

# ふれあい

Human♥Communication

2017  
10月・秋号

Vol.29

人と心に響き合う  
清恵会グループ広報誌

FREE

ご自由に  
お持ちください

特集 いつまでも健康でいるために—

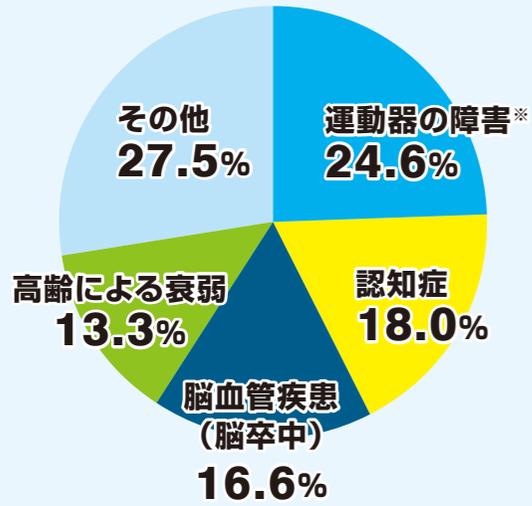
ロコモティブ  
シンドロームを  
予防しましょう

こころ・カラダ・暮らし  
医療ソーシャルワーカーに  
相談してみませんか



 社会医療法人 清恵会

要支援・要介護になった主な原因



注：1)※「運動器の障害」は、骨折・転倒、関節疾患、脊髄損傷の合計  
2)熊本県を除いたものである

参考：厚生労働省 平成28年国民生活基礎調査 統計表 第15表  
「要介護度別にみた介護が必要となった主な原因の構成割合」  
をもとにグラフ化

メタボリックシンドロームという言葉は、多くの方がご存じでしょう。内臓の周囲に脂肪がたまって肥満になり、加えて高血圧、高血糖、脂質異常症といった動脈硬化の危険因子を複数併せ持つ

寝たきりになることもある  
ロコモティブシンドローム

康で、自立して生活できる期間を健康寿命といいます。わが国における平均寿命と健康寿命との差は、男性で約9年、女性で約12年です。これはつまり、男女とも10年前後、要支援・要介護または寝たきりの状態にあることを意味します。いつまでも元気で長生きしたい、健康寿命を延ばしたい。——それが私たちの願いです。

た状態のことをいいます。内臓脂肪症候群、単にメタボとも呼ばれ、テレビなどでもよく話題になることから、すっかり世間に定着した感があります。では、「ロコモティブシンドローム」という言葉は「ご存じでしょうか。これは、運動器の障害による移動機能の低下した状態を表す新しい言葉として、2007年に日本整形外科学会が提唱したものの。和名は「運動器症候群」。略して「ロコモ」とも呼ばれます。運動器とは、骨、関節、筋肉などで、それらが加齢や病気によって動きにくくなり、起きる・立つ・歩くといった動作が困難になった状態を指します。進行すると日常生活に支障をきたすことはもちろん、要支援・要介護あるいは寝たきりになる危

ロコモティブシンドロームの原因

険性が高くなります。

運動器の疾患

ロコモティブシンドロームに至る原因の一つは、骨や関節など、運動器そのものの疾患が挙げられます。代表的なものとしては変形性関節症、骨粗しょう症、関節リウマチなど。これらの病気によって膝や股関節に痛み、けいれん、まひ等が起こり、進行すると関節の動きが悪くなり、筋力が衰えて、立ったり歩いたりする移動機能が低下します。

加齢による身体機能の低下

もう一つは、主に加齢による身体機能の衰えが挙げられます。筋力の低下、持久力の低下、運動速度の低下、バランス能力の低下などにより、徐々にロコモに至る場合です。加えて運動不足になると身体機能はさらに衰えを増し、転倒しやすくなります。高齢者の場合、転んで骨折し、そのまま寝たきりになってしまうことも珍しくありません。

