

第86号

HAKUHOKAI

虹

医療法人 伯鳳会

平成27年9月18日 発行

## 東京都江東区・社会福祉法人あそか会が 伯鳳会グループに参加する事になりました

東京都江東区に多数の医療・介護施設を有し、創立86周年となる歴史ある社会福祉法人あそか会が伯鳳会グループに参加いたしました。

同会の起こりは大正12年・関東大震災の折、西本願寺（東京では築地本願寺など）が上野、日比谷に設けた救護所です。

この救護所をあまたの人々を救う常設の医療施設とするべく、西本願寺・大谷家から皇族である九條家に嫁いでおられ、詩人としても高名であった九條武子様が詩集「無憂華」の印税を全額寄付され、昭和5年、あそか会病院が設立されました。

第二次大戦末期には空襲にてほぼ焼失したあそか会病院ですが、戦後再興され、昭和24年には天皇皇后陛下の行幸啓を仰ぐなど、ますますの発展を遂げました。

その後介護など社会福祉事業にも乗り出し、(社)あそか会はさらに拡大して行きましたが、その後の診療報酬・介護報酬の改定や、病院を取り巻く諸事情により経営に困難をきたす事となり、経営改善を目的として伯鳳会グループに参加する事になったものです。

あそか会は以下の様な構成です。

### あそか病院（252床）

介護老人福祉施設4施設（あそか園、江東ホーム、北砂ホーム、塩浜ホーム）

デイサービスセンター6施設（枝川、東陽、亀戸、大島、古石場、白河）

在宅介護支援センター6施設（住吉、東陽南、北砂東、亀戸北、大島西、古石場）

地域包括支援センター3施設（東陽、大島、白河）

あそか訪問看護ステーション

有料老人ホーム六華園



あそか会のある江東区は白鬚橋病院のある墨田区の隣接区、医療圏も同じ区東部医療圏であり、白鬚橋病院とあそか病院は直線距離にして約5 km、白鬚橋病院の東部スカイツリー線曳舟駅前移転後は4 kmになります。

救急医療・災害医療が得意分野で外科系の強い伯鳳会の白鬚橋病院と、内科系が強く、回復期リハ病棟、地域包括ケア病棟を有するあそか会病院は互いに相互補完できる良いパートナーになれると思います。

介護分野においても伯鳳会はベレール向島という介護老人保健施設を持ち、あそか会は4か所の介護老人福祉施設を有しているため、これも良いパートナーだと思います。

現在も西本願寺・浄土真宗と深いつながりを持つあそか会の経営理念は大乗仏教の精神に依ったもので「病める人の母となり友となつて、施療とともに精神的な安らぎを与えること」です。伯鳳会グループの共通理念である「平等医療・平等介護」とも融和します。

共に協力し、発展し、区東部の医療介護にさらなる貢献を果たしたいと思います。今後の伯鳳会グループに是非ご期待くださいませ。

# ロコモティブシンドロームと骨粗鬆症

## 1. ロコモティブシンドロームとは？

ロコモティブシンドローム（ロコモ）とは日本整形外科学会が運動器の障害による移動機能の低下した状態を表す新しい言葉として提唱したもので、運動器症候群ともいいます。運動器とは、骨、関節、筋肉など体を動かすのに必要な組織や器官のことで、ロコモはこれらの機能が低下し日常生活の自立度が低下して、将来的な介護の必要が高い、いわゆる寝たきりになる可能性が高い状態のことを指します。

### 7つのロコモチェック

① 片脚立ちで靴下がはけない
② 家の中でつまずいたりすべったりする
③ 階段を上がるのに手すりが必要である
④ 家のやや重い仕事が困難である（掃除機をかける等）
⑤ 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である
⑥ 15分くらい続けて歩くことができない
⑦ 横断歩道を青信号で渡りきれない



以上のうちで1つでも当てはまる方はロコモの疑いがあります。

ロコモの原因には加齢や運動不足による筋力低下、バランス力の低下が関係しています。また疾患としては、変形性膝関節症に代表されるような関節疾患や、骨粗鬆症およびこれに関連する疾患が挙げられます。この中でも今回は骨粗鬆症を取り上げてお話をします。

