

Vol.24
2020
新春号

医療法人清和会
平成とうや病院 地域交流誌

なかま

高齢化社会の中で 自動車運転とどう向き合うか

Contents

新年のご挨拶

(特集) 高齢化社会の中で自動車運転とどう向き合うか

運転再開リハビリ

飲んでいるお薬や運転中の体調変化が重大事故の原因になることも…

まずは相談気持ちハレバレ (8080)

栄養部の自慢のレシピ



医療法人 清和会

写真 / レクリエーションの 1 コマ 撮影場所 / 4F 食堂

1. 公平で適正な医療を受ける権利
2. 医療上の情報、説明を受ける権利
3. 十分な説明のもと自分自身の治療を決定する権利
4. プライバシーが保障される権利
5. 個人の尊厳が保障される権利

患者さまの権利

1. 私たちは、すべての職種において、基本理念の理解と実践に情熱を持って取り組み患者さまへの質の高い医療サービスの提供、職員の職場環境の向上を目指します。
2. 私たちは、地域の皆さまが安心して過ごしていただけるよう日々の研鑽に励み技術と知識の習得に努め、信頼される病院作りを目指します。
3. 患者が最適な医療を継続して受けられるよう、地域の保健・医療・福祉機関との密接な連携を図り、円滑な医療サービスの提供を目指します。
4. 私たちは、環境に配慮しエコを心がけるとともに、災害時にもハーネス・ソフトの画面で医療を提供できるよう病院機能を維持します。
5. 私たちは、良質な医療サービスを提供するためには健全なる経営活動を行い、安定した経営基盤を構築します。

基本方針

清和会 理念
IDENTITY 個人の尊重
FOR YOU あなたのための
IDEA

【医療法人清和会】

■水前寺とうや病院

内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・
脳神経内科・リハビリテーション科

■老人保健施設シルバービア水前寺

居宅介護支援事業所

訪問介護事業所

訪問看護事業所

訪問リハビリテーション事業所

通所リハビリテーション事業所

地域交流推進室

■特定施設シルバービアグランド通り

■熊本市高齢者支援センターささえりあ江津湖

新年のご挨拶

明けましておめでとうございます

新天皇皇后陛下の御代の初めての正月を迎えました。日本が、そして世界中が光溢れる年となりますことを祈念いたします。

弊院も米村院長を迎えての初めての正月です。こう新たに、日々の医療活動に専念致す所存です。

さて弊院を含むグループ名を、「どうや医療福祉グループ」と変更いたしました。

地域包括ケアシステムが推進充実されつつある現在、患者様利用者様の立場目線に合致した組織の確立を目指しての変更です。

名に恥じぬよう、**「F O R Y O U」**の精神で頑張ります。
本年も宜しくお願ひ申し上げます。



医療法人清和会
理事長 東野 裕司



明けましておめでとうございます

新年を迎え、皆様にはますます御健勝のこととお慶び申し上げます。また平素より当院の医療連携に多大な御支援、御協力を賜り、心より感謝と御礼を申し上げます。私は昨年4月から岡嶋前院長に代わり院長を務めております。改めまして本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

さて昨年は当院にとって大きな出来事として、病院機能評価の更新受審がありました。評価項目として、提供される医療の質や病院の組織運営を4つの分野（1領域「患者中心の医療の推進」、2領域「良質な医療の実践1」、3領域「良質な医療の実践2」、4領域「理念達成に向けた組織運営」）に分けて審査を行うものとなっていましたが、特段の改善要望事項もなく見事認定されました。

今回が平成26年に初回認定を受けてから初めての更新認定となります。今後も病院理念である「**IDEINTI-TY**（個人）の尊重 F O R Y O U あなたのために」の精神のもと、安心安全で高水準の医療の提供を目指していく所存です。

皆様には本年も引き続きご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願ひ申し上げます。



平成どうや病院 院長 米村 憲輔

みんなで 考える



自動車運転とどう向き合うか —高齢化社会の中での—

脳神経内科医師 岩谷奈緒

ブレーキとアクセルの踏み間違いなどによる悲惨な事故を新聞やテレビで「目にすると」とが多くなりました。

内閣府交通安全白書では総人口の4人に1人が65歳以上という今日、日本では高齢者の自動車運転が大きな社会問題となっています。



免許の取り消しなどとなり、自動車を運転することはできません。無理な自動車運転によって、他人の健康や命を損なうことになれば、被害者とその家族、運転者および家族のその後の残りの人生も大きく変わってしまうのですから、このような法律・社会の仕組みの変化も当然のこととも言えます。

