

# 合同研究発表会

3月11日(土)に第18回明倫ヘルスケアグループ合同研究発表会が開催されました。宮地病院、本リハ病院、施設より合わせて11チームが参加し、1年間の活動内容の成果を発表しました。どのチームも素晴らしい発表の中、最優秀賞は宮地病院2階、優秀賞はぼ一愛となりました。どのチームも今回の活動をぜひ今後も続けていただき、働きやすい職場づくりの実現に繋がっていきましょう。また、来年度の改善活動につきましても素晴らしいものとなりますようにご健闘を祈っております。



WE ARE ONE  
共に未来を拓く



2023. 4.20 vol.81

KAKE  
HASHI  
明倫会ニュース

## 入社式と新入職員紹介



4月1日に入社式が行われ、看護師3名、リハビリ13名(PT5名、OT5名、ST3名)の計16名が新しく入職しました。新人代表挨拶では、「一日も早く戦力として貢献できる人材となれるよう何事も積極的に取り組み、向上心をもって邁進してまいります」と力強く抱負を掲げていただきました。若々しさに満ち溢れた方々を迎え入れることができ、嬉しい限りです。先輩職員一同全力でフォローしてまいりますので、共に切磋琢磨しながら成長しましょう。

## 2023年度経営指針発表

COVID-19により世界は変わり、元に戻ることはないでしょう。過去を振り返るより、前を向いて進むしかありません。今年度は、COVID-19に注意しながら地域で対面での活動を再開していきたいと思っております。地域の皆さんや連携している施設の方々の声を聞いて、自分たちの施設の地域における役割、存在意義を再確認したいと思います。そして地域で必要とされていることが職員一人一人の働き甲斐、生き甲斐に繋がるように経営指針に反映したいと思います。



2021年に策定した3年間の中期ビジョンは「一人一人の生きる喜びと安心を支え続ける」です。このビジョンを達成するための戦略は、「たゆまぬ変革により地域と共生する」としてありますが、今年度が3年目、最終年になります。COVID-19のお陰で少し進んだICTの利用を続けながら未来志向の地域包括ヘルスケアに取り組みます。

## 編集後記

先月、WBC (WORLD BASEBALL CLASSIC) が開催されました。14年ぶりの日本優勝という嬉しいニュースが列島を駆け巡り、多くの国民に夢と感動を与えてくれました。今大会待ジャパンの平均年齢は26.5歳と史上最も若く、世界の大舞台で躍動する同世代の選手たちに私自身も勇気と活力を貰いました。

中には、新年度の人間関係や環境の変化に不安を抱える方もいると思います。しかし、普段とは異なるチームや環境においても臆せず、一人ひとりが堅実に自分の役割を果たしながら一体感を持つことで世界という快挙を成し遂げた彼らは、そのような人々の背中を後押しする存在にもなったのではないのでしょうか。(事務部 杉本)

発行

医療法人明倫会 宮地病院  
住所/〒658-0016 神戸市東灘区本山中町4-1-8  
TEL 078-451-1221 FAX/078-431-0080  
URL/ <http://meirinkai.or.jp/miyaji/>  
eメール/ [miyaji-hp@ksn.biglobe.ne.jp](mailto:miyaji-hp@ksn.biglobe.ne.jp)



本山リハビリテーション病院  
住所/〒658-0015 神戸市東灘区本山南町7-7-15  
TEL/078-412-8080 FAX/078-412-8787  
URL/ <http://meirinkai.or.jp/motoyama/>  
eメール/ [motoyama-reha.hp@meirinkai.or.jp](mailto:motoyama-reha.hp@meirinkai.or.jp)



LINE公式  
アカウント  
はじめました。



## 新入ドクター紹介

このたび宮地病院整形外科へ着任致しました川井康嗣(かわいやすつぐ)と申します。

長寿社会を迎え、骨粗鬆症、関節、脊椎疾患、外傷など整形外科を受診される患者様は増加傾向にあります。

お困りの事がございましたらお気軽に御相談ください。

皆様が快適に過ごしていけるようお手伝いさせていただきます。日々努力してまいりますので、どうぞよろしく願いいたします。



# 健康経営優良法人認定取得

明倫ヘルスケアグループは、WE ARE ONEの理念のもと、信頼される医療・福祉サービスを提供し、地域と共に成長し続けるために、職員一人一人が心身ともに健康で自分らしく働くことができる環境づくりを目指しています。

