



現在の日南病院の病床機能

病床数	99床
一般病棟	59床
療養病棟	40床
急性期病床	40床
地域包括ケア病床	19床
医療療養病床	22床
介護療養病床	18床

① 検討事項①「新病院の規模・機能」について

第3回日南病院あり方検討委員会を、令和5年8月29日（火）福祉保健課研修室で行いました。今回の委員会では、前回（第2回）委員会の振り返りとその対応について職員によるSWOT分析結果について町民アンケート調査結果について検討事項①「新病院の規模・機能」について検討事項②「移転先対象エリア要件の評価」について以上の事項について報告、確認、協議を行いました。今回の病院だよりでは、次の3項目についてお知らせいたします。

第3回

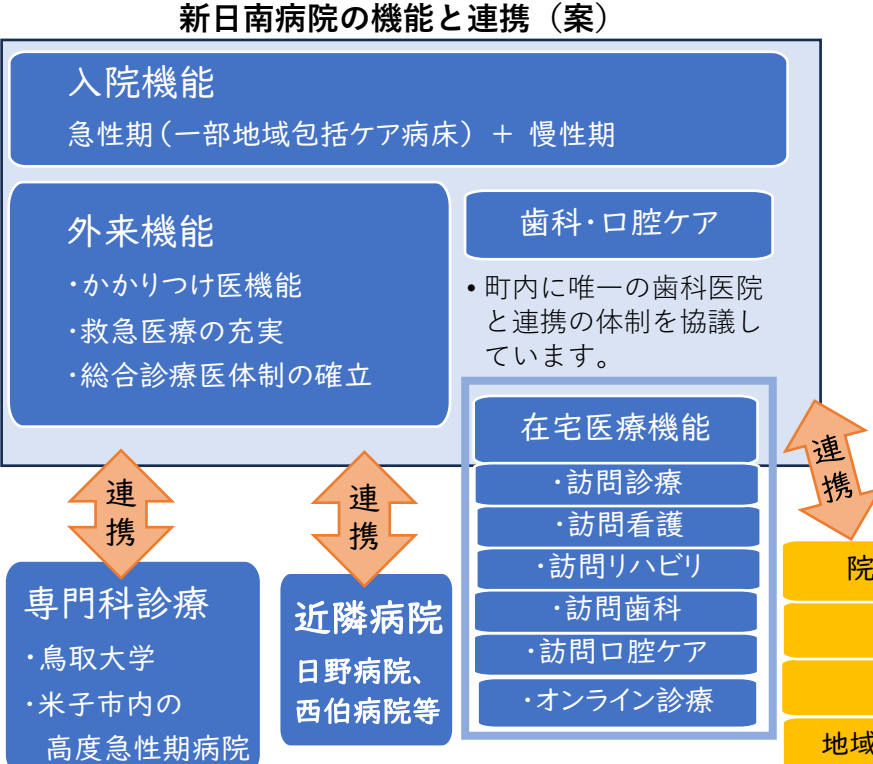
日南病院あり方検討委員会
新病院の規模・機能が提案されました!!

(案1) 新病院の病床規模 (案) 比較表 (案2)

令和12年の将来患者数を見込んだ病床数	高齢者の急性増悪への対応と救急医療を充実した病床数
病床数 60床	病床数 70床から75床
一般病棟 20床 (一部 地域包括ケア病床)	一般病棟 30床から35床 (一部 地域包括ケア病床)
医療療養病棟 40床	医療療養病棟 40床
病床機能 急性期 (一部、回復期) 慢性期	病床機能 急性期 (一部、回復期) 慢性期
【メリット】 ・一般病床は20床とし、平均在院日数の短縮化を図る。	【メリット】 ・高齢者が在宅で急変したときや、救急車の受入れを積極的に受け入れことができる。
【デメリット】 ・高齢者のレスパイト入院、感染症拡大時に受け入れる病床が不足する可能性がある。 ・一般病床数が大幅な減少となる	【デメリット】 ・職員の確保が求められる。