その他

- 外出機会の減少による運動量の低下
- 自動車やエレベーターなどの利用による活動量の低下

特集 いつまでも健康でいるために—

ロコモティブシンドロームを予防しましょう

ロコモティブ (locomotive) とは、「機関車」「推進力」といった意味の英語です。「動く」「運動の」という意味もあります。ロコモティブシンドロームとは、体の運動器に障害が起こり、立ったり、歩いたりすることが困難になる状況を指します。年だから、と侮ってはいけません。ロコモは、要介護や寝たきりになる要因の一つであり、加齢だけが原因ではありません。大切なのは日頃からの予防です。その方法も写真付きで解説していますので、ぜひ挑戦してみてください。



平均寿命と健康寿命

日本は世界一の長寿国です。厚生労働省は2017年7月、2016年の日本人の平均寿命について、男性は80・98歳、女性は87・14歳で、ともに過去最高を更新したと発表しました。超高齢社会には多くの課題もありますが、長寿自体は、やはり人間にとって喜ばしいことでしょう。日本は健康寿命も世界で一、二を争う長さです。心身ともに健

平田 繁

清恵会病院 リハビリテーション科 部長  
リハビリテーションセンター長

1986年、鳥取大学医学部専門課程卒業、大阪市立大学整形外科教室入局、大阪市立城北市民病院(現大阪市立総合医療センター)にて研修。1988年、大阪港湾病院整形外科。1992年、大阪市更生療育センター。1997年、育和会記念病院整形外科副部長。1998年、関西労災病院リハビリテーション科医長、大阪市立大学整形外科助手。1999年、大阪市立総合医療センターリハビリテーション科医長、2002年、同科副部長。2004年、大阪市立弘済院附属病院リハビリテーション科副部長、整形外科副部長兼大阪市立十三市民病院リハビリテーション科副部長。2007年、大阪市立心身障がい者リハビリテーションセンター医務主幹を経て2016年から現職。日本整形外科学会整形外科専門医、日本リハビリテーション医学会リハビリテーション科専門医、指導医



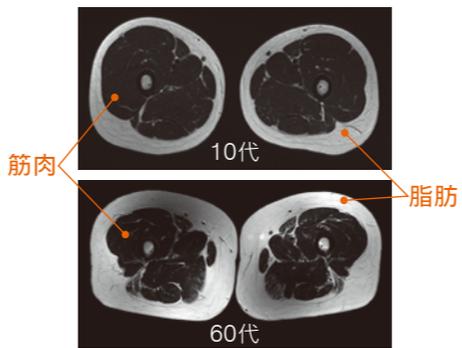
## 特集 ロコモティブシンドロームを予防しましょう

- 肥満または痩せ過ぎ
- 過度なスポーツなどによる関節や筋肉の酷使
- 腰や膝などの痛みの放置
- 事故やけが

### 年齢とともに筋肉の量は減っていく

これは、太ももの断面写真です。白い部分が脂肪、黒い部分が筋肉です。10代の太ももに比べて60代の太ももは筋肉の割合が少ないのがわかります。人の筋肉量は、何もしなければ25歳前後をピークに減少するそうです。加齢による減少だけでも40〜70歳くらいまでで約25%減少、70〜80歳の10年間でさらに約15%減少するといわれています。また、何もしない安静の状態であれば、筋肉量は1日に約0.9%減少することが知られています。

### 大腿部の断面比較



### ③ 特異性の原理（運動をした部位や動作に効果が表れる）

トレーニングの効果は、トレーニングを行った部位や動作に表れます。つまり、マラソン選手がいくらか野球のバッティング練習をしても、マラソンの記録は伸びないということ。自分の目的に合ったトレーニングを効果的に行うことが大切です。

### トレーニングの注意点

筋力強化が必要だからといって、いきなり重いバーベルなどを持ち上げたりしないでください。持ち上がらなかつたりすると、血圧が急に上昇し、脳出血を起す場合があります。また、バーベルが持ち上がれば大丈夫とは限りませんし、体のどこかを痛めてしまうかもしれません。とにかく、無理は禁物。今の自分に合った運動を少しずつ、ゆっくりと行ってください。大切なのは続けることです。

「フレイル」の状態にある人も注意が必要です。フレイルとは、筋力や活動が低下している状態（虚弱）をいい、75歳以上の20〜30%にフレイルの傾向があるといわれています。その診断にはいくつかの基準がありますが、通常、左の5項目のうち3項目が当てはまればフレイルと見なされます。

