

健康生活お役立ち新聞

横浜版

2020年2月

No.44

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678

例1 右足骨折後のリハビリテーション

理学療法士・作業療法士による訓練
入院時は骨折した足の痛みと、筋力の低下によって、車椅子での病棟生活を開始。関節可動域が制限され、バランスも不安定で、着替えやトイレなどに介助を要する状態。

理学療法士
●筋力訓練
●関節可動域訓練
●バランス訓練
●歩行訓練

作業療法士
●身の回りの動作
●家事動作など
●日常生活の訓練

各専門療法士がきめ細かく担当

例2 脳梗塞後の半身まひのリハビリテーション

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士による訓練
脳梗塞で半身まひを抱え、生活動作全般に介助を要する状態。言語障害(言葉がつまり、上手く話せない)もみられる状態。

理学療法士
●まひした手足の機能訓練

作業療法士
●口腔機能のリハビリなど

言語聴覚士
●口腔機能のリハビリなど

半年間に徹底した専門別リハビリ

*症例には個人差があり、これが全てではありません。

ふれあい鶴見ホスピタル 回復期リハビリテーション病棟
鶴見区東寺尾4-4-22
☎045(586)1717

対象* ※発症後の期間に規定があります。詳しくはお問合せを。
脳血管疾患・運動器疾患(脊椎・大腿骨頸部骨折ほか)の術後および発症後や、廃用症候群などの医療保険施設基準による対象の全疾患

チーム医療を実施
ふれあい鶴見ホスピタルの「回復期リハビリテーション」科(常勤医師2名)、整形外科

病棟では、365日にわたって機能改善のためのリハビリを提供しています。脳神経外科(同)、神経内科、リハビリテーション科の各医師をはじめ、同院には多くのリハビリ療法士(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)が、

取材協力／ふれあい鶴見ホスピタル「回復期リハビリテーション病棟」 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が 専門リハビリで復帰を支援

ふれあい鶴見ホスピタルの「回復期リハビリテーション病棟」は、2病棟で全102床の設置があります。運動器疾患や脳血管疾患など、回復期リハビリテーション病棟の対象疾患の全てに対応しています。

療士・言語聴覚士)や、社会福祉士などが所属し、チーム医療で患者の早期回復に向けたサポートをしています。

透析治療中でも入院可能
さらに同院の回復期リハビリテーション病棟では、人工透析治療にも対応しています。透析治療中にけがや病気でリハビリテーションのため入院が必要になったとしても、同院であれば他院で透析治療を受けることなく、リハビリと並行して透析治療もできます。外来透析(送迎あり)があるので、退院後も継続して治療を受けられます。

ふれあい鶴見ホスピタルの回復期リハビリテーション病棟についてのお問い合わせや病棟の詳細は、同院☎045・586・1717へ直接ご連絡ください。

康心会汐見台病院

— 整形外科・外来診療表 —

	月	火	水	木	金	土
午前	●	●	●	●	●	●
午後	●	●	●	●	●	—

整形外科 専門医
宮原真 医師 整形外科部長
森田守 医師 整形外科科長

Access
京急本線 京浜東北線 汐見台駅前
無料シャトルバス 運行中!
☎045-761-3581 磯子区汐見台1-6-5

康心会汐見台病院の整形外科では、手足の機能障害をはじめとする幅広い治療を行っています。同院の診療体制を紹介します。

◇◇◇◇◇ 康心会汐見台病院の整形外科では、手足の機能障害をはじめとする幅広い治療を行っています。同院の診療体制を紹介します。◇◇◇◇◇

同院には、整形外科専門医師(2名)と非常勤医師(4名)が所属し、月々土曜日の全ての日に外来診療を実施。丁寧な問診や、専門技師による検査などから、総合的に診断し、治療を行なっています。

■治療内容
四肢の痛み・機能障害／スポーツ障害／交通事故による身体障害／骨折(労働災害含む)／変形性膝関節症／変形性脊椎症／骨粗鬆症／関節リウマチ／痛風など

多職種が連携して手術
特に手術では、持病を抱えている高齢患者であっても、担当の整形外科医は、同院所属の麻酔科医や内科医と積極的に連携し、オペを実施。術後は専門リハビリ療法士(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)のほか、栄養士なども関わり、手術患者が一日でも早く社会復帰できるように、スタッフ一同で取り組んでいる様子が印象的です。

医学講座 参加無料

日時 **2月26日(水) 14:00から**
会場 **康心会汐見台病院 地下2階 会議室**
講師 **川田 博 医師** 康心会汐見台病院 内科

たかが咳、されど咳、咳にはご用心! ～肺がんや喘息について～(仮)

