

# びなっ

NEWS

## 新型CT稼働開始!

高速化して鮮明な画像を取得でき、検査に係る負担軽減も。

### ■ 2022年度 創造会事業方針

患者さま・利用者さまにやさしく、安心して選ばれる法人を目指す。

### ■ ぷ・ら・ざ

発熱外来の取り組み

### ■ 医療の輪

#### ○ 新任医師紹介

総合診療内科・漢方 高木 恒太郎 医師

### ■ スタッフ紹介

介護老人保健施設クレオ ケアサービス部 看護科

### ■ リハビリノート

腰痛体操

### ■ Reporter for knowledge

入院に関するアンケート集計結果

### ■ 社会人の資格取得にまつわる職員鼎談 第2回

再び学生に戻ってどんな経験をしましたか?

### ■ ちょっと一息

### ■ 第6回・年金保険働き方コラム

特集

東京2020オリンピック・パラリンピック  
競技大会での活動報告

# 2022年度(22年3月～23年2月) 創造会事業方針



創造会理事長 土井紀弘

## 2022年度の目標

**「患者様・利用者様にやさしく、安心して  
選ばれる法人（病院・施設）を目指す」**

## 2022年度のキーワード

1. 医療・介護サービスのレベルアップ
2. 経営基盤の強化
3. スピード

## 中期計画（2022～2025）

1. 地域包括ケアシステム<sup>※1</sup>の中における創造会の役割の明確化
2. 医療・介護事業の選択と集中を図る
3. 医療・介護などの需要を把握し、新規事業の実施を図る
4. 国際事業の展開

※1高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、厚生労働省が推進する地域の包括的な支援・サービス提供体制のこと。

## 今年度重点項目

1. 医療・介護サービスの点検と改善
2. 新型コロナウイルス感染対策
3. 高精細CTの導入とMRIの高性能化
4. SmartHR<sup>※2</sup>の導入等を通じて人事異動・刷新を進め、組織の活発化を図る
5. 「報告・連絡・相談」の徹底と指示・命令の明確化を図る
6. 各事業所の目標、評価等の明確化とその実行
7. 老朽化した機器、設備、建物の総点検と修繕
8. 駐車場整備
9. DX<sup>※3</sup>の推進

※2 クラウド型人事・労務管理ソフトのひとつ

※3 文書や手続きを電子化するだけでなく、ITの活用や蓄積されたデータの活用を通して、患者さまと職員、双方の生産性を抜本的に向上すること。



医療法人社団 創造会では、創業から36年目にあたる2022年度の事業方針を発表しました。

のサービスを選んでいただけるよう職員一丸となって取り組みます。

新年度の目標は、「患者様・利用者様にやさしく、安心して選ばれる法人（病院・施設）を目指す」です。「やさしさ」とは、接遇面において丁寧・親切であることのみならず、医療・介護において最善のサービスの提供を行い、安全・安心や、相手の立場への配慮など、各々が考えるやさしさについての取り組みを求めたものです。こうした取り組みを通じて、この地域の住民の皆様が安心して当法人

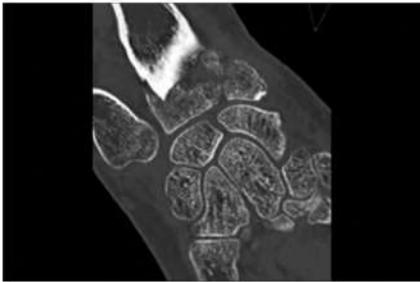
続いて、2023年度のキーワードは、「医療・介護サービスのレベルアップ」「経営基盤の強化」「スピード」です。とくに新型コロナウイルス感染症の再拡大といった近年の課題や、慢性化している医療・介護の担い手不足といった大きな社会問題に対して、地域密着型の病院・介護施設が対応していくのに必要な職員間の共通語を定めたものです。こうしたキーワードの共有をもとに課題解決に向けた取り組みを加速させます。

# 新型CT稼働開始!

高速化して鮮明な画像を取得でき、検査に係る負担軽減も。



80kVで撮影された肺血管造影画像。低kV撮影でもノイズ除去機能により高画質な画像が取得可能



高解像度イメージングにより細かい領域でも画像上での設定が可能となり、確実な撮影が可能に。

2022年3月11日より平和台病院では、新たなCT装置を稼働させました。今回、導入されたのはGEヘルスケア製 REVOLUTION MAXIMAと、この全身用コンピュータ断層撮影(CT)装置です。

CTは内部のX線管が360度回転することで画像の作成を行います。今回導入された装置は、以前より高速で回転することで精度が向上。動いている心臓の画像なども得られるなど適用範囲が拡大しました。また、被ばく線量も軽減され、撮影する際の呼吸を止める時間も半分程度になるなど、患者様への負担が軽減されて利便性も向上しています。設置日は、午後に新型コロナワクチン接種の予定があることで早朝より搬入作業を開始。CT撮影室内へ設置後、約5日間にわたって調整作業が行われ、無事稼働を開始しました。



導入された新CT装置と岡田啓画像センター長

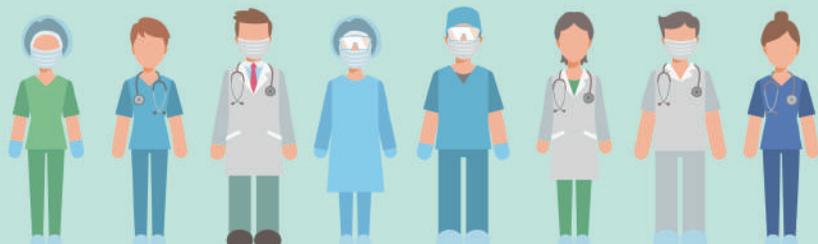


肝臓と大腸周辺における造影効果の異なる部分の描出能力が改善され、体幹部の血管Map3D画像を精度よく作成することが可能となりました。安全な手術に寄与します。



冠状動脈の3次元レンダリング画像

# 発熱外来の取り組み



2019年12月に発生した新型コロナウイルス感染症はまたたくまに拡大し、2020年1月になると日本においても初めての感染者が確認されました。

当院では、発熱患者の診療を継続しながら新型コロナウイルスを院内に持ち込まないことを最大の目的として、2020年4月に発熱外来を設置し、医師、看護師、救急救命士・放射線科・薬剤科・検査科・医事課などのスタッフがチームとなり対応を続けています。設置に際して一番重要視

