



医師会病院だより



理念

安心して暮らせる地域造りを目的とし、益田地域のニーズにあった保健・医療・福祉の提供を行います。

基本方針

1. 公正で安全な医療を提供し人材育成と研修の場を提供します。
2. 患者さま・ご家族さまの人権と意志を尊重した、納得と同意に基づいた医療を提供します。
3. かかりつけ医の支援病院としてきめこまかな病診連携を行います。
4. 在宅を目指した保健予防・リハビリテーション・緩和ケアの充実を図ります。
5. 公益社団法人として益田地域全体にわたる保健・医療・福祉のセーフティネットを構築し、公益の増進に寄与します。

第78号

訪問リハビリテーション
看護部長新任のあいさつ
健康食レシピ
バイキング教室のご案内
外来担当表

訪問リハビリテーション（療法士が毎回ご自宅に伺います）

訪問リハビリテーションとは

療法士が自宅に伺って行う訪問リハビリテーションは、病院などの訓練室で行われている一般的に思い浮かべるような、筋力トレーニングなどの機能訓練のみを行うものではありません。

自宅で生活している人が生活する力を維持・向上していくためには、機能訓練を一生続けていくことが重要ではなく、現在の能力を普段の生活で使い続けていく事が重要になります。

訪問リハビリテーションの内容

- ・歩行方法の検討や練習
- ・入浴や更衣など身の周りの動作の練習
- ・家事動作の練習
- ・散歩や趣味などの余暇活動の検討
- ・体力の維持向上のため、運動を1日の中でどのように行っていくか
- ・言葉が話しにくい方やうまく食事が食べられない方に、どのような工夫が必要であるか
- ・必要な福祉用具や住宅改修についての検討（手すり、車椅子、食具、コミュニケーション機器等）
- ・運動や動作の指導（ご本人様、ご家族様、また必要に応じ介護サービスの担当者への指導）

訪問リハビリテーションの内容は、利用者様の状態や自宅環境に応じて実施するので、個別性が高く、ひとりひとり異なります。

利用者様やご家族様は、こんなことが楽にできるようになりたい、こんな生活がしたい、などの希望を担当者にお伝え下さい。

訪問リハビリテーションの対象者

介護保険の認定を受けておられる方が対象となります。

す。

例えば...

- ・筋力が弱く自宅内を歩くのに不安がある。
- ・後遺症があり料理や掃除が上手く行えない。
- ・趣味や生活を楽しみたい。
- ・道具の工夫や住宅の工夫がしたい。
- ・自宅での運動方法が分からない。
- ・福祉用具の使い方が分からない。
- ・生活リズムを整えたい（日中の過ごし方の検討）。
- ・買い物や散歩に歩いて行きたいけど不安・・・。
- ・介助方法が分からない。
- ・誤嚥性肺炎を繰り返している。
- ・食事の時にむせるようになってきた。
- ・食事が食べにくくなり、やせてきた。
- ・よだれが垂れるようになってきた。
- ・言葉がはっきりせず会話に困っている。

当院では介護保険適用での訪問リハビリテーションを行っています

ご利用手続き

連絡

担当の介護支援専門員または当事業所へ連絡ください（TEL：0856-22-3611）。

情報提供書

介護支援専門員からの情報提供書と、かかりつけ医からの診療情報提供書を当事業所へ送付していただきます（初回の診療情報提供書は情報提供の一環として、介護支援専門員からかかりつけ医に依頼して下さい。なお当院入院直後から訪問リハを開始した場合は、院内紹介の形をとりますので手続きは不要です）。

