

# まき 倶楽部

2021  
秋  
Autumn



トピックス

東京オリンピック・  
パラリンピックに参加して/  
牧整形外科病院

vol.127

## 牧整形外科病院リハビリテーション科職員



### INDEX

- ◎リハビリテーション科の紹介／牧整形外科病院
- ◎骨量を定期的に測定しましょう ～X線骨密度測定装置 B-Cube～／牧病院
- ◎大規模災害に備えて ～コロナ禍で行った災害訓練～／牧リハビリテーション病院
- ◎リハビリ会議をご存知ですか？／牧老人保健施設 通所リハビリテーション
- ◎「床ずれ防止用マットレスの使用方法」～研修を終えて～／牧ヘルパーステーション

# 東京オリンピック・パラリンピックに参加して

整形外科部長 杉本 武(すぎもと たけし)



今回東京オリンピック・パラリンピック2020に医療者として、いくつかの場面に参加する機会を得たので報告したいと思います。

一つ目は自転車競技のマウンテンバイク競技会場での選手側医療の統括医師としての役割です。マウンテンバイクはその競技会場が広く、また危険箇所も多いため8か所のメディカルスタッフ待機場所が設けられました。医師・看護師・理学療法士がチームを組んで対応するのですが、延べ60名以上の参加者を統括する経験から得られることは沢山ありました。



参加したメディカルスタッフ

この統括業務は2018年から3年かけて準備してきました。苦労もありましたが、全て終わった時にはスタッフみんなが同じ方向を目指して協力していく姿を見て、「心の中に新鮮な風が吹いたような感覚」があり、貴重な時間を過ごせたと思えました。「より良い医療を提供する」という目標を、フィールドで達成することに向かって協力・努力する一体感は素晴らしいものであったと感じました。

二つ目は東京の選手村にある総合診療所・整形外科部門における診療です。普段の病院での診療との最大の違いは「受診者のほとんどがオリンピック選手」ということです(時々コーチやスタッフも受診します)。競技中に怪我をした場合は受傷内容も激しいものが多く、あまり出会うことのない怪我也いくつか診療し、良い経験となりました。また、いくつかの国はドクターも一緒に来院され、選手の怪我について議論することができ、有意義な時間が過ごせたと思えます。



選手村内にある各診療所



選手村



総合診療所にて

ただ、1日中英語で会話していると普段使わない筋肉を使っているのか、緊張していたのか、口のまわりや首の筋肉が疲れてしまうという不思議な経験もありました。

オリンピックという、スポーツでは最大のイベントにおいて「競技現場」と「後方総合医療サービス」の両方を経験することができ、その全てが今後も「スポーツに関わる医師」としての「肥し」になったと確信しています。

## 診療体制変更のお知らせ

**令和3年10月1日**より土曜日(祝日除く)の外来診療が**隔週で休診**となりますのでお知らせ致します。当院の診療体制変更に伴い、患者さんにはご不便をおかけしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。尚、急遽休診日の変更が生じる場合は、院内掲示・病院ホームページ(お知らせ欄)等でお知らせ致します。

|      |        |       |        |
|------|--------|-------|--------|
| 【現在】 | 毎週 土曜日 | 午前診 ○ | 午後診 休診 |
|------|--------|-------|--------|

### 【令和3年10月1日より】

|        |     |        |        |
|--------|-----|--------|--------|
| 第2・4   | 土曜日 | 午前診 ○  | 午後診 休診 |
| 第1・3・5 | 土曜日 | 午前診 休診 | 午後診 休診 |

# リハビリテーション科の紹介

リハビリテーション科 科長 安田 真幸 (やすだ まさゆき)

牧整形外科病院リハビリテーション科は、2018年3月に当院が開院した時点では7人のセラピストでスタートしましたが、現在では事務員、リハビリ補助スタッフ含め計38人の大所帯となりました。

当科では、入院中のリハビリ・外来通院のリハビリ・スポーツ外部活動の3部門が大きな柱となり、患者さんのニーズに合ったリハビリの提供に日々取り組んでいます。

まず入院リハビリでは、手術前・術後翌日、時には手術日からリハビリを開始し、出来るだけ早く患者さんそれぞれの生活に戻れるよう、他職種と連携を取りリハビリを行っています。