加齢による機能低下は、個人差も大きいですが、主に、視覚・聴覚機能の低下、空間を把握する力の低下、瞬時に判断する力の低下、記憶力の低下、問題解決する力の低下などがみられるといわれています。

警視庁が運転時の認知障害早期発見チェックリストを公開して

いますので、自分や家族の運転を振り返るときに利用してみてはいかがでしょうか。



(P.4 参照) 同様の機能低下は、脳卒中などの高次脳機能障害によつても生じることがあります。

（P.5 参照）

自動車は便利な移動手段であり、生活の中の行動範囲をひろげるものです。車メーカーも安全運転補助や自動運転システム開発に力を入れていますが、現時点では事故を完全に防ぐことはできません。ですから、自動車運転をする人は皆、「自動車運転の便利さ」と「運転することで背負うリスク」を十分考慮する必要があります。高齢者のみならず、体調が悪いときは無理にハンドルを握らない、運転中に体調が悪化したら運転を継続しないことが大切です。御家族や知人などの身近な人しか危険な運転に気づかない場合もあるので、自分の運転について指摘があった場合には、耳を傾ける必要があります。

1998年運転免許自主返納制度が設けられ、身

分証明書として利用できる運転経歴証明書が発行でき、各自治体で異なりますが、各種支援サービスもあります。（P.7 参照）

運転免許を返納した後の移動手段をどうするのかという問題は、免許返納と切り離すことはできません。それ



それが状況次第で、公共交通機関やタクシーの利用であつたり、「家族の協力が必要不可欠な場合もあります。全てのドライバーにやつては「ハンドルを手放す」をつけるかは、本人だけの問題ではなくとも悩んでいます。家族が集まるこの年末年始、今後、自動車運転しない回数がどのくらいかを、ぜひ、家族でよく話し合って機会を設けてほしいと思います。

*参考文献

- ・内閣府 平成29年交通事故全口調
- ・警視庁ホームページ 運転時認知障害早期発見チェックリスト
- ・かかりつけ医向け 認知症患者の運転免許更新に関する診断書作成の手引き 平成29年3月 日本医師会
- ・臨床医のための疾病と自動車運転 一杉正仁・武原格 編集
- ・脳卒中・脳外傷者のための自動車運転 第2版 武原格、一杉正仁、渡邊修 編集
- ・超高齢社会を支える車の考え方 椎田亮子、原田文雄、奥村太作 Cognitive Studies 25(3),259-278 Sep 2018
- ・高齢者の運転評価と運転免許返納意識に関する話題 元田良介、宇佐美誠史、堀沙恵 交通工学論文集 第3巻、第2号 特集号 2017・2
- ・実地医家に必要な自動車運転の知識 滋賀医科大学社会医学講座法医学 Jpn Rehabil Med 2017; 54 127-133



高齢ドライバーさん必見!

チェックポイント15

- 車のキーや免許証などを探し回ることがある。
- 道路標識の意味が思い出せないことがある。
- スーパーなどの駐車場で自分の車を停めた位置が分からなくなることがある。
- 良く通る道なのに曲がる場所を間違えることがある。
- 車で出かけたのに他の交通手段で帰ってきたことがある。
- アクセルとブレーキを間違えることがある。
- 曲がる際にワインカーを出し忘れることがある。
- 反対車線を走ってしまった（走りそうになった）。
- 右折時に対向車の速度と距離の感覚がつかみにくくなつた。
- 車間距離を一定に保つことが苦手になつた。
- 合流が怖く（苦手に）なつた。
- 駐車場所のラインや、枠内に合わせて車を停めることが難しくなつた。
- 交差点での右左折時に歩行者や自転車が急に現れて驚くことが多くなつた。
- 運転している時にミスをしたり危険な目にあつたりすると頭の中が真っ白になる。
- 同乗者と会話しながらの運転がしづらくなつた。