誰でも不意に出る「咳」。特に年齢を重ねると出やすくなり、呼吸器の病気の症状であっても、日常生活では見過ごされてしまうこともあります。咳の症状をもつ病気「肺がん」「喘息」などを解説します。

※医師の都合により、開催日・題名などが変わる場合がございます。変更になった場合は、当院ホームページでお知らせいたします。

毎月開催 次回の予定は…
医療の専門スタッフ 3月下旬に開催



アクセス
JR磯子駅、京急磯子駅よりバスで「汐見台駅前」バス停下車徒歩2分
康心会汐見台病院
☎045-761-3581(代表)
横浜市磯子区汐見台1-6-5

回復期リハビリテーション病棟の主な対象疾患

脳血管疾患、脊髄損傷、頭部外傷、くも膜下出血のシャント術後、脳腫瘍、脳炎、急性脳症、脊髄炎、多発性神経炎、多発性硬化症、腕神経叢損傷等の発症、または手術後、義肢装着訓練を要する状態

高次脳機能障害をともなった重症脳血管障害、重度の頸髄損傷、および頭部外傷を含む多部位外傷

大腿骨、骨盤、脊椎、股関節、もしくは膝関節の骨折、または二股以上の多発骨折の発症後、または手術後の状態

外科手術または肺炎などの治療時の安静により、廃用症候群を有しており、手術後または発症後の状態

大腿骨、骨盤、脊椎、股関節、または膝関節の神経、筋または靭帯損傷後の状態

股関節または膝関節の置換術後の状態

参照:厚労省資料・回復期リハビリテーション病棟協会資料など

手術後に、早い時期から集中的なリハビリテーションを受けることは、日常生活動作の自立度を高めるためにとって有効で、早期退院につながると考えられています。

また、軽度・中等度の認知症に対しても、集中的・多角的なリハビリテーションを実施することの有効性が指摘されています。

術後6カ月で差が
例えば、足のつけ根の骨折(大腿骨頸部骨折など)では、手術後6カ月の間のリハビリテーションの重要性が示されています(日本整形外科学会のガイドラインなどの資料による)。さらにリハビリテーションを開始してから3〜6カ月間で、疼痛の軽減や、足の柔軟性と筋力の向上に

回復期のリハビリテーションを専門的に行なうための病棟が「回復期リハビリテーション病棟」であり、ここでは集中的なリハビリテーションによって、術前に近い状態での退院を目指します。リハビリ訓練の内容によっても、手術後4カ月〜1年の活動性や歩行能力に差が出てくると考えられています。

術後早期からリハビリを実施する重要性

太ももの骨のけがや、脳の血管の病気など、大きな手術を受けた後は日常生活の動作に支障が出ることも多く、身体機能を回復するためのリハビリが必須になります。今、病院にはその専門病棟もあります。

術後早期からリハビリを実施する重要性
術前に杖歩行であったなら術後は「歩行器歩行」になる可能性が高く、専門的なリハビリテーションを受けることは必須であるといっても過言ではありません。

体重の多くを支えている「膝」。長年使い続けてきたことや加齢によって、軟骨がすり減り、強い痛みが生じる病気に「変形性膝関節症」があります。

原因は一つに絞れません
膝は、人間の部位の中でも体重の負担がとて大きく、予防には体重を増やさないようにすることが大切です。また、膝周囲の筋力もしっかり保持することも必要です。膝への直接的な負担は、主に加齢や肥満のほか、外傷などが関与しているケースがほとんどです。

その痛み、「変形性膝関節症」かも?
負担軽減だけでなく、膝に関わる身体機能についても考えていくことが有効です。

▼症状
歩行を始めた最初の数歩や、椅子から立ち上がった時に起きる痛みが特徴的で、病気が進行すると、痛みは強くなります。

ふれあい鶴見ホスピタル 脳神経外科
講師 土屋 喜照 医師
会場 ふれあい鶴見ホスピタル 1階 会議室
アクセス JR(京浜東北線) 新子安駅より無料シャトルバス(約5分)
お問合せ 045-586-1717(代表) 横浜市鶴見区東寺尾4-4-22

康心会汐見台病院・整形外科(取材協力)

“オーダーメイド”の診療でリハビリまで

変形性膝関節症
軟骨がすり減り骨がぶつかる

膝は、人間の部位の中でも体重の負担がとて大きく、予防には体重を増やさないようにすることが大切です。また、膝周囲の筋力もしっかり保持することも必要です。膝への直接的な負担は、主に加齢や肥満のほか、外傷などが関与しているケースがほとんどです。

