

Dr'sコラム：ワクチンで防ごう！風疹

ふうしん



鶴川記念病院 小児科
小野 朋洋 医師

風疹は風疹ウイルスの感染によっておこる病気です。潜伏期間はおよそ2〜3週間で、おもな症状は、発疹、発熱、リンパ節の腫れです。症状は比較的軽く、その後の経過は良好であることが多いのですが、妊娠20週ごろまでの妊婦さんが感染すると、おなかの中の赤ちゃんもウイルスに感染して、先天性風疹症候群（難聴、先天性心疾患、白内障、精神運動発達遅滞）を発症することがあるため、ワクチン接種による感染予防が必要です。

風しんワクチンの接種を受けていない方は、少なくとも1か月以上あけて2回接種することで風疹の免疫を得ることが可能です。

以下の①〜③に該当する方は、定期予防接種制度の変遷等の影響で、ワクチンの接種を受けていない可能性があります。ワクチン接種を受けていない方は、風疹に罹りやすいので、ぜひ風しんワクチンの接種を受けてください。

風疹の抗体の有無については血液検査でわかりますので、外来でご相談ください。

<風しんワクチン未接種の可能性が高い方々>

- ①昭和37年4月1日以前に生まれた男女の方（男女ともに定期接種なし）
- ②平成30年4月1日の時点で39歳以上の男性の方（定期接種の機会がなかった年齢層）
- ③平成30年4月1日の時点で28歳〜39歳未満の男女の方（接種率が低かった年齢層）

※本コラム内では、疾病としての表記を「風疹」、ワクチンとしての表記を「風しん」としています。

予防接種について

鶴川記念病院では予約制で風しんワクチンの接種を行なっております。詳細はホームページをご覧くださいか、お電話にてお問合せください(044-987-1311)。



ほ、えみ 新春

平成31年 冬 57号



撮影 鶴川記念病院 谷村繁雄医師
雪の綿帽子

平成31年 冬号のトピック

- 医療&介護ネットワーク
～将来の介護にそなえて
知っておきたい～
- 感染症について
～ワクチンで防ごう「風疹」～
- 栄養レシピ 結婚式@鶴川記念病院

編集後記と今号の見どころ

あけましておめでとうございます。今号は“三医会の医療と介護ネットワーク”について特集しています。その他内容も盛りだくさんとなっているので、是非ご覧ください。新しい一年の始まりです。三医会では地域の皆様により一層寄り添える病院となるよう頑張ります！2019年も皆様にとって素敵な年になりますように。

ほほえみ編集委員(お問い合わせは 044-987-1312まで)

三医会NEWS

■ 技能実習生の受け入れを行ないます

三医会の所属する新富士病院グループでは、介護職の外国人技能実習生の受け入れを行なっています。技能実習制度は、外国の方が日本の企業などで習得した技術を自国に広げていく仕組みとして設けられた制度で、平成29年11月より介護職種が新たに追加されました。介護技能実習生には、自国での介護職従事経験や日本語能力試験で一定以上のレベルと認定されるなどの受け入れ要件があります。今年度の新富士病院グループの介護技能実習生として、11月に7名の方がインドネシアから来日しました。グループ内の病院での実地研修修了後、2名の方が1月より鶴川記念病院に配属となります。



■ 地域の方へ向けて講演を行ないました

12月11日、鶴川市民センターにてJA町田主催で開催された講演会に、三医会の管理栄養士、社会福祉士が講師として参加いたしました。低栄養による筋肉や身体機能の低下を予防するためのバランスの良い食事のとり方や、筋力減退を予防するエクササイズといった講義を行い、多くの方に好評をいただきました。



