

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター

ほっとすまいる ニュース

HOT SMILE NEWS

2021
夏
第134号



【風鈴】 撮影: ^{まきより}牧寄 ^{ゆうき}佑規

目次

センター再編成について 2-3
医療の豆知識「装具療法について」 4
おすすめレシピ「枝豆入りミートローフ」 5

新任医師紹介 6
トピックス・レポート 6-7

病院理念

鹿教湯病院：私たちは、保健、医療、リハビリテーションおよび福祉活動を通じて、高齢者・障害者が自分らしく生き生きと輝いてくらせるように、地域のみなさまとともに支援いたします。

三才山病院：私たちは、患者さんを中心とした「納得の医療」を行います。



鹿教湯病院・三才山病院の再編成について

令和元年10月に開催されました

「上小医療圏地域医療構想調整会議」において2つの病院の機能を統合し、病床再編成を実施する再編成構想を提案・了承いただいたのを始めとし、その後、長野県医療審議会並びに厚労省医政局の同意をいただき、県JAGグループにおける令和2年度臨時総会では、JAG長野厚生連令和3年度事業計画(案)であった施設整備計画の承認をいただき、リハセンター再編構想が、「鹿教湯三才山リハビリテーションセンター再編成建設工事」として実施される事となりました。

病床再編では、国の特例措置(病床過剰地域における基準病床制度の特例措置)を活用しながら、病床過剰地域である上小医療圏の医療機能の整理を図り、近隣地域、また地元住民の皆様がより一層安心して安全な医療が受けられるよう、また今までの両病院の特性を十分に活かし更なる機能の充実を目的

として進められています。

平成19年の経営統合によりリハビリテーションセンターとして鹿教湯病院と三才山病院の特性を出しながら、東信地域、松本地域の回復期、慢性期病院として、また障がい者総合支援法の指定療養介護事業所として筋ジストロフィー・ALS等の対応及び交通事故による重度後遺症の医療への対応を行ってきましたが、施設の老朽化やライフラインの耐震等の様々な課題を抱える中で、安心・安全で地域に信頼される医療を提供するために大規模な整備を進め、持続可能な運営環境や不測の感染症等にも対応可能な機能充実を図っていきます。

病床数も2つの病院を合わせ653床ある病床を475床と再編成を行い、令和5年4月末には三才山病院を閉院としながら、5月からはいよいよ一つの病院のなかでそれぞれの事業を継続していく事になります。

建設工事は全体工程では令和3年7月末頃から令和7年2月頃を予定していますが、工期を分けての実施となり、仮設棟の建設から始まり、鹿教湯病院南病棟だけを残し、その他の病棟は順次解体を行いその跡地に新棟の建設が進められます。

第1期から第3期工事と工程を分けて実施しますが、第1期工事では、鹿教湯病院の中央診療棟の南側、西棟、第2診療棟を解体し、跡地に8階建ての新病棟を増築し令和5年3月に完成予定となっております。完成後の5月上旬までには三才山病院からの移転と鹿教湯病院内での移転が実施されます。