2022年度、医療法人明倫会の健康経営に関する取り組みが認められ、初めて、健康経営優良法人(2022)の認定を受けました。そして2023年3月8日に今年も無事、健康経営優良法人

(2023)の認定をいただくことができました。

これからも、職員を含め関係するすべての人のために、健康経営への取り組みを継続・強化してまいります。

## 基本方針

1. 適正な労働時間の管理や、労働災害防止の対策強化により、心身の健康を害する要素をできる限り取り除き、安心して働ける環境を作ります。

2. ワークライフバランスの実現、女性活躍、子育て支援における各種取り

組みを推進し、年齢性別を問わず仕事と家庭を両立できる環境を作ります。

3. 職員の健康を維持するために、医療費補助や運動環境の提供など、福利厚生をのさなる充実に取り組みます。



# こども食堂「けろっと食堂」初開催

2023年2月25日、潮騒の家にて初めて「けろっと食堂」を開催しました。

今回は感染防止の観点から、ハンバーグ弁当を配布しました。10時から調理担当が潮騒の家に集まり20食分のお弁当の調理を開始しました。12時からお弁当配布でしたが、早くから子どもたちが集まってきており、準備していたおもちゃやアクティビティで遊んでもらいました。食堂の名前にもなっているけろっとちゃんは大人気で、たくさんのおもちゃたちに囲ま



れて写真を取っていました。12時の配布時間にはちょうど20人の子どもたちが集合しており、大盛況で終わりました。

後日、まちづくり協議会の会長様か



らも「期待しています！」とのお声をいただきました。ボランティアの方もまじえながら今回の反省点をいかし、けろっと食堂をより良いものに出来ればと思います。

# 健康レシピ

## ～食と栄養でSDGsしていきましょう～

食事療法においては偽痛風より痛風が一般的です。痛風を防ぐ食事では栄養バランスを整える事が重要になります。偏りのない食材選択を意識する事が出来ていますか？食事を残さず食べられていますか？一人一人の残食も含めて、食品ロスは世界問題となっています。

食品ロスは1年あたりで見ると世界では13億t、日本では522万tに及び食品の廃棄物が問題になっています。生産量の約3分の1にあたります。家庭の台所ごみのうち約20%は食べ残しです。また日本の食品ロスの半分

は、家庭からでておりその廃棄物処理には多大なエネルギーが浪費されています。食材を無駄にせず、残さず美味しく食べることが大事です。食品ロスを削減する事は、温室効果ガスの削減に繋がります。調理の工夫にも目を向けてください。

SDGsの視点からも食生活を見直してみましよう！

材料(1人分)	
・スパゲッティ	乾140g (塩…大さじ1)
・菜の花	200g
・桜エビ	乾20g
・新玉ねぎ	50g
・オリーブ油	大さじ2
・にんにく(みじん切り)	1かけ
・赤唐辛子(半分切り)	1本



## 菜の花のペペロンチーノ(1人分)

### ★作り方★

- ①菜の花は熱湯に入れ40秒ほどで引き上げ、3等分に切る。新玉ねぎは薄くスライスする。
- ②たっぷりの熱湯に塩を入れスパゲッティを表示時間より1分短く茹でてザルにあげる。
- ③フライパンに油、にんにくを入れ弱火にかけ、香りが立ったら赤唐辛子を加え炒める。
- ④桜エビと①を加えて少し炒め、②を加えて味をととのえたら完成。

# ひょうご・こうべ女性活躍推進認定「ミモザ企業」に認定されました!

神戸市では、男女が共に働きやすい職場づくりのために積極的に取り組む企業を「こうべ男女いきいき事業所」として認定しています。宮地病院も、院内保育所の設立などが評価され、平成19年に表彰を受けています。

このたび、「こうべ男女いきいき事業所」認定が、ひょうご・こうべ女性活躍推進認定「ミモザ企業」へと生まれ変わり、新認定制度の第1期として県内70社の企業が認定されました。医療法人明倫会もその1社として認定され、3月10日、兵庫県公館で開催さ

