

● 第20回 院内学会表彰
令和8年2月2日(月)

第20回目となった院内学会は21演題の発表があり、その中で優秀な3演題が選ばれ朝礼にて表彰されました。



- 最優秀賞…今日一日をどう楽しむか
～多職種でターミナル患者と向き合って～ リハビリテーション部
- 優秀賞…ショートステイ利用者の支援を行って 3病棟・リハビリテーション部
- 優秀賞…患者の転帰を身体機能・認知機能・栄養方法との関連から考える
～令和元年から6年間の動向より～ 1病棟・リハビリテーション部

● ひまわり託児所
第32期修了式
令和8年3月25日(水)



部署紹介 【1病棟スタッフ】

1病棟は一般病棟で、在宅から入院する方や、他の医療機関から転院される方を受け入れています。スタッフには看護職員・介護職員・歯科衛生士がおり、日々のケアを行っています。入院時より退院後の生活を見据えた個別の看護計画を立て、多職種と連携を取りながら支援を行っています。



病気を抱えながらも自分らしい生活ができるように退院支援を行い、在宅に戻られる前には、安心安全に生活ができるように、リハビリスタッフやケアマネジャーなどと共に退院前訪問を行っています。在宅生活が困難な場合には患者様にとって最適な生活の場所の提案を行っています。

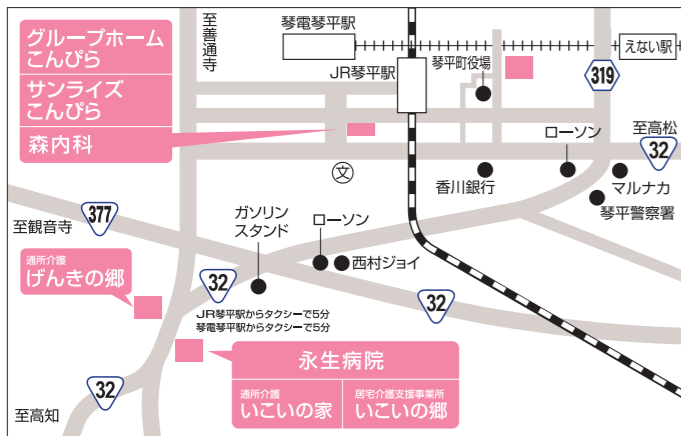
治療にあたり、色々な制限を余儀なくされ、急な環境の変化に対応できず、一時的に混乱される方もあります。しかし、そんな時でも身体拘束は原則禁止のもとセンサーマットや赤外線センサーを使用し、令和7年11月から見守りカメラを導入し身体拘束を行わずに安全確保ができるように努めています。

入院、退院後の生活など不安な事も多くあると思いますが、安心して療養生活を送ることができるように、これからもスタッフ一同、努めていきたいと思っております。

【編集後記】

厳しい寒さがようやく和らぎ、桜の花びらが舞う中で新年度がスタートしました。3月から始まった「貨物専用新幹線」の運行など、社会の仕組みが刻々と変化の中、私たちが提供する医療も常にアップデートが求められています。

当法人にもフレッシュな新入職員が加わり、心地よい新鮮な風が吹いています。彼らの姿に自分の新人の頃を思い出し、私自身も初心に立ち返る思いです。今年度も職員一同、より一層地域医療に貢献できるよう励んでまいりますので、よろしくお願いいたします。



永生病院 130床(一般病棟 40床・介護医療院 90床)

医療法人 圭良会

- 永生病院 香川県仲多度郡まんのう町買田221-3 Tel 0877-73-3300
- いこいの郷 (居宅介護支援事業所) Tel 0877-73-3655
- いこいの家 (通所介護) Tel 0877-73-3718
- げんきの郷 (通所介護) 香川県仲多度郡まんのう町買田102-1 Tel 0877-58-8811
- 森内科 香川県仲多度郡琴平町167 Tel 0877-73-4188
- グループホームこんびら (認知症対応型共同生活介護) Tel 0877-73-0811
- サンライズこんびら (小規模多機能型居宅介護) Tel 0877-58-8600

永生病院広報誌「ゆるめき」第83号
発行元：医療法人圭良会 永生病院
編集者：接遇向上・広報委員会
住所：〒769-0311 仲多度郡まんのう町買田221-3
TEL:0877-73-3300
FAX:0877-73-3202
永生病院のホームページ <http://www.eisei-hp.or.jp/>
発行年月日:令和8年4月15日