したポイントは「動線の分離」です。一般外来との動線を分けるために発熱患者専用の診察室として屋外にプレハブを設置、

他の患者さんとの接触を最低限にする環境を整えました。また、今ではスタンダードになりましたがタブレットを用いた診察で患者さんは車内に居たまま診察を受けることも可能になっています。発熱を伴う症状のある方には単なる風邪や新型コロナウイルス感染症以外の別の疾患である可能性もあります。発熱外来を受診していただき、迅速

に新型コロナウイルス検査を行い、その後の適切な治療につなげられるよう今後も取り組んで参ります。

●発熱外来患者数(2020年4月～2022年3月)4800人

●新型コロナウイルス感染症対応数  
 〓PCR検査回数(同年同月)6753回

※簡易検査キットによる検査は含まず。

平和台病院  
 看護部 統括部長  
 診療技術部 救急救命科  
 科長

菊地 薫

## 総合診療内科・漢方科

たかぎ こうたろう

## 高木 恒太郎

総合診療内科・漢方 部長

## ●専門分野

総合内科・プライマリケア・緩和ケア・筋膜リリース・メンタルヘルス

## ●所属学会

日本東洋医学会、日本整形内科学会研究会



## ●略歴

東京都出身

一橋大学経済学部を卒業後、東京医科歯科大学医学部に入学。卒業後は、庄内余目病院、自治医科大学・地域医療学教室、町立八丈病院、町

立八幡病院、花の谷クリニック、羽生総合病院  
和漢診療センター長を経て、2月より現任。

## ●業績

難治性疼痛に対する筋膜リリースには長年の経験があり、テキストの執筆にも関わる。

はじめまして。

私は平成5年に東京医科歯科大学を卒業後、医師と患者さんが手を携えて進んでいける医療を目指して「だだちや豆」でも有名な山形県庄内地方の病院で研修を開始しました。その後、地域医療のメッカ自治医科大学の地域医療学教室に入局し、いくつかの地域の公立病院に勤務して地域医療に従事しました。

そうした中で、西洋医学だけでは治せない患者さんに数多く出会って漢方の勉強をはじめ、平成16年からは、「ほとんど群馬」の埼玉県北端に位置する羽生総合病院に漢方内科医として入職しました。

私の根底にあるのは「総合診療」です。これは、一つの狭い領域に閉じこもらず、多くの分野について広く多彩な知識と技術を持って、細やかに地域住民の必要に対応し、患者さんとご家族の価値観に沿った医療を提供するつもりです。

自分の目の前に現れた患者さんの必要に応じようとする中で実に多くの引き出しを持つことになりました。

## ○診療内容

- ・ 西洋医学的には対応困難な訴えに対する漢方治療
- ・ 様々な身体の不調の陰に隠れている心療内科的な病気、うつ病やパニック障害など。
- ・ できるだけ自宅で過ごされたい方のためのチーム医療としての訪問診療。
- ・ つらい立場で生き場所を無くしている、いわゆる「がん難民」の方々に対する、外来・在宅・入院と場所を問わない緩和医療。
- ・ 様々な身体の痛みに対応する筋膜リリース（エコーガイド下のFascia Hydro-release）。
- ・ 薬に頼らない食事・運動療法の指導。正しく美しい姿勢の指導。
- ・ もちろん、高血圧、糖尿病、脂質異常症など幅広い疾患に対しても多くの経験を積んでいます。

私の喜びとするところは、自分の専門領域を深めるだけでなく、目の前の患者さんの笑顔をみることです。患者さんの便益の為に、本当に必要なとき以外は、希望がなければ他科に紹介するよりも控えています。

そして、これからは病院に閉じこもるのではなく、医療・介護ということを通して地域の文化創成・生活や教育の質を高めるための社会活動にも積極的に参加していきたいと望んでおります。

どうぞ、今後とも末永くよろしくお願いいたします。

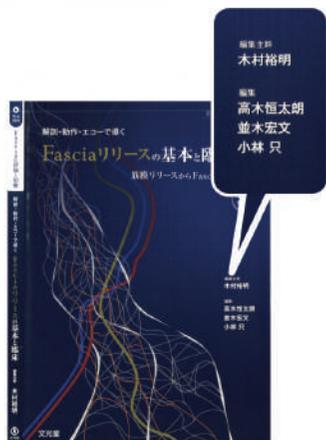
## 執筆・編著



### 肩痛・拘縮肩に対するFasciaリリース

肩関節周囲炎を中心に

編集主幹：木村裕明（木村ペインクリニック）  
編集：高木恒太郎（羽生総合病院）  
並木宏文（地域医療振興協会十勝いけだ地域医療センター）  
小林 只（弘前大学医学部附属病院総合診療部）  
B5判・226頁・4色刷  
2018年7月21日発行



### 解剖・動作・エコーで導くFasciaリリースの基本と臨床

筋膜リリースからFasciaリリースへ

編集主幹：木村裕明（木村ペインクリニック）  
編集：高木恒太郎（羽生総合病院）  
並木宏文（地域医療振興協会十勝いけだ地域医療センター）  
小林 只（弘前大学医学部附属病院総合診療部）  
B5判・168頁・4色刷  
2017年4月1日発行

