21号 2014年6月 発行責任者：藤野整形外科医院長 藤野圭司

- ・藤野整形外科医院 〒432-8011 静岡県浜松市中区城北2丁目15-12 TEL:053-471-4196
- ・居宅介護支援相談室 〒432-8011 静岡県浜松市中区城北2丁目15-12 TEL:053-473-0736
- ・デイケア「ゆとり」 〒432-8011 静岡県浜松市中区城北2丁目15-12 TEL:053-471-3166
- ・介護予防リハビリ専門「ユニット」 〒432-8011 静岡県浜松市中区城北2丁目15-24 TEL:053-471-3165
- ・デイサービス ゆとりの家「ふじのはな」 〒432-8011 静岡県浜松市中区城北2丁目20-25 TEL:053-412-7522

