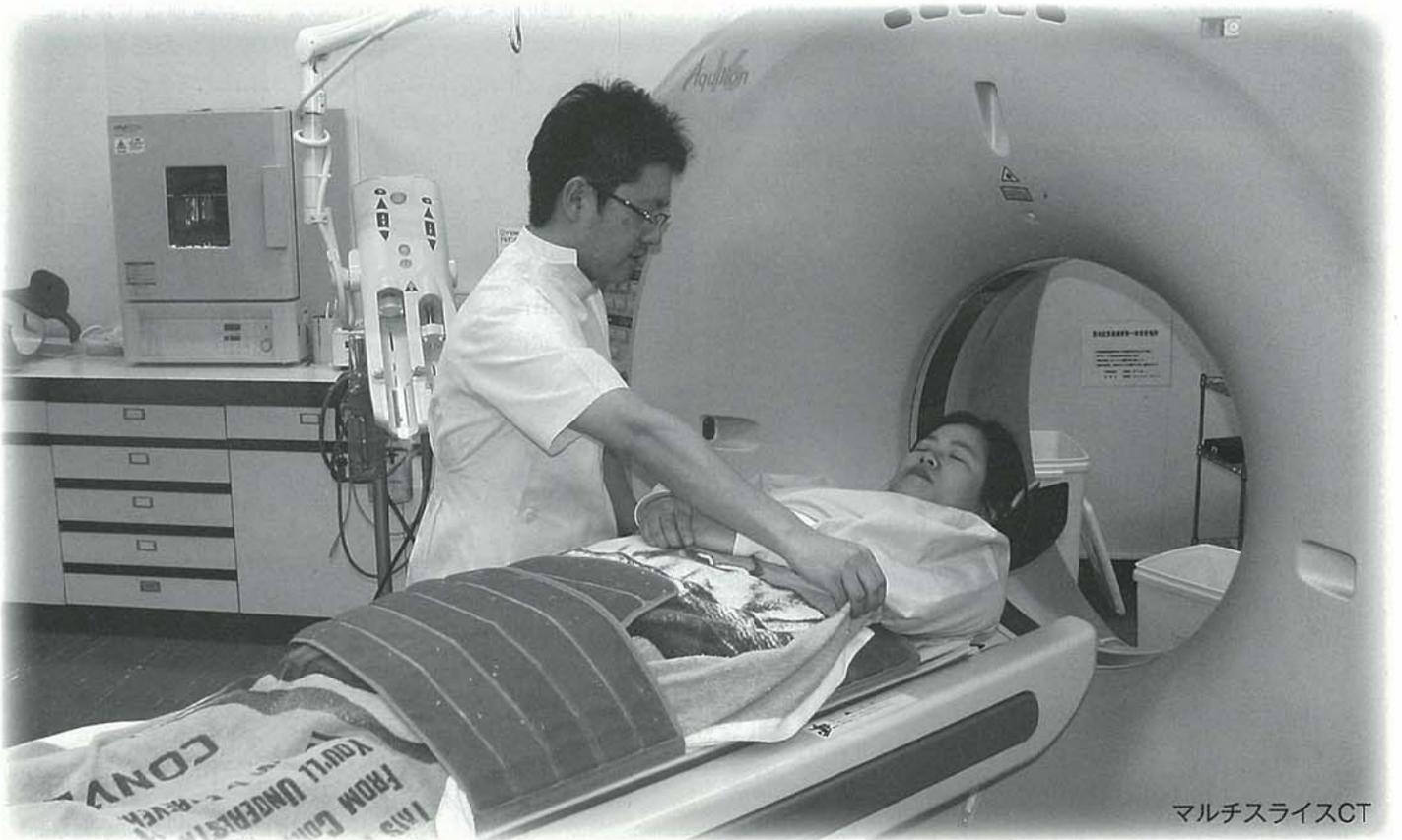


患者のみなさんと病院をつなぐ

かけはし



マルチスライスCT



食事指導



リハビリ



療養型病床クリスマス会



腎センター

病院開設の理念

1. 地域住民に信頼される病院
2. 地域医療機関に信頼される病院
3. 職員に信頼される病院



芦屋町いきいき筋力アップ教

介護保険法の大幅な改正が平成17年6月に行われ、介護予防に重点をおく施策が打ち出されました。施設給付の見直しも平成17年10月から施行され、平成18年4月からは従来の介護サービスのほかに「地域包括支援センター」創設など地域支援事業・包括支援事業などの新しいシステムが導入されました。これにより、介護が必要な状態になってから対応するのではなく、介護が必要な状態にならないための予防や状態の改善に重点をおく「予防重視型システム」への転換が図られました。その一環として当院リハビリテーション科では市町村単位で行われる「介護予防事業」に平成18年度から参画しています。内容は特定高齢の方を対象とした「運動器の機能向上」を目的とするいきいき筋力アップ教室です。例年、2回に分け開催されている教室で、今年は4月から7月までと9月から12月まで行われます。参加人数は毎回、約20名、1回に90分程度で、1～2週間に1回の割合で、合計12回行っています。会場は当院5階の第2リハビリ室を使用し、リハビリテーション科スタッフ2名と町のスタッフ4名がサポートしています。高齢の方の健康に関する櫻井院長の講話もあり、教室は大変盛り上がっています。

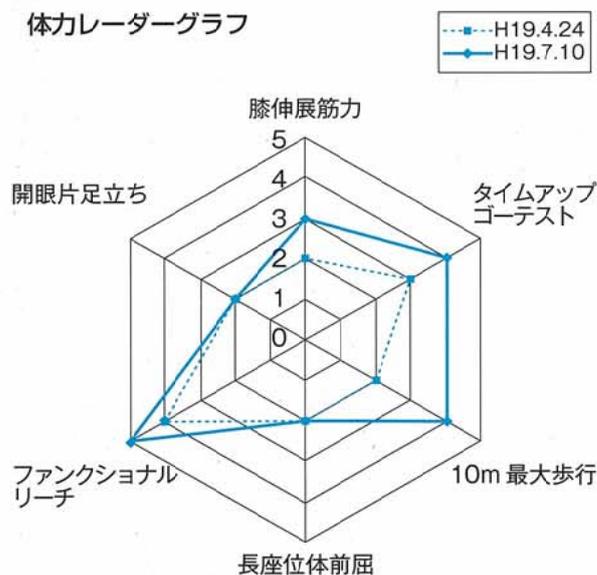
