

ふれあい No.66号

令和7年7月22日発行 第66号 発行／総合青山病院(0533)73-3777 印刷／(株)昭栄社印刷所

<https://www.aoyama-hp.or.jp>

今年5月、当院に心臓リハビリテーションセンターが開設されました。「心臓リハビリテーション」という言葉、ほとんどの方は聞いたことがないかと思いますが。

心臓リハビリテーションとは、「心臓病の患者さまの体力が回復することによって自信を取り戻し、快適な家庭生活や社会生活に復帰するとともに、再発や再入院を防止することを目指して行う総合的活動プログラム」です。このプログラムには、運動療法と学習活動・生活指導・相談(カウンセリング)などが含まれます。

心臓病には完治がなく、再発のリスクが常につきまといえます。例えば心臓病の方はどの程度動いてよいのか不安があると思いますが、過度な安静は逆に心臓病の再発の危険性を高めてしまいます。個々の心臓病の重症度や体力に応じて個別の運動レベルを設定し、専門の理学療法士や作業療法士とともに運動していくことが大切です。また、心臓病についての理解を深め、生活習慣を改善していくことで再入院や死亡率を下げるができます。当院の管

第62回
医師からの
メッセージ

心臓リハビリテーション

センター開設

循環器内科 部長 下郷卓史



理栄養士や看護師がそのためのお手伝いをするのが心臓リハビリテーションセンターの役割です。

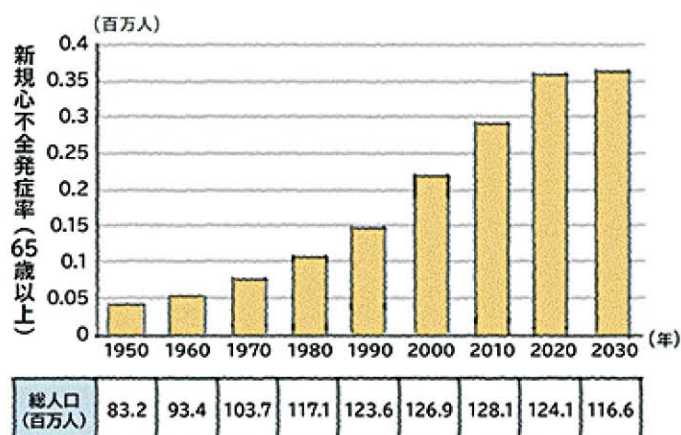
対象疾患

- ▽ 急性心筋梗塞
- ▽ 狭心症
- ▽ 心臓術後冠動脈バイパス術、弁膜症手術、心臓移植など
- ▽ 慢性心不全
- ▽ 大血管疾患(大動脈瘤、大動脈解離など)
- ▽ 末梢動脈疾患(足の血管が細くなったり詰まっている病気)
- ▽ 経カテーテル大動脈弁置換術後
- ▽ 肺高血圧症

右記の中でも最近急激に患者数が増えているのが「慢性心不全」です。

心不全の定義の一つとして、血液検査で簡単にわかる「ナトリウム利尿ペプチド(BNP/NT-proBNP)」の高値が挙げられます。心臓リハビリテーションの適応としてはBNP 80pg/ml以上またはNT-proBNP 400pg/mlとされていますが、高齢者の場合は自覚症状

が全く無い方でも高値を示していることが多く、将来的に息切れやむくみがひどくなり、寿命を縮める可能性が高いことがわかっていきます。心不全になる方は高血圧、糖尿病、慢性腎臓病などのリスクを持つことが多いので、気になる方は是非当院の循環器内科外来を受診していただき、検査を受けられることをおすすめします。



引用: Shimokawa H, et al. Eur J Heart Fail 2015;17:884-892

股関節の手術

変形性股関節症、股関節外傷など、股関節損傷を生じる疾患の手術になる場合、人工股関節置換術（軟骨がすり減り傷ついた部分を切除して人工の機械の関節に置き換える手術療法）や人工骨頭置換術（大腿骨頭を切除し人工骨頭に置換する手術療法）が行われます。今回は手術後の関わりについて紹介します。

**多職種と連携を図って
取り組んでいます**

人工股関節置換術、人工骨頭置換術後は注意しなければならぬ「脱臼しやすい姿勢」があります。術後に注意する点について説明されても、痛みのために意識できないこと

股関節手術後の関わりについて

があります。そのため、入院支援室を介している患者さまへは、入院前から注意点を記載したパンフレットをお渡しし、目を通していただけるように連携を図っています。

パンフレットは、医師、リハビリテーションスタッフなど多職種で内容を検討して作成したものです。また、説明する看護師が替わっても統一した指導ができる内容にしています。患者さまの不安な思いや、歩き方や姿勢の癖、注意する点については情報を共有することで統一した看護につなげていけるように努めています。


