

# 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. 65  
May 2024  
ご自由にお持ちください



ITを活用し、  
よりよいサポートを

📷 「訪問看護ではタブレットを活用した医療・介護連携を行っています」

西宮協立訪問看護センター

※写真はイメージです

## 旬の食材と栄養素のはなし

### 旬の野菜「アスパラガス」



- アミノ酸 (アスパラギン酸)
- 葉酸
- ビタミンA
- ビタミンK
- ビタミンE



- アスパラのベーコン巻き
- アスパラの肉巻き
- アスパラの天ぷら

アスパラガスの原産地は、南ヨーロッパからウクライナだといわれ、日本での栽培は1920年代に北海道で本格的に始まりました。

実は、アスパラガスから発見された栄養成分アミノ酸＝アスパラギン酸があります。アスパラギン酸は、体内のエネルギー代謝を活発にし、疲労回復を早める効果が期待されます。他にも、ビタミン類や葉酸等、幅広い栄養素が含まれています。油に溶けやすい脂溶性ビタミン(ビタミンA・K・E等)が多く含まれているので、油と組み合わせると効率よく吸収されます。アスパラガスは穂先が締まっており、緑が鮮やかで太くまっすぐしたものを選ぶと美味しいですよ。

西宮協立脳神経外科病院  
管理栄養士 片平 梨沙子



豊かな、いきいきとした人生を

お気軽にお問合せください <https://www.nk-hospital.or.jp/yasuragi/>

お問合せ・資料請求はホームページからも

0120-4165-99



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 TEL.0798-33-2211

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 TEL.0798-75-3000

西宮協立訪問看護センター  
西宮市今津山中町 6-32 TEL.0798-33-6233

西宮協立ケアプランセンター  
西宮市今津山中町 6-32 TEL.0798-33-6251

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 TEL.0798-36-6780

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 TEL.0798-33-3501

西宮協立訪問リハビリテーションほほえみ  
西宮市津門呉羽町 10-13 TEL.0798-36-6780

西宮協立認定栄養ケア・ステーション  
西宮市津門呉羽町 11-1 TEL.0798-30-6080

介護付有料老人ホームやすらぎ  
西宮市津門呉羽町 9-10 ☎ 0120-4165-99

西宮市瓦木在宅療養相談支援センター  
西宮市津門呉羽町 8-25-101 TEL.0798-32-5322

法人本部  
西宮市津門呉羽町 10-13 3F TEL.0798-32-3251

#### 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 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](mailto:koyukai.now@nk-hospital.or.jp)

ホームページ更新中!  
スマートフォンからも  
ご覧いただけます。



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

# ITを活用し、よりよいサポートを

【監修】西宮協立訪問看護センター



**医**療・介護の現場におけるIT化は、医療資源の最適化および医療介護従事者の生産性の向上・業務効率の改善のため、導入が推進されています。IT化を進めることによってリアルタイムで情報共有が可能となり、事業所内はもちろん、他の事業所との円滑な業務連携が可能になります。西宮協立訪問看護

センターでは、2019年7月からモバイルの活用を始めました。中心にいらっしゃるの、常に利用者さま・ご家族となります。IT化による事務作業や定型作業の簡素化・削減が進むことで、より医療・介護業務の活性化が期待されています。今回は西宮協立訪問看護センターのIT化の取り組みについてご紹介いたします。

### セラピストの事例

- 1 リハビリ中に、皮膚の炎症と水ぶくれを発見！
- 2 チャット機能で担当看護師に写真付きで連絡
- 3 近隣で別件対応中だったため、そのまま訪問
- 4 タイムロスが少なく、処置ができた

### 訪問看護の事例

- 1 訪問時、仙骨部に褥瘡(床ずれ)を発見
- 2 写真を撮影後、情報共有サービスを使用し、その場で医師へ報告
- 3 折り返しすぐに処置内容の指示あり
- 4 すぐに薬が届き、迅速に処置ができた

