



～ここに笑顔の種がふる～

はあ とふる



地域の皆さまに、

Warm Heart(人間愛)Cool Head(知識・判断)Beautiful Hands(高度な技術)で
ヘルスケアサービスを提供するためのコミュニケーション誌

2024.10
Vol. 76



Q. この絵のどこかに♡が5つ隠れています。見つけられましたか？

答え▶P11<奥付へ>

2024年
10月1日

上本町 運動器ケアクリニックが開院します。

大阪市へ、関西へ、全国へ。「治すりハビリ」を重視し、運動療法を実践・啓発するクリニックです。



詳しくはこちらを
読み取ってご覧ください

大阪市内で
運動器ケアの
実践と啓発

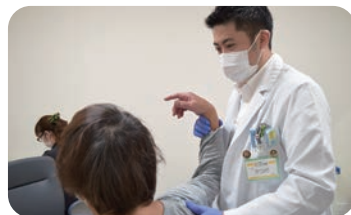
上本町 運動器ケアクリニック

これまではあとふるグループが大阪南河内・中河内エリアで取り組んできた「動いて治す」という活動を、大阪市内でも本格的に展開するための拠点として開設するクリニックです。



手術経験が豊富な肩・肘・腰・ひざ・足・手などの専門医が、たしかな検査と診察を行います。

運動器ケア しまだ病院には、整形外科専門病院として、肩・肘・腰・ひざ・足・手などの専門医がいます。上本町クリニックでも、その専門医が検査と診察にあたります。



動いて治す

痛みをおさえるのではなく、
痛まない身体をつくる

運動器 ケア の実践 と啓発

はあとふる
グループの
基幹病院として
バックアップ

運動器ケア しまだ病院

外来診療・入院・手術・リハビリを一貫して行う整形外科に特化した専門病院です。手術室5室、MRIやCTの検査機器、ベッド88床が置かれた広いリハビリルームなどを完備しています。



75名超の療法士による年間11万人の臨床リハビリで培った技とノウハウがあります。

理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などの療法士が75名超在籍。術後リハビリ、外来リハビリなど、年間11万人に及ぶさまざまな症例の臨床リハビリを行っています。