講演等の
ご依頼は

ひまわり総合支援室
地域連携担当まで
☎044-322-8296



鳥むね肉の親子おろしうどん

1462kcal 約164円

年末年始のごちそう・美味しいお酒で暴飲暴食気味ではありませんか？
きっと胃腸はお疲れモード！
そんな時はやさしい食事で胃腸をいたわりましょう！



Mini 鶴川記念病院で結婚式を行ないました！

入院中の患者様のご家族が、「療養中のお母さんに晴れ姿を見せたい！」と、病棟の談話室を利用して手づくりの結婚式を挙げました。スタッフが協力して飾りつけや演出を行い、心温まる素敵な式になりました！



材料(1人分)	つくりかた
うどん … 1玉	①大根、しょうがはすりおろす。(おろししょうがでも可)
鶏むね肉 … 50g	②一口大に切った鶏むねに片栗粉を薄くまぶす。
片栗粉(肉にまぶす用) … 適量	③Aの調味料を合わせ火にかけ、②を加えて煮る。
白だし … 大さじ1	④肉に火が通ったら①を加え、とき卵を回し入れる。
水 … 300ml	⑤茹でたうどんに④をかけ、刻んだ小ねぎをのせて完成。
みりん … 小さじ1	
大根(おろし) … 60g	
しょうが(おろし) … 適量	
たまご … 1個	
小ねぎ … 適量	

レシピ監修：鶴川リハビリテーション病院 栄養科

栄養メモ

- ◆大根には消化酵素であるジアスターゼがたっぷり。二日酔いの胸焼けにも最適です。
- ◆鶏むね肉は脂肪の多い皮を取り除けば、低脂肪・高たんぱく質で消化吸収率の高い良質な食品です。また、代謝を高めて細胞を元気にするビタミンB群も豊富に含まれています。



今回のポイント
片栗粉をまぶす事でばさつきやすい鶏むね肉をやわらかく、ジューシーに！

医療法人社団 三医会

鶴川記念病院	TEL:044-987-1311	ひまわり総合支援室	TEL:044-322-8296
鶴川リハビリテーション病院	TEL:044-988-2322	【訪問看護ステーション】	
在宅支援室	TEL:044-980-1305	鶴川ひまわり	TEL:044-987-6969
健診部(院内)	TEL:044-987-9716	長沢ひまわり	TEL:044-977-9674
健診部(出張)	TEL:044-322-9152	テイクビル三輪	TEL:044-980-3939

介護保険

医療保険

こんなときどうしたらいいの？ 家族の介護にそなえて知っておきたい！



「三医会の医療&介護ネットワーク」

居宅介護 支援事業

介護保険のサービスを受けるための相談窓口です

介護支援専門員(ケアマネジャー)が、要介護認定の申請のお手伝いや、本人・家族の希望に沿った居宅サービス計画(ケアプラン)の作成、サービスを提供する事業者との連絡・調整を行ないます。介護保険が適用されるため、自己負担費用はありません。鶴川記念病院内の訪問看護ステーション鶴川ひまわりにも、居宅介護支援事業所を併設しています。

看護師などがご自宅を訪問し、主治医の指示のもと療養上の世話や診療補助を行ないます

訪問看護

「病気や障害があっても自宅で暮らしたい」「人生の最期を自宅で迎えたい」という方のために、看護師が自宅にうかがい健康状態チェックやアドバイス、痛みの軽減や服薬指導、カテーテルや医療機器の管理などを行ないます。料金については、疾患や年齢などにより、介護保険・医療保険のどちらを利用できるかが異なります。

三医会の訪問看護師ステーション鶴川ひまわり・長沢ひまわりでは、「24時間体制で乳幼児～高齢者までの訪問看護を行なっているほか、訪問リハビリも実施しています。」

NEW 入院 外来 健診

急性期治療を終えた患者様が在宅復帰をめざすための「地域包括ケア病床」を開設

地域包括ケア病床とは、急性期治療後にもう少しリハビリや経過観察が必要になる患者様や、自宅や施設から緊急入院された患者様に対して、在宅復帰に向けた医療・看護・リハビリを行うための病床です。回復期リハビリテーション病床とは異なり対象疾患の定めはなく、入院期間は最大で60日です。鶴川記念病院では、「ADL※を下げずに帰ろう」を目標に、平成30年10月より1床部屋×2と4床部屋×2の計10床で地域包括ケア病床を開設いたしました。「自宅へ帰るのは少し不安」「もう少しリハビリをしたい」という患者様に対して、安心してスムーズに自宅や施設に戻れるよう、「地域包括ケア病棟：計画書」に基づいて、医師、看護師、リハビリスタッフ、医療ソーシャルワーカー等が退院に向けたサポートをいたします。

