

たつの市民病院機構 広報誌



笑顔通信

2024.9
VOL.05

「
こころある医療・介護」を
通して地域に貢献する

特集

低栄養の危険性

～よく食べ、よく動き、よりよい生活を～





ご挨拶

地方独立行政法人たつの市民病院機構
理事長兼病院長
大井 克之

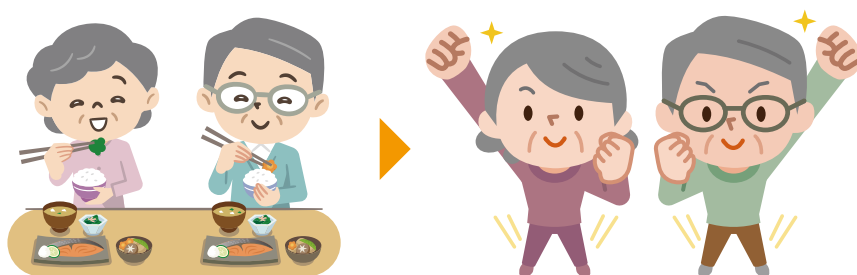
このたびは笑顔通信を読んでもういただきありがとうございます。理事長兼病院長の大井克之です。2020年以降、当法人は新型コロナに様々な形で対応してきましたが、その間に社会は大きく変化し、人々のライフスタイルも変わりました。そんな中でも、地域住民のみなさまが困った時に、躊躇なく相談や受診ができる「信頼され、選ばれる病院」を目指しています。当院は120の方が入院できる、いわゆる「中規模の病院」です。入院施設を持たないクリニックや大規模の病院とはまた違った形で、フットワーク良く、多職種が連携しながら、医療・看護・リハビリテーションなどを提供していますので、これからも引き続きのご利用・ご指導をお願い致します。



低栄養の危険性

～よく食べ、よく動き、よりよい生活を～

最近、体重が減った、食欲がない、体力が落ちたと感じることはありませんか？
年齢を重ねていくと基礎疾患に加え、口の筋力や飲み込む力が低下した結果、食事が減り、栄養が十分に摂れなくなることがあります。気づかないうちに栄養が不足すると、体重や筋肉量の低下につながります。さらに免疫力の低下、骨粗鬆症のリスクを高め、認知症の発症リスクを高めてしまいます。この負の連鎖（フレイルサイクル）を断ち切るには適切な対策が重要です。その対策として栄養療法と運動療法をセットで行う必要があります。運動療法で筋力をつけるためには十分な栄養・良質なタンパク質が摂取できる食事が良いとされています。当院では6月から低栄養のリスク評価を開始し、適切な栄養療法と運動療法をチームで取り組んでいます。



グリム基準とは

当院では入院時の栄養状態の評価としてグリム基準を用いています。グリム基準とは世界の主要な臨床栄養学会が協力し、新しい成人の低栄養診断基準を提唱しました。グリム基準は、従来の食物摂取不足による低栄養に加え、医療施設における疾患関連性低栄養も考慮されており、低栄養の診断及び栄養治療における世界標準の基準、“世界の共通言語”となることが期待されています。

フレイルサイクルを断ち切るためには適切な栄養療法と運動療法が重要です。当院は栄養士やリハビリスタッフが連携し適切な支援・介入によりフレイル対策を実施しています。当院の取り組みについては次号でご説明させていただきます。



専門診療科 整形外科

所属学会 日本整形外科学会

専門領域 外傷

メッセージ

皆様はじめまして、今年度よりたつの市民病院で勤務させて頂くことになりました整形外科の中岡義博と申します。大阪府大阪市出身で川崎医科大学へ進学、中学生から始めたバスケットボール部に所属しておりました。今でもバスケ鑑賞や年に一度の日本整形外科学会で行われる医局対抗戦にむけて練習をしたりしています。

大学を卒業後、平成29年より兵庫医科大学整形外科に入局しその後は大学病院勤務、聖和病院、荻原整形外科病院、合志病院、堺平成病院、河内総合病院での勤務を経てこの度たつの市民病院で働かせて頂くこととなりました。これまで外傷治療を主に行ってきたのでその経験も生かして地域に貢献できればと思います。まだまだ若輩者ではありますが、よろしくお願いいたします。



整形外科
中岡 義博

専門診療科 整形外科

所属学会 日本整形外科学会 日本人工関節学会
日本骨粗鬆症学会

専門領域 膝

メッセージ

本年4月1日付けで着任しました福本篤史と申します。たつの市出身で幼少期はサッカーに明け暮れておりました。近畿大学医学部に進学し、2017年に兵庫医科大学病院整形外科のレジデントとして整形外科の経歴がスタートし、神戸市の川崎病院、西宮市の明和病院・西宮回生病院で勤務しておりました。各病院では外傷による骨折や、変形性膝関節症を中心とした人工膝関節置換術を行なっておりました。たつの市民病院はこれまで骨粗鬆症治療にも力を入れておられ、すでに私も外来での診療を中心に、その力を目の当たりにしております。前任の先生方の方針を引き継ぎ、これまでの経験を活かして、さらに地元のたつの市の医療に貢献させて頂きたいと思っております。受診される方に安心感があり、わかりやすい説明を心がけていきたいと思っておりますので、一度お立ち寄りください。また、大学生からたつの市を長年離れており、播州弁も抜けてしまっていますので、ご指導頂ければと思います。皆様どうぞ宜しくお願いします。



整形外科
福本 篤史

ご挨拶 内視鏡検査について

内科 診療部内科部長
桐谷 景一

こんにちは、内科の桐谷です。月・木曜日は上部消化管内視鏡検査、金曜日は大腸内視鏡検査を担当しています。赴任して5年、多くの患者様に内視鏡検査を受けていただき感謝しております。今後も安全な検査を続けていきますので、ぜひ検査を受けてください。胃癌や大腸癌は早期発見で治療可能です。質問があれば当院までお問い合わせください。スタッフ一同お待ちしております。

以下、外来でよくいただくご質問に対するQ&Aです。

Q1: 内視鏡は受けないといけないですか? 代替えの検査はありませんか?

