

みなみかぜ

2014. 秋季号



南ヶ丘病院のビジョン

地域の皆様に、
急性期、慢性期、在宅医療において
安全、安心を提供し、
さらに感動していただける、
笑顔をもたらえる医療を目指します。

《基本方針》

- 1 私たちは全ての人に敬意を持って接し、満足を得られるよう最大限の努力をします
- 2 私たちは説明と同意に基づき、良質な医療を提供します
- 3 私たちは職員一人一人の貢献とその成長を応援します
- 4 私たちは安全に対して細心の注意を払います
- 5 私たちは快適で暖かい環境づくりに努めます



目次

- P1 南ヶ丘病院のビジョン
病院祭のご案内
- P2 連載2 DIRECTOR'S INTERVIEW
リハビリテーション部長 山岸 元
- P3 脆弱性骨折の予防
- P4 担当医表&診療時間&アクセス

NEWS

創立36周年記念 病院祭のお知らせ

【日時】 9月7日(日) 10:00~14:00

【場所】 南ヶ丘病院&駐車場

【タイムスケジュール】

10:00~ 当院 整形外科 宮崎俊聡 院長 記念講演

「転倒とロコモティブシンドローム」

10:45~ リハビリ体験

11:00~ オープニングセレモニー 野々市市民合唱団

12:00~ フォークコンサート イノシズ

13:00~ リハビリ体験

13:40~ 豪華抽選会



模擬店●11時~14時まで

焼きそば、カレー、フランクフルト、たい焼き、ベビーカステラ等。射的、スーパーボールなどのゲームもごさいます。

バザー●11時~、13時~

豪華抽選会●13時40分~

自転車、10万円相当の人間ドック無料券等を予定しております。

連載 2

DIRECTOR'S INTERVIEW

DIRECTOR'S INTERVIEW | 南ヶ丘病院の各部長に直撃 Q&A

金沢市南部にお住まいの方々の健康を担う、かかりつけ医をめざしている「南ヶ丘病院」。急性期、慢性期、在宅医療において医療の質の向上はもちろんのこと、気楽に話せる診療を心がけています。各部署のトップを毎回一名クローズアップします。



PROFILE

リハビリテーション部長
やまざし はじめ
山岸 元

オフの時間

| 休日の過ごし方 |

北陸三県の日帰り温泉巡り。最もお気に入り、富山県南砺市福光町のイオックスアローザ温泉です。石川県白峰の温泉センター天領も好きです。冬場は金石温泉にもたまに行きます。

| 趣味 |

最近あまり乗っていない自転車。最近あまり走っていないマラソン。最近潜っていないスキューバダイビング。最近乗っていないサーフィンです。

| ストレス解消法 |

自宅で大音量で映画を見る事です。自宅でお酒を飲むこと。温泉に入る事です。

誰がどこで対応しても高いレベルの技術を提供できるようにしていきたい。

Q 療法士を目指したきっかけは？

35年程前に知り合いの医師に勧められたから。当時リハビリテーション（理学療法・作業療法）を教える学校は全国に8校しかなく、私もリハビリテーションという言葉初めて知りました。

Q リハビリテーション部長として最も心がけていることは？

リハビリテーションは医療の主食や主菜ではありません。しかし、最高の副菜や、薬味になれるように心がけています。

Q 理学療法士16名・作業療法士11名・言語聴覚士2名・マッサージ師2名で構成されていますが、当院のリハビリテーション部の特徴を教えてください。

一部急性期、主に回復期から在宅までの患者さんの実際の生活に関われることだと思います。また、病院だけでなく通所リハビリ・介護予防通所リハビリ、デイサービス、訪問リハビリ、有料老人ホームなど介護保険分野にも関わり、地域に密着した当院のサービスの一翼を担っています。

Q 本年度の健康教室のテーマである「脆弱性骨折」についての考えを聞かせて下さい。

当院の入院患者さんでは「脊椎圧迫骨折」や「大腿骨頸部骨折」の方がとても多いです。その内、多くの方が二度目、三度目の受傷の方です。宮崎院長は「脆弱性骨折」の治療は骨折の改善だけではなく、その後再骨折を起こさないための管理が重要だと言っています。今年度の健康教室を成功させ、「脆弱性骨折」の慢性疾患管理をしっかり行い、地域に元気な高齢者を増やしたいと思います。

