

# 向日回生

真生会  
通信

2022年4月発行



April 2022 春号



# コロナ下の楽しみ

コロナ禍前には三つの楽しみがありました。一つは週末の散歩、二つ目は気の置けない友人とアルコールを楽しみながらの写真談義、そして三つ目は国際学会出席を兼ねての海外旅行でした。ところがコロナ禍後、これらの楽しみは奪われ、戸外が晴れていても巣ごもりする週末が増えました。

しかしこれら三つの中で、今では散歩だけが唯一の楽しみとして残りました。散歩とは、広辞苑を引くと「気晴らしや健康のために、ぶらぶら歩くこと」とあります。ある目的や所用があつて出かけるのではなく、気の向くままぶらりと歩きに出ることでしょうか。ちなみに私の気に入りの散歩道は、桂から上桂の山手にある浄住寺、地藏院、西芳寺を経て松尾大社に至るコースです。若い頃はさらに足を延ばして嵐山まで歩いたのですが、さすがに後期高齢者の仲間入りする今はあきらめています。

散歩している時は日頃の些細なことを忘れ、通り過ぎる景色を眺めながら歩きます。春は西芳寺川の桜、夏は地

蔵院の竹林、秋は浄住寺の紅葉、そして冬は松尾大社の雪景色に四季の移ろいを感じると気持ちも和らぎます。散歩は精神面だけでなく、肉体面でも健康保持に効果があります。当院で便秘外来を担当していますが、散歩は大腸の運動機能を高め、さらにリラックスした気分が副交感神経を優位にして便秘症状を改善させます。

コロナ下の私たちは心身共に疲れやすい日々を強いられています。自由な時間に自分で楽しめることを見つけて、第6波コロナ感染の早い収束と春の到来を待ちたいと思います。

## 表紙

「世界で出会った子ども2 森の内緒話」

撮影・岩井直躬

春の陽光が降りそそぐ公園の森で、ポーズをとる男の子二人とおしゃまな女の子が立ち話をしています。内緒の話でしょうか？

(ベルギー、ブリュッセルにて)

今年二年は「世界で出会った子ども」をテーマに、小児外科医がレンズを通して見た世界の子供の情景を4回シリーズで掲載します。



医療法人真生会向日回生病院

理事長 岩井直躬

リハビリからの  
お知らせ

# 日曜・祝日の リハビリを開始 しました。

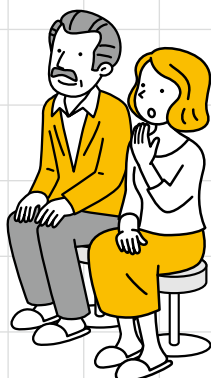
## 目的

- 🌸 身体機能面の向上。
- 🌿 複数のセラピストで介入することによる治療の幅の拡大。
- 🌸 リハビリ科全体で患者様の事を把握できる。
- 🌿 在宅の患者様が多く、少しでもリハビリ時間の確保の為。



# けんしんへいこう

## ～健康的に過ごす第1歩～



皆さん健康診断は受けていますか？健康診断は年1回、定期的に受診することが望ましいとされています。では、なぜ健康診断を受ける必要があるのでしょうか？健康診断とは健康を守るためのもので、企業の健康保険組合、各種法人、地方自治体が主となって実施します。今回は健康診断の意味や目的についてご紹介します。皆さんの健康生活への一助となると幸いです。

### 01

## 健診と検診のちがってなんでしょう？

健康診断は「けんしん」と略して使用されているのですが、実は「健診」と「検診」の2種類があるのです。

- 健診**：受診者の身体が健康であるかどうかを調べるために実施する検査です。  
ex) 身体計測、血液検査、尿検査、聴力・視力検査・・・
- 検診**：特定の病気を早期に発見し早期治療につなげるために実施する検査です。  
ex) がん検診・骨粗鬆症検診・肝炎ウイルス検診・・・

### 02

## 健康診断はなんですか？

病気には早期の段階では症状がなく、その症状が現れた時にはすでに進行していた！ということが少なくありません。

- 一次的予防**：健康診断の結果から生活習慣を見直し、事前に病気を予防します。  
つまり・・・自身の健康状態を認識することで生活での問題点を洗い出し、改善につなげるきっかけを作ります。
- 二次的予防**：病気を早期に発見し、治療につなげていきます。  
つまり・・・軽度な段階で病気を発見し、治療することで身体的な負担を軽減できます。また、治療に費やす時間や費用も抑えることができますね。

