

# まき 俱楽部

2025  
冬  
Winter



トピックス

牧すこやかセンター施設ツアー  
／牧すこやかセンター

vol.140



 牧すこやかセンター YouTubeチャンネル開設しました！

牧すこやかセンターの案内動画を配信しています！こちら二次元コードよりアクセスできます！



## INDEX

- ◎年頭所感/牧ヘルスケアグループ 理事長 牧 恭彦
- ◎みんなのおまつりに参加しました/法人介護部会
- ◎医局紹介/牧リハビリテーション病院
- ◎冠動脈MRA検査について/牧病院
- ◎腰椎椎間板ヘルニア・腰部脊柱管狭窄症の症状と治療/おおさかグローバル整形外科病院
- ◎Instagram始めました！/守口グローバル整形外科
- ◎旭区東部地域包括支援センターとあさひさんさんオレンジチームが移転致しました！  
/旭区東部地域包括支援センター

## 年頭所感

牧ヘルスケアグループ 理事長  
まさひこ 牧 恭彦



皆様、新年あけましておめでとうございます。

2025年は「乙巳(きのとみ)」の年です。これまでの学びや努力が実を結び、一気に成長する年になるでしょう。

VUCA時代には戦略や戦術の柔軟な変化が求められ、ダーウィンの進化論にあるように、変化できるものが生き残るのです。時代の流れや意識の変化を敏感に感じ取ることがとても重要です。理念は変わりませんが、地域のニーズに合わせて変わるべきところは変えていかなければなりません。

新しい地域医療構想の議論も始まっており、超高齢化社会では病気を治すだけでなく、生活を支えることが重要です。入院だけではなく、外来、在宅、介護も含めた構想です。病院のあり方や役割も変わっていくでしょう。

昨年のテーマ「ONE FLAG 想いをかたちに」は、少しずつ形になってきたと思います。法人内連携や地域連携が進み、職種別部会、研究発表会、接遇、リーダー研修などを通じて相互理解も深まりました。法人名変更、守口グローバル整形外科開設、新たな在宅の拠点としてスタートした牧在宅ケアセンター、牧病院の地域包括医療病棟取得、おおさかグローバル整形外科病院の手術件数が過去最多を更新、牧リハビリテーション病院のインスタフォロワー3,200人突破、地域共生イベントである「MAKI★コミ」を開催しました。

これからも地域全体がひとつとなり、住民の健康で豊かな生活を共に守っていきましょう。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

## 法人介護部会

### みんなのおまつりに参加しました

11月17日にNPO法人子どもセンターあさひさん主催のみんなのおまつりに介護部会より型抜きと射的を出店させていただきました。

当日は雨予報でしたが、みんなの祈りが通じたのか天候にも恵まれ良いスタートがきれました！

開始とともにたくさんの方々が来場者であつという間に活気に溢れた雰囲気になり、我々のブースも元気な子供達の列ができ大盛況！並んでいる時から体を左右に揺らし前の様子をしっかり観察している姿に楽しみ具合が伝わってきます。

いざ順番が回ってくると射的も型抜きも子供達の取り組む



姿は真剣そのもので、付き添いの親御さんの応援にも力が入っている様子でした。何度も挑戦する子供達もたくさんいて「また来てくれたん!?」といつの間にか常連さんに(笑)

目標を達成すると大きな声で「ヨッシャー！」と体全体で喜びを表している姿に私達も自然と笑顔になりました。

1日を通して子供達からたくさんのパワーをもらう事ができましたし、何よりも多くの笑顔を見る事ができて良かったです。



# 牧すこやかセンター 施設ツアー

おかだ  
えみこ  
支援相談員 岡田 恵美子

## コロナ禍で見学ができない…

コロナ禍以降、世間では対面や現地に足を運んで物事を行うことが難しくなり、代わりにリモート会議や電子マネーなどIT化が急速に進みました。

当施設でも感染予防のため、施設内の面会だけでなく、利用を検討していただく方の見学も制限せざるを得なくなってしまいました。タブレット端末に施設内の写真を集めご説明させていただく形を取りましたが、やはり直接目で見ていただくのとは違い、雰囲気が伝わりづらく、どうすればもっと当施設の内容や魅力を伝えられるのか悩んでおりました。

## そうだ! YouTube動画を作ろう!

そこで、以前より発行していた広報誌「すこやか通信」の委員会メンバーを中心として、「牧すこやかセンター 施設ツアー」と題し、案内動画を作成することを思いつきました。ところがメンバーにはユーチューバーもインスタグラマーもおらず…。動画編集は全くの素人で、最初の動画作成には多大な時間と労力が必要でした。苦労の末できあがったのが、最寄り駅から施設までの案内動画「第1弾～アクセス編～」です。



