

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

2025

春

第149号



〔埼玉県秩父市の羊山公園の芝桜〕 撮影:宮下 祐典

目次

放射線科の紹介	2-3
センター委員会紹介	4
資格紹介	5

おすすめレシピ「アスパラごはん」	6
トピックス・レポート	7

鹿教湯病院理念

私たちは、地域の皆さんが自分らしく生き生きと輝いて暮らせるように、
リハビリテーションを通じて納得できる保健・医療・福祉活動を実践します。



長野県厚生農業協同組合連合会
鹿教湯三才山リハビリテーションセンター

放射線科最新機器紹介

放射線科では、新棟への移設に伴いCT、MRI、マンモグラフィ装置の機器更新を行いました。今回は、新しく入った機器の紹介をさせていただきます。

CT

シーメンス社製の最新のCTである「SOMATOM go top」を導入しました。

新しいCTの最大の特徴として、より低被ばくで高画質なCT画像を短時間で提供することができるようになりました。患者さんの体格や状態に合わせてX線の量を調整し、被ばくを最小限に抑えることができます。特に、人間ドックの胸部CT撮像においては、新しいフィルターの使用に



より、従来のCTよりも被ばく線量が約30%低減されました。さらに画像認識技術を活用し、撮像から画像再構成、3D画像作成までを自動化、大幅な時間短縮を実現し、より迅速な撮像診断ができるようになりました。また、タブレットを用いてCT室内で操作を行うことができるようになり、患者さんの状態が



よくない時には直接様子を見ながら撮影することができます。

これらの技術を用いて患者さんにとって、より安全で快適、そして質の高いCT検査を実現します。

MRI

シーメンス社製の「MAGNETOM Altea」を導入しました。この装置はAI（人工知能）を活用した最新技術を搭載しており、あらゆる面で自動化が進みまし

た。検査時間の短縮はもちろんのこと、AIによる画像再構成技術により、ノイズが少ない高画質な画像を提供できるようになりました。

MRI撮影室には車椅子やベッド、酸素ボンベなど金属を使用したものは持ち込めないのですが、今まではMRI室専用の車椅子やベッドに移動して撮影室に入り、さらにMRIの検査台にもう一度移っていたいました。今回導入された装置は装置本体から検査台が外れるため移動の手間が減り、よりスムーズな検査が行えるようになりました。

検査を受けていただく際は、検査台に横になると木漏れ日を



感じられるような天井が広がり緊張感を和らげてくれます。装置は以前よりも開口部が広く設計されているため閉塞感が少なく、リラックスした気持ちで検査を受けていただけます。AI技術のおかげで、より短時間で検査が行えるため今までMRIが苦手だと感じていた方にも受けやすい検査を提供できるように取り組んでいます。

マンモグラフィ

当院では乳がん検診精度向上のため、最新のデジタル乳房X線撮影装置であるシーメンス社製



MRI

『MAMMOMAT Revelation』を導入しました。この装置は最新の技術が搭載されており、高画質かつ低被ばくでの検査を行うことができます。

従来の装置に比べ様々な工夫が施されており、操作性が向上したことで患者さんにも少ない負担で検査を受けていただくことができます。特にムードライトのやわらかな光は、検査室内の雰囲気を整え、患者さんの緊張を和らげリラックスできる環境をつくっています。また、被ばく線量の低減は患者さんにとっても大きなメリットです。従来の装置より最大約30%の被ばく低



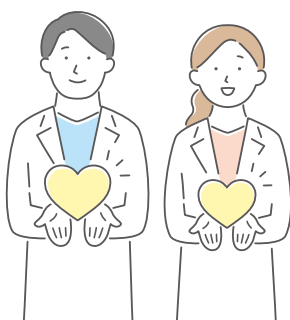
マンモグラフィ

減を実現しており、より安心して検査を受けていただけます。

日本では乳がんになる人が年々増加しており、現在では日本人女性の“9人に1人”が乳がんにかかると言われています。乳がんは早期発見・早期治療が大切です。月に1度の自己検診と定期的な乳がん検診を受けましょう。当院では、最新のマンモグラフィ装置と専門医による診断で、地域の皆さんの健康をサポートします。

