



医療法人 清和会

目指します

信頼される病院作りを

技術と知識の習得に努め

日々の研鑽に励み

過ごしていただけるよう

地域の皆さまが安心して

私たちは

写真：栄養部スタッフ

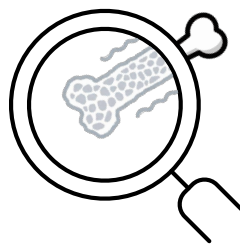
とうや医療福祉グループは、新型コロナウイルス感染症防止に全力をつくしております。ご協力ありがとうございます。

平成とうや病院 地域交流誌

なかま

2023年秋号 vol.39

骨粗しょう症リエゾンサービスと 二次性骨折予防について



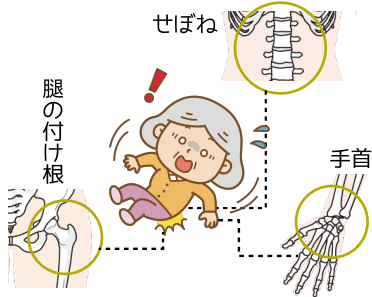
平成とうや病院
副院長／診療部長
リハビリテーション科／整形外科

依光 茂太

以前、骨粗しょう症に関しては記述しました。今回は、骨粗しょう症に対して病院の取り組みについてお話しします。

簡単に、骨粗しょう症について復習してみましよう。骨粗しょう症患者は全国に約1000万人以上いるといわれており、高齢化によって増加傾向であります。骨は新たに作られること（骨形成）と溶かして壊されること（骨吸収）を繰り返しています

が、バランスが崩れ骨の量（骨量）が減って骨が弱くなり、軽微な怪我でも骨折しやすくなる病気で、ホルモンや閉経、老化、薬剤（ステロイド）の副作用などが



て骨が弱くなり、軽微な怪我でも骨折しやすくなる病気で、ホルモンや閉経、老化、薬剤（ステロイド）の副作用などが

関連し、圧倒的に女性が多いです。特に、手首（とう骨遠位端骨折）、せぼね（脊椎圧迫骨折）、腿の付け根（大腿骨頸部骨折）が骨折しやすい部位です。

検査は、当院は以前超音波法でしたが、昨年からは、より正確な測定ができるDXA法（2重エネルギー線吸収法）で精査しています。また、MD法、CT法などもあります。

治療は、骨の吸収を抑える薬、骨の形成を助ける薬、骨吸収と骨形成の骨代謝を調節する薬による治療などがあります。また、カルシウム、ビタミンD、ビタミンK、適量なタンパク質を摂取するよう心掛ける。散歩や片足立ち運動・日光浴をする。禁煙し、過度の飲酒を避ける。これらが予防法となります。



POINT 01

本院の骨密度測定検査のご案内

平成とうや病院放射線科主任技師
高橋 晃

1. 骨密度測定検査とは
骨粗しょう症をはじめとする代謝性骨疾患では骨量が減少して骨がもろくなり、日常生活程度の外力でも骨折を起こすようになります。そのため、骨折を起す前の段階で骨強度を評価し、対策を講じる必要があります。この骨強度を評価するために行われるのが骨密度測定検査です。

2. 本院の骨密度測定検査について

当院では2022年9月に全身用のX線骨密度測定に対応できるよう、TOYO MEDIC社のHorizon X線骨密度測定装置を導入いたしました。この装置では短時間測定と、少ない被ばく線量で正確な骨密度測定が可能なることから、「骨粗しょう症の予防と治療ガイドライン2015年版」において日本骨粗しょう症学会が提唱する、DXA法を用いた腰椎と大腿骨頸部の骨密度測定を行っております。

3. 検査時の注意点

当院の骨密度測定検査は放射線を利用し測定検査をしますので、検査に障害となる可能性のあるもの（ポタン・金属・

ブラジャー・カイロ・シップ・エレキバンなどは外していただきます。また、放射線科で行われる造影検査（バリウム検査）と、核医学検査（検査内容による）は測定値に影響を与えますので、造影検査後1週間ぐらいいは間隔をあける必要があります。