Q 学会や研修会への参加や、資格取得にも積極的ですね。

患者さんや利用者さんになるべく良いものを提供できるよう、絶えず自分達の技術や知識を磨くように、リハビリテーション部の誰がどこで対応しても同じような高いレベルの技術が提供できるようにしていきたいと考えています。

Q 超少子高齢化社会に向け、「地域包括ケアシステム」の構築が求められています。医療機関の機能分化・強化と連携、在宅医療の充実、という点において今後の取り組みを聞かせて下さい。

これまで扇翔会として取り組んできたことがまさに「地域包括ケアシステム」の構築に合致していると思います。しかし、今のままでは不十分でせっかくのアドバンテージが活かせず、まわりに追い越されてしまいます。いまここで現状を分析し、当院の進む方向を皆で確認し、南ヶ丘病院が地域の方々に貢献できることをリハビリテーション部も全力で行いたいと考えます。

脆弱性骨折 の 予防

自分で出来る運動能力・体カチェック | リハビリテーション部から

骨がもろくて弱くなり、一度骨折してしまうと二度三度と繰り返してしまうといったケースも珍しくありません。杖や車椅子などを使用することなく、元気で生活ができるようにしっかりとした予防をしていきましょう。

ひやりとしたこと、ありませんか？ 転倒体験

A 前方への転倒→「橈骨遠位端骨折」を起こす可能性があります。

例えば、

何かにつまずく、床につまずく、足が前に出ない、草履やスリッパが脱げそうになり、足先が引っかかる。

B 後方への転倒→「脊椎圧迫骨折」を起こす可能性があります。

例えば、

後方にバランスを崩す、その高さに椅子の座面があると思い込み、勢いよく座る。

C 側方への転倒→「大腿骨頸部骨折」「上腕骨外科頸骨折」を起こす可能性があります。

運動能力・体カのチェックをしてみましょう 予防

A 姿勢のチェック→鏡やガラスに自分の姿を映してみましよう。

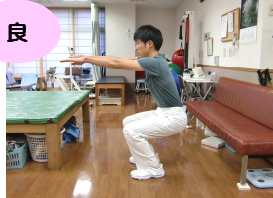
自分の姿勢の型を普段から意識しておくことが重要です。

- a 前弯型（でっ椅子タイプ。腰部の筋緊張が強い）
- b 後弯・前弯型（aに背中の後弯が加わったタイプ）
- c 扁平型（腰が少し後方に引け、背中がまっすぐなタイプ）
- d スウェイバック（完全に休めの形）