◆新病院に必要な病床機能とは
・日南町の高齢化を考慮した医療機能を整備する。救急患者を中心とした急性期患者を受け入れる病床の充実(救急告示)。
・高度急性期、急性期の治療が終わった、在宅復帰の準備を行う回復期機能(地域包括ケア病床)。
・在宅・介護施設から状態の悪化した患者を受け入れる回復期機能(地域包括ケア病床)。

◆新日南病院の機能と連携(案)
・在宅での介護が困難な患者が一時入院(レスパイト入院)できる機能(地域包括ケア病床)。
・医療ケアが必要な患者が長期入院ができる機能。(医療療養病床)
以上の機能が必要と考えます。

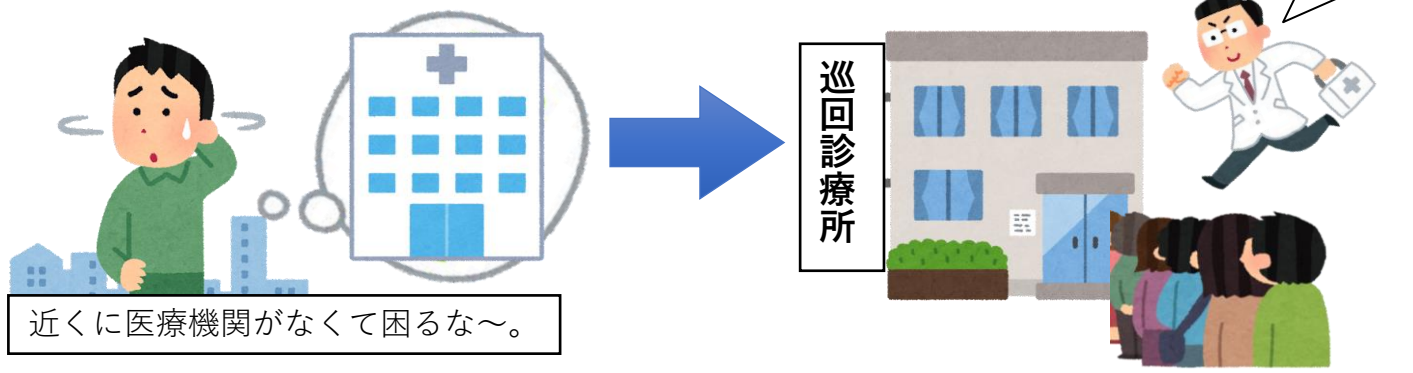


◆新日南病院の機能と連携(案)
・新病院の規模・機能が現状のまま良いのか、これからの日南町の人口減少や、感染症等に対応する病院となるためには、どんな変化が必要なのか協議しました。
・新病院の機能と連携について協議いただいたイメージは左図のとおりです。
この図のように機能と連携をより強化しながら、町内唯一の医療機関として地域包括ケアの中核を担っていきます。

日南病院の新しい取り組み!

「無医地区」へ「巡回診療」を実施予定!

今日は上萩山で巡回診療!