### 03

## じゃあ、どんな内容の健康診断がいいの？

向日回生病院ではさまざまな健康診断のコースを用意しています。その中でもおすすめは・・・ずばり「Cコース」です！

- 健診項目**：問診、診察、身体計測(身長、体重、腹囲、体脂肪率)、視力・聴力検査、血圧測定、心電図検査、胸部X線検査、尿検査、血液検査(血液一般・貧血・肝機能・脂質・血糖)

年1回の定期健診にご利用ください。その他オプションも承ります！



# 一目でわかる健康診断

## 頭部CT

CTにより脳の様子を見ます。  
脳梗塞・脳腫瘍・アルツハイマー型  
認知症など

## 全体的な項目

問診、診察、身体計測(身長、体重、  
腹囲、体脂肪率、肥満度、メタボ  
リックシンドローム判定)など  
血圧：高血圧症

## 視力、聴力

視力：乱視・近視  
眼圧：網膜剥離・緑内障・高眼圧症  
など  
聴力：難聴・中耳炎など

## 胸部X線

肺や心臓、大動脈等胸部の臓器を  
調べます。  
肺結核・肺炎・肺がん・肺気腫・  
心臓肥大など

## 心電図

心臓の筋肉に流れる電流を  
記録する検査です。  
不整脈・狭心症・心筋梗塞など

## 腹部エコー、胃カメラ(経口・経鼻)

胃・肝臓・腎臓・膵臓などを  
調べます。  
胃炎・胃潰瘍・胃がん・ポリープ・  
結石・脂肪肝など

## 尿検査

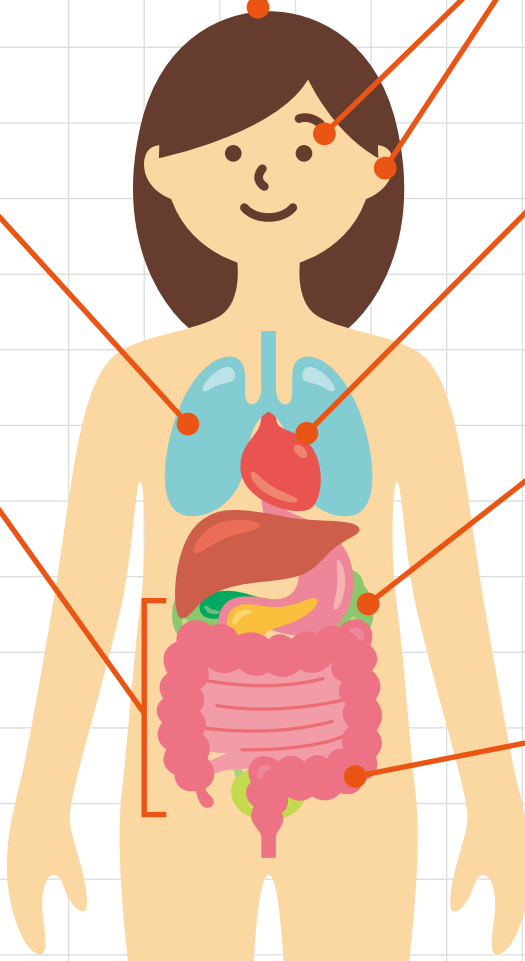
採尿による検査です。  
腎疾患・結石・肝臓病・糖尿病など

## 血液検査

採血により採取した血液から  
生活習慣病の有無など様々な  
ことがわかります。  
貧血・炎症反応・脂質異常症・肝  
機能疾患・糖尿病、各種がん(腫瘍  
マーカー検査)

## 便潜血、大腸ファイバー

大腸の様子や便の採取による  
出血有無を調べます。  
大腸がん、ポリープなど

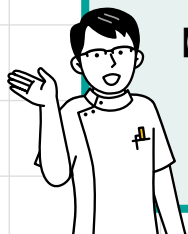


## 健康診断実施日

月～金 / 9:30 ~ 12:30 ※土曜・夜診では受診できません。

### 【向日回生病院からのお願い】

健診内容に採血が含まれている場合、結果が出るまでしばらくお時間がかかります。  
基本的に即日での結果のお渡しはできませんので、ご容赦ください。結果のお渡し  
には平均的に1週間から10日程かかりますので、余裕を持って受診してください。