寄り添った看護の提供

日常生活での動作を患者さまご自身でおこなえるように、入院中にできることを増やしていけるよう一緒に考えています。例えば、退院してからも困ることがないように、患者さまと必要に応じてご家族へも説明をし、持参していただいた靴べらを入院中から使用してもらうようにしています。

手術は侵襲的であり、手術前はもちろんのこと、手術後も不安な思いが残ることもあるかと思えます。その際は是非スタッフにお声がけください。患者さまの思いを傾聴して、寄り添った看護の提供ができるように今後も努めていきたいと考えております。

**患者さまからの
お言葉**

- 絵を見て説明を聞いたのでわかりやすかった。
- リハビリスタッフから聞いていたことと併せて聞いたのでよかった。



入院時

パンフレット
説明手術後
3日目手術後
14日目

A病棟 看護師 上田 政愛

心臓リハビリテーションについて

リハビリテーション技術室 理学療法士 副主任 内山弘之

心臓リハビリ

テーションって？

心臓リハビリテーションは、心臓の病気になるれた方が「安心して元気に生活できるように」するためのプログラムです。医師や専門スタッフと一緒に、運動や生活習慣の改善に取り組み、心臓を守りながら体力を取り戻していきます。

どうして運動が大切なのか？

心臓の病気の後、「無理をしないように」と動くのを控えてしまう方が多いですが、実は適切な運動をすることで心臓の負担が減り、再入院の可能性や死亡率が低下することが証明されています。

ベリハの流れ



1 カウンセリング・健康状態の確認

まずは現在の体の状態を確認し、あなたに合った運動を決めます。必要に応じ、心肺運動負荷試験(CPX)などの検査を行います。

2 運動療法

スタッフと一緒に、安全に体を動かします。自転車をこいだり、筋力トレーニングを行うなど、体力や筋力に合わせて進めます。

3 生活アドバイス

食事や日常生活の工夫をアドバイスします。無理なく続けられる方法を一緒に考えます。

心肺運動負荷試験(CPX)とは

運動をしながら、心臓や肺のはたらきを調べる検査です。自転車をこぎ、運動中に心臓や肺がどれくらいしっかりと働いているかを調べます。体力の程度や、息切れの原因、心臓・肺に無理がかかっていないかなど詳しく見ることで、検査は医師やスタッフがそばで見守りながら行いますので、安心して受けていただけます。

検査対象の方

- ✓ 動くとき息切れや胸痛などがある
- ✓ 心臓病と診断された(心不全、狭心症、心筋梗塞、弁膜症など)
- ✓ 心臓の手術の術後
- ✓ 自分の体力に不安がある

私たちの思い

患者さまの「心臓が心配で動くのが怖い」「元気に過ごしたいけど心臓に不安がある」、そんな気持ちに私たちは寄り添い、その方に合ったリハビリをお手伝いします。

当院のリハビリは医療スタッフがしっかりサポートしますので、皆さまのペースで無理なくリハビリを行えます。「ちよつと話を聞いてみたい」。そんな方も大歓迎です。まずはお気軽に当院循環器内科へお問い合わせください。



第54回

職場 紹介

リハビリテーション技術室



当院のリハビリテーション技術室には、理学療法士25名、作業療法士13名、言語聴覚士7名、受付1名が在籍しており、患者さまが少しでも早く元氣を取り戻し、「その人らしい生活」に近づけるよう、日々リハビリに取り組んでいます。

対象となる疾患は幅広く、整形外科では骨折や筋肉・靱帯・神経の損傷といった運動器疾患、脳神経外科では脳梗塞・脳出血・脊髄疾患、内科・消化器内科では長期安静による体力低下（廃用症候群）など、さまざまな症状に対応しています。

2025年5月からは、「心臓リハビリテーションセンター」を新たに開設しました。こちらでは、心不全をはじめとする循環器疾患に対しても

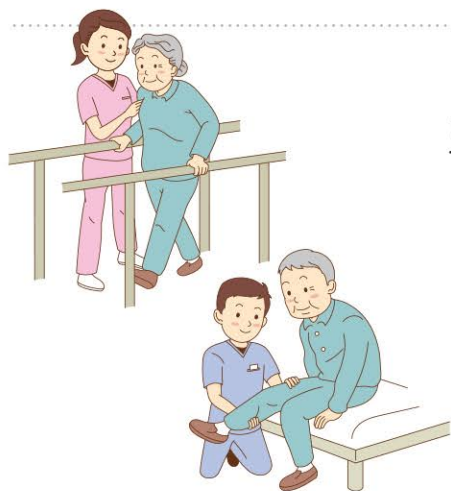
専門的なリハビリが提供できる体制を整え、心臓の病氣と向き合う患者さまを支えています。