## 介護施設での看護の役割

—— 介護老人保健施設クレオの印象は？

**市岡部長** 私は2021年4月に平和台病院からクレオへ異動してきました。クレオの職員は1000名ほどなのでお互いに顔のわかるアットホームな印象です。施設内は広々としていて屋外には緑が多くあり居心地が良いですね。

**土谷課長** 施設には外を一望できる大きな窓があります。立地は高台ということもあり、そこからの眺めが魅力の一つです。春には満開の桜、夏場は手賀沼に浮かんでいるヨットが遠くに見えて季節の変化が感じられます。

**須藤係長** 市街にありながら周辺の自然が豊かな印象です。施設では日々の暮らしの中に敬老会や獅

子舞鑑賞などの大きな行事や、四季折々の行事食などを取り入れています。随時、クレオのホームページのブログやインスタグラムでも紹介しています。

—— 普段はどのような仕事を行っていますか？

**土谷** 介護施設での看護師の役割は利用者さまの健康管理が主ですが、コロナ禍の現在、施設内の感染対策に取り組んでいます。色々な人が施設には関係していますので随時対策が必要です。幸いクレオのような全室個室化された施設はプライバシーの尊重だけでなく、感染症対策の面でも役立っています。一方で働く側の目線では動線が長く死角が多いという側面もあり、しっかりと目が届くように注意

を払っています。

**須藤** 普段は利用者さまの突発的な体調変化に備えられるように気を配っています。診療科で言えば、小児科以外のすべての診療科がある感じで領域は幅広いです。

**土谷** 医師が不在の夜間や休日、利用者さまの急激な体調変化に、どのように対応したら良いかと判断が迫られることもあります。より良い対応をするためには、日常から細やかな観察・医師への密な連絡・多職種との連携・関連事項の学習など、一見当たり前と思える事柄に普段から心を配る必要があります。また、人を相手にする仕事ですから相応の気苦労も抱えていますので職員同士の気持ちを発散させるように共感を持って話を聞く姿勢が大事だと思っています



渡邊 禮次郎施設長、市岡 加寿子ケアサービス部部长  
須藤 由美子看護科係長、土谷 るみ子看護科課長  
(前列右より時計回りに)

す。

**市岡** クレオが取り入れているユニットケアについてご紹介します。ユニットケアは、全室個室の利用者様が10名程度のグループにまとまり、それぞれのグループを担当の介護スタッフが、できるだけ自宅に近い環境で、個別にケアする方法です。これによつて、利用者様同士や職員との信頼関

係が生まれるメリットがあります。

また、利用者様の尊厳に配慮した個別ケアの提供にも取り組んでいます。外部から新たに入所を希望される方にも、クレオでより良い生活を送っていたいただきたいと考えております。そのため、ご自宅や入院先を訪問して、普段の状態を観察させていただいております。これは適切な医療・看護の提供と、より良いリハビリテーションとケアを提供するために行っているものです。

——そんな中、仕事とプライベートの切り替えはどのようにされていますか？

**須藤** 趣味は料理なので餃子を50個くらい黙々と作ることで(笑)。

**土谷** 私は料理とパッチワークが好きです。仕事とは違うことに没頭することで気分転換を図っています。

**市岡** クレオのウクレレサークル

に入っています。今は自宅で個人練習をしています。音楽は癒されますし、新しいことに挑戦して少しでも出来るようになることは楽しみです。

——仕事に対する心構えについて

**土谷** 年齢を重ねることで健康に配慮するようになりました。これからの仕事を通じて社会の役に立てるよう頑張っていきたいです。

須藤 私も同感ですね。

**市岡** 「愛あふれ、心安らぐ施設を目指して」がクレオの理念です。仕事をしている時間は人生でも多くの割合を占めています。私自身、笑顔を忘れず仕事に対して楽しく取り組む姿勢を心がけています。スタッフの皆さんが心穏やかに働けるよう環境の整備に努めていければと思っています。

# 入院に関するアンケート集計結果

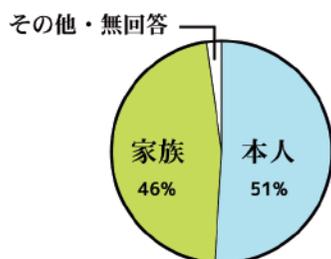
医療連携室では、2020年3月から2021年2月までの間、当院に入院したすべての患者様（およびご家族）に、入院に関するアンケートを行いました。その結果を取り纏めましてご紹介いたします。アンケートの配布件数は1757件、回収件数は106件で、回収率は6%でした。ご回答いただきました皆様にはご協力誠にありがとうございました。ございました。

