

つながり

2017
01



大けがを予防する “転ばぬ先の杖”

1-2p 頭痛・めまい・筋肉痛の予防と治療

部門紹介／医療まめちしき	3p
TOPICS／塩エコメニュー	4p
総合医療支援センターからのお知らせ／ 我が病院のボランティアさん	5-6p
地域の医療機関のご紹介	7p

ご自由に
お取り
ください

整形外科・リハビリテーション科

のご紹介



リハビリテーション科

今田 元 医師

本院診療部リハビリテーションセンター
診療部長兼第一リハビリテーション科長

「**関節まわりの疾患には
整形外科と
リハビリテーション科で
綿密な治療計画を
立てています。**」



整形外科

大津 進 医師

本院診療部長（外科系外来診療部担当）
兼第一整形外科科長

「**高齢者転倒などによる
救急搬送の受け入れが
県内最多**」

本院の整形外科では、地域の病院からの紹介外来で、骨折・椎間板ヘルニア・変形性関節症などの手術や治療が必要な患者さんの受け入れと、交通事故や転倒などによる外傷、骨折などの救急搬送の患者さんなどの処置を行っています。

「地域的に、高齢者の転倒による大腿骨近位部骨折、手首や肩の骨折などが大変多く、大腿骨近位部骨折は年間で約180件の手術をしています。この数値は県内最多です。当院での入院は、平均10日前後。その後は、院内のリハビリテーション科や地域の病院へのリハビリ転院になります。」と、大津医師は話します。

「**紹介外来制ではあります
が、この間もりリハビリテーション科と関節の動きについて入念なりハビリ計画を行っています。**」

「紹介外来制ではあります
が、地域の病院とは3ヶ月に1度は会議で集まり、症例検討などで連携を強化しています。腰が痛いなど、気になることがあれば、安心して地域の病院を受診してほしいです。」と、大津医師は呼びかけます。

「**リハビリテーション科は
24名のスタッフで対応**」

「リハビリテーション科では、整形外科、脳神経外科、神経内科、循環器内科などの各診療科の疾患に基

工関節手術を行う「バイオクリーンルーム」を整備。人工関節などの手術は2週間の入院が必要ですが、この間もりリハビリテーション科と関節の動きについて入念なりハビリ計画を行っています。

づく障害、また安静に伴う機能低下の改善、予防に対応しています。」と、今田医師は話します。



高齢者の転倒による
救急搬送への対応は
県内でも最多です。

地域の医療機関とのパイプラインを強化

本院のリハビリテーション科には現在、医師2名、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士計24名が所属し、上位の施設基準に沿った広い訓練施設があります。急性期病院として、院内各診療科からの患者さんの受け入れが中心で、その後は経過に従い、退院あるいは地域の病院へ転院となり、必要なリハビリが行われます。



リハビリは、
ご本人が
根気強く取り組むことが
何よりも大切です。

病院で頑張っていたのに、自宅へ帰った後はリハビリすることをやめてしまい、機能が後退、寝たきりの生活となつた方も実際にいます。

「“スタッフにしてもらう”というのではなく、“自分から行うもの”がリハビリと言えます。本人の取り組む姿勢はもちろん、まわりのご家族も本人のやる気を維持するよう、働きかけてほしいです。そのためには退院の時に病院

「リハビリ」は 最適なやり方を教わり、 自分で行うもの」

や地域の福祉サービス担当者とよく話し合い、ご家族も一緒に根気強く患者さんとのリハビリに向き合ってほしいです。」と今田医師は話します。

からりリハビリまで触れましたが、特に高齢者の方には「骨粗しよう症対策」が必要と大津医師。「高齢になると、特に女性のほとんどは骨粗しよう症になってしまいます」と言われています。骨密度が減り、ちょっとしたつまづきや転倒でも太い骨を折り、寝たきりになってしまう危険があります。

六十歳を過ぎたら、地域の病院での検査や必要に応じて治療を行つてください。骨折防止にも役立ちます。」と呼びかけています。

「六十歳を過ぎたら “骨粗しよう症”検査を」

担当医

整形外科	今泉 秀樹（副院長） 大津 進（診療部長兼科長） 高野 広之（科長） 斎藤 秀雄（科長） 笠治 達郎（科長） 村上 大史（医員（整形外科専攻）） 金淵 龍一（医員（整形外科専攻））
------	--