また、急性期の患者さまに對しては、治療によって安静が必要となる中でも、筋力や体力の低下を防ぐために、できるだけ早期からリハビリを開始しています。「病氣はよくなったが、体は弱くなってしまう」といったことがないよう、寝たきりを防ぎ、回復への第一歩を支援しています。

回復期リハビリテーション病棟には、専属のリハビリスタッフが約20名配属されており、集中的な訓練に加え、退院後の生活を見据えた支援を行っています。さらに、20名ほどの療法士と、医師・看護師・管理栄養士・医療相談員などの他職種が連携し、日々情報

を密に共有しながら患者さま一人ひとりに合わせた、きめ細やかな退院支援に取り組んでいます。

当院では年間を通じて毎日リハビリを実施しており、お盆やお正月も休まず、一日でも早く回復へつながるよう努めています。これからも患者さまの思いに寄り添いながら、安心して日常生活に戻れるよう、あたたかく丁寧なりハビリを提供してまいります。





女性医師による 婦人科外来 についてのお知らせ



令和7年5月14日（水）より、新たに

毎月第2・3水曜日（13:30～15:30）に

婦人科（女性医師）の診察日が増えました。

気になることがございましたら、
この機会にお気軽にご相談ください。



婦人科

まつおか みすぎ
松岡 美杉

日本産婦人科学会 専門医
母体保護法指定医
日本産科婦人科学会

メッセージ

すべての女性の心身ともに気になる心配事をお気軽にご相談ください。誠心誠意、貴女にあった治療法をご提案させていただきます。

藤田保健衛生大学 卒業
藤田保健衛生大学 産婦人科 研修医 助手
さいたま市立病院 地域周産期センター 産婦人科 医師
八千代病院 産婦人科 医師
藤田医科大学ばんだね病院 産婦人科 助手
名古屋市・名古屋市近郊 産婦人科クリニック 非常勤医師
総合青山病院 婦人科

A S O B I
N O
H I R O B A

遊びの広場

数独の 解き方



1. タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1～9までの数字が1コずつ入ります。
 2. 太線で区切られた3×3の枠内（マスは9コ）にも1～9までの数字が1コずつ入ります。
 3. 従って、タテ、ヨコ、枠内で、同じ数字が重複して入ることはありません。
- とにかく、算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

答えは12ページ目をご覧ください。

				5	8			
	9					4	6	
			6	2				
7	1					2	4	
			9					8
2					1	9		
		7	3					4
					7			
	8	3					7	6

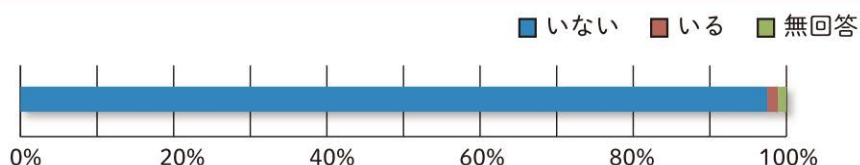
令和6年12月9日～12月14日に外来・病棟にて患者さま満足度調査を実施いたしました。
調査結果をもとに、今後もより良い病院づくりに取り組んでまいります。
アンケートにご協力いただきました皆さま、誠にありがとうございました。



調査日	12月9日(月)	12月10日(火)	12月11日(水)	12月12日(木)	12月13日(金)	12月14日(土)	合計
回収枚数	103枚	83枚	97枚	102枚	88枚	95枚	568枚

