

# N 全仁会 ニュース News

全仁会グループ  
倉敷平成病院 広報誌

2023.2 冬号

# No. 108

— 特集 — 医療を知る 病気を知る

## 「てんかん」ってな～に？

— 意外と身近な脳の病気 —



感謝をこめて

# 35<sup>th</sup>

- 4 ピックアップ! …… リハビリテーションセンター 理学療法部門
- 6 コーヒーブレイク Vol.16 …… 眼科医長 石口奈世理
- 7 1日10分 健康体操 …… 創作で楽しく認知症予防
- 8 季節のおたより …… 全仁会グループ 冬の行事
- 10 プロフェSSIONAL …… ケアマネジャー／倉敷在宅総合ケアセンター ケアプラン室 (居宅介護支援事業所) 西村早織
- 11 インフォメーション …… 後期高齢者の窓口負担の見直しについて  
ヘルシーレシピ …… 酒粕と豆乳のなめらかベリームース
- 12 地域とともに／全仁会トピックス

**てんかんとは**  
 大脳(図1)の神経細胞に過剰な電気的活動が生じて様々な症状(てんかん発作)が起こる「脳の病気」です。原因・症状・治りやすさは、患者さんにより様々です。あらゆる年代で発症しますが、お子さんとお高齢の方に多いです。てんかんを持つ人の割合はおおよそ100人に1人といわれています。

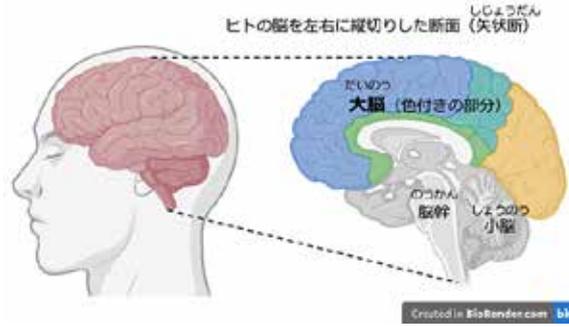


図1:ヒトの大脳

**てんかんの原因**  
 脳の奇形や周産期の問題、遺伝子の異常、外傷、脳血管障害、脳腫瘍、髄膜炎・脳炎、認知症などが関係するものがあります。現代の医学では原因がはっきりとしないこともあります。

**てんかん発作の症状**  
 意識を失って全身けいれん(全身が固まったり、ガクガクしたりする)を起こす、数秒間力が抜ける、体の一部あるいは全体がピクッとする、ぼんやりして無意味な動作(口をもぐもぐする、顔をしかめる、手をもぐもぐする)を繰り返すなどがあります。

医療を知る、病気を知る。

特集

「てんかん」ってな～に？

— 意外と身近な脳の病気 —

倉敷平成病院 脳神経内科

松本 菜見子

**てんかんの診断**

まずは、発作が起こった状況や発作の様子などについて細かくお話をうかがいます(問診)。患者さんの記憶がない場合は特に、発作時の動画があれば診断に役立ちます。次に、検査をします。てんかんと紛らわしい他の病気(図2)を区別することが重要です。コンピュータ断層撮影(CT)、磁気共鳴画像診断検査(MRI)、脳血流シンチグラフィといった頭部画像検査は、てんかんの原因となりうる脳疾患の検索に役立ちます。脳波検査は、神経細胞で生じる過剰な電気活動を異常な脳波として検出するので、てんかん発作の性質を判別するのに役立ちます。検査で異常を認めないこともありますので、細かい問診は、てんかんの診断において非常に重要です。

**失神=一過性の脳全体の血流低下による意識消失**

神経調整性失神  
 起立性低血圧  
 心原性(不整脈、弁膜症、大動脈解離、肺塞栓症 など)

**脳疾患**

脳血管障害、頭部外傷、不随意運動 など

**内科疾患**

薬物中毒、低血糖、電解質異常、尿毒症 など

**睡眠障害**

レム睡眠行動異常 など

**精神疾患**

心因性非てんかん発作、パニック障害 など

図2:てんかんと紛らわしい病気

**てんかんの治療**

抗てんかん薬と呼ばれるお薬を服用して発作を予防します。お薬は、発作の種類、患者さんの状態(体質、生活環境、併用薬)に合わせて使い分けられます。1種類のお薬で発作を抑えられない場合には、いくつのお薬を試しても発作がなくならないうつのお薬を試しても発作がなくならないうてんかんと「難治てんかん」と呼び、

特殊な食事療法や外科的治療を検討する場合があります。

**てんかんの発作が起こったら**

患者さん本人の周りに危険な物があれば取り除き、可能であれば本人を横にしたり安全な場所へ移動させたりして安全を確保してください。発作後に嘔吐したり唾液が増えたりすることがあるので、顔を横にむけてください。意識を失う全身けいれんが5分以上続く場合や、けいれんが一度治まっても意識が戻らないうちに再びけいれんを起こした場合には救急車を呼んで病院を受診してください。

**てんかんと診断された方へ**

「脳の病気」と診断されたら、これまでと同じように生活ができるのか不安に感じられるかもしれません。お薬をきちんと服用して発作が落ち着いていけば基本的には普段の生活を続けることができますが、発作や、発作に伴う事故を予防するために、いくつか注意点が 있습니다。例えば、睡眠不足や過労といった発作を引き起こす要因を避ける、転落の危険がある高所や溺水の危険がある水場で作業をしない、一定期間発作が抑制されるまでは自動車運転は禁止(道路交通法)、などです。

