

N 全仁会 ニュース News

全仁会グループ
倉敷平成病院 広報誌

2026.5 春号

No. 121



— 特集 — 医療を知る 病気を知る

お口の「ささいな衰え」を見逃していませんか？

— 50代から始まる「オーラルフレイル」のお話 —

- 4 ピックアップ! …… 骨粗しょう症外来について
- 6 コーヒーブレイク Vol.29 …… 脳神経内科部長 菱川望
- 7 1日10分 健康体操 …… 誤嚥性肺炎予防に! ~自宅で簡単トレーニング~ パート2
- 8 季節のおたより …… 全仁会グループ 春の行事
- 10 プロフェッショナル …… 医療事務/倉敷平成病院 医事課 主任 岡田直樹
- 11 インフォメーション …… 処方箋について
- ヘルシーレシピ …… ふんわりキャベツシュウマイ
- 12 地域とともに
全仁会トピックス



「食べこぼし」や「むせ」は、
体からのサインかもしれません

最近、食事中に汁物でむせたり、食べこぼしが増えたりしていませんか。

「年のせいだから仕方ない」と思われがちですが、実はこうした変化は、お口の機能が少しずつ弱くなり始めているサインである可能性があります。

近年注目されているのが、「オーラルフレイル（お口の虚弱）」という概念です。これは、「健康な状態」と「明らかにお口機能低下」の間にある、ごく軽いお口の衰えを指します。

最新の研究や学会の報告では、オーラルフレイルの状態にある人は、将来的にフレイル（全身の虚弱）や要介護状態、さらには死亡リスクの上昇と関連することが示されています。お口は、健康な生活を支えるための大切な入り口なのです。

あなたは大丈夫？

5つの簡単チェック

驚くべきことに、歯科外来を受診した平均50歳前後の患者さんを対象とした調査では、約半数が「口腔機能低下症」に該当したという報告があります。つまり、50代からすでに多くの方でお口の衰えが始まっていると考えられます。

日本老年歯科医学会が推奨する、以下の5項目をチェックしてみてください。
2項目以上当てはまる場合、オーラルフレイルの可能性があります。

特集

医療を知る、
病気を知る。

お口の「ささいな衰え」を見逃していませんか？

— 50代から始まる「オーラルフレイル」のお話 —

倉敷平成病院 歯科

中村 吉秀

- 1 ご自身の歯（残っている歯）は20本未満ですか
- 2 半年前と比べて、固いものが食べにくくなりましたか
- 3 お茶や汁物などでむせることがありますか
- 4 お口の中の乾きが気になりますか
- 5 会話で、言葉がはっきり発音しにくいと感じることがありますか

これら一つひとつは小さな変化ですが、「噛みにくい」↓「柔らかい物ばかり食べる」↓「お口の筋肉が衰える」↓「栄養が偏る」という負の連鎖につながることがあります。

病院だからこそできる

「周術期」と「回復期」のお口の管理

当科では、手術を受けられる患者さんを対象とした「周術期口腔機能管理」、リハビリテーション病棟に入院中の患者さんを対象とした「回復期口腔機能管理」に力を入れています。手術前後にお口の中を清潔に保ち、機能を整えることは、術後肺炎などの合併症予防に重要です。また、リハビリ中の患者さんが「自分の口で食べる」ことは、体力回復や生活の質の向上につながります。

私たちは、病气やケガと闘う患者さんの「食べる力」を支えるため、日々お口のケアに取り組んでいます。

「舌圧計」で舌の力を数値化

当科では、新たに「舌圧計」を導入し

ました。舌は、食べ物をまとめて喉へ送り込む、飲み込みに欠かせない重要な筋肉です。舌圧検査では、小さな風船状のセンサーを舌で押すだけで、舌の筋力を数値として評価できます。検査は数分で終わり、痛みもありません。

「なんとなく飲み込みにくい」「食事時間がかかる」そんな感覚を、客観的な数値として確認できるようになりました。

早めに気づけば、

お口の機能の改善が期待できます

オーラルフレイルの大きな特徴は、早期に気づき、適切な対策を行えば、改善が期待できる状態であることです。当院では2026年3月から、舌圧測定を含めた口腔機能低下症の検査・診断が可能になりました。「食事に時間がかかるようになった」「薬が飲み込みにくい」「むせることが増えた」こうした変化を感じたら、ぜひ一度ご相談ください。

「歯が痛くなってから行く歯科」から、「いつまでも美味しく食べ、楽しく話すために通う歯科」へ。皆さんが生涯ご自身の口で笑い、食べ続けられる未来を、歯科チーム一同全力で支えていきます。

【出典・参考】

- ・日本老年歯科医学会…オーラルフレイルに関する提言・ステートメント
- ・日本歯科医師会…オーラルフレイルと口腔機能低下症
- ・厚生労働科学研究費補助金研究報告書（口腔機能低下症に関する調査）
- ・口腔機能低下症および舌圧検査に関する国内研究報告



歯科

むし歯や歯周病の治療・予防を中心に、口腔内の健康を守る診療科です。

歯や歯ぐきだけでなく、全身疾患との関係にも配慮し、患者さん一人ひとりの全身状態を踏まえた安全で適切な歯科医療を提供し、食べる・話すといった生活の質の向上を支えます。



歯科
中村 吉秀
資格・専門医・所属学会：
緩和ケア研修会修了
日本歯科放射線学会
日本自家歯牙移植・外傷歯学研究会

外来診療表

	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	中村	中村	中村 柳 10:00~15:30	中村	岡田	中村
午後 13:30~17:00	中村	中村	中村	中村	岡田	—

受診をご希望の方は、お電話でご予約ください。【完全予約制】

TEL 086-427-1140 [予約専用]