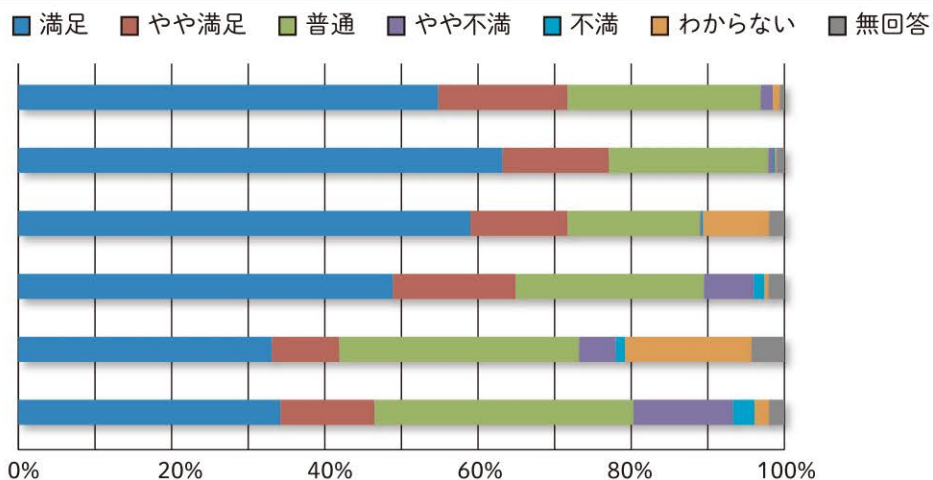
1 職員の接遇・身だしなみ

接遇(態度や言葉遣い)・身だしなみが
気になる職員がいますか



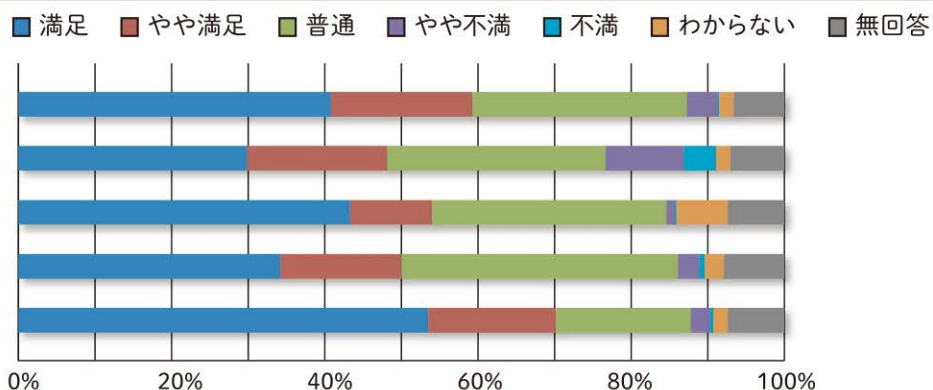
2 設備・環境

院内の案内表示のわかりやすさ
院内の室温・明るさ
トイレの清掃
待合室の広さや椅子の数
売店・自動販売機の設備
駐車場・駐輪場



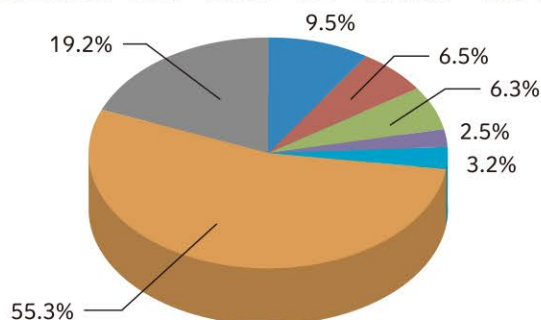
3 待ち時間・情報提供

受付の手順、診察日、診察時間
診察の待ち時間
プライバシー保護の対応
会計の待ち時間
医師による診療・治療内容



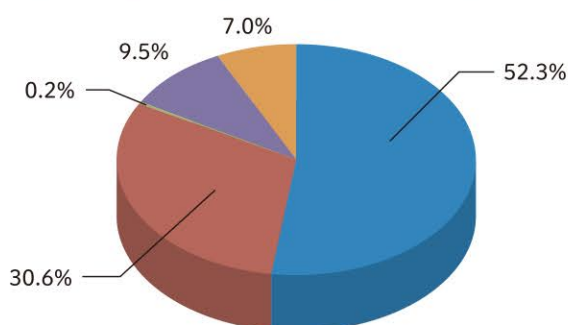
4 外来で強化してほしいサービス

■ 医療相談の充実 ■ 健康に関する情報提供 ■ 待ち時間中の軽音楽 ■ 健康教育・講座等 ■ その他 ■ 特になし ■ 無回答



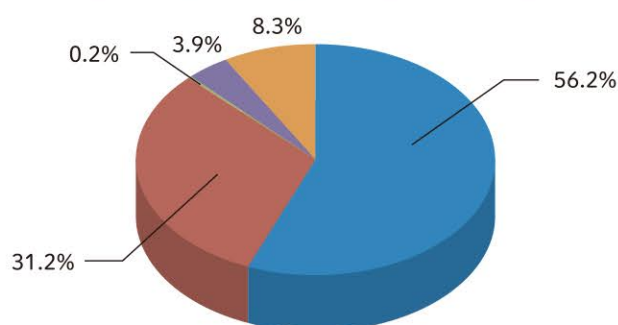
5 当院の地域での評価

■ 良い ■ 普通 ■ 悪い ■ 知らない ■ 無回答



6 全体的な満足度

■ 良い ■ 普通 ■ 悪い ■ 知らない ■ 無回答



7 外来全体で不満を感じたことや、こうしたら良いと思うこと

体制・接遇について

- 早口で分かりにくかったり、言い方がきつい先生がいる。
