

甲友会ナウ

甲友会の「今」をお届け 地域の皆さまへのお知らせ 広報誌

vol. 44

自由に持ちください Feb. 2019



P.1 理事長 大村 武久
「社会医療法人甲友会として今後の展望」

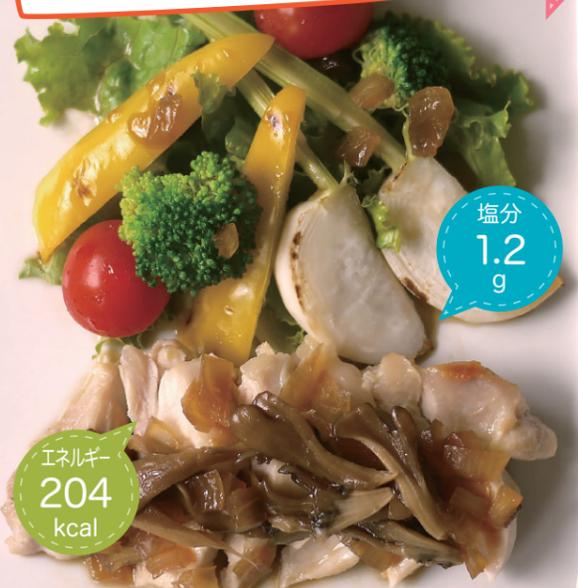
P.3 特集
「認定看護師ってどんな看護師？」

P.2 ドクターに聞いてみよう
「頭痛について」

P.5 ・リハビリ道具図鑑
・かんたんエクササイズ

写真 西宮協立脳神経外科病院 リハビリテーション科

かんたんおいしい健康レシピ 管理栄養士がおしえます!



炭水化物: 14.7g
食物繊維: 3.5g

塩分 1.2g

エネルギー 204 kcal

チキンソテー 舞茸えごまソースかけ

- [材料]**
- チキンソテー
 - 鶏もも皮なし 80g
 - 舞茸えごまソース
 - 舞茸 20g
 - たまねぎ 20g
 - みりん 15g (大さじ1弱)
 - 穀物酢 5g (小さじ1)
 - 減塩しょうゆ 10g (大さじ1/2)
 - シュガーカット 0.5g (少々)
 - 減塩和風だし 0.3g (少々)
 - えごま油 2g (小さじ1/2)
 - 添え野菜
 - グリーンカール 20g
 - ブロッコリー 20g (2株)
 - ミニトマト 25g (2個)
 - 黄ピーマン 14g (1/2個)
 - かぶ 36g (1/2個)

- [つくり方]**
- ブロッコリーは塩ゆでしておく。
 - 黄ピーマンとかぶは焼き目が付くまでソテーする。
 - グリーンカールとミニトマトは流水で洗っておく。
 - たまねぎは粗みじん切りにし、舞茸はほぐしておく。
 - みりん・穀物酢を④に加える。ラップをし、電子レンジ500Wで3分加熱する。
 - 残りの調味料を⑤に加えたらソース完成!
 - 鶏もも肉を弱火で片面7分ずつ焼く。
 - 添え野菜と鶏もも肉を盛り付け、⑥の舞茸ソースを全体にかける。

レシピ監修 西宮協立脳神経外科病院 管理栄養士 若月 未来

甲友会グループ 株式会社メディス

介護・医療・リハビリが充実した
やすらぎの場を提供します

外部サービス利用型特定施設
介護付有料老人ホーム
やすらぎ

〒663-8245 西宮市津門呉羽町9番10号

まずは、ご相談ください。 [受付 9:00~17:00] ヨイロゴ
0120-4165-99

詳細な情報は → <http://k-medis.co.jp/> やすらぎ 検索

~いつも笑顔で安心と満足をお届けします~

つながり **訪問介護センター**
つながり

〒663-8245 西宮市津門呉羽町9番10号

- ◆ サービス提供時間 / 8:00~20:00 (月~日)
- ◆ 営業エリア / 西宮市 (北部を除く)
- ◆ 受付時間 / 9:00~18:00 (土・日・祝除く)