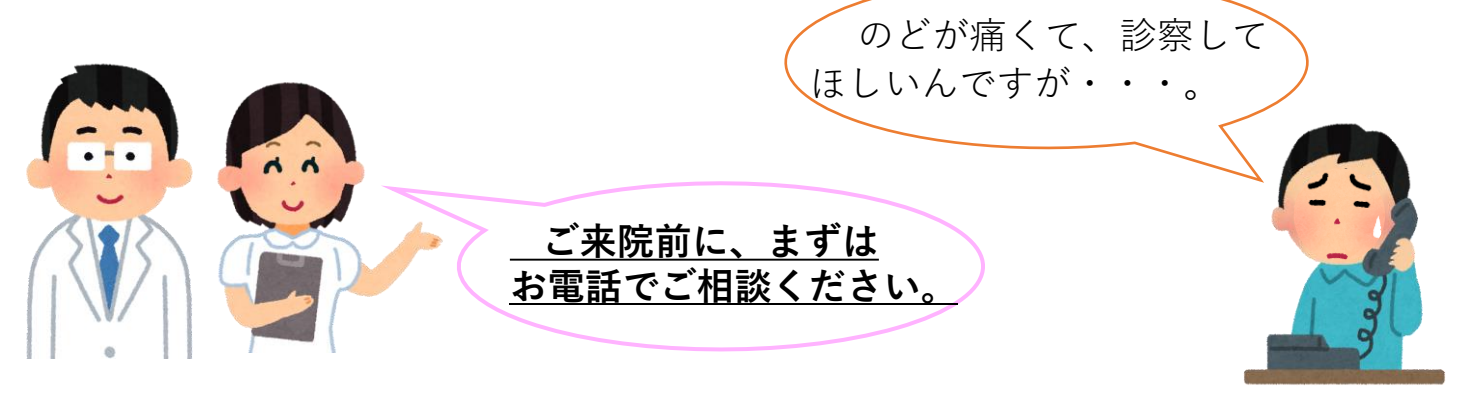


近くに医療機関がなくて困るな～。

「無医地区」とは、「医療機関のない地域で、地区の中心な場所を起点として、おおむね半径4kmの区域内に50人以上が居住している地区であって、かつ容易に医療機関を利用することができない地区」のことで、わかりやすく言うと「近くに病院がない、交通の便が悪い地区」のことです。

厚生労働省が全国の医療実態を確認するために3年に1回「無医地区」に関して調査されており、直近では令和4年10月に調査され、日南町上萩山地区が「無医地区」に認定されたことを受け、**日南病院は上萩山地区に巡回診療を実施する予定です。**
詳しくは、決まり次第お知らせします。

せき、のどの痛み、鼻水、発熱等の症状がある方は、**必ずご来院前にお電話で日南病院【電話82-1235】へご相談ください!**



のどが痛くて、診察してほしいんですが・・・。

ご来院前に、まずはお電話でご相談ください。

引き続き、感染症拡大防止にご協力ください!

② 検討事項②「移転先対象エリア要件の評価」について

・移転先候補対象エリアの選定要件からの検討では、全18項目について評価を行い、移転先は生山地域と霞地域が高評価となっていることを委員の皆さまに確認いただき、さらに詳細なご提案をさせていただく予定です。

◆全18項目の説明は次の通りです。

① 救急患者への対応機能の確保

・病院と消防署の距離は近い方が効率的であり、米子方面への搬送が「迅速に可能」なこと、ヘリ搬送においても、防災基地（下石見地内）に近いことが重要。

② 入院患者等の療養環境の確保

・周辺環境、外部環境、どちらも日南町内においては、療養環境は確保できるものと思われる。



③ 外来患者の通院利便性確保（町外患者への対応含む）

・町営バス全5路線がすべて乗り入れるのは、生山・霞地内である。

・日野町、新見市神郷等から良好なアクセスが確保でき、買い物、行政機関、文化施設などがまとまって立地しているのは生山・霞地域である。

④ 施設自体の安全性の確保

・日南町内は一部の地域を除いて警戒（特別警戒）区域や洪水浸水区域に多くの地域が指定されており、リスクのない立地を探することは困難。「できる限り効率的にリスクを回避できるか」という観点で立地の検討をする必要がある。

⑤ 地域包括ケアシステム維持・発展のための環境確保

・地域包括ケアシステムの確立のため、福祉行政部門や介護事業者、社協等との連携は必須。定期的な会議等に参加しやすい生山・霞及び下石見（あかねの郷）が要件合致と考える。

⑥ 各種インフラ環境の確保

・上水道施設は必須。

・電気の供給は幹線沿いであること。

・燃料・医療ガス等は2車線幹線道路からの進入を可とすること。

・情報インフラは、光ファイバー網の起点（町役場）に近いほど情報処理の多様性は広がる。

⑦ 職員住宅等、勤務利便性の確保

・町外からの通勤者は米子方面、新見方面に居り、町内通勤者、職員宿舎利用者と合わせ生山・霞地区が最も便利といえる。

③ 前回（第2回）委員会の振り返りとその対応について

・過去のアンケートへのMRI機器の導入を要望する声が多いが、導入経費は？

・日野病院では初期費用1億5千万円、ランニングコストが年間1千万円かかっており、年間1,400件の検査が必要。日野郡内にMRIが2台あると経費的に成り立たない可能性がある。（孝田委員）