初回面接

の書類が届きましたら、介護支援専門員と一緒に

ご自宅に伺って面接を行います。面接内容は、困りごとや生活状況の確認などを行います。

訪問リハビリの開始

必ずしもご家族様の同席は必要ありませんが、ご家族様への介助指導などが必要な際には、同席が可能な日を調整させていただきます。

その他、不明な点がございましたら、遠慮なくご連絡ください。

事業所名

益田市医師会 訪問リハビリテーション事業所

事業所番号

3 2 1 0 8 1 0 7 5 4

利用時間

8 : 2 0 ~ 1 7 : 1 5

土日祝日、年末年始（12月29日から1月3日）を除きます。

提供地域

基本的には益田圏域を中心に行います
益田圏域周辺地域も可能な場合がありますので、先ずはご相談ください。

スタッフ構成（H24.2現在）

・理学療法士 2名（1名産休）

・作業療法士 1名

・言語聴覚士 1名

問い合わせ先

・電話：0856-22-3611

・FAX：0856-22-0407



看護部長新任のあいさつ

新年度になり、この度看護部長に就任致しました。

未熟ではありますが、これまで同様地域の皆さまに満足していただけるような看護・介護の提供に尽力して参りたいと思います。

どうぞよろしくお願い致します。

さて、看護部では地域住民のニーズにあった安心・安全な医療の提供という病院理念を念頭に置き、「思いやりがあり信頼される看護・介護の提供」を重点目標とし日々実践しています。

そのためには、職員にとって、働きやすい職場環境への改善や、自己の成長が実感できる教育体制の充実が求められます。

働きやすい職場環境の取り組みとしては、日本看護協会が取り組んでいる「WLB推進ワークショップ」に参加し職場環境の改善活動を現在展開しています。ノー残業日の推進や、夜勤体制の見直し、バースデイ休暇の導入など、少しずつではありますが成果が出ています。

教育体制の充実では、新人教育にはプリセプター制度が定着、現任教育は看護ラダーを導入しており、平成24年度からは、新たに介護ラダーも開始します。また、看護研究や院内・院外研修にも積極的に参加し、日々研鑽に努めています。



平成24年度の重点目標

1. やりがいのある看護を目指した固定チームナーシングの導入と定着
2. 住民に選ばれる病院として機能評価 Ver 6 を取得する
3. 患者さん、利用者さんの満足度の向上と感動を与えられる看介護の実践

健康食レシピ

なのはなグラタン

春になると、ふきのとうやたけのこ、ぜんまい、たら芽などの山菜が出回ります。これらの野菜は苦味があることで有名ですが、この苦味が冬にたまった



からだの中の脂肪や汚れを出してくれる働きがあるとか。今回のメニューで使用する菜の花もそのひとつで春野菜として食卓を楽ませてくれ、カロテン、ビタミンB1、B2、鉄やカルシウムなどの栄養が豊富な食材です。ご紹介するなのはなグラタンは茹でた野菜を少しの牛乳でさっと煮て、粉チーズやパン粉をふりかけるだけの簡単調理で、一般的なグラタンより低エネルギーでボリューム感のある1品になります。和え物や浸しとは少し目先の変った菜の花料理です。

材料(4人前)

菜の花	240g
にんじん	40g
カリフラワー	60g
オリーブオイル	6g
にんにく	1.5g
塩	0.8g
こしょう	少々
牛乳	200g
粉チーズ	12g
パン粉	24g

栄養成分(1人前)

エネルギー	117kcal
たんぱく質	7.1g
脂肪	5.3g
炭水化物	11.6g
コレステロール	9mg
カルシウム	199mg

えびグラタン(冷凍食品)1食分200g
エネルギー231kcal
たんぱく質9.4g

(作り方)

下準備

菜の花はざく切りにし、にんじんはいちょう切り、カリフラワーは小房に分けてそれぞれ熱湯でさっと茹でておきます。

にんにくはみじん切りにします。

調理

フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくを弱火で炒め、ゆでで絞った をいれ、牛乳を加えてさっと煮ます。

塩・こしょうを加え、味をととのえます。

耐熱用の皿に を4等分して入れ、パン粉、粉チーズをふり、オーブンまたはオーブントースターで表面が色づくまでこんがり焼きます。

仕上げ

焼けたらオーブンから取り出して、出来上がりです。(皿が熱いので注意!!)

