



三鷹中央通信

2017年 Vol.23

早春号

三鷹中央リハケアセンター『運営理念』

「在宅生活への復帰」と「自立支援」を
目指したリハビリを行います。
障害をお持ちの方の人間としての尊厳を守ってお世話をいたします。
明るく家庭的な雰囲気、地域や家庭との
結びつきを重視した運営を行います。

三鷹中央病院『医療理念』

地域医療の第一線を担う病院であることを誇りにもち
いつでも どなたでも診療いたします。
常に親切・安心・質の高い医療の提供を心がけ、
事故のない病院をめざします。



日本医療機能評価機構
三鷹中央病院は、平成28年10月
に日本医療機能評価機構3rdG:
Ver1.1の認定を受けました。

新年の挨拶

医療法人社団 永寿会
社会福祉法人 正寛会

理事長 吉田 正一



新年明けましておめでとうございます。
昨年1年間、当法人に對しましてひとかた
ならぬご厚情を賜り厚くお礼申し上げます。

法人の昨年1年間の振り返りますと、人事面では、三鷹中央病
院に29年間勤務した内科医で副院長の長嶋吉郎医師が6月に退職
し、後任の副院長に循環器科の上ノ畑 真医師が就任致しました。

そして昨年は、三鷹中央病院の5年おきにある日本医療機能評
価機構の認定更新の年でしたが、全評価項目で「一定の水準に達
している」というB以上の評価を頂き、認定の更新ができた。ま
た、国の重急性期病床廃止の方針に伴って、平成27年10月
から全病床を7対1入院基本料の一般病床として運営していまし
たが、平均在院日数の短縮とより広い層の患者様の受け入れを目
的にして、昨年10月から12床の地域包括ケア病床を設けました。

老健「三鷹中央リハケアセンター」では、従来からの利用者様
個々の目標に沿った身体リハビリの提供に加え、通所リハのメ
ニューの一環に、趣味活動や集団への参加に関わる取り組みとし
て「生活活動向上プログラム」に基づく活動を始めました。

特養「ケアコート武蔵野」には、100歳以上の入所者が12名
(最高齢107歳)もいらっしゃる。病院への早期受診・早
期治療が実践されており、病院のバックアップ体制が整っている
証と、行政からも高い評価を頂いています。

在宅療養支援診療所である「ふれあい診療所」は、診療報酬の
改定に伴い、施設から個人宅中心の往診にシフトしながら、重症
者への訪問強化を行い、在宅緩和ケア充実診療所として認可され
ました。平成27年には、「ふれあいデンタルクリニック」を開設し
て、歯科治療に嚆下・口腔ケアを加えた在宅支援を新たに始める
等、国が推進する「地域包括ケアシステム」に沿った更なる在宅
支援の強化を当法人では進めています。

厚労省等の推計では、今後10年間に介護にかかる費用は約2
倍、医療は約1.4倍に増え、年金等を含めた社会保障費全体では、
約1.3倍に膨らむ見通しです。社会保障費を抑制する観点からも、
今後益々患者・利用者様と我々医療・介護提供者側は、お互いに
早期の受診・発見・治療に努め、病状や要介護状態になるのを予
防して、健康で自立的に生活できる健康寿命を延ばすことが重要
になります。この観点からも、当法人は在宅・施設を問わず、地

域で求められる医療機能・介護機能や自施設が果たせる役割を分
析し、今後益々地域住民の皆様に必要とされ、市民にとってなく
てはならない病院・施設であり続けるよう努力してまいりたいと
思います。
末筆ですが、皆様方の今年1年間のご健勝とご活躍をご祈念申
し上げて、年頭の挨拶とさせていただきます。

副院長就任の挨拶

三鷹中央病院 副院長 上ノ畑 真



この度、三鷹中央病院副院長を拝命し、そ
の重責に身の引き締まる想いがあります。つ
きましては、この紙面をお借りして就任のご
挨拶をさせていただきます。

私は、杏林大学病院・循環器内科学教室で研修と研究の日々
を送り、その後、国立大蔵病院(現 国立成育医療研究センター)
の循環器内科及び同院小児科にて新生児から高齢者に至るまでの
幅広い臨床経験を積み機会に恵まれました。そして平成5年に循
環器内科医師として三鷹中央病院に着任いたしました。
それから現在に至るまで、循環器系疾患を中心に内科診療を続
けてまいりましたが、早いもので着任してから24年もの月日が経
過しております。

着任当時から現在までを振り返ると、吉田正一院長のご指導の
もと三鷹中央病院は着実に発展を遂げております。介護ケアの充
実を目的とした介護老人保健施設「三鷹中央リハケアセンター」
や特別養護老人ホーム「ケアコート武蔵野」の開設、さらに在宅
での医療や介護を充実させるための在宅療養支援診療所「ふれあ
い診療所」や「ふれあいデンタルクリニック」および複数の訪問
看護ステーションの開設。このように多くの関連施設を新規開設
して協力体制を築き上げ、三鷹・武蔵野地区の福祉及び地域医療
に大きく貢献できるまでに成長を遂げてまいりました。