3つ以上チェックが付いたら要注意! 運転について改めて考える時期かもしれません。

詳しくは相談窓口のご案内（P7）を参照ください。

「運転時認知障害早期発見チェックリスト30」から抜粋。

提供／特定非営利活動法人高齢者安全運転支援研究会 監修／日本認知症予防学会理事長 浦上克哉

QRコードにカメラを
かざしてクリックすると
表示することができます。



正式版は「運転時認知障害早期発見チェックリスト30」です。
ホームページからご覧ください。

運転再開の リハビリテーション

当院では、脳卒中などの疾患の治療後に運転再開を希望する患者さまのために、自動車運転支援チームが中心となってリハビリテーションを行っています。患者さまご本人、ご家族の皆さまが安心して運転再開に取り組むことができるようサポートしています。平成28年から平成30年の3年間で、84名の患者さまに対して個々の症状に合わせて検査・リハビリを行ってきました。

社会復帰の一環として



自動車運転 支援チーム

平成とうや病院 高次脳機能障害と自動車運転支援の主な内容

主に、運転には認知力、判断力、そして運動能力が必要です。脳卒中や交通事故などによる脳の損傷が原因で、脳の機能のうち、言語や記憶、注意情緒、視野、空間認知といった認知機能に起こる様々な障害を高次脳機能障害と言います。今回は、当院で行っている高次脳機能障害の方に対する運転支援の内容を紹介します。

検査

神経心理学検査・動作確認を実施し、以下のような認知・運動能力を判断します。

- ・空間が認識できて、必要なことの見落としがないか?
- ・注意が散漫にならないか?
- ・集中力がどれくらい続くか?
- ・とっさに反応ができるか?
- ・計画を上手くたてることができるか。 など



リハビリ

①脳機能練習

- ・タブレットを使用した認知機能・高次脳機能課題(注意力、集中力の向上訓練)
- ・たくさんの数字の中から指定された数字のみを選び出す。(多くの情報量の中から必要な情報を見落としなく取り入れる訓練)
- ・上記の訓練を出来るだけ早く実施する。(反応するスピードを速めるための訓練)
- ・歩行しながら計算(暗算)をする。(身体と脳を同時に刺激し2つ以上のことを同時に使う訓練) など



②シミュレーター

当院では、ドライビングシミュレーターを導入し評価・訓練を行っていく予定です。ドライビングシミュレーターは、反応スピードの確認をはじめ、周囲の安全配慮、標識の認識など認知・判断・運動操作を複合的に評価・訓練することができ、さまざまな運転環境を再現したコースにより実践的な運転再開にむけた訓練が可能となります。



③実車評価

必要な場合、外部のサービスを利用して、実際に運転動作を行って評価・練習を行います。必要に応じてセラピストが同乗し、医学的な面と教習員から見た運転技能の面の双方の視点で評価を行います。評価結果を、継続する訓練内容の参考にしたり、評価を振り返り、指導を行います。



飲んでいるお薬や運転中の体調変化が重大事故の原因になることもあります…

薬剤師
より



道路交通法第66条では「何人も、過労、病気、薬物の影響その他の理由により正常な運転ができないおそれがある状態で車両等を運転してはならない。」と、体調が悪かったり、薬物の影響によって正常な運転ができない状態で運転することを禁止しています。

病院で処方される医療用医薬品、ドラッグストアなどでも購入できる一般用医薬品などの中には、服用することで、意識レベルの低下や眠気などの副作用が出るものがあります。医師や薬剤師から車の運転に関する注意を受けた場合や、薬の説明書に「眠気」「ふらつき」などの副作用、「車の運転はしないでください」と注意がある場合は、運転を控えましょう。



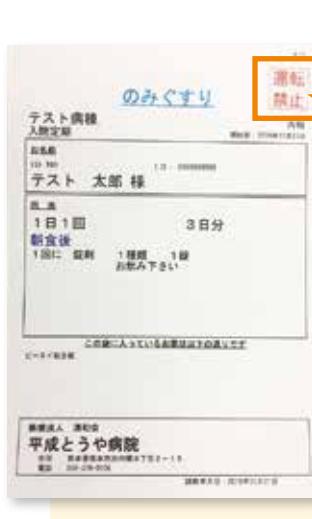
一方で、用法・用量を守って適切に服用しないと運転に影響が生じるお薬もあります。例えば、抗てんかん薬や糖尿病治療薬はきちんと服用しなければ運転中に意識がもうろうとしてしまうかもしれません。



