



三鷹中央通信

2019年 Vol.27

冬号

新年のご挨拶

医療法人社団 永寿会 理事長 吉田正一
社会福祉法人 正寛会



三鷹中央病院は、平成29年1月
に日本医療機能評価機構3rdG:
Ver1.1の認定を受けました。



新年明けましておめでと
うございます。

昨年1年間、両法人に対
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年間を振り返りますと、在宅
特養「ケアコート武蔵野」が、開設10周年を
迎えることができました。皆様のご支援の賜
物と感謝申し上げます。

「ケアコート武蔵野」は、施設長が5月に
芦立明義から平尾圭司に交代致しました。ま
た、リハビリのご希望が多いため、10月から
機能訓練指導員を雇用して入居者の皆様の個
別機能訓練を開始致しました。

老健「三鷹中央リハケアセンター」は、介
護報酬の改定で三鷹市の地域区分が引き上げ
られたのに伴い、その一部を職員へ還元しま
したが、国には更なる処遇改善策を期待した
いものです。

三鷹中央病院は、1月から総合診療科に三
浦博人医師、5月から看護部長に西三代子
看護師を迎えました。これまでと違った視点
から改革を進めてくれており、心強い限りで
す。尚、20年間看護部長（副院長兼務）とし
て奮闘してくれました山藤和子看護師は、引
き続き顧問として勤務しますので、これまで
同様のお付き合いを宜しくお願い致します。
国は、団塊の世代が75歳以上になる
2025年を目標に、急性期病床を3割程度
削減する「地域医療構想」を進めようとして
います。救急入院数や手術件数等で、都道府
県単位で定量的な基準を決めて、実態が伴わ
ない急性期病床を減らして、医療費を削減し
ようと言うわけです。既に、急性期病床を名
乗るには、「100床当り、手術と救急入院
件数が、1日当たり4件以上必要」等と基準
を定めている県もあります。当院は、東京都
の医療構想では三鷹市において急性期病院
として位置づけられている他、災害時の災害
拠点連携病院、三鷹市在宅医療・介護連携推
進事業における後方支援病床協力病院として
の役割も期待されているものと承知しています。
先述の急性期病院としての基準は優にクリア
しています。今年も、病院の新築移転の実現に少
しでも近づくよう努力して参りますので、皆
様のご支援をお願い申し上げます。

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
させて頂きます。



参加者の皆様が熱心に受講されている様子

第一回市民公開講座開催報告

11月14日（水）14時から職員食堂において、

25名のご参加をいただき、開催されました。
今後も、皆様にご希望の内容をお伺いしながら
開催を予定しておりますので、多数のご参加をお待ちしております。

ない急性期病床を減らして、医療費を削減し
ようと言うわけです。既に、急性期病床を名
乗るには、「100床当り、手術と救急入院
件数が、1日当たり4件以上必要」等と基準
を定めている県もあります。当院は、東京都
の医療構想では三鷹市において急性期病院
として位置づけられている他、災害時の災害
拠点連携病院、三鷹市在宅医療・介護連携推
進事業における後方支援病床協力病院として
の役割も期待されているものと承知していま
す。先述の急性期病院としての基準は優にクリ
アしています。今年も、病院の新築移転の実現に少
しでも近づくよう努力して参りますので、皆
様のご支援をお願い申し上げます。

第一部 毎日できる楽しい運動

リハビリテーション科主任 理学療法士 山田健嗣

現在、わが国の健康寿命（健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間）は男性71・19歳、女性74・21歳となっています。近年、この健康寿命を縮めている原因として、ロコモティブシンдро́м（運動器症候群）が大きな割合を占めるとされています。ロコモティブシンдро́мという言葉に馴染みのない方も多いと思います。今回の市民公開講座では、「毎日できる楽しい運動」というテーマでロコモティブシンдро́мの概念から予防についてのお話と自宅で簡単にできる予防体操について実技を交えて説明させていただ

第二部 食事から元気になれる

栄養科 管理栄養士 矢島梨佳子

今回、元気の秘訣ということで食事の説明をさせていただきました。食事というものは1日3食摂取するものであり、身体を作るのにとても重要な役割となります。低栄養になると筋肉量の低下を招くだけでなく、赤血球の材料が少ないため貧血になつたり、免疫細胞を作る材料が少ないため肺炎などの感染症にかかるリスクも高くなってしまいます。