骨粗しょう症外来

について

— 早めの治療が
寝たきり予防に —

整形外科部長 松尾 真一

骨粗しょう症は、骨の量や質が低下し、骨折しやすくなる病気です。加齢とともに多くなる疾患で、国内では1,000万人以上の患者がいるといわれています。特に女性は閉経後に女性ホルモンが減少することで骨の新陳代謝のバランスが崩れやすく、男性に比べて発症しやすい傾向があります。

骨粗しょう症は、症状が特にないまま年齢とともに進行していることが多いので、多くの方が気づかずに見逃されている病気といえます。そのため、転倒や軽い衝撃で骨折して初めて診断されるケースも少なくありません。

特に背骨の圧迫骨折や太ももの付け根の骨折は、その後の生活に大きな影響を及ぼします。痛みによって活動量が低下し、筋力や体力が衰えることで、寝たきりへとつながるリスクが高まります。健康寿命に大きく関わる疾患といえます。

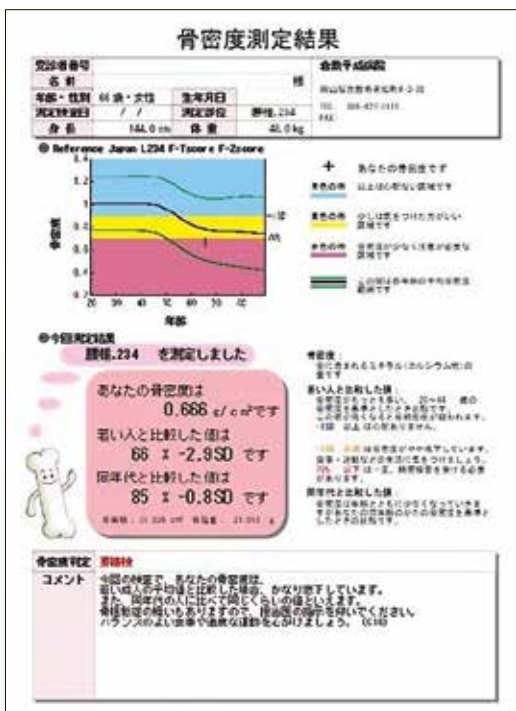
骨の新陳代謝

骨は一度作られると変わらないように思われがちですが、実際には「骨を壊す働き（骨吸収）」と「骨を作る働き（骨形成）」を繰り返しながら、常に新しく生まれ変わっています。このバランスが保たれることで、骨はしなやかさと強さを維持しています。しかし加齢やホルモンの変化、運動不足、カルシウムやビタミンDの不足などにより、骨吸収が骨形成を上回ると骨量が減少し、骨粗しょう症へと進行します。

骨粗しょう症の検査について

骨粗しょう症は早期発見と早期治療が何より重要です。骨の強さは主に骨密度によって評価され、骨密度検査（骨塩定量）により測定することができます。

当院では、最新の骨密度測定装置を用いて、骨の強さを正確に調べる検査を行っています。「DEXA（デキサ）法」といい、現在、骨密度測定の中で最も信頼性が高く、骨粗しょう症の診断ガイドラインでも推奨されている検査です。腰や股関節の骨を測定し、骨折のリスクを評価します。



① 骨量（こつりょう）

骨に含まれるカルシウムなどの量のことです。骨の“量”を表し、一般的に「骨密度」と呼ばれます。

② 骨質（こつしつ）

骨の中の細かい構造（きめの細かさ）のことです。コラーゲンなどが関係し、骨の“質”を表します。

骨密度検査は、骨の強さを骨量と骨質の両方から調べることができる検査です。また、骨粗しょう症外来では、血液検査などの結果も併せて治療方針を判断します。



骨粗しょう症の治療について

骨粗しょう症の治療は、「薬物治療」「栄養」「転倒予防」の三本柱が基本です。

●薬物療法

骨粗しょう症の治療薬には、骨が壊れるのを抑える骨吸収抑制薬（ビスホスホネート製剤、SERM、抗RANKL抗体製剤など）と、骨の形成を促進する薬（副甲状腺ホルモン製剤など）があります。さらに、骨形成促進と骨吸収抑制の両方の作用を持つ新しい薬剤も登場しており、患者さんの状態に応じて薬剤を使い分け、順番に使用する「**逐次療法**」によって治療効果を高めることが可能となっています。

骨粗しょう症の薬の中には、顎骨壊死や非定型骨折といった稀な副作用があることが知られています。しかし、これらの合併症のリスクよりも骨折予防に対する利点の方がはるかに勝ると考えられています。副作用を恐れて自己判断で薬を中止すると、骨折のリスクが高まるので注意が必要です。

●栄養

カルシウムだけでなく、骨の健康に必要なバランスの良い食事を摂りましょう。タンパク質、ビタミンD、ビタミンKなどを意識的に摂りましょう

●転倒予防

筋力トレーニングやバランス訓練、適度な運動により転びにくい体を作ること、室内を明るく保つ、床に物を置かない、カーペットを固定するなど生活環境を整えることも大切です。

まとめ

骨粗しょう症は「骨折してから治す病気」ではなく、「骨折を予防するために早期に対策する病気」へと考え方が変わってきています。将来の寝たきりを防ぎ、健康で自立した生活を続けるためにも、一度骨密度検査を受け、ご自身の骨の状態を知ることが大切です。早めの気づきと適切な対応が、安心した老後につながります。

担当診療科

骨粗しょう症外来



診療時間 第1・3月曜日
13:30~17:00

担当 整形外科医師 交代制
予約制

予約電話 086-427-1140

血液検査・骨塩定量検査の実施、結果説明、治療薬についての検討、薬剤や栄養の指導を行っています。

骨粗しょう症が気になる方は、お気軽にご相談ください。

倉敷平成病院に勤務する医師の
オススメの食べものや曲などの紹介、
趣味の話や旅行記など…
どんなお話が聞けるかな？



ピカソ・歌麿に挑戦?!