## ○アンケート回答者の属性について

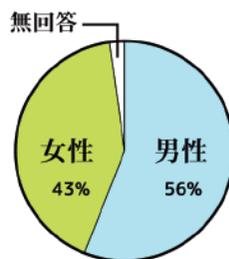
### ・アンケート回答者の年齢分布

10歳代	1	60歳代	28
20歳代	1	70歳代	38
30歳代	3	80歳代	11
40歳代	9	90歳代	4
50歳代	10	無回答	1

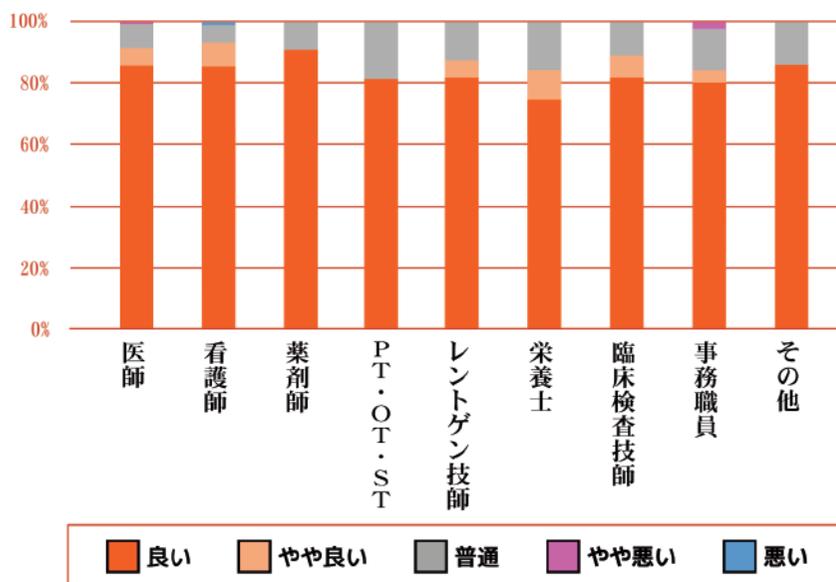
### ・回答者と入院患者との関係



### ・性別の割合

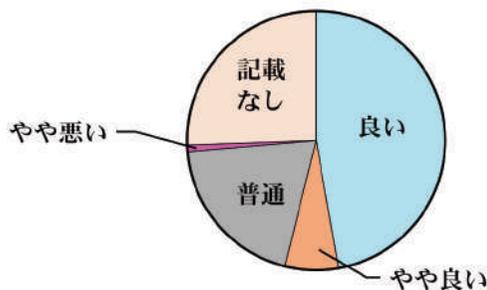


## ○接遇に関して職員の対応はいかがでしたか？

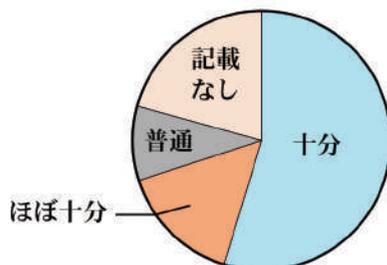


※回答の無かった分の数字を除外しております。

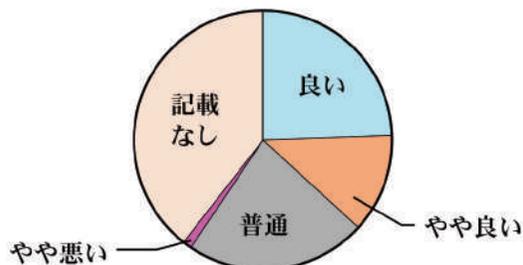
○病室（病棟）の環境はいかがでしたか？  
（騒音、臭い、プライバシーの保護、安全面に関して）



○治療の説明および同意については 十分配慮がなされていましたか？



○当院の食事はいかがでしたか？



○再度、入院が必要となった場合には、積極的に入院施設としてご検討いただけますか？

はい 78    いいえ 1    記載なし 27

○「あなたの大切な人」に当院をすすめようと思いますか？

はい 73    いいえ 2    記載なし 31

## 再び学生に戻ってどんな体験をしましたか？

### ○学校選びに関して

**伊藤** 私は仕事を続けながら学ぼうと考え、勤務形態を非常勤職員に変更してもらい、働きながら学校に通うスタイルを選択しました。受験勉強を離れて大分経っていたこともあり、知り合いの方のご息女に数学や社会などの勉強を教えてもらうなど周囲から色々なサポートを受けました。

**松ノ尾** 学校については正看護師の学校か、准看護師の学校かで少し迷っていました。両方受験する予定でしたが、幸いにして最初に受験した正看護師の学校に合格し、正看護師にしよう決めました。学校選びと並行して悩みの種だったのが、その学費や学生生活を送るための資金をどう工面するか…あまり家族に負担を掛けたくないという気持ちもありました。職場の方に相談すると平和台病院に奨学金や貸付制度があることを教えてくれて利用させて頂くことができました。他にも2年生までの一時期、非常勤の看護助手として勤務する機会を頂きました。僅かであつても負担を軽減できますので、こうしたサポートは貴重だと思います。

**宮本** 私は、例えば、ファイナンシャルプランナー（FP）や宅地建物取引士（宅建）などの資格取得に際しては働きながら都内にある夜間の学校に通っていました。

資格によってはWEB通信講座なども受けたことがあります。学校選びの際には、どんな講師がいるのかを重視しました。また学校選びでは、WEBや知り合いの口コミを参考にして決めました。学びたい講師が決まれば、入学前に講師とアポイントを取って面会して間違いがないか確認したりするなど慎重に選びました。

### ○学校生活について

**伊藤** 看護の勉強と並行して普段の仕事や父親の看護や介護などが重なり、振り返ってみると大変だったと思いますが、学生生活は本当にあつという間に過ぎていった気



がします。また、学校でがんの知識を学ぶことで、教科書通りにはいきませんでした。父親の気持ちをより深く理解できたかなと思います。クラスでは2番目に年長で、18歳から20代、30代の若い同級生がほとんどでした。要領のよいクラスメートから試験予想などを教わったり、そのほか色々

なことを教えてもらって様々な刺激にもなりました。とても楽しかったですね。学校生活はそんなに甘くはなく、実習中に父親が亡くなってしまい、実習を休んだ際には、「看護というのはそんなに甘いものではないよ、働きなごらだから」といって調子に乗らないで」と先生に釘を刺されることもありまし

**松ノ尾** 2年生になるまでは普通の学生生活を楽しんでいました。ところが2年生の中期頃になると急に授業が厳しくなってきたように思います。試験結果によって容赦なく落第にされます。実習でも落とされる。再実習でも落とされると、退学してしまう人が続出し、この時期にクラスからは10人くらい退学してしまいました。クラスでは私が断トツ最年長で同じ勉

強量では覚えられないということもあり、3年生になるともう寝られないくらい忙しくなりました。さらに12月の実習後からは国家試験の勉強が本格的に始まります。国家試験の勉強がなかなか進まず本当に苦労しました。それでも自分が見たいと言いつつ出したことでもありますし、家事が全然できない状況にあるのに、家族は『お母さん頑張ってるね』と応援してくれています。どうあっても試験に落ちるわけにはいきません。毎日の勉強や実習がつらくなって思わず家族の前で涙を見せたこともありました。そうした時期をなんとか乗り越えて卒業することができました。

**宮本** 学校の授業では、講師が自身の経験談をしてくれることが楽しみでした。経験豊かな先生ほど

様々な話をしてくれま。テキストにちらばっていた知識がながつてくるような話というのが貴重だと思います。今まで意識せずに行っていた仕事、その法律があるからやっているんだという風に自身自身の体験に照らし合わせて気づくことができます。そういった話

が好きだったからこそ、資格取得に取り組んでこられたのかなと思います。事務系の仕事では、働きながら学校で学び資格取得を目指すことが多いです。まず、学ぶ講座が、国の教育訓練給付金の対象になっているかなど学費のサポートをチェックしました。現在は原則、学費の20%・上限10万円の給付を受けることができますが、10年以上前は、40%以上のときもありましたので、有効に活用しました。学ぶ講座が教育訓練給