れた「ミモザフォーラム」にて、齋藤元彦知事より認定証を授与いただきました。

明倫会では、現在認可含め3施設で職員と地域の子供を受け入れています。子供が小学校を卒業するまで利用できる時短勤務制度は、育休復帰の職員だけでなく中途入社したばかりの職員も利用可能です。また、男性職員の育休取得も増えてきています。いい医療を提供するには働きやすい環境づくりが不可欠。仕事と家庭の両立を応援し女性が輝ける職場であり続けます。



## 認定要件：4ジャンル全20項目のうち7割以上達成

- |            |                             |
|------------|-----------------------------|
| 1. 企業の取組姿勢 | 2. キャリア形成支援                 |
| 3. 女性の登用促進 | 4. 女性の定着促進(処遇・定着、多様な働き方の支援) |

# ドクターアドバイス 偽痛風について

痛風はよく耳にすることもある疾患だと思えますが、偽痛風はあまり馴染みない疾患かと思えます。今回は急な関節の痛みの原因となる偽痛風をテーマに紹介してまいります。

## ①初めに

偽痛風はピロリン酸カルシウムの結晶が関節の軟骨や骨に沈着し、それが何かのきっかけで関節液に遊離することで、体内の免疫細胞が異物を除去しようとして激しい炎症が起こり、その結果関節の急な腫れや疼痛が起こります。関節炎の症状が痛風発作と似ているため偽痛風と名付けられました。最近では原因に基づいてピロリン酸カルシウム結晶沈着症(CPPD)と言われることが多くなっています。

痛風との違いとしてはまずは原因が痛風は高尿酸結晶ですが、偽痛風はピロリン酸カルシウムが関節に沈着して起こります。また男性に多い痛風とは違い、女性にも多く見られ、男女差はほとんどないとされます。部位としてはどちらの疾患でも関節炎はどの部位でも起こり得ますが、痛風は足趾の付け根や足関節が多く、偽痛風では膝や手関節で炎症が起こることが多いです。

## ②原因

ピロリン酸カルシウムが関節軟骨に

沈着して生じますが、沈着する原因はまだよくわかっていません。ただ加齢や手術、外傷、低マグネシウム血症、低リン血症などの電解質異常、代謝異常などが影響すると言われています。

## ③分類

無症候性CPPD、CPPDを伴う変形性関節症、急性CPPD関節炎、慢性CPPD関節炎の4つに分類されますが、明らかな症状が生じるのが急性関節炎で、CPPDで外来を受診する方のほとんどとされています。

## ④症状

局所の症状としては膝や肩関節や手関節が急に腫れて熱を持ち、疼痛が生じます。全身症状としては発熱や倦怠感、せん妄による意識障害が生じることがあります。意識障害や発熱がある場合には膝などの関節が腫れていないかなど診察が必要になります。

## ⑤診断方法

レントゲン検査では関節軟骨に沈着したピロリン酸カルシウムが石灰化像として見られます。関節穿刺を行い、関節液検査でピロリン酸カルシウムの結晶を同定し確定診断となります。また稀と言われますが、CPPDに細菌感染による関節炎が併発することもあるため、化膿性関節炎の除外も必要とな

ります。

若年で外傷歴もない場合は代謝異常がないか追加の検査が必要となることもあります。

## ⑥治療

対症療法が基本となります。痛風の場合、発作期については対症療法となりますが、発作期を過ぎれば原因に対し尿酸をコントロールする食事療法や内服を行います。CPPDでは有効な原因治療は現時点ではなく、発作期にはNSAIDsの内服や座薬を用いて症状コントロールを行います。NSAIDsによって疼痛や炎症が緩和されることが多いですが、副作用などで使用できない場合は個々の症状に応じて関節注射やステロイドを使用することもあります。またアイシングすることも症状緩和につながります。

## ⑦最後に

偽痛風は急な関節の腫れや疼痛が起こりますが、同様の症状をきたす疾患としては化膿性関節炎や関節リウマチなど早期に治療が必要な疾患もあります。単なる関節痛と軽く見るのではなく、関節痛や腫れが急に悪くなる場合は主治医や看護師などに相談するようにしましょう。

本山リハビリテーション病院  
リハビリテーション科  
村井由佳