心身を健康に保って正常な運転ができるようにお薬の内容を理解し、用法・用量を守り、適切に服用しましょう。

添付文書【警告】欄に、自動車運転等の禁止に関する記載がある医薬品	
	運転の障害となる作用
抗パーキンソン剤の一部	前兆のない突然の睡眠、傾眠など
真菌に作用する薬の一部	差明、霧視、視覚障害など
添付文書【重要な基本的注意】欄に、自動車運転等に「従事させない、従事させないように注意すること」のような表現の記載がある医薬品	
以下、他にも17分類	運転の障害となる作用
抗不安剤・催眠鎮静剤	
抗てんかん剤	眠気、注意力・集中力・反射運動能力などの低下
抗うつ剤・精神神経用剤	
痛み止め	眠気、めまい、意識消失
風邪のときに使用する薬	
アレルギー用薬	ここにあげた薬や作用は一例です。現在服用中のお薬については、かかりつけの調剤薬局または薬剤師へ、おたずねください。
筋のこりをほぐす薬	
血圧降下剤	
瞳孔に作用する点眼薬	
不整脈用剤	
胃腸薬	
血管収縮剤	

参考資料：独立行政法人 医薬品医療機器総合機構ホームページ

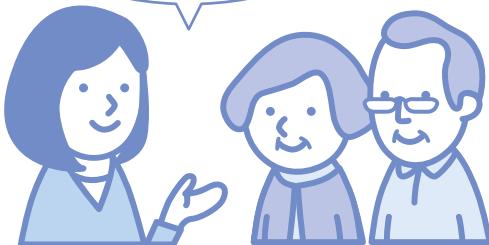


※平成とうや病院では添付文書の情報をもとに、お薬の説明書・薬袋の右上に「運転禁止」「運転注意」のマークを入れています。

運転に不安を感じたら まずは相談 気持ちハレバレ

高齢ドライバーの
みなさん
家族のみなさん

地域医療連携部
相談員より



加齢に伴い視野障害や筋力の衰えなど、身体機能が低下すると、運転操作のミスへとつながり、交通事故を引き起こす可能性が高まります。



最近、こんな経験
ありませんか？

- 周りが見えづらくなった
- 身体の動きが鈍くなった

- 物忘れが多くなった
- 運転中ヒヤッとしたことがある



運転に不安を感じたらお電話ください。

安全運転相談 ダイヤル

8 0 8 0

シャープ ハ レ バ レ

- この番号にダイヤルしていただくと、発信場所を管轄する都道府県警察の安全運転相談窓口につながります。
- 受付時間は原則として平日の執務時間内となります。 ●通話料は利用者負担となります。

免許自主返納
申請窓口の
ご案内

熊本県内の申請窓口は、運転免許センター、警察署、
氷川幹部交番の3か所です。

手数料：無料 必要な物：本人の免許証、印鑑
申請後には、「申請による運転免許の取り消し通知書」
が発行されます。



運転免許証を返納すると「運転経歴証明書」の交付が受けられます。*

運転経歴証明書は、運転免許証に代わる公的な身分証明書として銀行口座の開設時等に利用可能です。その他、タクシー・バスの運賃割引や、宅配料金の割引など様々な特典が受けられます。(自治体により異なります。)

*令和元年12月1日からは、運転免許証の有効期間が経過して運転免許が失効した方も運転経歴証明書の交付が受けられます。

各種特典も受けられます!
「高齢運転者支援サイト」



参考資料：警察庁ホームページ「安全運転相談窓口」

もっと詳しい情報を知りたい方は、3階 相談窓口までご来所ください。
対応時間／平日8:30～17:00 地域医療連携部

病院実績

2019年9月～11月

- ・外来患者延数
1,872人
(一日平均 26.0人)
- ・入院患者延数
8,924人
(一日平均 98.1人)
- ・急性期病院からの新規入院患者件数
166件
(内 済生会熊本病院 133件)
- ・一般病棟平均在院日数
18日
- ・在宅復帰率
地域包括ケア病床
…77.9%
回復期リハビリテーション病棟
…91.3%



自慢のレシピ
栄養部

お正月で疲れた胃にやさしい!

