



# 医療法人 浩生会 舞子台病院

連携室だより  
令和元年秋号



【目次】: 言語聴覚士とは  
ABIと頸動脈エコーについて  
大人気メニューのレシピ  
医院の紹介 中嶋医院  
あとがき

今回は当院のリハビリ部門の紹介です。皆様は言語聴覚士という名前を聞いたことはありませんか？当院にも4名のスタッフが在籍しており、患者様と一対一でリハビリに取り組んでおります。その一部を紹介いたします。



言語聴覚士とは、話す・聞く・食べるの  
スペシャリストです!!

当院の言語療法・摂食機能療法の対象者は、主に脳血管障害や肺炎、パーキンソン病などの疾患患者様です。嚥下(えんげ)障害の患者様が多く、摂食・嚥下訓練に介入させて頂いております。

またコミュニケーションがとりにくい・飲み込みが上手にできないなどの症状にお困りの方にも、医師の指示によって訓練を実施しております。

訓練内容は、舌や口唇を動かす訓練や食事形態を検討し、安全に食べる訓練を実施しています。また発声練習も行います。では最後に、自宅で出来る嚥下体操をご紹介します。1日1-2回は実施しましょう。



普通に呼吸しながら  
ゆっくり首を回す



首を左右に  
ゆっくり曲げる



肩を上下させる



頬を膨らませたり、  
引っ込めたりを  
2~3回繰り返す



左右の口角を舌で  
2~3回触る



舌を出したり、引っ込めたりを  
2~3回繰り返す



「ララララ、ババババ、  
カカカカ」とゆっく  
り発声する

MY介護の広場より抜粋

# あなたの血管は大丈夫??

「ドキッ」とされた方はいらっしゃいませんか。当院では健診も実施しております。今回は足関節上腕血圧比(ABI)と頸動脈エコーについてお話いたします。

私たちも年を重ねていきますが、血管も年を重ね衰えていきます。血管が硬くなる・血管に垢が溜まる、状態によっては血液の塊(かたまり)が血管にできることもあります。それらが原因で脳梗塞や心疾患になりかねません。そこでABIと頸動脈エコーの登場です！

ABIは両手・両足の血圧を測定し、血管の硬さを調べます。5分で終了します。頸動脈エコーは首の血管を超音波でみます。血管に垢や塊がないか調べます。15分で終了します。

いずれも痛みは伴わず、気軽にできる検査です。ぜひ一度受けてみませんか？



ABI



頸動脈エコー

## 揚げ鮭のおろしポン酢 舞子台病院10/27昼

<材料 1人分> 鮭一切れ、ししとう2-3本、大根(おろし用)厚さ2cm、塩少々、酒少々、小麦粉少々、油少々、ポン酢大さじ2/3(お好みで加減)

<作り方>

- 1) 鮭を食べやすい大きさにカットする
  - 2) カットした鮭に塩少々、酒少々をふる
  - 3) 2)をペーパータオルなどで水気を切る
  - 4) 大根おろしを作り水気を切る
  - 5) ししとうはフライパンで焼いておく(味付け不要)
  - 6) 3)を小麦粉でまぶし、170℃の油で揚げる  
(高温になると固くなるので注意)
  - 7) ししとう・鮭を盛り付けて、最後に大根おろしを鮭の上に乗せ、ポン酢をかけて完成
- <ポイント>



鮭は骨を抜いてから調理してください。季節の秋鮭メニューです。魚が苦手な方も油で揚げることで食べやすく、大根おろしとポン酢でさっぱり感があり、野菜もとることができます。血圧が高まるこの時期、健康的に過ごしましょう。



# 病院・クリニック紹介

今回より病診連携を図っている病院の紹介をします。初回は中嶋医院です。中嶋泰典先生は以前にも当院で常勤医として勤務されており、ご存じの方も多いのではないのでしょうか。2014年5月1日に垂水区星が丘に開業しました中嶋先生より、お便りを頂いております。



中嶋医院の中嶋です。  
近隣の方より健康の悩み相談がある時に、かかりつけでなくても来てよいのか？子どもは診てくれるのか？内科以外の相談はできるのか？心の病でも聞いてもらえるのか？などの声を耳にします。  
出来る限りの声を受け止め、身近な家庭医としてコミュニケーションに重視した地域医療を理想に掲げて日々精進しております。どうぞこれからもよろしくお願い致します。