IT化以前は電話連絡が中心だったが、IT化したことで画像を活用するなどより詳細な情報連携が可能になった

### 訪問看護専用電子カルテ

訪問の現場で活躍する看護師の目線で考えられたシステム「iBow」\*を使用。ステーションの規模・地域・特性を考慮した柔軟なカスタマイズやシステム強化などが可能。電子化されたカルテを活用することで、関連医療機関への報告から請求まで、すべての情報が効率よく連動する。

※株式会社eWell

### ビジネスチャット

会話のようにやりとりできる「FINE-link PLUS」\*を使用。他の事業所の担当者やご家族と会話ができる。既読確認機能を備えているため、相手の確認状況を把握することができる。また、やりとりした内容が履歴として残るため、議論の背景がすぐに把握可能。

※株式会社AGEN

### 患者情報共有サービス

「バイタルリンク」\*を導入。往診した医師を含めた多職種間で、利用者さまの情報を時間や場所に左右されずに共有できるため、チーム医療がより円滑になる。また、多職種間のみならず、掲示板を通してご家族とも写真や動画の情報共有が可能。

※帝人ヘルスケア株式会社

### 多職種情報共有ツール

「定期巡回・臨時対応サービス」業務支援システムの「スマケア」\*を導入。事業所の枠を超えて、サービス状況やヘルパーの予定を共有することが可能。スマホで記録したサービス内容や申し送り情報はクラウドで共有されるため、さまざまな職種の視点から利用者さまの状態を確認できる。

※ホームネット株式会社



## IT化で利用者さまによりよいサポートを

在宅での医療介護サービスを受けておられる方は、複数の事業所を活用されているケースが多くあります。利用者さまへのサービスの質の向上のために、IT化推進による事業所の連携や業務効率化が進められているのです。また、IT化を進めることは地域でのチーム医療の発展にもつながります。超高齢社会において「住み慣れた地域で医療・介護のサービスを受けたい」と願う時に、誰もがサービスを受ける体制を構築するためにもIT化推進は必要不可欠です。当事業所では今後も、よりよいサポートを提供できるよう努めてまいります。



# ドクターに聞いてみよう。

## 1 慢性硬膜下血腫

### どんな病気か？

脳は頭蓋骨の内側にある硬膜という硬い組織に包まれています。慢性硬膜下血腫は、一般的な「出血」ではなく、硬膜と脳の間血液の成分を含んだ液体がゆつくりと溜まり、脳を圧迫することで症状が生じる病気です。多くは頭部を打撲して約1ヶ月後に発症しますが、原因がはっきりしないこともあります。若年者に発症することはまれで、高齢になるほど発症しやすくなります。

### 症状について

60歳までの比較的若年層は頭痛症状を発症することがよくありますが、65歳以上の高齢者は痛みの症状は生じにくく、脳が圧迫されることによる麻痺症状(片足を引きずって歩く、よく転倒するなど)、

認知機能障害を発症し、病院を受診されることが多いです。一般的な脳卒中(脳出血、脳梗塞など)と異なり、症状は突然に生じるのではなく、数日間徐々に進行します。

### 治療について

慢性硬膜下血腫の量が少なく、脳への圧迫が軽微で症状もない場合は、止血剤や漢方薬の内服で軽快することがあります。しかし、症状が生じている場合には手術が必要です。手術は、頭蓋骨に小さい穴を空けて、そこから溜まっている液状の血腫を抜き取る穿頭手術を行います。局所麻酔により傷あとが小さくてすむ手術ですので、高齢者でも負担は大きくありません。また約1割の確率で、再び血腫が貯留し、再治療が必要になる場合があります。脳と硬膜の間隙が大きい高齢者、飲酒や体に負担がかかる運動