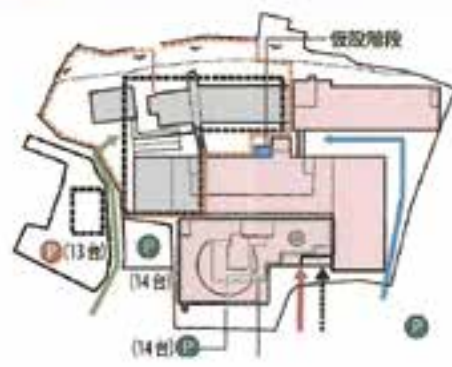
第2期工事では、中央診療棟の中央部分を解体し、3階建ての建物を増築します。

第3期工事では、中央診療棟の北側部分と東病棟の解体を行い、北側外構工事等が進められ令和7年2月に工事完了予定となっております。

STEP2 既存建物解体・新建物2期工事



STEP1 南側既存建物解体・新棟新設1期工事





新棟

既存の南病棟

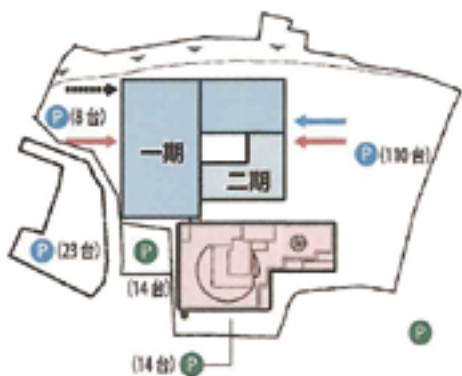
第1期工事期間中は、鹿教湯病院通所リハ「温森」が三才山病院内に仮設移転し、歯科、リハビリテーション室、健康管理科（人間ドック室）、第2診療棟にある浴室等は院内の仮設場所に移転します。また、医局関係、義肢装具科、管理部部門は病院に併設する仮設棟（2階建て）に移転することになっています。

工事期間中においては、移動時間や院内での動線などでご不便をおかけする場面もあるかと思いますが、

STEP3 既存建物解体



STEP4 外構工事（竣工時）



凡例

- ← (Red arrow) : 来院者
- ← (Blue arrow) : 職員・搬入
- ← (Green arrow) : 工事車両
- ← (Dotted arrow) : 救急動線
- P (Blue circle) : 新設駐車場
- P (Green circle) : 既存駐車場
- P (Red circle) : 仮設駐車場
- (Dashed line) : 工事範囲
- (Dotted line) : 仮囲い
- (Dotted line) : 改修
- (Pink) : 既存建物
- (Light Blue) : 新設建物（一期）
- (Light Blue) : 新設建物（二期）
- (Yellow) : 仮設建物

患者・利用者の皆様には、安心・安全のなかでご利用いただけるよう対応をまいります。

当センター大澤統括院長は、令和3年度年頭の挨拶で、鹿教湯、三才山の二つの病院について「一緒になった夫婦が別々に住んでいたがようやく一つの家に住むことになった。」同居にあたってはリフォームが必要で住宅ローンも重くはできず、広い風呂、大理石の玄関もなくキッチンも少し小さくなるがようやく一緒に住めることになった。」同居にあたってはいろいろな事が起こるだろうがそれを乗り越えな

いといけない。」と夫婦に例え強く発信されたとおり、職員ひとりひとりが、新しいリハビリテーションセンターにおいて一緒になるだけではなく、病院の将来を見据える中でそれぞれの病院の良いところを十分に活かし、互いを認め合い、患者・利用者の皆様に信頼され、期待していただける医療及びサービスが提供できるよう再編成事業を進めていければと考えています。

センター再編成プロジェクト
事務局



当院では、脳卒中などで失われた身体機能を補助する目的で装具を処方し、リハビリテーションで活用しています。装具は上肢装具、下肢装具、体幹装具に大別でき、整形疾患でも使われます。今回は脳卒中患者さんの歩行で用いられる下肢装具について紹介します。

近年のリハビリテーションは早期離床、早期退院を目指し積極的な介入が行なわれています。そのため発症してから早い時期に立ち上がりや歩行が行えるよう長下肢装具(図1)を用いることがあります。長下肢装具を使用することで、麻痺している下肢の膝関節や足関節の機能を補い支持性を高めることで、早い段階から立つ感覚を覚えることができます。立位保持が可能となると体力の向上が期待でき、退院に必要な日常生活の動作獲得につなげることができます。また、長下肢装具は身体能力が改善してきたら短下肢装具(図2)に変更できる機構となっています。小さく軽くなることで、ご自身で装着できるようになるため、日常生活での使い勝手が向上します。軽度の麻痺の場合や退院後の使用環境によって、更に軽いプラスチック製の装具の処方をご提案させて頂くこともあります。最近では素材が改良されヒョウ柄やピンク色などカラフルな材料が増え、ファッションブルになってきています。(図3)



(図1)長下肢装具での練習風景



(図2)左:短下肢装具
右:長下肢装具



(図3)

このように下肢装具だけでも多くの種類がありますが、日常生活を安全に行うためには、病状に合った装具を使用する必要があります。当院では使う方の能力に適した装具を処方するため、医師やリハビリスタッフ、義肢装具士が参加する装具クリニックを開催しております。