先日、ある喫茶店で「PICASSO EXPPRESS展」ピカソに挑戦した私たちの作品展」が開かれ、私の絵も展示していただきました。写真はその時のもので、ひつじのシヨーンのぬいぐるみたちの上に飾られている絵です（この位置に飾っていただけとは…奇遇でした）。ピカソの元の絵は油彩で、強い印象の色を使って描かれていましたが、そのまま模写することにし抵抗があったため、ソフトな色合いを使って色鉛筆で模写しています。

小・中学生のころは絵を描くことに全く興味はなく、図画工作の時間は「窮屈で退屈な時間」だった記憶があります。変われば変わるものだと思っただけです。ただ落書きは好きだったので、評価されるのが嫌だっただけかもしれません。

絵の教室には、美大や芸大を目指す学生さんが多く通われており、その中に混じって課題に取り組んでいます。最初、鉛筆の削り方、使い方、線の描き方を学び、簡単なデッサンを学びました。その後、色の実験として、意外な色を複数混ぜ合わせて色を作ることや、色を混ぜあわせる抵抗感をなくすことをしてから、それぞれの好きな課題や、受験用の課題に取りかかっています。

今までで一番苦手にした課題は、「アバタのヴィーナス」（ヒュギエイア…医師の神アスクレピオスの娘で医学・薬術を司る神）の石膏デッサンでした。デッサンでは先ず軸と全体像を捉え、光を意識しなが



らも、光の当たっていない影の部分がありのまま描き込んでいく作業を繰り返します。唇ひとつ描くにも、固定観念で鉛筆をすずめると、すかさず消しゴムの出番。固定観念が邪魔をします。苦手意識の強いデッサンでしたが、「ものごとをありのままをみる」という、「pureな目をもつて素直になる」修行に時間をかけて取り組んだ後の解放感・達成感は何ともいえないものでした。

もう一点、こちらの絵は喜多川歌麿の美人画の模写（水彩画）を紹介します。本当は単に模写するのではなく、オリジナリティを加えたいところですが、今は模写だけで精いっぱいです。オリジナリティを加えるにあたって、昨年大河ドラマ「べらぼう」のオープニングのタイトルバックの映像が非常に勉強になりました。

ご覧になられていた方はおわかりだと思いますが、主人公・蔦屋重三郎がプロデュースした喜多川歌麿や葛飾北斎、東洲斎写楽らによる浮世絵を現代的なカラーージュ技術で表現した粋な映像で、タイトルバックが流れる数分の間で、一気に令和から文化化の花開いた江戸時代に心を運んでくれるようなものでした。

固くなりつつある頭を緩めながら、自由な発想で、アイデアを生みだしていく作業を繰り返して絵を描いています。納得できる作品を一つでも作ることができたら皆さんにぜひ観ていただきたいものです。



脳神経内科部長 菱川 望

岡山市東区出身。岡山県立西大寺高等学校、島根医科大学医学部卒業。名古屋掖済会病院、刈谷豊田総合病院、岡山大学病院等での勤務を経て2020年4月に倉敷平成病院脳神経内科部長に就任、現在に至る。岡山大学医学部医学科 臨床教授兼任。医学博士。日本内科総合内科認定医・専門医、日本老年医学会専門医、日本認知症学会専門医・指導医、認知症予防学会専門医・指導医。

1日10分健康体操

“誤嚥性肺炎予防に！ ～自宅で簡単トレーニング～”

パート2

倉敷平成病院 リハビリテーション部 言語聴覚士 大村 日奈子

2024年の厚生労働省の発表によると、日本人の死因の第5位は肺炎となっていることをご存じでしょうか。肺炎患者のうち80代で約8割、90歳以上で約9.5割以上が誤嚥性肺炎だったと報告されており、肺炎の中でも特に誤嚥性肺炎が多いと言われています。

誤嚥性肺炎の予防において、呼吸機能や舌の機能はとても重要です。今回は、嚥下に関する筋力向上のトレーニングをご紹介します。

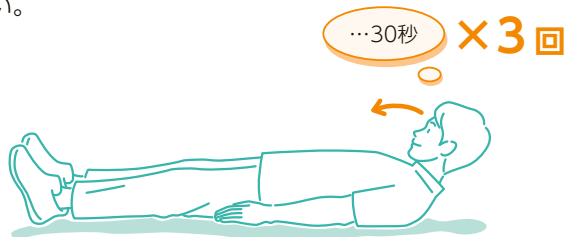
嚥下に関する筋力のトレーニング

シャキア法（頭部挙上訓練）

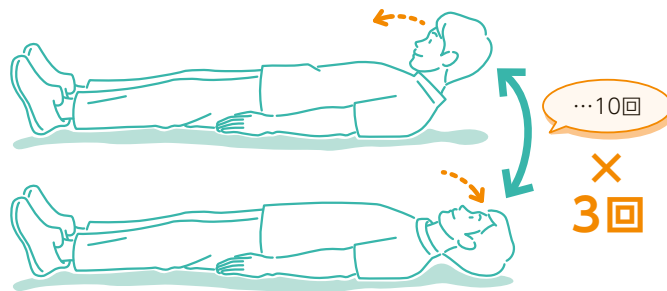
目的 喉頭を引き上げる筋肉を強化し、食道の入り口の開きを大きくします。

①と②の動きを、それぞれ1日3回程度を目安に行います。
目安なので疲れない程度で行ってください。

- ① 仰向けで肩を床につけたまま頭だけをつま先が見えるまで上げ、その体勢を30秒維持します。頭を下ろして1分休憩します。これを3回繰り返します。



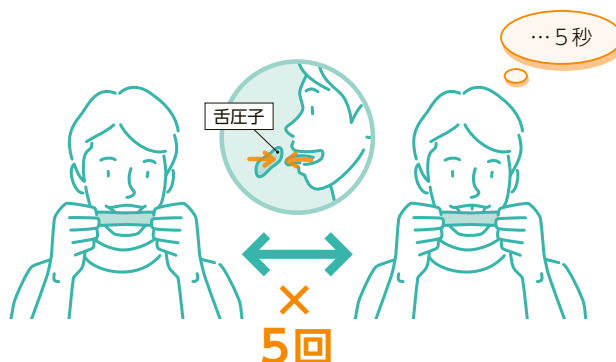
- ② 仰向けで肩をつけたまま頭だけをつま先が見えるまで上げます。この上げ下げの運動を10回程度繰り返し、適宜休憩しながら3セット行います。