そのため普段から、食生活において低栄養にならない食事を心がけ、筋肉を貯める貯筋を心がけましょう。最近食事が摂れない、体重が減った等ご心配事があれば当院を受診していただき、ご相談下さい。お待ちしております。

介護老人保健施設について



三鷹中央リハケアセンターアー
支援相談員主任 田山一

介護老人保健施設（以下老健）
という）と聞いて、すぐにどんな施設かをイメージできる方は少ないのではないかでしょうか。
当施設は三鷹中央病院が母体となり平成17年に開設した施設です。巷では「老健」と略されます。施設で、介護保険を使用してリハビリと、生活の援助を行い在宅生活へとつなげることが大きな役割です。

護師、リハビリ職、介護職、栄養士等、多職種がチームとして利用者様やご家族様への援助をしております。在宅に帰れるよう、在宅での生活を継続できることで、家族の休息目的や、一時的なりハビリ目的での入所利用が可能であり、在宅と、施設を交互に利用することで住み慣れた地域での生活を継続できるよう支援しております。

当施設は、平成30年10月に「機能訓練指導員」を雇用し、同年11月より機能訓練を一部開始しました。入居者様、家族様の「機能訓練」に対する期待は大きく、担当者にそのプレッシャーが重くのしかかっておりますが、ご期待に応えられるよう、1つずつ着実に取り組んで参りたいと考えております。

①個別機能訓練計画書の作成と個別機能訓練の実施

②クラブ活動の立ち上げと見る化

介護保険発足時には「中間施設」と称され、病院と、在宅の中間として（限られた）医療と入所でのご利用のためには、介護認定の要介護1～5の認定を受けていることが必要になり

介護、リハビリを提供してまいりました。病院と違い、日常的に利用する施設ではないため、普段耳にされることも少ないのが現状かと思います。

老健は特別養護老人ホーム（特養）とは異なり、終の棲家ではありません。医療や介護を取り巻く環境が大きく変化している今、かつての中間施設としての役割からさまざまな機能を持つた施設として老健も変

化しているところです。私たちが目指す施設は、「地域とのつながりを持った在宅支援施設」です。老健では医師、看



A whiteboard featuring Japanese calligraphy and photographs of food. The calligraphy includes the words '酉の市' (Tori no shi), '亥' (Ichi), '初来し' (Hoshinami), '紅生姜' (Kōshōgari), 'すきやき' (Sukiyaki), and 'みそ味' (Miso味). Below the board are two bowls of food: one with red beans and another with a dark dish.

書道クラブの作品

も来て下さい」との言葉を複数頂いており、その意気込みに機能訓練指導員も押され気味になつております。

1

介護・リハビリを提供してまいりました。病院と違い、日常的に利用する施設ではないため、普段耳にされることも少ないのが現状かと思います。

老健は特別養護老人ホーム（特養）とは異なり、終の棲家ではありません。医療や介護を

ます。当施設では入所利用以外にも、短期入所（要支援1、2でもご利用可能）、通所リハビリ、訪問看護などのサービスも提供しております、さまざまな方法で皆様の在宅生活を支援させて頂きます。私も開設から勤務し経験をつ

書』や『機能訓練計画書』に基づいて行われるため、ひと月に約20名の計画書を作成しながら、順次 機能訓練を進めております。先行して機能訓練を行つてゐる入居者様からは、「訓練は毎日でも行いたい。明日

機能訓練指導員が着任した事で、施設の雰囲気が少しずつ変わってきました。新しい暖かな風が吹き始めた感じがあります。これをきっかけにし、入居者様が「ケアコート武蔵野に入所して良かった」と喜んで頂けるような施設づくりを更に行つて参りたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。



塗り絵クラブの作品

個別機能訓練が始まりました

ケアコート武藏野
施設長 平尾 圭司

◎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1:110床、地域包括ケア:12床)

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

☆心のこもった介護、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 (207.00m²) 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
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
- 『MCC三鷹ビル前』下車徒歩1分

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