永 生 病 院 だ よ り

ゆるめき

季刊 2026 春号 vol. 83

【理事長・院長のあいさつ】
2026年診療報酬改定

【行事報告&お知らせ】
第20回 院内学会表彰
修了式

【部署紹介】
1病棟スタッフ

【健康ひろば】
骨粗鬆症

【編集後記】

■ 病院理念

信頼される医療・保健・福祉を提供し、地域の健康増進に貢献する

■ 基本方針

良質な医療を提供するため、心と技術を磨く努力を惜しみません
患者の権利、尊厳、安全を重視した医療を提供いたします
医療、福祉と連携を持ち、急性期医療から在宅医療まで、全員参加で取り組みます

■ 患者の権利章典

- 1. 医療を受ける権利
- 2. 自己決定権
- 3. 知る権利
- 4. プライバシーに関する権利
- 5. 学習する権利
- 6. 参加と協同



KEIRYOKAI

2026年診療報酬改定

春の訪れとともに、桜をはじめ種々の花々が開花しています。

ここ数年の物価高騰、人件費高のりから、医療機関の経営危機は広く共有されており、2026年診療報酬改定に対しては、例年にない不安と期待感がありました。

改定の結果は高市早苗新政権の下で掲げられた「責任ある積極財政」という姿勢が反映され、12年ぶりの3.09%プラス改定となりました。その中味は賃上げ分+1.70(2年度平均。R8年度+1.23%、R9年度+2.18%)、物価対応分+0.76%(2年度平均。R8年度+0.55%、R9年度+0.97%)、食費・光熱水費分+0.09%、R6年改定以降の経営環境の悪化を踏まえた緊急対応分+0.44%、後発医薬品への置き換えの進展を踏まえた処方や調剤に係る評価の適正化、実態を踏まえた在宅医療・訪問看護関係の評価の適正化、長期処方・レフィル処方の取り組み強化等による効率化▼0.15%などであり、2040年にむけた新地域医療構想が強く反映されたものであり、医療機関にとって必ずしも一息つけるものではありませんでした。

2027年度より始動する新地域医療構想は、従来の病床機能(高度急性期・急性期・回復期・慢性期)に主眼をおいたものから、85歳以上の増加や人口減少がさらに進む2040年とその先を見据えて、以下の如く目指す方向性がまとめられています。

……「全ての地域・世代の患者が、適切に医療・介護を受けながら生活し、必要に応じて入院し、日常生

活に戻ることができ、同時に、医療従事者も持続可能な働き方を確保できる医療提供体制を構築する、そして「治す医療」と「治し支える医療」を担う医療機関の役割分担を明確化し、地域完結型の医療・介護提供体制を構築するとともに、外来・在宅、介護連携等も新たな地域医療構想の対象とする」……

この概念のもと都道府県にて医療機関機能(急性期拠点機能、高齢者救急・地域急性期機能、在宅医療等連携機能、専門等機能、医育及び広域診療機能)を報告し、構想区域において必要な医療機関機能が検討されているようです。人口動態は地域により異なり、全国統一的・画一的な取り組みは限界であり、地域の実情に応じた地域医療構想の運用が必要となってくると思われます。

地域に密着した「治し支える医療」を提供する当院として、さらに安心・安全なより質のよい医療・介護サービスを提供するべく全職員多職種協働で努力してまいります。



理事長 森 伊津子



院長 大島 弘世

DEXA(デキサ)骨密度測定装置を導入しました!

骨密度とは単位面積当たりの骨量のことです。骨の強さを表す指標で、その密度を調べる検査が骨密度検査です。

今回導入した装置では、腰椎と大腿骨の骨密度を測定することができます。測定にはDEXA(デキサ)法という2種類の強さが異なるX線を使い、信頼性が高い結果を得ることができます。検査時間は5~10分程度です。

年齢とともに女性ホルモンの減少やカルシウム不足などで骨量の減少が始まると骨が弱くなり、ちょっとしたことで骨折をまねく骨粗しょう症になってしまいます。骨密度が減少しても自覚症状がなく、転んでいなくても知らないうちに骨折してしまう場合もあります。骨折のリスクを早めに見つけ、予防につなげるために欠か