付金の対象外であっても、平和台病院独自の支援（資格取得合格支援金制度）による学費のサポートが受けられるので、また別の資格に挑戦するつもりです。

## ○資格取得からこれまでを振り返ってみて

**伊藤** 頑張つて取った資格ですが、最初は仕事が大変ですぐに挫折して、しばらくは看護から遠ざかっています。再び看護の仕事に就いているのは、現在所属する介護老人保健施設エスペーロの皆さんから一緒にやろうよと声をかけてもらったことが大きいですね。色々な方の助けをいただいて現在の仕事に結びついているんだと感じます。准看護師から正看護師になるには7年（以前は10年）の実

務経験が必要で、今は通信教育でも取れるようになりました。それくらいの実務経験を積んできたので、人生百年時代ですし、せっかくだから頑張ってみようかなと考えています。ただ、勉強しようと思っても頭に入ってこないですね（笑）。今はやりたかった仕事ができ幸せだなと思っています。

資格を取ってみて思うのは、色々な自分の側面を気づかせてくれたこと。こういった経験をしてきたので色々な方から相談を受けることがあるのですが、まずは上司に相談してみれば？と答えるようにしています。

**松ノ尾** 現在は平和台病院の一般病棟に勤務しています。入職時から先輩看護師（プリセプター）のお世話になってきたのですが、半年が経って独り立ちする時期に来

ています。

と仕事の楽しみが分かってきました。

CLS協会のBLSプロバイダーの

無事に看護師の資格を取ることが出

私は新人として配属されたので病院

資格を取りました。一次救命(BLS)

来たのですが、実際の現場では、資

側が専属のプリセプターを付けてい

S)の訓練は、繰り返し行わないと

格があるから大丈夫という訳ではあ

ただきました。その方に色々相談し

忘れてしまうので、近くの消防署に

りません。患者さまに対して必要な

ながら、分らないことを聞きなが

行つて定期的に講習を受けています。

ことを自ら気づくことができません

ら…それはすごく助けられています

事務職という立場ですが、少しでも

ばなりませんし、自分から動けるよ

ね。プリセプターがついてくれるの

医療・介護分野に関わつていたら

うにならないといけないですね。現

は最初の半年だけなので、独り立ち

など考えています。

で何年も経験を積んだ看護師さんは

しなければならぬということに

色々なことに気づくことができます

来ています。不安はありますが若

※出席者(順不同)

よね。現在のレベルではまだまだ不

いスタッフが多い病棟なのでそうし

伊藤 明美 / 介護老人保健施設

足していることがあるなと思ってい

た人たちに教わりながら成長してい

エスパーロ 看護科

ますので、「なんであの時こうしな

こうと思つています。

松ノ尾 佐知江 / 平和台病院

かったの?」と問われて、『そこま

宮本 医療や介護では事務職がしつ

本館3階 地域包括ケア病棟

で考えていなければいけないんだ!』

かりしていないと現場で頑張つてい

宮本 治男 / 総務部 教育研修

と気づかされる場面が日々繰り返し

る方に迷惑が掛かつてしまいます。

グループ

起こっています。ただ、採血など基

私も頑張つてはいますが、まだまだ

※2回にわたつて掲載しました「社

本的な事からできることが少しずつ

改良の余地があります。また、そう

会人の資格にまつわる職員鼎談」は

増えてきて、この患者さんは次こう

した現場に関わる皆さんに対しては

今回で完結となります。

なって、次はこうなつてという風に

尊敬の念を持っています。私も何か

先読めでキミ様になつてからは、ちょっ

お手伝いできないかと思ひ、日本A

腰痛は大きく「急性腰痛」と「慢性腰痛」の2つに分けられます。

急性腰痛は、何か重いものを持った際に、急に腰が痛くなり、「何か」をきっかけに腰痛を発症します。逆に慢性腰痛は生活の様々な時に腰痛があり、それが3ヶ月以上続いているものといわれています。

腰痛予防には、まず①痛みを自分で理解する②体幹を鍛える③柔軟性をあげる④生活のリズムを整える等、様々な方法がありますが、本日は簡単にできるストレッチをご紹介します！毎日お風呂後などに実施してみてください！

## リハビリノート

### 「腰痛体操」



## 腰痛体操①

### お尻（大殿筋）ストレッチ

時間

左右20秒×3セット

方法

椅子やベッドに座る  
足を組む  
身体を前に倒す

①



②



1

## 腰痛体操②

### CAT & DOG

時間

5回×2セット

方法

四つ這いになる  
背中をそって（息を吸う）  
背中を丸める（息を吐く）

①



②



③



2

## ポイント

- ① 痛みの無い範囲で実施してください！
- ② 毎日コツコツ実施することが大事です！

Medical Fitness～めでいふい～  
理学療法士  
岩立・佐々・山岸・岸・宮田

院内にてコラム配布・掲示中  
そちらもご覧ください！



# ちよつと一息

「ちよつと一息」は、平和台病院、メディカルフィットネス施設で行われた出来事などを紹介するページです。

## 薬剤科 ユニフォームを一新



平和台病院の屋上にて

平和台病院 薬剤科のユニフォームを新調しました。バリエーションは白と紺の2色から選べます。イメージが一新され気持ちも新たに業務に努めています。

## 認知症世界の歩き方 笈祐介(著) ライツ社

### 書籍紹介



あなたは認知症について調べたことはありますか？

恐らく、見つかる情報は医療従事者や介護者視点の難しい『外側』のものばかりではないでしょうか？

今回紹介する書籍は、約100名の認知症患者様へのインタビューをもとに作成されたもので、認知症がどんな状態であるか患者様ご本人の視点で示す、という着眼点を『内側』に当てた内容となっています。

本書は、「乗ると記憶をなくすミステリーバス」、「周囲がだまし絵のようになるサッカー砂漠」など認知症をかかえる方の気持ちや困りごとを、旅の難所として旅行記風にユーモラスに表現しており、認知症がどのようなかを理解しやすくなっている一冊です。本書で語られる世界は決して自分に関係のない世界ではありません。自分自身や家族が生きていることなる世界かもしれません。ぜひ本書を一読し、認知症に対する理解を深めてみてはいかがでしょうか？