若い世代の患者さんでは、お仕事と治療を両立したり、安心して妊娠・出産・育児へ臨んだりできるよう、担当の医療関係者が協力します。ご高齢になつて初めててんかんと診断された方は、ほとんどがお薬で発作が抑制できると言われている一方で副作用の頻度が高いため、医師の指示のもと慎重に経過をみる必要があります。医療費や療養生活に不安がある場合、一定の条件を満たせば助成を受けられる制度もあります。

てんかんは比較的頻度の高い脳の病気です。正しい診断と治療により、多くの場合は症状を安定させることができます。気になることがあれば、いつでも相談してください。



## 脳神経内科

脳神経内科は脳や脊髄、神経、筋肉の病気をみる内科です。このような病気では、体を動かしたり、感じたりする事や、考えたり覚えたりする事が上手にできなくなったりする事があります。

具体的な症状としては、しびれやめまい、力が入らない、歩きにくい、ふらつく、ひきつけ、むせ、しゃべりにくい、頭痛などたくさんあります。当院では、脳血管障害やパーキンソン病などの神経変性疾患、認知症やてんかなどの患者さんを専門医が診療に当たっています。



脳神経内科 松本 菜見子

資格：  
医学博士  
日本神経学会認定神経内科専門医  
日本脳卒中学会認定脳卒中専門医  
日本内科学会認定医

外来診療担当表

	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	松本	高尾 芳	菱川 9:00~ 林 パーキンソン病 川上	松本	第2・4・5 菱川 高尾 芳	—
午後 13:30~17:00	14:00~ 菱川	—	パーキンソン病 14:00~16:00 高尾 芳	—	—	—

※パーキンソン病外来/水曜日 9:00~12:00、14:00~16:00【予約制】

※もの忘れ外来（認知症疾患医療センター）/月~土 午前【予約制】

TEL 086-427-1140 [予約専用]

「ピックアップ」では、リハビリテーションの3部門を連載紹介する予定です。今号は第1弾「理学療法部門」です。

患者さんの心身機能の改善や低下予防のためのリハビリテーションには様々な職種が関わっています。その中で運動機能の回復を専門とするのが理学療法(士)です。

理学療法とは病気、けが、高齢、障害などによって運動機能が低下した状態にある人々に対し、運動機能の維持・改善を目的に運動、温熱、電気、水、光線などの物理的手段を用いて行われる治療法です。



身体づくりと動作の専門職

## リハビリテーションセンター 理学療法部門

理学療法士は Physical Therapist (PT) とも呼ばれます。ケガや病気などで身体に障害のある人や障害の発生が予測される人に対して、基本動作能力（座る、立つ、歩くなど）の回復や維持、および障害の悪化の予防を目的に、運動療法や物理療法などを用いて、自立した日常生活が送れるよう支援する医学的リハビリテーションの専門職です（日本理学療法士協会HPより）。

全仁会における理学療法部門は、疾患の急性期から回復期、そして退院後の生活期（慢性期）において幅広く対応しています。また、最新の知見をもとに様々な治療方法を取り入れています。



## 各病期の理学療法

### 急性期（発症～約14日） ※疾患によって日数は変わります。

既存の病気の悪化（合併症）の防止と新たな運動機能障害の発生の予防（廃用症候群）の予防を目的に、1日でも早く理学療法を開始し、離床（ベッドから起きること）を促進します。

- ポジショニング・関節可動域運動（ストレッチなど）・筋力トレーニング・呼吸理学療法

### 回復期（急性期～退院）

全身状態が安定し急性期を脱したら、その後は基本動作能力の改善に向けた、積極的な理学療法を実施します。

- 急性期に実施した理学療法を継続しつつ、退院後の生活を見据えた動作練習

### 生活期（退院後～）

患者さんの生活に即した運動機能の維持と向上に向けた介入と、疾患の再発や悪化、新たな運動機能障害を予防する事を目的に実施します。

- ご家庭内での動作のチェック、回復期から実施している理学療法の継続、自主トレーニングの指導、福祉用具の相談など

## 物理療法の実施

理学療法では患者さんに運動や動作をしてもらいながら身体機能の改善を図る運動療法（筋力トレーニングや動作練習など）と、運動療法を円滑に進めるため、運動を阻害する痛みの除去や各組織の柔軟性を改善、筋力増強を促進することを目的に物理療法も併用します。



## 最新の理学療法

### ロボットスーツHAL®

足、腰の筋肉にセンサーを設置し、患者さんが動かそうと思った筋肉の神経信号をひろってロボットの力で動きをアシストします。

麻痺や筋力低下でできない動き（立ち上がり運動など）をロボットの力を借りながら繰り返し実施し、筋収縮と神経信号の増幅を図ります。



### ウォークエイド®

脳卒中の運動麻痺などにより、歩行時につま先が持ち上がらない方に対し、腓骨神経を電気刺激することで、歩行の振り出しの時の引きずりを改善させ歩行能力の向上を目指します。