- ① 体重が減少
- ② 疲れやすい

宇宙飛行士が地球に帰還したときは、誰かに支えてもらわなければ歩くことさえままなりません。これは、無重力の宇宙空間では筋肉量が1日に約1%減少するためです。安静の状態は、無重力状態と同じくらい筋肉を減少させるのです。日頃の活動がいかに大切かがわかります。若いうちから適度な運動を習慣づけることが最善です。

### トレーニングを始めるその前

#### 運動の種類

運動には、大きく分けて有酸素運動と無酸素運動の二種類があります。

有酸素運動は、規則的な動きを繰り返す行い運動で、酸素によって脂肪や糖質をエネルギーに変えます。ウォーキングやジョギング、水泳、エアロビクスなどがそれに当たります。無酸素運動は、酸素を供給する間がないほどの短時間に行う運動で、グリコーゲンがエネルギー源になります。短距離走や重量挙げ、筋力トレーニングなどがその代表です。脂肪の燃焼には有酸素運動が、筋力の強化には無酸素運動が効果的ですが、バランスの良い身体をつくるためには、二種類の運動を行うことが有効です。

- ③ 歩行速度が低下
- ④ 握力が低下
- ⑤ 身体活動量が低下

フレイルの状態にある人は、筋力強化や運動よりも、まず栄養状態の改善が優先されます。そして、身体がある程度もとの状態に戻ってから運動を始めるという手順を踏む必要があります。

また、フレイルと似た症状に「サルコペニア」があります。これは、ギリシア語のサルコ（筋肉）とペニア（喪失）を合わせた言葉

■ **トレーニングの三大原理**  
 筋肉は適度に使うと発達し、使わなければ細くなり、過度に使えば障害を起す、という意味の法則を、ドイツの生物学者ルーが提唱しました。この「ルーの法則」をもとにした、トレーニングの三大原理というものがあります。

### ① 過負荷の原理（運動は、日常生活よりも高い負荷で）

トレーニングは、普段の生活で体感している状態よりも高い負荷をかけたほうが効果的だという意味です。例えば、ウォーキングといいつつダラダラと歩いていては効果が薄いということ。では、最大筋力を発揮するような運動が不可欠かというと、そうではなく、低負荷（最大筋力の50%程度）の運動でも、筋肉量の増加・筋力の増強に十分効果があります。

### ② 可逆性の原理（運動の効果は、やめれば失われる）

トレーニングによって得られた効果は、トレーニングを継続している期間は維持されますが、やめると徐々に失われていきます。トレーニングをしていた期間が長ければ効果が失われる速度は遅く、期間が短いほど効果は早く失われます。継続が大事だということです。

で、文字通り筋肉量が減少し、筋力が低下している状態で、加齢によるものと、不活動・疾患・低栄養などによるものがあります。サルコペニアについても栄養療法が重要になります。

ともあれ、筋肉量の減少を予防し、筋力を維持・向上させるためには、運動に加えて十分な栄養を取ることが大切です。バランスの良い食事を心掛け、肉・魚・大豆・乳製品など、筋肉の元となるタンパク質を摂取しましょう。

### こんな状態は要注意です！ 7つのロコチェック

- 1. 片足立ちで靴下がはけない
- 2. 家の中でつまずいたり、すべったりする
- 3. 階段を上がるのに手すりが必要である
- 4. 家のやや重い仕事が困難である
- 5. 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である（1リットルの牛乳パック2個程度）
- 6. 15分くらい続けて歩くことができない
- 7. 横断歩道を青信号で渡りきれない

「日本整形外科学会 ロコモティブシンドロームパンフレット2015年度版」より

## 下肢筋力をつけるロコトレ 「スクワット」

※深呼吸をするペースで、5～6回繰り返します。  
1日3回行いましょう。

1

肩幅より少し広めに  
足を広げて立ちます。  
つま先は30度くらい  
ずつ開きます。



つま先は  
30度ずつ開く



膝が出ない  
ように注意

2

膝がつま先より前に出ないように、  
また膝が足の人差し指の方向に  
向くように注意して、お尻を後ろに  
引くように身体をしずめます。

スクワットができないときは、  
イスに腰かけ、机に手をついて立ち座りの動作を  
繰り返します。

●机に手をつかずにできる  
場合は手を机にかさして  
行います。



「お尻を注意して下さい！」



理学療法科 科長  
理学療法士 中谷 善之

- 動作中は息を止めないようにします。
- 膝に負担がかかり過ぎないように、膝は90度以上曲げないようにします。
- 太ももの前や後ろの筋肉にしっかり力が入っているか、意識しながらゆっくり行いましょう。
- 支えが必要な人は、十分注意して、机に手をつけて行います。

# ロコトレ

ロコモを防ぐ運動を「ロコトレ(ロコモーショントレーニング)」といいます。  
ロコトレはたった2つの運動です。毎日続けましょう!

