

# 榛名荘 だより



**TAKE FREE**

ご自由にお持ちください

Harunaso Information Magazine

2015.3 Vol.2

## CONTENTS

|                         |         |
|-------------------------|---------|
| 整形外科外来 開設・口腔ケアチームに認定    | ..... 1 |
| 短時間通所リハビリ 始動・健康づくりをサポート | ..... 2 |
| 介護予防体操と介護相談             | ..... 3 |
| 複合型サービス玉まゆ 始動           | ..... 4 |
| 音楽茶房ドレミファ・体操教室          | ..... 5 |
| 榛名荘グループ連絡先・アクセスマップ      | ..... 6 |



平成 26 年 4 月 8 日より整形外科の外来診療を行っています。  
専門は関節鏡を用いた膝や肩の手術ですが、治療法については  
患者様の症状に合わせて決めています。

従来、関節の手術においては大きな切り口を必要とし、その  
ために入院期間も長く、患者様への負担も大きなものでした。  
近年、関節鏡を用いた手術の技術が発展し、安全かつ短期入院  
で、より高度な手術も行えるようになりました。

肩や膝の痛みがある方は我慢せずに、まずは専門医に相談し  
てください。

## 関節鏡を用いた低侵襲手術のメリット

- 👉 大きく切り開く必要がないので、体への負担が少ない
- 👉 入院期間が短い
- 👉 年齢に関係なく（高齢でも）手術が受けられる
- 👉 感染症を起こしにくい
- 👉 手術後の傷跡が小さい



**担当医師** 佐藤 達夫  
日本整形外科学会専門医

### 専 門

膝・肩関節鏡視下手術  
スポーツ整形

### 【外来診療日】

**榛名荘病院** TEL 027-384-8658  
火曜・木曜 **午前**  
受付時間 8:30 ~ 11:30

**はるな脳外科** TEL 027-343-2220  
火曜・木曜 **午後**  
受付時間 14:00 ~ 16:00

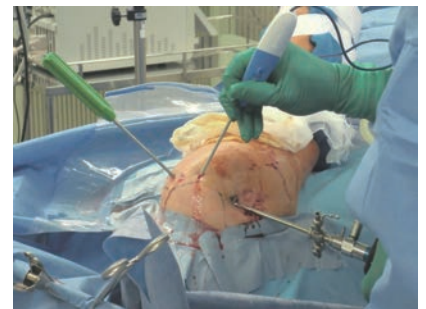
※「首や腰の痛み」や「手足のしびれ」等に関する  
外来診療は、群馬脊椎脊髄病センターで行います。



関節鏡を用いた肩関節の手術の様子



拡大して映し出される映像により  
関節の状態を細かく確認



関節の周囲に 2~3 ヶ所の穴を開けるのみで  
大きな切り口の必要はありません

## 日本口腔ケア学会より「口腔ケアチーム」に認定

榛名荘病院

榛名荘病院には、現在歯科衛生士 4 名が在籍しています。院内では、外来での患者様の治療はもちろんですが、  
入院されている患者様の摂食機能療法として、脳血管疾患後遺症の患者様の口腔機能の維持・向上を目指し専門的  
口腔ケアを行っています。また、全身麻酔の手術を受けられる患者様の術後合併症予防の口腔ケアを行っています。  
一人一人の患者様と向き合い信頼関係を構築し、カウンセリングをしながら、その方に合った口腔ケアを行い、退  
院後も継続できるようなケア方法の指導をさせていただいています。さらに、院内では歯科スタッフにより口腔ケ  
アをテーマに勉強会が行われ、院外でも学会発表や論文発表、研修会を行っています。

そしてこのたび日本口腔ケア学会より、「病院全体の口腔ケアの意識の高さや病院内外での活動」が評価され、  
全国で初の「口腔ケアチーム」として榛名荘病院が認定を受けることができました。