舌の筋力トレーニング

舌の前方突出運動（5秒間×5回が1セット）

- ① 舌の前に舌圧子（スプーンでも可）を当て、口腔内側に向けて負荷を加えます。
- ② 負荷に抗うように舌を前方に向かって強く突出させ5秒間維持します。



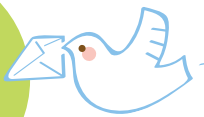
動画で紹介しています！ →





季節のおたより

ピース
ガーデン
倉敷



おひな祭りを 開催しました

地域密着型特別養護老人ホーム
ピースガーデン

介護科長 秋山 邦忠

当施設では、毎月季節に応じた行事を実施しています。3月は「おひな祭り」を開催いたしました。

おひな祭りは、女の子の健やかな成長を願う行事です。ご入居の29名のうち26名が女性であることから、皆さんの健康と長寿を願い、心を込めて行事を行いました。

当日は各ユニットで「うれしいひな祭り」の唱歌を流し、皆さん笑顔で□ずさまれていました。「懐かしいな」「若い頃はかわいかったのよ」といった会話も弾み、和やかな雰囲気にも包まれました。

続いて行ったゲーム「輪投げ」では、職員手作りのペットボトル製ひな人形を的として使用。大きさや距離もちょうどよく、皆さん熱心に取り組み、「よく入るね」「楽しいわ」といった声が多く聞かれ、大いに盛り上がりました。



にっこりハイチーズ



狙いを定めて～輪投げ

会の最後には、お一人おひとりの記念撮影を行い、楽しいひとときはあっという間に過ぎていきました。今後も季節の行事を通じて、ご入居の皆さんに笑顔で心穏やかに過ごしていただけるよう、努めてまいります。

地域密着型特別養護老人ホーム

特別養護老人ホーム（特養）は、主に要介護3以上の高齢者が入居し、日常生活の介護や支援を受けながら長期的に生活できる公的な施設です。ご自宅での生活が難しくなった方にとって、安心して暮らし続けられる「生活の場」として位置づけられ、24時間体制の介護や医療機関との連携、看取り介護にも対応している点が大きな特徴です。費用面も比較的抑えられており、多くのご家族にとって安心できる選択肢となっています。

当施設は、地域に根ざした地域密着型特養として、住み慣れた環境の中でその人らしい暮らしを大切にしています。全室個室・ユニットケアを採用し、10名程度の少人数で家庭的な雰囲気の中、顔なじみの職員が継続して関わることで安心感のあるケアを提供しています。ご本人やご家族の想いに寄り添ったケアプランのもと、穏やかに笑顔あふれる日々を支えます。

また、季節行事やお誕生日のお祝いなど、日々の楽しみを大切にしながら、人生の最終段階まで心穏やかに過ごせるよう看取り介護にも対応しています。大切なご家族を安心してお任せいただける、もう一つの「わが家」を目指しています。

ピースガーデン



共有スペースで団らん



個室にて
脳トレ

所在地 倉敷市白楽町40（ピースガーデン倉敷）

TEL 086-423-2112

定員 29名（3ユニット）

対象 倉敷市にご住所があり、
要介護3～5と認定された方



グランド
ガーデン
南町

金光学園吹奏楽団

演奏会

春らしい日差しとなり、気温も上昇し過ぎ、毎年、金光学園吹奏楽団に演奏会をしていただいております。今年も4月2日に開催しました。

ご入居の皆さんも楽しみにしておられ、多くの方が参加されました。「学園天国」や「上を向いて歩こう」など迫力ある演奏を聴かせていただき、感動しておられました。
(森)



倉敷老健

おやつバイキングで
春を先取り

ひな祭りのお祝いに、一日遅れとなりましたが3月4日に「おやつバイキング」を開催しました。

和菓子にケーキに多くの種類から、「何個まで?」「どれにしよう、あなたが決めてん」など、悩みながらも各々好きなおやつを皆さん楽しんで選んでいらっしやいました。美味しいコーヒと一緒にいただいて、春を先取りできました。(檀上)



ケアハウス
ドリーム
ガーデン倉敷

2月・3月合同お誕生会

3月18日に2月・3月生まれの方の、合同お誕生会を開催しました。桃色酢飯の

雑ちらし、落とあさりのお食事とともに、ボランティア「二五の会」による手品や民謡を楽しみ、笑顔あふれる温かきひとときとなりました。

これからも皆さんの健やかな日々を願っております。

(吉岡)



倉敷在宅総合
ケアセンター
ショートステイ

笑顔あふれる
行事会

当施設では、皆さんに季節を感じながら楽しく過ごしていただけるよう、毎月行事会を開催しています。

3月はひな祭りを行い、笑顔あふれる和やかな時間となりました。また、地域ボランティアの皆さんが毎月来所され、歌や交流のひとつを届けてくださっています。

ご利用の見学やご相談は随時承っております。どうぞお気軽にお問い合わせください。(佐々木)



ローズ
ガーデン
倉敷

茶話会

～階を越えての
交流～

ローズガーデン倉敷では、月2回、1階ロビーにて職員がコーヒータッチや抹茶などを提供して茶話会を開催しています。

階を越えての交流は、日々の皆さんの生活において貴重な時間となっているようです。最近では地元の眼鏡屋さんや靴屋さんにもご参加いただき、皆さんの「お困りごとへの対応」も兼ねた茶話会となっております。
(猪原)