リハビリテーション科

今田 元（診療部長兼科長） 吉田 一徳（副診療部長兼科長）

当院の受診について

当院の受診には、お近くの保険医療機関からの紹介状と事前の診察予約が必要です。

小児科の受診には、予約は不要ですが、できる限り紹介状をお持ちください。

各種検診結果をお持ちの方のうち、精密検査が必要と判定された方で当院を受診希望される方は、予約センター（0120-003-934）までお問い合わせください。

患者さんの病気が快方に向かうように、院内ではたくさんの職員が働いています。その様子を紹介します。



栄養管理部には管理栄養士11人と事務員1人が在籍し、栄養指導や入院栄養管理計画作成などの栄養管理業務のほか、病院食の献立作成を行っています。また、昼食時は「ミールランド」で管理栄養士がベッドサイドに出向いて、食事についてのご意見をお聞きしたり、食欲不振の患者さんには栄養補助食品なども利用しながら食事調整を行うなど、患者さんの治療を「食」を通して支援しています。

食事や食事療法についてご不明な点や不安などがありましたら、管理栄養士まで気軽にご相談ください。

「栄養管理部」

～栄養指導を行っています～



入院・外来患者さんへの栄養指導を行っております。
糖尿病、腎臓病、心臓病、脂質異常症、肥満症、脾・胆・肝疾患などに対する食事療法について、月300件程度実施しております。

栄養指導時は食品模型や資料、献立などを紹介させて頂き、無理なく実践できるようアドバイスしております。栄養指導は医師の指示が必要ですので、ご希望の際は主治医へお申し出ください。

また、集団の糖尿病教室を開催しております。ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。



医療まめちしき

患者さんによく質問される疑問にお答えします。

Q 給食はどのくらいの種類があるの？

A 常食・軟菜食・疾患別治療食・離乳食・幼児食・嚥下障害食・アレルギー対応食など全95種類あり、1日の食事提供数は1,000食です。医師がそれぞれの病状に合った食事を決めております。乳幼児から高齢者まで幅広い年齢層の患者さんの治療をサポートできるよう管理栄養士が献立を考えております。

Q 微糖・低カロリーの商品はカロリーゼロなの？

A 通常の商品と比べると砂糖やカロリーが控えられていますが、カロリーゼロではありません。「無糖・ゼロカロリー・ノンシュガー・シュガーレス」など様々な表示があるため、よく確認しご自身に合った商品を購入しましょう。

TOPICS

～NST:Nutrition Support Team～ (栄養サポートチーム)

当院のNSTは主治医から依頼があり、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・歯科医師・歯科衛生士など多職種が連携し、入院患者さんに対して適切な栄養管理を行えるよう活動しています。

食事調整や栄養法選択、詳細な栄養評価など依頼内容に基づいて週1回カンファレンス及びラウンドを行い、栄養管理に関わる提案や口腔内チェックなどを行っています。NST介入患者さんへはNST管理栄養士が責任を持って担当し、患者さんごとの目指すゴールに合わせた栄養管理を行うことができるよう、チーム一丸となって取り組んでいます。



宮城県では、栄養・食生活の改善として減塩対策を進めています。みなさんぜひ参考にしてください。

当院管理栄養士のおすすめ 塩エコメニュー 季節の献立～冬～

●ごはん(150g)／252kcal

●タラの香味ソース

85kcal・塩分1.0g(1人分)

- ① タラ(80g)を焼く。
- ② 万能ねぎ、しょうがをみじん切りにし、しょうゆ(5g)砂糖(2g)、穀物酢(2g)ごま油(1g)と合わせる。
- ③ 焼き上がったタラに②のタレをかける。

👉 ポイント

- ・しょうが、万能ねぎの風味でしょうゆなどが少なくて満足感のある味付けになります。



1食分合計：563Kcal・塩分2.0g

●炒り煮

126kcal・塩分0.6g(1人分)