手術実績年間 2400 件超。豊富な手術経験に基づく知見と技術を持つ専門医が執刀します。

大阪府下の整形外科病院では屈指の手術実績を持っています。
2022年度JOANR調べ
全国14位
大阪1位



再生医療やロボットによる手術支援などの先端医療にも取り組んでいます。

変形性ひざ関節症を手術せずに治療する再生医療・APS療法や、人工ひざ関節手術時のひざへの負担を軽減する手術支援ロボットの導入など、新しい医療に取り組んでいます。



理学療法士が常駐し、しまだ病院と同じレベルの「治すりハビリ」を実践します。

「痛み止めの注射と電気治療で終了」という治療ではなく、身体を動かすことで運動機能そのものを回復・維持する「治すりハビリ」を重視しています。



痛みの改善だけでなく、スポーツ傷害予防やフレイル予防まで、生活に密着したクリニックです。

痛みが起きた後の対処治療はもちろん、青少年のスポーツ傷害予防や高齢者のフレイル予防などの予防医療にも注力。全世代の暮らしに寄り添います。



手術が必要な際には、しまだ病院の専門医による手術をご提案します。

急性の緊急事態や、運動療法だけでは根本的改善が望みにくい場合には、運動器ケア しまだ病院での専門医による手術という選択をご提案します。



〈2023 年度手術実績(件数)〉

ひざ	322 件
肩	84 件
肘	22 件
脊椎	786 件
人工関節	355 件
骨折	257 件
その他	591 件

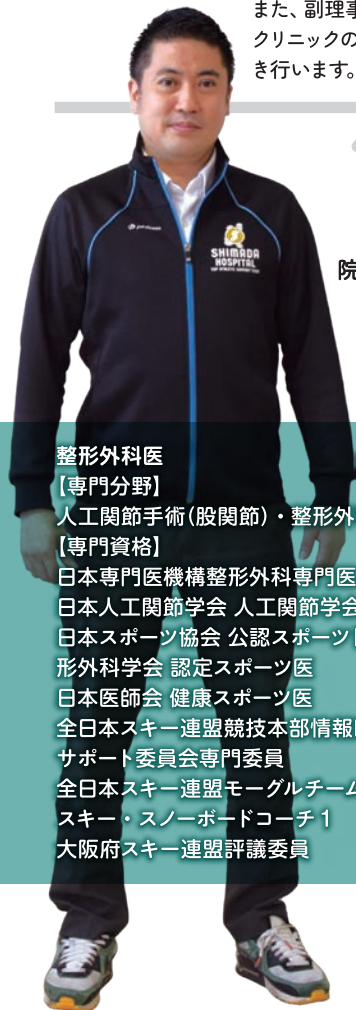
総数 2417 件

「動いて治す」を大阪市へ、関西へ、全国へ。

上本町 運動器ケアクリニック

の院長に就任します。

また、副理事長としてしまだ病院とクリニックの統括した管理を引き続き行います。



上本町
運動器ケアクリニック
院長 勝田 紘史

整形外科医

【専門分野】

人工関節手術(股関節)・整形外科一般

【専門資格】

日本専門医機構整形外科専門医、指導医

日本人工関節学会 人工関節学会認定医

日本スポーツ協会 公認スポーツドクター・日本整

形外科学会 認定スポーツ医

日本医師会 健康スポーツ医

全日本スキー連盟競技本部情報医科学部医科学

サポート委員会専門委員

全日本スキー連盟モーグルチームドクター・公認

スキー・スノーボードコーチ1

大阪府スキー連盟評議委員

自分らしい生活を取り戻すために、痛みを
おさえるのではなく、痛まない身体をつくる。

このクリニックは、これまで私たちが取り組んできた「動いて治す」という考え方を社会に広めていく発信拠点として位置づけています。私たちがめざす治療の最終目的は、痛みをおさえることではなく、痛まない身体をつくることです。美しい骨格を取り戻すことではなく、自分らしい生活を取り戻すことなのです。

たとえば、高齢者に多い骨折の一つに「脊椎圧迫骨折」があります。一般的には、コルセットで背骨を固定し、安静を優先した治療が行われます。しかし、そこには弊害もあります。コルセットがお腹を圧迫するため次第に食が細ります。ベッドに横たわる時間が増えることで脚の筋肉が衰えます。これでは骨折が治るころには、すっかりフレイル^(※1)が進んでしまいます。骨格を治す以上に大切なのは、動ける体をつくり治して、再び日常生活に戻るることなのです。

ぜひ、このクリニックで、運動療法とその効果を実際に体験・実感していただければと思っています。



上本町
運動器ケアクリニック
谷内 政俊

整形外科医

【専門分野】

関節鏡手術(膝関節・足関節)、膝関節周囲骨切り手術・人工関節手術(股関節・膝関節)・下肢スポーツ傷害・整形外科一般

【専門資格】

日本専門医機構整形外科専門医、指導医

日本整形外科学会 認定運動器リハビリテーション医

日本整形外科学会 認定スポーツ医

顔をつきあわせた丁寧な関係づくりを大切に。
その人らしさに寄り添える「動いて治す」を。

コロナ禍では患者さんが病院に足を運びにくい事態も起き、以前に比べ、患者さんと病院の距離が遠くなってしまったと感じています。そんな時だからこそあらためて、私は「顔をつきあわせた丁寧な関係づくり」が大切だと考えます。

「動いて治す」という治療方針は、痛みを軽減する「治療」のみならず、青少年のスポーツ傷害や高齢者のフレイルの「予防」など、あらゆる年齢や目的に有効な普遍性の高い考え方です。同時に、私たちはそれを実現する手段、たとえば総勢75人超の療法士を擁したりリハビリをはじめ、専門医による先進的手術や再生医療技術なども持っています。

そのうえで、その人らしさに寄り添う。患者さんはどうなれば幸せなのか？ そのゴールを一緒に探し、私たちが持つ手

段を最適最善に講じ、ゴールにたどりつくまで伴走する。運動器ケアしまだ病院では、その新たな関係づくりに挑むとともに、同時に上本町 運動器ケアクリニックのバックアップ機能も担っていきます。