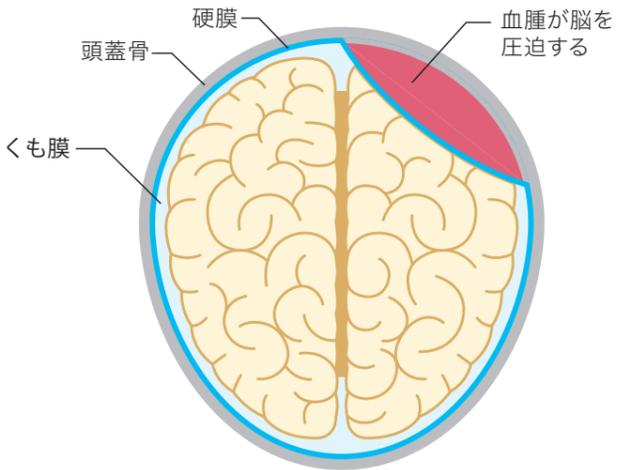


西宮協立脳神経外科病院  
脳神経外科  
副部長 大村 知久

をされている方は再発することが多いです。

ほとんどの場合、症状は治療により軽快し、後遺症状が残ることはまれです。ただし、もともと持病のある85歳以上の超高齢者の方は、慢性硬膜下血腫の発症をきっかけに日常生活動作能力(ADL)が低下してしまうこともありますので注意が必要です。

頭部を打撲した直後に行った画像検査で慢性硬膜下血腫の発症を予測することはできません。受傷してからしばらく後に前述の症状に気づかれた際は、早めに脳神経外科を受診してください。



## 2 大腿骨近位部骨折

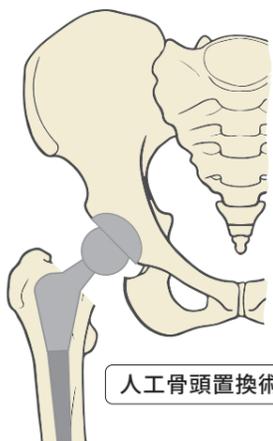
だいたいこつきんいぶこつせつ

### 大腿骨近位部骨折とは

大腿骨近位部とは大腿骨の上の部分、つまり脚の付け根の部分であり、球状の骨頭、大転子と小転子にはさまれた転子部、骨頭と転子部をつなぐ頸部で構成されます。大腿骨近位部骨折とは主に頸部で骨折する頸部骨折、転子部で骨折する転子部骨折に分けられます。

### どうして高齢者に多い？

若い人では交通事故などの非常に大きな衝撃が加わった際に大腿骨近位部骨折を受傷することはありますが、頻度はかなり少ないです。高齢者では骨の強度が低下してしまっていること(骨粗しょう症)が原因で、転倒のような比較的軽微な力が加わることで骨折してしまいます。筋肉量が落ち、転倒しやすくなってしまうことも原因と考えられます。

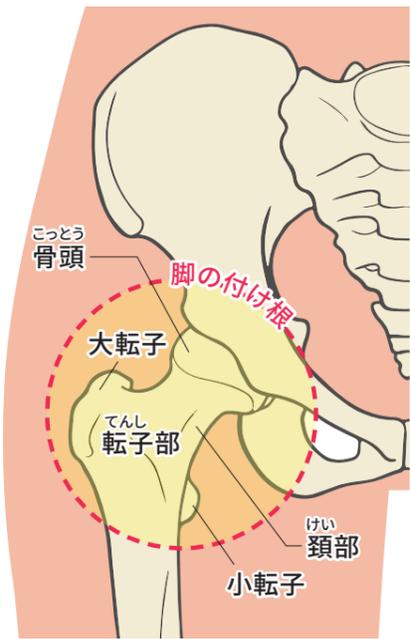


人工骨頭置換術

静にすると体が弱ってしまい、寝たきりになりかねません。また褥瘡(床ずれ)や肺炎などの合併症を起こす可能性があります。それでも骨が癒合しないことも多く、癒合したとしても変形を残す可能性が高いです。そのため、体が手術に耐えられる状態であれば手術を行うことが一般的です。頸部骨折に対しては、骨折部のずれがある場合は人工骨頭置換術を、ずれがほとんどない場合はスクリーなどをを用いた骨接合術を選択します。また、転子部骨折には髓内釘を用いた骨接合術を行うことが多いです。

