

仲田院長
オンライン勉強会の実施

Contents



- ・オンライン勉強会 仲田院長
次回のオンライン勉強会の案内
- ・言語聴覚士(ST)が入職しました！
- ・仁科小学校 BLS(一次救命処置)講習会の実施
- ・骨粗鬆症健診
- ・栄養科より 高齢者の便秘

西伊豆健育会病院 オンライン勉強会

第1回目	ひざ 膝の痛み	8月11日	水曜日	午後4時～4時30分
第2回目	肩の痛み	9月14日	水曜日	午後4時～4時30分
第3回目	腰の痛み	10月12日	水曜日	午後4時～4時30分
第4回目	まとめ	11月9日	水曜日	午後4時～4時30分

当院では、地域の皆さまの健康維持のために、医師が病院から赴き、様々なテーマで勉強会をしてまいりました。しかし、新型コロナウイルス感染症の蔓延に伴い、集う事や密になる事に不安が生じております。しっかりと感染対策をして行う必要がありますが、オンライン勉強会でしたら、出かける必要なく、安全に勉強会ができます。問題はインターネット環境かと思いますが、スマートフォンの保有率は、世代で大きな差があるようですが、全体で79.7%、13歳から59歳は90%以上、60代も約8割が保有しています。(2022.4ソフトバンクニュースより)この事からも携帯電話を使って、たくさんの方が気軽に勉強会に参加できると思います。この機会にオンライン勉強会に是非参加してみてくださいはいかがでしょうか。

膝、肩、腰の痛みで悩まれる方は非常に多く、それぞれ代表的な病気にしぼり、どのように診断し、どんな治療をするのかを、やさしく説明します！

院長 仲田和正

■オンライン勉強会について

- ・ズームを使って、勉強会をライブ配信しています。
- ・「ZOOM」をダウンロード(インストール)しておく必要があります。
- ・ミーティングID、パスコードが分からない場合は医療連携室へ連絡下さい。

【第1回】

第1回 西伊豆健育会病院オンライン勉強会
ひざ

膝の痛み

一般の方向け

★講師 院長 整形外科 **仲田和正**

★日時 令和4年 **8月10日** (水)
午後 **4時**～午後 **4時30分**



【第2回】

第2回 西伊豆健育会病院オンライン勉強会

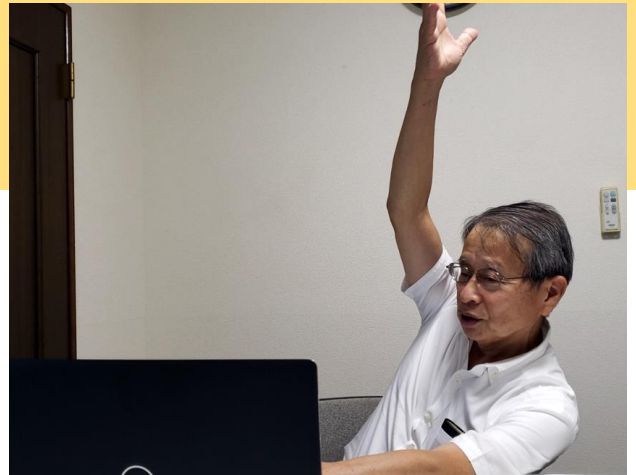
一般の方向け

かた

肩の痛み

★講師 院長 整形外科 **仲田和正**

★日時 令和4年 **9月14日** (水)
午後 **4時**～午後 **4時30分**



【第3回】

第3回 西伊豆健育会病院オンライン勉強会

一般の方向け

腰の痛み



院 長 整形外科 **仲田 和正**

令和4年 **10月12日** (水) 午後 **4時**～午後 **4時30分**

ZOOMのログインはこちらか
5 ZOOMログインはこちらか
5から ZOOMのログインは
5ここから ZOOMのログインは

ZOOMでの配信です。
開催5分前のログインをお願い致します。

<https://zoom.us/j/94625138385?pwd=RU1JZjVKZGRmNnh4cmhab1E3RThRZz09>
ミーティングID: 946 2513 8385
パスコード: 628454

メールでの申込みも可能です。
MAIL: soudanshitu@nishizu.gr.jp
※メールでの申し込みは10/11までです。

西伊豆健育会病院 医療連携室 0558-52-2626

言語聴覚士(ST)が入職しました！



大野木 宏彰 (おおのき ひろあき) 三重県志摩市 出身

はじめまして。言語聴覚士の大野木と申します。織田信長公で有名な岐阜城(岐阜県岐阜市)の近くの病院や訪問看護ステーションで長く勤務してきましたが、この度一念発起して、単身赴任で伊豆にやってきました。摂食嚥下リハビリテーションを専門にしており、信長公の「楽市楽座」ならぬ「楽食楽座」をモットーに、誤嚥性肺炎予防のリハビリに力を入れています。

一番の趣味は海外旅行(といってもLCCを駆使して行く近場中心)です。観光やグルメを楽しみに出かけています(といっても英語ができる妻が頼り)。今はコロナや円安で状況が変わってしまいましたが、世界の規制緩和や為替状況など、グローバルな視点(!?)で次の計画を練っています。