日本が世界に類を見ない超高齢社会を迎えるにあたり、必要と
される医療の内容も日々刻々と変化し多様化しております。これ
からも三鷹中央病院は地域医療の変化に対応するために、更なる
発展と改善の努力を続けてまいります。地域の皆様から信頼され
る病院、社会に貢献できる病院を目指して職員一丸となって頑
張ってまいりますので、今後ともご指導・ご鞭撻のほどよろしくお
願い申し上げます。

社会参加と自立支援

三鷹中央リハケアセンター 通所リハビリ科 主任 山田 佳夫

三鷹中央リハケアセンター（以下、「当センター」）は、リハビリテーションに力を入れて事業運営しております。この紙面では、当センターの通所リハビリテーション（以下、「通所リハ」）で提供させていただいております、「生活活動向上プログラム」について、ご紹介させていただきます。

通所リハの生活活動向上プログラムは、レクリエーションのような楽しみだけを目的とせず、「ご利用者の活動範囲が広がり、より豊かな在宅生活を送る一助になること」を目的として提供させていただいております。

具体的には、通所リハで行う絵手紙や書道は、ご利用者が先生役となって、「絵手紙教室」や「書道教室」を開催し、他のご利用者にお教える形式となっております。

ご利用者同士が先生と生徒になることで、和気あいあいとした雰囲気のある教室となっております。先生となつていただいたご利用者も、回を追うごとに上手な教え方となり、生徒となったご利用者の上達も目を見張るものがあります。

また、「クラフト教室」では、1つの作品をメンバー全員で創作することにより、ご利用者間に仲間意識が生まれ、



会話が弾み、会話から生まれた発想が次の作品創りに繋がったりしております。

「写真教室」では、自宅でもカメラを持って出かけする機会が増え、季節の草花や景色を撮るようになられた方もいらっしゃいます。

また、月に一度の「クッキング」では、中心となるご利用者と職員で献立を決め、材料や手順を書き出し、ご利用者全員が手順を確認しながら調理を行っています。参加者には半身麻痺の方もいらっしゃるのですが、片手でできる調理の工程をご利用者と一緒に考えたり、調理の際に、ご利用者がお互いに協力できるような体制を作りながら進行しております。

この他にも、「新聞作り」「カラオケ」「シネマ」等の活動がありますが、これらの「生活活動向上プログラム」は、ご利用者同士がお互いにサポートし合うことによって「できること」が増えるよう、また、「こうしたらできるんだ!」と前向きに捉えて活動していただけるよう、ご利用者の皆様と一緒に考えながら、プログラムを提供しております。

通所リハの目標は「身も心も健康に!」です。今年も当センターの通所リハが、ご利用者にとって、「他の方との交流の場」「社会参加の1ステップの場」「自己表現の場」として機能し、展開していけるよう努力してまいります。どうぞよろしく願ひ致します。

年に一度は歯科受診を!

ふれあいデンタルクリニック 院長 根本 祐子

ふれあいデンタルクリニックは、平成27年5月に開設し、早くも1年半が経過しました。この間、数多くの患者様の診療を行いました。その特徴として、長期間（数年〜数十年間）歯科受診歴のない患者様が多いことに気が付きました。

患者様が長期間歯科受診されない理由としては、1つが「訪問歯科診療が、医科と比較して未だ周知されていない」ということ、もう1つが、「本人または介助者が口腔ケアを行う際、どのような症状が現れた場合に歯科へ依頼すれば良いかわからない」ということが挙げられると思います。

患者様が、訪問歯科診療を受診されるきっかけは、在宅療養支援診療所や訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所、医療ソーシャルワーカー、地域の介護支援専門員の方々からの紹介や、ご家族からの依頼が主となりますが、次の症状に1つでも当てはまる場合は、早めに歯科を受診するようにして下さい。

- ① 何もしていなくても歯や歯ぐきに痛みがある
- ② 歯ブラシや歯間ブラシをすると歯ぐきから出血する
- ③ 歯ぐきが赤く腫れている
- ④ 歯ぐきから膿がでる
- ⑤ 歯に穴があいている、折れている、かぶせ物が取れている
- ⑥ 食べ物が歯の間に挟まりやすくなった、噛みにくくなった
- ⑦ 歯がグラグラする、違和感（浮いた感じ）がある

- ⑧ 口の中が渇く、ヒリヒリする、ネバネバする
- ⑨ 口臭があると言われる
- ⑩ 入れ歯が痛い、合わない
- ⑪ 顔（顎や頬）が腫れている

この他に、要介護者の方に「食事の際に顎や頬に手を当てる」「急に食欲がなくなった」「食事のスピードが遅くなった」などの様子の変化があれば、歯科受診が必要な指標となります。

口腔内の汚れ（食物残渣や口腔内細菌）は、慢性的な停滞によって、むし歯や歯周病に留まらず、免疫力の低下に伴う粘膜疾患や誤嚥性肺炎など、重篤な疾患へ繋がる危険性もありますので、口腔機能維持・向上のためにも定期的な歯科受診をお勧めいたします。



