

ホスピタリティコート hospitalityCourt

メディカルコート八戸西病院広報誌 TAKE FREE

《地域医療フォーラム》

骨粗しょう症 治療率向上を目指して

八戸市立市民病院 第一整形外科

部長

沼沢 拓也さん

メディカルコート八戸西病院 整形外科

部長

久木田 裕史



連載：社長の健康メッセージ

「人生のすべてが教訓、体を守る大切さ実感」ポストタクシー株式会社 代表取締役 西條 千恵子さん

LIFE WORK HISTORY 人にライフあり、ワークあり、歴史あり／ チャレンジ改善委員会

もっと開こう、地域へ OPEN HOSPITAL ／ 医療と介護 miraiイノベーション

栄養士さん教えて！ いまどき時短レシピ ／ Information ／イベントスケジュール

八戸市立市民病院
第一整形外科 部長

沼沢 拓也さん

1968年青森県生まれ。弘前大学大学院医学研究科卒。2017年4月より八戸市立市民病院勤務。

メディカルコート八戸西病院
整形外科 部長

久木田 裕史

1967年鹿児島県生まれ。産業医科大学医学部卒。2012年4月よりメディカルコート八戸西病院勤務。



1. 八戸市民病院では、骨粗しょう症の治療について、沼沢先生を中心に、医師や看護師はもちろん、多職種で連携したチームカンファレンスを毎週・毎月開催している。

2. 八戸西病院でも、日本骨粗しょう症学会認定医と骨粗鬆症マネージャーを含む多職種のチームで骨粗しょう症の治療方針について毎週検討会を実施している。



地域医療フォーラム

骨粗しょう症、治療率向上を目指して

八戸市立市民病院

第一整形外科部長 沼沢 拓也さん

メディカルコート八戸西病院

整形外科部長 久木田 裕史

一骨粗しょう症にかかる方の特徴と、治療の現状はどのようになりますか。

沼沢 一般的に加齢によってリスクが高まりますが、糖尿病などの内科疾患のある方や、ステロイドなどの薬を服用している方もなりやすいです。高齢者が一度骨折すると、体の動きが制限されたり、痛くて食事を取れなくなったりして、寝たきりになることもあります。

久木田 全国的な症例を見ると、近年の寝たきりになる原因は脳血管疾患が最も多く、骨折が次に続きます。また、介護が必要になつた原因でも、骨折・転倒が全体の一割以上を占めています。骨粗しょう症の治療は、寝たきりや要介護状態になるのを防ぐためにとても重要です。

沼沢 骨粗しょう症の患者は全国に1300～1500万人いると見込まれていますが、実際に治療を受けている割合を示す「治療率」は2割ほど」とどまると言われています。

久木田 全般的な症例を見ると、近年の寝たきりになる原因は脳血管疾患が最も多く、骨折が次に続きます。また、介護が必要になつた原因でも、骨折・転倒が全体の一割以上を占めています。骨粗しょう症の治療は、寝たきりや要介護状態になるのを防ぐためにとても重要です。

一具体的には、どのような治療に取り組まれていますか。

沼沢 急性期病院である当院では、骨折治療をする中で、骨粗しょう症の検査を行います。該当した方を対象に、医師や看護師、薬剤師など多職種のスタッフが連携して治療に当たる「骨粗鬆症リソーシンサービス(O-L-S)」を開設しています。(一)のチームで患者さんの

沼沢 国の公的な検診は、40～70歳の女性を対象に5歳刻みで行われています。ただ、受診率は全国平均で5%と低く、治療につながりにくい状況です。

久木田 命に関わることもある病気だと知つてもらうために、啓発活動を行うことが重要です。骨折を起こす前に検診を受けてもらい、病気を発見することで、早期に治療できます。骨折してしまった場合でも、骨粗しょう症が原因であれば確実に治療を始めることが必要です。

沼沢 なぜ治療率が低いのでしょうか。
対策はありますか。

70歳の女性を対象に5歳刻みで行われています。ただ、受診率は全国平均で5%と低く、治療につながりにくい状況です。

一本日はありがとうございました。

沼沢 いざなは全国的に取り組みが進むと思います。ただ、財源の問題や疾患の優先順位もあります。まずはわれわれが、在宅医療を担う医師と診療科目を超えて連携するなどして、医療現場での努力を続けていきたいです。