破損した装具や身体能力に合わない装具を使用していると、転倒など思わぬ怪我の原因となりかねません。また装具には耐用年数があります。ベルトの劣化やきしみ音などおかしいと思ったら早めの点検をお願いいたします。装具についてのご相談は、当院の義肢装具科(斉藤)まで、お気軽にお問い合わせ下さい。

枝豆で夏バテ対策

初夏から旬を迎える枝豆は夏の定番おつまみですが、実は夏バテ対策に効果的な食材です。

暑さで食欲が低下してしまうこの季節は、そうめんなどのさっぱりとした食事に偏りがちです。しかしそのような食事が続くと、たんぱく質やビタミンが不足する可能性があります。枝豆は「畑の肉」と呼ばれる大豆の未成熟豆であるため、大豆と同様にたんぱく質が多く含まれています。たんぱく質は筋肉などを作る大事な栄養素で、不足すると筋力・体力が低下し、体調を崩しやすくなります。

また、枝豆は他の野菜と比べてビタミンB1を多く含むことも特徴です。ビタミンB1はエネルギー代謝を高め、疲労回復に効果的です。

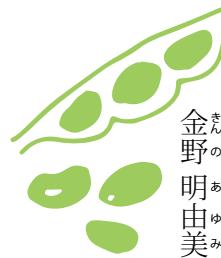
枝豆は他の豆類と違い、水に戻すことなく使うことができます。また、冷凍枝豆は解凍するだけで食べられるものもあります。このように調理の手間も少なく偏った食事で不足した栄養素を補うことができる枝豆は、夏バテ対策にぴったりの食材です。みなさんの日々の食事に手軽に取り入れてみてはいかがでしょうか。



鹿教湯病院

栄養科

金野 明由美



枝豆入りリミートローフ

▼材料 (2人分)

- ・豚ひき肉 200g
- ・溶き卵 1/2個
- ・パン粉 1/4カップ
- ・マヨネーズ 大さじ1/2
- ・顆粒スープの素 小さじ1/2
- ・塩、こしょう、あればナツメグ 各少々

A

- ・玉ねぎのみじん切り 1/2個
- ・枝豆(茹でたもの)正味 50g
- ・ベビーリーフ 適量
- ・サラダ油 適量
- ・トマトケチャップ 適量

▼作り方

- ①玉ねぎは耐熱容器に入れてラップをかけ、電子レンジで3分30秒加熱する。
- ②ラップを外して粗熱をとる。
- ③ボウルにA、玉ねぎを加えて粘りが出るまで練り混ぜ、枝豆を加えてさらに混ぜる。
- ④広げたアルミホイルの上に肉だねをのせる。手に薄く油を塗って、長さ15cm×幅10cm×高さ3cmに成型する。アルミホイルでぴったり包む。
- ⑤フライパンに④をのせて蓋をし、5分焼いて上下を返し、再び蓋をしてさらに5分焼く。
- ⑥火を止め、粗熱が取れたらアルミホイルを外し、6等分に切って器に盛り、ベビーリーフを添える。別の器にケチャップ適量を入れて添える。

▼栄養成分 (1人分)

エネルギー 334kcal たんぱく質 24.3g 脂質 21.2g
食塩相当量 0.7g (ケチャップを除く)



※画像はイメージです

10さや(約30g)あたりの枝豆の正味量は約17gです。今回紹介したレシピでは、およそ30さや必要です。

新任医師紹介



鹿教湯病院
一般内科

田中 征雄 先生

2021(令和3)年4月より鹿教湯病院内科勤務になりました。担当は、糖尿病を中心にした一般内科です。

前任の信州上田医療センターでは、内科・総合診療科を担当し、さまざまな疾患に接してきました。20数年の長きにわたりましたので、最新の知見はともかく「ちよいと診る」臨床経験は人後に落ちぬつもりですが、知ったかぶりにならぬ様にこころがけています。

実は、約40年前の昭和56～57年に当院の勤務歴があるのですが、当時と比べるとチーム医療が徹底して長足の進歩を遂げているのに驚くとともに、コロナ禍もありまじょうが思いのほか院外業務が多いのに困惑しています。急性期病院と異なる地域密着型の診療に早く溶け込むように努力したいと思います。どうか宜しくお願い申し上げます。