その痛み、「変形性膝関節症」かも?
負担軽減だけでなく、膝に関わる身体機能についても考えていくことが有効です。

▼症状
歩行を始めた最初の数歩や、椅子から立ち上がった時に起きる痛みが特徴的で、病気が進行すると、痛みは強くなります。

医学講座 参加無料
日時 **2月27日(木) 13:00から**
会場 **ふれあい鶴見ホスピタル 1階 会議室**
講師 **土屋 喜照 医師** 康心会汐見台病院 脳神経外科
誰にでも起こりうる脳梗塞の予防法～知っておきたい予防法について～(仮)
脳の血管が詰まってしまう「脳梗塞」は、誰にでも発症する可能性がある病気です。だからこそ予防法を知り、日ごろから実行することが大切です。医師が丁寧にお話しますので、是非ご参加ください!
次回予告 **3月25日(水)13:00から開催**
「高齢者のリハビリテーション」(仮)
～一緒に身体を動かしませんか?～
講師 リハビリテーション科 高塚 博 医師

ふれあい鶴見ホスピタル
講師 土屋 喜照 医師
会場 ふれあい鶴見ホスピタル 1階 会議室
アクセス JR(京浜東北線) 新子安駅より無料シャトルバス(約5分)
お問合せ 045-586-1717(代表) 横浜市鶴見区東寺尾4-4-22

ふれあい横浜ホスピタル・通所リハビリテーション

病院のリハビリと楽しいレクリエーションで
心身ともに健康へ

地域病院・ふれあい横浜ホスピタルには「通所リハビリテーション」があります。担当リーダーである長濱友三恵さんが、同院のリハビリプログラムの特徴をお話してくれました。



優しく寄り添う長濱さん(上)

（長濱リーダー）「ふれあい横浜ホスピタルの『通所リハビリテーション』では、要介護1～5、もしくは要支援1～2の認定を受けた方に、心身の維持・向上を目的とするリハビリを行なっています。週1～4日の頻度で通われるご利用者さまに対し、様々なプログラムを考案し、効果的な内容を提供しております。ご利用者さまは、ご自身でのご来院が困難な方がほとんどですので、当院では、ご自宅との間の送迎サービスを実施しております。送迎範囲は中区が中心ですが、個別の対応も可能ですので、ご遠慮なくご相談ください」



送迎車は車椅子対応が可能

各種イベントも充実

（続く）「ご利用時間は、10時から16時です。身体機能の訓練（個別リハビリテーション）だけでなく、みんなで一緒に行なう体操や、レクリエーションなどの楽しい内容も織り込んでいます。誕生日会や季節行事、ボランティアの合唱会など、1年を通して『通うのが楽しい』『生き生きと元気になる』と感じていただけるような快適な空間を提

供するために、スタッフ一同で日々頑張っております。なお最近では、理学療法士（リハビリの国家資格保有者）が特に転倒予防に重点をおいたプログラムを、ご利用者さまお一人おひとりに合わせて組んでおります。

当院の充実したリハビリと楽しいレクリエーションで、心も体もより健康に、そして生きがいをもって過ごしていただけるように、サービスを提供しております。ご興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。〈取材協力〉

ふれあい横浜ホスピタル 中區万代町2-3-3 ☎045-681-5101

Vol.6

病院 通所リハ 高齢者施設 ちよっとのぞいてみました

病院が提供している通所リハビリテーションなので、国家資格をもつ理学療法士などが、効果的なプログラムを考案しています。



近年は高齢者の転倒によるけが（大腿骨骨折など）が増えていることから、従来の内容に加えて転倒予防に重点をおいてプログラムを組んでいます。

ご希望の場合、入浴も可能です。他の内容についても、個別の対応ができるものがありますので、お気軽にお問い合わせください。

ふれあい横浜ホスピタルでは、通所リハビリテーションの利用者を募集しています。施設の見学や詳細・リハビリの具体的な相談などは直接、ふれあい横浜ホスピタルにお問合せください。

腎臓治療の真髄を極め

透析導入から管理まで一貫対応

〇…東京大学医学部を卒業 執刀してきました。「特に印象に残っているのは、30年程前（消化器系の専門）へ進み、東京大学医学部前に担当した『腎臓移植』で、附属病院や虎の門病院などで、3歳の小児から臓器提供

があり、32歳の女性に移植手術を行ないました。治療の成果があり、順調に回復されて今でも毎年、年賀状をいただ

きます。そこには腎機能の数値も記されているので、健康状態をうかがい知ることができ、とても嬉しいですね。〇…医学生時代、「機械ではできない仕事を」と考え、外科分野を深めた井上医師。オペ技術を磨き、腎臓移植でも担当してきたからこそ、人工透析の本質を見極めてい