久木田 救命救急医療を担う病院としては、それは非常に高い治療率ですね。当院は回復期病院なので、急性期病院から転院された方の継続治療と、これまで治療を受けてこなかった方の治療を行っています。2017年から12月までに支援方法を検討した患者さんのうち、入院中に治療を行つた方の割合は83%でした。今後

女性の目線で気つく配慮

ポストタクシーの社名は、「駐屯地」を意味する英語の「post」に由来しています。当社は父が一九五三年に創業しましたが、その頃は現在の陸上自衛隊八戸駐屯地（八戸市市川町桔梗野）に米軍基地があり、基地内で営業をスタートさせました。営業車には外車を使っていました。その後、家庭でのマイカーの普及とともにタクシーの利用は減少し、私が代表取締役に就任した約20年前のこの業界は既に厳しい状況でした。



人生のすべてが教訓 体を守る大切さ実感

社長の健康メッセージ リーダーの人生は健康メソッドの宝庫だ。

vol.19

ポストタクシー株式会社

代表取締役 西條 千恵子さん

profile: 八戸市出身。青森県立八戸東高校卒業。1999年3月、ポストタクシー株式会社代表取締役就任。

優先させて考える」とが社員のためになら」という思いで、仕事に臨んでいます。

ストレス解消はゴルフ

2代目の代表だった弟が40代の若さで亡くなつたのですが、このことが私に自分や社員の健康について考えさせるきっかけとなつたかもしません。3代目として後を継いでからは、仕事上のお付き合いで外食することが多いだけに、家で食事をする時はいろいろな食材をバランス良く取るよう心掛けています。お肉があまり好きではないので、米と野菜、魚、豆類、果物が中心です。

趣味はゴルフで、月2回ほど楽しんでいます。スコアはなかなか伸びませんが、青空の下を歩くと気持ちが良く、ストレス解消になります。冬の間は特に運動不足になるので、ウォーキングやジムでのトレーニングをしてみたいのですが、いつも「今年こそは」で終わってしまいます。

社員に対しては、健康診断で要再検査、要精密検査の判定が出た人を対象に、病院を受診するように管理職から声を掛けている。その後、実際に受診したかどうかを確認することも徹底しています。ドライバーの高齢化が進んでいるので、今後は講師を招いて食事や生活習慣病に関する社内セミナーを開きたいです。

時代の変化に対応

介護保険制度が始まって4年後の2004年に、青森県から訪問介護事業所の指定を受けて、八戸市内で最初に介護タクシーというサービスを始めました。ホームヘルパーの資格を持った乗務員が、自宅から通院先の病院の受付まで送迎しています。サービスの開始に当たっては、私自身が車いすの母を長年介護していたということもあって、必要性を十分に理解していました。そこで取り組みやすかつたです。弟を持つて、自らの体を守ることの大切さを改めて実感したことでもそうですが、人生の痛みや苦労によってたくさん人の気付きがありました。今だからこそ思えるのですが、全ての出来事が教訓ですね。

「その他、若いお客さまにもタクシーを利用してもらおうと、出産や子育てに関するサービスに取り組んでいます。例えば、出産サポートタクシーは、氏名、住所など必要な事項を事前登録してもらえば、出産時や通院時に病院へスマーズに送り届けることができます。登録件数は順調に

特に職業病である腰痛の対策として、筋力を強化し予防・解消する方法のお話を聞いてみたいです。

以前から変わらないタクシー業界ですが、近年はスマートフォンのアプリを使った配車方法が普及したり、乗車数予測に人工知能（AI）が活用されたりと、これまでにない変化の時を迎えてます。弊社でも配車アプリ「ジャパンタクシー」や、スマートフォン決済「ペイペイ」を導入しています。今後もお客様ために必要とされるサービスを見極めながら、新しい波に乗つて行きたいです。

に増えていて、地域の皆さまに頼りにしてもらっていると感じています。



上)有資格女性ドライバーや専用車両、機器を備えた介護タクシー業務。

左・下)1953年、駐留米軍基地内（現陸上自衛隊八戸駐屯地）にて、創業当時の西條覚右衛門社長とタクシーカー。

data
ポストタクシー株式会社



住所:八戸市城下1丁目28-1
設立:1953年2月

接客マナー地域ナンバーワンを目指し、お客様のご要望に応じたタクシーサービスを提供。八戸市内を中心に、北東北の観光プランを用意した観光タクシーのほか、出産や子育て、介護を支援するサービスも実施している。