全仁会
グループ

季節のおたより



- 倉敷老健
- 倉敷在宅総合ケアセンター
- ピースガーデン倉敷
- ローズガーデン倉敷
- グランドガーデン南町
- ドリームガーデン倉敷

※感染対策を行い行事・活動を行っています。写真掲載の許可をいただいております。



Professional

プロフェッショナル

[Vol.29] 医療事務

倉敷平成病院 医事課

主任 岡田 直樹

“医療を`裏側、から支えるプロフェッショナル”

医療現場を支える縁の下の力持ち、医療事務をご紹介します。

Q. 病院事務を目指したきっかけ

学生時代に医療情報分野に興味を持ち、診療報酬請求業務や、診療情報管理士の業務があることを知りました。

大学時代には診療報酬業務を学び、将来に役立てたいと考えて、病院実習や倉敷平成病院のOB訪問で先輩方から仕事内容を聞く機会があり、病院事務の仕事に携わりたいと思ったのがきっかけです。

Q. 医療事務の仕事内容について教えてください

外来(業務)では、受付の窓口業務や予約電話対応、救急患者対応、診療費の請求業務を主に行っています。入院(業務)では、病棟の窓口対応、入院に関する請求業務、スキャン業務を主に行っています。自身は外来・入院両方の相談役として業務に携わっています。

また、請求内容のレセプト点検を行ったたり、審査機関からの請求に関する分析を行っています。

Q. 仕事内容について意識していること

『感謝の気持ちを持つこと』を常に心がけています。病院はチーム医療で成り立っています。私自身まだまだ未熟者なので、周囲の助けがあつて今の自分があるのだと胸に刻み、日々業務に取り組んでいます。いつも感謝の気持ちは言葉で伝えるようにしています。

Q. 印象に残っているエピソード

電子カルテの導入です。入職時は紙カルテの運用でした。当時、診察室や看護師から「カルテをすぐに用意して持ってきて」と問いあわせがあり、走り回ってカルテ庫に取りにっていました。

電子カルテの導入により患者情報や電子カルテで閲覧できることで、紙カルテの準備も不要となり医事課の業務も大きく変わりました。

Q. 普段どのようなようにリフレッシュされていますか？

スポーツ観戦が趣味で特に野球やサッカーの試合があるとよく見ている。

ます。試合会場の雰囲気が好きで、野球は広島カープ、サッカーはフアシアノ岡山の試合を息子と一緒に見に行きます。好きなチームの応援が仕事の活力に繋がっています。

ただ、最近の健康診断で運動不足を指摘されているので、スポーツ観戦だけでなく倉敷平成病院野球部の活動にもなるべく参加して、体調面もリフレッシュしていきたいと思っます。

Q. これから受診する患者さんへメッセージ

2024年12月に健康保険証の新規発行が停止となり、マイナンバーカードを健康保険証として利用する形に変わりました。また、オンライン資格確認システムにより、医療機関から各保険者に、限度額適用認定証の内容確認ができるようになります。

保険証に関する事で、お困りのことがありましたらお気軽にご相談ください。



聞き手
倉敷老健
高垣 亮

処方箋について

医事課 妹尾 愛梨

処方箋について

- 当院を受診され、お薬が処方された場合は、原則として院外処方となります。
- 医師が発行した処方箋を、院外の調剤薬局へ提出してお薬をお受け取りください。

処方箋の有効期限について

- 処方箋には有効期限があり、交付日を含めて原則4日以内に薬局でお薬を受け取る必要があります。
- 有効期限を過ぎてしまうと、お薬を受け取ることができません。

※ 土日や祝日、連休をはさむ場合は、有効期限にご注意ください。

当院での院外処方箋の受け取り方法について【処方箋の受け取りの流れ】

- 1 会計後、お薬の処方がある方は、領収書の一番下に「処方箋引換え券」がついています。
- 2 「処方箋引換え券」を総合受付の「3 処方箋窓口」へお出しください。処方箋
- 4 をお渡します。



リフィル処方箋とは？

- 医師の判断で、同じお薬を複数回に分けて受け取れる処方箋です。
- 通院回数を減らし、患者さんの負担軽減につながります。

※ すべてのお薬が対象になるわけではなく、安全性等を考慮したうえで医師が対象と判断した場合に発行されます。

処方箋の事前受付サービス

- 処方箋の事前受付を行ってくれる調剤薬局もあります。詳しくは各調剤薬局にご確認ください。

ご不明な点がございましたら総合受付または医事課職員まで、お気軽にお声かけください。

Healthy Recipe ヘルシーレシピ

倉敷平成病院 管理栄養士 三宅 優奈



千切りキャベツのいつものとは違う食べ方のご紹介です。

シュウマイの皮の代わりにやわらかく甘味がある春キャベツを使用すると、時間が経っても軟らかくヘルシーに仕上がります。タネには豆腐とはんぺんを使用して、さらにふわふわとした食感が楽しめます。ひとくちサイズなのでお弁当にもピッタリです。



ふんわり キャベツシュウマイ

栄養成分 2個分 エネルギー：73kcal 塩分：0.6g

材料【8個分】

木綿豆腐……………60g
はんぺん……………55g
鶏ひき肉……………50g
ニンジン……………30g
タマネギ……………30g
キャベツ……………50g
グリーンピース…8粒
ポン酢……………お好みで
からし……………お好みで

料理酒……………大さじ1
しょうゆ……………小さじ1
片栗粉……………小さじ1
砂糖……………小さじ1/2
鶏ガラスープの素…小さじ1/2
湯……………小さじ1
すりおろししょうが…小さじ1/2
塩こしょう……………少々

作り方

- 1 木綿豆腐をキッチンペーパーで包み、500Wのレンジで2分加熱し、水切りをする。ニンジン、タマネギは皮をむいてみじん切り、キャベツは千切りにする。
- 2 木綿豆腐、はんぺん、鶏ひき肉を混ぜ、粘り気が出たら、ニンジン、タマネギ、Aを加え、よくこねる。
- 3 8等分にして丸め、千切りしたキャベツを全体につけてグリーンピースをのせる。
- 4 3を蒸し器で12分蒸す。
- 5 お好みでポン酢とからしをつけてお召し上がりください。