倉敷平成病院に勤務する医師の  
オススメの食べものや曲などの紹介、  
趣味の話や旅行記など…  
どんなお話が聞けるかな？



お気に入りの木の弁当箱と  
使いこなせていないスプジャマー

## お弁当

「今日も嫌がらせ弁当」、「461個のおべんとう」という映画をご存じですか？前者は母（篠原涼子）が高校生の娘（芳根京子）に、後者は父（井ノ原快彦）が高校生の息子（道枝駿佑）に、毎日お弁当を作る日常を描いた、実話に基づく映画です。思春期の子供と、親とお弁当。多くの人が経験したことがある日常が描かれており、自分目線で過ごした日々を追体験しながらも、違う目線で観ることができ、そこにある優しい愛情にじんわり温かい気持ちになれます。

私は、お昼はお弁当です。毎朝自分で作ります。と言っても、朝調理するのは卵焼きやウインナーくらいで、あとは冷凍保存しておいたおかずをレンジで温めて入れるだけなので、10分で作れる簡単なものです。私は料理が得意！…ではありませんが、冷凍保存が得意です。夕食のときに、唐揚げ、とんかつ、ハンバーグ、アジフライ、ほうれん草のゴマ和え、ひじき煮、さんぴらごぼう、焼きそば、などなど、食べる前に少し別に取って冷凍しておきます。朝はその自作冷凍食品を選んでチンして詰めるだけ。そんな手抜き弁当ですが、お気に入りの弁当箱に入れると、不思議と粋な弁当に見えます。5年前に購入した木のくりぬき弁当箱、その後曲げわっぱも購入し、とても気に入って使っています。普通のプラスチック弁当箱より断然美味しそうに見えて、

気分が上がります。見栄えが良いと、お弁当を詰めるのも楽しくなります。

最近、海外でお弁当が注目されており、英語でもフランス語でも「BENTO」と表記され、世界共通語になってきているようです。きっかけは、日本の漫画やアニメの中でお弁当を食べるシーンがあったことから、日本の弁当文化が世界に知られるようになったと言われています。また、インスタグラム等のSNSで、キャラ弁やデコ弁を含めた見た目の美しいお弁当が世界中の人々の目に触れて、興味を引いたのでしょう。

学校や職場に持って行く手弁当だけでなく、コンビニやスーパーで売られているお弁当、お花見などの行楽弁当、各地の特産品を使った駅弁など、日本の弁当文化は本当に多彩で、生活にも娯楽にも根付いています。ちなみに駅弁と言えば、私が育った鳥取県米子市には、「吾左衛門鮓」という鯖の押し寿司を昆布で巻いた駅弁があります。美味しいですよ。お勧めです。

元氣であれば、あと20年は仕事を続けるつもりですので、まだまだ私のお弁当作りは続きます。今は木の弁当箱がマイブームですが、そのうちスプジャマーも使いこなしたいし、面白そうなるツールが出てきたら試してみたい。自分のペースで無理せず楽しく、お弁当作りを続けていきたいと思っています。

### 眼科医長 石口 奈世理

鳥取県出身。米子東高等学校、筑波大学医学専門学群卒業。  
筑波大学附属病院、筑波学園病院、国立病院機構霞ヶ浦医療センター等を経て、  
2012年4月倉敷平成病院着任、現在に至る。日本眼科学会専門医、日本眼科手術学会。



## “創作で楽しく認知症予防”

倉敷平成病院 リハビリテーション部 公認心理師 仁科 沙耶

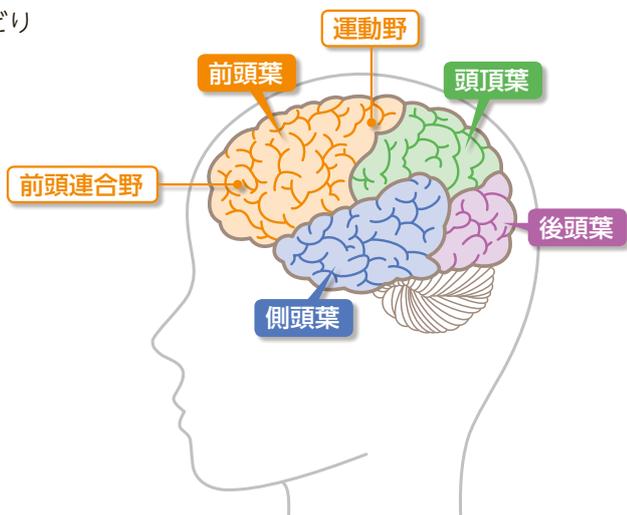
皆さんは“認知症予防”と聞いたら何を思い浮かべますか？“運動”、“計算”など様々なものがいふかぶと思います。また普段の生活の中で、何気ない作業でも意外と頭を使って行っていることがあります。例えば料理では1品作るにも、必要な具材を書き出し、メニューに合わせて具材を切り、何から炒めるか段取りをし、味付けをイメージして、料理に合うお皿を選んで…と様々なことを考えています。認知症予防として、全身や手先の運動はもちろん重要ですが、できれば手軽に、楽しく取り入れられるものがあれば嬉しいですね。

今回は塗り絵について説明します。塗り絵は子どもの遊びというイメージがありますが、大人が行うことで心の安定、ストレス発散、さらに脳トレのように認知症予防の効果もあると言われていいます。世界的にも年齢に関係なく気軽に楽しむことができると注目されています。

### 塗り絵×脳トレって？

塗り絵を行う際には、様々な脳の機能を使っています。どこから塗り始めるか、どの色を使うかなどプランを組み立ててイメージし、実際に手を動かして塗るという一連の流れの中で、実際にどの部分の脳を使っているかというと…

