



健やかライフスタイルを応援！

第95号



社会医療法人  
恵和会  
西岡病院

発行：社会医療法人恵和会 西岡病院  
編集：広報委員会  
〒062-0034 札幌市豊平区西岡4条4丁目  
TEL(011)853-8322西岡病院(代表)

# にしおか小町

2024年  
春季号

恵和会理念

●地域に密着した良質な医療の提供 ●地域住民の健康を守る一助となる

## 患者満足度調査について



西岡病院では地域の皆様のお声をお聞きし、これまで以上に地域に密着した良質な医療サービスを提供できるよう、毎年、外来患者様、入院患者様に「満足度調査」を実施しています。

昨年度も12月の1ヶ月間、実施しました。外来待合室に掲示、診療時に声掛け、入院患者様へ郵送等で満足度調査の実施をお伝えさせていただいたところ、外来患者様382名、入院患者様35名に回答をいただきました。ご協力ありがとうございました。

### ▶ 外来について

外来では、医師、看護師等の職員対応について概ね「満足」との回答と好意的なコメントをいただきましたが、「医師・看護師の病状等の説明」「診察・会計の待ち時間」「プライバシーの配慮」等についてご意見をいただきました。

### ▶ 入院について

入院では、入院までの手続き、医師、薬剤師、看護師、リハビリテーション、医療ソーシャルワーカー等の職員の対応について概ね「満足」との回答をいただきましたが、一部「態度」「言葉遣い」「設備」等についてご意見をいただきました。

皆様からいただいたご意見を参考に改善活動を継続していきます。  
お気づきの点がございましたら、職員にお声掛けいただければ幸いです。

## 発熱等の受診について

西岡病院・西岡水源池通りクリニックともに事前にご相談の上、受診ください。  
※来院時は不織布マスク着用をお願いします。

西岡病院 ☎ 011-853-8322 西岡水源池通りクリニック ☎ 011-584-5512



## マイナンバーカードについて(オンライン資格確認)

西岡病院、西岡水源池通りクリニックではマイナンバーカードを利用した運用(オンライン資格確認)を行っています。  
(移行期でもありますので、診察券・保険証もお持ちください)





西岡病院医師  
糖尿病専門外来担当

織田 一昭

略歴: 1948年 7月16日生まれ、75歳  
1973年 北海道大学医学部卒業  
1996年から西岡病院勤務  
総合内科専門医  
糖尿病専門医  
介護支援専門員(ケアマネージャー)

加齢とともに糖尿病の有病率は増加し、2019年国民健康・栄養調査によると、64~74歳の22.6%、75歳以上の21.5%は糖尿病が強く疑われる。

多くの高齢糖尿病患者は均一ではなく、個人差が大きいことが特徴である。

個人差を大きくしている原因は、①老年症候群、②併存疾患、③糖尿病の病態(病型や治療法など)であり、いずれも低血糖や死亡のリスクを上昇させている。

したがって、高齢者糖尿病では、これらの点を考慮したうえで個別化した治療を行うことが必要となる。

### 1 高齢糖尿病患者の特徴

個人差はあるが、1)糖尿病の自覚症状に乏しい、2)脳や心臓などの血管障害を合併している、3)認知症とともに、自己管理能力が低下している、などの特徴があげられる。

一方では、生活習慣の変革は困難なため、食事療法が守れないことが多い。

### 2 高齢化などで増加する併存症の予防、管理

サルコペニア、フレイル、認知症、うつ、低栄養、悪性腫瘍などに注目する。

2020年、後期高齢者の健診“フレイル健診”が始まった。“メタボ”対策(～65歳)から“フレイル”対策(75歳～)へのギアチェンジである。

病態の変化を適切に判断し、入院ないし入所の時期を失しないように努める必要がある。このことにより、逆に、在宅期間の延長、入院期間の短縮が可能となる。

### 3 血糖管理目標の設定と治療方針

高齢者糖尿病の血糖管理目標(HbA1c値)は、認知機能とADLの評価に基づいて3つのカテゴリーに分類し、低血糖が危惧される薬剤の使用の有無を考慮して決定する。

従って、治療管理基準は、若年者や併存症の無い患者と比べると、若干甘くならざるを得ない。

### 4 高齢者糖尿病の食事療法、運動療法、薬物療法

糖尿病治療の目標は、従来は「健康寿命延長とQOLの確保」であったが、2020年より「健康な人と変わらない人生」となった。

高齢者に対する摂取エネルギー制限は緩和すべきであり、体格指数(BMI)の目標値を22~25に設定された。

治療の前提として生活習慣の是正が重要であるが、実際には困難な場合が多く、患者のQOLやニーズを尊重するのが大切である。いかにして、日常的に人として満足な生活を送ることが出来るかを考えるべきである。フレイル・ロコモ対策推進を目指し、無理のない運動療法を取り入れる必要がある。

薬物療法では、可能な範囲で治療を簡略化することが求められる。副作用への慎重な対応を忘れてはならない。

### 5 介護サービスについて

介護保険制度や医療体制の変化に適合した医療介護が導入されている。患者／家族を取り巻く医療／介護担当者間の連携が重要である。在宅においては、家族の介護力がポイントとなる。

# 2024年度は大きな変化の年 になります

## 第8次医療計画についてのお話

医療介護相談センター 医療ソーシャルワーカー 横田 法律

みなさんは【2025年問題】というワードを聞いたことはありませんでしょうか。

2025年問題とは約800万人の団塊の世代全員が後期高齢者(75歳以上)になることから生じる「社会保障費の増大」「医療・介護提供体制の維持」「人材不足」等の問題のことです。