もし、心配なことや、分からないことがあれば、主治医か放射線技師にご相談ください。

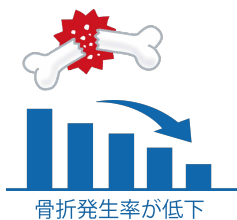
全身骨密度測定装置



TOYO MEDIC 社 Horizon X 線骨密度測定装置

◆骨粗しょう症 リエゾンサービス

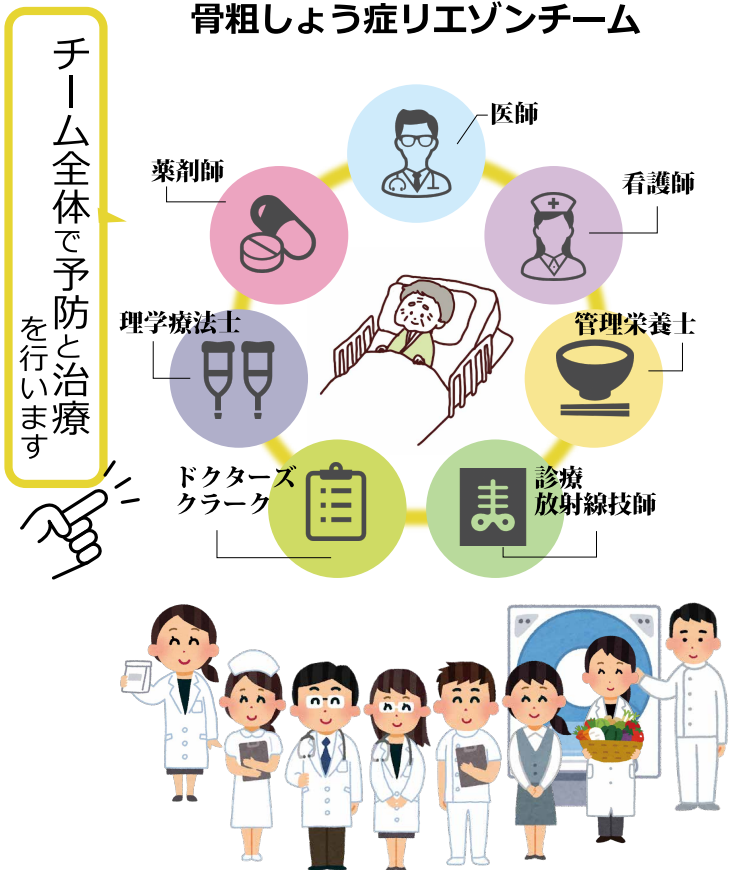
リエゾンとは、連携、連絡という意味があり、診療におけるコーディネーターの役割です。骨粗しょう症の患者さんに、医師、看護師、理学療法士、薬剤師、管理栄養士、放射線技師、社会福祉士などの専門職チームが治療を行うことをリエゾンサービスといいます。これを、行うことで、骨折発生率が低下し、



医療費も抑えることが期待されています。また、一般社団法人日本骨粗しょう症学会は、「メディカルスタッフ（医師／歯科医師以外の医療従事者）」を骨粗しょう症領域における専門スタッフとして基本的知識と技能を認定し、その水準を向上させるため、骨粗しょう症マネージャー設置（認定条件をクリア、試験に合格した者）を推奨しています。

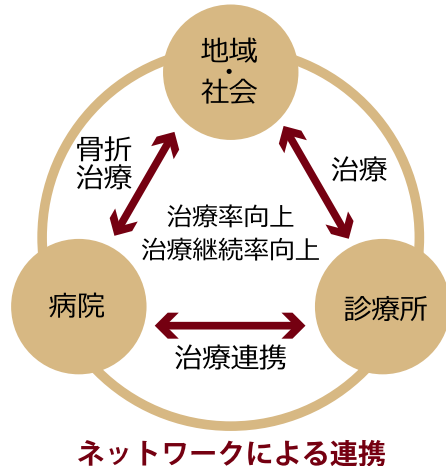


骨粗しょう症リエゾンチーム



◆二次性骨折予防

骨粗しょう症による二次性骨折を予防するため、骨粗しょう症を有する大腿骨近位部骨折患者に対して早期から必要な治療を実施することが推奨されています。簡単に言いますと、「転倒され、救急車で救急病院に搬送、大腿骨頸部骨折の診断で治療しますが、その際に、骨粗しょう症検査をして治療を始めましょう」ということです。当院では、急性期病



ネットワークによる連携



院から紹介された患者さん（転院での入院、外来へ）を継続して治療しています。よって、骨粗しょう症リエゾンサービスと二次性骨折予防は密接に関係しており、2つ同時に取り組むこと（治療）が大切です。



