

# かわさき かわら版

2015 夏号

No.18

## CONTENTS

- 入退院サポートセンターから  
● クリニカルパスについて  
入退院サポートセンター看護師長 中野みゆき
- 「リハビリテーション科の紹介」  
リハビリテーション科副部長 目谷 浩通
- 季節の健康レシピ  
栄養部 管理栄養士 武元 祥子
- 地域連携便り  
● ～かかりつけ医を持ちましょう～  
医療法人緑青会 宿毛診療所
- 新病院 新築工事ニュース Vol.11  
● 高層階の工事が始まりました

入退院サポートセンターでは、患者さんの入院中のスケジュールが分かるように、クリニカルパスという入院診療計画表をお渡ししています。

クリニカルパスとは、入院中の標準化された患者さんのスケジュールを表にまとめたもので、一つの治療や検査ごとに作られています。

患者さんが入院してからの食事や処置、検査、治療、そのために必要な準備、退院後の説明等が日ごとに詳しく説明されています。このようなクリニカルパスは、病院ごとに独自のものが作られています。

手術や検査の後、いつ点滴が外れるの？ 食事はいつから食べられるの？ いつから、お風呂に入れるの？ といった基本的な入院中の生活について分かりやすく書かれていますので、入院生活をスムーズに進めていただくことができます。手術後の部屋の選択や、ご家族の来院調整など、事前の準備にも役立ちます。さらには、入院日数が決まっているので、退院準備も行いやすいのではないのでしょうか。



入退院サポートセンター

しかし、まだクリニカルパスが作成されていない病気や検査もあります。患者さんの状態によっては標準的なスケジュールとは異なる場合もあります。分からないこと、ご心配なことがありましたら、遠慮なく病院スタッフにお尋ねください。

患者さんに入院生活をスムーズに送っていただけるよう、職員全員でサポートしていきます。

〈今後の予定〉

第4回 介護保険と施設の種類

## リハビリテーション科の紹介

リハビリテーション科副部長 目谷 浩通



今回は、障害を持った方々のための診療科であるリハビリテーション科について紹介いたします。現在、専門医制度の見直しが進んでいる最中です。我が国のリハビリテーション（以下リハビリ）医師数は、必要数に足りていない状況です。リハビリ医学やリハビリ医療は疾患という枠組みではなく、障害を持った人を診る医療です。現在の医療では、脳卒中や脊髄損傷などでは、残念ながらその多くが後遺症を残します。また社会の高齢化が進む中、生活に不自由を感じる人々も多く、生活の中の動作に苦痛を感じている人々も数多くいます。リハビリはこれらの問題を抱える人々を診療する分野です。障害を有する方々を診る場合、病気を治療することですべてが完結するわけではなく、治療後の社会復帰に向けた手助けを行う必要があるため、医療と福祉に幅広く関わりを持たなくてはなりません。

私たちリハビリ科スタッフは、療法士をはじめとする関連職種スタッフとともに力を合わせて、障害を持った人々の家庭復帰や社会復帰へ向けた医療を提供したいと考えています。その中でも、現在実際に行っているいくつかの分野についてご紹介したいと思います。

当科の診療は、大きく分けて入院診療と外来診療があります。入院診療では、回復期リハビリテーション病棟で、脳卒中や骨折後の患者さんなどの家庭復帰へ向けたりハビリを行っています。発症後、受傷後早期から積極的に十分なリハビリを行うことで、一日も早い社会復帰を目指しています。入院には基準がありますので、当科ホームページ

（<http://www.kawasaki-m.ac.jp/kawasakihp/dept/riha.php>）をご覧ください。また、急性期のリハビリにも力を入れています。外科や内科、整形外科など他科に入院した患者さんの診療も行っており、入院後、早期からリハビリを行うことで廃用症候群（筋力低下や関節の動きの制限など）を可能な限り防ぎ、早期に家庭生活に戻ることができるよう努力しています。外来診療では、スポーツ整形の外科的治療前後のリハビリや脳卒中などの後遺障害に対する診療を行っています。

また、当科では特に摂食嚥下障害や痙縮（脳卒中の後遺障害として生じる筋肉のこわばり）の治療に力を入れています。ヒトの3大欲求の一つである「食べる」ができないと、人生の大きな喜びを失うことに繋がります。嚥下造影検査と呼ばれる X 線透視下で、食べ物の、のどの通り具合を見る検査などを行っています。痙縮治療では、A 型ボツリヌス毒素を用いた治療を行っており、超音波や電気刺激などを用いてより安全かつ確実に投与できるよう心がけています。

「障害を後遺症として受け入れる」ではなく、適切に障害を診断し、可能な限り治療・軽減に結びつけることで社会生活への復帰に少しでも役立たせることが、我々の使命であると考えています。

痙縮治療や嚥下造影検査、筋電図検査などは予約制となっていますので、事前にご相談ください。



栄養部 管理栄養士  
武元 祥子

# 夏バテ知らず！ 夏野菜を美味しく食べよう

今年も暑い夏がやってきました。

毎日を楽しく過ごしたいのに、体がだるい、食欲がない、そんな症状に悩まされている方へおすすめしたい食品が『夏野菜』です。

夏野菜には、水分やカリウムを豊富に含んでいるものが多く、体にこもった熱をクールダウンしてくれる働きがあります。トマトやきゅうり、なす、ピーマン、オクラ、かぼちゃなどが代表的なものとしてあります。夏野菜をしっかり食べて、夏バテ知らずの体を作りましょう。