まとめ

診療放射線技師一同は、新しい機器を使いこなし診断、診療の力となり今後とも地域住民の方が安心して受けられる医療を目指します。



放射線科メンバー

医療安全管理委員会の紹介

当センターでは平成19年4月から「医療安全対策室」を開設し、医療安全に関する業務を担っております。そして医療安全管理委員会はセンターにおける医療事故の防止を図るため設置し、この委員会の下に各部会をおき、医療事故をなくす、再発防止を目標として事故事例やインシデント事例を分析・検討し、対策を講じて医療安全に取り組んでいます。

医療安全管理委員会 のメンバー構成

● 委員長

院長（医療安全対策室室長）

● 副委員長

統括事務長、統括看護部長

● 委員メンバー

医師2名 医薬品安全管理責任者（薬剤部長） 医療機器安

全管理責任（臨床工学士）、医療放射線安全管理責任者（放射線技師長） 薬剤部、看護部、リハ部、診療協力部、地域医療部、管理部、いずみの、医療安全対策室専従師長

医療安全管理委員会 の取り組み

医療安全カンファレンスを週1回毎週木曜日に行い、前1週間に起きたインシデント、アクシデントのレポートを集計して確認を行います。内容により医療安全対策室で現場確認、ヒアリングなどをおこなないカンファレンスにおいて再発防止に向けて協議、検討、分析を行います。それをもとに委員会は月に1回定期開催し、各部会で話し合われた内容、各部会でのインシデントアクシデントの報告や協議事項の報告がなされ、情報の共有、再発防止に取り組む、それをセンタ

ー全体へ発信しています。その他、年1回ハリーコール訓練、職員全体に対し年2回の医療安全研修会の企画運営をおこなっております。

また、当センターは長野県内の厚生連病院と医療安全地域連携をとっており、連病院間でラウンドを行い、お互いにいいところや改善点などを定期的に情報交換しています。



他病院ラウンドの様子



医療安全管理委員会の様子

最後に・・・

これから地域の皆様が安心して受診・利用して頂ける病院を目指して参りますので、どうぞよろしくお願い致します。

医療安全対策室 専従師長

小宮山 美圭子

パーキンソン病療養指導士・LSVT®-BIG、LSVT®-LOUD認定療法士

当院では脳血管疾患や整形疾患に加えて、パーキンソン病をはじめとする神経難病の方に外来や入院、介護保険サービスなどで治療やリハビリテーションをご利用いただいています。今回は職員が研修を受け、取得しているパーキンソン病に特化した資格について紹介したいと思います。

パーキンソン病療養指導士

パーキンソン病療養指導士とは、MDSJ(日本パーキンソン病・運動障害疾患学会)が主催する研修を受講し、試験に合格することにより認定を受ける資格です。当センターでは理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、看護師、薬剤師、社会福祉士、管理栄養士など、様々な職種の職員が資格を取得しています。現在21名の資格取得者が誕生しており、それぞれの医療・介護チームで活躍しています。パーキンソン病といっても、患者様それぞれお困りの症状が様々です。パーキンソン病を学び、多職種の様々な視点から関わることで患者様に寄り添う医療を提供できるよう、学びの輪を広げていきたいと思っています。



パーキンソン病療養指導士 認定資格者

LSVT®-BIG・LSVT®-LOUD

LSVTのLee Silver-man Voice Treatment of Ramigらが考案したパーキンソン病を有する方へのリハビリテーションプログラムになります。LSVT®-BIGは大きな動作に、LSVT®-LOUDは大きな声に焦点を当てたプログラムです。

どちらもLSVT Globalが主催する認定講習会を受講し、試験に合格することで認定資格を得られます。現在当院にはLSVT®-BIG認定の理学療法士9名、LSVT®-LOUD認定