## バランス能力をつけるロコトレ 「片脚立ち」

※左右1分間ずつ、1日3回行いましょう。

転倒しないように、  
必ずつかまるものがある  
場所で行いましょう。



床につかない程度に、  
片脚を上げます。

理学療法士  
籠谷 茉莉子

- 姿勢をまっすぐにして行うようにしましょう。
- 支えが必要な人は、十分注意して、机に両手や片手をつけて行います。
- 指をついただけでもできる人は、机に指先をつけて行います。



# 医心

## 第二十九回

### 医の最前線から

# 伝心



**金城 養典**  
 清恵会病院 整形外科副部長  
 手外科マイクロサージャリーセンター長  
 2000年、大阪市立大学医学部卒業、大阪市立大学整形外科入局。  
 2006年、大阪市立大学大学院医学研究科卒業、新潟手の外科研究所 研究員。  
 その後、多数の医療機関での勤務を経て、2015年、清恵会病院に手外科マイクロサージャリーセンター長として入職。  
 2016年より現職。  
 日本整形外科学会整形外科専門医  
 日本手外科学会手外科専門医

## 日本が世界に誇るマイクロサージャリーという技術

手外科、マイクロサージャリーが専門です

手外科とは、外傷や病気で障害のある上肢機能を再建する分野で、骨折や腱損傷などの外傷、末梢神経障害、変形性関節症など多くの疾患を診療します。正確で精密な技術を必要とする分野です。また、マイクロサージャリー（微小血管吻合）は手術用ルーペや手術用顕微鏡を用いて微細な手



ヨーロッパ手外科学会のTop5papersに選出されて口演  
 (学会名：FESSH SANTANDER 2016 開催国：スペイン)

術を行う技術であり、切断指再着や遊離皮弁などの難易度の高い手術をします。1mm以下の血管吻合が行える技術が必要です。清恵会三宝病院の山野慶樹名誉院長はこの分野のバイオニアの一人であり、私はその影響を受けてマイクロサージャリー（マイクロサージャリーを行う人）を志しました。現在は、日本マイクロサージャリー学会、日本骨折治療学会の評議員も務めています。また、国内外で年5〜10回の学会発表を行っています。近年の活動では、アメリカ手外科学会3年連続演題採択、2017年日本整形外科学会、パネリストなどがあります。

最高の治療を提供するために

患者様を手術し、元の機能を回復できたときは、やはり嬉しいものです。不幸にも指を切断された方、重症開放骨折で歩行できなかった方が複数回の手術を受けて機能を回復し、社会復帰を果

たされたときは、外科医として大きな喜びとやりがいを感じます。気力・体力を消耗するタフな仕事ではありますが、長時間の緊急手術（最高は30時間です）が上手くいったときには、言葉にできない達成感があります。医学は日進月歩であり、これまでは困難であった病気も治療が可能になってきています。私は患者様に最高の治療が提供できるように、学問の進歩を学び、手術技術を研鑽し、常に全力を尽くします。清恵会病院で治療してもらって本当に良かったと思っています。日々努力しています。

趣味はゴルフです

手術室に長時間こもることが多いので、ゴルフ場の真っ青なフェアウエイを歩くだけで、とても気分転換になります。まだまだ下手ですが、いつかはシングルプレーヤーになってやると思っています。

# Nurse Face

ナース・フェイス

私の看護、私の思い



## 「脳卒中リハビリテーション看護認定看護師」の資格を生かして

私は約8年間、脳神経外科病棟に勤務していました。特に脳卒中の場合、意識障害や運動機能障害を伴うことがあり、治療やリハビリに取り組み多くの患者様の姿を見てきました。