「してもらう」のではなく、「自ら学ぶ」リハビリを。
理学療法士が、「治すリハビリ」を実践。

リハビリは、「診察で痛み止めの注射を打った後、マッサージや電気治療をしてもらう時間」だと思いませんか？

運動療法を簡単に言えば、「痛みの原因となる間違った動き方を正し、身体機能を回復させるために正しく動くこと」。それを指導するのがリハビリで、私たちはリハビリを「自宅でトレーニングできるよう動き方を身につけてもらう時間」と考えています。「してもらう時間」ではなく、「自ら学ぶ時間」なのです。

勝田院長の退任に伴って、
運動器ケア しまだ病院の
院長に就任します。



運動器ケア しまだ病院
院長 佐竹 信爾

整形外科医

【専門分野】

人工関節手術(股関節・膝関節)・整形外科一般

【専門資格】

日本専門医機構整形外科専門医、指導医

日本人工関節学会 人工関節学会認定医

私たちは、運動療法の効果には自信を持っています。たとえば、手術をしてもそれだけではすべては解決しません。手術は器質的な病変^(※2)には有効ですが、機能回復までは賄いきれません。

それを担うのはリハビリであり、手術は通過点の一つに過ぎないのです。

このクリニックには、理学療法士が常駐し、「治すリハビリ」を実践していきます。

「動いて治す」を、ぜひ試してみてください。

始めています！

地域に寄り添う医療活動

地域のみなさんの運動器に関するお困りごとを改善するため、
私たちにできることから、順次取り組んでいます。

～南河内エリアで初！地域医療へ貢献する新たな取り組みを開始～

クリニック 高齢者施設 小・中学校 を対象とした 運動器救急搬送活動

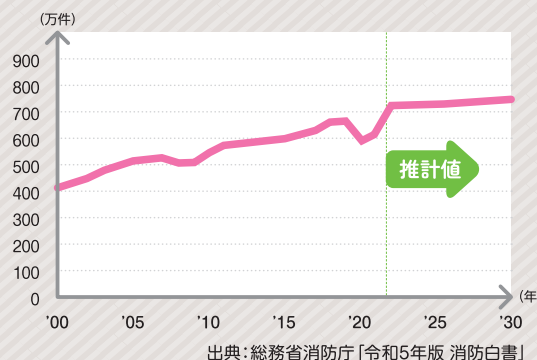
運動器ケア しまだ病院では、当院の所有する救急車を有効活用し、整形外科疾患・外傷の救急患者さんを搬送する活動をスタートしました。スムーズな治療につながるだけでなく、出動件数が増加してひっ迫する自治体の救急車の業務軽減にも貢献します。

救急車をめぐる社会課題

緊急性の高い患者さんが救急車を 適時に利用できないことも

高齢化が進むにつれて、自治体の救急車の出動件数も増加しています。そんななか、不適切な利用により救急車の台数が不足し、緊急性の高い患者さんの搬送に時間がかかる事態が起こっています。救命率の低下にもつながるため、社会課題となっています。

救急出動件数の推移とその将来推移



運動器ケア しまだ病院が展開する運動器救急搬送活動のリーダーを務め、
救急救命士の資格も持つ看護師・畠中 佳子に、活動の詳細とその意義について聞きました。



看護師
畠中 佳子

Q 運動器救急搬送活動を スタートした理由とは？

整形外科のプロの力を 地域に還元したい

2024年1月9日から、運動器救急搬送活動をスタートしました。これは、骨折や打撲で動けないなど、

内科疾患などを伴わない整形外科に限った疾患や外傷の患者さんについては、運動器ケア しまだ病院に連絡をいただければ、当院の救急車で駆け付け、当院へ搬送する仕組みです。

自治体の救急車を呼んで受け入れ先病院を探すよりも、最初から当院で受け入れることを前提とした出



動なので、素早く処置に取り掛かれる利点があります。

当院の救急車は、医療機関が保有する患者等搬送車(病院救急車)として消防機関からの認定を受けており、近隣の消防署とも連携がとれているので安心です。

Q 要請を受け付けている 施設を教えてください。

クリニック、高齢者施設、
小・中学校からの要請に対応

現状は、当院の受け入れ体制の問題から、救急搬送の要請は、羽曳野市・藤井寺市のクリニック、高齢者施設、訪問看護ステーション、羽曳野市の小・中学校に限定しています。患者さんの状態をお聞かせいただき、当院に救急要請をすべきか、自治体の救急車を呼ぶべきかの相談にも応じています。