このような社会的な問題や課題も含めて、2024年度から新たな医療計画がスタートすることをご存じでしょうか。

これまでの医療計画では5疾病(がん、脳卒中、心筋梗塞等の心血管疾患、糖尿病、精神疾患)5事業(救急医療、災害、へき地、周産期、小児、在宅)からなる国の定める基本方針に即し、都道府県が地域の実情に応じて医療提供体制の確保を図るために策定を行っていました。

2024年度以降の第8次医療計画では新たに新型コロナウイルス感染症(COVID-19)などの新興感染症に関する医療提供体制の構築が含まれることになりました。

医師をはじめとする医療従事者の人材確保や外来医療についても議論されています。

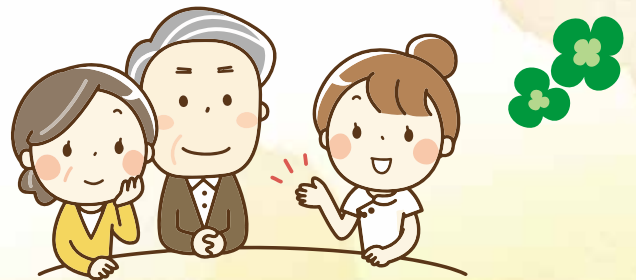
実は2024年度は医療・介護・障害分野の同時報酬改定がある大きな転換期でもあるのです。(医療は2年、介護は3年ごとに改定があります)

2024年3月末で「介護療養病棟(介護療養型医療施設)」が廃止になります。

お住いの地域にある医療機関や介護施設等の役割や機能が変わるなんてこともあると思います。

西岡病院医療介護相談センターでは医療ソーシャルワーカーを配置しています。

ご不安なことやご心配なことがあれば医療ソーシャルワーカーまでご相談ください。



### 職員紹介コーナー

第69回



## 小町な人

令和5年度より外来看護主任となりました。  
初めての主任業務や外来業務に戸惑うこともありますが、二人で力を合わせて外来看護に努めていきます。  
どうぞよろしくお願い致します。

西岡病院 看護部 外来看護主任  
唐川 澄枝(写真左) アーノルド 香緒里(写真右)

西岡病院 ☎011-853-8322(代表)



# フレイル予防

リハビリテーション科 科長 大澤 悟志(理学療法士)



「フレイル」という言葉をご存じでしょうか。  
 「健康な状態から、加齢に伴う予備能力低下のため回復力が低下した状態」、「健康な状態から要介護状態になる中間の状態」を意味します。「虚弱」「老衰」「脆弱」などを意味する英語の「Frailty(フレイルティ)」が語源です。  
 「フレイル」は大きく3つの要素があります。筋力、体力が衰える「身体的フレイル」、気分が落ち込んだり、物忘れが増える「精神・心理的フレイル」、定年退職などで社会参加が少なくなる「社会的フレイル」です。北海道などの降雪地は冬期間に外出の機会が減少し、運動不足や社会交流の減少により「フレイル」に陥りやすいと言われています。「フレイル」の始まりは本人が気付きにくいのが特徴です。気付いた時には既に「フレイル」に陥っていることがあります。意識をした積極的なフレイル予防が必要になります。

段階)となった方は、早期に予防を意識した生活を始めることをおすすめします。

「フレイル」予防の3つの柱は「栄養」「運動」「社会参加」と言われます。「食べられなくなった」「動けなくなった」「外に出なくなった」など、「フレイル」の入り口は人それぞれですが、3つの柱を意識した生活を心掛けることが、「フレイル」の予防になります。

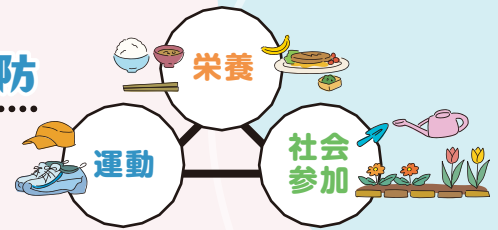
「フレイル」の大きな特徴として「可塑性」が挙げられます。「フレイル」に陥っても、意識をした生活により現状を維持または、以前の健康な状態に戻すことも十分に可能と言われています。

「口腔機能の維持」も「フレイル予防」大事な一つです。加齢とともに「噛む」「飲む」という口腔機能の低下がみられます。栄養は「口」から摂取しますので、「口腔機能の維持」は十分な「栄養」を摂取して、適度な「運動」をするという「フレイル」予防の欠かせない一つです。定期的な歯科受診、お口の体操も忘れず行いましょう。

下の表の5つの項目で、ご自身が当てはまるかをチェックしてみましょう。

「食べる」「動く」「出かける」が「フレイル予防」です。雪が解けて歩きやすい季節になります。「フレイル」に陥らないために、しっかり食べて、運動のために外に出かけましょう。

## フレイル予防



## チェック表 改定日本版 フレイル 基準 (J-CHS 基準)



### 体重減少

6月間で2kg以上の意図しない体重減少がある



### 疲労感

ここ2週間、わけもなく疲れたような感じがする



### 歩行速度

通常歩行速度が秒速1.0m未満



### 筋力低下

握力が男性28kg未満、女性18kg未満



### 身体活動量低下

軽い運動・体操、定期的な運動・スポーツをしていない

3項目以上該当は「フレイル」 / 1または2項目に該当する場合には「プレフレイル(フレイルの前段階)」

## 編集後記

「春」「新年度」などの言葉を目にする、何か新しいことが始まる清々しい気持ちになる季節ですね。

1.2ヶ月前までは、毎日雪かきをしていたのが信じられないくらい暖かい季節となりました。

まだ新型コロナウイルス感染症等の感染予防は継続しての毎日となりますが、その中でも新たな楽しみを見つけながら、充実した日々を過ごしたいですね。

社会医療法人 恵和会

西岡病院

☎011-853-8322