B スクワットテスト →腰部と下肢の動きは協調している？

下の写真を参照にチェックしてみてください。

良



悪



C 片脚立ち→股関節周囲筋や下肢筋の協調とバランスはとれているか？

下の写真を参照にチェックしてみてください。

良



悪



D 歩き方のチェック 下記のうちあてはまるものがある方は改善が必要です。

→歩いているときの感覚

痛み（膝、脚、足、足指、股関節、腰など）の有無。足をひきづる、つま先を床でする、左右の足音が違う、など。

→鏡やガラスに映る自分の姿

うつむきながら、反り返りながら歩く。前傾位、飛び跳ねるように歩く、など。

このようなチェック・転倒を防ぐリハビリ体験を当院でしてみませんか？

講演と体験のご案内

9月7日(日)病院祭当日に開催 是非参加下さい！

講演

時間/10:00～11:00

場所/当院 地下ホール

テーマ/「転倒とロコモティブシンドローム」

講師/当院 整形外科 宮崎俊聡 院長

体験

時間/10:45～11:30、13:00～13:30 の2回

場所/当院 1F メインホール

内容/①転倒を防ぐリハビリ体験

上記体カ測定と筋力強化の体験

②栄養・看護・薬剤・検査・放射線の専門スタッフからの各アプローチ

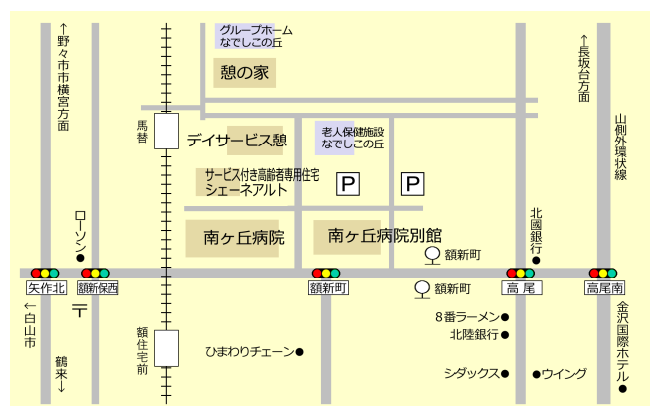
南ヶ丘病院 診療担当医表

平成 26 年 9 月 1 日現在

| 午前：9:00～12:30 午後：14:00～18:00 | | 内科 | | | | | | 形成外科 皮膚科 | 外科 | | | 整形外科 | リハビリ テーション 科 | 脳神経 外科 | |
|---------------------------------|----|-----------|-----------|------|-------------------|-----|----|-------------|------------|-----|-----|------------|---------------------|-----------|----|
| | | 呼吸器 | 消化器 内科 | 血液免疫 | 循環器 | 呼吸器 | 一般 | | 呼吸器 消化器 | 消化器 | 消化器 | | | | |
| 診察室 | | 5 | 2 | 3 | 1 | 4 | 別館 | 14 | 1 | 20 | 19 | 6 | 9 | 別館 | 1 |
| 月 | 午前 | 向坂 | 川原 | | | 地引 | 牧野 | 辻 | | 森永 | 川尻 | 院長 (再来) | 植田 (新患) | 牧野 | 山嶋 |
| | 午後 | 向坂 | 川原 | | | 地引 | | 辻 | | 森永 | 川尻 | | 加藤 | 牧野 | |
| 火 | 午前 | 向坂 | 川原 | 森下 | 赤尾 | 地引 | 牧野 | 辻 | | 森永 | 川尻 | 院長 (新患) | 植田 (再来) | 牧野 | |
| | 午後 | 向坂 | 川原 | 森下 | 赤尾 (～16時) | 地引 | | 辻 | | 森永 | 川尻 | 院長 | | 牧野 | |
| 水 | 午前 | 向坂 | 川原 | | | 地引 | 牧野 | 辻 | | 森永 | 川尻 | 院長 (再来) | 植田 (新患) | 牧野 | |
| | 午後 | 休診 | | | | | | | | | | | | | |
| 木 | 午前 | 向坂 | 川原 | | | 地引 | 牧野 | 辻 | 林 | 森永 | 川尻 | 院長 (新患) | 植田 (再来) | 牧野 | |
| | 午後 | 向坂 | 川原 | | | 地引 | | 辻 | 林 | 森永 | 川尻 | | 中瀬 | 牧野 | |
| 金 | 午前 | 向坂 | 川原 | 高松 | 藤野 (第2・4で予約のみ) | 地引 | 牧野 | 辻 | | 森永 | 川尻 | 院長 (再来) | 植田 (新患) | 牧野 | |
| | 午後 | 向坂 | 川原 | | | 地引 | | 辻 | | 森永 | 川尻 | | 植田 | 牧野 | |
| 土 | 午前 | 向坂 | 川原 | | 藤野 | 地引 | 牧野 | 辻 | | 森永 | 川尻 | | 中瀬(奇数週) 八野田(偶数週) | 牧野 | 山嶋 |
| | 午後 | 診察室は1番です。 | | 休診 | | | | | | | | | | | |

診察室は3番です。

【病院までのアクセス】



- 北陸鉄道石川線
馬替駅下車 徒歩約3分
- 北鉄バス(四十万行)
光が丘口下車 徒歩約10分
- 北鉄バス(額住宅前行)
額新町下車 徒歩約2分
- お車
JR金沢駅より 約20分
※駐車場あり 収容台数193台

診療担当医のスケジュールは、ホームページでもご覧になれます。学会や手術などにより、休診もしくは診察時間が変わることがございます。

詳しくは、お電話にてご確認ください。

| | | |
|-------|----------------------------|-------------------------------------|
| ■診療時間 | 平日 | AM 9:00～AM 12:30 PM 2:00～PM 6:00 |
| | 水・土曜日 | AM 9:00～AM 12:30 |
| ■休診日 | 日・祝祭日・8月15日 12月30日～1月3日 | |

特定医療法人 扇翔会 **南ヶ丘病院**
Minamigaoka Hospital

〒921-8141 石川県金沢市馬替2丁目125番地
TEL (076) 298-3366 (代) FAX (076) 298-9276
<http://www.minamigaoka-hp.or.jp>
編集・発行 ● 企画広報室