多くの小・中学校では、体育の授業やクラブ活動で打撲や骨折が起

こると、学校の先生が病院へ電話して受け入れ先を探し、先生の車で病院へ連れて行っているのが現状です。また、腕の骨を折るなど自力で歩ける場合には、自治体の救急車を呼ぶことはできません。しかし、どちらの場合も、当院に相談・要請いただければ、救急車で直接お迎えに行きます。

Q 運動器救急搬送を 利用するメリットとは？

処置とリハビリテーションが
ワンストップでスムーズに

高齢者の大腿骨骨折など病状やケガの程度によっては、できるだけ早く手術するのが望ましいものがあります。当院の救急搬送を利用いただければ、お迎え、搬送、手術までの流れがスムーズです。手術後はしっかりリハビリテーションを行い、早めに元の生活に戻ることができます。

Q 地域の反応は いかがですか？

「助かっている」「安心！」
とのお声をいただいています

救急搬送時に、なかなか受け入れ先の病院が決まらないという現状もあります。その点、当院の取り組みは、当院でお引き受けすることが決まっていますから、「助かっている」というお声をいただいています。



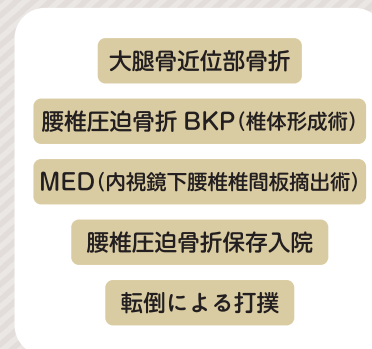
運動器救急搬送～治療の流れ



要請を受け付けている施設



救急搬送された方の症状



運動器ケア しまだ病院側の体制



また、多くのクリニックでは手術までは行っておらず、手術の際には患者さんを大きな病院へ搬送せねばなりません。その搬送先が日ごろから連携が取れている当院であれ

ばそれだけで安心ですし、「運動器ケア しまだ病院なら、手術からリハビリテーションまで一気通貫でやってもらえる」と、信頼していただいているようです。

Q 運動器救急搬送の今後の目標を教えてください。

施設を限定せず、幅広く一般の方の要請に応えるのが最終目標

直近の目標は、現状、羽曳野市や藤井寺市に限定しているエリアを近隣の市まで広げること。そして

最終的には、施設を限定せず、幅広く一般の方の要請にも応えられるようにしたいと考えています。

そのためには、当院の受け入れ体制を整える必要があります。現在は、院内での周知を徹底し、対応できるスタッフを増やすため、毎月1回「運動器救急勉強会」を開催しています。

将来的には、「ケガをしたら、しまだ病院の救急車を呼ぼう。そうしたら、早く処置してもらえて、早く元の生活に戻る!」と、地域の方々に思ってもらえるようにしていきたいです。

地域のみなさんへ 運動器の健康情報をお届けする

個別相談もできる!

公開講座

健康未来塾開催

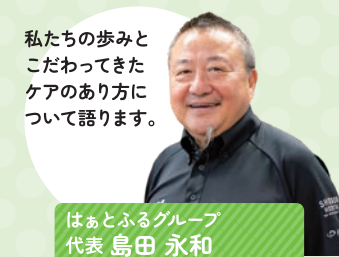
一人ひとりの「その人らしさ」を大切にしたいケアが自慢のはあとふるグループ。痛みとの付き合い方や治療の選択肢の情報をお伝えします。講義終了後は、療法士やトレーナーが個別相談も承ります。

10/12^土 痛い肩・腰・ひざは動いて治す!