何でもお気軽にお電話ください。 ☎ **0798-38-0967**

社会医療法人 甲友会 ~すべてはみんなの笑顔のために~

- 西宮協立脳神経外科病院
西宮市今津山中町 11-1 ☎ 0798-33-2211
- 西宮協立訪問看護センター / 西宮協立ケアプランセンター
西宮市今津山中町 6-32 ☎ 0798-33-6233 / 0798-33-6251
- 西宮協立デイケアセンター 第2ほほえみ
西宮市津門呉羽町 9-10 ☎ 0798-33-3501
- 西宮協立リハビリテーション病院
西宮市鷺林寺南町 2-13 ☎ 0798-75-3000
- 西宮協立デイケアセンター ほほえみ
西宮市津門呉羽町 10-13 ☎ 0798-36-6780
- 西宮市瓦木在宅療養相談支援センター
西宮市今津山中町 6-32 ☎ 0798-32-5322

法人理念
医療と福祉の連携により
質の高いサービスを提供し、
地域の人々の健康で
幸せな暮らしに貢献する。

甲友会ナウ

◎編集・発行責任者: 法人本部長 藤本 昌司
〒663-8245 西宮市津門呉羽町 10-13 3F
TEL: 0798-32-3251 (法人本部 / 広報担当)

ご意見・ご感想につきましては下記メールアドレスまでご連絡いただくか、
西宮協立脳神経外科病院・西宮協立リハビリテーション病院設置の「声の箱」へご投函ください。

ご意見・ご感想はメールにて koyukai-now@nk-hospital.or.jp

ホームページ随時更新中!
スマートフォンからも
ご覧いただけます。

<https://www.nk-hospital.or.jp/>

社会医療法人

甲友会として

今後の展望。

1988年（昭和63年）4月に西宮協立脳神経外科病院を開院以来、昨年で30周年を迎えました。その記念すべき30周年の年に公益性の高い社会医療法人の認可を兵庫県より受けました。兵庫県には290の民間病院があるなか、甲友会は9番目の社会医療法人となります。最も評価された点は、脳卒中、整形外科疾患、内科・外科疾患など、救急医療の実績です。西宮協立脳神経外科病院の開院以来、救急をはじめ地域医療に全力で取り組んで参りました。このたびはその実績が評価されると共に、甲友会の地域社会への医療・福祉サービスを通じた姿勢が認められたものと考えております。

社会医療法人として今後の展望を述べさせていただきますと、まず何よりも、30年間で積み重ねた実績をもとに、次世代に向けて飛躍するためのスタートラインにきたということです。少子高齢化、人口減少の時代に突入し、阪神間・西宮でも待たなしの医療・介護・福祉改革が必要となっております。当法人が提供するのは、急性期医療から在宅（生活期）まで幅広く質の高い医療・介護・福祉サービスです。今後も日々変化しながら、地域の皆さまから信頼され、さらに高く評価

していただけるような法人に進化していく所存であります。そのために日頃より職員の人材育成に努め、常に時代の流れに即した医療・介護・福祉事業を模索することが重要であると考えております。

現在、高齢者は80歳以上が1000万人以上、90歳以上が200万人以上、100歳以上が7万人以上に迫ろうとしています。この長寿社会に迅速に対応し、地域の皆さまの健康と幸せな生活に少しでも貢献できるよう、甲友会職員一丸となり努力して参ります。今後とも御指導御鞭撻の程よろしくお願いいたします。



理事長 大村 武久
Ohmura Takehisa

阪神間・西宮でも待たなしの医療・介護・福祉改革が必要となっております。当法人が提供するのは、急性期医療から在宅（生活期）まで幅広く質の高い医療・介護・福祉サービスです。今後も日々変化しながら、地域の皆さまから信頼され、さらに高く評価

していただけるような法人に進化していく所存であります。そのために日頃より職員の人材育成に努め、常に時代の流れに即した医療・介護・福祉事業を模索することが重要であると考えております。

現在、高齢者は80歳以上が1000万人以上、90歳以上が200万人以上、100歳以上が7万人以上に迫ろうとしています。この長寿社会に迅速に対応し、地域の皆さまの健康と幸せな生活に少しでも貢献できるよう、甲友会職員一丸となり努力して参ります。今後とも御指導御鞭撻の程よろしくお願いいたします。