骨粗しょう症について気になられる方は、お近くの整形外科クリニックや当院の外來までお問合せください。

骨粗しょう症
そのうちくるよ
過信禁物

骨粗しょう症
いつかはくるよ
検査しよう

POINT 02

骨粗しょう症の治療薬

平成とうや病院薬剤部 主任薬剤師

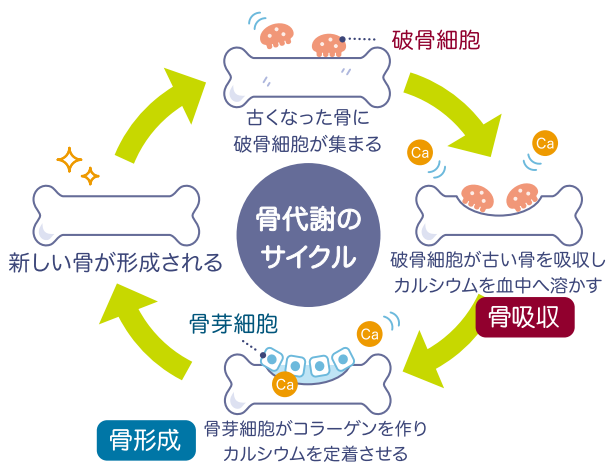
森 豊美

骨粗しょう症の治療薬は、より強力に骨密度増加が期待できる薬や、継続しやすい投与間隔や剤型（薬のかたち）にしたものなど、個々の患者さんの症状や病気の進行度に応じて選択肢が増えてきました。

骨粗しょう症の薬は大きく3つに分類

	選択肢	薬
1	古い骨を壊す働き 骨吸収 を抑える薬	女性ホルモン製剤、ビスフォスフォネート製剤、SERM、カルシトニン製剤、抗RANKL抗体
2	新しい骨を作る働き 骨形成 をうながす薬	ビタミンK2製剤、副甲状腺ホルモン
3	骨吸収 と 骨形成 のバランスを整える薬	活性型ビタミンD3製剤、カルシウム製剤

安全にきちんと効果があらわれるようにするには、薬の用法を守る必要があります。薬によって、飲むタイミングや、注意すべき点がありますので、医師や薬剤師の指示の内容をよく確認しましょう。



骨粗しょう症治療は根気よく

骨粗しょう症と診断され、せっかく薬物治療をはじめても、1年後には患者さんの約5割が処方通りの服薬ができていないという報告があります。多くの場合、骨粗しょう症の薬物治療は、1年・2年とといった息の長い治療で効果があらわれます。痛みが消えた、なかなか骨密度が上がらないからと、自己判断で薬を中断しないようにしましょう。薬が飲みづらかったり、服薬が難しい場合は医師や薬剤師に相談してください。

POINT 03

効果がぐっと高まるウォーキング

骨粗しょう症予防の運動法は・・・？

平成とうや病院／リハビリテーション部

部長／理学療法士 西川伸太郎

骨粗しょう症予防には、カルシウムの摂取と日光浴に加え、ウォーキングや筋力トレーニングなどの骨に刺激が加わる運動が推奨されます。

的だと考えられます。軽い重りを持ったウォーキングは自身の体重に少し負荷を増やしたウォーキングであり、より効果的といえます。

骨はその長軸に対して物理的な刺激が加わることで、強さが増すといわれています。したがって骨粗しょう症を予防するためには、ウォーキングやジョギング、ジャンプや足踏みのような重力がかかる運動が効果

※たくさん歩いた方が骨に刺激が入り良いと思われがちです。ただし、急な歩行量（距離）の増加は負担となり、逆に膝などを痛めることにもつながるので、徐々に歩行量を増やしましょう！

歩き方のポイント

3つのポイントで効果が高まります





熊本の里芋（さといも）
 主な産地は阿蘇、上益城、菊池です。
 出荷時期は、10月下旬～4月下旬までで、11月～3月がピークになります。



「鮭ときのこの炊き込みご飯」

- 材料** (4人分)
 ・精白米・・・300g (2合)
 ・鮭・・・120g
 (切り身で2切れ程度)
 ・食塩・・・ひとつまみ
 ・れんこん・・・40g
 ・ごぼう・・・40g
 ・しめじ・・・20g
 ・しいたけ・・・20g