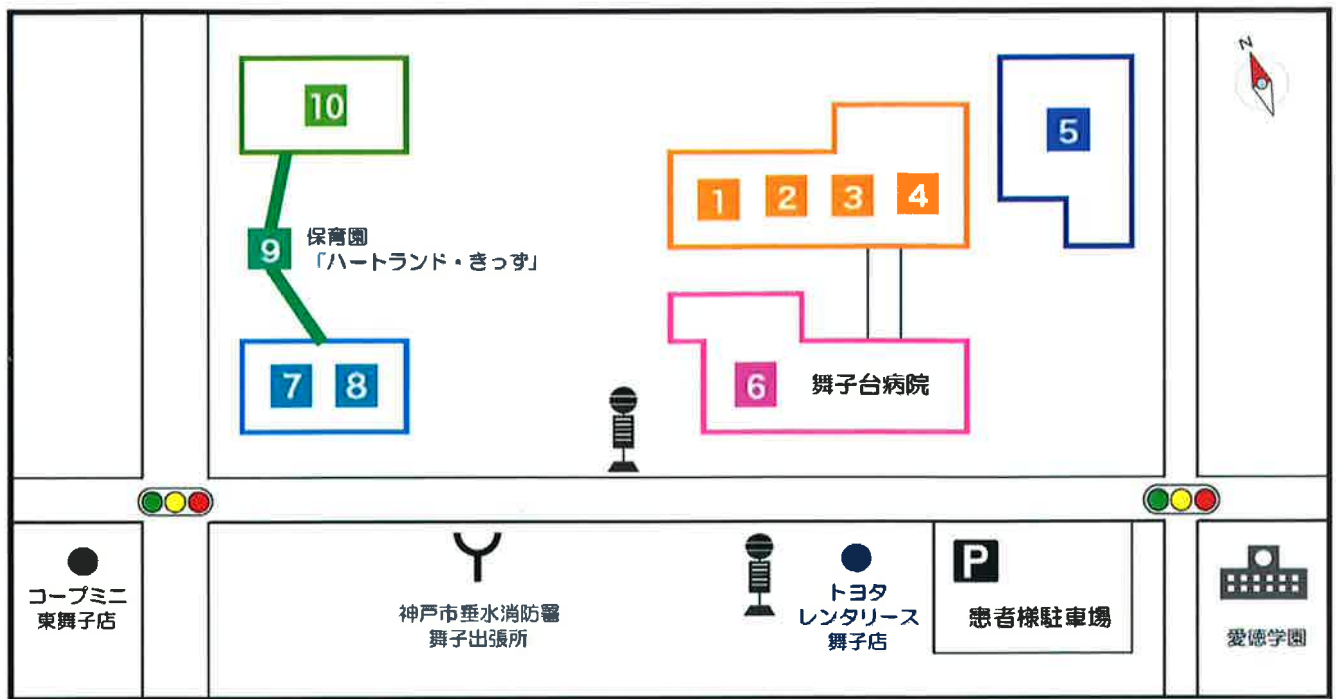
## あしがき

今回の秋号より、地域密着型病院として近隣のクリニックの紹介を始めました。コミュニケーションはパソコンで...なんて言われている時代ですが、顔と顔を合わすことで親近感が増し、さらには信頼関係も構築できると考えています。住民の皆様と地域との”つなぎ”として、私たち舞子台病院は使命を果たしたいと思えます。

この連携室だよりは年4回の発行ですが、皆様に当院の良さを知って頂きたいと考え、内容はもちろん発行回数の検討もしたいと考えております。皆様のご意見や感想がございましたら、下記までご連絡いただければ幸いです。

これから寒くなります。お体ご自愛下さいませ。(Lic. N)

地域連携室 中村まで 078-782-0055(代表)



## 【併設施設】

- |   |  |
|---|--|
| <p><b>1</b> 老人保健施設「舞子台」<br/>TEL: 078-785-5577<br/>・入所定員 : 100名<br/>・デイケア定員 : 30名</p> <p><b>2</b> 訪問看護ステーション「舞子台」<br/>TEL: 078-783-9999</p> <p><b>3</b> 居宅支援まいこだい<br/>TEL: 078-785-6969</p> <p><b>4</b> 舞子台ヘルプステーション<br/>TEL: 078-785-6970</p> | <p><b>5</b> 特別養護老人ホーム「舞子台ホーム」<br/>TEL: 078-785-8666<br/>・入所定員 : 50名<br/>・デイサービス定員 : 40名</p> <p><b>7</b> 舞子台あんしんすこやかセンター<br/>TEL: 078-787-3303</p> <p><b>8</b> 有料老人ホーム「ハートランド舞子台」<br/>TEL: 078-787-3332<br/>・入所定員 : 34名<br/>・デイサービス定員 : 15名</p> <p><b>10</b> 舞子台グループホーム<br/>TEL: 078-783-2225<br/>・入所定員 : 18名<br/>・デイサービス定員 : 12名</p> |
|---|--|



- JR「舞子駅」又は山陽電鉄「舞子公園駅」下車  
→山陽バス「舞子駅前」停留所から  
「51系統」又は「59系統」バス乗車  
→「舞子台3丁目」停留所下車すぐ
- JR「垂水駅」又は山陽電鉄「垂水駅」下車  
→山陽バス「垂水駅」停留所から  
「59系統」バス乗車  
→「舞子台3丁目」停留所下車すぐ

※ バス停はJR舞子駅の南側にあります。  
※ 駅からは徒歩15分ほどかかります。  
バス・タクシー等ご利用ください。