ます。「人工透析は、生命維持のために行なう治療です。その治療を受ける人間は、『生き物』なので常に変化を続け、そしてあなたという生命体は、この世に1人だけ。それを理解して、治療に向き合い、取り組んでいただけるようにサポートしています。当院は、透析スタッフの穿刺（針を刺すこと）技術がとても高く、安心感ある現場です。これからも治療に尽力していきます」と力強く語りました。

この「人」に聞く



井上 純雄 医師

（いのうえ すみお）

ふれあい東戸塚ホスピタル 副院長
【腎臓・人工透析内科】医学博士
日本外科学会 専門医
日本超音波医学会 専門医

「透析治療では、実は血管の管理がとても重要です。当院では、人工透析を始めるにあたって必要な血管を縫い合わせる『シャント造設』や、その血管が狭くなった場合の処置である『PTA』など、外科的な対応を含めて一つの病院内で透析に関する内容を完結

ナーシングローズヴィラ鎌倉

豊富なりハビリと専門評価で
身体機能を維持・向上

1日1組限定の見学会を開催



季節のイベントも豊富な同ホーム

医療系の専門スタッフがいると、心強いですね。（施設スタッフ）「当ホームには、グループ病院からリハビリの国家資格をもつ理学療法士も定期的に来館し、ご利用者さまそれぞれのご希望に合わせた『個別リハビリ』や、みんなで一緒に楽しみながら行なう『集団リハビリ』を実施し、効果的な内容を提供しております」

入居対象者と、ホームの場所を教えてください。（施設スタッフ）「おおむね65歳以上であれば『自立』から『要介護5』の方までご入居いただけます。個室のほか、ご夫婦や姉妹で入居できるお部屋も用意しております。最寄駅は、湘南モノレールで大船駅から2駅目の「湘南町屋駅」。古都・鎌倉ならではの風情ある環境です。2月11日（火）から見学会を開催しますので、ご興味のある方は是非お越しください。」

お話、ありがとうございます。当ホームでは看護士が常駐していますので、起床から歯みがき、食事、歩行、就寝に至るまで、あらゆる生活動作を随時評価し、お一人おひとりに合わせた適度な介助を行なう『生活リハビリ』を提供しています。無理のない範囲で、ご入居者さまご自身でできる動作は、お一人で行なうことを尊重して、過介護を防ぎ、身体機能の維持・向上を図っています」

ナーシングローズヴィラ鎌倉

見学会を開催

2/11(火)祝～24(月)祝

各日13:00から(時間は応相談)

三菱電機特機システム

MAP

富士塚小学校

老健がまくら

湘南モノレール

湘南江の島駅

大船駅

*現在、空室2部屋あり(1人用18.62㎡、2人入居可能35.64㎡)

見学会 申込み 問合せ ☎0467-42-8666

医療と介護のW安心感でシニアライフを満喫——。

[住宅型有料老人ホーム]シニアホテル東戸塚サウスウイング

注目1 万全な医療連携

医療グループに属する老人ホームのため、連携医療機関が多くあります。特に「ふれあい東戸塚ホスピタル」とは、24時間365日の連携サポートを確立しています。



サウスウイング エントランス

注目2 周囲に介護施設が密集

住宅型で多く心配されているのが、将来の介護サービスについてですが、当ホームは手厚い介護が必要になっても転居の必要はなく、原則として入居時のお部屋でお過ごしいただけます。

自宅で介護サービスを受けるのと同様に、介護保険の自己負担分(1～3割)を使用し、介護サービスを受けることができます。

ホーム周辺は、ケアマネ・訪問看護・訪問介護・通所リハビリ・デイサービス・福祉用具レンタルなどの施設や事業所が集中しているエリアです。

注目3 十分な広さを確保した居室

100室設置している「タイプA」は、かなり広めな24.8㎡。人気の高い「夫婦部屋」もあります。全居室に、浴室・トイレを完備し、各フロアには「多目的ルーム」をご用意。囲碁・将棋やカラオケなどの娯楽の場にも活用されています。

月額利用料(食費込) 22万5,349円～ 前払金 1,700万円～ タイプA(24.8㎡)

注目4 専門スタッフのケア

介護士 ホームに常駐し、緊急時・夜間を含めた24時間の介護サービスを提供

看護師 ホーム専属なので、健康相談・薬管理・通院付き添いなどに随時対応

理学療法士 ふれあい東戸塚ホスピタルの所属スタッフが来館し、週3回体操を実施(参加無料)