- A 調味料**
 ・水・・・290ml
 ・ほんだし (かつお) 小さじ1
 ・うすくち・・・大さじ2
 ・料理酒・・・大さじ2
 ・みりん・・・大さじ3/4
 ・かいわれ・・・お好みで

- 作り方**
 [1] 精白米は洗って、水気を切っておく。
 [2] 鮭は一口大、しいたけは千切り、ごぼうはささがき、れんこんは薄いいちよう切りに切っておく。
 しめじは軽くほぐしておく。
 [3] 精白米と切った具材を炊飯器へ入れ、Aの調味料を入れて炊飯する。
 [4] 彩りにかいわれを飾って完成

栄養成分 (1人分あたり)

エネルギー	344kcal
たんぱく質	12.7g
脂質	2.0g
炭水化物	64.6g
食塩	2.0g

秋といえば！
 読書の秋、運動の秋、そして食欲の秋です。今回はそんな食欲を満たしてくれる、秋の食材を使ったレシピのご紹介です。
 秋は旬の食材が多い季節ですが、旬の食材は美味しさだけでなく、栄養価も高くなる傾向にあります。
 炊き込みご飯に使用したれんこんは、ビタミンCをはじめ、カリウムや食物繊維など栄養成分がたっぷりです。また、れんこんに含まれるタンニンは、ポリフェノールの一種で抗酸化作用があり、動脈硬化の予防など健康に広く役立ちます。



平成とうや病院 栄養部
 管理栄養士
 調理師
 栄養士
 中野 珠紀
 田中 彩乃
 吉岡 純
 川上 華世

今回の里芋まんじゅうは、肉団子のまわりに里芋をまわらせていますが、この里芋の粘り気の正体はガラクトタンという水溶性の食物繊維です。ガラクトタンを含む里芋を食べることで、コレステロールの吸収を抑えたり、便通の改善を図ることが出来ます。
 これから冬に近づき、日に日に寒さが迫ってきます。旬の食材から栄養をしっかりととり、風邪やウイルスに負けない体を作りましょう！



里芋まんじゅう

「里芋まんじゅう」

- 材料** (4人分)
 ・里芋・・・320g
B 材料
 ・鶏ひき肉・・・80g
 ・ごぼう・・・20g
 ・玉ねぎ・・・40g
 ・砂糖・・・小さじ1
 ・みりん・・・小さじ1
 ・こいくちしょうゆ・・・小さじ1
 ・小麦粉・・・小さじ1
 ・かたくり粉・・・小さじ1/4

- C 材料**
 ・ほんだし・・・小さじ1/2
 ・水・・・200ml
 ・こいくちしょうゆ・・・大さじ1と1/3
 ・みりん・・・小さじ1
 ・かたくり粉・・・小さじ1と1/4

- 作り方**
 [1] 玉ねぎはみじん切り、ごぼうは小さめのささがき (もしくはみじん切り) にする。
 [2] Bの材料をすべて混ぜ合わせ、肉団子を作る。
 [3] 肉団子と里芋をそれぞれ15分ずつ蒸す。
 [4] Cの材料を火にかけ、あんかけを作る。
 [5] 蒸し上がった里芋をつぶし、肉団子を包んで皿にのせる。
 [6] あんかけをかけ、ゆず皮をお好みで飾って完成。

栄養成分 (1人分あたり)

エネルギー	114kcal
たんぱく質	5.8g
脂質	2.6g
炭水化物	17.2g
食塩	1.1g

・ゆず皮・・・お好みで



入社して半年！

入社してすぐは慣れないことや分からないことばかりでしたが、先輩方が優しく教えてくださるおかげで、安心して働くことができています。悩むこともありますが、プラシスをはじめとした先輩方がいつも気にかけてくださり、とても感謝しています。

まだまだ知識不足で上手くできていないことも多く、周りの方にたくさん迷惑を掛けていますが、一日に一つでも多くできることを増やしていけるよう努力していきたいと思っています。



東4病棟

2023年4月入社 看護師

入社して半年が経ち、慣れない事も多く業務を覚える事に必死ですが、プリセプターや先輩方など病棟全体で新人看護師を支えてくださるので日々成長を感じる事ができています。

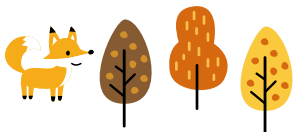
先輩方に教わったことや新人研修で学んだ事を実践で活かす事ができた時や、患者さんが笑顔で退院される姿にやりがいを感じながら仕事をしています。