H	W	L
I	O	I
S	R	F
T	K	E
ORY		

当院には、さまざまな経歴や資格をもつ職員が在籍しています。その個性を生かした活躍ぶりやリアルエピソードをご紹介します。

人にライフあり、ワークあり、歴史あり。

災害支援ナース活動ができることに感謝

私が災害支援ナースに登録したきっかけは、以前の病院で救護班として被災地に派遣され、悲惨な現場を体験したことでした。昨年、所属する青森県看護協会より、台風19号被災地（宮城県丸森町）へ先発隊として派遣できないかと当院へ要請がありました。部署のことを気にしながらも部門長に派遣の志望を伝えると「部署のサポート体制を整えるから行ってきなさい」と快諾してくれました。

主な活動は、16時から朝9時の夜勤で、避難所にいる人たちの健康状態の観察・排泄介助・内服管理・清掃などでした。災害支援ナースの役割は多岐にわたり、トイレの衛生管理や手指消毒の指導のほか、状況を瞬時に判断し、感染拡大の予防や不安で眠れない人の話を傾聴など精神面の支援も

しています。
この経験を活かし、それを提供できるやりがいを改めて実感し、衛生管理や感染予防など普段の業務についても深く考える機会にもなりました。職場の皆さんや家族など、理解ある方々のサポートがあってこそこの活動であると深く感謝し、被災者の方々の一日も早い復興を願っています。

略歴

1988年3月	秋田赤十字看護専門学校卒業
1988年4月	八戸赤十字病院勤務
2005年	青森県看護協会災害支援ナース登録
2009年4月	当院勤務



※2020年1月取材時の内容です。

もっと向上できる、ホスピタリティ。

チャレンジ改善委員会

サービス、医療安全、感染対策などをホスピタリティ目線で改善するプロジェクト展開中です。



safety

AEDボックスに保護パットを取付けました



保護パットで囲んだことで、万一接触した際の衝撃を軽減することができました。

当院では、患者様やご来院の方が安全な療養生活が過ごせるよう定期的に院内ラウンドを実施しています。この度、スタッフの声を受け、緊急時の対応のために院内各所の目の高さに設置しているAED（自動体外式除細動器）の鉄製ボックスに、柔らかい素材の保護パットを取り付けました。万が一、歩行時やすれ違う際にボックスに接触しても、衝撃を軽減することでケガのリスクが減りました。今後も院内での医療安全対策と環境整備に細かく取り組んでまいります。



service

杖の転倒防止シールを貼り付けました



壁になじんで場所をとらず、滑りにくい素材のため、多少斜めに立てかけても杖の転倒を防いでくれます。

お会計時にお財布を取り出したり、手洗いの際に杖の置き場に困った事はありませんか？ 立てかけようと思つて取り上げるのにご苦労された方も多いと思います。当院ではこの度、1階壁側に置いたつもりが倒れてしまい、受付、3・4階の回復期リハビリテーション病棟の全居室手洗い箇所壁面に、杖や傘の転倒防止シール（滑りにくい特殊樹脂素材）を設置しました。壁に貼るタイプで、通行の妨げにもならず、自然と杖をたてかけることができます。今後も患者様やご来院へのサービス向上に繋がるよう改善してまいります。

人工知能やロボットなどが
医療や介護の分野で役立っている
次世代の先端技術を紹介します。

コンピューター制御 義足

とは？

従来の義足と異なり、内蔵された複合センサーが歩行状態を検知し、義足の動きをコンピューター制御することで、様々な歩行スピードに追隨しつつ、どのような状態でも膝折れする事なく、自然に膝が曲がって歩行できる、安全性を重要視した義足システムです。

最新ロボット機能が安全な歩行をサポートする コンピューター制御義足の導入

最新技術とリハビリで 旅行に出かけられるまでに

私が担当した患者様は元々活動的だったそうで、ご家族からの海外旅行や温泉巡りを諦めないでほしいという強い思いを受け、コンピューター制御義足の作製をご提案しました。従来の義足では膝折れに対する恐怖心が強く、歩行時の疲労感も見られていました。一方、コンピューター制御義足は、適応できる身体能力と技術が必要となるものの、懸命なリハビリと調整を重ね、実際に海外旅行にお出かけになるほどになりました。患者様は「安心して歩けるようになった」と喜んでいらっしゃいます。