の言語聴覚士3名が在籍しています。

どちらも1日1時間(週4日以上)×4週間のプログラムですが、前後に評価させていただくため、6週間程度の入院にて対応しています。当院では2019年よりプログラムを開始し、今までにLSVT®-BIGは約60名前後、LSVT®-LOUDは10名程の患者様が修得されました。個人差はありますが、日常生活動作や歩行、会話などに効果がみられています。これらのプログラムは自主練習を修得していただき、ご自宅で機能を維持できるよう続けていただくのが目的です。ご自分で参加していただける治療の一つとして、興味のある方は地域医療連携室までお問い合わせください。



LSVT®-BIG 認定資格者



LSVT®-LOUD 認定資格者



鹿教湯病院 栄養科

林 ひかる



長野県は日本有数のアスパラガスの産地で全国2位の生産量であり、春から初夏にかけてが旬の時期となります。春のアスパラガス（以下アスパラ）は、前年の秋に蓄えた養分でじっくり時間をかけて育つので、太くて柔らかく甘みがあるのが特徴です。

日本には江戸時代にオランダ船から観賞用としてもたらされたのが始まりです。最初は北海道で輸出向け缶詰用のホワイトアスパラが栽培されましたが、1955年頃よりグリーンアスパラの人気が急激に高まりました。最近ではアントシアニンを多く含む紫色のアスパラも登場しています。

アスパラにはアスパラから発見された「アスパラギン酸」が豊富です。「アスパラギン酸」は新陳代謝を活発にするので、疲労回復やスタミナ補給に効果があります。また、穂先には毛細血管を丈夫にするといわれている「ルチン」を含みます。

栄養豊富で茹でても・焼いても・炒めても美味しいアスパラガス。今回はたんぱく質やカルシウムを含むしらすと炒め、抗酸化作用のあるセサミノールを含むゴマと一緒に、温かいご飯と混ぜるだけのとても簡単な「アスパラご飯」をご紹介します。

アスパラごはん

▼材料（2人分）

- ・アスパラガス 2本
- ・サラダ油 小さじ1/2
- ・水 大さじ2
- ・しらす干し 30g
- ・米 1合
- ・塩 小さじ1/6
- ・白ごま 小さじ1/2

▼作り方

- ①米を炊いておく。
- ②アスパラは1cmの小口切りにする。
- ③フライパンにサラダ油を熱してアスパラガスを炒め、水としらす干しを加えて蒸し焼きにする。水気がなくなったら火を止め、塩をふる。
- ④炊き上がったご飯に②を混ぜ、白ごまを散らす。

出典：長野県栄養士会編「恋野菜れしび」より

▼栄養成分（1人当たり）

エネルギー 300kcal たんぱく質 8.7g
脂質 2.2g 炭水化物 58.7g カルシウム 46mg
食塩相当量 0.9g



※画像はイメージです

豆知識

鮮度をキープするためには、輪ゴムやテープを外し、冷蔵庫に立てて保存します。上へ伸びようとするので寝かせると穂先が曲がってしまいます。ポリ袋に入れたり、ぬれた新聞紙で包むと良いでしょう。また、使う大きさに切り30秒ほど茹でてから冷凍することもできますので、炒め物などにさっと使えて便利です。



第4回 鹿教湯三才山 リハセンターウォーキング 大会開催しました

職員の運動不足解消を目的にウォーキング大会を開催しました。健康アプリPePUpを使って、15日間1日8,000歩を目標に、個人戦とチーム(5名)戦でがんばりました。今回の大会では、238名と31チームが参加し、214名が目標を達成しています。今後も職員の健康維持増進事業を企画・運営していきたいと考えています。



上位入賞者

〈個人戦〉

1位：シヨウタ

イムさん

2位：ぼすさん

3位：スタミナ

太郎さん

〈チーム戦〉

1位：オカニ

ズの皆さん

でした。



「バブルチューブ」 を設置しています!!

