

たつの市民病院機構 広報誌



笑顔通信

2025.5
VOL.06

“こころある医療・介護”を
通して地域に貢献する

特集

リハビリテーション栄養

～リハなくして栄養ケアなし、
栄養ケアなくしてリハなし～



TATSUNO CITY HOSPITAL ORGANIZATION
地方独立行政法人たつの市民病院機構

ご挨拶

地方独立行政法人たつの市民病院機構
院長補佐

北村 宅矢



こんにちは。たつの市民病院 院長補佐の北村でございます。
私が当院に赴任してから、早いもので10年近くが経ちました。
この間、本当にたくさんの患者さまと出会い、そしてお別れも経験してきました。

まだまだ、皆さんことを十分に理解できていない部分もあるかと思いますが、地域の秋祭りに参加させていただくなどして、少しでも皆さんの暮らしや価値観に触れたいと努めてきました。

病院では一般内科を担当し、さまざまな病気の診断を行っています。当院は「在宅療養支援病院」としても、地域の皆さんのが住み慣れた地域で安心して療養生活を送っていただけるよう支える役割を担っています。通院が難しい方や、ご自宅での療養を希望される方が安心して過ごせるよう、訪問診療をはじめとする在宅医療にも力を入れています。

また、当院では高度な専門治療は行っておりませんが、必要に応じて専門病院へご紹介し、適切な医療につなげる「地域のかかりつけ医」としての役割を大切にしています。

皆さんに気軽に声をかけていただけるような、相談しやすい雰囲気づくりを心がけています。体のこと、心のこと、気になることがあれば、どうぞお気軽にご相談ください。



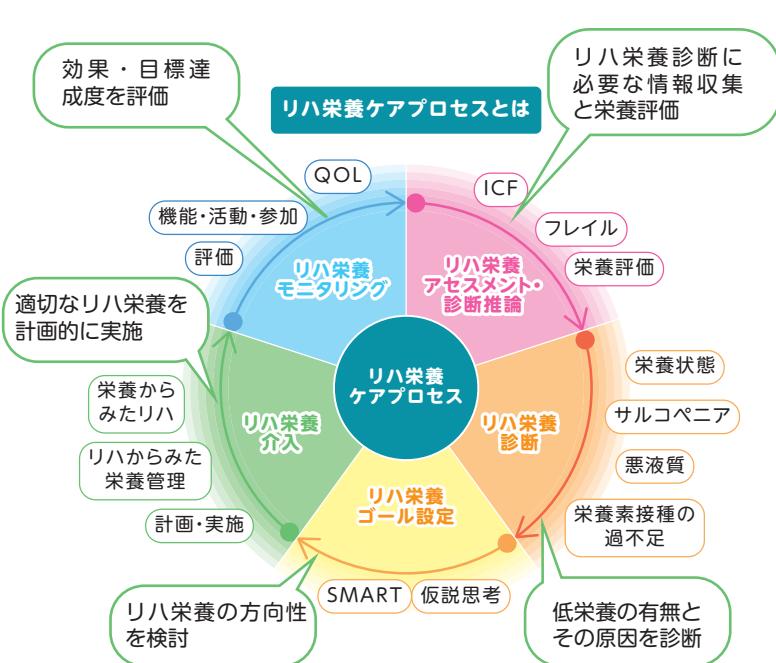
リハビリテーション栄養

～リハなくして栄養ケアなし、栄養ケアなくしてリハなし～

皆さんはリハビリテーションを受けられたことはあるでしょうか？

リハビリテーション対象者、特に高齢者では低栄養やフレイルが高頻度に見受けられ、生活機能が損なわれる要因となっています。低栄養のままリハビリテーションを行うと栄養状態の悪化が懸念され、体力・筋力の低下をまねく可能性があります。そのため、リハビリテーションと栄養療法は同時にすることが推奨されており、この組み合わせをリハビリテーション栄養(以下:リハ栄養)と呼びます。リハ栄養は日常生活動作(ADL)や生活の質(QOL)を向上させます。