## 2. 骨粗鬆症とは？

骨は海綿骨と呼ばれる網目状のスポンジのような構造と、海綿骨の周囲を取り囲む皮質骨と呼ばれる硬く緻密な構造で構成されています。骨粗鬆症とは海綿骨のスポンジ構造が粗くなることで骨の強度が低下し、骨折しやすくなる病気です（図1）。

また脆弱性骨折は骨粗鬆症に伴う骨折のことを指しますが、脊椎圧迫骨折や大腿骨頸部骨折などがあります。これらはともに日常生活の自立度を大きく低下させる危険性の高い骨折です。しかし骨粗鬆症による症状は一般的にはほとんどなく、骨折をしてから気づかれる事も少なくありません。そのため常日頃から検診を受けるなど早期発見に努めることが大事になってきます。特に女性の場合、閉経に伴う女性ホルモンの低下が骨粗鬆症を大きく進行させるため、65歳を越えた女性の方には日頃健康であっても定期的な検診をおすすめします。

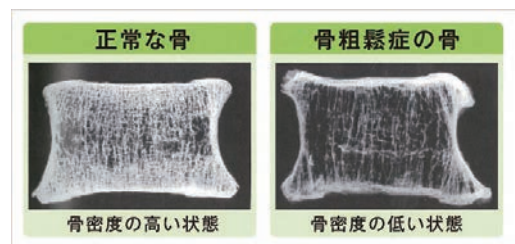


図1

## 3. 骨粗鬆症の検査

当院ではDEXA (dual-energy X-ray absorptiometry) 法を用いて、現時点で最も信頼性の高い方法である腰椎と大腿骨頸部の2カ所で骨密度を計測し骨粗鬆症の診断を行います（図2）。骨粗鬆症と診断された場合は、場合によっては血液検査も追加しより詳細な診断をしていきます。



図2

## 4. 骨粗鬆症の治療

日頃からの適度な運動、日光にあたること、また食事においてはカルシウム不足にならないことは体が良質な骨を作っていくために大切なことです。これらを基本としながら、さらに骨粗鬆症用の薬剤を使用していきます。

たとえば、「ビスフォスフォネート（BP）」製剤は、骨を吸収する破骨細胞を抑制し、骨密度を上げる効果がある薬剤です。また、閉経によって低下した女性ホルモンの代わりとして使用される薬に「選択的エストロゲン受容体モジュレーター（SERM）」製剤があります。エストロゲンと同様の働きをする薬で、骨吸収を防ぎます。さらにこれら骨吸収抑制剤と異なる働きをもつ「副甲状腺ホルモン（PTH）」製剤という骨形成を促進させる薬剤があります。特に圧迫骨折をされた重篤な骨粗鬆症の方に対して用います。前の2つは内服薬が中心であるのに対し、PTH製剤は注射薬であり、当院では毎日自分で注射してもらうものを採用しております。注射薬であるため内服薬と比べ患者様に負担がかかりますが、その分骨粗鬆症に対する効果が高い薬です。

自己注射のやり方については外来での指導を主に行っておりますが、最近では骨粗鬆症に対する知識をより深めてもらうために2泊3日の教育入院システムを導入しております。注射の指導に加えロコモおよび骨粗鬆症に対する理学療法士による運動療法の指導や栄養士による食事療法の指導を行います。

骨粗鬆症の治療はその先に生じるロコモの予防、ひいては寝たきりになることを予防し、高齢になっても健康な生活を過ごせるようになることを目的としています。

整形外科外来は月曜日から土曜日の午前中に行っております。骨粗鬆症について気になる方はお気軽に整形外科外来を受診ください。

## ◆◆◆医療講座『下肢静脈瘤』を開催しました◆◆◆

8月21日（金）、当院の心臓血管外科・長尾俊彦医師、北川敦士医師による『赤穂中央病院 医療講座 下肢静脈瘤について』を赤穂ハーモニーホールにて開催しました。

講演内容は、下肢静脈瘤の発症要因、診断方法、その他、体の血管の構造などを皆様と一緒に勉強いたしました。最後には、当院で昨年から取り組んでいます“切らない、痛みのない治療法-ラジオ波による下肢静脈血管内治療-”について、イメージビデオ、手術風景を供覧していただき、好評を得ることができました。