# 大腿骨頸部骨折の治療 リハビリについて

## 大腿骨頸部骨折 治療の流れ

※医学的には、骨折部が大きくずれている場合には人工骨頭置換術を、ずれが少ない場合には骨接合術を選択するのがいいと考えられています。

### 手術の種類

人工骨頭置換術



手術



70代女性

人工骨頭

自転車同士の衝突による転倒

ガンマネイル  
(骨接合術)



手術



80代女性

γ ネイル

50cm 程度のベットから転落

## 人工骨頭の治療 リハビリの流れ

リハビリは院内のクリニカルパスに基づいて行います。

術後～約一週間

- ・ベッド上でのリハビリ (可動域訓練 など)



一週目～

- ・車椅子座位
- ・荷重訓練 など



それ以降

- ・歩行訓練
- ・動作指導
- ・日常生活動作訓練 など

### 荷重訓練の様子



どのくらいの荷重で痛みが出るかを評価する。



<目的>

患者様の痛みに対する恐怖心を取り除き、活動量の増加を促す。



## 動作指導

(後方外側アプローチの場合)

## 目的

人工骨頭の患者様は術部の脱臼リスクがある為

### 靴下履き



股関節を曲げ過ぎると脱臼リスクが高いです。その為、写真のような道具を使い、リハビリを行います。

### 靴の着脱



左の写真のような履き方では脱臼リスクが高いです。靴べらを使って履きましょう。

### 座り方



床に座ると、座り方によっては脱臼してしまいます。床から立つ際にも危険な姿勢があるため、椅子に座りましょう。

※術式によって脱臼する姿勢が異なります。

リハビリは歩行の練習だけでなく、退院後の患者様の生活のことを考慮し様々な生活指導を行います。



# 介護技能実習生奮闘中です!

ベトナム出身の介護技能実習生アインさんとダオさんが入職して1年が経ちました。アインさんは「利用者さまを笑顔にしたい」と、持ち前のコミュニケーション力を元気に発揮しています。ダオさんは日本語能力検定N3に合格し着実にスキルアップをするなど、互いに切磋琢磨しながら成長し、今や貴重な戦力となって活躍しています。

これまで仕事で辛いと感じたことは一度もないそうです。利用者さまや職員と話をして新しい知識を得ることが楽しく、日本人の細やかさや下準備など人への気遣いも勉強になると語ってくれます。

日本の文化や気質も理解し、ますます日本と病院に愛着を深めながら日本語能力向上と介護福祉士取得を目指して奮闘中です。



日本の焼肉や茶わん蒸しが好きというお二人ですがベトナムのフォーや春巻き、バインミーも恋しくなります。ダオさんの出身はニンビン。アインさんの出身はバクニン。ハロン湾とベトナム最後の王朝が置かれたフエの建造物群はベトナム世界遺産です。



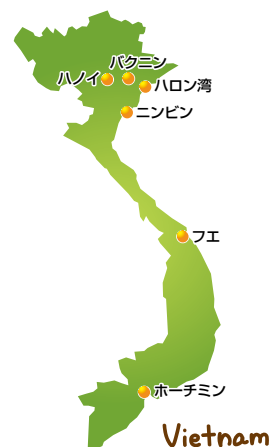
ニンビンのバイディン寺は  
東南アジアで一番大きなお寺



バクニンは日系企業が進出し  
工業化が進む農村地帯



日本でも馴染みの  
ベトナム料理



## 外国人技能実習制度とは・・・

ベトナムなどの送出し国から実習生として日本に入国し、入国後講習を経たあと受け入れ企業で就労しながら技術の修得を目指します。海外の技術発展に貢献し、その国の経済発展を担う人を育てる「人づくり」を目的として創設された、国際協力のための制度です。