そして外来リハビリでは、個別リハビリに加え衝撃波、超音波や低周波など最新機器も組み合わせ、質の高い治療効果を目指しています。



明るい光が  
差し込む  
リハビリ室



当院自慢の  
最新機

## 提携学校・企業

大阪工業大学  
硬式野球部



大阪桐蔭高校  
硬式野球部



ミキハウス  
社会人野球部



兵庫医療大学  
アメフト部



芦屋高校  
硬式野球部



## トータルケア（デルタアプローチ）



最後にスポーツ外部活動では、牧整形外科病院が学校や企業と提携し、担当理学療法士が架け橋となることで選手のケガ予防、アクシデント対応、スムーズな競技復帰などトータルのサポートしています。

万里一空、すべての患者さんがそれぞれの目標に一步でも早く近づけるようスタッフ一同、引き続き努力していきたいと思ひます。

スポーツ班の  
Instagram

スポーツ提携、外部講習会に関してのご相談

【担 当】 牧整形外科病院  
リハビリテーション科 安田 真幸  
【連絡先】 06-6786-6216 (リハ科直通)



活動報告やストレッチ  
のやり方など様々な  
情報を発信しています！  
是非ご覧下さい！

# 骨量を定期的に測定しましょう

## ～X線骨密度測定装置 B-Cube～

牧病院が新しく導入した骨密度測定装置は、DXA 法による前腕骨専用の骨密度測定装置です。骨密度測定を気軽に、すばやく、しかも受診者を問わず、簡単に測定できます。コンパクトな作りなので、腕や手首の曲がりにくい受診者にもやさしく対応します。

骨粗鬆症は骨の強度が低下し、骨折の危険性が高くなる病気です。一般に骨の強度は骨量あるいは骨密度が 70%、骨質が 30% 影響すると言われています。したがって、骨の強度の重要な要因である骨量を測定することで骨粗しょう症の診断や骨折する危険性を評価することができます。

現在、さまざまな骨量測定法があり、測定原理、測定部位、得られる骨量の指標、測定精度、測定時間や被曝線量などの基本性能が異なりますが、DXA 法が最も信頼の高い骨量測定法であり、骨粗鬆症診断基準（ガイドライン）でも DXA 法（デキサ法）を用いて計測することが推奨されています。

骨折・転倒は寝たきりになる原因の第 3 位で、骨折を予防することは健康寿命につながります。骨量を定期的に測定し、健康寿命を延ばしましょう！

### 特長①

#### 約15秒の高速測定

再現性に優れた画質を実現し、より正確な診断が可能になります。

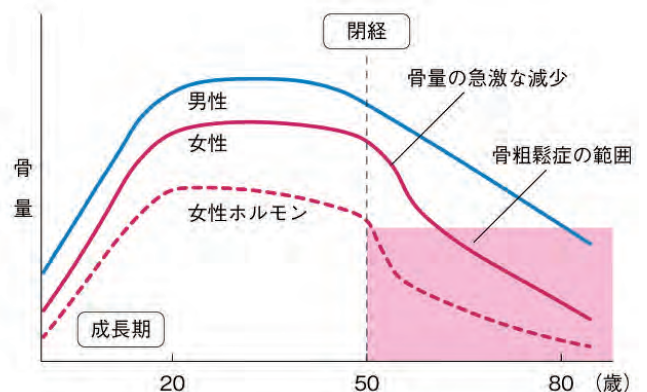
### 特長②

#### 更衣の必要がなく、座ったまま検査可能

身体の不自由な方や高齢者に優しい撮影です。



B-Cube



年齢と閉経にともなう骨量の変化（概念図）

出典：公益財団法人骨粗鬆症財団



# 大規模災害に備えて～コロナ禍で行った災害訓練～

牧リハビリテーション病院 事務部長 田中 礼子 (たなか れいこ)

新型コロナウイルスの感染拡大から1年半以上経過しました。感染収束の見通しがつかない状況でも地震や洪水などの自然災害への備えは必要です。牧リハビリテーション病院では、コロナ禍で行える災害訓練を実施しました。

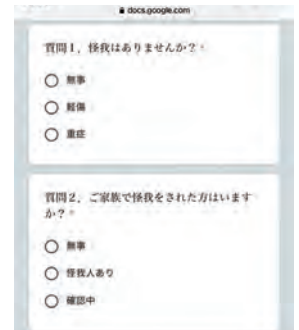
## 《部署単位での災害訓練》

震度6強の地震が発生したと想定し、「何をどの順に確認するか」「どのタイミングで報告するか」「何を準備するか」等、マニュアルに沿った訓練を部署単位で行いました。患者さんのリハビリは、病室・病棟内・リハビリ室・屋外とさまざまな場所で行います。患者さんの安否確認は看護部とリハビリテーション部が連携を取りあって行いました。

日頃、電子カルテを利用しているため、停電で電子カルテが使えなくなるのは大変困ります。非常用電源に繋がっているサーバー室の「参照用カルテ」で、必要な患者情報を収集する訓練も行いました。