看護師としてはまだまだ未熟ですが患者さんに寄り添う気持ちを大切に、看護師としても人としても成長できるよう頑張ります。



リハビリテーション部

2023年4月入社 理学療法士



入社時は、緊張と不安でいっぱいでしたが、先輩方のサポートのおかげで知識・技術を徐々に身につけることができ、安心して楽しく働くことができています。現在は、夜勤も始まり不慣れなことも多く、まだまだ知識・技術面でも足りない部分もありますが、積極的に学習を行い、経験を積んでいきたいと思っています。そして、患者様に安心安全な看護ケアを行い、患者様やご家族の方にも信頼される看護師を目指して頑張っています。

新人紹介 VOICES

2023年4月、平成とうや病院に
新人職員21名が入職しました。
その中の4名に
インタビューしましたので
ご紹介します

2023



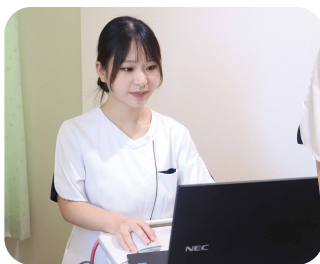
栄養部

2023年4月入社 栄養士

入社当初から上司や先輩の方々からのサポートによって多くの知識や技術を身につけることができていると実感しています。不安なことや分からないことは相談することで安心して業務に取り組むことができています。

社会人として些細なことでも報告、連絡、相談をすることで小さなミスを防ぐことができると感じ、改めて重要なことだと思いました。

まだ慣れないことや分からないことも多いですが、経験を積むことで自分自身の成長に繋げていきたいです。現場での即戦力になれるように日々努力していきます。



西4病棟

2023年4月入社 看護師



平成とうや病院が連携している医療機関や支援センター、施設事業所等をご紹介します



第10回目は
江津しょうぶ苑様を
ご紹介します

【施設名】 江津しょうぶ苑
 【所在地】 〒862-0946
 熊本市東区画図町所島 1039
 【TEL】 096-370-3939
 【FAX】 096-370-5959

【地図】



01 江津しょうぶ苑様のご紹介をお願いします

江津しょうぶ苑は、皆さまが介護や医療が必要になっても「自分らしく」生活できるようお手伝いをさせていただきます。

平成18年にグループホーム、小規模多機能ホーム、認知症対応型通所介護を開設し、平成23年には介護付有料老人ホーム（64床）、訪問看護、福祉用具貸与を開設いたしました。さらに令和元年に介護付有料老人ホーム（84床）、リハビリ特化型デイサービス、企業主導型保育所等を開設する運びとなり、福祉施設としての役割をより多様性のあるものにし、安心し充実した暮らしを提供してまいります。質の高いサービスを提供するため、研修や勉強会を重ね、職員一同力を合わせ信頼できる施設となるよう努力いたします。

今後も地域の皆さまをはじめ、関係者の皆さまのご支援とご協力を賜りながら、なお一層の努力を積み重ねていく所存です。ご指導、ご支援の程よろしくお願い致します。



02 江津しょうぶ苑様のサービス一覧について



＜介護付有料老人ホーム＞
 ご入居者お一人おひとりに合わせたケアプランを作成し、日常生活の支援を行います。特定施設入居者生活介護の指定を受けていますので24時間体制で介護・看護職員常駐で安心してご利用いただけます。また、13～16名のユニットに分けて細やかな介護を提供します。認知症の方や、在宅介護が困難な方はご相談ください。終の棲家としてご利用いただけるように看取りまで対応いたします。

＜小規模多機能ホーム＞
 「通い」を中心として、利用者の様態や希望に応じて、「訪問」や「泊まり」を組み合わせるサービスを提供することです。介護度が中重度となっても在宅での生活が継続できるようにサポートいたします。地域に根差した小規模の施設であるため、「通い」、「訪問」、「泊まり」等のサービスを利用する時に同じスタッフが対応できますので、連続性のあるケアを利用できます。様々なレクリエーションに力を入れており、笑顔があふれる小規模多機能ホームです。小規模多機能ホームの介護支援専門員がケアプランを作成いたします。