「手足が動くようになった」「言葉が出るようになった」「麻痺に負けないでリハビリを頑張ってる歩いて帰る」——そうやって頑張る患者様の思いを受け止め、看護師としてリハビリにつながる看護ケアを実践してきました。症状が改善していくと、患者様やご家族の笑顔も増え、私もうれしくなります。自分も頑張ろうと、

勇気や元気をもらえます。

脳卒中は、発症した血管の部位や脳損傷の部位により、さまざまな症状が表れます。その症状に応じて、また予測をして看護する必要があります。私は、脳疾患に対する知識や技術をさらに身につけ、患者様の病態を把握し、症状を予測しながら根拠のある看護ケアを提供したいと思いい、脳卒中リハビリテーション看護認定看護師の資格を取得しました。今後も日々勉強を重ね、脳卒中の患者様に対して急性期からの小さな変化にも気づき、患者様が前向きに治療やリハビリを行っていただけるような看護を目指します。

現在は、地域包括ケア病棟で勤務しています。患者様やご家族が困っていること、今後どのような生活を送りたいと願っているかなどの情報を得て、これからも患者様が慣れ親しんだ地域で生活していけるように、多職種でカンファレンスを行っています。急性期から維持期へと切れ目のない看護を行うために、他の職種ともチームを組み、患者様の機能回復に向けて適切な看護ケアを提供することで、患者様とご家族を支援していきたいと思っています。



**又吉 由加里**  
 清恵会病院 7A病棟  
 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師

# こころ・カラダ・暮らし

## 医療ソーシャルワーカーに相談してみませんか

病気やけがは身体機能の低下をまねくだけでなく、とすれば、その後の暮らしや介護の問題、生活費や医療費の問題、心的ストレスなど、多くの難題が患者様やご家族に降りかかってきます。そのような諸問題を解決するために、患者様やご家族からの相談に応じ、助言や援助を行うのが私たち**医療ソーシャルワーカー(MSW: Medical Social Worker)**の仕事です。



清恵会病院 総合支援センター  
医療福祉相談室 主任

能岡 祐介 医療ソーシャルワーカー  
社会福祉士

### ケース1 自宅で親の面倒をみたいけれど、家族だけで介護ができるか不安です。

住み慣れた自宅での生活を望まれる患者様、その願いをかなえたいと思うご家族は多いでしょう。ご家族の力はとても大きいものですが、無理をして、家族間の関係が悪くなってしまふケースも見られます。不安な場合は、制度を利用するののも一つの方法です。

「介護保険」を利用すれば介護負担が軽減でき、ご家族の関係を大切にしつつ患者様が在宅生活を送る手助けになるはず。65歳以上の方であれば要介護認定を受けることで、ホームヘルパーやデイサービス、訪問リハビリなどの介護サービスを受けることができます。制度内容や利用方法については、私たちMSWにお尋ねいただければ詳しくご説明いたします。



あなたのその気持ち、まずは一度、医療ソーシャルワーカーに話してみませんか。

### ケース2 この病院での治療は終了したので、転院してくださいと先生に言われました…

医師から転院を伝えられると、「追い出される」と思う方もいらっしゃるかもしれません。しかし、病院によって機能や役割は違います。救急の治療をする病院、リハビリをする病院、長期で医療管理を行う病院などに分けられています。病気やけがで損なわれた身体機能の改善には、その身体の状態に最も適した病院に入院することが最善です。

私たちMSWは、**転院は「マイナス」ではなく、次のステップに進むための「プラス」の過程**と考えています。転院について不安をお持ちでしたら、私たちにご相談いただくことで軽減できると思います。



いのち 生命をまもる 医療をつなぐ

## 地域医療ネットワーク

清恵会病院と共に地域の医療を支え合う  
医院・クリニックをご紹介します。

信頼されるホームドクターとして

### 富田内科医院 堺市堺区材木町西3-1-28 ☎072-225-1881

- 診療科目／内科、リハビリテーション科
- 診療時間／8:30～12:30、16:30～19:30(水曜・土曜は午前のみ)
- 休診日／水曜・土曜の午後、日曜、祝日
- 開院年／2012年6月
- ホームページ／<http://tomita-clinic.info>