## 《災害時一斉メールのテスト》

災害発生時に職場との連絡が取れるよう、職員はメールアドレスを登録しています。そのアドレスに災害テストメールを送り、職員の安否や被害状況、出勤が可能か、どの位の時間で出勤できるのか等の情報を入力してもらいました。日頃携帯メールを使用することが少なくなっているためか返信率は6割と低く、繰り返し訓練を行って、メールを確認する習慣作りをする必要があると感じました。



災害メールの一部

## 《蓄電器と太陽光パネルの操作訓練》

停電に備え、自家発電装置以外にも、ポータブル蓄電器と太陽光パネルを購入しています。災害時に速やかに使用できるよう、太陽光パネルで蓄電器に充電する方法の確認を行いました。

## 《ポケット版マニュアルの確認》

QRコードを読み取るとポケット版マニュアル「清翠会緊急災害時サイト」が閲覧できます。

常に最新版をダウンロードして災害時に備えるルールになっていますが、新入職員も多くいることから再度案内し、周知を促しました。



ポケット版マニュアル

実際に動いてみると、マニュアルに記載されている行動が具体的にイメージできました。物品の不足や連携の重要性も実感できました。訓練の結果はレポートにし、課題を明確にして振り返りを行いました。いざという時冷静に対応できるよう、今後も訓練を繰り返して行いたいと思います。



各部署からのレポートのまとめ



訓練の振り返り

## リハビリ会議をご存知ですか？

牧老人保健施設 通所リハビリテーション 溝邊 大輔 (みぞべ だいすけ)

みなさんこんにちは。牧老人保健施設通所リハビリテーション（以下、通所リハ）です。

当通所リハでは、住み慣れたご自宅で元気に長く生活を続けていただけるように生活場면을想定したリハビリを提供しています。その取り組みの一つとしてリハビリ会議を実施しています。

### Q. リハビリ会議ってなんですか？

A. リハビリ会議では、ご本人の心身機能の状況を確認し、目標達成やリハビリの進捗状況、日常生活で困っている課題の解決に向けた話し合いをします。また、初回のリハビリ会議の開催前には一度ご自宅にリハビリ職員が伺います。そしてご自宅の特徴や日常生活で困っている課題などを実際に確認します。

### Q. 出席者はどんな人ですか？

A. リハビリ会議出席者は、ご本人と施設の医師、リハビリ職員など通所リハでご本人と関わりのある職員が出席します。また、ご都合が合えばご家族や担当ケアマネージャーも参加して頂いています。

### Q. リハビリ会議はいつしていますか？

A. リハビリ会議は、ご本人のご利用時間内に原則開催しています。また、条件にもよりますが、1ヶ月に1回もしくは3ヶ月に1回のどちらかで行っています。

### Q. リハビリ会議のあとは？

A. リハビリ会議のあとは検討内容を踏まえ、通所リハで過ごしていただくリハビリ計画を作成します。リハビリ専門職のリハビリはもちろんですが、実際の入浴やトイレの場面にもリハビリの要素を取り入れた計画を作成し、目標や生活場面の課題解決に向けての取り組みを実施していきます。ご本人のご自宅での生活がより一層過ごしやすくなるように、通所リハ職員一丸となってリハビリにて支援していきます。

牧老人保健施設通所リハでは利用されている皆様に少しでも質の高いリハビリを提供できるように今後もさまざまな取り組みを行なっていきたいと思います。

新規利用・体験利用に関するお問い合わせ  
牧老人保健施設 通所リハビリテーション  
TEL：06-6929-0300 FAX：06-6929-0590  
担当者：島村 黒田（支援相談員）



# 「床ずれ防止用マットレスの使用法」 ～研修を終えて～



牧ヘルパーステーション 管理者 山西 淑子 (やまにし よしこ)

コロナ禍の中、牧ヘルパーステーションではリモートで研修を行っていましたが、今回は2つのグループに分け、ソーシャルディスタンス、マスク・フェイスガードを施し、万全の感染予防体制で集合研修を行いました。

最近では、床ずれ防止用マットレスを使用されるご利用者が増えていますが、ヘルパーはマットレスの操作をする際、ご家族や看護師、ケアマネジャーの指示に従って使用します。使用方法や仕組みがわからず、指示通りに操作しているのが現状で