■ 居室から見える桜の風景

## 施設案内から取り組みの紹介へ

その後、「第2弾～1階 デイケア編～」「第3弾～2階／3階 入所フロア編～」と施設の案内動画を作成してきました。特に好評なのが、広いお風呂と、桜がきれいな入所のお部屋のご紹介です。利用を検討されているご家族だけでなく、実際に利用されるご本人やケアマネジャー様にも施設内を見せていただく事ができ、安心してご利用いただけているように思います。

そして今回、新たに「食を支える」取り組みの動画を作成しました。老健施設の特色である多職種協働、中でも言語聴覚士、管理栄養士を中心としたチームケアで「口からおいしく食べること」を支える取り組みについて紹介しています。



みなさま、ぜひ一度牧すこやかセンターのYouTubeをご覧になってみてくださいね。

※現在は、デイケア・入所フロア共に、ご来所いただいてのご見学も可能です。  
お気軽にお問い合わせください。

**TEL:06-6955-4865**

担当：支援相談課

YouTube 二次元コード

※当施設ホームページからも  
ご覧いただけます

<https://www.youtube.com/@user-makisukoyakacenter>



## 医局紹介

患者さんやご家族の笑顔につながる心あたたまる医療を展開してまいります



後列左から米村医師、金瀬医師、根岸医局長、田村医師  
前列左から牧顧問 泰永院長 河野副院長

### 新入職医師ご挨拶

たむら ゆういち  
**田村 裕一** 日本整形外科学会専門医

令和6年8月1日より、リハビリテーション医として勤務させていただいている田村裕一と申します。大阪出身ですが北海道大学を平成6年に卒業後、大阪大学医学部整形外科教室に入局、約30年間整形外科医として臨床診療を行ってまいりました。近年のリハビリテーション医学の進歩はめざましいですが、これまでの経験を活かしつつ、日々の新鮮な気持ち忘れずにリハビリテーション医療に取り組んでいきたいと思います。これからもどうぞよろしくお願ひいたします。



よねむら たけひさ  
**米村 岳尚**

今春よりこちらでお世話になっております、米村岳尚と申します。岩手医科大学を卒業し、様々な病院で内科医療に携わってきました。

リハビリ専門の病院は初めてですが、今までの知識を活かしつつ、患者さんとそのご家族に寄り添い治療にあたる所存です。どうぞよろしくお願ひいたします。

# 冠動脈MRA検査について

まつおか  
牧病院 画像診断センター 診療放射線技師 松岡 まり



冠動脈MRA検査(磁気共鳴血管撮影)は、冠動脈の状態を調べるための最新かつ身体への負担が無い検査方法です。MRI装置で心臓とその栄養血管である冠動脈を撮影します。

## 冠動脈とは?

冠動脈は心臓に酸素や栄養を運ぶ重要な血管です。冠動脈MRA検査では、冠動脈の狭窄や閉塞、動脈硬化の有無を確認できます。心臓は常に動いているためMRIの特別な技術により、心臓の動きに合わせて撮影しブレのない鮮明な血管画像を作り出します。撮影された画像はコンピュータで処理し、心臓と血管の精密な3Dモデルを作成します。これにより、心臓と血管の状態を詳細に観察できます。