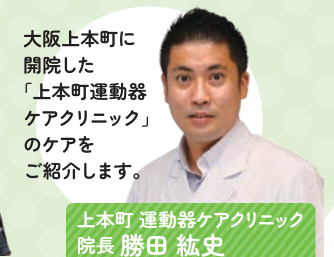
時間 午後2時～午後4時

場所 うえほんまち銭屋ホール
(大阪市天王寺区石ヶ辻町14番2号 銭屋本舗南館6階)

「動いて治す」に注目して45年。運動器ケアを極めた運動器ケア しまだ病院が、その神髄をお伝えする講座。痛まない身体づくりや、「動く」ことの大切さ、動かし方がわかる体操など、盛りだくさんの内容です。



はあとふるグループ
代表 島田 永和



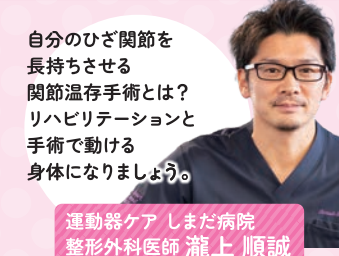
上本町 運動器ケアクリニック
院長 勝田 紘史

10/19^土 ひざの痛みをなんとかする!

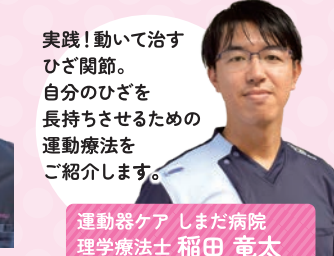
時間 午後2時～午後4時

場所 堺市立美原文化会館(アルテベル)
(堺市美原区黒山167-1 5階研修室)

ひざが痛くて手術をせざるを得ない…。そんなとき、手術の選択肢は「人工関節」だけではありません。ご自身のひざ関節を温存できる新しい治療法「骨切り術」をご紹介します。さらに、ひざの運動療法も伝授します。



運動器ケア しまだ病院
整形外科医師 瀧上 順誠



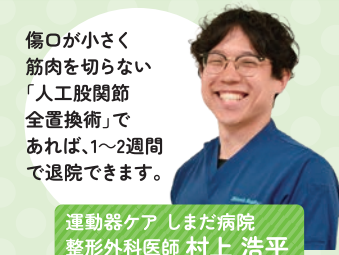
運動器ケア しまだ病院
理学療法士 稲田 竜太

11/30^土 足の付け根の痛みをなんとかする!

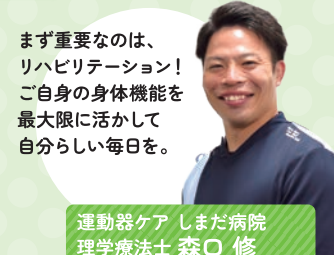
時間 午後2時～午後4時

場所 SAYAKA ホール(大阪狭山市文化会館)
(大阪狭山市狭山1 丁目875-1 コンベンションホール)

「足の付け根が、曲げにくい」「歩きにくい」「つまり感がある」「痛みがある」…。そんな症状に、整形外科医師と理学療法士がアプローチ。股関節のリハビリテーション(保存療法)や、最終手段としての手術についてご説明します。



運動器ケア しまだ病院
整形外科医師 村上 浩平



運動器ケア しまだ病院
理学療法士 森口 修

バスより乗り降りがラクチンで、
タクシーよりも割安に通院できます！



八尾はあとふる病院が、 八尾市乗合タクシー・にしごおり号の乗降場になりました！

八尾市乗合タクシーとは？

八尾市乗合タクシーは、路線バスと同じようにルートや停留所、時刻表を設定し、利用者から予約があった乗降場だけを運行します。一般的なタクシー車両に乗り込めるので、乗り降りはバスよりラクチン。しかもタクシーよりも割安に利用できます。事前に電話で予約しておけば、希望の停留所に停車してくれます。

●八尾市乗合タクシー・にしごおり号 利用方法

【運賃】300円(大人中学生以上)
【ルート】桂人権コミュニティセンター⇄近鉄八尾駅前間の計19カ所の乗降場を巡回
【運行】月～金曜1日8便運行(年末年始(12月29～1月3日)および祝日除く)
【予約】☎072-943-8401 ワンコイン八尾株式会社(受付時間:9:00～17:00)
利用1週間前から各便始発時刻の2時間前(第1～3便は前日の17時)まで予約可能
例)近鉄八尾駅前14:00発便なら12:00までに予約
※利用時の車内でも、次回の乗車予約を運転手に直接予約できます。
※変更・キャンセルは、予約当日の各便の始発時刻の2時間前までに必ず連絡