図書委員長 田中望生

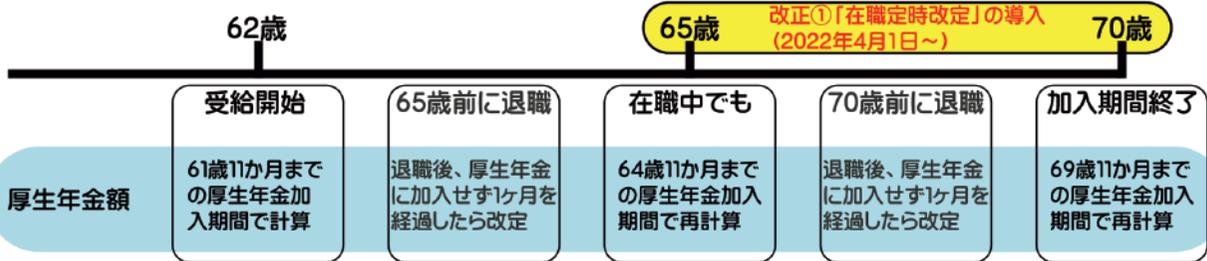
# 厚生年金のうれしい改定2つをご紹介します

国は、70歳までは働いてほしいということで、昨年4月に法改正を行い、企業に努力義務を課しています。しかし年金をもらいながら働く方の声として、「勤務先を辞めないで、それまで働いた分の年金額が増えない」「働きながら年金はもらえるけど、働いた分は辞める前に増えると良い」「働いているという理由でなぜ年金が削られてしまうの?」など…たびたび耳にしました。今回は、4月からの厚生年金のうれしい改正を2つご紹介いたします。

## 改正①「在職定時改定」の導入(2022年4月1日~)

在職老齢(厚生)年金

昭和35年4月2日から昭和37年4月1日生まれ・62歳時に在職中の女性の例



### 【在職定時改定の概要】



条件

- ①厚生年金に加入しながら老齢厚生年金を受けている65歳以上70歳未満の方
- ②9月1日に厚生年金に加入中の方

厚生年金額

(65歳の方) 65歳到達月から令和4年8月までの厚生年金加入期間で改定  
(66歳から69歳の方) 前年9月から当年8月までの厚生年金加入期間で改定

在職定時改定の導入により、年に1回、働いた分は、年金額を見直すということになりました。良い改正です。年金の受け取り額が年々減少している現在、その減少分をカバーし、かつ上積みできる改定となればうれしいですね。

## 改正②「在職老齢年金制度」の見直し

次の方は、厚生年金を1年以上かけたことがあれば、65歳より前に(特別支給の)老齢厚生年金がもらえます。

女性の生年月日	支給開始	男性の生年月日
昭和35年4月2日~昭和37年4月1日	62歳	-
昭和37年4月2日~昭和39年4月1日	63歳	-
昭和39年4月2日~昭和41年4月1日	64歳	昭和34年4月2日~昭和36年4月1日

しかし、「28」という魔法の数字が邪魔をされていて、働いていると年金が削られる方がいたのです。

今回、その魔法の数字が「47」に変わり、年金が削られる方が減少する改正がありました。これも良い改正です。「70歳まで働いてほしい」と言っているのに、「働いて年金が削られるのはおかしい」という声をよく聞きました。年金が削られるという理由で、退職したり、勤務時間を減らして厚生年金の加入をやめる方もいらっしゃいました。どのような改正か例を挙げて説明します。次の3種類の金額を使って計算します。

(例)	特別支給の老齢厚生年金・月額	10万円 <sup>※1</sup>	
	標準報酬月額	20万円 <sup>※2</sup>	……月給等です。
	標準賞与額(48万円を月額に換算)	4万円 <sup>※3</sup>	……年間の賞与額です。

2022年3月まで	2022年4月から
月額3万円のカット	カットなし
$10^{※1} + 20^{※2} + 4^{※3} = 34万円 > 28万円$	$10^{※1} + 20^{※2} + 4^{※3} = 34万円 < 47万円$
$34 - 28 = 6万円$	
$6万円 \div 2 = 3万円$	

この例の年金やお給料などの方は、年金が削られることがなくなりました。みなさんもぜひ当てはめてみてください。働きながら年金を100%もらい、元気に気持ちよくお仕事を続けていきたいですね。創造会のEラーニングサイトでは、動画で詳しく説明しております。ご興味のある方は、ぜひご覧ください。

樋口 則之  
在宅センター  
訪問看護ステーションふかい  
看護師

福田 大輝  
介護老人保健施設クレオ  
リハビリテーション科 科長  
理学療法士

対談

# 東京2020オリンピック・パラ リンピック競技大会での活動報告

新型コロナ感染症拡大の最中に開催された東京2020大会。スタッフとして参加した二人の職員の視点からオリンピック・パラリンピック大会を振り返る。

お二人は東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会にスタッフとして参加されましたね。

**樋口** これまで車椅子ラグビーに関わってから10年以上になります。最初はボランティアとして活動していましたが、今回はお誘いを受けて所属することになった日本パラリンピック委員会(JPPC)の専任看護師として準備段階の合宿からパラリンピック終了まで選手たちに帯同しました。

私が障がい者スポーツに取り組むきっかけになったのは障害のある人がスポーツを経験することで日常生活の可能性が広がることに気づいたからです。車椅子ラグビーに参加して自立していく選手を実際に目にしてきました。障がいのある子供たちが自立して社会に出るために障がい者スポーツが役立つのではないかと感じ、お手伝いをしたいと思いました。

**福田** 私は元々パラ陸上競技に携わっており、2017年頃からその分野でサポート活動を始めました。自主的に応募したり、理学療法士協会から推薦をもらって障がい者スポーツ大会に参加し





ゴールボール競技会場にて  
(写真提供：福田大輝氏)