## ● トマトと青しその和風冷製パスタ

～暑くても食欲増進！  
これ1品で栄養素のバランスがよくなるメニューです～



### 材料：2人分

パスタ(乾麺) ……150g 青しそ ……5枚～  
ささみ ……1本(60g) 玉葱 ……1/4個  
トマト ……大1個

A { めんつゆ(2倍濃縮) ……大さじ3  
※めんつゆは薄めずに使用します  
オリーブ油 ……大さじ1と1/2  
すりごま ……大さじ2  
にんにく ……1かけ(すりおろす)  
黒こしょう ……少々

(※1人分：エネルギー 470kcal たんぱく質20g 塩分2.7g)

### 《作り方》

- ①ささみを茹で、一口大にほぐしておく。
- ②たっぷりの湯を沸かし、分量外の塩を入れ、パスタを茹でる。
- ③その間にトマトを食べやすい大きさに切り、青しそと玉葱を細かく刻む。
- ④Aの調味料を混ぜ合わせ、ささみ、刻んだ玉葱と青しそを混ぜ合わせる。
- ⑤パスタが茹であがったら、冷水(氷水)でしめ、ザルにあけて、しっかり水気を切る。
- ⑥④のボールにパスタを入れて混ぜ合わせる。

※パスタのかわりに、素麺やうどんでもさっぱりと合います！

### 《トマトの栄養》

トマトの赤色はリコピンという抗酸化成分であり、発がんや動脈硬化の予防にも役立つといわれています。また、シミやくすみを予防するなど、美容にもよいと言われるビタミンCが豊富です。

## ● 冷やし茄子の香味ソース

～レンジ蒸しの茄子に香味ソースまたは市販のドレッシングをかけても美味しくいただけます～



### 材料：2人分

茄子 ……中2本 オクラ ……5本  
みょうが ……1本

A { 中味噌 ……小さじ1  
砂糖 ……小さじ1/2  
しょうゆ ……小さじ1  
酢 ……小さじ1  
ごま油 ……小さじ1/2

(※1人分：エネルギー 44kcal たんぱく質3.3g 塩分1.4g)

### 《作り方》

- ①Aのたれを合わせ、冷やしておく。
- ②茄子とオクラはヘタをとり、ラップをまいて、レンジに4～5分かける。
- ③その間にみょうがを細かく刻み、Aのたれに混ぜる。
- ④茄子とオクラは流水で冷やし、薄く食べやすい大きさに切り、たれをかける。

※オクラのかわりに、ネギや青しそでも香りを楽しめます！

### 《茄子の栄養》

茄子の紫色は、アントシアニンという色素で、血液をサラサラにする抗酸化ポリフェノールが多く含まれています。





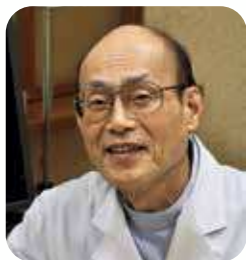
## 地域連携便り

～かかりつけ医を持ちましょう～

### 医療法人 緑青会 宿毛診療所

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	休診
15:00～18:00	○	○	○	○	○	○	休診

眼科 水曜・金曜 9:30～12:30



院長 天野 康生 先生  
副院長 大和 隆明 先生

**診療科目** 内科、小児科、眼科、リハビリテーション科

**所在地** 〒704-8133 岡山市東区宿毛 741-5

**T E L** 086-946-1035

**F A X** 086-946-1152

**U R L** <http://www.ryokusei-kai.jp>

**往 診** あり

**休 診 日** 日曜日、祝日

● 時間外対応



#### 院長先生からのコメント

宿毛診療所は、昭和49年に地域の皆様の「診療所をつくろう！」という運動の中から生まれました。岡山市東区の東の端、牛窓と隣接する地域に位置し山に囲まれた中、地域の皆様が「健康で安心して生活できることを追求する」をモットーに、地域に密着した診療所です。

一般診療から訪問診療、往診・リハビリ・訪問リハビリ・通所リハビリを行っており、特に内科・小児科などの診療科にこだわらずに患者さんの要望に応じてできることはすべてやる、できないことは対応可能な信頼できる医療機関に紹介する、という姿勢を貫いています。

平成27年4月から、地域医療に貢献しようという若い医師が仲間に加わりました。病気の相談から認知症、心の病、介護、生活の相談など多岐にわたって地域の皆様のお役に立てるよう、職員一同さらに努力してまいります。



## 新病院 新築工事ニュース Vol.11

### 高層階の工事が始まりました

附属川崎病院の新築移転工事は順調に進んでおり、建物の主要構造部分（柱・床など）を作る躯体工事は、6月には8階床まで完成し、いよいよ高層階（病棟階）の工事に取り掛かりました。これまで1階床上に設置していた2基のタワークレーンは、高層階への建築資材の吊上げ作業に備えて、8階床上に設置し、クレーン運転席が地上74mに達し、新病院とほぼ同じ高さになっています。

内部工事が進んでいる低層階では、廊下と部屋の間仕切りを順次組み立てています。また、外装工事では、外壁や窓枠サッシの取付け作業が進んでいます。

近隣の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、引き続きご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。



工事全景（平成27年7月3日撮影）



川崎医科大学附属  
川崎病院

〒700-8505 岡山県岡山市北区中山下2-1-80  
TEL. (086) 225-2111 (代) FAX. (086) 232-8343  
病院庶務課庶務係 (内線) 3316, 3318  
<http://www.kawasaki-m.ac.jp/kawasakihp/>  
E-mail: [kwsyomu@med.kawasaki-m.ac.jp](mailto:kwsyomu@med.kawasaki-m.ac.jp)



屋上庭園 (ふれあいガーデン)