はあとふるエッセイ〈古墳のまちの夏の終わり〉

元・アーティスティック
スイミング日本代表

乾 友紀子

(運動器ケアしまだ病院
Eudynamicsヴィゴラス勤務)



16年ぶりにテレビ越しに観戦したオリンピック

私が、アーティスティックスイミングの日本代表選手として、初めてオリンピックに出場したのは2012年のロンドン大会でした。それからリオ、東京と3大会に出場。リオでは、デュエットとチームで銅メダルを獲得しました。

この夏のパリ大会。昨年で現役を引退した私はパリに立つことはなく、日本でテレビ観戦しました。テレビ越しに観るオリンピックは2008年の北京大会以来。実に16年ぶりでした。時差のある中で観戦しながら、これほどまでに沢山の方が夜中に起きて応援してくださっていたのだなとあらためて気づき、感謝の気持ちでいっぱいになりました。

オリンピックはさまざまなドラマがあり、その中で勝者と敗者が必ず生まれます。4年に1回の勝負に心技体のピークを持ってくこと、そして大きなプレッシャーの中で力を発

揮すること。アスリートのその思いは、画面越しにもひしひしと感じられました。

そして、選手ではなく選手を応援する一人となって再認識したのは、オリンピックの舞台に立って堂々と戦うアスリートは、間違いなく私たち日本人の誇りだということ。

選手の皆さんの姿にあの日の自分を重ね、そこで過ごしたかけがえのない時間を振り返りつつ、一人の観戦者としてもその激闘に胸を打たれた夏でした。



初めてオリンピックに参加した2012年ロンドン大会の時の記念写真(向かって左側が乾さん)

表紙のことは《秋》

●色とりどりに咲き誇るコスモスの絨毯が敷きつめらる応神天皇陵外濠、杜本神社の提灯宮入で幻想的な灯りが連なる竹内街道、血気盛んなだんじり祭り。古墳のまち・羽曳野の秋は、どこかノスタルジックで幻想的です。●八尾市の花は菊。およそ200年前に「夏菊」や「かん菊」の栽培から始まり、今では菊に限らず「花づくりのまち」としても有名です。

表紙イラストレーション

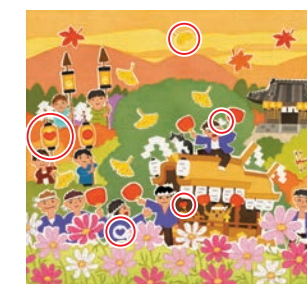
山口哲司

<https://ichiziku.net>

1972年生まれ。風合いのある綿麻の布に手描き染めした作品を制作。身近な自然をテーマに、猫や鳥、草花、風景画などの作品を描く。広告やカレンダーのイラストの他、近年は絵本制作なども手がける。主な絵本「さくのをえに」「カメムシかあさん」(福音館書店ちいさながくのとも)「ねこになりたい」(出版ワークス) 他
2013イタリア・ボローニャ国際絵本原画展入選。猫とお酒が好き。



●5つの♡は見つかりましたか？



はあとふる 食堂 vol.19

管理栄養士の旬のレシピ

介護老人保健施設 悠々亭
栄養チーム 管理栄養士

多田 嘉映

栄養価 (2～3人分)

エネルギー：479kcal
たんぱく質：9.9g



Point!

炊飯器の方が
“ほくほくねっとり”に
仕上がります！

時短したいなら電子レンジでも代用できますが、熱を通すために2cm幅程度に「切る」ひと手間も増えてしまいます。炊飯器なら洗ったお芋を丸ごと入れるだけ！

ムラなく蒸され、潰れやすく、寒天とも混ぜやすく、羊羹の舌触りが良くなりますよ。

さつまいも羊羹

やっとやっと暑さも落ち着いてきて、さまざまな活動するのに最適な季節になりました。元気よく活動するためにはエネルギー補給が欠かせません。

秋が旬の「さつまいも」には、脳や体を動かすエネルギー源となる糖質が豊富に含まれています。

そこで今回は、さつまいもを使ったお手軽なおやつレシピをご紹介します。おやつを食べて脳と体にエネルギーを行き渡らせたら、さあ“動いてナンボ！”です！秋を堪能しましょう♪