これからの普及により 公的認可も期待される義足

この義足は、ottobock社のGeniumX3という最先端の膝継手です。コンピューター制御の油圧調整やイルティング機能により、安全性と活動性の両立が実現されています。スマホのアプリで歩行や自転車モードの切替調整もでき、歩数やバッテリー量も確認できます。公費で認可されている商品もあるものの、コンピューター制御義足は現在の制度では対象外です。今後、公費での支給が認められ普及が進めば、より多くの義足ユーザーの活動の幅を広げてくれる可能性を感じました。



資料提供:ottobock社

miraiな 投稿スタッフ をご紹介



メディカルコート八戸西病院 理学療法士 松村 裕美

2008年シルバー病院に入職。大学自体から車椅子バスケットボールチームに所属。出産を機に少し離れていたが、2025年の青森国体を盛り上げるために、八戸にもチームを立ち上げたいと思い活動中。現在は週1回、八戸市体育館で練習をしている。車椅子バスケに興味がある方、体験してみたい方は、是非見学にお越しください。

リハビリに関するお問い合わせは
右記対応施設へお気軽にどうぞ。

メディカルコート 八戸西病院

八戸市長苗代字中坪77番地

TEL.0178-28-4000 <https://sg-silver.jp>



もっと開こう、
地域へ。

実習では、入院している患者様の状態把握、医師・看護師・リハビリスタッフと連携しながら退院に向けてのカンファレンスの開催、入退院の調整をする場面に立ち会い、他職種との連携的重要性などを学んでいました。当院指導者は「病気や障害を抱えながらも安心して生活をするために、患者様・ご家族の不安な気持ちに寄り添う配慮と支援の大切さを指導していただきたい」と取り組んでいました。

実習を通して、興味のある職業から「なりたい職業」と言ってもらえるように、MSWの魅力を伝えていきたいと思います。

(* MSW: メディカル・ソーシャル・ワーカー(医療機関で働くソーシャルワーカー)



指導者から実習生に、これから入院する患者様の入院までの流れや退院後の支援方法などについて説明を行いました。



医師・看護師・リハビリスタッフ・MSWで情報共有をする場面に立ち会い、MSWの役割や他職種との連携の大切さを伝えました。



これからご家族との面談。その前に患者様の状況や方向性、どのような支援を提供できるのか、指導者と共にすり合わせをしました。



リハビリ回診に参加し、リハビリ状況・患者様の悩みや不安を把握し、問題解決できるよう取り組むことの大切さを伝えました。

8月5日～9月20日に、青森県立保健大学社会福祉学科3年生によるソーシャルワーク実習が当院で行われました。
今回の実習生のお一人は家族の入院がきっかけで(* MSWに興味を持ち、「入院という突然の出来事に困惑している中、MSWと退院後の生活や経済面の相談をしていくことで心の落ち着きを取り戻すことができました」と話していました。

健大社会福祉学科3年生によるソーシャルワーク実習が当院で行われました。

実務と心構えを学ぶ実習

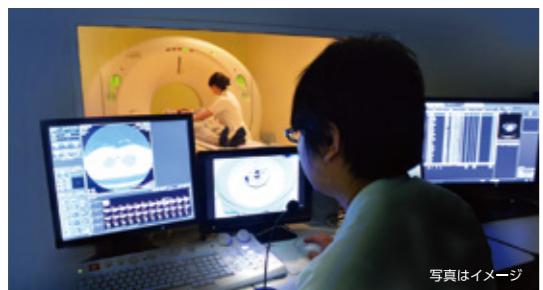
OPEN
HOSPITAL
オープンホスピタル

地域の医療実習生や職場体験の受入れに
私たちは積極的に取り組んでいます。

i Information

「ノンスモーカー肺がん早期発見チャレンジ」を開催します

1月25日(土)イオンモール下田にて、肺がんによる死亡率低下を目的とした研究のため「ノンスモーカー肺がん早期発見チャレンジ」を開催します。対象は50~70歳で喫煙指数が600未満の方です。胸部CTか胸部X線検査がその場で無料で受けられます。お問い合わせは八戸西健診プラザ放射線科(☎0178-21-1717)まで。