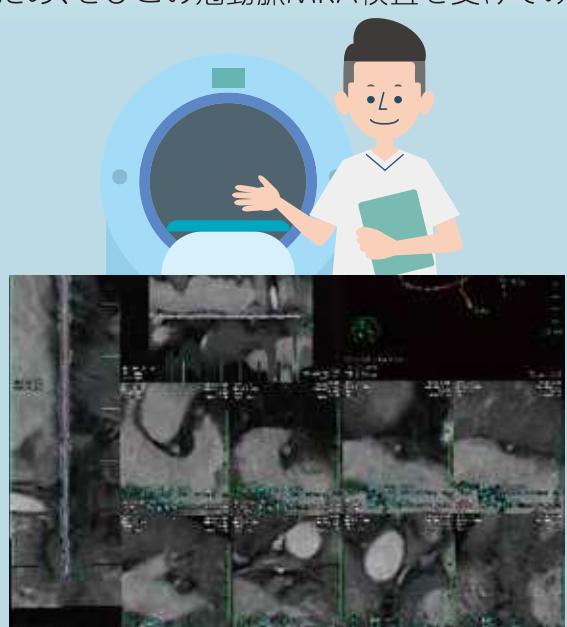
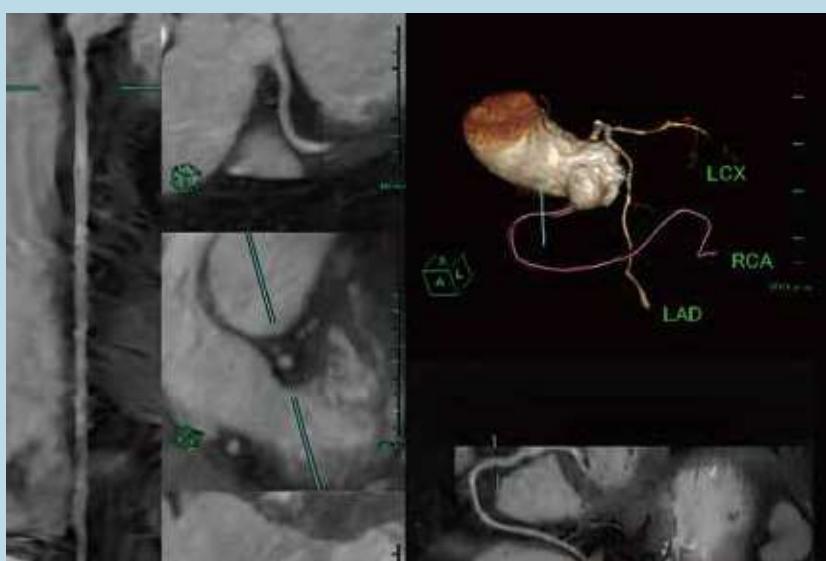
## CT検査との違いは?

冠動脈MRA検査の最大のメリットは、X線や造影剤を使用しないため身体への負担が少ないとことです。造影剤を使用しないため、アレルギー反応の心配もありません。

検査の準備は簡単で、特別な食事制限や前処置の必要はありません。検査当日は、通常の服装で病院に来ていただき、簡単な問診と着替えや心電図装着などの準備を経て検査が開始されます。検査自体は約60分程度で、寝ているだけのリラックスした状態で検査が行われます。なお、MRI検査ですので、ペースメーカー等の体内金属があれば検査できない場合がありますのでご注意ください。

## 心筋梗塞や狭心症の早期発見におすすめ

後日に専門の医師から結果と必要な治療や生活習慣の改善について説明を受け、生活習慣病である心筋梗塞や狭心症の早期発見に繋がります。心臓病のリスクがある方や、心臓の健康状態を定期的にチェックしたい方におすすめの検査です。定期的な検査により心臓の健康を維持し、発病リスクを最小限に抑えることができます。身体への負担も少なく、正確な診断が出来るため、ぜひこの冠動脈MRA検査を受けてみてはいかがでしょうか。



# 腰椎椎間板ヘルニア・腰部脊柱管狭窄症の症状と治療

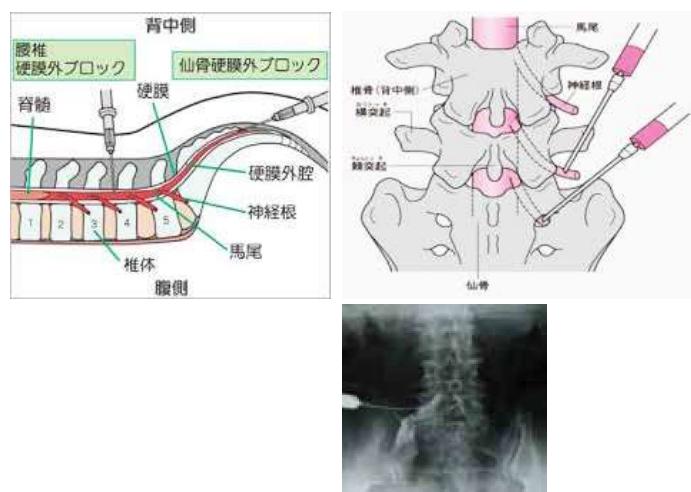
## 腰椎椎間板ヘルニア

椎間板の変性があり、そこに急にあるいは慢性に衝撃が加わった場合、ゼリー状の髓核を包む線維輪が脊髄神経側に出ることで足に行く神経を圧迫するため腰痛や下肢痛が出現します。