これからも多職種の連携により、さらなる患者様の QOL（生活の質）向上を目指していきたいと思います。



口腔ケアチーム認定証



病棟での口腔ケア

### 口腔ケアの効果

- 👉 口腔感染症の予防
- 👉 口腔機能の維持・回復
- 👉 全身感染症の予防
- 👉 全身状態や QOL の向上
- 👉 コミュニケーション機能の回復



## より良い生活を送るために

### ご利用してみませんか？

理学療法士等の専門職による、マンツーマンの個別リハビリを提供しています。

リハビリ時間は1～2時間で、要介護1、要支援1・2の認定を受けた方を対象としています。

生活動作に不安を感じているなど、体の動きにもう少し自信をつけたい方のご利用をお待ちしています。

### サービスの内容

- 健康管理（体温、脈拍、血圧測定）
- 個別リハビリテーション
  - ①身体機能評価
  - ②機能向上を目的とした理学療法の提供
  - ③筋力トレーニング運動療法
  - ④物理療法
  - ⑤日常生活動作訓練
- 自宅での自主トレーニングのアドバイス

### この様な方におすすめです

- 病院でのリハビリテーションを終了したが在宅での生活に不安があり、もう少し集中してリハビリに取り組み、動作や歩行を安定させたい。
- もう少し家事動作をスムーズにしたい。
- 身体の機能を維持、向上させたい。
- レクリエーションや入浴などの支援は希望しない方。



リハビリ風景



送迎風景



リハビリスタッフ

**送り迎えの対応しています。**

見学も受け付けています。

**お気軽にお問い合わせください。**



### 【お問い合わせ】

TEL 027-384-8612

FAX 027-340-5011

平日 8:30～17:30

土曜 8:30～12:30

介護老人保健施設あけぼの苑  
(担当支援相談員 小坂橋)

## 地元の皆様の健康づくりをサポート

榛名荘グループ

平成26年8月28日(木)および11月20日(木)に高崎市榛名福祉会館において、平成26年度高崎市榛名福祉会館公開講座が開催されました。講師は榛名荘病院 整形外科 佐藤達夫医師が行い、関節痛(膝・肩)の仕組みや予防方法、そして最新の治療方法についてご紹介しました。

また講演後には榛名荘病院 健康管理センターのスタッフが「無料骨密度測定」を行い、健康づくりについてアドバイスをさせていただきました。

今後も榛名荘グループは地域の皆様の健康づくりをサポートさせていただきます。

**知って得する！**  
**関節痛(膝・肩)の予防と治療**  
～痛みの仕組みや予防方法、そして最新の治療方法について～



骨密度測定



結果の説明

## いつまでも元気に暮らしていくために

「介護予防」という言葉をご存知ですか？介護予防とは、介護が必要な状態にならないように、心身の機能の低下を防ぐ取り組みです。生活習慣病などの病気の予防と同じく、介護予防も元気なうちから取り組んでいく必要があります。

あけぼの苑高崎では、居宅介護支援事業所ひなたぼっこと協力し、高崎市の推奨する介護予防事業を参考に介護予防体操を開催しています。また、同日時に介護の様々な悩みに応じる介護相談も随時対応していますので、ご希望がございましたらご相談ください。

毎週木曜日の午前と午後に開催しています。参加人数は平均で、午前が14名、午後が6名ほどです。**参加費は無料**で、どなたでもご参加できます。**お茶やコーヒーなども用意**しており、参加者の皆さんは楽しいおしゃべりの場としてもご利用されています。お気軽にご参加ください。

## 「ロコモ（ロコモティブシンドローム）」をご存知ですか？

骨や関節の病気、筋力の低下、バランス能力の低下によって転倒・骨折しやすくなることで、自立した生活ができなくなり介護が必要となる危険性が高い状態を指しています。

普段から元気に体を動かすことで「ロコモ」や「認知症」、「うつ」などになるリスクを下げることができます。今より10分程度多く、毎日からだを動かしましょう。

### Q. 介護予防体操をして、どんな効果を実感しますか？

- A. ○ 体力や筋力がつきました。  
○ 膝の痛みが緩和されました。  
○ みなさんと一緒に体操することで、生活にメリハリがつき、気持ちも元気になります。