専門スタッフが見守るので、フラダンス教室も車椅子で楽しく参加

実際にご自身の目で
ご覧ください！

早春の昼食付見学会

開催日 2/15(土)～24(月)祝 3/7(土)～15(日)

●参加無料、事前申込制です
●当日ホームで提供している昼食を召し上がっていただきます
●希望時間をお伝えください(時間によって見学のみの場合もあります)

昼食例 ▲

シニアホテル東戸塚 サウスウイング

横浜市戸塚区上品濃16-15



交通アクセス

電車 JR横須賀線「東戸塚駅」西口から無料シャトルバス5分(西口からホームまで徒歩では15分)

バス 横浜新道「川上IC」または「今井IC」から5分(無料駐車場あり)

見学申込み ▶ どなたでもご参加可能!
入居対象 ▶ 65歳以上のすべての方

資料請求、無料!!

フリーダイヤル ☎0120-35-2240

詳しくはホームページをチェック!

シニアホテル東戸塚サウスウイング 検索

【施設概要】土地・建物の権利形態:通常借家契約・自動更新条項あり(契約期間:2037年7月9日迄)/敷地面積:6605.51㎡/延床面積:7515.79㎡(うち有料老人ホーム5422.14㎡・鉄筋コンクリート造・地上7階建)/住居の権利形態:利用権方式(返還金制度あり)/開設日:2007年10月1日/5室募集(全112室)/入居一時金:1,700万円～3,200万円(1人)/管理費:163,429円～230,476円(1人)/食費:1日3食30日の場合(90食分)61,920円/入居資格:65歳以上の自立または要支援・要介護/事業主:(有) 湘南ふれあいの園/広告有効期限:2020年4月6日

今春オープン

ふれあい鎌倉ホスピタル

4月1日、全棟リニューアル開院

工事が終わり、ついに竣工

鎌倉駅西口から「御成通り」を進み、右折した通りにある病院「ふれあい鎌倉ホスピタル」。建て替え工事が終了し、診療科目や病床を増やして機能を充実させ、今春に新築オープンします。

■■■■■■■■■■

築60年を経過したことによる老朽化と、災害時の耐震性強化に対応するため、新築に建て替え工事を行なったきた「ふれあい鎌倉ホスピタル」が竣工し、この春にオープンします。JR鎌倉駅西口から徒歩3分に位置し、建て替え前の旧病院と同じ敷地であり、鎌倉市の海岸エリアの救急拠点病院としての機能を充実させています。

人工透析やリハビリも

新病院は、地上4階建ての清潔感ある建物で、1階には外来の診療室や検査室、「リハビリテーションセンター」などがそろうています。

外来の診療科目は、旧病院で設置されていたものに、腎臓内科（人工透析治療）やリハビリテーション科など、現代の日本の医療に必要な高度

全156床に増床



新しく建て替えられた「ふれあい鎌倉ホスピタル」=2020年1月初め撮影

病床も増えます。旧病院から44床も増床し、2・3階の入院病棟には、全156床を確保。病床の構成は、一般病棟に58床、回復期リハビリテーション病棟に48床、障害者施設等一般病棟は50床と

なっています。この病床展開は、日本において複雑・多様化している医療ニーズに対応するための体制です。高齢人口の増加によつて増え続けている「脳梗塞」「脳出血」などの脳血管疾患や、「大腿骨骨折」などの整形外科疾患のほか、人工呼吸器を装着しているといった医療依存度の高い患者を含めて、積極的に幅広く受け入れできる環境を準備しています。最上階の4階には「透析センター」が設置されるので、糖尿病などが起因する「慢性腎不全」による人工透析患者の入院治療も可能です。

「救急拠点病院」に指定

救急病床も設置されるので、これまでの指定である「二次救急」よりも、さらに救急搬送に対応できる「救急拠点病院」として、24時間365日にわたって地域医療に貢献していくことになります。

新病院スタッフより

「今後、近隣住民の方々と、関係各所に向けた内覧会を予定しております（3月頃）。竣工式や懇親会も実施する予定です（同日開催の予定）。

ふれあい鎌倉ホスピタルより 新病院についてのお知らせ

全棟完全建替え工事を行なつてまいりました地域病院「ふれあい鎌倉ホスピタル」は、今年2月に竣工し、4月1日にリニューアルオープンとなります。

- 外来診療13科目を開設
- 多種病床を設置、156床に増床
- 最先端機器（MRI・CT・X線・マンモグラフィー等）を導入
- 「透析センター」「リハビリテーションセンター」を新設