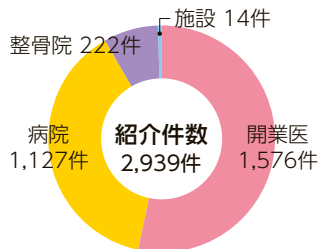
いつも当院の連携業務にご協力いただきありがとうございます。
 2025年度も下記の通りたくさんのご紹介をいただきました。この場を借りてお礼申し上げます。
 さて、2026年も様々な科の常勤医師が増え、より一層地域の皆様方のお役に立てる病院を目指し職員一丸
 となって取り組んでまいります。今後ともよろしくお願いいたします。

地域医療連携センター 課長 山川 恭子

紹介の現状 2025年度 (2025年4月～2026年3月)

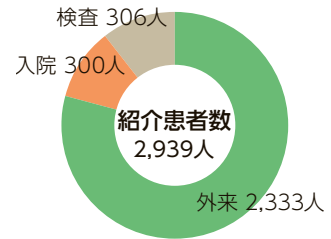
紹介件数 / 2,939件
 紹介元 /

開業医 : 1,576件
 病院 : 1,127件
 整骨院 : 222件
 施設 : 14件



紹介患者数

2,939人のうち
 外来 : 2,333人
 入院 : 300人
 検査 : 306人



地域とともに

ご不明な点がございましたら、
 お気軽に下記までお問い合わせください。

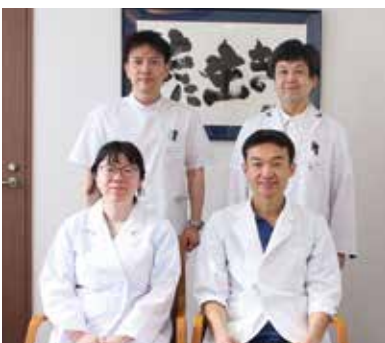
倉敷平成病院 地域医療連携センター

TEL 086-427-6550 (直通) FAX 086-427-1197 (直通)

窓口対応時間 月曜日～金曜日 8:30～17:00 土曜日 8:30～12:00



式では、高尾理事長より「全仁会は今、変革の時期を迎えています。その大切な節目に皆さんをお迎えできたことを、大変嬉しく思います。困難に直面することもありますが、そ



式では、高尾理事長より「全仁会は今、変革の時期を迎えています。その大切な節目に皆さんをお迎えできたことを、大変嬉しく思います。困難に直面することもありますが、そ

の際には先輩職員が全力でサポートします。上司や先輩、そして同期の仲間と支え合いながら、それぞれの力を存分に発揮してください」と激励の言葉が贈られました。皆さんが安心して業務に取り組み、患者さんに安定した医療・介護を提供できるよう、各部署でしっかりとサポートしてまいります。

広報課

4/1

令和8年度全仁会グループ 辞令交付式

Topics 全仁会

はじめまして! *New Faces* 新任医師紹介



総合内科 部長
なかやま とみお
中山 富雄 医師

今年度4月より内科医として勤務させていただくことになりました。出身は高知県です。急性期病棟や回復期リハビリテーション病院、透析専門病院等にて研修を行ってききましたが、最近ではジャンルにとらわれず、いつ、誰でも診療する総合診療医として活動しています。

岡山県内では、2つの病院であしかけ8年間働いてきました。

今までの経験を倉敷の方々のために活かしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

【出身地】高知県
【趣味】農業経営、水泳、ウォーキング
【専門】内科・老年医学・糖尿病学・心臓リハビリテーション・透析医療
【資格】医学博士、日本内科学会総合内科専門医、日本老年医学会老年科専門医・指導医、日本糖尿病学会専門医



リハビリテーション科 部長
たけなか すずむ
竹中 晋 医師

4月よりリハビリ科医として勤務させていただくこととなりました。出身は鳥取県米子市ですが、北陸地方の大学を卒業後にリハビリ医学・医療を研修するため川崎大リハビリ医学教室に入局しました。倉敷市内の急性期病院で勤務した後、米子市の回復期リハビリ病棟で働いていましたが、この度17年ぶりに倉敷市へ戻ってくることとなりました。

当院には30数年前に非常勤で週一回通わせていただいたことがあり、病棟で緊張しながらリハビリ診察したことや、スタッフルームで当時のリハビリ職員と会話したことなど懐かしく思い出されます。

初心に立ち返り当院のリハビリ医療に少しでも役立てるよう頑張りたいと思っております。何卒よろしくお願申し上げます。

【出身地】鳥取県
【趣味】米作り
【専門】リハビリテーション医療全般
【資格】医学博士、日本リハビリテーション医学会認定臨床医・専門医・指導医



整形外科 部長
ひらおか ちひろ
平岡 千寛 医師

4月から勤務させていただいております。出身は千葉県で、昨年度までは愛媛県で勤務していましたが、この度家族で倉敷に移住してきました。

休みの日には、元気な子どもと公園に出かけて身体を動かすことが多いです。日々子どもが成長していくのを感じながら、自分自身もなんとか現状維持ができるように心掛けています。

整形外科では、事故や関節症などで思うように身体を動かせなくなった方が多くおられます。私自身も怪我をした後で、歩いて身体を動かす、という当たり前の大切さに気づき、感謝をするようになりました。

患者さんの日常をより有意義に、また歩いて動ける健康寿命を伸ばすことができるよう尽力しますので、どうぞよろしくお願いたします。

【出身地】千葉県
【趣味】サッカー、野球観戦、ジョギング
【専門】外傷一般、股関節・膝関節の人工関節
【資格】医学博士、日本整形外科学会専門医、日本人工関節学会認定医、日本整形外科学会スポーツ認定医、日本スポーツ協会公認スポーツドクター