社会医療法人とは？

救急医療や災害医療、へき地医療、周産期医療、小児医療といった「公益性の高い医療」の担い手として2007年に医療法で定められた医療法人のひとつ。2018年3月31日時点で、日本全国53,944法人中291法人が社会医療法人として各都道府県の認定を受けています*（甲友会は2019年1月1日に“救急医療”として兵庫県知事から認定を受けました）。

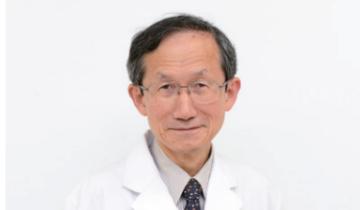
社会医療法人の認定を受けるには、公益的医療の実績（救急医療など）と、非営利性が担保された経営体制要件をクリアすることが必要です。

これまで自治体病院などが担ってきた「公益性の高い医療」を民間の医療法人も担うことで、地域の医療の質をいっそう向上させていくことが目的です。

*厚生労働省ホームページ「医療法人数の推移（平成30年3月31日現在）」より
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/igyuu/index.html

ドクターに

聞いてみよう。



西宮協立脳神経外科病院
名誉院長 立花 久大

頭痛について

「頭痛ぐらい……」と軽く考えられがちなほど頭痛は身近な症状ですが、ひどくなると生活に支障をきたす場合や、命の危険があるものなどさまざまです。今回は、身近な「頭痛・片頭痛」について西宮協立脳神経外科病院 神経内科 立花名誉院長に聞いてみました。

頭痛の種類

頭痛は大きく分けて一次性頭痛（機能的頭痛）と二次性頭痛（症候性頭痛）に分けられます。一次性頭痛は原因が明らかでなく繰り返す（持続する）頭痛です。一方、二次性頭痛は何らかの器質的疾患が原因となって起きる頭痛です。

頭痛の原因

一次性頭痛の原因には片頭痛、緊張型頭痛、群発頭痛などがあり、二次性頭痛の代表的な原因疾患としては、くも膜下出血、動脈解離、脳出血、髄膜炎などがあります。二次性頭痛の場合、原因となる器質的疾患によっては緊急の処置が必要なことがあり、早期診断が重要です。一次性頭痛の場合、緊急性はないものの慢性に起こることが多く、日常生活を送る上で大きな障害になる場合も多いことが知られています。

特に片頭痛患者さんは日本で約800万人おられるとされ、その痛みが持続的で激しいため、日常生活が阻害され、仕事にも多大な影響を被っております。

受診の目安

今ある頭痛を取り除いてほしい、頭痛の原因を知りたい、いつもの頭痛とは違う、大きな病気が心配なので検査してほしい……などの悩みがある方はぜひ受診ください。片頭痛と診断されても適切な治療を受けておられない方も多く存在すると考えられます。このような方も頭痛外来を受診されることをおすすめいたします。

頭痛外来とは？

頭痛には各診療科の疾患に基づく二次性頭痛と片頭痛、緊張型頭痛など慢性の一次性頭痛がありますが、それらの見分けやそれぞれの頭痛への対処は必ずしも容易でなく手間のかかる作業です。

頭痛外来は従来、各診療科で行われてきたこうした頭痛を集約し、主として慢性の一次性頭痛を専門的に診療する外来です。本院は日本頭痛学会認定教育病院であり、頭痛外来は神経内科 神吉理枝医師（頭痛専門医、日本頭痛学会代議員）が担当しております（上の写真）。



認定看護師ってどんな看護師？

認定看護師とは、高度化し専門分化がすすむ医療現場で、水準の高い看護を実践できると認められた看護師です。21 にわたる認定看護分野ごとに日本看護協会から認定を受けることで認定看護師となります。各分野ごとの専門性を発揮しながら、