明るいろハビリテーション室▶

#### 診療の特色

高齢の患者さんは腎機能が低下した方も多く、そのような場合は専門医としての知識を生かして内服薬の整理や適切な定期検診を行うなど、症状が悪化しないよう努めています。糖尿病の方も多く受診されますが、糖尿病性腎症についても透析導入まで対応しています。腎臓病の診療において重要な検査はほぼ全員にお願いし、その結果、泌尿器科系の疾患を見つけることもあります。また、気軽な健康相談などにも応じています。疾患を診るだけでなく、患者さんを取り巻く環境などにも配慮し、

#### 地域に根ざした医療の提供

内科、リハビリテーション科を標榜する当院の患者さんは、0歳児から100歳のお年寄りまでおられます。院長である私は内科・小児科全般の診療を行っており、専門は腎臓病および高血圧です。外科、皮膚科、整形外科、耳鼻咽喉科、婦人科などにおいては、専門的な診療が必要かどうかを判断し、必要に応じて専門医を紹介しています。何か気になることがあればまず受診していただき、初期治療を行うプライマリーケアを実践しています。もちろん訪問診療も行っており、往診依頼があれば可能な範囲で対応しています。

#### 清恵会病院とのかわり

信頼のおける基幹病院であり、当院からのアクセスも良く、多くの患者さんを紹介しています。特に夜間に救急対応が必要な患者さん、入院が必要な小児など、いつも快く受け入れていただき、また、各種の検査なども迅速に予約を取っていただき、大変感謝しています。今後も連携を深め、地域医療に貢献したいと思っています。



▲院長の富田奈留也先生とスタッフの皆さん

常に適切に対応するよう心がけています。皆様の健康寿命を少しでも延ばすことができるよう、昨年度からリハビリテーション科を充実させました。また東洋医学も実践し鍼灸術も施行しています。最後まで自宅でのという願いをお手伝いできるような力を注いでいます。

## 放射線技師を目指す!

# 平成29年度 オープンキャンパス

清恵会第二医療専門学院の放射線技師科では、毎年夏から秋にかけて(6~9月:月1回)、オープンキャンパスを開催しています。同グループである清恵会病院を会場にした開催も今年で2年目、**技師の職場の雰囲気を見ることができ、受験生の皆さんに大好評です!**

## 放射線科見学

一般撮影、マンモグラフィ、CT装置、MRI装置、血管造影装置、X線TV装置について、実際の機器と手技を説明します。受験生の皆さんが診療放射線技師という職業に興味を持っていても、技師が働く姿や本物の装置を見る機会はなかなかありません。これから目指す、自分の将来像を少しでも具体的にイメージしてほしいと学院では考えています。

## グループトーク

受験生の皆さんと在学生とのグループトークも行っています。当学院の日頃の雰囲気を感じてもらえるよう、特にテーマは設定せず、自由に会話を楽しんでいただきます。このトークタイムで意気投合し、入学してからも良き先輩・後輩の関係になることもしばしばです。

受験生の皆さんには、オープンキャンパスに関するアンケートにもご協力をいただいています。皆さんのご意見やご要望は積極的に取り入れ、満足度の向上に努めています。

今年度は、当学院の教員に対する質問を用紙に記入していただき、解答はその場ですという企画も実施しました。初めての場所で手を上げて発言することはなかなか勇気がいりますが、紙に書いてもらうことで、たくさんのご質問にお答えすることができました。

