貴志川リハビリテーション病院　外来診察担当医表

診察時間	診療科目	月曜日	火曜日	水曜日		木曜日		金曜日	土曜日
午前 診察時間 9時～ 受付時間 6時～12時	整形外科	殿尾 (装具診)	殿尾	戸堂	手術 殿尾	尾川		殿尾 (装具診)	担当医☆ (交代制)
	脳神経外科	藤田 10:00～11:30		兵谷		中谷			担当医☆ (交代制)
	内科							田畑	
	リハビリテーション科			佐々木					
	神経内科		田邑			田邑			
午後 診察時間 17時～ 受付時間 15時～19時	一般整形外科		休診		手術 殿尾	休診	臨時手術 殿尾	殿尾	休診
	スポーツ整形 小児整形	殿尾＊							
	脳神経外科			兵谷					
	リハビリテーション科			佐々木					
	内科							中村	

＊月曜日の午後の殿尾院長の診察は、スポーツ整形・小児整形のみの診察になります。
☆土曜日の整形外科・脳神経外科は、交代制になります。

リハビリテーション

診察日程	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前/9時～12時	○	○	○	○	○	
午後/17時30分～19時	○				○	

★リハビリテーションをご希望の方は、整形外科・リハビリテーション科を受診して下さい。医師が必要と判断した場合に行うことになります。



この作品は当院関連事業所のデイサービスセンター桃花苑の利用者様が制作されました。
作品は当院外来待合室に展示させていただいております。

アクセス



公共交通機関でお越しになられる方
- JR 和歌山線船戸駅よりタクシーで 5 分 (徒歩約 20 分)
- 紀の川コミュニティーバス丸栖北下車すぐ
- 紀の川市地域巡回バス丸栖コース
  「貴志川リハビリテーション病院」下車すぐ

社会医療法人　三車会
貴志川リハビリテーション病院
〒640-0401　和歌山県紀の川市貴志川町丸栖 1423-3
TEL　0736-64-0061 ／　FAX 0736-64-0063
〔HP〕 http://www.mikurumakai.or.jp

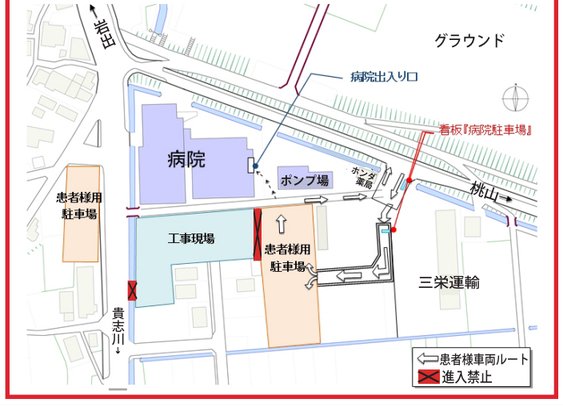
お知らせ

駐車場変更のお知らせ

2014 年 12 月より当院南側駐車場の一部が建設工事中の為駐車場の位置が変更となっております。

ご来院される皆様には工事期間中、駐車位置の変更や病院への出入り口等、ご迷惑をおかけいたしますが何卒ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

当院南側駐車場が一部利用できなくなっておりまので、当院南側駐車場の東側の駐車場をご利用ください。（2015 年 10 月頃完成予定）



2015 年 冬号 vol.3

社会医療法人　三車会
貴志川リハビリテーション病院

みくるま通信



テーマ『 2015 年　未年 』

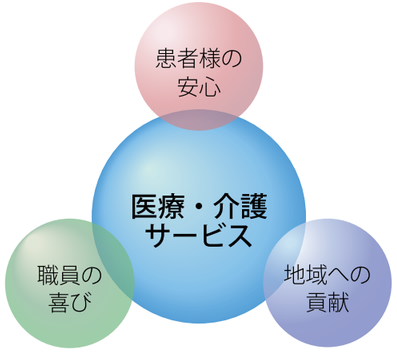
理念　良質な医療・介護サービスの実施を通して常に努力します。

一、患者様、利用者様へより安心と喜びを

二、職員が生き生きと働ける現場を

三、地域住民へ、より貢献を

社会医療法人 三車会は三つの車で支え合い、「医療・介護サービス」を力強く前進させていきます。



掲載内容
- 病院長年頭のご挨拶
- 増築工事について
- 冬の健康レシピ
- 介護予防教室

年頭のごあいさつ



病院長 / 理事長
殿尾　守弘

新年明けましておめでとうございます。
旧年中は格別のご厚情を承り、誠に有難うございました。
お健やかに新しい年をお迎えの事とお慶び申し上げます。

皆様のおかげで当医療法人は、昨年 12 月に社会医療法人の認定を頂きました。その名に恥ないように、今後ますます公益性を高め、地域医療・福祉に努めて参る覚悟であります。