・日野病院との連携を含めた検討が必要。（委員長）

・日南町が作り上げてきた「在宅の支える力」が落ちてきて「できなくなった部分」を、どこが・どう支えるかを町として考える必要がある。（谷口委員長）

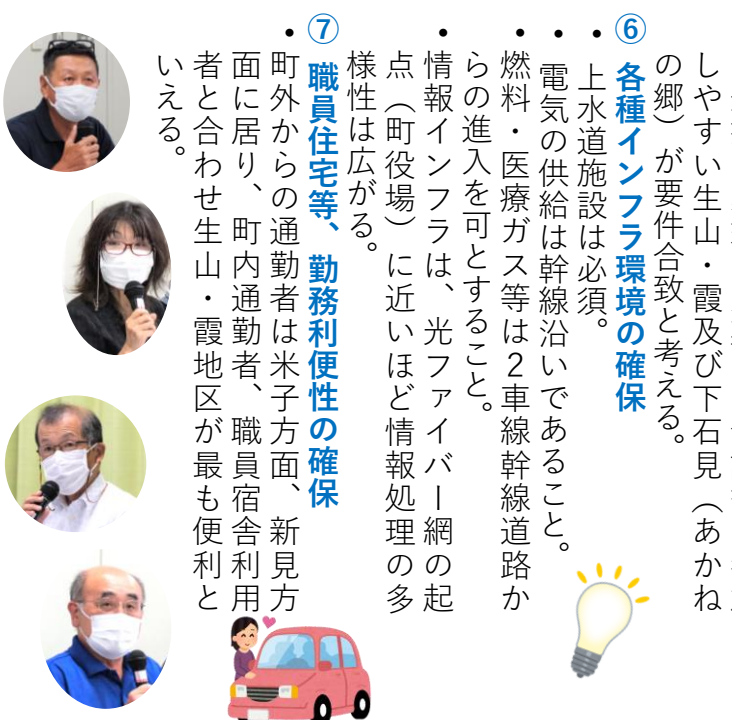
・独居化や老老介護など在宅環境も変化し、在宅に戻れない方の施設を作ることには人材的にも適策ではなく、郡内事業者等との連携などの検討が必要。（出口委員）

・医療だけでなく、介護の面でも郡内連携を考えていく必要がある。（谷口委員長）

要件評価一覧

区分	項目	地域名			
		生山	霞	下石見	その他
急患対応①	消防署	○	○	△	△
	他院搬送(病院から)	○	○	△	△
	ヘリ搬送(病院から)	○	○	○	△
療養環境②	町営バス	○	○	△	×
	2車線、除雪	○	○	○	○
通院利便性③	駐車台数	○	○	○	○
	アクセス(神郷・日野)	○	○	△	△
	買い物等	○	○	×	×
災害リスク④	上水道	△	△	△	○・△
	下水道	○	○	○	○・×
インフラ⑥	燃料・医療ガス	○	○	○	○
	情報インフラ	○	○	○	○
職員勤務⑦	公舎	○	△	△	×
	町内通勤	○	○	△	△
	町外通勤	○	○	△	△
総合評価(○の数)		17	16	9	8(5)

※満点は18



■次回委員会は10月10日(火)を予定しています。

■町民アンケート調査結果や、職員による病院の強み弱み分析は次月にご報告いたします。

■第1回、2回、3回のあり方検討委員会の議事録、資料は病院ホームページに掲載しています。どうぞ、ご覧ください。

■次回の委員会では、町民アンケート調査結果や、職員による病院の強み弱み分析は次月にご報告いたします。

■第1回、2回、3回のあり方検討委員会の議事録、資料は病院ホームページに掲載しています。どうぞ、ご覧ください。



第2回 健康教室（糖尿病内科）

7月28日(金)に第2回健康教室(糖尿病内科)を開催しました。

今回は「今日からできる!!食事と運動」と題して当院の管理栄養士と理学療法士が講師を務めました。

①「何をどれだけ食べたらいいい?」

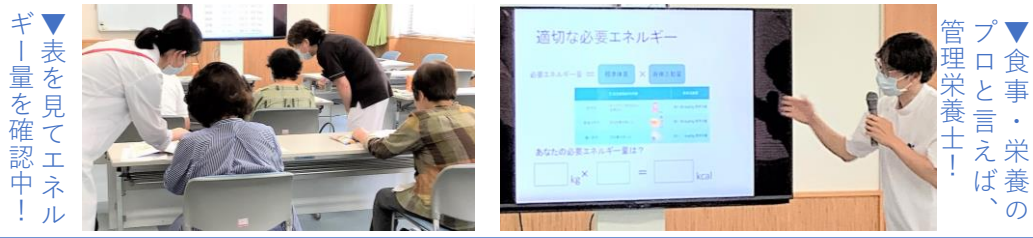
管理栄養士がお答えします!