「実践・指導・相談」という3つの役割を果たし、看護の質の向上に努めています。今号では甲友会の認定看護師6名の取り組みをご紹介します。

認定看護師の資格

- 看護師として5年以上の実践経験
- 615時間以上の認定看護師教育
- 認定看護師認定審査に合格すること



訪問看護 認定看護師

西宮協立訪問看護センター
稲葉 典子

- 好きな時間
ピアノとランニングと
ネコとの戯れ

「住まいの場」での 看護業務を支援！

訪問看護は在宅で療養されている皆さまの「住まいの場」に訪問して、療養上のお世話や医療的な処置を実施するサービスです。訪問看護認定看護師は訪問看護の実践や、訪問看護師のみならず関連職種への相談・指導が活動の中心になります。「住まいの場」での看護の提供が訪問看護の専門性そのものであると考えており、関連する皆さま方のお役に立てるように活動したい所存です。



脳卒中 リハビリテーション看護 認定看護師

西宮協立リハビリテーション病院
南 好江

- 好きな時間
ガーデニング、
観劇(ミュージカル・歌舞伎)

患者さん・ご家族に 寄り添う看護活動

脳卒中は再発しやすく、介護が必要となります。そこで患者さん・ご家族対象の『豆知識講座』を定期的に開催。再発予防、介護生活のポイントをお話しています。また、スタッフにも同様に学ぶ場を設け、いつでも相談し合えるよう心がけています。

患者さんは退院後もさまざまな後遺症に悩み、気持ちが沈みやすくなります。皆さんが少しでもポジティブになれるよう、年4回、『患者・家族会 ひまわり』を運営しています。



脳卒中 リハビリテーション看護 認定看護師

西宮協立脳神経外科病院
山添 幸

- 好きな時間
はる(プードル)と過ごすこと、
整理整頓中

脳卒中看護の役割と 大切に思うこと

脳卒中は意識障害、運動機能障害、言語障害などが突然現れ、後遺症を残すことも多い病気です。発症直後から患者さんに起こり得る症状や合併症などを注意深く観ることで、異常の早期発見に努め、患者さんの状態に合わせた回復支援のために、一貫した看護ができるよう他部署や他職種と協働しています。大切にしているのは障害を抱えた患者さんに寄り添い「その人らしい自立」のあり方を一緒に考えることです。



えんげ 摂食・嚥下障害 認定看護師

西宮協立脳神経外科病院
永野 彩乃

- 好きな時間
旅行とお寿司が大好きです

安全においしく 食べるために

「摂食・嚥下障害」とは、食べ物をうまく飲み込むことができない状態です。食べることは人にとって栄養を摂るだけでなく、生きる喜びでもあります。安全においしく食べることができるよう、飲み込みの状態をチェックし、食事の形態やご本人の姿勢を調整することが大切です。また、口の中を清潔に保つことも肺炎予防につながります。看護スタッフだけでなく、自宅で介護されるご家族へも安全に食べるための指導を行っています。



認知症看護 認定看護師

西宮協立脳神経外科病院
松永 清美

- 好きな時間
岩盤浴と温泉、あかすりと
リンパマッサージ

認知症者の尊厳を 尊重したケア

認知症の人は、入院という現状が理解できず混乱や不安が生じることで、症状が悪化してしまう場合があります。認知症の症状はケアする人の接し方で改善することが期待できます。大切なのは「患者さんに寄り添い、認知症をもつ人の見ている世界を理解する視点」。少しでも穏やかな療養生活が送れるよう、行動の背景に目を向けた環境調整と、個人の持てる力に着目したケア介入や余暇の検討などをチームで話し合っています。



感染管理 認定看護師

西宮協立脳神経外科病院
木下 直子

- 好きな時間
美味しい物を食べているとき

感染管理認定看護師 の活動について

感染管理認定看護師は、全国に2,841人が資格を持ち、兵庫県内でも105人が活動を行っています(2018年12月現在)。その役割は、医療関連施設を利用する患者さん・ご家族・訪問者の方はもちろん、現場で働く全ての人を感染源から守ることで、