鹿教湯病院
歯科

二木 祐美 先生

2021年(令和3)4月より鹿教湯病院歯科にて勤務させていただきます。よろしくお願いいたします。

今までは信州大学医学部附属病院の口腔外科や病院歯科、歯科診療所などで勤務し、埋伏歯の抜歯やご病気をもちの方の抜歯、虫歯や入れ歯、歯周病などの治療をさせていただいております。

患者様の背景やご希望なども考慮し、できるだけよい治療を相談し、予防にも力を入れて、快適に過ごせるよう、微力ながらお口の健康のサポートをさせていただきたいと思えます。遠慮なくお気軽にご相談いただければと思います。どうぞよろしくお願い致します。

いずみの10周年記念誌発行



介護療養型老人保健施設いずみのは、多くの皆様方のご支援・ご協力により、平成22年4月1日の開設以来10周年を迎えることができました。

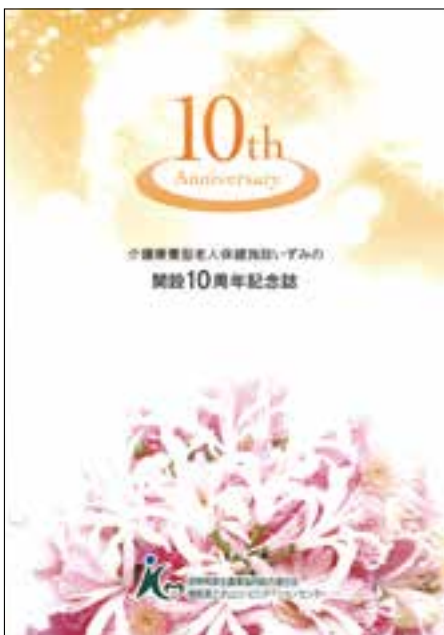
これを記念し、「介護療養型老人保健施設いずみの開設10周年記念誌」を発行いたしました。

これまで関わった方々に寄稿をお願いし、10年を振り返るとともに新たな歴史を築く上で、施設が建設される以前の苦労や思い、そして建物が出来て利用者や地域の

方々の信頼を築くために邁進してきた道のりを知っていただければと記録に残しました。

まだまだ道半ば。さらに地域の皆さんに信頼していただけるよう職員一同努力して参ります。

なお、今後多くの皆さんに見ていただけるよう鹿教湯三才山リハビリテーションセンターのホームページに掲載される予定です。



いずみの記念誌

「指定療養介護事業所かりん」ご利用者・ご家族に対しセンター再整備事業説明会を開催しました。



2021年(令和3年)5月3日に三才山病院指定療養介護事業所かりんのご利用者・ご家族様を対象とした「センター再整備事業説明会」を開催しました。

説明会は、2021年8月着工予定のセンター再整備事業について、今後どのようなコンセプトで、どんな建物を建築し、どのような運営を行っていくのかについて、ご利用者・ご家族様に事業計画を説明し、今後控える再整備事業へのご理解ご協力を賜ることを目的に開催しました。

説明会の様子



ご利用者・ご家族様からは、再整備後の設備環境やマンパワー等に関する大変貴重なご意見・ご質問いただき、より安心・安全なサービス提供に向け、今後センター全体で検討していくことが確認されました。

なお、当日は新型コロナウイルス感染症対策として、鹿教湯病院及び三才山病院の2会場でテレビ会議システムを活用したハイブリッド形式にて行われ、ご利用者22人・ご家族36人にご参加いただきました。ゴールデンウィーク中にもかかわらずご参加いただき、ありがとうございました。

第49回長野県
理学療法学会
学術奨励賞 紹介

私が所属している回復期リハビリ病棟では、楽しみながらできるだけ運動負荷を上げ、回復を促す事を目的に数名で同じ動作を競争しながら行う集団リハビリを実施しています。しかし、実際にはその効果が十分に検討できていなかったのが研究テーマとして取り組みました。椅子からの立ち上がり動作を一人で行う時と集団で競争しながら行った時を比べると集団の方が疲労感が少なく運動回数も増えることが分かりました。この結果を昨年の長野県理学療法学会で発表したところ「学術奨励賞」を頂き大変驚いております。今回の貴重な経験を活かし、より効果のあるものを現場で提供できる様にこれからも努力します。