病気の予防・治療では食事と運動、そして薬を使用した薬物療法の3つを基本として健康に留意した生活を送ることが大切です。

特に食事は①適切なエネルギー量を過不足なく摂取すること、②必要な栄養素をバランスよく摂取することが基本となります。これを実践するためには、身長別標準体重(表1)をまず確認してみましょう。

身長別標準体重(表1)で自分の標準体重が確認できたら、標準体重別必要エネルギー量(表2)で自分の体に合った、1日の必要エネルギー量が確認できます。

食べ過ぎたときは、次の食事のタイミングで調節するなど、振り返る習慣ができるとうれいですね。



標準体重別必要エネルギー量

標準体重	30kcal/kg
45kg	1350kcal
50kg	1500kcal
55kg	1650kcal
60kg	1800kcal
65kg	1950kcal
70kg	2100kcal

この日参加された皆さんも、ご自分の1日の必要エネルギー量を確認され、普段の食生活を振り返っていただきました。栄養や、食事で気になること、聞いてみたいこと等ありましたら、管理栄養士へぜひご相談ください。

身長別標準体重 表1

身長	標準体重	普通体重の範囲
150cm	49.5kg	41.6~56.1kg
155cm	52.9kg	44.4~60.1kg
160cm	56.3kg	47.4~64.0kg
165cm	59.9kg	50.4~68.1kg
170cm	63.6kg	53.5~72.3kg
175cm	67.4kg	56.7~76.6kg

個々の活動量によって変わりますので、あくまでも目安です。

④ 体脂肪を減らしたい人の運動療法

体脂肪を減らすには、「分解→燃焼」の過程が効果的。

種類：筋力訓練(スクワット、足あげ、腹筋、背筋など)
有酸素運動(ウォーキング、ステップ運動、スロージョギングなど)
強度：低強度~中等度(ややきつい)
※きついと感じる運動だと、関節を痛める可能性がある。

※運動によって関節が痛くなる人は、「関節が痛い人の運動療法」へ。必ず主治医の指示もと、行いましょう。

① 運動を始める前に

その① 血圧や関節に不安がある方は、必ず主治医の指示のもと行いましょう

その② バランスの良い食事を心がけて運動を実施しましょう

② 運動の効果

急性効果(運動~72時間)

- 運動をすると、筋は糖をエネルギー源として利用する
- インスリンの利用せずに、糖を細胞に取り込む仕組みがある
- 大量のインスリンを必要としないので、すい臓を休ませることができる
- 食後の運動で血糖の上昇を抑えられるので、三大合併症予防につながる

慢性効果(3~6か月)

- 少しのインスリン分泌でより血糖を低下させられる体になる
- インスリンの効き目が良くなれば、使用している経口薬の量が減る可能性がある

③ 活動が少ない人の運動療法

- 座っている時間を短くしましょう
- 一日一歩でも多く歩きましょう
- 昨日よりも一つ多く家事をしましょう
- 食後30分後にラジオ体操第一をしましょう
- 駐車場は遠くに停めましょう

▲参加者の皆さんとラジオ体操で体をほぐしました!

第3回健康教室 開催のお知らせ

【日時】令和5年9月29日(金) 13:30~14:30

【会場】健康福祉センター(研修室)

【講師】長谷川木の実(看護師) 浅野博美(臨床検査技師)

【テーマ】あなたの腎臓を守ろう! ~腎機能低下ってなあに?~

※教室では他にも色々な運動の紹介があります。具体的な目標を立て、継続することが大切です。

▲体脂肪の話は皆さん気になりますね。