皮膚科 医長
ちん ほうひ
陳 鵬飛 医師

この度、倉敷平成病院に勤務させていただき、地域医療に貢献する機会を賜り、皮膚科医として着任いたしました。

これまで大学病院および地域病院にて、皮膚科全般の診療に携わってまいりました。これから皆様にとって身近で相談しやすい存在となれるよう、丁寧な診察と分かりやすい説明を心がけてまいります。

また、他科や地域医療機関との連携を大切に、安心して継続的な医療を受けていただける体制づくりにも努めてまいります。

何卒よろしくお願申し上げます。

【出身地】中国
【趣味】テレビ観戦
【専門】皮膚科全般
【資格】日本皮膚科学会皮膚科専門医



麻酔科 医長
なんば みき
難波 美妃 医師

4月より勤務させていただき、麻酔科の難波美妃です。

生まれは静岡県、大学入学以降は秋田県で暮らしていました。秋田の在任期間が人生の半分を超えたか、となった矢先に、夫の実家がある岡山県へ移住する運びとなりました。

専門は麻酔科で、生後数日の新生児から百歳越えの高齢者まで、老若男女問わず手術麻酔一筋で過ごしてきました。特に秋田県は高齢化率が全国でもトップであり、自転車に乗るような元気な方から、何年も寝たきりの要介護状態の方まで様々な患者さんがいらつしました。

これまでの経験を活かし、手術室スタッフや麻酔科の先生方とともに円滑な手術室運営の一助となるよう精進してまいります。皆様、どうぞよろしくお願いたします。

【出身地】静岡県
【趣味】競技かるた・ゲーム
【専門】手術麻酔
【資格】日本専門医機構認定麻酔科専門医、日本麻酔科学会麻酔科認定医、麻酔科標榜医

2/5

パーキンソン病と
向き合う一人の女性の
新たな一歩を支援



YouTube
ショート版

YouTube
本編はこちら！

パーキンソン病に対する脳深部刺激療法（DBS）を、倉敷平成病院で受けられた患者さんの体験動画が『アボットジャパングループ』のYouTubeチャンネルに公開されました。

手術を決断されるまでの葛藤、治療を受けて感じた変化、そして今の想いを率直な言葉で語ってくださいました。

当院倉敷ニューロモデュレーションセンター長の牟礼英生医師も出演し、DBS治療について分かりやすく解説しています。

本編とショート版が公開されています。ぜひご覧ください。

広報課

3/7

令和7年度新入職員
12ヶ月フォローアップ研修



3月7日（土）、令和7年度新入職員12ヶ月目フォローアップ研修を開催し、令和7年4月に入職した新卒者を対象に54名の職員が参加しました。

「私の1年間グラフィック」や「チームステッピング研修」チームの鎖、「全仁会のコマースシャルを作ろう」といったグループワークを通して、学びと交流を深める場となりました。

新入職員として1年間頑張ってきた自分自身を労い、かつ2年目の目標に向かって活力を引き出してもらえた研修になっていれば幸いです。これからも同期との繋がりを大切に、皆さんの更なる飛躍を願っています。

人事部 副主任 米村 誠志郎

3/14

ぜつとくんが
第39回瀬戸内倉敷
ツリーデーマーチ初日の
スタートを応援しました



3月14日（土）・15日（日）の2日間、「第39回瀬戸内倉敷ツリーデーマーチ」が開催されました。初日のスタートでは、ぜつとくんが参加者の皆さんを応援しました。地元・倉敷を盛り上げたいという思いから、当院では毎年ゼッケン配付などのサポートを行っています。

当日は、他キャラクターと共に登場し、20キロコース（1,189名）、10キロコース（1,218名）、5キロコース（994名）にご参加の皆さんと一緒に準備運動を行った後、笑顔でお見送りしました。

会場では多くの方に声をかけていただき、一緒に写真を撮ったりハイタッチをしたりと、地域の皆さんとの交流を深める一日となりました。

広報課

4/1

介護・リハビリ
スタッフの制服
リニューアルのお知らせ



リハビリスタッフ

介護スタッフ

4月1日（水）より、介護とリハビリスタッフのユニフォームが新しくなりました。

介護スタッフのユニフォームは、青色と紫色の2種類から選べるようになりました。リハビリのユニフォームは、上下全身白色のユニフォームから一新し、ズボンは落ち着いた紺色に。どちらも、動きやすさや機能性に配慮されたものになっています。

新しいユニフォームとともに、これからもより良い介護・リハビリテーションの提供に努めてまいります。

広報課

1/31 第17回岡山県回復期リハビリテーション病棟協会研究会



1月31日(土)、倉敷平成病院救急棟4階にて「第17回岡山県回復期リハビリテーション病棟協会研究会」を開催し、県内外から151名が参加しました。特別講演では、川崎医科大学リハビリテーション医学教室主任教授の平岡崇先生が「社会的行動障害の神経基盤とリハビリテーション医療」をテーマにお話しされました。高次脳機能障害の定義や概念、用語を持つ二つの意味合いと理解の難しさについて整理されました。また、新たに制定された高次脳機能障害者支援法を踏まえ、回復期リハビリテーション病棟における退院支援の重要性が示されました。

さらに、社会的行動障害は外見から分かりにくく、社会復帰後に課題が顕在化しやすいこと、その対応として環境調整や多職種連携、集団リハビリを通じた「気づき」の支援が重要であることが解説されました。最後は活発な質疑応答が行われ、実りある研究会となりました。 広報課