- 視覚を通して全体を把握・認識する **後頭葉**
- 過去に見た色や形などの知識や経験をたどり  
相応しい色を判断 **側頭葉**
- どこに何が描かれているかを把握し、  
構図を覚える **頭頂葉**
- 情報をもとにプランを立てる  
**前頭連合野** (前頭葉の一部)
- プランに従って手を動かす  
**運動野** (前頭葉の一部)



それぞれの脳の機能を活性化させることで、認知症予防につながると言われています。

### 塗り絵のポイント

- 自分が楽しめる絵柄、難易度を選びましょう
- 脳全体を活性化させるために必要なのは、“夢中になって楽しむこと”です

ぜひ皆さんも生活の一部に取り入れてみてはいかがでしょうか。



## 「第2の我が家」としての関わり

ピースガーデン倉敷ショートステイ

介護科長 片山 智恵子

ショートステイは短期間の宿泊施設ですが、ご利用の方にとって『第2の我が家』としての存在でありたいと願っています。コロナ禍のため、当施設でも様々な制限があります。感染予防を心掛け多職種が連携して日々のサービスを提供しています。

ショートステイの目的のひとつに、「在宅で生活を継続していくためにご利用の方の現在の能力を維持していくこと」があります。機能訓練指導員が中心となり、介護士もリハビリ担当として歩行訓練や足踏み訓練を生活の一部として取り入れています。リハビリで関わっていると、車いすを利用されている方も「リハビリ」と言う言葉に敏感な方が多いことに気付きます。真剣な表情で取り組まれ、「家に帰るために元気になる」と「家族に迷惑をかけたくない」という強い意志が伝わってきます。私たちも精一杯ご支援してまいります。

また、楽しみの発見や馴染みの友人を作ることを目的に集団や個別での「プログラム」を実施しています。

これからも、お一人おひとりの心に寄り添い、ご利用の皆様、ご家族に安心してお過ごしいただける「我が家」となるよう努めてまいります。



居室での食事



脳トレの様子



平行棒を使って足踏み訓練



平行棒を使って歩行リハビリ

## ピースガーデン倉敷 ショートステイ

「ピースガーデン倉敷ショートステイ」は複合型介護施設ピースガーデン倉敷の3階にある、短期入所生活介護（ショートステイ）です。ご利用いただく期間は2日～30日間と様々ですが、その人らしい生活をご家族に代わって提供し、日常生活上の援助を行う施設です。

生活リズムを整えるために、集団体操や脳トレプリント、曜日別プログラムを実施することで、ご利用の方々の笑顔を引き出し、1日をお過ごしいただいています。また、現在の身体能力を維持していくために機能訓練指導員（看護師）と介護士が連携して個別リハビリを実施しています。その方の「できる可能性」を導き出し、少しでもご家族の負担が軽減できるよう介護相談や指導も行っています。

介護されるご家族が、一時的に介護ができなくなった場合や休養を取りたい時、施設入所を検討されその雰囲気慣れたいとお考えの時などございましたら、ご利用をお待ちしております。



【上】集団体操 【下】居室

所在地 倉敷市白楽町40（ピースガーデン倉敷3階）

TEL 086-423-2133

定員 28床（個室4室、多床室6室）

※登録喀痰吸引等事業者（口腔内の喀痰吸引・鼻腔内の喀痰吸引・胃ろう又は腸ろうによる経管栄養）



# 季節のおたより



※感染対策を行い行事・活動を行っています。写真掲載の許可をいただいています。

- 倉敷老健
- 倉敷在宅総合ケアセンター
- ピースガーデン倉敷
- ローズガーデン倉敷
- グランドガーデン南町
- ドリームガーデン倉敷

## 倉敷老健

新年を迎えて  
〜鶴寿千歳〜

新年を迎えるにあたり、老健の玄関にしめ飾りと門松を飾りました。昨年は新型コロナウイルス感染症で、楽しみにしていた色々な行事が中止になるなど、慌ただしい1年でした。



今年には感染対策に留意しながら工夫して行事を開催し、ご入所の方々と楽しく笑顔で過ごしてまいりたいと思います。  
(高見)



## グランドガーデン南町

正月を味わう  
正月の楽しみ

煮やおせち料理で正月の楽しみと言え、お雑煮やおせち料理でしょうか？お雑煮やおせち料理は地域や家庭によっても違うかと思えます。グランドガーデン南町においても少しもお正月気分を味わっていただけるように元旦にはささやかながら、おせち料理を出しております。



ご入居の皆様が無病息災に過ごせますようにと願っています。  
(森)



## 倉敷在宅総合ケアセンターショートステイ

今年も元気に過ごそう！  
〜朝の体操のご紹介〜

毎朝、ケアセンターショートステイではDVDで動画を見ながら4種類の体操を行っています。4年前にオリジナル動画(DVD)を作成したのですが、このたび、1月から新たに日替わりの内容で字幕付きの動画を制作しています。コロナ禍で機能訓練(レクリエーション)も限られた内容しか行えないので、しっかり身体を動かしていただきたいと思っています。  
(樋口)

## ドリームガーデン倉敷

クリスマス企画  
重さ当てゲーム開催

12月23日、クリスマス企画として1階事務所前にて「重さ当てゲーム」を開催致しました。碁石をすくって100グラム丁度になると「ピタリ賞」、その他重さによって「ニアピン賞」などをご用意しました。「ちよっと難しいかな…」という職員の心配をよそに、ピタリ賞4名、ニアピン賞12名という結果で、初めてのゲームを皆様とても楽しんでおられました。  
(猪原)



