

大久保病院だより

TOPIC

訪問診療は、通院が困難な患者さんの自宅や施設に医師が定期的に訪問し、診察や治療、健康管理を行う医療サービスです。対象となるのは、高齢の方や慢性疾患を抱える方、寝たきりの方、退院後も継続的な医療が必要な方などで、患者さんの生活環境に合わせたきめ細やかなケアが特徴です。また、看護師やリハビリスタッフ、ケアマネジャーなどと連携し、医療と介護を一体的に提供する点も重要です。患者さんやご家族の不安を軽減し、住み慣れた環境で安心して療養生活を送ることを支援する役割を担っています。

また、当院は終末期医療にも対応しており、患者さんご本人の意思や価値観を尊重した医療が提供される点も大きな特徴です。訪問診療では、病院とは異なり、生活の場で医療を受けられるため、より個別性の高いケアが可能となり、患者さんの生活の質（QOL）を維持・向上

— 患者さんの状態に合わせた継続的なケア —

地域に寄り添う「訪問診療」



地域内科・救急科 春木 茂紀

させながら、安心して療養できる環境を整えます。さらに、症状が急に悪化した場合には、緩和ケア病棟への一時的な入院（レスパイト入院や緊急入院）が可能である点も特徴として挙げられます。これにより、在宅療養を続けながらも、状況に応じて適切な医療環境へスムーズに移行できます。

このように、当院の訪問診療は、入院医療と在宅医療を一体的に提供し、患者さんが自分らしく過ごせる時間を大切にしながら、身体的・精神的負担を軽減する役割を担っています。医療の質と安心感を両立させたこの仕組みは、今後ますます重要性を増していくと考えられます。



副院長
内科・消化器内科
稲本 忠之



婦人科部長
頭痛外来・緩和ケア外来
内藤 子来

＊訪問診療は3名の医師が担当しています。

誠仁会グループ 関連施設のご紹介

社会福祉法人誠和会 サービス付き高齢者向け住宅 おおくぼの里

TEL (078)934-3737

四季を感じながら安心して過ごせる

高齢者住宅です

「サービス付き高齢者向け住宅おおくぼの里」は、明石市大久保町大窪にある大久保病院と大久保北中学校に隣接した高齢者住宅です。全室南向きで日当たりがよく、職員の見守りのもと、ご自宅に近い環境でお過ごしいただけます。住宅での生活は自由度が高く、お申し出により、外出や家族さまとの外食や外泊も可能です。また、写真のようなお花見外出・夏祭りなど季節を感じる行事や、天ぷらバイキング・ケーキバイキングなどの特別な食事をお楽しみいただけます。

全室は36室でAタイプ(18㎡)18室、Bタイプ(25㎡)18室あり、Bタイプは浴室とミニキッチンが付いて



お花見

おり、ご夫妻でも入居できます。サービス付き高齢者向け住宅は、「高齢者住まい法」の基準でバリアフリー構造になっており、「おおくぼの里」も兵庫県明石市に登録されている住宅で、安否の確認・緊急時の対応・お食事の提供等のサービスを提供しています。

自宅生活にご不安のあるご高齢の方で、「おおくぼの里」の生活にご興味のある方は、入居相談・見学希望のご連絡をお待ちしています。お気軽にお問い合わせください。



● 天ぷらバイキング



● お正月の食事

施設概要

「社会福祉法人誠和会 サービス付き高齢者向け住宅おおくぼの里」

〒674-0051 明石市大久保町大窪1976番1号

- ・JR山陽本線「大久保駅」より北へ徒歩約15分
- ・JR山陽本線「大久保駅」北口より神姫バス「山手台」「上岩岡」「西神中央駅」行、「山手小学校前」バス停下車、東へ徒歩約5分
- ・第二神明道路「大久保IC」より、大久保方面へ車で約5分
- ・大久保病院より徒歩約5分

TEL (078)934-3737

URL <https://www.seijinkai.or.jp/seijinkai/group/okubonosato>



HP

特定医療法人誠仁会

大久保病院

〒674-0051 明石市大久保町大窪2095-1

tel.(078)935-2563



財団法人
日本医療機能評価機構
認定書受領

当院専用
バス有り
詳細は当院
ホームページ

交通機関をご利用の方

- JR山陽本線「大久保」駅下車、北へ徒歩20分
- 「大久保」駅北口より神姫バス
②のりば 19「山手台」行き
③のりば 12「西神中央」駅、「上岩岡」、
「五百蔵」行き「山手小学校前」バス停下車、
東へ徒歩5分

車をご利用の方

- 第二神明道路「大久保IC」より、
大久保方面へ約10分

大久保病院だよりは
ホームページでもご覧になれます

<https://www.seijinkai.or.jp/>





調剤薬局の薬剤師が、 皆さまの健康管理のお手伝いをします！

— あなたに合った「お薬管理」を一緒に考えます —



薬のことで困って おられませんか？

- 薬の管理ができない
- 薬の種類が多くて何に効くのかわからない
- 嚥下機能の低下で薬が飲みづらい、飲んでくれない
- ついつい飲み忘れてしまう
- あちこちの病院で薬をもらっていて、飲み合わせが心配