診療科目（全13科目）

- 総合診療科（内科）
- 循環器内科
- 呼吸器内科
- 神経内科
- 腎臓内科
- 消化器外科
- 外科
- 乳腺外科
- 肛門外科
- 整形外科
- 脳神経外科
- 放射線科
- リハビリテーション科

当院についてのお問合せは鎌倉ホスピタル開設準備室（TEL:0467-59-5071）、開院までの治療はふれあい鎌倉クリニック（当院向かい）で対応しております。

高校1・2年対象の職業説明会

茅ヶ崎看護専門学校

茅ヶ崎看護専門学校では、来年（2021年）以降の入学となる現高校1・2年生やその保護者を対象としたイベント「ちが看フェスタ」を開催します。日時は3月27日（金）13時から16時まで。参加希望者は同校へ申し込みを。当日は、「看護師」という職業の内容や、看護師になるための心構え（看護学校の内容について）を解説。「看護師って大変？」「看護師に向いているタイプってあるの？」など、多く寄せられている素朴な疑問に答えます。なお同校では、今年度最後の入試を3月3日（火）に実施します（一般入試）。是非、ご応募ください。

増員急務！質の高い「ST」を養成

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校は、リハビリ療法士（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）の養成校です。国家試験の高い合格率と就職率100%を誇る同校の「言語聴覚学科」を紹介します。「言語聴覚士（ST）」とは、病気や障害によつて、話す／聞く／食べるという動作に障害がある人を対象に、専門的なリハビリを実施する療法士です。具体的なりハビリ対象者は、脳卒中が原因の失語症患者や、言語機能の発達が遅れている小児、摂食障害を抱えている人など幅広く、その人らしい生活を送れるように、訓練や指導を行ないます。日本では高齢者の増加にもない「老人性難聴」や「嚥下障害」に悩む人が増え、言語聴覚士の増員は急務です。今後、日本の医療・介護業界で、言語聴覚士のさらなる活躍が期待されています。

連携校の「学び」に園児も貢献

認定こども園みどり幼稚園

「学校法人湘南ふれあい学園」では、傘下の各種学校が連携し、専門性を深めるために、実際の現場で得られる貴重な「学び」に積極的に取り組んでいます。同法人の認定こども園みどり幼稚園では、湘南医療大学（看護学科）や茅ヶ崎看護専門学校、茅ヶ崎リハビリテーション専門学校（言語聴覚学科）の「統合実習」「公衆衛生看護実習」などの場を提供しています。各級の学生は、複数のクラスをまたいで園児と接することで、年齢による成長の変化や言語発達の違いなどを体験。小児理解や環境・生活面での安全性を現場で学び、座学授業を深化させています。

言語聴覚士（ST）とは…

病気や障害で、「話す」「聞く」「食べる」の動作がうまくできない方に特化したリハビリ訓練や指導を行なう専門療法士。超高齢社会となっている現代の日本においては、「脳卒中からの失語症」や「老人性難聴」、「嚥下障害」を抱える高齢者の増加で、専門的なリハビリが求められる中、「言語聴覚士」として働くスペシャリストの数はまだ少なく、茅ヶ崎リハビリテーション専門学校では、社会に必要とされる「プロ」の言語聴覚士を育成しています。

個別相談、受付中！

当校へお気軽にお電話ください。教職員が丁寧に対応いたします。

理学療法学科 / 作業療法学科 / 言語聴覚学科
茅ヶ崎リハビリテーション専門学校
茅ヶ崎市南湖1-6-11（茅ヶ崎駅徒歩18分）
☎0467-88-6611
http://www.crc.ac.jp



現・高校1～2年生向け
職業理解型説明会
ちが看フェスタ
3/27（金）13:00～16:00

「ドラマのような看護の世界は、本当にあるの？」「看護師って大変？」「どんなタイプが看護師に向いているの？」など素朴な疑問から、看護師になるためのいろはをお伝えします。入試の準備になる内容もたくさん用意しておりますので、是非ご参加へ！多くのご来場をお待ちしております！！