- 医師不足。 ● 朝は混雑しているのに看護師が少ない。 ● 朝は受付の人数を増やしてほしい。
- 初診の待ち時間がとても長い(2~3時間)。
- 混み具合(人の多さ、待ち時間の目安)をパネルか何かに表示すれば、患者もどこで時間を潰すか考えられると思う。
- 発熱外来の電話が繋がりにくい時がある。

設備・環境について

- エスカレーターのスピードを少し遅くしてほしい。 ● テレビの音量をもう少し上げてほしい。
- 待合のイスが少ない。 ● イスが座りにくい。 ● 傷んでいるイスが多いので交換したほうがいいと思います。
- 会計に時間がかかりすぎるので自動精算機にしてほしい。 ● 自動精算機をなおしてほしいです。
- 売店はもう少し明るい感じがした方がいい。 ● 売店の商品を増やしてほしい。
- MRIの更衣室にほこりがかなりあった。
- 駐車場が少ない。特に午前中はなかなか停められない。

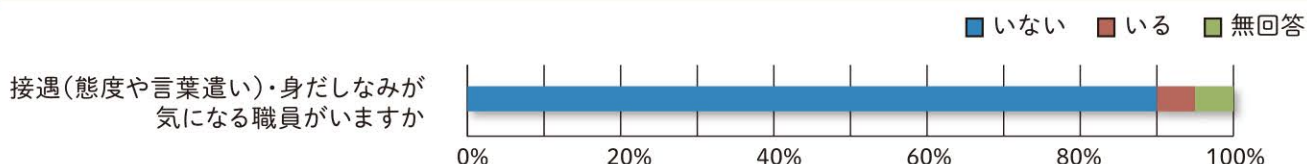
8 外来全体で良かったと思うこと

- いつも親切に笑顔で対応してくださる方が多く、通院するのが少し楽しみになるぐらい救われていました。
- 先生も検査技師の方々も看護師さんも説明が丁寧でとても気遣って下さるので緊張せずにすみました。
- 受診する科が分からないまま来院しましたが、受付の方がとても親身に相談に乗って下さり、本当に助かりました。
- 導線が色分けされ、表示も大きくわかりやすくて良い。
- 医師の説明が子どもに優しくよかった。
- 他院より比較的短時間で終わること。