## ローズガーデン倉敷

クリスマス  
ローズガーデン

クリスマスは、毎年12月に1階ロビーにクリスマスツリーやサンタクロースを飾っています。また、中庭には輝くイルミネーションが点灯します。道行く人々や子どもたちが足を止め、イルミネーションの前で写真を撮り、楽しむ様子は大変心温まる光景です。

今年のクリスマスには、皆さんもぜひ足を運んでみてください。  
(本地)



“強みを持った  
ケアマネジャーを目指して”



介護が必要になった時、窓口としてあらゆる相談に柔軟に対応し、最適なサービスを提案・調整してくれる心強い存在のケアマネジャーについてご紹介します。

Q. どのような仕事ですか

介護を必要としている方の相談に乗り、ご本人やご家族の希望を伺った上で自立した生活が送れるようケアプランを作成し、適切な介護サービスが受けられるようサービス事業所との調整を行います。そして、定期的にご自宅を訪問して、介護が適切に受けられているか、体調不良や困りごとが新たに発生していないかなど経過を見ていきます。

Q. ケアマネジャーを目指したきっかけ

母がケアマネジャーをしている事が一番大きいと思いますが、以前の職場で通所リハの相談員をしていた時に、ご利用の方やご家族の不安な思いに真摯に耳を傾け、優しく寄り添っているケアマネジャーさんたくさん関わり、私もそんな信頼関係を築けるケアマネジャーになりたいと憧れました。受験資格に必要な5年の現場経験を経て資格を取得しました。

Q. ケアマネジャーと一口で大切にしていること

ご利用の方が今現在困っていること、できない事について目を向けてし

まいがちですが、できている事、その方の強みがあるのにも目を向けるようにしています。また年齢や病気になるだけを見ているのではなく、その方がどのような人生を歩んでこられたのか、その中で築いてこられたご家族との関係性、これからの生活の望んでいるのかなど、その方の想いを大切に支援しています。

Q. 印象に残っているエピソード

在宅のケアマネジャーを始めて間もない頃、若年性認知症の女性を担当させていただきました。若くして発症しているため進行が早く、介護をしているご主人は大変だったと思いますが、弱音を吐くことなく飄々と介護をされていました。予後がどうなっていくのかケアマネジャーの私の方が不安を感じながら支援をしていましたが、担当して半年以上経ったころ、初めて「これから妻がどうなっていくのか不安なんです」と涙を流しながら話してくださいました。その涙を見た時に、もっと早く本音を話してもらえような関係性を築けていたらと経験の浅さを痛感した出来事でした。

Q. 今後の目標

当事業所には私よりも経験豊富な先輩ケアマネジャーが沢山いて、困った時はいつもアドバイスももらっています。皆、様々なケースを担当していますが、認知症ケアに強い人、在宅医療に強い人、その他行政との関わりや障がい福祉サービス

に強い人等それぞれに強みがあります。私もこれから経験と知識を深め、「このことは西村に任せれば大丈夫」と言ってもらえるような専門性の高いケアマネジャーになりたいです。

Q. ケアマネジャーを目指している人にメッセージ

ケアマネジャーの仕事には、ご利用の方の生活を背負っているような負担感を感じることもあります。それ以上に、一部分ではなく生活全体を見てご利用の方と深く関わることができ、不安に寄り添って一緒に悩みながらも、自分が提案したサービスでご利用の方の生活が生き生きと潤っていく様子を間近で見られるとてもやりがいのある魅力的な仕事です。人生の大先輩であるご利用の方々の考えを通して自分も成長できる場面が多々あります。

Q. 患者様にメッセージ

ケアマネジャーの役目は介護保険サービスを調整するだけではありません。自宅の環境を整えたり、医療機関と連携を図ったり、行政機関や地域の民生委員、保健師など様々な機関と繋がって支援します。何かお役に立てることがあると思いますので、お困りのことがあればお気軽にご相談ください。



倉敷老健  
岡本 尚之

## 後期高齢者の窓口負担の見直しについて

医事課 荻野 紗代

令和4年10月1日から後期高齢者制度の変更により、医療費の窓口負担割合に新しく「2割」が追加され、「1割・2割・3割」の3区分へ変更となりました。後期高齢者医療の被保険者の方は、一定以上所得がある方は窓口負担が2割になります。全被保険者の約20%が該当し、370万人が対象になると言われています。

- ① 課税所得の標準報酬月額が28万円以上（課税所得145万円）
- ② (単身の場合) 年金収入+その他の合計所得金額が200万円以上  
(複数世帯の場合) 年金収入+その他の合計所得金額が320万円以上

の両方の条件に当てはまる方が対象になります。

また、2割負担となり急に医療費が増えることが想定されるため配慮措置が設けられています。配慮措置は外来分のみ対象です（入院は対象外です）。

### 配慮措置の概要

2割負担になった方については配慮措置が適用され、1割負担の時と比べて1ヶ月あたり最大3,000円の負担増に抑えられます。窓口の上限額は「1割負担+3,000円（配慮処置の上限額）」または「18,000円（既存の制度の高額療養費制度の上限額）」のいずれか低い額を支払う事となります。