せないのが骨密度検査です。自分の骨の状態を知っておくことが骨粗しょう症の予防につながります。

測定を希望される方は、外来でご相談ください。



放射線科



春になり暖かい風が心地よく運動に適した季節になりました。ウォーキングやジョギングは骨に刺激が入り、骨粗しょう症の予防にも適しているとされています。今回は骨を丈夫にする食事と運動を紹介したいと思います。

■骨密度の低下には、カルシウム不足が関わっている

骨密度が低下すると骨がもろくなって骨折しやすくなってしまいます。

骨密度の低下には、カルシウム不足が関わっており、放っておくと骨粗しょう症になる危険性があります。

■骨密度を上げるには、ビタミンDとカルシウムを含んだ食材を取ることが大切!

☆ビタミンDとカルシウムを両方組み合わせて摂取すると吸収率がアップします!

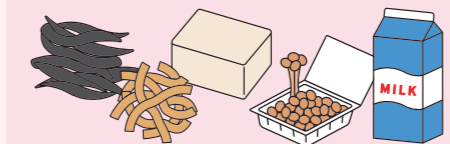
ビタミンDが豊富な食材

いわし丸干し・干しいたけ・乾燥きくらげ・しらす干し

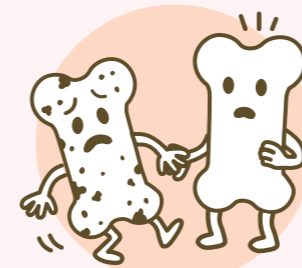


カルシウムが豊富な食材

切り干し大根・わかめ・干しひじき・桜エビ・ごま・高野豆腐・木綿豆腐・納豆・がんもどき・わかさぎ・牛乳など



特に牛乳は吸収率に優れているので、1日200ml飲むことをお勧めします!



■骨を強くするのは、食事からの栄養・運動・日光浴

・毎日の食事で、カルシウム(乳製品・小魚・大豆・緑黄色野菜など)を積極的に摂取しましょう。
・適度な運動を心がけましょう。1日30分、戸外でウォーキングをしましょう。
・晴れた日は、屋外に出て、紫外線を浴びて、日光浴をしましょう。



栄養科

①ウォーキング

しっかりと腕を振りながら胸を張り背筋を伸ばし、歩幅はいつもより大きく出すことを意識しましょう。膝をしっかりと伸ばし、踵から着地し、次に足を踏み出す時はつま先で地面を蹴って進みます。

1日30分程度を目安に景色を見るなど楽しみや目標を作りながら歩いてみましょう。毎日続けることが重要で運動の習慣がない人は短い時間から始めましょう。

★足や腰に痛みが出たり、調子が悪くなるようであれば運動量を減らしたり、中止しましょう。

歩くときの姿勢

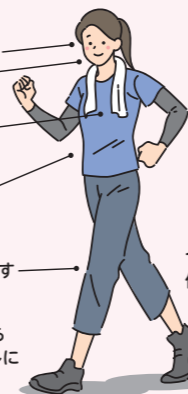
目はやや遠くを見る
あごを引く

胸を張り、背筋を伸ばす

腹を引き締める

膝を伸ばし脚はしっかりと伸ばす

着地はかかとから歩調はリズムカルに



つま先で地面を蹴り体を前に進める

歩調はいつもより広め70cm~75cmくらいに

②かかと落とし

座って行えるのでテレビを見る時や待ち時間に気軽に行えます。

椅子に座り、足を腰幅に開きます。息を吸いながら両足の踵を上げ、息を吐きながらストンと落とします。5回×2セットを1日2回行いましょう。

かかとを落とすときに大きく息を吐くのがポイント!



③スクワット

まっすぐ立ち、脚を肩幅程度に開き、爪先を少し外側に向けます。手は胸の前で組みましょう。背筋を伸ばしたまま、お尻を後ろに引くように膝を曲げます。太ももが地面と平行になる程度まで腰を落とし、元の姿勢に戻ります。10回×2セット行いましょう。

★痛みが出ない範囲で無理しないように行いましょう。
★また息を止めずにしゃがむ時に息を吸い、立ち上がる時に息を吐きましょう。



リハビリテーション部