したが、マットの構造を正しく理解したうえで操作ができるように研修を企画しました。

内容としては、福祉用具の担当者からマットレスの機能説明を受けた後、ヘルパーが訪問先での操作方法を確認しました。今回の研修で仕組みや構造を理解し、ヘルパーが操作するポイントも指導を受けて、自信を持って操作できるようになったと思います。質疑応答も活発に行われ、疑問に思っていたことへの理解が深まり不安がなくなりました。また、ヒヤリ・ハット事例（例：介助者が掃除機のノズルでポンプとエアマットをつなぐホースをひっかけてしまい、ホースがポンプから抜けてしまった）は使用する際の注意点として非常に参考になりました。実際に寝心地を体験したことで、介助の仕方を工夫することもできるようになりました。

福祉用具も次々と進化していく中、牧ヘルパーステーションでは今後も情報を収集し、質の向上をめざして研修を重ねて参ります。



# 「健康教室」開催のお知らせ **要予約**

「お酒を飲まないのに肝疾患?!～非アルコール性脂肪肝～」

日時：令和3年10月23日(土)  
午後1時30分から午後2時まで

講師：名誉院長 消化器内科部長 吉田隆(医師)  
場所：牧病院4階研修室

「新しいMRI検査の全身がん検査をご紹介します」

日時：令和3年11月27日(土)  
午後1時30分から午後2時まで

講師：放射線科部長 大嶋太一(医師)  
場所：牧病院4階研修室

参加をご希望の方は事前にお電話(06-6953-0120)でお申し込みください。  
なお新型コロナウイルスの感染状況により、延期となる場合もございます。  
最新の情報は牧病院ホームページをご覧ください。

## 広域図



## 牧ヘルスケアグループ 医療法人清翠会

### 私たちの理念

# Medical for Happiness

一人ひとりの幸せな人生を支えるために

### 私たちの約束

## 『Professional』

医療人としての誇りと謙虚さを持ち、日々研鑽を重ねます。

## 『Heart』

あたたかい想いやりの心とともに、あなたに寄り添います。

## 『Team』

和をもった信頼されるチームで、あなたを支えます。

- 1 **牧病院**  
〒535-0022 大阪市旭区新森7-10-28  
TEL: 06-6953-0120  
牧病院デイケアセンター  
TEL: 06-6953-1881  
牧病院訪問リハビリテーション  
TEL: 06-6953-6852
- 2 **牧整形外科病院**  
〒536-0008 大阪市城東区関目6-15-30  
TEL: 06-6786-6200
- 3 **牧リハビリテーション病院**  
〒571-0015 大阪府門真市三ツ島3-6-34  
TEL: 072-887-0010  
牧リハビリテーション病院デイケア門真  
TEL: 072-887-0050  
牧リハビリテーション病院  
訪問リハビリテーション門真  
TEL: 072-887-0010
- 4 **牧老人保健施設**  
〒535-0004 大阪市旭区生江2-15-14  
TEL: 06-6929-0300
- 5 **まきグループホーム**  
〒535-0004 大阪市旭区生江2-14-24  
TEL: 06-6929-5355
- 6 **牧訪問看護ステーション**  
〒535-0021 大阪市旭区清水4-2-22  
TEL: 06-6953-1222  
**牧けあぶらん清水**  
TEL: 06-6953-1235  
**牧ヘルパーステーション**  
TEL: 06-6953-1107  
**牧ふくし用具**  
TEL: 06-6958-1030  
**まきデイサービスセンター**  
TEL: 06-6953-1506
- 7 **牧訪問看護ステーション高殿出張所**  
〒535-0031 大阪市旭区高殿6-18-41-107  
TEL: 06-4254-6660  
**牧けあぶらん高殿**  
〒535-0031 大阪市旭区高殿6-18-41-201  
TEL: 06-6955-7511
- 8 **牧訪問看護ステーション守口**  
〒570-0028 大阪府守口市本町1-7-21-102  
TEL: 06-6991-5556
- 9 **牧けあぶらん守口**  
〒570-0082 大阪府守口市豊秀町2-2-19-102  
TEL: 06-6991-5557
- 10 **介護老人保健施設  
牧すこやかセンター**  
〒535-0031 大阪市旭区高殿6-14-41  
TEL: 06-6955-4865
- 11 **牧けあぶらん関目**  
〒536-0008 大阪市城東区関目4-6-2-103  
TEL: 06-6786-6230
- 12 **守口第5地域包括支援センター**  
〒570-0033 大阪府守口市大宮通1-13-7  
TEL: 06-6992-1180
- 13 **旭区東部地域包括支援センター**  
〒535-0022 大阪市旭区新森4-27-13  
TEL: 06-4254-3336
- 14 **法人本部**  
〒535-0021 大阪市旭区清水2-11-14  
TEL: 06-6953-0190