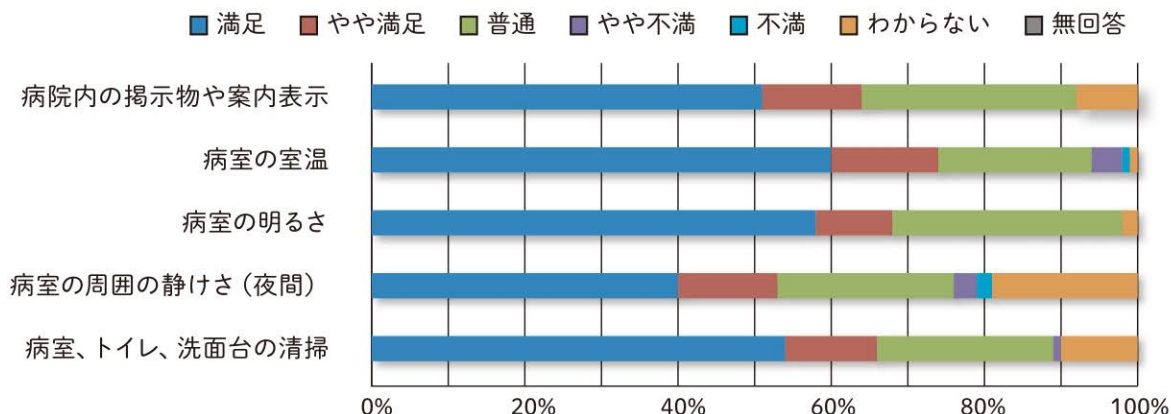
病棟別のアンケート回答数

	A病棟	B病棟	西1病棟	西2病棟	合 計
回収枚数	19枚	35枚	7枚	39枚	100枚

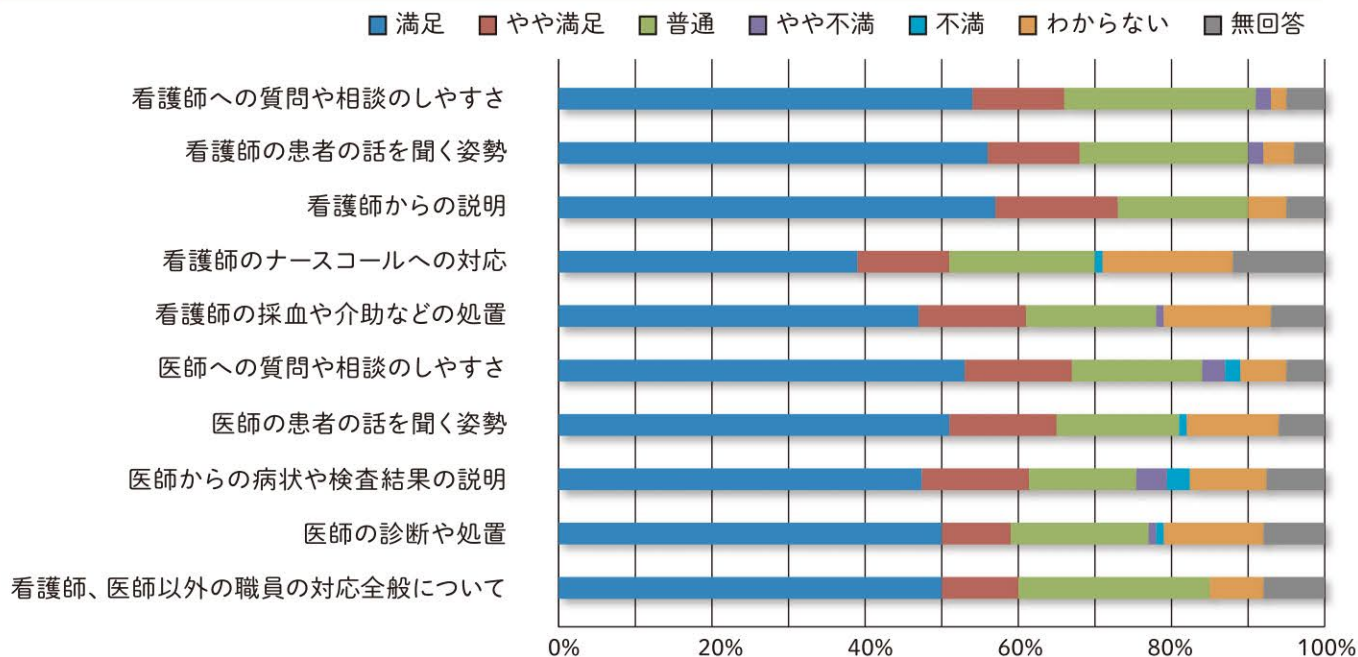
1 職員の接遇・身だしなみ



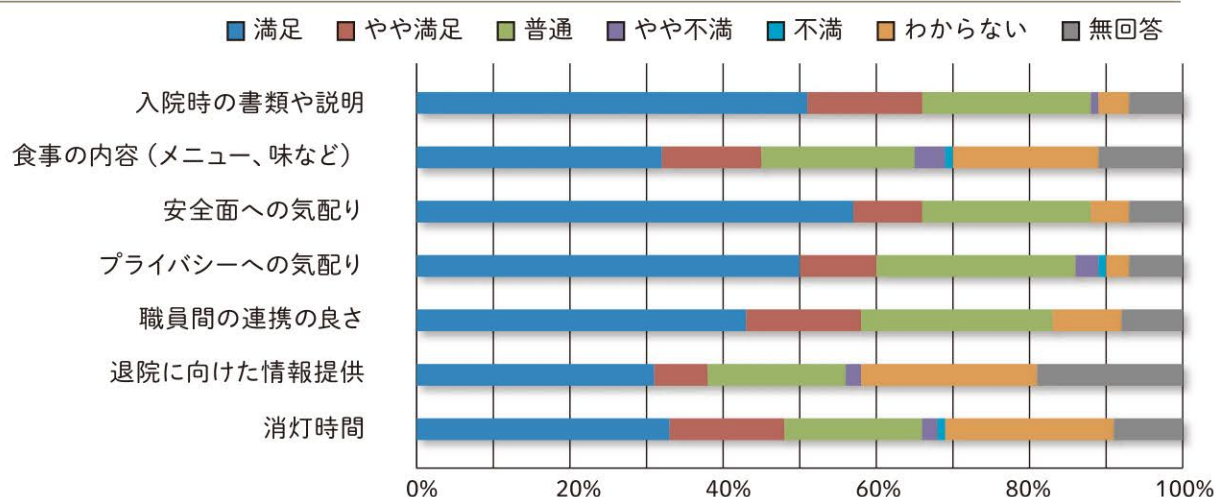
2 施設面



3 診療面



4 サービス体制



5 病院全体で不満を感じたことや、こうしたら良いと思うこと

体制・接遇について

- 面会時間をもっと長くしていただきたい。（もちろん患者本人の体調と同室の方々への影響を考慮してですが）車いすでは対話室で話をするとか方法もあるのではと思う。
- 手術後、ナースコールをしなくても、背中に何か入れたり、体位を変えてもらいたい。
- いきなり入ってきて聞きたいことだけ聞いていった。せめて何をしに来たのかを教えてほしかった。
- 手術後もできれば部屋を移らず退院まで同じ部屋にいたいです。

設備・環境について

- 洗面の所でシャンプーができると嬉しいです。
- トイレの床の汚れが取れていない時がある。トイレのリモコンの汚れが拭かれておらず気になった。
- 歩くように言われるけど、歩く範囲が短いというか歩くところがない。
- 寒い。

6 病院全体でよかったと思うこと

- 面会の際にはいつもお声をかけていただき、お心づかいに感謝している。質問にも親切丁寧に答えて下さるのでありがたい。
- 初めての入院で不安もあったが、細かく説明して下さったり声をかけて頂けて、安心して利用できた。
- 外来から細かく検査して頂き、入院から手術までの期間がとても早かったのがありがたく思っています。この青山病院を選んでよかったと心から感謝しています。
- 皆さん忙しいところ、トイレ介助など親切に対応して頂き、ありがとうございました。
- 食事が大変おいしかった。Wi-Fi が使えたのが良かった。

アンケートへのご協力ありがとうございました。
皆さまよりお寄せいただきました貴重なご意見を真摯に受け止め
より良い病院を目指してまいります。

知っ得!! 情報

第54回

当院の プライバシー保護対策 について

診療情報管理室 伊藤 友紀

当院は患者さまのプライバシーを守る取り組みを行っています。