### 術後は？

できるだけ、けがをする前の歩行能力に戻れるようリハビリを行います。また、一度大腿骨近位部骨折を受傷した場合、反対側の骨折を起こすリスクが高いことが分かっているため、再度転倒しないように生活環境を調整し、骨粗しょう症に対する薬物治療を、体の状態に応じて検討します。



### 手術が必要？

手術をしないで治そうとすると、数週間〜数か月ベッドで安静にする必要があります。それだけの間安





# 医師 着任しました



西宮協立脳神経外科病院  
整形外科



ながた だいき  
藤田医科大学 卒

好きな食べ物  
鉄火巻

好きな言葉  
急がば回れ

西宮協立脳神経外科病院  
整形外科



ふじた くろと  
藤田医科大学 卒

好きな時間の過ごし方  
キャンプ場でのんびり

好きな言葉  
一期一会

西宮協立脳神経外科病院  
整形外科



ひらい かずひろ  
大阪医科大学 卒

好きなスポーツ  
バスケットボール

好きな言葉  
運七実カウチ

西宮協立脳神経外科病院  
整形外科



みやま てるあき  
奈良県立医科大学 卒

好きなスポーツ  
バスケットボール、ゴルフ

好きな言葉  
明日から頑張る

医療・介護の  
あれこれ  
コラム

## 認定理学療法士(脳卒中)を取得しました

西宮協立リハビリテーション病院

認定理学療法士は、日本理学療法士協会が設定する21分野からなる資格です。指定研修カリキュラム(18時間)の受講、臨床認定カリキュラム(30時間以上)の受講、日本理学療法学会研修大会への参加が取得条件で、さらに筆記試験に合格することが必要です。理学療法士として、より専門性の高い臨床技能を有する者、いわば「スペシャリスト」の証と言えるでしょう。幅広い知識とより高い専門性を活かし、患者さんに質の高いリハビリテーションを提供できるように邁進して参ります。



おうち時間に  
運動をプラス

# 自宅でもできる! かんたんエクササイズ

西宮協立デイケアセンターほほえみ 介護福祉士 北村直子

姿勢正しく食事をしましょう  
バランス感覚改善トレーニング

椅子に座って食事をするとき、正しい姿勢で食べることができていますか? 姿勢が悪くなると、姿勢が崩れて浅座りになる、椅子から落ちそうになる、食事をする時に左右に傾いて食べにくくなる他に、誤嚥の危険もあります。



NG  
傾斜状態



NG  
浅座り

座位姿勢が悪くなる原因として「骨や関節の痛み」「筋力の衰え」「視力や聴力の低下などによるバランス感覚の低下」が考えられます。安定した座位姿勢を取りつづけるにはバランス感覚は欠かせません。そこで今回は椅子に座ってかんたんにできるバランス感覚改善トレーニングをご紹介します。

### 骨盤前後運動

背中を丸めておへそを見るようにした状態から、胸を張りながらお腹を前に出し、姿勢よく5秒数える。再度背中を丸めておへそを見るようにする。



10回×2セット

5秒

### 骨盤左右運動

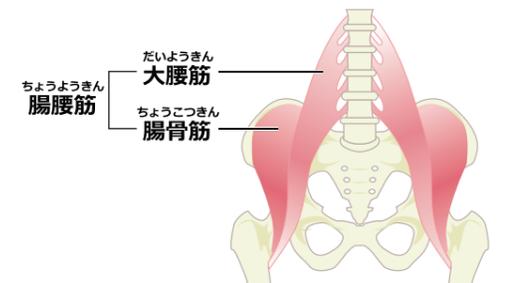
頭は動かさず左右交互のお尻を軽く浮かせるように骨盤を動かす。



10回×2セット

効果

骨盤調整や腸腰筋を鍛えることができ、姿勢が崩れても自力で戻すことができる



だいようきん 大腰筋  
ちようようきん 腸腰筋

! 少しでも痛みや違和感を感じた場合はすぐに中止してください。体の状態や体調に応じて無理のない範囲で行いましょう。