医療講座を院外で行うのは初めての試みでしたが、40名の方にお越しいただきました。来場された方からは「難しいお話を大変わかりやすくお話して下さって良く分かりました。ラジオ波治療を聞いて良かった。」や「手術方法が日進月歩で発達し、安心感が生まれました。」などの感想をいただきました。

今後も赤穂中央病院は地域に寄り添った医療機関として、様々な取り組みをしていきたいと思っております。



## ◆◆◆キッズ感染セミナーを開催しました！◆◆◆

8月1日、赤穂中央病院では市内の小学4年生から6年生を対象とした“キッズ感染セミナー”を開催しました！今年で2回目となるこのセミナーでは、毎年流行するインフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症や食中毒に対して、子供の頃から感染予防の重要性と正しい手洗い方法を学び、習慣化する事を目的としています。

セミナーでは、正しいマスクの付け方をはじめ、『手洗いの歌』で正しい手洗いの仕方を覚えたり、顕微鏡で口内の細菌を観察しました。

参加された方からは、「いちばんおどろいたことは、ぼくは全く手を洗えていなかったことです。これからは手洗いを気をつけたいです」という声や、「さいきんにはたくさんしゅるいの形があることにびっくりしました」という感想をきくことができました。最後は、参加者全員に「手洗い名人」の認定証を授与しました。

来年度も開催する予定ですので、小学4年生から6年生のキッズの皆さん参加を心よりお待ちしております！



顕微鏡で自分の口の中の細菌を観察しました。



蛍光剤を手に塗りブラックライトを当てて、洗い残しがないかを確認しました。

## 我が家自慢のペット紹介コーナー

第77回目は、Nさん宅の平太くん

名前：平太(ペーター) 性別：男の子  
種類：フレンチブルドッグ  
年齢：5歳

大好物は、リンゴです！  
毎日、寝てばかりですが待ちに待ったお散歩の時間になると…耳がピンと立ち大きな瞳がギンキラギン☆  
癒し犬のプヒプヒ平太に、家族みんなパワーをもらっています♪



このコーナーでは皆様からの「自慢のペット」投稿をお待ちしています。どしどしご応募ください。

### 赤穂中央病院 (基幹型卒後臨床研修病院)

所在地 〒678-0241 赤穂市惣門町52-6  
電話 0791 (45) 1111 (代表)

### 赤穂はくほう会病院

所在地 〒678-0239 赤穂市加里屋字新町99  
電話 0791 (45) 1111 (代表)

#### 診療案内

平日 午前9:00～午後12:30  
午後3:00～午後6:00  
土曜日 午前9:00～午後1:00

#### 診療予約受付フリーダイヤル

**0120-891-700**

平日 午前8:00～午後7:00  
土曜 午前8:00～午後2:00  
日・祝日 午前9:00～午後1:00

午後の診療時間は各科により異なります。ご注意ください。

診療時間・曜日は変更となる場合があります。詳しくは待合室に掲示いたしますのでご覧ください。

不明な点は何なりと職員にお尋ね下さい。



## 夏祭りを開催しました!

障がい者(児)通所介護施設『生活介護事業所 はくほう』の夏祭りを開催しました!

はくほうの夏祭りは、利用者様はもちろん、家族、職員、ボランティアの皆さんと力を合わせ企画・開催する夏のイベントです。

今年は夏祭りに赤穂のゆるキャラ『陣たくん』が遊びに来てくれました! 毎回好評の露天も開催。さかなつりやお菓子のつかみどり、輪っかが入った数だけ生卵がもらえる輪投げなど、利用者さんも家族の皆さんと一緒に楽しんでいました。

その後は、『羽音色(はねいろ)』さんによるフルートアンサンブルの演奏があり、優しい音色に癒されました。そして、『花てまり』さんによる傘踊りで会場はさらに盛り上がりしました。来年の夏が待ち遠しい、そんな楽しい夏祭りとなりました。

事業所利用等は、遠慮なくご相談下さい。

(相談窓口は、0791-45-7308 木元まで)



4人のハーモニーが素敵でした。



陣たくんも傘踊りに参加しました♪

ようやく朝晩が涼しくなり、過ごしやすい季節がやってきました。秋といえば、スポーツ、芸術、食欲など…心身共に楽しめるイベントが盛りだくさんです。特に今年はシルバーウィークもありますので、様々なことにチャレンジもできます。何か新しいことに挑戦してみるのも良いかもしれません。