患者さまからのお申し出により、以下の対策を取らせていただきます。

- 1 診察室等で氏名での呼び出しを行わない（診察券番号での呼び出し対応）。*
- 2 病室に名札（氏名）を掲示しない（「在室」と表示します）。
- 3 面会希望者への病室案内を行わない（プライバシー保護のためお答えできませんと回答します。特定の人だけ案内するという対応はできません）。
- 4 病状説明を行う家族の範囲を限定する（予めお申し出いただいた方にのみ説明を行います）。

※有効期間を1年間とさせていただきます。永年をご希望の方は1年毎に申請が必要です。

申請方法は？

プライバシー保護請求をご希望の方は、外来受付または入院受付、病棟ナースステーションまでお尋ねください。申請書をお渡しいたします。

申請書を受理後、速やかに院内スタッフへ伝達を行い、患者さまのプライバシー保護体制を確立します。

院内ギャラリー のご紹介

2025年
4月7日～30日

和紙ちぎり絵作品展



富士と芝桜
鈴木 あや子



春の華
鈴木 あや子

2025年
5月2日～31日

己書 作品展



己書
鈴木 あや子



己書
鈴木 あや子

こちらのギャラリーに作品を展示していただける方を募集しております。
詳細については、下記連絡先までお問い合わせください。

担当：総合青山病院 広報委員会

電話番号：0533-78-5313



歯科口腔外科

副部長

なんぶ

かずや

南部 和也

メッセージ

地域の皆さまのお口の健康維持向上に微力ながら貢献できますよう、誠心誠意努めてまいります。
どうぞよろしくお願いいたします。

口腔外科認定医
インフェクションコントロールドクター(ICD)
歯科医師臨床研修指導医、指導医講師
日本口腔ケア学会 3級
日本口腔外科学会
日本顎変形症学会
日本摂食嚥下リハビリテーション学会

平成24年 愛知学院大学歯学部 卒業
JA愛知厚生連豊田厚生病院 研修医
平成25年 JA愛知厚生連豊田厚生病院 医員
平成27年 名古屋大学医学部附属病院 医員
磐田市立総合病院 医員
平成31年 磐田市立総合病院 医長
令和 5年 磐田市立総合病院 科長
令和 7年 総合青山病院 歯科口腔外科 副部長

第29回

栄養のチカラ

管理栄養士が考える、栄養に配慮した体に良いレシピや栄養情報をお届けします。

旬の食材

枝豆のはんぺん焼き



材料(小さめサイズで10~12個分程度)