メインの運動内容は「筋力アップ」をテーマに、全身の運動を行うべく、多種多様な運動を取り入れています。まずはストレッチ体操。これはウォーミングアップのため実施しています。次に行うリズム体操は、有酸素運動と瞬発力の向上が目的です。更にセラピーボールとかヨガボールと言われているボールを使うボール体操を行っています。このボールは200kgの圧力をかけてもつぶれないと言われている。最後に太極拳です。太極拳は、ソフトで軽快な動きを行うことで、低い重心と円の運動を保ちながら手足の動作と呼吸の協調性を求めて、心身を鍛える運動です。太極拳運動は、バランス能力の改善や転倒予防の効果などを検証する論文が発表され、中高年者の身体機能の維持・増進に役立つ可能性が示唆されています。



ここで行われる運動は1～2週間に1回程度なので、実際はこの教室での運動だけでは、体力の向上効果は期待できません。私たちはこの教室が運動のきっかけとなり、日常的に毎日運動を実行していただきたいと考えています。そのため、各運動毎に、家庭でも出来るようなパンフレットを配っています。

また、運動効果を数値で示せるように教室前後で体力評価を行い、体力アップを客観的にも実感していただき、運動意欲の向上と継続をねらっています。評価テストとして、筋力、柔軟性、バランス、俊敏性に関連した11項目を選び、初回と終了前の2回、体力評価を行います。教室の評価結果の一例を図に示します。参加者に体力向上したことを目に見える形で提示することもモチベーションアップには大切なことだと思います。実際、杖が必要なくなった方や、出来なかった40cm台昇降が簡単に出来るようになった方も多くおられ、評価紙面上以外でも「転倒等の注意を促しやすくなった」「杖の使用が少なくなった」「歩行スピードが上がって安定した」などの生活の中で体力向上を実感されていました。