また、同一月に複数の医療機関を受診すると、それぞれの医療機関で上限まで支払いが発生します。そのため、1ヶ月の負担増を3,000円までに抑えるために差額を後日、高額療養費として払い戻しされます。配慮措置は高額療養費の仕組みで行われるため、今まで高額療養費制度を使ったことがある方は申請が必要ありませんが、未申請の方は都道府県から申請書が送付されます。配慮措置の上限額を超えた場合の払い戻しになりますので、申請書が届いた場合は忘れずに申請を行ってください。

## Healthy Recipe ヘルシーレシピ

倉敷平成病院 管理栄養士 田邊 恵



### ポイント

酒粕と豆乳を使うことで、レアチーズムースのような口当たりのよい食感になります。

酒粕は、80℃以上で3～5分弱火で煮詰めれば、アルコール分は飛ばすため、お子さんと一緒に召し上がることができます。

## 酒粕と豆乳のなめらかベリームース

### 材料 [5個分]

豆乳……………	200cc	レモン汁……………	小さじ2
酒粕……………	40g	イチゴ……………	10個
砂糖……………	30g	（飾り用：5個）	
粉ゼラチン……………	5g	（ムース用：5個）	
水……………	大さじ2	ブルーベリー……………	10粒
生クリーム……………	100cc	ミント……………	適宜

### 作り方

- 1 粉ゼラチンを水でふやかす。
- 2 酒粕を豆乳でふやかし、フードプロセッサーでなめらかになるまで混ぜる。
- 3 鍋に2を入れ、砂糖を加えながら火にかける。砂糖がとけたら1を入れて沸騰させないように混ぜる。酒粕のアルコール分を飛ばすため、沸騰させないように3～5分弱火で煮詰める。
- 4 生クリームをとろっとするくらいまで泡立て器で混ぜる。
- 5 少量の4とムース用のイチゴ、レモン汁を、フードプロセッサーでなめらかになるまで混ぜる。
- 6 3～5をボウルで混ぜ合わせ、器に流し入れて冷蔵庫で冷やす。
- 7 ムースが固まったら、いちご、ブルーベリー、ミントを飾って完成。



栄養成分 1個分 エネルギー：127kcal 塩分：0.1g

## 地域の医療機関の皆様へ — 紹介患者さまの予約窓口について —

いつも当院との連携業務にご協力いただきありがとうございます。

多くの患者さまのご紹介、心より感謝申し上げます。これからも一人でも多くの患者さまに当院の「わかりやすいやさしい医療」をお届けできるよう、地域連携業務に尽力して参ります。

当院予約において、【認知症疾患医療センター】【画像系検査のご依頼】は、直通電話を設けて専門スタッフが対応しております。スムーズなご案内を心がけておりますので、どうぞよろしくお願い致します。

### ■ 認知症疾患医療センター TEL:086-427-3535 FAX:086-427-1197

【ご予約】 ホームページにある予約申込書にご記入の上、FAXにて送信してください。  
診療情報提供書のご準備をあわせてお願いします。

### ■ 画像系検査のご依頼 (CT、MRI、骨塩定量) TEL:086-427-1194 (放射線部直通)

【ご予約】 必要書式はホームページ上よりダウンロードできます。  
その他、詳細についてはホームページをご確認ください。

その他、一般のご予約は、地域医療連携センターでご対応致します。

ホームページにある予約申込書をご記入の上、FAX (086-427-1197) をお願い致します。

地域医療連携センター 課長 山川 恭子

地域とともに

ご不明な点がございましたら、  
お気軽に下記までお問い合わせください。

## 倉敷平成病院 地域医療連携センター

TEL 086-427-6550 (直通) FAX 086-427-1197 (直通)

窓口対応時間 月曜日～金曜日 8:30～17:00 土曜日 8:30～12:00



動画の視聴は  
こちら



郵送申込フォーム



動画と冊子を使った新しい形での『ぞみの会』開催も早3年目となりました。テーマは『こんな時こそ、救急から在宅まで一貫した医療・介護を、共に歩む全仁会』です。

今回は認知症疾患医療センター長 増田 谷陽介先生による『もの忘れ外来ってどんなところ?』、耳鼻咽喉科医長 増田 勝巳先生による『耳鼻科で診るめまい』の2題の勉強会をはじめ、救急車に関するQ&Aや、全仁会職員が実践している健康法、全仁会にある相談窓口や入所・通

所施設の紹介、歯科と栄養科によるオーラルフレイル予防など、皆さんが知りたい・気になる情報が幅広く盛り込まれた内容になったのではないかと思います。

動画は11月1日(火)から毎週火曜日9時に当院のYouTubeチャンネルで公開し、12月20日(火)までに全10動画を公開しました。

冊子は10月28日(金)より外来に設置、また、当院ホームページからもダウンロードしてご覧いただけます。ご希望の方には郵送も行っておりますので、申し込みフォームからご連絡ください。(数に限りがあります)

秘書・広報課

10/28

第57回のぞみの会

『こんな時こそ、救急から在宅まで一貫した医療・介護を、共に歩む全仁会』

Topics  
全仁会

10/25

### 牟礼センター長が オンライン セミナーで講演

10月25日(火)に牟礼英生センター長がボストン・サイエンティフィック・ジャパン株式会社主催オンラインセミナーにて講演を行いました。



講演タイトルは「進行期パーキンソン病の外科治療とサポート管理」です。パーキンソン病の病態や脳深部刺激療法 (Deep Brain Stimulation: DBS) をはじめとする最新の外科治療、多職種連携の重要性、当院での治療内容を講演しました。