質の高いリハ栄養の実践には、以下に示す「リハ栄養ケアプロセス」に沿ってマネジメントサイクルを回すことが有効とされています。



当院では…

医師、看護師、栄養士、リハビリなど多職種でカンファレンスし、患者様一人ひとりに合わせた食事提供を行っています。また、全身状態や栄養状態、リハビリテーションの負荷量に合わせて食事のエネルギー量や栄養素を見直し、適切な負荷量での運動を提供しています。

自宅でも健康維持に努めてもらえるよう、栄養指導やお家でできる運動の指導も行っています。

お家でできる運動



ウォーキング

10分～30分
軽く汗ばむ程度



立ち座り運動

5回～10回



かかと上げ運動

10回～15回



タオル体操
深呼吸を
しながら10回

※回数や時間は目安です。体調に合わせて無理の無い範囲で行ってください。

専門診療科 整形外科

所属学会 日本整形外科学会 日本骨粗鬆症学会

専門領域 整形外科一般 外傷 慢性疾患 骨粗鬆症

メッセージ

2025年4月より整形外科で診療させていただきます、湯川晋弘（ゆかわ くにひろ）と申します。出身は大阪府東大阪市で、高知大学医学部に進学し2017年に卒業しました。兵庫医科大学病院で

初期研修を開始し、初期研修2年間のうち8ヶ月間は姫路医療センターで勤務しました。姫路での生活の中で『米のささやき』と出会い、私のイチオシの日本酒になりました。今回たつの市で勤務する楽しみの一つになりそうです。初期研修修了後は兵庫医科大学整形外科学教室に入局し、ささやま医療センター、JCHO神戸中央病院、兵庫医科大学病院救命救急センター、宝塚市立病院での勤務を経て今に至ります。所属学会は日本整形外科学会、日本骨粗鬆症学会などで、2023年に整形外科専門医に認定されました。診療分野としては、整形外科一般、外傷や慢性疾患、骨粗鬆症など幅広く対応させていただきます。これまで経験してきたことを生かし、地域の皆様の健康に貢献できればと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



整形外科
湯川 晋弘

専門診療科 整形外科

所属学会 日本整形外科学会 足の外科学会 日本骨粗鬆症学会

専門領域 足の外科

日本整形外科学会専門医 日本スポーツ協会認定スポーツドクター
日本フットサルリーグ デウソン神戸 チームドクター

メッセージ

皆さん初めまして、2025年4月より赴任する整形外科の森尾太志です。専門分野は足の外科です。たつの市民病院は地域に密着した医療機関として、住民の健康を守る重要な役割を担っています。病院での診療においては、患者一人ひとりに対して親身になった対応が大切だと感じます。医師や看護師の専門知識と技術はもちろん重要ですが、患者様が安心して治療を受けられるよう、日々努める所存です。至らない点もあると思いますがよろしくお願いいたします。



整形外科
森尾 太志

訪問看護ステーションれんげ

所長
井上 かおり

はじめまして、「訪問看護ステーションれんげ」の井上です。訪問看護は、自宅など住み慣れた場所で看護やリハビリを受けられるサービスです。地域の医療機関や介護の相談調整役であるケアマネジャーと連携し、利用者様の一人ひとりの思いに寄り添い、「おうちで過ごしたい」「安心して生活を送りたい」をお手伝いしています。希望に応じて24時間365日の訪問も可能となっています。

Q1: 訪問地域はどこですか?

A1: たつの市・太子町全域と姫路市南西部(網干区・余部区・大津区・勝原区)です。

Q2: 訪問看護は誰でも利用できますか?

A2: 病気や障害の程度にかかわりなく、主治医の先生が訪問看護を必要と認めたすべて方が利用できます。

Q3: どんな病気の利用者さんが多いですか?

A3: 糖尿病や脳血管疾患、心臓の病気やがん・認知症の方が多いです。また、難病や精神の病気の方もご利用されています。

Q4: 訪問看護ではどんなことをしてもらえますか?