体力レーダーグラフ



最後に、統計的な処理はしていませんが、参加者全員の項目ごとの評価値平均を教室前後で比較した結果、ほぼ全ての項目において評価値平均が向上していました。

室に参画して

リハビリテーション科 理学療法士 福田 明仁

この教室の目標は単に筋力をアップさせることなく、高齢の方が体力を落とさずに、健康で活動的な老後を過ごすためのきっかけを作ることにあります。この教室に参加された方たちが介護予防や疾病予防のため、町立芦屋中央病院を利用していただき、リハビリテーション科が少しでも貢献できていると感じています。今後も病院職員の一員として励んでいきます。



院内発表会・院内勉強会

現在、全職員を対象に院内発表会と 院内勉強会を定期的に行っています。

薬局 薬剤師 檜田 房男



○第3回院内発表会

今年3月13日、第3回の院内発表会が行われました。当院では1年に1度、職員による院内発表会を開催しています。この発表会は職員全員のモチベーションを高めるとともに、毎日の繰り返される業務にメリハリをつくり、やりがいのある環境づくりに大きく役立つものと考えています。内容は堅苦しくなるものばかりではなく、業務の改善、気軽に話せる発表の場をコンセプトの基とし、表彰式などを準備することで一年間頑張った人たちに敬意を示し、職員全体で喜びを分かち合いたいということがテーマにあります。

○院内勉強会

院内勉強会は、毎月1回、第2木曜日に行われています。今まで各部門の勉強会は存在していたものの、病院全体で行われるものではなく、知識を共有する機会もありませんでした。そこで基礎から最新情報までの知識を病院職員内で学び、それぞれがレベルアップすることで、業務が円滑にかつ

レベルの高い医療を奉仕できるようになるものと考えて開催されています。そのことは患者さんの負担・不安を軽減するだけでなく、信頼をも勝ち取れることになり、誰もが望む頼りがいのある病院スタッフの育成に繋がっていくものと考えています。



町立芦屋中央病院外来診療担当表

平成20年6月1日現在

診療科	時間	月	火	水	木	金	土
消化器科	午前	櫻井	矢野	大原	矢野	櫻井	消化器科、内科医師で交替 (午前のみ)
	午後		櫻井		矢野		
内科	午前	呼吸器科 西尾	呼吸器科 西尾		呼吸器科 西尾	呼吸器科 西尾	
		加来	加来	加来	別府	加来	
			循環器科 村岡	循環器科 木谷		循環器科 村岡	
	糖尿病 森		糖尿病 森田			糖尿病 岡田	
午後	是此田	別府	循環器科 木谷 神経内科 西尾	加来	是此田		
小児科	午前	落合	住江	大賀(第1のみ) 馬場	西山	石井	
泌尿器科	午前	井上	井上	井上	井上	井上	井上 第2・4は休診
	午後	井上	井上				
整形外科	9:00~	野々村	内藤	内藤 野々村	野々村	内藤	2人で交替
	10:30~	内藤				野々村	
	午後		内藤		野々村		
外科	午前	井下	永渕	2人で交替	井下	永渕	2人で交替
	午後	永渕	2人で交替		井下		
眼科	午前	田中	田中	手術日	田中	田中	田中 第2・4は休診
	午後	予約検査	田中		第2・4は 予約検査	予約検査	
耳鼻咽喉科	午前	工藤	工藤		工藤	工藤	
	午後	工藤	工藤		工藤	工藤	
腎外来	午前	坂東	坂東	坂東	新患のみ 坂東		新患のみ 坂東
C T・超音波		小坂	小坂	小坂	小坂	小坂	小坂

受付時間 **午前** [月曜日～金曜日] 11:00まで [土曜日] 10:00まで **午後** 13:00～16:00

小児科は金曜日の診療を始めました

小児科の診療を月曜日から金曜日の午前中、毎日行っています。どうぞ、ご利用ください。



町立芦屋中央病院

〒807-0101 福岡県遠賀郡芦屋町幸町8番30号
 TEL 093-222-2931(代)
 FAX 093-222-2176
 e-mail hospi@hospi-ashiya-fukuoka.jp
 URL: http://www.ashiya-central-hospital.jp



・JR遠賀川駅から芦屋タウンバス「芦屋」行きにて「芦屋中央病院前」下車。徒歩1分
 ・JR折尾駅から北九州市営バスにて「芦屋町役場前」下車。徒歩8分