- ① 鶏もも肉(25g)、ごぼう、にんじん、コンニャクは一口大に切る。
- ② 鍋にサラダ油(1g)を入れ熱し、①の具材を炒める。
- ③ 材料がひたるくらいの水を加え、しょうゆ(4g)、砂糖(1.5g)、酒(1.5g)を入れて煮る。
- ④ 具材が煮えたら最後にお好みで一味唐辛子を入れる。

👉 ポイント

- ・鶏もも肉・ごぼうの食材のうまみを生かすことで薄味でもおいしくいただけます。
一味唐辛子がアクセントです。お好みでどうぞ！

●春菊ともやしのゴマ和え

54kcal・塩分0.4g(1人分)

- ① 春菊(50g)ともやし(40g)を茹でる。
- ② 白すりごま(6g)、しょうゆ(2g)を混ぜ合わせ、①と和える。

👉 ポイント

- ・すりごまをたっぷり使用することで薄味でもおいしくいただけます。

●みかん(100g)／46kcal(1人分)

担当管理栄養士：千葉智子・越前佳恵

制度や医療費の心配事など、お気軽にご相談ください。

療養に関する不安、心配事がありましたら総合医療支援センターへお立ち寄りください。私たち医療ソーシャルワーカーが患者さんやご家族の力になれるよう一緒に考え、解決のお手伝いをいたします。

開設時間：平日8時30分～午後4時30分 本院1階（総合医療支援センター内）



私たち医療ソーシャルワーカーに
ご相談ください。

問総合医療支援センター
地域医療連携室
(相談・退院支援担当)
☎0229-23-3311



私は、ボランティアを始めて14年ほどになります。これからも「気配り・目配り・ゆとり」をモットーに患者さんからも信頼される活動を続けていきます。
鬼丸 清勝さん（ボランティア歴14年）

患者さんのお手伝いをするようになってから、みんなさんの「助かった」という言葉と笑顔が見られて、とてもうれしい気持ちになります。これからもお役に立てるように頑張ります。

佐藤 米子さん（ボランティア歴2年）

こんなときは、
私たちボランティアに
声をかけてくださいね

受付の仕方が分からぬ時
院内の場所が分からぬ時
車いすでの移動の
お手伝いが欲しい時
など



◎病院ボランティアさん大募集◎

活動内容 一例：病院内の案内・新患受付の手伝い、車いす移送補助、
小児科病棟患者支援、ロビーコンサートなどの手伝いほか

→お気軽にお問い合わせください 問 総務課総務係 TEL：0229-23-3311

我が病院の
ボランティアさん



総合医療支援センターだより

vol.8

医療費が高額になった時、利用できる制度を知っていますか？

高額療養費制度

高額療養費制度とは…

長期入院や治療により、月の初めから終わりまでの1ヵ月間にかかる医療費の自己負担額が高額になった場合、家計の負担を軽減するために、一定の金額（自己負担限度額）を超えた分が払い戻される制度です。年齢や所得に応じて、本人支払の医療費の上限が定められていて、いくつかの条件を満たすことにより、さらに負担を軽減する仕組みもあります。

70歳未満の方の場合

あらかじめご加入の医療保険から**限度額適用認定証**の交付を受け、病院窓口に提出することで、限度額までのお支払いで済みます。

適用区分	所得区分（目安）	1ヵ月あたりの自己負担限度額
ア	年収約1,160万円超の方 健保：標準報酬月額83万円以上の方 国保：年間所得901万円超の方	252,600円 + (総医療費 - 842,000円) × 1% ※年4回目以降は140,100円
イ	年収約770以上～約1,160万円未満の方 健保：標準報酬月額53万円以上83万円未満の方 国保：年間所得600万円超901万円以下の方	167,400円 + (総医療費 - 558,000円) × 1% ※年4回目以降は93,000円
ウ	年収約370以上～約770万円未満の方 健保：標準報酬月額28万円以上53万円未満の方 国保：年間所得210万円超600万円以下の方	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% ※年4回目以降は44,400円
エ	年収約370万円未満の方 健保：標準報酬月額28万円未満の方 国保：年間所得210万円以下の方	57,600円 ※年4回目以降は44,400円
オ	住民税非課税の方	35,400円 ※年4回目以降は24,600円