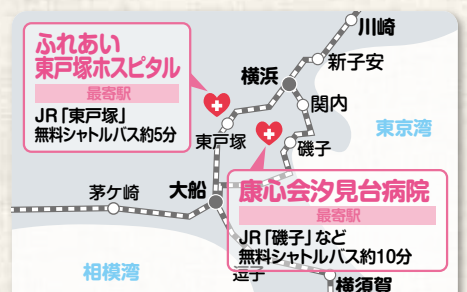
今年度ラストの入学試験！
一般入試 3 / 3 火
詳しくはこちらから

茅ヶ崎看護専門学校
茅ヶ崎市今宿390
（バス停「辻東」徒歩5分）
☎0467-86-6011
http://www.chigakan.ac.jp



看護体験募集のお知らせ

ピン！と感じる
将来に出会うために
～学生さんが主人公です～



対象：中学生・高校生 | 看護師・PT・OT・STの体験

医療法人社団 康心会
康心会汐見台病院
横浜市磯子区汐見台1-6-5

看護師・PT（理学療法士）・OT（作業療法士）・ST（言語聴覚士）の仕事を実験できる「一日体験」の参加者を毎月募集しています。康心会汐見台病院では、ご希望の体験ができます。他院で「看護体験」などをした方でも、新鮮味のある体験ができるかも!?是非、ご応募を！
（注）医療現場のため、治療その他を優先し、全てができるとは限りません。

過去実施した体験内容

- 血圧測定
- シーツ交換
- 車椅子介助
- ストレッチャーの乗車体験
- 食事配膳体験
- 入院生活のケア援助体験
- 病棟（小児科、産婦人科など）見学

白衣に着替えて
記念撮影も！



問合せ・申込 ☎045-761-3581
shiomidai@fureai-g.or.jp

対象：中学生（高校生も可） | 看護師・リハビリテーションセラピストの体験

医療法人社団 健鈴会
ふれあい東戸塚ホスピタル
横浜市戸塚区上品濃16-8

看護師やセラピスト（リハビリ療法士）を、本物の医療現場で模擬体験！
近隣に老健・老人ホーム・医療大学が並び立つ
「医療都市」の上品濃で、充実した体験を！



問合せ・申込 ☎045-827-2637
ht-hosp@fureai-g.or.jp

健康生活お役立ち新聞

横浜版

2020年2月

No.44

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678

知ってビックリ!こんなにある「肺炎」

肺炎の症状は、発熱や咳、痰などの風邪によく似たものがほとんどです。しかし、風邪は「鼻や喉の炎症」であるのに対し、肺炎は「肺の中の炎症」であることに大きな違いがあります。肺は「呼吸器」なので、息苦しさ／呼吸が速まる／呼吸困難などを引き起こすことも、その特徴がわかるでしょう。

日本では、肺炎の年間死亡数が約10万人（2018年厚労省資料）に及び、特に65歳以上における肺炎の約7割は「誤嚥性肺炎」です。この肺炎は、早期に発見して治療すれば改善が可能であり、さらに予防もできる病気です。肺炎は風邪に似ていながら、死因になり得る非常に危険な病気なので、種類と特徴を知っておきましょう。

■誤嚥性肺炎
誤嚥による菌の侵入で肺が炎症。高齢者に多い。

こんな症状は注意!
●食べる量が減った ●食事に時間がかかる
●水分を含む食事を避けるようになった
●食後の痰の中に食べた物がある
●食後に疲れが見られる など

■肺炎球菌性肺炎
肺炎球菌に感染して発症。小児の鼻や喉に存在する菌の飛沫感染で拡大化。

■マイコプラズマ肺炎
ほかの肺炎と比べて発熱よりも激しい咳が特徴。集団感染を招きやすい。

■ウイルス肺炎
麻疹ウイルス(はしか)肺炎で有名。統計上は1000人に1人が死亡。

■レジオネラ肺炎
進行が早く重症化しやすい。温泉や土からの感染が多い。

主な肺炎の種類

■誤嚥性肺炎

食べ物や唾液などが誤って気管に入ることを「誤嚥」といいます。誤嚥は飲み込む力や吐き出す力が衰えた高齢者に起こりやすく、なんとなく元気がない／食欲がない／喉がゴロゴロ鳴る／寝ていて急に咳き込むことなどが該当し、菌が侵入して肺炎を起こします。高齢者に多いからこそ、発見目安の一つである体重・尿量の減少などから認識することが難しい側面もあり、注意が必要な肺炎です。

■肺炎球菌性肺炎

「肺炎球菌」という細菌に感染して発症します。この細菌は主に小児の鼻や喉に存在し、咳やくしゃみで飛び散ることが多いです。

■レジオネラ肺炎

温泉や土などから感染し、進行が早く、重症化しやすい特徴があります。レジオネラは39℃の温度と高温を好む性質をもち、浴槽の湯船やその設備・環境の衛生管理が不十分な入浴施設などで発生することが多いです。