咀嚼障害／筋運動障害／摂食嚥下障害

◎三鷹中央病院

住所：〒181-0012 東京都三鷹市上連雀5-23-10
Tel：0422-44-6161 (代) Fax：0422-48-9009

☆患者様の訴えを素直に受けとめて、
診療内容をわかりやすく説明し、最善の医療を提供します。

診療科：内科・循環器内科・内分泌科・呼吸器内科・呼吸器外科・腫瘍内科・
外科・消化器内科・消化器外科・肛門外科・脳神経外科・整形外科・
皮膚科・泌尿器科・眼科・血液内科・神経内科・乳腺外科・
リハビリテーション科・放射線科・麻酔科

人間ドック・特定検診・禁煙指導

診療時間：月～土曜日 /am9:00～12:00 pm2:00～5:30
日曜・祝日 /am9:00～12:00 (救急外来は24時間受付)

病床数：一般病床 122 床 (看護職配置基準 7 対 1)

その他：ふれあい診療所 Tel：0422-79-1313
三鷹ふれあい訪問看護ステーション Tel：0422-48-6031
ふれあいデンタルクリニック Tel：0422-29-8242



◎三鷹中央リハケアセンター

住所：〒181-0013 東京都三鷹市下連雀9-2-7
Tel：0422-70-0700 (代) Fax：0422-70-0701

☆心のもった介護、看護、リハビリテーションを提供し
「在宅生活への復帰」と「自立支援」を目指します。

ベッド数：100床 (一般療養 100床)

4床室 / 19室 2床室 / 1室 個室 / 22室

施設設備：機能訓練室 (207.00㎡) 機械浴室 (男女別) 自立浴室

その他：通所リハビリテーション (定員 60人) Tel：0422-70-0700
訪問看護ステーション Tel：0422-70-1055
居宅介護支援事業所 Tel：0422-70-1066



◎ケアコート武蔵野

住所：〒180-0023 東京都武蔵野市境南町 5-10-7
Tel：0422-39-0390 (代) Fax：0422-39-0392

☆利用者の皆様にとっても、そして職員にとっても、
楽しく生きがいの持てる施設づくりを目指しています。

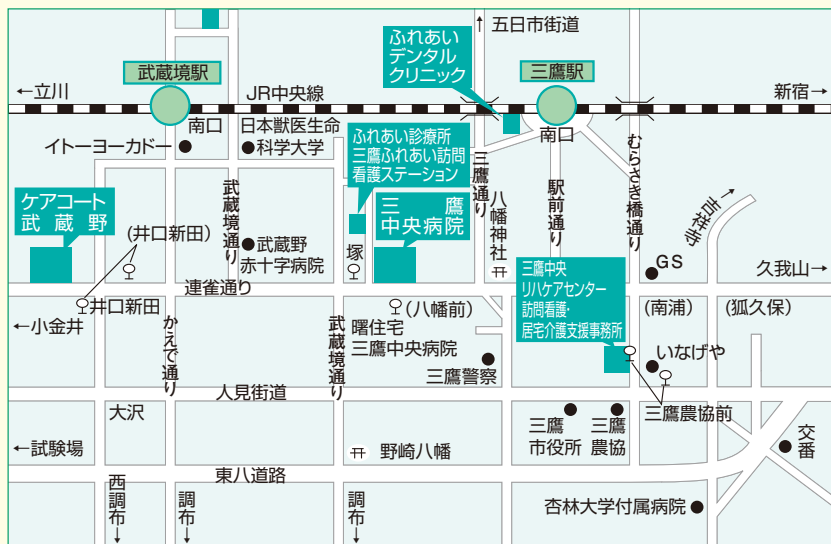
入所数：80 床 (9 ユニット)

事業内容：特別養護老人ホーム 72 床 (8 ユニット)
短期入所生活介護 8 床 (1 ユニット)

特徴：○全室個室のユニットケアを実施します。
○「安心」「安全」「快適」な空間と人を大切にしたい
サービスの提供に努めます。



ACCESS



三鷹中央病院

JR中央線 三鷹駅(南口)

- 小田急バス ②「新小金井駅」行
②「武蔵境営業所」行
②「調布駅北口」行

『曙住宅・三鷹中央病院前』下車徒歩1分

○タクシー (1区間)

三鷹中央リハケアセンター

JR中央線 三鷹駅(南口)

- 小田急バス ⑧「野ヶ谷」行
『MCC三鷹ビル前』下車徒歩1分

JR中央線 吉祥寺駅(南口)

- 小田急バス ⑧「調布駅北口」行

京王線 仙川駅(北口)

- 小田急バス ①「三鷹駅」行
『三鷹農協前』下車徒歩1分

ケアコート武蔵野

JR中央線 武蔵境駅(南口)下車(徒歩15分)

- 小田急バス ③「狛江駅・狛江営業所」行
④「吉祥寺駅」行

『井口新田』下車徒歩1分