A4:

- ・健康チェック(血圧や体温測定、お薬の管理)や介護の相談、こころのケア
- ・医療処置(点滴や傷の処置、胃ろうや膀胱留置カテーテル・人工肛門等の管理、在宅酸素や人工呼吸器の管理等)
- ・生活のサポート(お風呂や体を拭くお手伝い・食事やトイレの介助等)
- ・リハビリ(身体の動きや食べるための機能の回復維持に向けての支援)
- ・看取りの支援(自宅で最期まで安心して過ごすお手伝い)

Q5: 訪問看護を利用するのに費用はどれくらいかかりますか?

A5: 介護保険と各医療保険の自己負担割合(1~3割)に応じての金額となります。



訪問看護について気になる事がありましたら、どうぞお気軽にお相談ください。

れんげは、皆さまが住み慣れた場所で安心して暮らせるようお手伝いさせていただきます。

地方独立行政法人たつの市民病院機構
訪問看護ステーションれんげ

代表番号 TEL:0791-63-2065

栄養課おすすめレシピ

ちらし寿司

病院給食でも人気のちらし寿司をご家庭向けにアレンジしました。酢飯に使用するお酢は疲労回復効果も期待されています。



作り方

- ①米を洗い、水、料理酒、昆布を入れて炊飯する。
- ②混ぜ込み用の具材を炊き、粗熱を取っておく。人参は千切り、しいたけは水戻し後薄切りに、油揚げは短冊切りにし、Ⓐのだし・調味料で10分程度炊く。
- ③ご飯を桶(又はボウル)に移し、☆を合わせてしゃもじで切るように混ぜる。
- ④②の汁気を切り、③の酢飯に混ぜ合わせる。
- ⑤器に酢飯を盛り付け、お好みで錦糸玉子などを盛り付ける。

材料(ごはん2合分)

米	2合
水	330ml
料理酒	大さじ1
昆布	5cm角1枚

☆合わせ酢
醸造酢大さじ2・1/2
砂糖大さじ4
食塩小さじ2/3弱

◎混ぜ込み用具材◎

人参	1/4本
しいたけ(乾燥)	8g (→水戻ししておく)
油揚げ	1枚
Ⓐだし汁	200ml
砂糖	大さじ1
醤油	大さじ2
みりん	大さじ1/2
料理酒	大さじ1/2

トッピング(お好みで)
・錦糸卵
・えび
・絹さや
・えだまめ
・しいたけ 等

外来診療のご案内

【総合診療】特定の臓器、疾患を限定せず広い視野で診療を行います。内科の初診は総合診療から始まります。

	受付時間	診療時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	8:30 ~ 11:30	8:45 ~	北村 (橋田)	大西裕	三村 (橋田)	山本	北村
午後	11:30 ~ 16:00	13:30 ~	浅井	大西浩	桐谷	大西浩	山本

【一般外来】・内科 ・一般外科 ・脳神経外科 ・整形外科 ・形成外科 ・眼科 ・泌尿器科 ・皮膚科

【専門外来】・循環器内科 ・消化器内科 ・呼吸器内科 ・糖尿病内科 ・腎臓内科 ・乳腺科 ・頭痛・物忘れ ・紹介科

※最新情報は、当院の公式ホームページをご覧ください。

編集後記

『笑顔通信』の創刊より編集に携わり、おかげさまで第6号の発行となりました。本誌を通じて、私たち法人がどのような医療を提供しているかを知っていただくきっかけになれば幸いです。この10年で病院も大きく変化し、地域を「治し支える」病院として役割を果たしています。今後はインスタグラムなどSNSを通じて、病院の取り組みや健康情報、イベント案内を発信する予定です。地域の皆さんにより一層の安心と身近さを感じていただけるよう、広報活動を充実してまいりますので、ご期待ください。



サービス向上委員会:森田 勲



TATSUNO CITY HOSPITAL ORGANIZATION
地方独立行政法人たつの市民病院機構

<https://www.tatsuno-shiminbyoin.com/>

〒671-1311 兵庫県たつの市御津町中島1666番地1
TEL:079-322-1121(代表) FAX:079-322-3177



外来受付・診療時間
はこちら



たつの市民病院
ホームページはこちら