### Q. みなさんとの交流はいかがですか？

- A. ○ 人と会えるのは楽しい。  
○ 知り合いも増え、いろいろ話が出来て楽しい。  
○ 引込み思案で外に出られなかったので、参加できて楽しい。



開催日：毎週木曜日

①10:00~11:00

②14:00~15:00

場 所：あけぼの苑高崎 1階エントランスホール  
(はるな脳外科 1階西側)

参加費：無 料

その他：お茶やコーヒーを用意しています。



### 【お問い合わせ】

介護老人保健施設あけぼの苑高崎  
TEL 027-343-2253 (支援相談員まで)

当事業所は、平成26年3月から小規模多機能ホーム榛名荘から複合型サービス玉まゆに新しく事業所変更しました。サービス内容については、今までの小規模の機能に訪問看護のサービスが加わり、これまで受け入れ困難だった、医療・看護ニーズの高い要介護者の在宅医療の支援を目的とする事業所です。



(※平成27年4月より複合型サービス 玉まゆから看護小規模多機能型居宅介護 玉まゆに名称が変更になります。)

## 複合型サービス事業とは

### 医療・看護ニーズの高い要介護者を地域で支える

- 高齢者本人および、その家族のニーズに応じ「通い」、「訪問（看護・介護）」、「泊まり」のサービス提供が可能。
- 看護と介護の連携による一体的なサービス提供により、緊急時の対応を含め、柔軟なサービス提供が可能。
- 地域密着サービスとして、なじみの看護・介護職員が対応可能。
- 看護職員の配置に伴い、介護職員による痰の吸引等のより安全な実施や、日常生活上必要な医療・介護ニーズへの対応が可能。
- 在宅看取りの対応体制が整備される。

#### 通い

ご家族や施設の送迎で来ていただき、利用者の方に合わせたサービスを提供します。看護師がいますので、医療処置が実施可能です。

#### 泊まり

通いと同じ場所・スタッフが対応し、宿泊できます。ご本人・家族の都合に合わせ、柔軟にご利用できます。



#### 訪問介護

通いや泊まりと同じスタッフが訪問し、食事や入浴の介助、掃除や洗濯など、必要な生活援助をします。

#### 訪問看護

利用者の方が住み慣れた自宅で安心して過ごせるように、主治医と相談しながら状態に合わせた看護を行っています。24時間いつでも連絡が取れます。

## こんな時はお気軽にご相談ください。

- 高齢者の一人暮らしや老々介護で在宅生活が継続できるか心配。
- 家族が介護疲れで疲弊している。
- 終末期を支えているサービスを探している。
- 医療ケアが必要な方を受け入れてくれる宿泊施設が欲しい。



## 【お問い合わせ】

複合型サービス玉まゆ

TEL 027-374-8113

FAX 027-360-8007

※随時相談を受け付けています。

## みんなで歌って生き生き元気

平成 25 年 12 月から音楽の講師を中心に、昔歌った懐かしい歌をみんなで歌います。参加人数は、平均で 23 名くらいです。

参加者の方は、歌うのが好きな方たちです。講師の方を中心に、みんなで歌うので、歌の上手い下手は関係なく、カラオケのような恥ずかしさありません。知らない曲でも、みんな一緒に歌うので歌えてしまいます。気軽に参加できるのが、ドレミファのもっとも良いところです。

現在、歌のレパートリーは 80 曲を超えました。歌を歌いながら少し前の青春時代を振り返って、みなさん青春期に戻っているようです。

歌い終わると記念写真を撮って、手作りランチを楽しみます。

🎵 開催日時  
毎月第 3 木曜日  
10:30 ~ 12:00

🎵 場所  
元気アップ倶楽部はるな

🎵 参加費 1,000 円（ランチ代込）  
どなたでもご参加いただけます。



## 体操教室

## からだを動かして気分スッキリ

平成 23 年 8 月から体操の講師（現在、小林準一先生）を中心に、軽音楽を聞きながら「ゆっくりしたりズム」で無理なく楽しみながら、ストレッチや全身運動等を行っています。参加人数は平均で 16 名くらいです。