写真はイメージ

県南で初の「高次脳機能障害支援拠点機関を開設

事故や脳の病気の後に、記憶力や集中力、意思疎通が難しくなってお困りの方はいらっしゃいませんか？それは高次脳機能障害の症状かもしれません。当院では青森県より委託を受け、高次脳機能障害の支援相談の拠点機関として支援コーディネーターによる相談業務を開始しました。高次脳機能障害は正確な診断とリハビリによって回復が見込める障害です。関係機関と連絡をとりサポートいたします。お気軽にご相談ください。

高次脳機能障害支援拠点機関

TEL.0178-28-4007(直通) FAX.0178-28-6253

メディカルコート八戸西病院 地域医療連携室内
高次脳機能障害支援コーディネーター 佐藤朋実

「みんなの健康プラザ」を開催します

3月 7日(土) 13:00~16:00、イオン八戸田向店にて「みんなの健康プラザ」を開催します。脳の活性化をテーマに、リハビリスタッフによる脳トレーニング体験を行います。参加無料ですのでお気軽にご参加ください。



Quick & Healthy

毎日いそがしいアナタに
クイック&ヘルシーなレシピを栄養士が伝授！

ジャーマンポテト

材料
2人分

【食材】 ジャガイモ 150g
玉ねぎ 30g
ハム 20g

【調味料】 サラダ油 小さじ2
コンソメ 小さじ1.5

作り方

01 ジャガイモは皮を剥き、一口大に切る。

02 蓋付きの耐熱容器に水少量とジャガイモを入れて電子レンジ(600W)で3分加熱する。

03 ハムは短冊切り、玉ねぎはスライスし、サラダ油を引いたフライパンで炒める。

04 レンジにかけたジャガイモの水分を切り、ハムと玉ねぎと一緒に軽く炒める。

05 最後にコンソメで味付けをして完成。



栄養士から 時短ポイントアドバイス

- ジャガイモは耐熱容器に平らに並べて熱が通りやすいようにする。
- 玉ねぎもジャガイもと一緒にレンジで加熱するとさらに時短に。

管理栄養士
阿部 瑞穂

profile
青森県むつ市生まれ。2019年に入職し「有料老人ホーム妙水苑」の管理栄養士として従事。利用者様と一緒にイベントでおやつを作るのが楽しく、献立の工夫を考えることがやりがいです。



19

栄養士さん教えて！

いまどき時短レシピ

Event イベントスケジュール

1月17日(金)～ 2月13日(木)	終日展示	「リレー・フォー・ライフ・ジャパン2019八戸」写真展	交流ホール	当日自由参加
2月19日(水)	14:30～	八戸えんぶり披露 八戸市立北稜中学校	交流ホール	当日自由参加
1月22日(水)	13:00～14:00	糖尿病教室 糖尿病の検査を知ろう!(検査技師)	交流ホール	当日自由参加
3月18日(水)	12:45～13:15	スプリングロビーコンサート フルート:片峰日出男氏／ピアノ:佐藤由芽氏	交流ホール	当日自由参加

どなたでも無料観覧できる交流ホールイベント開催中!

当院1F交流ホールでは、どなたでも無料でお楽しみいただけるイベントを開催しています。唄、踊り、職員有志バンドによるコンサートやえんぶり披露など、季節やテーマに合わせた多彩なプログラムのほか、写真や絵画等の展示イベントも開催しております。自然光が心地よく降り注ぐ吹抜け空間で、心穏やかになるパフォーマンスをご堪能ください。



Note 編集ノート

認知症の方と家族を支える機関として 地域に貢献してまいります。

八戸西健診プラザでは、昨年より軽度認知障害検査の導入とともに、「認知症サポーター制度」にも取り組んでいます。認知症の予防や治療、認知症の方と接する心構えなどを学ぶ、職員対象の講習会も開催することで、健診受診者へのアドバイスもしっかりできる体制を整えています。また、地域の認知症サポーターを増やすための「認知症サポーター養成講座」も開催。これからも地域の健診機関として、認知症の方と家族を支える活動に努めてまいります。



認知症について正しい知識と理解を得るために職員対象の講習会を開催しています。