3/17 褥瘡足病変対策委員会 令和7年度下半期勉強会開催



3月17日(火)、褥瘡・足病変対策委員会主催による令和7年度下半期褥瘡勉強会を、「ポジショニングを中心とした効果的なケア方法」をテーマに開催しました。

今回は、皮膚・排泄ケア認定看護師・特定看護師である北川智美先生をお招きし、実技を交えながら要点を押さえたご講義をいただきました。日常ケアの中で生じる摩擦やズレが褥瘡発生の要因となつてゐることを改めて認識しました。オムツの当て方による歩行時の摩擦予防、座位保持時の姿勢への影響、臥位から座位への移行方法など、日々のケアの工夫によつて褥瘡の予防・改善に繋がることを学びました。また、ギャッジアップ時に臀部をわずかに調整するといった小さな工夫も、褥瘡予防に有効であることが示されました。さらに、患者さんの負担軽減につながる圧抜きとして、ハーティエーグループを用いた方法や、ブーメラン型クッションの7つの活用方法についても紹介がありました。臥位・座位など場面に応じた活用の重要性について、分かりやすくご説明いただきました。最後に、踵部の褥瘡予防として、靴下の着用が有効であるとのご示唆をいただきました。現場ですぐに実践できる内容が多く、大変有意義な機会となりました。

褥瘡・足病変対策委員会 PG特養 看護師 山本 里織

倉敷老健通所リハビリ・リハビリステーションピース運営統合のご案内

2026年4月1日より、倉敷老健通所リハビリテーションとリハビリステーションピースは運営統合しました。統合後は『倉敷老健通所リハビリテーション』として機能を拡大し、3つのエリアに分けてご利用の方の状態に合わせたプログラムやリハビリテーションの提供を行っております。

通所リハビリの3つのエリア

① 機能訓練エリア

「心身共に充実した健康と幸福」をコンセプトに、リハビリテーションに基づいた集団体操、創作活動等のプログラムを提供し、心身機能の維持・回復を図ります。

② 専門ケアエリア

中・重度のケアが必要な方を対象に個々のニーズに合ったスケジュールを作成し、個別かつ質の高いケアを提供。リハビリや活動場面における丁寧な関わりにより、ご利用の方の尊厳を尊重します。

③ 脳活性エリア

個人の選択を尊重するモンテッソーリケアに基づき、環境配慮や選択制のプログラムをご用意。体操・音楽・リハビリ要素を取り入れた集団プログラムや季節感を味わえるイベントも開催(月1回)します。

今後ともよろしくお願いたします。

倉敷老健通所リハビリ 倉敷在宅総合ケアセンター2階 TEL 086-427-1192

行事予定表

5月

30 土 第14回 もの忘れ予防カフェ
(わくわくカフェ)

6月

27 土 パーキンソン病市民講座

7月

25 土 第53回 倉敷天領夏祭り

第52回の様子



8月

13 木 第33回
倉敷ジュニアフィル演奏会

倉敷ジュニアフィルハーモニーオーケストラ
第33回 演奏会

令和8年 8月13日(木)
開場 14:40 開演 15:00
倉敷平成病院リハビリセンター
(倉敷市老松町4-3-38)

入場無料
どなたでもご来場できます

■附合先 倉敷平成病院
☎ 086(427)1111

倉敷平成病院
カフェ & レストラン

カフェ&レストラン
BeneSol
ベネソル

2026.6.1 mon
OPEN 予定 /

場所：サービス棟 2F

営業時間
平日 10:00 ~ 15:00
土 10:00 ~ 13:30
休 / 日・祝

ぜひお気軽にお越しください!

倉敷平成病院 2026.4

第61回 のぞみの会 令和8年10月25日(日) 倉敷平成病院 リハビリセンター
倉敷市老松町4-3-38 TEL. 086-427-1111

編集後記

新入職員が加わりました。教える立場となり、伝えることの難しさとともに、自分もまだ多くを教わっているということを実感しています。かつて先輩に支えられたように、今度は支える側として、一緒に一人前を目指して歩んでいきたい—— そんな思いを抱いた春です。(A.N)



全仁会グループ 社会医療法人 全仁会 / 社会福祉法人 全仁会 / 有限会社 医療福祉研究所ヘイセイ



倉敷平成病院

倉敷市老松町4-3-38
TEL.086-427-1111
FAX.086-427-8001

救急指定

倉敷平成病院

- 内科 ● 脳神経内科 ● 脳神経外科 ● 脳卒中内科 ● 整形外科 ● 消化器科 ● 循環器科
- 呼吸器科 ● 耳鼻咽喉科 ● 形成外科 ● 皮膚科 ● 泌尿器科 ● 眼科 ● 総合診療科
- リハビリテーション科 ● 放射線科 ● 麻酔科 ● 救急科 ● 和漢診療科 ● 歯科

倉敷ニューロモデュレーションセンター

- 脳神経外科

倉敷生活習慣病センター

- 糖尿病 ● 代謝内科

総合美容センター

- 美容外科 ● 形成外科 ● 婦人科 ● 乳腺甲状腺科

認知症疾患医療センター

スポーツリハビリテーションセンター

神経放射線センター

平成脳ドックセンター



倉敷老健
倉敷市老松町4-3-38
TEL.086-427-1111



倉敷在宅総合ケアセンター
倉敷市老松町4-4-7
TEL.086-427-0110

- 訪問看護ステーション
- ホームヘルプステーション
- ショートステイ
- 通所リハセンター
- 予防リハセンター
- ケアプラン室
- 高齢者支援センター
- ヘイセイ鍼灸治療院



複合型介護施設
ピースガーデン倉敷
倉敷市白楽町40
TEL.086-423-2000

- 地域密着型特別養護老人ホーム
- ショートステイ
- グループホーム



住宅型有料老人ホーム
ローズガーデン倉敷
倉敷市南町4-38
TEL.086-435-2111
平成南町クリニック



サービス付き高齢者向け住宅
グランドガーデン南町
倉敷市南町1-12
TEL.086-435-2234

- 特定施設入居者生活介護
- ヘルプステーション南町
- 南町ケアプラン室



ケアハウス
ドリームガーデン倉敷
倉敷市八軒屋275
TEL.086-430-1111

- ヘルプステーション