70歳以上の方の場合

70歳以上（65歳以上で一定の障害があると認められた方を含む）の方は窓口での支払いは**自動的に自己負担限度額まで**となります。

住民税非課税世帯の方は、ご加入の医療保険から**限度額適用標準負担額減額認定証**の交付を受け、病院窓口に提示することで窓口での支払いを負担の上限額までに抑えることができます。

所得区分	窓口負担割合	外来	入院のみ 又は 入院と外来
現役並み所得の世帯	3割	44,000円	80,100円 + (総医療費 - 267,000円) × 1% ※年4回目以降は44,400円
一般の世帯	1割又は2割	12,000円	44,000円
住民税非課税世帯		8,000円	24,600円又は15,000円

●限度額適用認定証・限度額適用標準負担額減額認定証の交付を受けるには？

保険証の種類	申請窓口	申請に必要なもの
国民健康保険	各市町村国民健康保険担当課	●高額療養費申請書
全国健康保険協会管掌健康保険（協会けんぽ）	会社、または管轄の支部（郵送可）	●保険証
健康保険組合	会社、または組合	●印鑑（認印）
共済組合		※まれに医療費の領収書
後期高齢者医療保険	各市町村国民健康保険担当課	

●こんなときは医療費が戻ってくる可能性があります。

- 70歳未満の方で限度額適用認定証が交付される前にすでに医療費の支払いを済ませている場合。
- 医療費と介護保険の自己負担限度額を合計した額が年額で一定額（年齢や所得によって異なる）を超えた場合。
- 同じ月内に同一世帯で複数の方が病気やケガで医療機関を受診したときや1人で複数の医療機関を受診した場合。

わからないことがありますたら医療ソーシャルワーカーや
加入している健康保険の保険者にご相談ください。

地域の医療機関のご紹介

当院は、身近な医療機関と役割分担を図り、地域全体で切れ目のない医療を提供することを目指しています。こちらでは、日々当院と交流のある登録医療機関(かかりつけ医)をご紹介します。

石川泌尿器科クリニック

診療科目：

泌尿器科、皮膚科

〒989-6161

大崎市古川駅南三丁目33-2

TEL:0229-22-5100

受付時間：

午前9時～午後0時30分

午後2時～午後5時15分

※木・土曜日は

午前9時～午後0時15分

月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	-	○	-

●院長 石川 博夫 先生



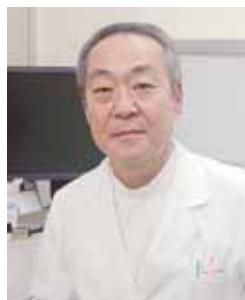
地域の
みなさんへ

平成2年に開業し、今年で28年目となります。

当初より緊急性の高い処置や手術で入院が必要な患者さんが多く、大崎市民病院との連携を大切にしています。

大崎地方も高齢化が進み、尿のトラブルで困っている人が増えています。

今後も地域医療に貢献できるように精進してまいりますので、よろしくお願いします。



●院長 遊佐 幸暉 先生

地域の
みなさんへ

鳴子温泉駅近くにある医院で、平成9年に開業し20年になります。

消化器一般外科が専門でしたが、開業当初より地元のかかりつけ医を目指して診療の幅を広くし、乳幼児から100歳超の高齢者まで、内科の疾患はもとより外来の小外科も積極的に行っております。

疾患が多岐にわたるため、専門の診療が必要な場合は、たまに大崎市民病院をはじめとする専門医に紹介致しております。経験豊富なスタッフとともに更に研さんを積んでまいりますので、よろしくお願いいたします。

遊佐クリニック

診療科目：

内科、外科、胃腸科、整形外科、
肛門科、麻酔科

〒989-6823

大崎市鳴子温泉字湯元104

TEL:0229-81-1133

受付時間：

午前8時30分～正午

午後2時～午後5時30分

月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	-
午後	○	○	○	-	○	-

つながり

大崎市民病院広報誌「つながり」No.8
2017年1月発行
一次回発行は2017年4月の予定です

大崎市民病院

〒989-6183 宮城県大崎市古川穂波三丁目 8番 1号
TEL 0229-23-3311 FAX 0229-23-5380 URL <http://h-osaki.jp>

大崎市民病院

検索