介護報酬のマイナス改定という大きな試練はあるものの、厚生労働省が指導する地域包括ケア構想の構築に職員一同、前向きに取組んでいく所存であります。また、リハビリテーション部門の充実及び質の向上を目的に、今年秋の完成予定で、病院の南側にリハビリテーションセンターを増築しております。

年頭にあたり、皆様方のご健勝を祈念致しますとともに、今年もご指導・ご鞭撻の程宜しくお願い申し上げます。

増築工事についてのお詫び

2014 年 12 月より当院南側駐車場を増築工事に伴い一部封鎖とさせていただいております。

ご来院される皆様には大変ご不便をおかけして申し訳ございません。
工事終了 (2015 年 10 月予定) までご理解とご協力のほどお願い申し上げます。



体温まる冬のメニュー

貴志川リハビリテーション病院 栄養管理室 監修



つくり方　冬野菜カレー

材料（6 皿分）			
鶏もも肉	250 g	たまねぎ	中 1 個（200g）
里芋	240 g	にんじん	中 1/2 本（100g）
レンコン	150 g	サラダ油	大さじ 1
白菜	200 g	水	800ml
		カレールウ	120g

① 鍋にサラダ油をひいて熱したところに一口サイズに切った具材を入れ炒める。
② たまねぎがしんなりしてきたら水を入れ、煮込む。
③ あくが出てきたら取り除く。
④ 具材がやわらかくなったら火を止め、カレールウを割り入れる。
⑤ ルウを溶かしてから約 10 分ほど煮込む。

リハビリテーション部

介護予防教室



約 50 名程ご参加して頂きました。

サルコペニアと inbody の紹介

当院では月に一度地域の方を対象に西貴志コミュニティーセンターにて約 2 時間程の介護予防教室を実施しております。

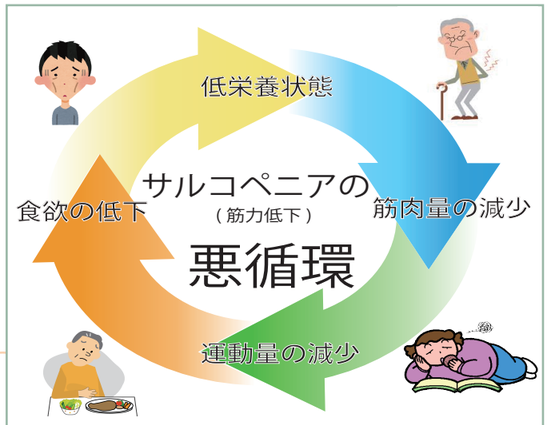


転倒についての講義中。

知ってほしい！

サルコペニアとは

人間の筋肉は 40 歳を境に徐々に低下し始めるとされ、その低下速度は加齢に伴ってどんどん加速していきます。そして、筋肉の量が低下する事で身動きがとりづらくなり寝たきりや介護を必要とする現象をサルコペニアと呼びます。このサルコペニアは、病気ではなく症候群であり一般高齢者に 20%の割合で、誰しもが発生する可能性を秘めています。原因は未だ解明されていませんが、主に運動不足や栄養不足が関与していると言われています。



inbody

inbody770 :Inbody Japan 社製



そこでリハビリテーション部には、サルコペニアの診断に必要な筋肉量を測定できる身体組成計 (inbody770：Inbody Japan 社製) を設置しました。この機械は各身体部分の筋肉量測定が可能であり、体の 4 大構成成分 (体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪) の現状を表示します。この表を見ることで、体内の水分量、筋肉量、基礎代謝量、内臓脂肪量、ミネラル量が一目で分かり、表示されたデータから、体重と調整すべき筋肉量や体脂肪量を目標にすることで、健康的でバランスの取れた体調管理が可能になります。私たちはこの身体組成計を利用し食生活・生活習慣・筋力トレーニングのアドバイスや、紀の川市における介護予防教室を実施しています。



1. 測定
Inbody の上に立ち、手順に沿って 1 分程測定します。



2. 結果の説明
結果用紙から生活指導、栄養管理についてアドバイスさせて頂きます。