たりと色々な形で取り組んでいます。2018年には全国障がい者スポーツ大会で千葉県選手団・身体障がい陸上のコーチ兼トレーナーとしてチームに帯同した経験もあります。そつした活動を続けている中で東京五輪の体操競技とパラリンピックのゴールボールの2競技にスタッフとして参加しないかと打診がありました。東京2020大会に参加できるのは大変うれしい事です。当初は仕事と掛け持ちでどれくらいできるのかなと少し悩

みましたが、職場の理解もあり理学療法士協会から派遣される形で両方とも参加することができました。参加が決まり2018年頃から研修は始まっていたのですが、2019年からの実地研修の予定が、新型コロナウイルス感染症の広がりによって、研修自体を開くことが困難となりました。代わりにエラーニングを使った研修が行われることになりました。2020年の初め頃まではそのような状況でした。実際に動き始めたのは2021年に入ってからです。大会当日のシフトの調整やユニフォームの用意など細かい内容を始めとして色々な準備が一斉に始まりました。ただ会場での動きなどどのように対応すればよいのかイメージをつかむのが難しく、応急処置での対応方法などを医師や理学療法士、ヘルスケアサポーターと呼ばれていた一般のサポーターの方達と一緒に大会直前まで取り組んで

いました。

—— 具体的には、どのような役割があったのですか？

**樋口** 私の場合は、選手たちと一緒に合宿に参加して体調コントロールや、比較的多いリスクである褥瘡（じょくそう）への対応、感染症対策では新型コロナウイルス感染症などの対応がありました。また、日常生活の介助も行い、選手団のメンバーの医療的な面を支えることが主な役目でした。新型コロナウイルス感染症が拡大し合宿も中止になることもありました。中止期間中は感染対策の作成な



救急対応に備えて訓練を繰り返した

(写真提供：福田大輝氏)



試合を見守る樋口看護師（写真提供：樋口則之氏）

どに取り組み、再開に向けた準備をしていたという感じです。それから2020年7月頃から合宿活動が再開されるようになり、本格的に準備が始まってきました。ドクターとの話し合いはオンラインで行なったりと、コロナ禍ならではの取り組みもありました。

**福田** 私の場合は競技会場での選手用医務室が活動拠点でした。主な役割としては医師の指示のもとで競技中に負傷した選手の応急処置や救急対応を行うことです。もつとも出場している選手は一流の選手でしたので競技期間中は大きな怪我もなく無事に任務を完了することができました。また、テーピングなどは、敢えてこちらでは実施せずにチーム専属のトレーナーに頼むなど、競技の成績に影響する可能性があることには一定の配慮が必要でした。

今回、私はオリンピックとパラリンピックの2つの競技に参加していたのですが、体操競技の医療スタッフは体操協会中心のスタッフでしたのでチームの一体感がありませんでしたし、ゴールボール競技の理学療法士は千葉県のスタッフで構成されていたので気心が知れていて連携しやすく人間関係に恵まれていたと思います。会

場ではメダルが授与される現場に居合わせることもあり普段では決して味わうことができないことを体験することが出来ました。とはいえ今回は無観客での開催だったので観客用の医療提供がなかったことも幸いしたのかもしれませんが。東京五輪で特に印象的だったのはメディア関係者の数がものすごく多いということですね。我々医療スタッフは赤いビブス（色分けされたゼッケン）を着用していたのですが、体操競技の会場は青色一色の状態だったので赤色が非常に目立つ状態でした。そのため絶対にカメラに写りこまないようにと注意がありました。こんなに沢山のメディアが来ていて写りたくないようにするのはちよつと大変でした。

**樋口** 私の場合は、車いすラグビーチームにも帯同していたので試合当日は選手と共にベンチに入ってサポートを行い、

車いすラグビーチームが退村してからは日本選手団の医務室を拠点にして活動していました。印象で言いますと、選手村には多様な国々の人々がいてまるで日本にいなから外国にいるような気持ちになりました。海外のスタッフとピンバッチを交換するなど交流を深める事もできましたし、メインダイニングでは様々な国の料理が提供されて壮観だったことを覚えていています。

——東京2020大会に参加してどんなことが経験になったと感じましたか？  
また、これからどんなことに取り組みたいですか？

**樋口** 車いすラグビーでは褥瘡ができるリスクがあるので普段の訪問看護で経験してきた褥瘡への対応方法などが役立つことが嬉しかったですね。合宿などでは医師がいつも付き添っているわけではなかったのですが、自分の経験が役立つことはうれしい体験でした。

**福田** 私の場合は普段の経験とは違った新しい体験ができたかなと思います。現在は千葉県理学療法士会の障がい者スポーツ支援部長を務めていますのでこれからも認知度の低い障がい者スポーツの普及に努めていきたいです。また、こうした経験を活かして地域でスポーツをやりたいたいという方を支援していきたいですね。

これからもパラ陸上競技に関わっていきたいと思っていますし、パラスポーツの認知度向上に貢献できればと思います。今後クレオでも利用者や地域住民向けにパラスポーツの紹介や体験会なども企画していきたいです。

**樋口** 私は車いすラグビーという競技が好きだったのでサポートに取り組んできましたが、以前から看護師がスポーツに関わるものが少ないのではないかと思います。ポッチャなどの競技に看護師が参加していることは知られていると思いますが、他の競技にも

参加してくれる看護師が増えるといいなと思っています。今後さらに障がい者スポーツが認知されてくるといいなと思っています。

※この対談は1月27日に行われました。役職等是对談当時のものです。



介護老人保健施設クレオにて

2022年

# 4月外来診療担当表

午前 受付 8:30~11:30 診療開始 9:00~  
午後 受付 13:30~16:30 診療開始 14:00~

※★女性医師です。 ※上記以外の診療受付時間は枠内に表示。 ※休診日：日曜・祝祭日・年末年始(12/30~1/3)・開院記念日(7/1)