糖尿病バイキング教室の案内

糖尿病で治療されている方のために当院の管理栄養士が毎回テーマに添った食事療法の話をを行い、自分のエネルギーにあった量で食事を選んでいただく栄養指導教室を開催しています。

日時：毎週火曜日 11:00～

内容：

2ヶ月1サイクルの講義内容です、各コースの担当管理栄養士も2ヶ月毎に変わります。

講義：毎回テーマに添って食事療法の話を当院の管理栄養士が行います。

体脂肪測定：希望者は測定いたします。

糖尿病食の「仲間」：自分の食べたい物を自分のエネルギーにあった量で食べていただきます。

参加費：400円(材料費) 事務上の手続きにより、別途指導料などが掛かります。

申込：

原則としてかかりつけ医の紹介が必要です、ご家族の方も受講可能ですのでお気軽にお問い合わせください。材料など準備の関係上予約が必要です。(但し、当日でも参加可能な場合もあります)

栄養管理室 電話(0856)22-3611 内線190

益田地域医療センター医師会病院 外来診療担当医一覧表

平成24年4月12日より

診療科	診察	月	火	水	木	金	備考
内科	午前	狩野 稔久	古田 晃一郎	井上 実緒	上野 さや香	小川 哲生 (6番にて)	内科一般
					狩野 稔久 (再診のみ)	古田 晃一郎 (再診のみ)	
循環器内科	午前				渡邊 伸英 (9:00~15:00)		循環器内科
外科	午前	服部 晋司	林 彦多	榎野 好成	和氣 仁美 (11:00まで)	五十嵐 雅彦	消化器外科・呼吸器外科 小児外科・肛門科 一般外科
					山野井 彰 (胆・肝・膵外科) (11:00~)		
					五十嵐 雅彦 (再診のみ7番にて)		
肛門外科	午前				服部 晋司 林 彦多		第1・3・5木曜日 服部医師 第2・4木曜日 林医師
整形外科	午前	交互診療	守屋 淳詞	大中 博司	大中 博司	守屋 淳詞	整形外科一般
麻酔科	午前		島大麻酔科			島大麻酔科	交互診療 (島根大学麻酔科教授月1回不定期 診療)
リハビリテーション科	午前	新垣 美佐	柿木 伸之	新垣 美佐	中島 暁美 (9:30~12:00)	柿木 伸之	リハビリテーション科全般
リウマチ科 (電話予約制)		近藤 正宏 角田 佳子 (9:00~15:00)					膠原病専門外来 近藤・角田の交互診療 電話による完全予約制
呼吸器外科	午前		岸本 晃司 (9:00~12:00)				第2・4火曜日 呼吸器疾患全般 二次健診後のフォロー
循環器外科	午前			末廣 章一			第1水曜日 (心臓・血管外科)
特殊外来	脳神経領域	午前		山崎 達輔			
	頭痛外来	午前		石崎 公郁子			完全予約制
	放射線治療	午前				川口 篤哉	第4金曜日
	乳腺外来	午後		榎野 好成			14:00~16:00
	緩和ケア	午前				五十嵐 雅彦 服部 晋司	第1・3・5木曜日
	セカンドオピニオン外来	午前				田島 義証 (島大消化器総合外科教授)	第3金曜日 電話による完全予約制

初診受付 午前8時30分~11時00分 再診受付 午前8時30分~11時30分
但し、急患の場合はこの限りではありません。

セカンドオピニオン外来 (完全予約制) のご案内

当院では完全予約制でセカンドオピニオン外来を実施しております。セカンドオピニオン外来では、現在いずれかの主治医におかかりの患者様を対象に現在の診断・治療に関して島根大学の専門家が意見を提供いたします。その意見や判断を、患者様のご自身の治療法を選ぶ際の参考にして頂くことが目的です。

相談日

月1回第3金曜日 (完全予約制)

必要書類、料金等詳細についてはお問い合わせ下さい。窓口：地域連携室

発行：益田地域医療センター 広報委員会

〒699-3676 島根県益田市遠田町1917-2 TEL：0856-22-3611(代表) FAX：0856-22-0407

E-mail：info@masumi.shimane.med.or.jp 医師会病院URL：http://hp.masuda-med.or.jp/