活動内容として、医療関連感染の発生を監視することや、予防・対策、職員への指導、マニュアルの見直しなどがあり、他職種のメンバーと協働して行っています。



甲友会

2019年1月1日付けで『社会医療法人』に認定されました。

社会医療法人については、本誌1ページの「社会医療法人とは?」をご覧ください。



お役立ち情報ブログ 甲友会フレンズ

ホームページでは、お役立ち情報ブログ「甲友会フレンズ」を随時更新中。ぜひチェックしてみてください。

スマートフォンからもご覧いただけます。
<https://www.nk-hospital.or.jp/friends/>



西宮協立脳神経外科病院

新任医師のご紹介 2019年冬

神経内科
かんき りえ
副部長 神吉 理枝



大阪医科大学 卒
趣味：山歩き、フルート

座右の銘

一期一会

脳神経外科
しば ひろゆき
新波 宏行



大阪医科大学 卒
趣味：散歩

座右の銘

日々、誰かの為に

市民講座のお知らせ

去る1月23日(水)に当法人にて、「誤嚥性肺炎を予防して、食べる力を守ろう」をテーマに摂食・嚥下障害認定看護師・栄養サポートチーム認定看護師の永野彩乃による講座を開催しました(写真)。次回は3月15日、アクタ西宮での開催を予定しております。詳しい情報は当院ホームページをご覧ください。



西宮協立リハビリテーション病院

第37回市民健康介護講座

日時：3月22日(金)13:45~15:15

講座名：①脳卒中とは？

講師：浮田 透(脳神経外科 部長)

②いつでもどこでもプチ筋トレ

講師：岩本 津和(理学療法士)

場所：西宮協立リハビリテーション病院 7階会議室
※送迎バスをご利用いただけます。くわしくはお問い合わせください。

定員：40名

申込み：病院受付またはお電話にて(0798-75-3000)

2019年度は6月、9月、12月、3月の第3木曜日を予定しています。



西宮協立ケアプランセンター

西宮協立ケアプランセンターへの名称変更について

2019年1月1日をもちまして、西宮協立訪問看護センターにある居宅介護支援事業所の名称を「西宮協立ケアプランセンター」へ変更しました。

西宮協立ケアプランセンターではこれまで同様、ケアマネジャーが中心となりケアプラン作成等を行います。皆さまのご協力のもと、利用者さまによりよい在宅での生活環境を整えられるよう、より一層の努力をさせていただきます。

3 着替えをたすける▶▶▶ リハビリ道具図鑑

ソックス エイド

西宮協立
リハビリテーション病院
作業療法士 平沢 美名都



作業療法では、患者さんがよりよい日常生活が送れるよう自助具の提案や作成をすることがあります。自助具とは、身の回りの動作がより便利に自分で行えるよう工夫した道具です。

今回は、靴下を履く時に使用する自助具、ソックスエイドをご紹介します。これは、膝や腰が曲がりやすく、足先まで手が届きにくい場合に使用します。方法としては、ソックスエイド本体に靴下をかぶせて、つま先を入れながら両脇の紐を引っ張ります(写真)。体が不自由な方の中には「服は1人で着られるけど靴下は難しい」という方も多くいらっしゃいます。ソックスエイドを使うと、前かがみにならなくて

も楽に靴下を履くことができます。また、手作りもできるので気になった方は作業療法士にご相談ください。



当院の作業療法士が手作りしたソックスエイド

自宅で
できる!

かんたんエクササイズ



自宅で タオル体操

寒い時期になると外出がおっくうになるなど、活動量が減っていませんか? 体を動かさなければ骨がもろくなったり、筋力だけではなく、心肺機能も低下して疲れやすくなったりします。今回はタオルを使った、自宅でも簡単にできる体操をご紹介します。毎日少しずつでも、ぜひ実践してみましょう。

西宮協立デイケアセンターほほえみ
ケアトレーナー 角谷 修二郎

1. 肩、背中運動



- 1 タオルの端を持って「バンザイ」するように背伸びをする
- 2 ①の状態から肘をまっすぐ下ろしタオルを頭の後ろへ持つ

※難しい人は顔の前でやってみましょう
※ゆっくり同じテンポで10回2セットを基準に行いましょう

2. 脇腹のストレッチ



- 1 タオルの端を持って「バンザイ」するように背伸びをする
- 2 その姿勢を保ちつつ、息を吐きながら体を横へ倒す

※左右に身体を倒して10秒キープしましょう。3往復ぐらいを基準に行ってください。