初期の症状は腰痛だけのことが多く、軽度のヘルニアであればコルセットと消炎鎮痛剤によって1～2週間で軽減します。それ以上長引く腰痛、特に下肢痛を伴う場合はヘルニアが大きいか、ヘルニアが神経根を直撃している可能性があります。

ヘルニアの基本的な治療法は安静・消炎鎮痛剤の保存的治療で、治療期間は約3ヶ月といわれます。しかし痛みが強い場合、長期に仕事を休めないと患者さんが置かれている状況を鑑みて、当院では先ず硬膜外や神経根ブロックを行い(図1)、それでも改善しない場合は脊椎内視鏡下ヘルニア摘出手術を行っています。

図1 神経ブロック療法



脊椎内視鏡手術は、術式にもよりますが直径16mmもしくは8mm(写真)の傷でカメラを手術部位に挿入し、ヘルニアを摘出することで組織の障害を最小限に抑えます。

この手術の特長は、術後は早期離床が可能・入院期間は3～5日程度と短期間であるため、社会復帰も早期に実現できることです。また、当院には大阪府下でも11名しかいない日本整形外科学会認定脊椎内視鏡下手術・技術認定医(令和6年12月現在)が在籍しており、安心して手術を受けて頂くことができると思っております。

## 腰部脊柱管狭窄症

脊柱管を構成する骨、椎間板、靭帯の変化によって、腰部脊柱管が狭くなることです。

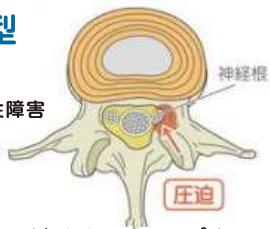
脊柱管が狭くなると、神経や脊髄が圧迫されて神経根症状や馬尾症状が出てきます(下記)。中年以降に起こりやすく、主な症状は腰痛、下肢痛、下肢のしびれ、下肢の冷感、肛門周囲のしびれ、排尿障害(夜間頻尿など)が挙げられますが、最も特徴的な症状は間欠性跛行です。

間欠性跛行とは、歩行により下肢の痛み・しびれ・脱力が出現し歩行困難になるが、しばらく休息すると症状が減弱し、歩行可能となる状態をいいます。腰部脊柱管狭窄症は歩行を再開するたびに同様の症状が繰り返し出現することが特徴です。硬膜外ブロックや投薬でも効果がない場合は手術になります。

### ●神経根型

症状 痛痺

他覚症状 単混性障害



神経の根元を圧迫されるタイプを「**神経根型**」といいます。  
神経根の圧迫は、**片側だけに起こることが多く、両側圧迫はまれです。**

### ●馬尾型

症状 しびれ

他覚症状 多混性障害



脊柱管を通る神経の束を馬尾とい  
いそこが圧迫を受けるタイプを  
**「馬尾型」**といいます。  
**神経根型よりも症状が重い**とされます。

### ●混合型

症状 しびれ+疼痛

他覚症状 多混性障害

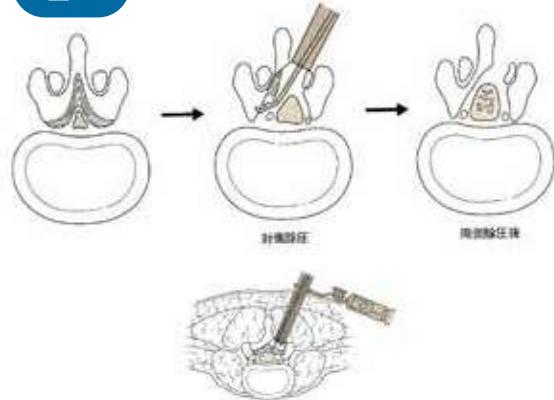


**神経根と馬尾の両方の圧迫を受けます。**神経根の圧迫による痛みやしびれと、馬尾の圧迫による異常感覚などが起こります。

腰部脊柱管狭窄症の手術は、基本的には後方から骨を部分的に切除し、厚くなつた靭帯も切除し、神経の圧迫を取り除きます。椎間板ヘルニアを合併している場合はヘルニアも切除します。

当院では手術用顕微鏡を使用する方法と内視鏡を使用する方法(図2)の2種類の手術を行っています。狭窄の原因によっては内視鏡では困難な場合もありますが、顕微鏡では殆どの場合に対応可能です。患者さんに合った方法を選択します。

図2



## 守口グローバル整形外科

# 守口グローバル整形外科 Instagram 始めました!

イベントのお知らせ、当院の紹介 などなど…  
これからたくさんの情報を発信していきますので  
フォロー &いいね！ で  
応援よろしくお願いします！



FOLLOW ME!!