A1: 受けるかどうかは自分で決めていただけます。検査をせずに大丈夫だなんて言えません。代わりの検査は当院にはありません。コロンCT(CTコロノグラフィ)、カプセル内視鏡もおこなっておりません。(いずれの検査も処置はできませんので、異常があれば、結局は内視鏡をしなくてはなりません。)

Q2: 経鼻内視鏡と経口内視鏡どちらが楽ですか?

A2: 個人それぞれによって違いますので、一概には何とも言えませんので、経鼻とか、前回経鼻で痛かったのか、経口にするとか、お好きな方法を選んでいただけます。

Q3: 苦しいですか? 痛いですか?

A3: 苦しみや痛みにも個人差があります。又、鎮静剤を使うことで、痛みや苦しさを軽減できることがあります。私や看護師が近くにいますので、安心して検査を受けてください。

Q4: 鎮静したほうがいいですか?

A4: ご希望があれば鎮静します。効き方は人それぞれ異なりますので、効きすぎないように慎重におこなっております。その後、車の運転は当日はひかえていただきます。

Q5: 大腸の検査を担当する女性の医師はいますか?

A5: 現在のところ、担当の女性の医師はいません。

Q6: 高齢ですが、検査できますか? (特に大腸内視鏡) 検査に年齢制限はありますか?

A6: 年齢による制限はありません。食事がとれて、同意がとれる方の同意をいただいた方にはほぼ可能です。外来でご相談ください。症例によっては、事前にCTを撮影する場合があります。(当院は小児の検査は行っておりません。)

その他、疑問な点や、他の質問等ございましたら、当院まで遠慮なくお問い合わせください。お読みいただきありがとうございます。安心して笑顔になれましたでしょうか。それでは、みなさまのご来院を、スタッフ一同、内視鏡室でお待ちしております。



お問い合わせ先 **079-322-1121**

栄養課おすすめレシピ

お食事で、
楽しく健康を維持していきましょう♪



かぼちゃ白玉だんご

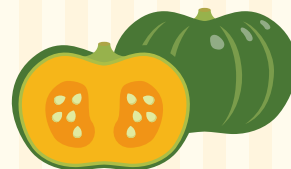
かぼちゃに含まれるカロテンは、体内でビタミンAに変わります。粘膜を強化する働きがあるビタミンAは、ウィルスが体内へ侵入しようとするのをブロックするので、風邪などの感染症予防効果もあります。小麦アレルギーの方にもおすすめです。

作り方

- ① かぼちゃの皮をむき、スライスし、柔らかくなるまでレンジで加熱する。かぼちゃは、熱いうちに潰しておく。
- ② かぼちゃと白玉粉をよく混ぜて、耳たぶくらいの固さにする。(固い場合は、水を足す)
- ③ ②を食べやすい大きさに丸める。
- ④ 沸騰したお湯の中に③を入れて茹で、浮いてきたら冷水に取る。
- ⑤ 水気を切って、ゆで小豆を添える。

材料(2人分)

かぼちゃ…………… 50g
白玉粉 …………… 50g
ゆで小豆缶(加糖) …… 適量
水 …………… 適量



外来診療のご案内

【総合診療】 特定の臓器、疾患を限定せず広い視野で診療を行います。内科の初診は総合診療から始まります。

	受付時間	診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	8:30 ~ 11:30	8:45 ~	北村	桐谷	三村	山本	北村
午後	11:30 ~ 16:00	13:30 ~	浅井	大西	桐谷	大西	山本

【一般外来】・内科 ・一般外科 ・脳神経外科 ・整形外科 ・形成外科 ・眼科 ・泌尿器科 ・皮膚科

【専門外来】・循環器内科 ・消化器内科 ・呼吸器内科 ・糖尿病内科 ・腎臓内科 ・乳腺科 ・頭痛・物忘れ ・紹介科

※最新情報は、当院の公式ホームページをご覧ください。

編集
後記

院内広報誌「笑顔通信VOL.5」発行を行うことができました。多くの皆様に手に取っていただけていること、感謝申し上げます。9月になりましたがまだまだ秋を感じるには暑い日々が続いております。栄養課おすすめレシピ「かぼちゃ白玉団子」を作って十五夜のお月見を楽しみ、食欲の秋を満喫しております。これからも笑顔になれるテーマをお届けできるよう努めていきます。

編集責任者：社会福祉士 丸井 美穂



TATSUNO CITY HOSPITAL ORGANIZATION
地方独立行政法人たつの市民病院機構

<https://www.tatsuno-shiminbyoin.com/>

〒671-1311 兵庫県たつの市御津町中島1666番地1
TEL:079-322-1121(代表) FAX:079-322-3177



外来受付・診療時間
はこちら



たつの市民病院
ホームページはこちら