



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」を目指したりハビリを行います。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たず、いつでも 誰に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29年1月に日本医療機能評価機構3rdG: Ver.1.1の認定を受けました。

新年のご挨拶

医療法人社団 永寿会
社会福祉法人 正實会
理事長 吉田正一



新年明けましておめでとうございます。
うございます。

昨年1年間、両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年間を振り返りますと、在宅療養支援診療所である「ふれあい診療所」と特養「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蔭和子看護師は、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日当り計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が、平時並びに災害時共に、市民の皆様のご期待に応えられる病院であり続けるためには、病院のハード及びソフトの両面からの整備は避けられない課題と捉えています。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いただきます。

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。



参加者の皆様が熱心に受講されている様子

「元気の秘訣」

今日から始める食事と運動

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、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）が大きな割合を占めるとされています。ロコモティブシンドローム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ドローム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きました。

第二部 食事から元気に

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。食事というのは1日3食摂取するものであり、身体を作るのにとっ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ったり、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りやすくな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
支援相談員 主任 田山 豪

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のでしょうか。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」と略される施設で、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。

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えます。

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きている今、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っ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

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。在宅に帰れるように、在宅での生活を継続できるように、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に支援しております。

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、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、経験を頂かせて頂きましたので今後ともよろしくお願いたします。



個別機能訓練が始まりました

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、担当者による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。

現在、担当者が行っている活動は大きく2つです。

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える化

「個別機能訓練」は、施設サービス計画書や「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っている入居者様からは、「訓練は毎日でも行いたい。明日



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っております。

「クラブ活動の立ち上げと見える化」は、各ユニットで行われていた趣味活動をクラブ活動として位置付け、ボランティアさんによる新たなクラブ活動の立ち上げを支援しております。なお現在、書道クラブの作品や、塗り絵クラブの作品を施設の1階に展示させて頂いておりますので、ご来所の際にご見学頂ければ幸いです。

機能訓練指導員が着任した事で、施設の雰囲気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って参りたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願致します。



塗り絵クラブの作品

ケアコート武蔵野
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

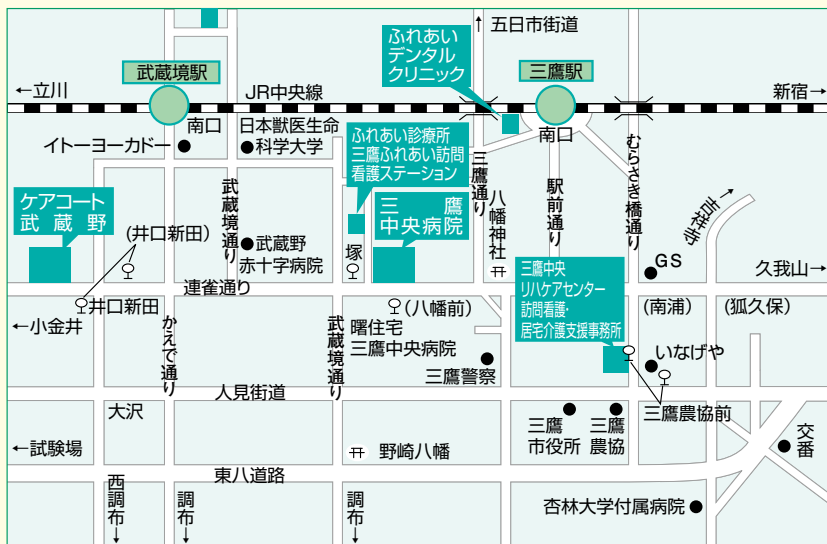
☆利用者の皆様にとっても、そして職員にとっても、
楽しく生きがいの持てる施設づくりを目指しています。

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
- 『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