ミニレポート



白衣に袖を通して、マンモグラフィの見学です。装置や検査の説明を受けて、特に女性の方々は興味津々です。



X線CTも間近で見学することができます。将来、参加者の皆さんがこの装置で患者様を撮影することを思うと説明にも力が入ります。



在学生とのグループトークです。学生生活や受験に関して、参加者の皆さんが積極的に質問しています。

徒手筋力テストの評価方法 0~5の6段階評価



**例：膝を伸ばす運動**  
重力に負けずに膝を伸ばしきれたら「3」。さらに検者が足首に手をかけて、抵抗をかけても伸ばしきることができれば、その抵抗度合いによって「4」「5」と判断。



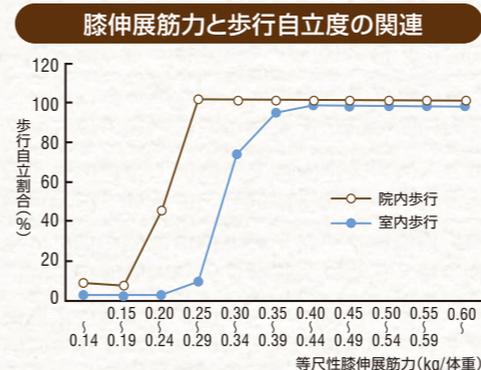
ハンドヘルドダイナモメーター(HDD)での筋力測定

座位の状態では患者様に膝を伸ばしてもらい、検者が手に持つ圧センサーで膝を伸ばす筋力を測定します。

当科では、理学療法プログラム  
の妥当性や治療効果の正確な把握のために、定期的(1カ月ごと)に定量的評価を行うよう取り組んでいます。定量的評価とは、簡単にいうと、検査の結果を〇〇分、〇〇点、〇〇kgなど数字で具体的に表す評価方法のことです。

定量的評価の1つに、ハンドヘルドダイナモメーター(HDD)を用いた筋力の評価があります。リハビリでの筋力測定は「徒手(としゅ)筋力テスト」という評価方法を用いて筋力を6段階で評価することが多く、機器を使わないため、いつでもどこでも実施できます。反面、検査結果が主観的になってしまふこと、立ち上がりや歩行など動作との関連付けが困難だということが難点として挙げられます。

一方、**HDDでの筋力測定は、圧センサーによる測定機器で行うため〇〇kgと数字で客観的に示すことができ、患者様自身も自分の筋力がどの程度か把握がしやすくなります。また、動作との関連付けが可能となります。**高齢者において、膝を伸ばす筋力の体重比が0.4kg/体重



出典：山崎裕司(下肢筋力と歩行訓練 総合リハビリテーション32巻9号 2004年)

# リハビリ効果を見える化する 定量的評価について

清恵会三宝病院  
理学療法科 係長 理学療法士  
中西 信敬



「くるみん」という愛称には、赤ちゃんが包まれる「おくるみ」と「職場ぐるみ、会社ぐるみ」で仕事と子育ての両立支援に取り組みようという意味が込められています。

今後清恵会は職員が生き生きと働けるよう、ワーク・ライフ・バランスのさらなる向上を目指して、次世代育成支援に積極的に取り組んでまいります。

社会医療法人清恵会は、平成29年7月27日付で厚生労働省大阪労働局より「子育てサポート企業」として認定を受け、認定の証である「くるみんマーク」を取得しました。

「くるみんマーク」は、少子化対策の取り組みなどを定めた次世代育成支援対策推進法に基づき行動計画を策定し、その目標を達成するとともに、国が定める9つの認定基準を満たした企業に送られます。

清恵会は2年前に策定した行動計画（平成27年4月1日から平成29年3月31日）に掲げた目標を達成し、認定基準も満たしました。

Topics 清恵会「子育てサポート企業」として認定



（件数・被害額の出典：堺市ホームページ）

病院での啓発活動は、堺市内の5つの警察署が堺市医師会と連携して行われています。清恵会病院ではポスターの掲示や、ロビーのテレビで啓発DVDの放映もあわせて行いました。

9月1日（金）、清恵会病院1階ロビーにて、堺警察署による特殊詐欺被害防止の啓発活動が行われました。堺警察署員と同署のマスクット「さかいまもる」君が来院者にチラシを配布して注意を呼びかけました。

特殊詐欺とは、オレオレ詐欺や還付金詐欺などの振り込め詐欺とそれに類似する手口のことです。被害者の大半は65歳以上だそうです。堺市内では昨年中は111件、約2億7,400万円の被害が発生しています。