そういった薬に対する不安や疑問がありましたら、薬剤師にご相談ください。

薬の管理や飲み忘れでお困りの方は、「一包化」をお勧めします。「一包化」とは朝食後や夕食後など、タイミングが同じ複数の薬を1回分ずつパックする方法です。パックには「朝」「昼」「夕」や患者さまの氏名、服用する日付を印字することもできます。こうすることによって、「いつ、どの薬を飲むのか」が一目でわかり、薬の管理が簡単になります。飲み忘れ・飲み間違いを防止することができ、介護する方の負担も軽減されます。

調剤薬局の役割として、他にも、薬剤師が患者さんの相談を受け付け、薬の悩みにお応えします。患者さんによっては薬の服用の仕方や、効果などについて、わから

ないこともあるかと思えます。そうした悩みに寄り添い、適切なサポートを行うのも、調剤薬局の役割です。薬の飲み合わせや、副作用などの注意喚起をすることも調剤薬局の役割です。調剤薬局は、医薬品の調剤や提供だけでなく、専門的な情報やアドバイスも届ける場所です。薬剤師が専門知識を活かしながら、患者さんのご相談に応じます。お気軽に調剤薬局の薬剤師までご相談ください。

「一包化」のイメージ



大久保病院・市民講座

「睡眠の話」開催レポート

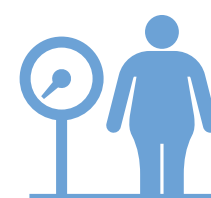
— 良い睡眠で健康な毎日を —

5月9日(土)・16日(土)の2週にわたり、大久保北コミュニティー・センターにて「市民講座」を開催し、地域の51名の皆さまに参加いただきました。

今回のテーマは『睡眠』についてです。毎日の健康を維持するためには、食事・運動・睡眠の3つの要素が大切で、相互に影響し合っています。そのなかでも睡眠は、脳と体の疲労回復や免疫力の向上、記憶の整理・定着など、様々な役割や効果があり、生活習慣病や認知症にも関係していると言われています。

パラマウントベッド株式会社様より講師をお迎えし、良い睡眠のためには量(時間)と質(休養感)が重要なこと、体内時計をリセットするために朝日を浴びる、起きる時間を一定にすること、睡眠には個人差があるため、あまり気にし過ぎないようにすることなど、詳しくお話しいただきました。また、当院・理学療法士より、良い睡眠を促す運動のポイントについて、また、当院・管理栄養士より、睡眠に影響があるカフェインやアルコール摂取の注意点、バランスのよい食事について、お話をさせていただきました。

今後も様々なテーマで市民講座の開催を予定しています。皆さま、ぜひご参加ください。



明日につなげる予防医学

～肥満予防の第一歩は生活改善から～

健康管理センター

生活習慣病は、ある日突然始まるものではなく、毎日の食事や運動不足、睡眠の乱れなど、小さな積み重ねによって少しずつ進行していきます。特に現代は、便利な生活によって体を動かす機会が減り、知らないうちに健康リスクを高めやすい環境になっています。だからこそ大切なのは、病気になってから治療するのではなく、病気になる前に予防するという視点です。特別なことをするのではなく、毎日の生活を少し見直すことが、将来の健康を守る第一歩となるのが「予防医学」です。当院・健康管理センターより「予防医学」について、シリーズで紹介したいと思います。その1回目は「肥満予防」です。

肥満は多くの生活習慣病の入り口となる状態で、特に内臓脂肪が増えると血圧や血糖、脂質の値が悪化しやすくなります。予防の基本は「食事」「運動」「睡眠」の3つのバランスです。

まずは食事量を見直し、腹八分目を意識しましょう。間食や甘い飲み物を控えるだけでも大きな一歩となります。

運動は、エレベーターではなく階段を使う、一駅分歩くなど、日常生活のなかで体を動かす機会を増やしましょう。

1日10分でも多く歩くことは、脂肪燃焼の第一歩です。睡眠不足は食欲を増進させるホルモンに影響し、肥満を招きやすくなります。質の良い睡眠をとるためにも、規則正しい生活を心がけましょう。

今日からできる小さな習慣の積み重ねが、未来の健康を守る最も確実な方法です。



新入職者紹介

新たなスタッフと築く
地域医療への貢献

4月1日、新卒8名・既卒2名の計10名のスタッフが新たに大久保病院に入職しました。皆さま、よろしくお願いいたします。

医療業界を取り巻く環境は依然として厳しく、医療機関の多数が経営難に直面しています。我々も決して例外ではなく、一層の改革を求められています。新たなスタッフを迎え入れ、より強固なマンパワーで、直面するさまざまな課題に立ち向かい、より地域の方々から信頼される病院として貢献してまいります。

10名全員が新たな環境で、持てる力を存分に発揮できるよう努力いたします。失敗を恐れずに、がんばります！