材料 (2～3人分)

- さつまいも ……1本(200g 程度)
- 砂糖 ……30g
(さつまいもの糖度によって砂糖の量はお好みで調整してもよいです)
- 粉寒天 ……2g
(市販で1包2gの商品があります)
- 水 ……100ml
- きな粉 ……3g(小さじ1)
- ゆで小豆 ……20g(大さじ1)

作り方

- ①さつまいもを洗ってそのまま炊飯器のお釜に入れ、さつまいもの重量と同量の水を入れて炊飯モードのスイッチを押す
(「玄米モード」にするとねっとり感が高まり、滑らかな舌触りに仕上がるのでおすすめです！)
- ②できあがったら、炊飯器からさつまいもを取り出して、皮をむいて滑らかになるまで潰す
- ③お鍋に砂糖と粉寒天と水を入れ、火にかけて溶かす
- ④火を止めて②のさつまいもを入れて均一になるまで混ぜる
- ⑤タッパーなどの容器に流し入れて冷蔵庫で1時間程度冷やし固める
- ⑥容器から取り出し切り分けて、きな粉とゆで小豆をトッピングする

02 【特集】

「動いて治す」を大阪市へ、関西へ、全国へ！

上本町 運動器ケアクリニックが開院します。

04 上本町 運動器ケアクリニック開院に伴うごあいさつ

上本町 運動器ケアクリニック 院長 勝田 紘史／谷内 政俊

05 運動器ケア しまだ病院 院長 佐竹 信爾

06 始めています！地域に寄り添う医療活動

クリニック 高齢者施設 小・中学校 を対象とした運動器救急搬送活動

09 公開講座 健康未来塾開催

10 はぁとふる食堂 ー管理栄養士の旬のレシピー

さつまいも羊羹(ようかん)

11 Information

- 八尾はぁとふる病院が、八尾市乗合タクシー・にしごおり号の乗降場になりました！
- はぁとふるエッセイ〈古墳のまちの夏の終わり〉

Statement — 宣言 —

私たちは、その人がその人らしく自分の人生を全うすることを

“Warm Heart” “Cool Head” “Beautiful Hands” で支援します

はぁとふるグループ

医療法人はぁとふる

運動器ケア しまだ病院

Tel.072-953-1001
Fax.072-953-1552



八尾はぁとふる病院

Tel.072-999-0725
Fax.072-923-0180



▷通所リハビリテーション

Tel.072-999-0726 / Fax.072-923-0186

▷訪問リハビリテーション

Tel.072-999-0725 / Fax.072-923-0180

Eudynamics ヴィゴラス

Tel.072-953-1007
Fax.072-953-1007



上本町 運動器ケアクリニック

Tel.06-6774-1151
Fax.06-6774-1177



介護サービスセンター はぁとふる

Tel.072-999-8126
Fax.072-999-6118



介護老人保健施設 悠々亭

Tel.072-953-1002
Fax.072-953-1911



通所介護 はぁとふるプラス

Tel.072-920-7216
Fax.072-920-7256



▷通所リハビリテーション Tel.072-953-0045

▷訪問リハビリテーション Tel.072-953-1002

通所介護 悠々亭

Tel.072-979-7807
Fax.072-953-1911



介護サービスセンター ゆうゆう亭

Tel.072-953-5514
Fax.072-953-1332



訪問看護ステーション ハートパークはびきの

Tel.072-953-1004
Fax.072-953-0022



羽曳野市西園域 地域包括支援センター

Tel.072-953-1003
Fax.072-955-8301



はぁとふるグループ | Q

<https://www.heartful-health.or.jp/>

株式会社はぁとふる

▷Eudynamics ヴィゴラス やおstudio

Tel.070-9204-9667

▷訪トレ はぁとふる

Tel.070-8924-3358

社会福祉法人はぁとふる

ヘルパーステーション 悠々亭

Tel.072-931-1616
Fax.072-931-1128



サービス付高齢者向け住宅 ゆうゆうハウス

Tel.072-931-1616
Fax.072-931-1128

