

みつつの輪

発行／みつつの輪編集局
令和2年1月1日発行
医療法人社団 創進会
みつわ台総合病院

INDEX

- 年頭の挨拶 2020年 1
- 入院後困らないために～介護保険～ 2
- リハビリエッセンス ～日常にリハビリを～
早期離床とは ～早期離床の意義～ 3
- 院内イベントのお知らせ 4

Webサイトでも
閲覧できます



年頭の挨拶 2020年

明けましておめでとうございます。年頭に当たり
ご挨拶申し上げます。

昨年5月1日に、新天皇の御即位により、新元
号「令和」が制定されました。今までの元号は中国
の古典から引用されていましたが、「令和」は日本
最古の歌集である万葉集からの出典であるため、
国民にとっては大変感慨深く、そして「令和」の
響きに、多くの方が日本人らしい繊細さと配慮を
感じていると思います。



「令和」に込められた世界の調和と永遠の平和が達成される時代であってほしいと誰もが望む
ところですが、近年の地球温暖化の進行に伴い、日本全国で自然災害の頻度が増加しています。
昨年は初めて台風が千葉県を直撃し、大型台風の上陸や集中豪雨の発生により、県内に多くの
犠牲者と甚大な被害をもたらしました。

当院は災害を身近なものとして認識して、震災を含めた自然災害発生時のBCP（事業継続計画）を
昨年作成いたしました。実践で活用できるBCPとするために、今後シミュレーションを繰り返し
行い、職員の危機管理意識の浸透と結束力によって、微力ながらも皆様の御支援ができるよう、
そして地域の中核病院としての役割を果たせるよう病院組織が一丸となって努力してゆく所存
です。皆様には今までと変わらぬ御指導、御鞭撻を御願い申し上げます。

本年も患者様や地域住民の皆様の御健康と御多幸をお祈り申し上げます。

令和2年元旦

医療法人社団創進会 みつわ台総合病院 理事長・病院長 中田泰彦

入院後困らないために～介護保険～

一昔前は60代をすぎたら「おじいちゃん」「おばあちゃん」でしたが、今は中身も外見も若々しい方がほとんどです。そして、その親世代の方も大半が元気に生活を楽しんでいます。

とはいえ、病気や事故はいつ何時襲ってくるか分かりません。その際に強い味方となる「介護保険」について、心に留めておきましょう。



介護保険制度とは

介護・支援を必要とする人が、適切なサービスを受けられるように社会全体で支えあうことを目的とした制度です。40歳以上の健康保険加入者は必須加入で被保険者になり、保険料の支払い義務が発生します。被保険者は、年齢で第1号被保険者(65歳以上の方)と第2号被保険者(40歳～64歳の方で医療保険に加入されている方)に分けられ、保険料の金額が変わります。

介護サービスを受けるには

介護サービスを利用するためには、まずは住んでいる市区町村の窓口申請をし、要介護認定を受ける必要があります。それから個々のレベルに応じたサービスが利用可能になります。

認定審査を受けるには、第1号被保険者は原因を問われません。第2号被保険者は、加齢による病気(16の特定疾病)が原因で介護や支援が必要になった場合が条件です。

	第1号被保険者	第2号被保険者
年齢	65歳以上	40歳～64歳の方
保険料	所得に応じて市区町村が決める	加入している医療保険の算定方法に基づき決まる
サービス利用条件	原因は問わない	16の特定疾病に罹患している

**介護保険で
対象となる疾病
(特定疾病)**

- 末期がん
- 関節リウマチ
- 筋萎縮性側索硬化症
- 後縦靭帯骨化症
- 骨折を伴う骨粗鬆症
- 初老期における認知症
- 進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
- 脊髄小脳変性症
- 脊柱管狭窄症
- 早老症
- 多系統萎縮症
- 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- 閉塞性動脈硬化症
- 慢性閉塞性肺疾患
- 脳血管疾患
- 変形性関節症 (両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う)

申請後に、訪問調査と主治医意見書をもとに審査会が開かれ、介護度が決定します。通知が手元に届いたら、担当のケアマネジャーを決め、ケアプランを作成してもらい、ようやくサービスが利用開始となります。

このように申請～サービス利用までにはかなりの時間がかかります。ですので、外来通院中や在宅で生活をしている段階から介護保険の申請の検討を進めておく必要があります。

いざというとき、様々なサービスがあなたの助けになります。介護保険が必要だ!とわかったら、入院中であれば病院の相談員へ、もしくはお住まいの地域の「地域包括支援センター」へご相談下さい。まずは第一歩を踏み出しましょう。



地域医療連携室 医療福祉相談部門 主任 四釜 拓也

リハビリエッセンス

～日常にリハビリを～



早期離床とは
～早期離床の意義～

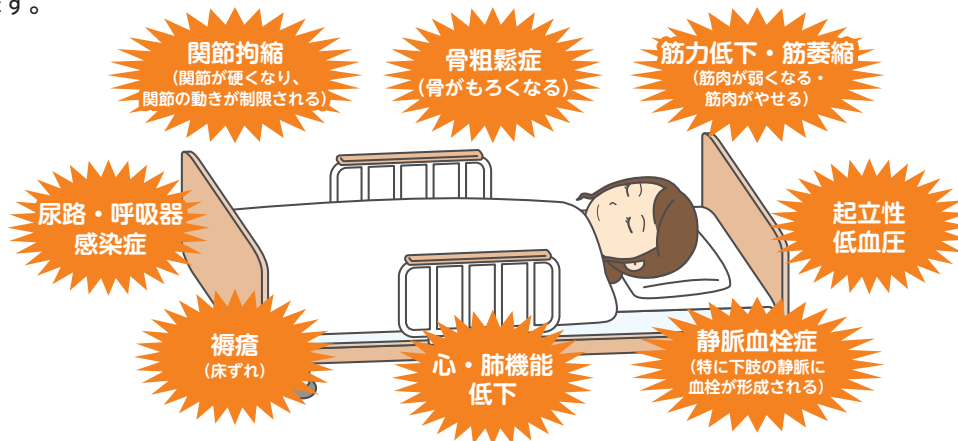
「リハビリ」と聞くとけがや病気をした後にリハビリ療法士と行う訓練を思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。リハビリは体の状態を維持するためにも行われます。今回はこの「早期離床」のお話です。