鹿教湯病院 理学療法科
理学療法士 橋爪 葉奈



お知らせ 人間ドックのご案内

ご予約は 鹿教湯病院 健康管理科 Tel.0268-44-2155 (直通)

日々の健康管理と日常生活の見直しに、ぜひとも人間ドックをご利用ください。
鹿教湯病院の人間ドックでは、昨年一時中止しておりました胃内視鏡検査は実施ができるようになり、新たなオプション検査も各種ご用意してお待ちしております。ぜひこの機会にご予約ください。(但し、呼吸機能検査は中止しております)



外来担当医表 2021年7月～

◎印が診療日です。※担当医は都合により変更になる場合があります。

鹿教湯病院		☎0268-44-2111(代)				
	受付時間	月	火	水	木	金
内科 脳神経内科 呼吸器内科	午前 8:30～11:00	小林(俊)・松嶋 鈴木・田中	伊沢・宮坂	片井・村岡	片井 松嶋・信大	小林(俊) 木下(朋)・吉田
循環器内科	午前 8:30～11:00	信大	若海			信大
脳外科	午前 8:30～11:00		かわらぶき 瓦葺	佐藤		
整形外科	午前 8:30～11:00	大島		信大		木下(久)
リハビリテーション科	午前 8:30～11:00	石田		森泉		
歯科	午前 8:30～11:30 午後 1:00～ 4:30	小林(健) 長汐・二木	小林(健) 長汐・二木	小林(健) 長汐・二木	小林(健) 長汐・二木	小林(健) 長汐・二木
リウマチ・膠原病内科	午前 8:30～11:00					◎
外科(消化器)	午前 8:30～11:00		◎			
皮膚科	午前 8:30～11:00		◎			
泌尿器科	午後 1:00～ 2:30				◎	
眼科	午後 1:30～ 3:30			◎ (第2・第4のみ)		◎
耳鼻咽喉科	午後 1:00～ 3:30		◎			
専門外来	午前 8:30～11:00		ロコモ・骨粗鬆症 (午前予約制)	義肢・装具 (午前予約制)		

三才山病院		☎0268-44-2321(代)				
	受付時間	月	火	水	木	金
内科	午前 8:30～11:00	鈴木(和)	林田	小林(俊)	鈴木(和)	宮城
	午後 1:00～ 4:00					
脳神経内科	午前 8:30～11:00	宮城				
リハビリテーション科	午前 8:30～11:00				泉 (隔週)	

豊殿診療所		☎0268-29-1220(代)				
	受付時間	月	火	水	木	金
内科・消化器内科 循環器内科・脳神経内科	午前 8:30～11:30 午後 1:00～ 4:30	戸兵	戸兵	渡邊 鳥飼(第3のみ)	戸兵	戸兵 大久保

休 診 日	2021年	7月	8月	9月
	鹿教湯病院・三才山病院	土曜・日曜・23日(金)	土曜・日曜・9日(月)・13日(金)	土曜・日曜・23日(木)
	豊殿診療所	土曜・日曜・23日(金)	土曜・日曜・9日(月)・13日(金)・16日(月)	土曜・日曜

本誌をご愛読いただき、
ありがとうございます。
本誌に対するご意見・ご感想など
ございましたら、お気軽に右記まで
ご連絡をお願いします。

- 鹿教湯病院 〒386-0396長野県上田市鹿教湯温泉1308 ☎0268-44-2111 FAX.0268-44-2117
- 三才山病院 〒386-0393長野県上田市鹿教湯温泉1777 ☎0268-44-2321 FAX.0268-45-3709
- 豊殿診療所 〒386-0004長野県上田市殿城250-4 ☎0268-29-1220 FAX.0268-29-1229
- 老健いずみの 〒386-8688長野県上田市小泉72-1 ☎0268-26-6600 FAX.0268-26-6615

発行責任者 ■ 大澤 道彦 <http://km-rehacenter.jp/>