参加者の方は、健康で毎日を過ごしたい、みんなで楽しい時間を持ちたいと思っている方たちです。講師の小林先生は、いつも穏やかで一人一人に細かい指導をしてくれます。そして、いつも楽しい会話で参加者を笑わせています。そんな先生のおかげで、リラックスした雰囲気が一番の売りです。

音楽茶房ドレミファ同様、教室が終わると記念写真を撮って、手作りランチを楽しみます。

🧘 開催日時  
毎月第 4 木曜日  
10:00 ~ 11:30

🧘 場所  
元気アップ倶楽部はるな

🧘 参加費 1,000 円（ランチ代込）  
どなたでもご参加いただけます。



みなさん、お気軽にご参加ください。

お申込み先 株式会社榛名厚生会 TEL 027-374-5490（担当者）

榛名荘グループ

榛名莊病院

〒370-3347 高崎市中室田町5989  
TEL 027-374-1135

## 訪問リハビリテーション事業所 榛名荘病院

〒370-3347 高崎市中室田町5989  
TEL 027-374-1135

## 居宅介護支援事業所 榛名荘

〒370-3347 高崎市中室田町5989  
TEL 027-374-8116

榛名荘病院 健康管理センター

〒370-3347 高崎市中室田町5989  
TEL 027-384-8664

介護老人保健施設 **あけぼの苑**

〒370-3347 高崎市中室田町2258-1  
TEL 027-384-8612

## 株式会社榛名厚生会

〒370-3347 高崎市中室田町5989  
TEL 027-374-5490(代)

## はるな脳外科

〒370-0871 高崎市上豊岡町827-1  
TEL 027-343-2220

## 群馬脊椎脊髄病センター

〒370-0871 高崎市上豊岡町828-1  
TEL 027-343-8000

## 介護老人保健施設 あけぼの苑高崎

〒370-0871 高崎市上豊岡町827-1  
TEL 027-343-2253

## あけぼの苑高崎訪問リハビリテーション

〒370-0871 高崎市上豊岡町827-1  
TEL 027-343-2253

## 居宅介護支援事業所 ひなたぼっこ

TEL 027-321-3100

総合ケアセンター榛名荘

〒370-3342 高崎市下室田町965-1  
TEL 027-374-8111(代)