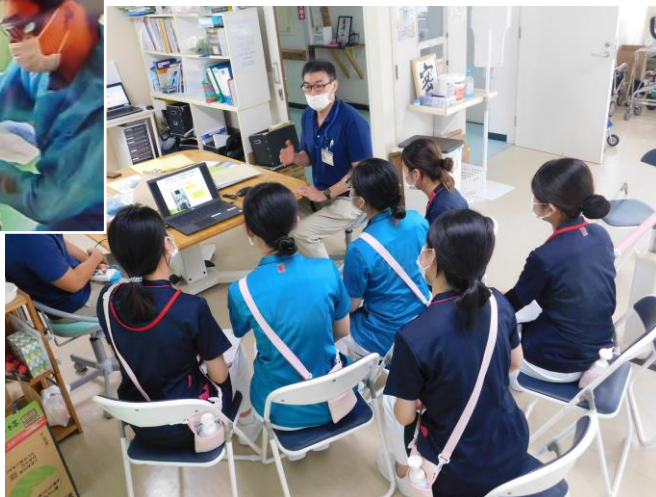
まずは、この西伊豆で職員や地域の皆様にしっかり溶け込み、充実した摂食嚥下リハビリテーションを提供できるように努力していきたくと思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

飲み込みに不安のある入院患者さんへ、嚥下(エンゲ)リハビリを実施しながら、患者さんに合った食べ物の大きさや形状(普通食、刻み食、ミキサー食、など)適切な介助方法を提案します。

また、訪問リハビリも行っており、在宅の方にも対応しています。今後は、デイサービスをしている施設で、嚥下(エンゲ)リハビリも行っていきたいと考えています。



嚥下(エンゲ)リハビリ



院内では、新人看護師さんへ向けて、食事介助や飲み込みに関する勉強会をしています。

リハビリ室では、セラピスト(療法士)が6名おり、今回初めて言語聴覚士さんが入職しました。食事の飲み込みが悪くなると、肺炎を起こす可能性が高く、食事形態が重要になってきます。そういった事にも丁寧に対応できるようになりました。

セラピストは、それぞれの専門性を活かして連携をとりながらリハビリを行っています。

セラピスト(療法士)

言語聴覚士(ST)とは？

話すことをはじめとした、コミュニケーション能力の向上と口の機能を専門とすることから、「食べ物の飲み込み」など食事に関連するリハビリを担当しています。

理学療法士(PT)とは？

主に、座る、立つ、歩く、などの「大きな動作」の獲得を目指して動作訓練や環境設定をすることが専門です。

作業療法士(OT)とは？

主に、文章を書く、スプーンを持つ、靴下をはく、などの「小さな動作」の獲得を目指して動作訓練や環境設定をすることが専門です。

仁科小学校 BLS(一次救命処置)講習会の開催



伊藤医師とBLS委員会が講師として、仁科小学校の父兄の方に、一次救命処置の講習会を行いました。

人が急に倒れたり、倒れている人を発見した場合に、救急隊や医師が到着するまでに行う対応を学びます。胸骨圧迫（心臓マッサージ）、人工呼吸、AED（自動体外式除細動器）の操作方法を学び、マネキンを使用し、実際にありそうなシナリオを基にした訓練をします。

皆さん、真剣に説明を聞いていられ、一人一人に一連の流れを練習しました。

救命処置は、医療者だけでなく、発見した方、居合わせた方からスタートし、救急隊や医師に引き継がれます。たくさんの方が講習会を受けていただくと救命率が上がるので是非受講して下さい。興味のある方は下記までお問合せ下さい。

西伊豆健育会病院
BLS委員会・相馬まで ☎0552-52-2366(代)



～ 西伊豆町民のみなさまへ ～

無料で受けられる新しい検診のご紹介です。

骨粗しょう症検診

骨粗しょう症は、骨の量(骨量)が減って弱くなり、骨折しやすくなる病気です。過去に骨折したことがある人・タバコを吸う人・お酒を多く飲む人・運動不足の人・ステロイドのお薬を飲んでる人は骨粗しょう症になりやすいといわれています。

また、自覚症状の少ない病気でもあります。骨折をしてから気づく…では遅いですよね。検診を受けて、骨の健康状態を確認しませんか？

実施機関	西伊豆健育会病院
対象者	令和5年3月31日時点で 40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・ 65歳・70歳の女性の方
検診期間 検診日時	令和4年6月20日～令和4年12月23日まで <u>月・火・金曜日(祝・祭日を除く)</u> ① <u>15:00～16:00</u> 予約制(10名) ② <u>17:00～</u> 予約制(5名)
予約方法	・電話番号 52-2366(代) ・受付時間 14:00～17:00 ・受付期間 令和4年6月1日～令和4年12月13日 <u>月・火・木・金曜日(祝・祭日除く)</u>
自己負担金	無 料
予約時に	① 骨粗しょう症検診を受診したい ② 受診希望日時 ③ 氏名、生年月日、住所、電話番号等をお伝えください
検診時持ち物	保険証・問診票(事前に記入をお願いします)