# ホームページが リニューアル します!!



4月より向日回生病院のホームページが新しくなりました。

病院のアットホームで温かい雰囲気が伝わる仕上がりになっています。

病院や診察について知りたい方、採用関係について知りたい方にもわかりやすく伝わりやすいホームページになっています。

プロのカメラマンの方に、1日かけて今の病院の様子を撮影していただきました。

新人看護師の一日の流れや、先輩ナースの声なども新しくなり、まさに、今現場で働くスタッフの様子を知ることができます,,, !! ぜひ向日回生病院のホームページを訪れてみてください。



採用情報もTOPページから見やすくなっています。



年4回発行している季刊誌は、バックナンバーもこちらで閲覧することができます。



先輩ナースのインタビューと撮影の様子です。とてもいい雰囲気で、素敵な写真をたくさん撮っていただきました！



## 番外編

ホームページには採用されていませんが、個人的にお気に入りの写真をご紹介します(^^)



屋上から撮っていただいた写真です。京都市内が一望できる絶景の場所です。(普段は入ることができないのが本当に残念です…)

談話室にて外の景色を見ながらリハビリ中の写真です。丘の上にある病院ならではの景色で、外に出られなくても季節を感じることができます。



病診連携  
コーナー  
10

# 米山医院

診療科目：内科、外科、皮膚科、肛門科



院長 米山 千尋 先生

今回訪問したのは阪急上桂駅から南西へ徒歩5分にある米山医院です。春になると阪急沿線に植えられた桜の樹々が一斉に開花し、閑静な住宅街は急に華やかになります。米山医院はその住宅街の一角にあります。

同医院は先代の院長、米山正夫先生が昭和44年に鉄筋コンクリート2階建の医院を開設されました。当時、2階にも手術された患者さんを受け入れておられましたが、現在では1階で外来診療を行っておられます。医院の中へ入ると、清潔感あふれる雰囲気、感染対策も行き届いています。診察室前の待合スペースは広く、患者さんはゆったりした気持ちで診察を待つことができます。

米山千尋院長は消化器外科の専門医で、京都府立医大病院や栗東市にある滋賀県済生会病院の外科で研鑽を積まれた後、平成13年に御父君の後を継がれ今年で22年になります。今ではかかりつけ医として地域の人々から厚く信頼され、生活習慣病や胃腸疾患を始めとする内科診療、ケガや痔等の外科診療、そして皮膚科診療と幅広く診ておられます。取材者もかつて米山先生と一緒に仕事をすることがありましたが、確かな技術に裏付けされた臨床力を持っておられ、親しみが持てて心優しい先生であったと記憶しています。患者さんの口コミも「先生は大らかで、不安なことがあっても親切に答えられ、安心できます。」「優しい口調の先生で、近所の方にも勧めることができます。」と、もっぴらの評判です。

趣味は園芸とジョギングです。医院南側の日当たりの良い庭に花壇があり、週末には作業着姿の米山先生が樹々や季節の花を手入れされているのを通りすがりに見かけたことがあります。以前、季刊誌の表紙を飾った月下美人の写真は米山先生から頂き、私の自宅で丹精込めて咲かせた花を撮影したものです。

取材を終え外に出ると、医院横の花壇に300個もの球根から出たチューリップの葉が春待つ思いで並んでいました。米山先生の生来持ち合わせた大らかな性格と、さらに趣味の園芸で培われた優しさが確かな臨床力に加わり、これらが相伴って地域の人々の健康を支えているのだと思いました。(取材：岩井直躬)