白はんぺん 1枚
枝豆(さやは取り除く) 30粒程度
ピザ用チーズ 30g
サラダ油 適量

作り方

- 1 ポリ袋に白はんぺんを入れ、手で揉んで潰す。
- 2 1に枝豆とピザ用チーズを加え、混ぜ合わせる。
- 3 お好みの大きさに成形する。
- 4 フライパンに油をひき、両面がきつね色になるまで焼く。

※冷めてもおいしいので、お弁当のおかずとしてもおすすめです。

年々夏の暑さが厳しくなっています。夏の暑さで食欲が低下する方もいらっしゃると思います。今回は枝豆のはんぺん焼きをご紹介します。

食欲が落ちると、たんぱく質の摂取が不足しがちになります。枝豆は夏に旬を迎える野菜ですが、豆類・野菜類両方の栄養的特徴を併せ持っています。たんぱく質、食物繊維が豊富で、疲労回復や夏バテ予防になるビタミンB1、B2、お肌の調子を整えるビタミンC、高血圧予防やむくみの解消につながるカリウム、そしてアルコール分解に関わるメチオニンという成分も含まれています。

お褒めの言葉

人生初めての入院、不安でいっぱいだったけど、こちらに入院して不安がすべて消えた。スタッフ（ナース等）の心づかい、接し方全てに感謝でいっぱいになった。誰にともなく平等に優しく接してもらった。そんな皆さんの心づかいに安心して入院生活が出来そうです。

A病棟 患者さま

温かいお言葉をありがとうございます。今後とも患者さま側に立った医療を目指し、職員一同精進してまいりますのでよろしくお願いいたします。

ご意見

病棟でリハビリの自主練をするにあたり、「鏡（姿見）がほしい！」と熱望しています。是非、ご検討お願い致します。

A病棟 入院患者さま

貴重なご意見をありがとうございます。現状、病棟内への鏡の設置は難しく、ご要望にはお応えできませんが、今後要望が多くなるようでしたら、設置場所、設置する鏡（貼る鏡、ミラーシートなど）について検討してまいります。

たくさんのご意見ありがとうございます。

ふれあい箱の回答



情報STATION

Aoyama Hospital Information Station

公開講座 テーマ その息切れは本当に歳のせいですか？

講師

総合青山病院 循環器内科 部長

しもと たかし
下郷 卓史

日時 令和7年 8月9日(土) 13:30～

参加 自由(無料) ※お子さま連れでもご参加いただけます

場所 総合青山病院 本館5階 講義室

お問い合わせ TEL 0533-73-3777

遊びの広場の解答

6	3	2	4	5	8	7	9	1
8	9	5	7	1	3	4	6	2
4	7	1	6	2	9	8	5	3
7	1	9	8	3	6	2	4	5
3	5	4	9	7	2	6	1	8
2	6	8	5	4	1	9	3	7
9	2	7	3	6	5	1	8	4
5	4	6	1	8	7	3	2	9
1	8	3	2	9	4	5	7	6

編集後記

今年も5月のうちから真夏日を観測している地域もあり、夏本番がやってくるのが怖いくらいですが、皆さまどうお過ごしでしょうか？ お祭り、花火、旅行、海、バーベキュー…夏は楽しいイベントも多く、いろいろと計画を立てている方も多くいらっしゃると思います。その反面、夏は熱中症、食中毒、夏バテ、水難事故等、気を付けたいことも多くあります。「自分は大丈夫！」と過信せず、対策をしながら元気に楽しく夏の暑さよりも熱い夏を過ごしたいですね。

今号も広報誌「ふれあい」をお読みいただきありがとうございます。これからも皆さまのお役に立てる情報提供を目指していきますので、今後ともよろしくお願いいたします。

病院の理念

患者さま側に立った全人的医療を目指します

基本方針

地域の中核病院として安全で質の高い医療に努めます
患者さまが安心出来るゆきとどいた診療を提供します
患者さまに信頼されるゆきとどいた看護を提供します
患者さまに満足されるゆきとどいたサービスを提供します
患者さまがやすらげる快適な環境を提供します

患者さまの権利

1. 適切で質の良い医療を受ける権利を有します
2. ご自分の医療の内容について知る権利と説明を受ける権利を有します
3. ご自分の医療の内容について自由に選択し決定する権利を有します
4. ご自分の医療について他の医師の意見を聞く権利を有します
5. 人格を尊重されプライバシーを保護される権利を有します
6. ご自分の診療録の開示を求める権利を有します