診療科目		月	火	水	木	金	土
内科	大塚	大塚	大塚	土井	中田	土井	橋本
	一般内科・内分泌・糖尿病	一般内科・内分泌・糖尿病	一般内科・内分泌・糖尿病	一般内科	一般内科	一般内科	呼吸器・一般内科
	本間	山本	大塚	山本	橋本	山本	山本
	一般内科	一般内科・呼吸器・消化器	一般内科・内分泌・糖尿病	一般内科・呼吸器・消化器	一般内科・呼吸器	一般内科・呼吸器	一般内科・呼吸器・消化器
	高橋	橋本	菊地	平島	都丸	中田	中田
	一般内科	一般内科・呼吸器	一般内科・消化器	一般内科・循環器	一般内科・循環器	一般内科	一般内科
	平島		中町	井上(恵)			菊地
	一般内科・循環器		一般内科 消化器 本館10診	一般内科・呼吸器			一般内科・消化器
初診外来		八木				本間	
		一般内科 本館7診				一般内科	
循環器内科	平島	*予約制 田中			平島	都丸	
脳神経内科	吉田		*完全予約制 第1・3・5 渡邊(禮)		吉田		
	一般内科・脳神経内科				一般内科・脳神経内科		
呼吸器内科					井上(恵)		
糖尿病内科			*予約制 ★平石				
生活習慣病外来							第1・2・4 *予約制 多田
脳卒中外来							
外科・消化器科	井上(弘)	大橋	井上(弘)	宮内	加瀬	宮内	
肛門科		加瀬			加瀬		
整形外科	林	池田	林	林	大津	林	
	池田	中谷	三宅	第1・3・5 西野 第2・4 熊木	小倉	大島	
	中村(周)		池田			池田	
脳神経外科						阿部	
						*診療日毎月待合室に掲示	
耳鼻咽喉科					宮澤		
乳腺科						*完全予約制 京田	
形成外科							江口
							*診療日毎月待合室に掲示
メンタルヘルス科		*完全予約制 池森			*完全予約制 池森		
ペインクリニック科					本間 新館		
泌尿器科		木村					
緩和ケア外来	*完全予約制 中田	*完全予約制 中田					
内視鏡	安達(哲)	宮内			加瀬	菊地	中町
午後総合診療	中町	診療開始 14:15 坂本	岡本	★中山	都丸	第1・2・4・5 ローテーション 第4 光永	
	一般内科・消化器	一般内科	一般内科	一般内科	一般内科・循環器		
	総合内科・漢方	高木					
	糖尿病内科		*予約制 ★平石 (再診のみ)				
	呼吸器内科	井上(恵)				*予約制 吉田	
	脳神経内科						
	消化器・肝臓内科		*予約制 佐藤				
	呼吸器消化器内科				*完全予約制 山本		
	ペースメーカー外来(循環器内科)				*完全予約制 平島		
	腎臓内科	佐中 第2 ★林(開) *完全予約制 第2週以外					
整形外科			三宅		整形外科・脊椎外来 *予約制 受付13:30~16:00 下出 診療開始14:00~	*予約制 大島	
						*完全予約制 谷口	
						*診療日毎月待合室に掲示	
	脳卒中外来・脳神経外科		15:00診療開始 大橋				
			*完全予約制(再診のみ)		*完全予約制(再診のみ)		
	メンタルヘルス科		池森		池森		
	眼科	大久保	手術日	★杉本		★杉本	
	受付13:30~16:00 診療開始14:00						
	耳鼻咽喉科						ローテーション 受付 14:00~16:30 診療開始 14:30
	腎泌尿器科	伊藤(文)			合谷		
皮膚科	*予約制 遠藤		*予約制 ★富田				
内視鏡	安達(哲)	宮内	井上(恵)	安達(世)	中町		

午前

午後

内科系専門外来

## 創造会理念

- 私たちは患者さまと地域の方々に求められ、望まれる医療と福祉を真摯に行います。
- 私たちは医療と福祉を通じて人のために尽くすということが私たち自身の喜びとなるような創造会にします。
- 私たちは、常に、私たちの可能性を信じ新たなものに挑戦していきます。



日本医療機能評価機構認定病院

### 平和台病院

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1111(代表)

### 腎・泌尿器・透析センター

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1111(代表)

### 予防医療センター

千葉県我孫子市布佐834-28 04-7189-1119

### 在宅センター

千葉県我孫子市布佐834-28

【訪問診療室】 04-7189-1121

【訪問看護ステーションふさ】 04-7189-1114

【居宅介護支援事業所ふさ】 04-7189-1113

【居宅介護支援事業所けやき】 (クレオ内) 04-7179-7755

我孫子市病後児保育所

### こどもテイルームみらい

【院内保育所みらい】

千葉県我孫子市布佐834-176 04-7189-1783

介護老人保健施設

### エスパーロ

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1112

### ケアプラザ柴崎

#### デイサービス柴崎

千葉県我孫子市柴崎121-3

04-7181-3100

グループホームヴィスタリオ

千葉県我孫子市柴崎121-3

04-7181-3900

サービス付き高齢者向け住宅

### アビーサあらき野

千葉県我孫子市新木野2-1-48

04-7188-7222

【訪問介護ステーションアビーサあらき野】

04-7188-6377

【アビーサあらき野クリニック】

04-7188-7222

介護老人保健施設

### クレオ

千葉県我孫子市我孫子1855-4

(我孫子市役所北側)

04-7179-7700

【クレオ保育所きぼう】

04-7184-4820

### ケアプラザ寿

小規模多機能型居宅介護

#### ケアプラザ寿

千葉県我孫子市寿2-16-5

04-7179-6600

#### グループホーム寿

千葉県我孫子市寿2-16-5

04-7179-6600

介護福祉士実務者研修校

### 創造会ケアカレッジ

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1236

## 平和台病院 新館3階 予防医療センター

人間ドック・脳ドック・健康診断・各種がん検診・各種予防接種



2021年 拡張・リニューアル  
専用フロアでほとんどの検査を実施。移動が少なく  
スムーズな検査が受けられます。

お問合せ TEL.04-7189-1119

【受付時間】月～土 9:00～16:30

(7月1日、祝日、年末年始除く)



医療法人 創造会 メディカルプラザ <https://www.medicalplaza.or.jp>  
〒270-1101 千葉県我孫子市布佐834-28 04-7189-1111(代)

編集・発行責任者 広報・企画室 山本 小野

● 広報・企画室へのお問合せ 04-7189-1250(直通)

● 発行日 2022年4月1日