正面玄関を入って右側、セブインレブンとイートインコーナーの間にバブルチューブを設置しました。アクリル板の筒の中を泡が湧き上がり、LEDライトで下から照らすことでキラキラ輝いて見えます。近づく泡のポコポコと言う音が聞こえ、台に座るとその振動が伝わってくる心地の良い物となっております。ご来院された際には実際に体感してみてください。

今後、入院患者様へのレクリエーション等への利用など、様々な所での活用を検討しています。

バブルチューブについてくわしくは、病院ホームページの最新情報にも掲載しておりますので、ぜひご覧ください。



新年仕事初め式が 行われました。

2025年がスタートし、当センターでは1月6日が仕事始めとなりました。

かけゆ講堂にて職員の仕事はじめ式が開催され、当院の統括院長、労働組合の執行委員長による年頭の挨拶があり、新しい年のスタートとなりました。

式の最後には、毎年恒例となっている、管理者と職場責任者による「だるまの目入れ」を行い、1年の感謝と、新年の目標やみんなの安全などの願いが込められました。



車椅子の寄贈を いただきました 〜老健いずみの〜

上田市立第六中学校より車椅子を寄贈いただき、12月23日同校で贈呈式が行われました。生徒会の福祉委員会が、地域の施設に寄贈するために5年間にわたり収集したベルマークで車椅子を購入され、今回、上田しいのみ園様と当施設に2台ずつ寄贈いただきました。贈呈式で宮坂施設長は「いずみのの施設、備品が老朽化により故障が多くなっている中で、このような車椅子をいただけることは大変ありがたく思います。大切に使用させていただきます」と御礼を述べました。



お知らせ

人間ドックのご案内

予約申込
はこちら

TEL 0268-44-2155 (直通)



受付時間／月～金曜日 9:00～17:00

詳細は
ホームページで鹿教湯ドック
かけゆドック

検索

お知らせ

入院のご相談・ご希望など

お問い合わせは【地域医療連携課】

TEL 0268-44-2111 (代表)

FAX 0268-41-7080 (直通)

受付時間／月～金曜日 8:30～17:00

外来担当医表

2025年4月

※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	内科		田中	伊沢・黒岩 (要予約)	信大		宮城・伊澤 (第2のみ)
	脳神経内科	午前 8:30～11:00	吉田・鈴木	宮坂 (5月～第2・4のみ)	片井	片井・白田・信大	木下 (朋)
	呼吸器内科		小林 (俊)	小林 (俊) (要予約)	信大	平井	小林 (俊)
循環器内科		午前 8:30～11:00		若海			信大
脳神経外科		午前 8:30～11:00		瓦葺 (かわらぎ)	佐藤		
整形外科		午前 8:30～11:00	川上	木下 (久)	信大	木下 (久)	木下 (久)
リハビリテーション科		午前 8:30～11:00			森泉		信大
歯科		午前 8:30～11:30	小林 (健)	小林 (健)	小林 (健)	小林 (健)	小林 (健)
		午後 1:00～ 4:30	川本・二木	川本・二木	川本・二木	川本・二木	川本・二木
リウマチ・膠原病内科		午前 8:30～11:00			信大		
外科 (消化器)		午前 8:30～11:00		細谷			
皮膚科		午前 8:30～11:00		信大			
泌尿器科		午後 1:00～ 3:00				信大	
眼科		午後 1:00～ 3:00					信大
耳鼻咽喉科		午後 1:00～ 3:00		信大			
小児科		午前 8:30～11:00				柴 (要予約)	
乳腺外科 (完全予約制)		午後 2:00～ 4:00			石毛 (第1)		
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)		

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		午前 8:30～11:30	戸兵	戸兵	渡邊 鳥飼 (第3のみ)	戸兵	戸兵 大久保
循環器内科・脳神経内科		午後 1:00～ 4:30					

休診日	2025年	4月	5月	6月
	鹿教湯病院	土曜・日曜・29日 (火)	土曜・日曜・5日 (月)・6日 (火)	土曜・日曜
	豊殿診療所	土曜・日曜・29日 (火)	土曜・日曜・5日 (月)・6日 (火)・30日 (金)	土曜・日曜・16日 (月)

〈豊殿診療所〉5/3 (土)・6/15 (日) は休日当番医となります。

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
 ■ 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 ■ 統括院長 大澤 道彦

<https://km-rehacenter.jp/>