## 旭区東部地域包括支援センター

令和6年11月1日  
旭区東部地域包括支援センターと  
あさひさんさんオレンジチームが移転致しました!

### 移転先

〒535-0021 大阪市旭区清水4-2-22 (2階)

1階のまきデイサービスセンター向かって右側の扉からお入りください。  
エレベーター2階で降りてただきましたら、すぐ右に事務所がございます。

電話  
番号

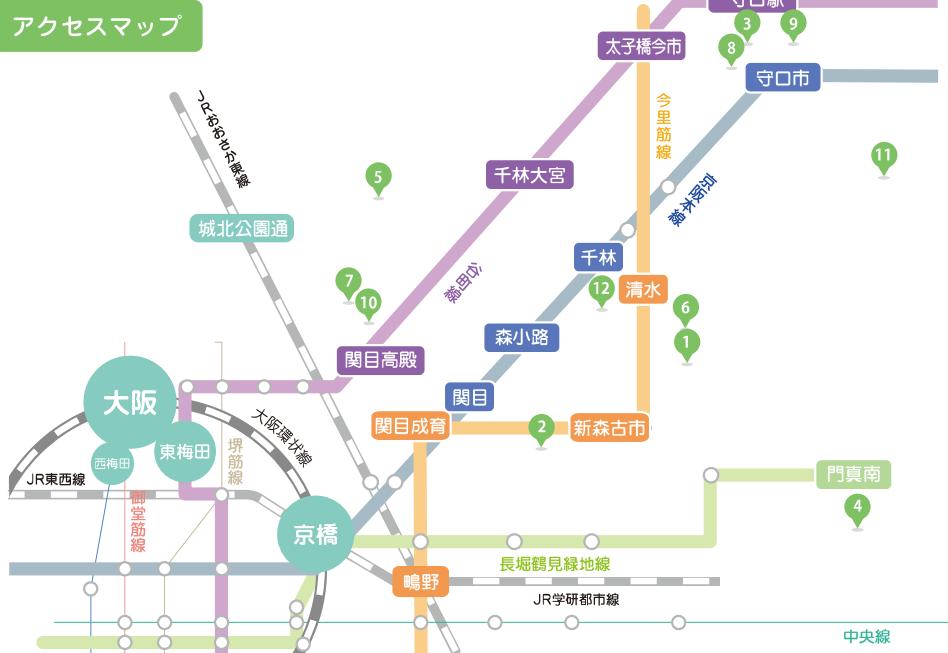
旭区東部地域包括支援センター 06-4254-3336  
あさひさんさんオレンジチーム 06-6953-0155

担当する町名はこれまでと変わりません。

綺麗になった事務所でみなさまのご相談をお待ちしております。



### アクセスマップ



### information

牧けあぶらん高殿と牧けあぶらん関目が  
10月に合併致しました!

気持ちも新たに、新体制となった「牧けあぶらん高殿」を今後ともよろしく  
お願ひいたします。



URL <https://www.maki-group.jp>

発行日 2025年1月1日 編集者 法人広報委員会  
発行者 社会医療法人 ONE FLAG 編集・印刷 株式会社 一心社

### 1 牧病院

〒535-0022 大阪市旭区新森7-10-28  
TEL: 06-6953-0494

牧病院ディケアセンター

TEL: 06-6953-1881

牧病院訪問リハビリテーション

TEL: 070-5043-0494

### 2

おおさかグローバル整形外科病院

〒536-0008 大阪市城東区闇目6-15-30  
TEL: 06-6786-6200

### 3

守口グローバル整形外科

〒570-0083 大阪府守口市京阪本通2丁目2番4号  
イオンタウン守口3階(守口駅出すぐ)  
TEL: 06-6997-9860

### 4

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ィケア門真

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

### 5

牧老人保健施設

〒535-0004 大阪市旭区生江2-15-14  
TEL: 06-6929-0300

### 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

旭区東部地域包括支援センター

〒535-0021 大阪市旭区清水4-2-22  
TEL: 06-4254-3336

### 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出張所

〒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 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

守口第5地域包括支援センター

〒570-0033 大阪府守口市大富通1-13-7  
TEL: 06-6992-1180

### 12

法人本部

〒535-0021 大阪市旭区清水2-11-14  
TEL: 06-6953-0190



この広報誌は、メディアユ  
ニバーサルデザインに配慮  
して制作しております。