## 米山医院への交通アクセス



〒615-8224 西京区上桂三ノ宮町66-2  
TEL：075-381-5001



医院横の花壇に植えられた春を待つチューリップ。診察室の窓越しに見ることができ、患者さんも癒されます。

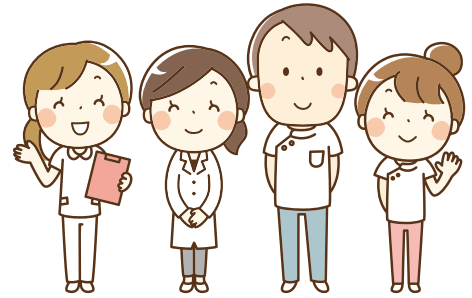


# 訪問リハビリと院内リハビリとの連携



患者様の中には、院内から自宅に帰り訪問リハビリにて継続される事があります。

その為、院内スタッフと訪問スタッフで情報の共有を行い、患者様の暮らしを支えています。



## 編集後記

少しずつ春らしくなって…と思っていたら、気温が上がり一気に春の暖かさが訪れました。病院の周りの草木が生き生きとし始め、一番に咲くツバキの花にメジロやヒヨドリが忙しそうに飛び回っているのを見つけると、ちゃんと春が来ることをわかっていることにいつも驚かされます。病院の周りの竹林ではタケノコの収穫が始まり、朝掘りたてのタケノコが並びだすと春の訪れを感じます。この竹林で採れるタケノコはやわらかくえぐみも少ないので、子供でも食べやすくとても美味しいです！私もタケノコ掘りに参加させていただいた経験があり、掘りたてのタケノコの味は本当に絶品です🌟初めて大きなタケノコを持って帰った時は、ゆでるお鍋が無く苦戦した思い出があります(笑)皆さんはどんな時に春の訪れを感じましたか？私は、学生の頃のように毎年新しい環境が訪れる頃と違い、今は季節の移り変わりをより感じられるようになってきました。自覚はなくても、それだけ自分が年を重ねてきているからかもしれませんね。



新しい年度が始まり、忙しくされている方も多いと思います。そんな中でもほんの少しでも季節を感じ、一日一日を大切に過ごすことを忘れないでいてください。

どうか新しい年がたくさんの笑顔と幸せに満ち溢れた一年になりますように。 こうやまなみ 🌴

令和4年4月1日付

## 外来担当医表

## 外科

受付	月	火	水	木	金	土
午前	長岡	福井 瀧本	菅野	長岡 神部	福井	長岡
午後 (専門外来)	—	—	—	岩井 (便通異常)	—	—
夜診	福井	—	菅野	—	長岡	—

## 内科

受付	月	火	水	木	金	土
午前	作田	近藤 (初) 西山 (再)	松岡 (初) 藤田 (再)	松岡	松岡 (初) 作田 (再) 野々村 (泌尿器科) (第1,3週)	藤田 (初) 近藤 (再) 田中 (神経内科) (第1週) 猪奥 (もの忘れ) (第5週)
午後 (専門外来)	—	才村 (心療内科) (第1,3週)	—	—	—	—
夜診	藤田	—	川畑	—	作田	—

## 患者様の権利と責務

## 権 利

1. 良質な医療を公平に受ける権利があります  
患者様は、個人として常にその人格を尊重され、病院がなし得る最善・適切である良質な医療を公平に受ける権利があります。
2. 説明や情報を得る権利があります(インフォームド・コンセント)  
患者様は、病気、治療、検査、見直しなどについて、十分な説明と情報提供を受ける権利があります。
3. 選択の自由と自己決定権があります  
患者様は、十分な説明と情報提供を受けたうえで、治療方法などを自らの意思で選択し、決定する権利があります。また、他の医療機関の医師の意見(セカンドオピニオン)を希望される場合には、当院で受けた診療に関する情報を求める権利があります。
4. 個人情報およびプライバシーが保護される権利があります
5. 診療情報の開示を求める権利があります  
患者様は、申請によりご自身の診療記録等の開示を求める権利があります。
6. 研究途上にある治療方法や薬剤の投与(治験)を行うことは、致しません

## 責 務

1. 自ら健康に関する情報を正確に医療者に伝える責務があります  
良質な医療の提供を受けるために、自分の健康状態について、正確に提供する責務があります。また、病状の変化や治療中に生じた問題については、速やかに申し出ください。治療上必要な指示や助言は、お守りください。
2. 病院の規則に従い他者への迷惑にならないように努める責務があります  
全ての患者様が等しく適切な医療を受けられるようにするために、他の患者様や病院職員に支障を与えないよう配慮する責務があります。
3. 治療等に関して自分の意思を明らかにする責務があります  
適切な治療方針を決めるために、自分の意思や意見を伝える責務があります。
4. 加入の医療保険等を提示し、受けた医療に対する医療費を支払う責務があります



向日回生病院、では、各階フロアに「ふれあい箱」を設置しております。皆様のご意見、ご要望等の声を少しでも反映させたく思いますので、お気付きのことがあれば投書ください。