高齢者の便秘症

便秘症は、日本人の15%前後が苦しんでいる疾患であり、特に高齢者（女性）で発症をしやすいです。便秘症の治療には薬物治療とともに、**生活習慣の改善や食生活の改善**が有用です。

以下にポイントをまとめましたので、自身の生活を振り返ってみましょう。

～便秘症改善のポイント～

食物繊維を摂ろう



豆類、穀類、芋類、海藻類、果物の摂取しましょう。

※偏食の方、朝食を食べない方は特に不足しやすい為に注意が必要です。

1日の必要な食物繊維量

男性（成人）・・・21g/日、高齢者20g/日

女性（成人）・・・18g/日、高齢者17g/日

発酵食品の摂取を



ヨーグルトや納豆などの発酵食品は腸内環境を整え便秘の改善に有用です。

脱水にならないように

脱水は便を更に固くしてしまう要因になる為、水分摂取はこまめにしましょう。

適度な運動を行う

膝などを傷めない程度で、意識してウォーキングや階段の昇降を行いましょ。



お手軽レシピ

材料(1人分)

- ・プレーンヨーグルト・・・100g
- ・グラノーラ・・・大さじ1杯

※グラノーラはナッツや果物が入っているものと更にgood!!

●ウォームヨーグルト&グラノーラ●

ヨーグルトとグラノーラで食物繊維を手軽に摂取



1人分
食物繊維 **0.5g**

～作り方～

- ①グラノーラはポリ袋に入れめん棒で叩いて砕く。
- ②耐熱容器の器にヨーグルトを入れラップをかけずに電子レンジで30秒加熱する。
- ③②に砕いたグラノーラをのせる。

朝の忙しい時間に手軽に1品加えてみませんか？



健育会グループ関連施設

熱川温泉病院

お問い合わせ：☎0557-23-0843

自然環境と人間性の融合。質の高いリハビリテーションと確かな医療を提供する新時代のリゾート・リハビリテーション・ホスピタル。

豊かな自然に恵まれたリゾート環境で、良質な温泉を活かした施設と充実したアメニティを備えリハビリテーションを中心とした新しい考え方の病院です。最高の環境でじっくりとリハビリテーションに専念したいというニーズに応える為、あらゆる職種が協同し徹底したチーム医療を実践しています。



土肥クリニック

お問い合わせ：☎0558-99-1234

地域に愛され、信頼されるクリニックを目指します。専門外来として【泌尿器科】当院の吉田正院長及び【整形外科】西伊豆健育会病院の仲田和正院長による外来診療を実施しています。また、内科外来においても西伊豆健育会病院内科医師による診療を行っており、地域医療連携により質の高い医療を提供できるよう努めています。訪問診療も随時実施しており、西伊豆健育会病院等の連携施設と情報通信機器を活用した診療情報の共有等を行うことにより、質の高い医療連携サービスを提供できるよう努めています。近年増加の著しい慢性腎不全患者様のために、近隣地域の方の維持透析を随時受け入れております。



介護老人保健施設 しおさい

入所のご相談・お問い合わせ：☎0558-52-3000(入所担当まで)

地域の要介護高齢者の一日も早い家庭復帰と社会復帰を支援する施設です。在宅復帰へ向けたネットワークを構築し、最適の療養環境で最善のケア・リハビリテーションを提供。利用者の方々が心身ともにリフレッシュでき、楽しく有意義な生活が送れるようご支援します。

施設内行事も充実しており、毎月の「お誕生会」に、季節の行事も毎月企画しています。四季折々の行事を行うことで利用者さまと共に季節を感じることができます。



ゆうあい訪問看護ステーション

お問い合わせ：☎0558-52-5111

訪問看護は、病気や障害をお持ちの方や高齢者が住み慣れた家で、安心して療養生活を送れるように支援する看護サービスです。看護行為は主治医の治療方針に沿って行われます。また、介護されているご家族に、さまざまな面からアドバイスや支援もいたしますので、安心してご利用いただいています。

居宅介護支援（ゆうあい訪問看護ステーション）

お問い合わせ：☎0558-52-0555

介護に関わるご相談、介護認定申請手続きの代行、ケアプランの作成、介護サービスを提供する事業所との連絡調整、施設の紹介等、介護保険に関わる全てを承ります。介護の必要な方やご家族のご要望を尊重し心身の状況や環境等を十分考慮して可能な限り、望まれる日常生活を営むことができますよう適正な居宅介護支援を提供いたします。お気軽にご相談下さい。

お元気ですか 第84号 令和4年10月 発行

発行 医療法人社団健育会 西伊豆健育会病院 医療連携室
〒410-3514 静岡県賀茂郡西伊豆町仁科138-2
TEL 0558-52-2626(医療連携室直通)

ホームページ
ブログ <http://www.nishiizu.gr.jp/index2.html>
<http://ameblo.jp/kenikukai-nishiizu/>