※ADL・・・日常生活動作の能力のこと

鶴川 記念病院

食事・入浴などの日常生活の支援、機能訓練(リハビリ)などを行ないます

ご自宅まで送迎にうかがい、日帰りで施設で過ごす通所型のサービスで、要介護1～5、要支援1～2の方の利用が可能です。食事、入浴のほか、集団体操や個別リハビリ、趣味活動などで1日を過ごします。また、年間を通してイベント等も多く行なわれ、季節を楽しむことができます。三医会のデイサービス三輪では、医療的ケア(胃ろう、点滴、吸引等)をされている方の受け入れも行なっています。

デイ サービス

訪問診療

通院が困難な在宅療養患者様に対し、医師が定期的に自宅にうかがい診療を行ないます

具合が悪くなったときに医師が赴く「往診」と異なり、訪問診療では医師があらかじめ診療の計画を立て、患者様の同意を得て定期的に訪問し、診察や治療を行ないます。日常の健康管理、肺炎や床ずれなどの予防、栄養状態の管理、痛みの軽減などを行い、入院が必要なときは病院と連携します。三医会の在宅支援室では、定期訪問に加え24時間体制で緊急時のサポートを行ないます。

住宅型有料老人ホーム ヒューマンヒルズ初山

平成30年7月、グループ施設に加入。医療や介護が必要になったときも、生活スタイルを変えることなく、提携する医療法人等から「訪問診療」「訪問看護」「訪問介護」「訪問リハビリ」「デイサービス」「ケアマネジャー」のサポートを受けることができます。病院から退院してもご自宅での生活が難しい方、ご自宅での生活が心配になってきた方、特別養護老人ホームなどご希望の施設の待機中の方は、ぜひご相談ください。

川崎市宮前区初山2-25-9-5
☎ 044-982-0101



通所 リハビリ

NEW 鶴川リハビリテーション病院内で2019年1月開始予定リハビリの専門家が、身体機能や日常生活機能の維持・向上のため機能訓練を行ないます

対象となるのは、介護保険制度において要介護または要支援の認定を受けていて、主治医にリハビリの必要があると判断された方です。まずは、医師の指示に基づきひとりひとりに合った個別プログラムを作成。理学療法士や作業療法士などの専門家が、日常生活に必要な機能の維持・回復のため訓練やレクリエーションを行ないます。「足が弱くなった気がする」「身の回りのことを家族にしてもらうことが多くなった」といった方も、ご検討ください。

NEW 入院 SAS専門外来 回復期リハビリテーション
病床を2019年10月に開設予定

回復期リハビリテーション病床とは、脳血管疾患・骨折手術などの急性期治療を終えた患者様に対し、自宅や社会に戻ってからの生活を少しでも元に近い状態に戻せるよう、集中的なリハビリテーションを行なう病床です。入院期間は、疾患・状態により異なり最大で180日。リハビリ時間は1日最大3時間ですが、起床から就寝までの間、食事や着替え・排泄などの日常動作の改善をはかり、生活そのものをリハビリととらえたサポートを受けることができます。

鶴川 リハビリ 病院

医療や介護の
“困った&わからない”

- ・入院、転院のお問合せ
- ・医療や福祉に関する悩みごと
- ・こんなときどこに相談すればいいの？

まずはひまわり総合支援室に
お気軽にご相談ください

☎ 044-322-8296
(月-土 9時-17時)