● 複合型サービス 玉まゆ  
TEL 027-374-8113

●訪問看護ステーション榛名荘  
TEL 027-374-8117

● ホームヘルパーステーション榛名荘  
TEL 027-374-8115

●居宅介護支援センター様の木  
TEL 027-374-8121

●グループホーム榛名荘  
TEL 027-374-8118

●はるな夢工房  
〒370-3342 高崎市下室田町1060-2  
TEL 027-386-6601

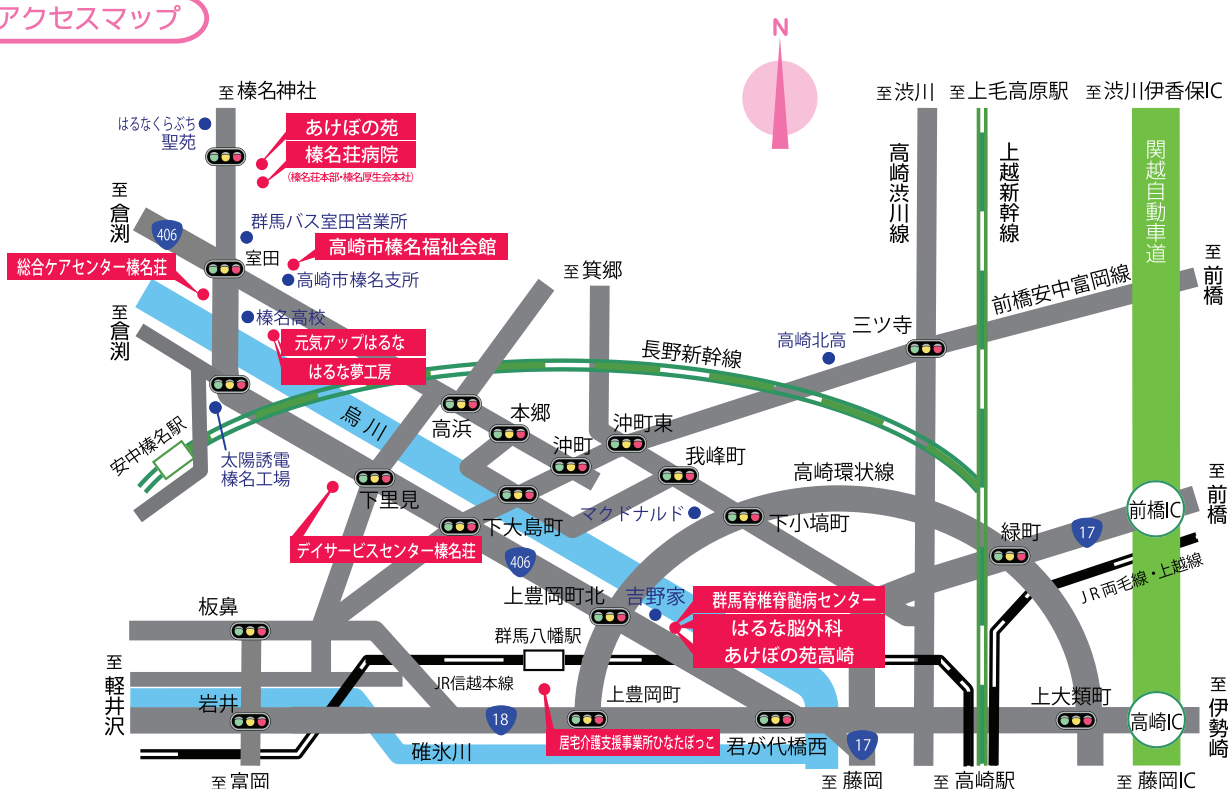
● デイサービスセンター 榛名荘  
〒370-3345 高崎市上里見町961-5  
**TEL 027-374-8112**

※平成27年4月1日より

# 榛名荘グループ アクセスマップ

## Map

## アクセスマップ



# 外来担当表



〒370-3347 高崎市中室田町5989 TEL 027-384-8658 FAX 027-386-2336

| 外来診療担当表 |    | 月                        | 火                        | 水                        | 木        | 金         | 土                                          |
|---------|----|--------------------------|--------------------------|--------------------------|----------|-----------|--------------------------------------------|
| 内 科     | 午前 |                          | 和久井 9:30~                |                          | 河石 9:30~ | 高安        | 黒岩                                         |
| 外 科     | 午前 | 高橋 (第1・3・5)<br>茂原 (第2・4) | 清水 (呼吸器)                 | 中曽根                      | 大嶋       |           |                                            |
|         | 午後 | 高橋 (第1・3・5)<br>茂原 (第2・4) |                          |                          | 大嶋       |           |                                            |
| 心臓血管外科  | 午前 | 町田                       |                          | 町田                       |          |           |                                            |
|         | 午後 |                          |                          | 町田 15:30~                |          |           |                                            |
| 整 形 外 科 | 午前 |                          | 佐藤                       |                          | 佐藤       |           |                                            |
| 神 経 内 科 | 午前 |                          |                          |                          |          |           | 完全予約制<br>池田 (第2・4)                         |
| 呼吸器内科   | 午後 |                          |                          |                          | 相原       |           |                                            |
| 糖尿病外来   | 午前 |                          |                          |                          |          |           | 伴野                                         |
| 循環器内科   | 午前 |                          |                          |                          |          |           | 中村                                         |
| 精 神 科   | 午後 |                          | 井田 (第1・3)<br>14:00~17:00 |                          |          |           |                                            |
| 皮 膚 科   | 午前 | 群大<br>9:00~10:30         |                          |                          |          |           |                                            |
| 眼 科     | 午後 |                          |                          | 得居 (水曜隔週)<br>14:00~16:00 |          | 高橋 (金曜隔週) |                                            |
| 泌 尿 器 科 | 午後 |                          |                          |                          |          | 狩野 (第2・4) |                                            |
| 歯 科     | 午前 |                          | 小川 (第1・3・5)<br>高山 (第2・4) | 横尾                       |          | 小板橋       | 宮崎 (第1・5)<br>小川 (第2)<br>高山 (第3)<br>武者 (第4) |
|         | 午後 |                          | 高山 (第1・3・5)<br>小川 (第2・4) | 宮崎                       |          |           |                                            |