今回は近隣施設のケアマネジャーや介護関係者といった実際にパーキンソン病患者のケアに従事されている方を対象としており、講演後の質疑応答では嘔下機能や薬の飲み方、症状変化に気を付ける点など専門的な内容も多く、パーキンソン病に対する関心の高さを伺うことができました。

臨床工学課 主任 高須賀 功喜

10/30

### 第14回 くらしきみなみ文化祭参加

10月30日(日)倉敷南小学校体育館で3年ぶりに開催された第14回くらしきみなみ文化祭に事務1名が参加しました。  
会場は、防災グッズや、地域の皆さんが制作された作品展示、むかし遊び体験コーナーがあり、子供から大人まで楽しめる内容でした。  
今回は、全仁会グループ各施設のパンフレットの配布や、「第57回のおのの会」の冊子より、急な体調不良等で救急車を呼んだ際にどう対応するか、また、全仁会グループの4つの相談窓口をパネルで紹介しました。たくさんの方にパネルの前で足を止めて見ていただきました。  
感染対策のため、開催時間を2時間と規模を縮小しての開催でしたが、地域の方とふれあうことができた貴重な時間でした。 秘書・広報課



11/5

### 第35回神経セミナー 「やさしく学ぶパーキンソン病」開催

11月5日(土)、「第35回神経セミナー」が、昨年に引き続き感染対策に留意して参加者約50名で開催されました。  
講師に藤田医科大学脳神経内科教授 渡辺 宏久先生をお迎えし、「パーキンソン病の診断と治療」をご講演いただきました。

講演は「パーキンソン病の診断」「運動症状の治療」「非運動症状の治療」「Emotional well-beingの重要性」の4つの視点からお話しくださり、世界初のパーキンソン病患者さんのビデオ等、貴重な動画資料をいくつもご紹介いただきました。また、パーキンソン病発症の機序とされる、神経細胞の脱落の状態等をMRI画像やDATスキャン画像を示されながらご説明くださいました。

最後の質疑応答の時間で、渡辺先生は「パーキンソン病治療での運動・栄養・内科的治療・外科的治療を車の四輪のように重要と考えている。しかし、その四輪車を動かすために最も重要なのは『患者さん本人の気持ち』で、ドーパミンが一番よく出るのは患者さんが笑顔の時、『やるぞ』という気持ちの時です」とお話しされました。

「今の精一杯の治療に比べ、近い将来の精一杯の治療は間違いなく大きく前に進んでいます」という言葉を紹介いただき、研究と臨床の第一線で活躍されておられる先生の、前向きな姿勢に大変感銘を受けました。

神経セミナーの様子は、当院YouTube動画でご覧いただけます。ぜひご視聴ください。

秘書・広報課



藤田医科大学  
脳神経内科教授  
渡辺宏久先生



YouTube視聴は  
こちらから



10/29  
脊髄刺激療法 (SCS) の  
バースト刺激「Burst DR  
Local Seminar」参加

10月29日(土)にアボットメディカルジャパン合同会社主催のセミナー講演に参加しました。

当院からは牟礼英生センター長が「当院における脳卒中後疼痛とパーキンソン病関連疼痛に対するBurst DR刺激の効果」について講演を行いました。脊髄刺激療法の適応疾患は複数ありますが、脳卒中後疼痛もその一つとされています。また、パーキンソン病関連疼痛については、主に筋骨格系の症状や神経伝達物質のドーパミン低下によって痛みが生じやすくなると考えられています。当院の症例実績から脳卒中後疼痛やパーキンソン病関連疼痛に対して内科的治療も含め脊髄刺激療法は積極的な治療選択になり得ると考えられます。

他施設からも脊髄刺激療法についての発表や脊髄刺激療法の手術手技に関して体験型の講演があり、有意義な時間を過ごすことができました。

今回のセミナーで、他施設の症例や刺激方法の一つであるBurst DR刺激(バースト刺激)の治療効果について学ぶ事ができました。今後も積極的に脊髄刺激療法に関わり、得られた知識や経験を活かしていきたいと考えています。

臨床工学課 副主任

樽井 慎



11/16  
令和4年度倉敷もの忘れ・  
認知症事例検討会開催

11月16日(水)、ライフパーク倉敷にて令和4年度倉敷もの忘れ・認知症事例検討会「認知機能と運転免許」車の運転どうしよう」が開催されました。

当院認知症疾患医療センターが主体となり、当院の事例を元に地域の様々な職種(医師、薬剤師、ソーシャルワーカー、臨床心理士等)で、運転免許の自主返納へつながる環境資源は何か、生活背景に何がかななどを話し合いました。グループワークを行うことで、一人では見えなかった様々な視点から、問題や前向きな改善方法も見いだすことができました。移動支援だけでなく、地域での買い物ができる環境整備、それに伴う地域の人と人とのつながりが運転免許返納の重要な鍵を握っていることが明らかになりました。