中華風おじや

(1人分の栄養素) 約215kcal、たんぱく質11.8g、脂質0.9g、糖質39.2g、塩分1.1g

材料 (2人分)

・御飯	200g	・うすくちしょうゆ	小さじ2
・ささみ	1.5本	A [鶏ガラスープの素	小さじ1.5
・人参	20g (1/4本)	・食塩	少々
・水菜	20g (1株)	・水	400ml
・生姜	4g (1/2かけ)	・刻みのり	適量
・かぶ	60g (小1個)		

- ①ささみをゆでて裂く。人参は2cmの千切り、水菜は3cmの長さにカットし、少し柔らかくなる程度に茹でる。生姜はみじん切りにし、かぶはすりおろす。
- ②御飯と水、①で下準備したささみ、人参、水菜、生姜を鍋にいれて中火で炊く。
- ③少しトロミがついてきたら、Aの調味料を入れ、味を調える。
- ④皿に盛り付けて、かぶと刻みのりを上に飾って出来上がり。

小松菜とサバ缶の酢味噌かけ

(1人分の栄養素) 約87kcal、たんぱく質8.0g、脂質3.6g、糖質5.6g、塩分0.8g

材料 (2人分)

・小松菜	…150g (1/2袋)	・味噌	…大さじ1
・サバの水煮缶	…60g (1/2缶)	・酢	…小さじ2
		・砂糖	…小さじ2
		・からし	…小さじ1/3
		・だし汁	…大さじ1

- ①小松菜は4cmの長さにカットし、4～5分程度茹で、流水で冷やししっかり絞る。
サバ缶は汁を切って粗くほぐす。
- ②①の小松菜とサバを混ぜ、皿に盛る。
- ③調味料Aを合わせて酢味噌を作り、上からかけて出来上がり。

栄養部 森田・吉岡・野田

平成とうや病院 外来のご案内とアクセス

診療科目 ▶▶ 内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・脳神経内科・リハビリテーション科

受付時間 ▶▶ 午前 8:30～11:30 午後 1:00～5:00

診療時間 ▶▶ 午前 9:00～12:00 午後 1:30～5:30

休診日 ▶▶ 土曜日午後、日曜・祝日・年末年始

お問い合わせ・外来予約 ▶▶ 平成とうや病院(代表) ☎ 096-379-0108

【外来担当医師表】

月	火	水	木	金	土
午前	循環器内科・内科	リハビリテーション科	リハビリテーション科	呼吸器内科・内科	リハビリテーション科
	齊藤 忠興	依光 茂太	米村 憲輔	森 孝志	米村 憲輔
	消化器科	呼吸器内科・内科	循環器内科・内科	リハビリテーション科	呼吸器内科・内科
	有田 哲正	永野 潤二	齊藤 忠興	依光 茂太	永野 潤二
午後	循環器内科・内科	脳神経内科・内科	呼吸器内科・内科	循環器内科・内科	脳神経内科・内科
	熊本大学	岩谷 奈緒	森 孝志	角田 等	岩谷 奈緒
	熊本大学		熊本大学		
	呼吸器内科・内科	リハビリテーション科	循環器内科・内科	消化器科	循環器内科・内科
午後	森 孝志	依光 茂太	角田 等	有田 哲正	角田 等
	呼吸器内科・内科		HOT 外来		禁煙外来 15:00～
	熊本大学		永野 潤二		角田 等

●ご質問や気になることはお気軽にご相談ください。

●企業様の健診も行っております。 ●産業医お引き受けいたします。

※土曜日は午前中のみの担当医制で毎週医師が変わります。
詳しくは外来へお問合せ下さい。



〒862-0963

熊本市南区出仲間8丁目2-15
ホームページ: http://www.tohya.or.jp
E-mail: heisei@tohya.or.jp



最寄のバス停	① 田迎小学校前 (旧浜線沿い)	徒歩 5 分
	② 田迎(東バイパス沿い)	徒歩 1 分
	③ 幸田市民センター入口	徒歩 5 分
J R	南熊本駅または平成駅	車 10 分

平成とうや病院 通所リハビリテーションセンター 訪問リハビリテーションセンター

熊本市南区出仲間8丁目2-15 (平成とうや病院1階)

営業日 ▶▶ 月曜日～金曜日 (土日休み)

お問い合わせ ▶▶ 通所リハビリ・訪問リハビリ直通

TEL 096-283-8323 FAX 096-283-8331