## 【診 療 科 目】

内科、呼吸器科、胃腸科、循環器科、外科  
心臓血管外科、整形外科、リハビリテーション科  
放射線科、歯科、麻酔科、神経内科、精神科  
眼科、皮膚科、泌尿器科

## 【外来受付時間】

午前8時30分~午前11時30分  
午後1時30分~午後5時  
(休診は土曜日午後・日曜日・祝祭日・年末年始)

## 【病 床 数】 231床

〈内訳〉  
一般病棟 80床  
療養病床 60床  
回復期リハビリテーション病棟 91床



〒370-0871 高崎市中豊岡町827-1 TEL 027-343-2220 FAX 027-343-1197

| 外来診療担当表 |    | 月   | 火  | 水  | 木  | 金  | 土                        |
|---------|----|-----|----|----|----|----|--------------------------|
| 脳神経外科   | 午前 | 初診  | 野尻 | 倉地 | 野尻 | 倉地 | 倉地 (第1・3・5)<br>野尻 (第2・4) |
|         |    | 再診  | 倉地 | 野尻 | 倉地 | 野尻 | 野尻 (第1・3・5)<br>倉地 (第2・4) |
|         | 午後 | 初・再 | 野尻 | 野尻 | 倉地 |    | 野尻 (第1・3・5)<br>倉地 (第2・4) |
| 整 形 外 科 | 午後 | 初・再 |    | 佐藤 |    | 佐藤 |                          |

【診 療 科 目】 脳神経外科、整形外科、リハビリテーション科

【外来受付時間】 午前8時30分~11時30分 火・木・土曜の午後2時~午後4時(休診は日曜日・祝祭日・年末年始)

【病 床 数】 19床



群馬脊椎脊髓病センター 〒370-0871 高崎市中豊岡町828-1 TEL 027-343-8000 FAX 027-343-6622

| 外来診療担当表 |    | 月              | 火        | 水              | 木        | 金        | 土     |       |      |
|---------|----|----------------|----------|----------------|----------|----------|-------|-------|------|
| 脊椎脊髓疾患  | 午前 | 清水<br>真鍋<br>伊藤 | 登田<br>田内 | 井野<br>登田<br>田内 | 笛木<br>井野 | 笛木<br>真鍋 | 側弯症外来 |       | 初診外来 |
|         |    |                |          |                |          |          | 再診    | 初診    |      |
|         |    |                |          |                |          |          | 第1    | 真鍋    |      |
|         |    |                |          |                |          |          | 第2    | 清水    |      |
|         |    |                |          |                |          |          | 第3    | 井野    |      |
|         |    |                |          |                |          |          | 第4    | 清水    |      |
|         |    |                |          |                |          |          | 第5    | 真鍋    |      |
|         | 午後 |                |          | 清水<br>伊藤       |          |          |       | (不定期) |      |

【診 療 科 目】 整形外科(脊椎脊髓病疾患)、リハビリテーション科

【外来受付時間】 午前8時30分~11時30分 午後2時~午後4時30分(休診は土曜日の午後、日曜日・祝祭日・年末年始)

【病 床 数】 19床



## 完全予約制

電話予約受付時間 15時~18時

●入院、手術は病棟部門の榛名荘病院で行います。

## 看護師・准看護師・介護職員・薬剤師募集中！

※ 正職員・パート応相談、その他職種に関してはお問い合わせください。

一般財団法人 榛名荘  
人事係

TEL 027-374-1135

## 編集後記

「榛名荘だより 第2号」をご覧いただき、ありがとうございます。  
第2号発行までに時間がかかりましたが、この誌面を通じて各施設の  
新たな取り組みなどを知っていただければ幸いです。

ご意見、ご感想などございましたらお知らせください。

広報委員会 広報誌編集部会