Topics 「さかいまもる」君も来院者に呼びかけ 堺警察署による詐欺予防の啓発活動

## クローズアップ!

清恵会の仕事見せます

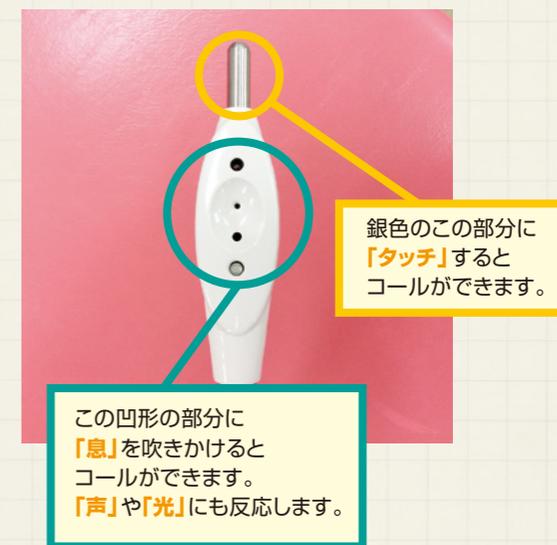


### vol.16 マルチケアコール

今回は、清恵会三宝病院の作業療法科から、ナースコールのボタンが押せない患者様に使用していただいている「マルチケアコール」という福祉用具を紹介します。

病院のベッドにしながら、何かあったときに助けを呼べないという状況は、あってはなりません。そのため病室にはナースコールが設置してありますが、**病気やけがなど、身体的な理由でナースコールのボタンが押せない場合**、作業療法士がナースコールの種類を選定・設置して、万一の事態に備えています。

清恵会三宝病院  
リハビリテーション部 作業療法科  
作業療法士 中川 真吾(左)  
作業療法士 川元 優衣(右)



マルチケアコールは「息」「声」「光」「タッチ」の4つのセンサーで反応します。



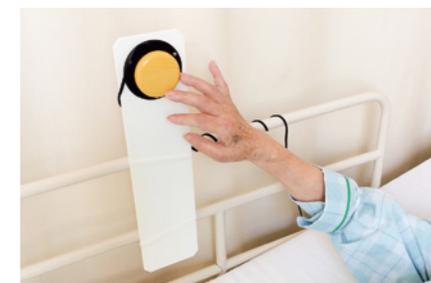
**息** プレスコール  
息を吹きかけると反応します。



**タッチ** タッチコール  
舌先や頬などのわずかな動きにも反応します。

**声** ボイスコール  
ささやき声にも反応し、感度調節もできます。

**光** 光センサーコール  
非接触で影の動きに反応します。



マルチケアコールの他にも、腕で軽く触れる程度で反応する「ソフトタッチコール」というナースコールもあります。脊髄損傷などで指先の細かい動きができない患者様に有効です。

# 清恵会グループのご紹介

## 清恵会病院

急性期機能病院

〒590-0064 堺市堺区南安井町1丁目1番1号

## 法人本部

☎ 072-223-8199(代)

## 清恵会訪問看護ステーション

訪問看護・訪問リハビリテーション

〒590-0065 堺市堺区永代町2丁目3番9号

☎ 072-232-6074

## 清恵会向陵クリニック

人工透析外来

〒590-0024 堺市堺区向陵中町6丁目2番11号

☎ 072-257-3131

清恵会グループの  
WEBサイトもご覧ください



<http://seikeikai.or.jp/>

清恵会 検索

## 清恵会三宝病院

複合型慢性期機能病院

〒590-0903 堺市堺区松屋町1丁目4番地の1

☎ 072-226-8131(代)

## さんさんデイケア三宝

通所リハビリテーション

〒590-0903 堺市堺区松屋町1丁目4番地の1

## きらきら訪問リハ三宝

訪問リハビリテーション

清恵会三宝病院 介護事業部

☎ 072-225-0066

## 清恵会医療専門学院

看護師・准看護師養成校

〒591-8031 堺市北区百舌鳥梅北町2丁目83番地

☎ 072-259-3901

## 清恵会第二医療専門学院

理学療法士・診療放射線技師養成校

〒590-0026 堺市堺区向陵西町4丁目5番9号

☎ 072-222-6226

## 患者様送迎 3ルートで運行中

清恵会病院および清恵会三宝病院へご来院・ご入院される患者様やご家族のために、3つのルートでバスを運行しております。ぜひご利用ください。

(時刻表は各病院またはホームページ等でご確認ください。)

※ご注意 車両がリフト付きではないこと、および走行中の安全確保が行えないため、車椅子でのご利用はご遠慮いただいております。ご了承の程お願い申し上げます。