03 地域の皆様へメッセージをお願いします

江津しょうぶ苑では、地域に開かれた事業所、必要とされる事業所を目標に、老人会や民生委員、地元の方々と連携し、地域の社会資源として貢献できるよう、例年様々な活動に参加しております。皆さまからの声を聴き、またその声を大切に、私たちしょうぶ苑に出来る事をこれからもお手伝いさせていただきます。いつでもお気軽にご相談ください。

【外来診療】第2・第4・第5土曜日 休診のお知らせ

日頃より当院の運営にご理解をいただき深く感謝申し上げます。
 2023年10月1日より、土曜日午前の外来診療を変更させていただきます。
 第2・第4・第5土曜日の外来は休診とさせていただきます。
 第1・第3土曜日は、午前のみ外来診療致します。
 担当医については外来までおたずねください。
 皆さまには大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力の程
 宜しくお願い申し上げます。



平成とうや病院 病院実績 (2023年6月～2023年8月)



- ・外来患者延数 3,655人 (1日平均47.5人)
- ・入院患者延数 10,209人 (1日平均111.0人)
- ・急性期病院からの新規入院患者件数 173件
- ・在宅復帰率 地域包括ケア病棟 80.6%
- ・在宅復帰率 回復期リハビリテーション病棟 86.2%

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 13:00～16:00
 診療時間 ▶▶ 午前 9:00～12:00 午後 13:30～17:00
 休診日 ▶▶ 土曜日午後・日曜・祝日・年末年始 ※第2・4・5土曜日は休診



平成とうや病院
☎ 096-379-0108

〒862-0963 熊本市南区出仲間8丁目2-15
 ホームページ: <https://www.tohya.or.jp/heisei/>
 e-mail: heisei@tohya.or.jp

- 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・協会けんぽの健診も行っております。
- 産業医お引き受けいたします。

お問合せ
 ・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	消化器内科	呼吸器内科	呼吸器内科	リハビリテーション科	第1・3週のみ診療
	齊藤 忠興	城野 英利	森 孝志	森 孝志	米村 憲輔	
	循環器内科 ※バースター	リハビリテーション科	循環器内科	リハビリテーション科	呼吸器内科	
	鶴崎(熊大)	依光 茂太	齊藤 忠興	依光 茂太	永野 潤二	
	消化器内科	脳神経内科	リハビリテーション科	脳神経内科	脳神経内科	
	有田 哲正	岩谷 奈緒	米村 憲輔	岩谷 奈緒	伊藤 康幸	
午後	内科	内科	内科		内科	※1 10:30-12:00 ※2 13:30-15:00
	加来 以久子 ^{※1}	加来 以久子 ^{※1}	加来 以久子 ^{※1}		加来 以久子 ^{※1}	
	熊本大学		熊本大学			
	呼吸器内科	リハビリテーション科	脳神経内科	消化器内科	内科	
	増永(熊大)	依光 茂太	伊藤 康幸	有田 哲正	長野 祐史	
		呼吸器内科(HOT)	循環器内科(6エコー)			
午後		永野 潤二	熊大医師 ^{※16:00迄}			
	内科		内科		内科	
	加来 裕 ^{※2}		加来 裕 ^{※2}		加来 裕 ^{※2}	

令和5年10月1日現在

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)
 お問合せ ▶▶ 通所リハビリ・訪問リハビリ直通

通所 TEL 096-283-8323
 訪問 FAX 096-283-8331

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. 十分な説明のもとで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

患者様の権利

1. 全ての職種において、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. 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. 患者様が最適な医療を継続して受けられるよう、円滑な医療サービスを提供いたします。
4. 地域の保健・福祉機関との密接な連携を図り、円環に配慮しエコを心がけるとともに、災害時にもハード、ソフトの両面で医療を提供できるように病院機能を維持します。
5. 良質な医療サービスを提供するために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 あなたのために

とうや医療福祉グループ

【医療法人清和会】

- 水前寺とうや病院 [142床]
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
- 平成とうや病院 [160床]
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ピア水前寺 [入所72名・短期入所空床利用型]
シルバーピア水前寺 デイサービスセンター [50名]
- 在宅ステーション水前寺
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
- 特定施設シルバーピアグラウンド通り [入居60名]
- 熊本市高齢者支援センター ささえりあ 江津湖

【社会福祉法人百八会】

- 特別養護老人ホーム シルバーピアさくら樹 [50名、短期入所6名]
- シルバーピア東町デイサービスセンター