この事例検討会を通して、地域の医療・福祉機関や倉敷市役所の方と意見交換することができたことで、当院認知症疾患医療センターとしての役割を担えたと思います。

医療秘書課 副主任

上野 節子



12/18  
粒江ふれあいフェア参加

毎年、粒江小学校で開催されている地域の行事「粒江ふれあいフェア」が12月18日(日)、3年ぶりに開催され、ケアハウスとしてブース出展で参加しました。

つきたてのお餅、地元で採れた野菜やみかん、カレーやうどんの販売、健康チェックやプラ板作りなど、盛りだくさんの内容で、地元では冬の一大行事となっています。

ケアハウスのブースでは体力測定のコナーや職員とご入居の方で制作した小物・雑貨の販売コナーを設けました。可愛いプラ板、ビーズ小物が目当ての小学生、便利な袋、バッグを購入されるご高齢の方々や、ご自身の握力を気にする男子学生、体力を気にされているご高齢の方など、たくさんの方にお越しいただきました。

コロナ感染症の状況にもよりますが、地元でのイベントなどがあれば今後も参加していきたいと思っています。

ケアハウス 施設長 猪原 徹



# 35<sup>th</sup>

## 社会医療法人 全仁会 倉敷平成病院 創立35周年記念式典



倉敷平成病院は1988年1月11日に開設されました。本年35周年を迎え、1月14日(土)、感染対策に則り間隔を十分に空けた会場(倉敷アイビースクエアエメラルドホール)にて、創立35周年記念式典を執り行いました。

式典には、岡山大学脳神経外科伊達教授、岡山大学脳神経内科石浦教授をはじめ、伊東倉敷市長、難波倉敷医師会会長、川崎医科大学附属病院永井病院長等多くのご来賓の方々が出席くださり、10名の方々からご祝辞をいただきました。

また、高尾聡一郎理事長から「2023年スローガンと重点項目」が発表され、職員の令和5年永年勤続表彰式も併せて執り行いました。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大や超高齢化社会、人生100年時代など、病院を取り巻く環境は大きく変わりつつありますが、開院当初からの「救急から在宅まで何時いかなる時でも対応します」という理念を軸に、これからも地域の皆さまを医療・介護の面からお支えできるよう、これから先も40年、50年と愛される病院であり続けられるよう、職員一同歩みを進めてまいります。



社会医療法人全仁会  
理事長  
高尾聡一郎



倉敷平成病院  
院長  
高尾芳樹



永年勤続表彰



記念撮影 (来賓と倉敷平成病院医局)

# 売店がリニューアルしました

1月16日(月)、当院1階にある売店が、ヤマザキYショップ 倉敷平成病院店としてリニューアルオープンしました。

オープン時には福袋や特別価格商品なども用意され、リニューアルオープンにふさわしい盛況ぶりでした。

レジカウンターが出入り口付近に移動し、陳列棚の並びも変わったことで店内の様子が分かりやすくなり、パンやお弁当などの種類も充実しました。店頭には電子看板が設置され、お店の情報やおすすめ商品を紹介しています。

また、クレジットカード・電子マネー・QRコード決済といった各種キャッシュレス決済や通信・電気・ガス等の料金の支払いもできるようになりました。ぜひご利用ください。

## ヤマザキYショップ 倉敷平成病院店



営業時間

月～土曜日 / 8:30～17:00  
日曜日・祝日 / 8:30～14:00



### 編集後記

先日、創立35周年記念式典に参加いたしました。私が生まれる前から地域に根差した医療を提供してきた倉敷平成病院。その一員として、これからも真摯に業務に取り組み、私も未来への良いバトンを繋いでいけるよう、日々精進したいと決意を新たにしました。(A)



全仁会グループ 社会医療法人 全仁会 / 社会福祉法人 全仁会 / 有限会社 医療福祉研究所ヘイセイ



### 倉敷平成病院

倉敷市老松町4-3-38  
TEL.086-427-1111  
FAX.086-427-8001

救急指定

#### 倉敷平成病院

- 内科 ● 脳神経内科 ● 脳神経外科 ● 脳卒中内科 ● 整形外科 ● 消化器科 ● 循環器科
- 呼吸器科 ● 耳鼻咽喉科 ● 形成外科 ● 皮膚科 ● 眼科 ● 総合診療科
- リハビリテーション科 ● 放射線科 ● 麻酔科 ● 和漢診療科 ● 歯科

#### 倉敷ニューロモデュレーションセンター

- 脳神経外科

#### 倉敷生活習慣病センター

- 糖尿病 ● 代謝内科

#### 総合美容センター

- 美容外科 ● 形成外科 ● 婦人科 ● 乳腺外科

#### 認知症疾患医療センター

#### 神経放射線センター

#### 平成脳ドックセンター



#### 倉敷老健

倉敷市老松町4-3-38  
TEL.086-427-1111



#### 倉敷在宅総合ケアセンター

倉敷市老松町4-4-7  
TEL.086-427-0110

- 訪問看護ステーション
- ホームヘルプステーション
- ショートステイ
- 通所リハセンター
- 予防リハセンター
- ケアプラン室
- 高齢者支援センター
- ヘイセイ鍼灸治療院



#### 複合型介護施設

#### ピースガーデン倉敷

倉敷市白楽町40  
TEL.086-423-2000

- 地域密着型特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- グループホーム
- デイサービス



#### 住宅型有料老人ホーム

#### ローズガーデン倉敷

倉敷市南町4-38  
TEL.086-435-2111  
平成南町クリニック



#### サービス付き高齢者向け住宅

#### グランドガーデン南町

倉敷市南町1-12  
TEL.086-435-2234

- 特定施設入居者生活介護
- ヘルプステーション南町
- 南町ケアプラン室



#### ケアハウス

#### ドリームガーデン倉敷

倉敷市八軒屋275  
TEL.086-430-1111

- ヘルプステーション