■マイコプラズマ肺炎

激しい咳が特徴です。学校や職場での集団感染を起こしやすい肺炎の種類です。

■ウイルス肺炎

麻疹ウイルス(はしか)肺炎が有名で、かつては死亡率が高かったとして知られていました。医療が進んだ現代でも、1千人に1人は亡くなる統計が出ています。

今の時代に特有の出産リスクを考える



現代はライフスタイルの多様化によって、女性が目覚ましい活躍を遂げています。そして、晩婚化や医学の進歩、健康意識の向上などによって、出産年齢が上昇しています。しかしこれは、新たなリスクが深く関係してきます。より不安定になりやすい出産は新しい生命の誕生という喜ばしいことです。「何事もなく生まれて当たり前」という考えが定着しています。が、出産年齢の高齢化のほかに、妊娠以前から持病を抱えた女性でも妊娠できることや、妊娠合併症、情報の氾濫による分娩そのものの不安、子育てに向けた準備不足など、身体的だけでなく精神的にも不安定になりやすいのが現代の特徴です。特に「周産期」といわれる時期は、母子ともに安全・安心な心身状態を保つことが大切です。もちろん、その後の子育てのフォローも必須でしょう。妊婦健診にしっかりと通うことや、妊娠中から出産、子育てまでのサポート環境をよく考え、分娩病院を選ぶことが重要視されています。

ふれあい横浜ホスピタル 妊娠から育児まで助産師が徹底サポート

ふれあい横浜ホスピタルは、妊娠から出産後の子育てに関するケアまでを行なっている病院です。産婦人科スタッフ(助産師)のお話を紹介します。

(同院助産師)「当院の産婦人科では、数年前から始まった産後の『2週間健診』を機に、育児指導のさらなる充実化を図ってきました。『ママが安心して子どもと向き合える』をモットーに、入院中の育児指導と退院後の育児相談以外にも、電話での相談に対応したり、母乳外来

の設置などに力を入れてきました。退院時には『これだよな』ではないので、今後も遠慮なくお頼りください。『いつでも相談に来てください』とお声掛けしています。帰られるママから『また相談のつてください』とお言葉と笑顔を見ることができるとは、助産師冥利につきます。

ふれあい横浜ホスピタル

ふれあい育児相談室のお知らせ

乳腺炎のご相談のほか、育児の不安、離乳食の内容、卒乳についてなど、お悩み事をサポートし、ママを応援します!!

開催日 毎週火・水・木曜日 ※祝日除く
開始時間 9:30/10:30/11:30/14:00
会場 ふれあい横浜ホスピタル8階
中区万代町2-3-3 関内駅徒歩3分
持ち物 母子手帳、フェイスタオル2枚
対象 育児中のママと赤ちゃん
申込み 完全予約制

予約受付 ☎045-681-5101
月~土 14:00~17:00
【育児相談】1000円
【母乳相談】当院で出産の方 3000円
他院で出産の方 4000円

医学講座 参加無料

日時 2月26日(水) 14:00から
会場 ふれあい横浜ホスピタル 2階 会議室

講師 ふれあい横浜ホスピタル
通所リハビリテーション担当
長濱 友三恵 リーダー

健康いきいき、通所リハビリ~今ある力を伸ばす通所活用塾!!2~

「通所リハビリテーション」では、国家資格をもつスタッフ(理学療法士や介護福祉士など)が、ご利用者さまの身体機能向上のために個別リハビリやレクリエーションなどを実施し、様々な面から心身の回復と維持を目指しています。現場のスタッフが通所の活用法を紹介します。



次回予告 3月25日(水)に開催予定
講師 赤羽伸一「お薬を知ろう 正しい服薬 ~正しい薬とのつきあいかた~」

アクセス JR関内駅南口徒歩3分、横浜市営地下鉄伊勢佐木長者町駅徒歩3分
お問合せ ふれあい横浜ホスピタル ☎045-681-5101(代表)
横浜市中区万代町2-3-3

医学講座 参加無料

日時 2月27日(木) 13:30から
会場 ふれあい東戸塚ホスピタル 2階 会議室

講師 ふれあい東戸塚ホスピタル
腎臓・人工透析内科
井上 純雄 副院長

怖い感染症から身を守るには!?~古くて新しい予防法教えます~

寒くて乾燥する冬は、感染症が最も活発になります。感染症はご自身だけでなく、家族・友人・職場など周囲を巻き込んでしまう危険性があります。感染症の対策で大事な予防法・ワクチンについて、当院の医師がわかりやすく説明します。



次回予告 3月26日(木)13:30から開催
講師 リハビリテーション科 伊藤雅泰 理学療法士 「膝の痛みを和らげるには!」

アクセス JR東戸塚駅西口より無料シャトルバス(13時00分、15分、30分)
お問合せ ふれあい東戸塚ホスピタル ☎045-827-2637(代表)
横浜市中区上り品濃16-8