もともと体力のある人でも、病気やけが等でわずかな期間でも寝たきりになれば、身体は弱ってしまいます。それが長期になれば、様々な合併症も出現し、ついには起き上がることさえ困難になってしまいます。このような状態にならないために、早い段階からベッドから離れる「早期離床」を目指さなければいけません。そのためにリハビリで座ったり、立ったり、歩いたりできるように働きかけます。これが早期離床の意義です。

現在は手術後だけではなく、寝たきり状態になった全ての患者さんに対し行われています。

●寝たきりのデメリット

ベッド上で安静臥床を続けていると筋力低下が起こります。一日で約1～3%、一週間で10～15%、そして3～5週間で約50%の低下となると報告されています。また、下図のような症状も引き起こします。



1週間の安静により生じた機能低下を回復するには1ヶ月以上かかるといわれます。特に高齢者は寝たきりによる体調不良を起こしやすいうえ、一旦低下してしまうと、若年層に比べて回復にはより時間がかかります。当然、元の状態へ回復することはきわめて困難です。

これらの危険を避けるためにも早期離床は必要となるのです。

●離床への不安

「えっ!? もうベッドから起きる練習始めるのですか?!?」「まだ痛いののに…」「まだ体調悪いのに…」「手術したばかりなのに傷は開かないの?」といった不安の声が聞かれます。

ですが、ご安心ください。当院では医師の指示の下、看護師、リハビリ、薬剤師、管理栄養士などが連携した医療チームで、患者さんの状態に合わせ、ベッドを起こす練習・座る練習・立つ練習・歩く練習と段階的に離床を進めていきます。

また、痛みや体調不良がある場合は無理はせず、痛み止めや辛い方法の指導、介助を用いて早期離床のサポートを行います。事前に手術を行うことがわかっている場合は術前からリハビリを行い、術後のリハビリの進め方・注意点をご説明しています。

患者さんが元気に退院が出来るように、我々、医療スタッフが一丸となってサポートいたします。

リハビリテーション科 齊藤 浩太 (理学療法士)

院内イベントのお知らせ

第59回
健康教室のご案内

予防のための健康行動

～超高齢社会を健やかに過ごすためのセルフチェックと簡単運動～

人生 100 年時代！一昔前とは違い、「ご高齢」という年齢でも若々しい方が多くなりました。ずっと健やかでいるためには、ご自身の身体機能をきちんと把握することが必要です。今回は、日常生活の中で簡単にセルフチェックする方法と健康行動として必要な対策を運動とそれ以外の両面でご紹介いたします。

開催日時 令和2年1月18日(土)
14:00 ~ 15:00

定員 100名
(定員になり次第申込は締切とさせていただきます)

場所 みつわ台総合病院
管理棟 2 階会議室

参加費用 無料
(駐車場をご利用の方は会場受付に駐車券をお持ちください)

講師 当院リハビリテーション科
理学療法士 須田佑太郎

申込方法 申込用紙に必要事項をご記入いただき、当院の南館 1 階総合受付の申込箱にお入れいただくか、
地域医療連携室
TEL043-251-3030(代)
までお電話でお申込ください。



11月1日より 面会方法が変わりました

面会時間 【平日】 15:00 ~ 20:00
【土日祝】 13:00 ~ 20:00

面会受付 南館 1 階

※平日 17:00 までは東館でも受け付けます
※緊急時は受付または看護師へご相談ください

防犯強化のため、
ご面会の方には「面会許可証」の
着用をお願いいたします。
詳細は院内掲示・HP をご覧ください。



基本理念

高い徳性と深い知性を培い
生命の尊厳に寄与する

基本方針

1. 医療を通じて地域社会に貢献します
2. 個人の尊厳を尊重した医療を実施します
3. 常に先進かつ最適な医療を提供します

受付時間	午前 8:30より12:00まで
	皮膚科(木曜) 8:30より11:00まで
	脳神経外科(土曜) 8:30より11:30まで
	耳鼻咽喉科(土曜) 8:30より11:30まで
	午後 13:30より16:30まで
	糖尿外来(水曜・木曜) 13:30より14:30まで
皮膚科(木曜) 13:30より16:00まで	
脳神経外科(月曜・水曜・木曜) 15:30より16:30まで	

2科以上
受診の場合は
受付終了
30分前
まで

千葉県若葉区若松町531-486
☎043-251-3030 (代)
ホームページアドレス
<http://www.mitsuwadaiyoin.or.jp>



スマートフォンの
方はこちらから

UD FONT みつわ台病院
ニュースでは、
UDフォントを
採用しています

ユニバーサルデザイン(UD)の
考えに基づいた見やすいデザ
インの文字を採用しています。



人間ドック健診施設
機能評価認定病院

日本医療機能評価機構
認定第 JC115 号
日本医療機能評価
機構認定病院