医療法人幸生会
琵琶湖中央リハビリテーション病院
Biwako Central Rehabilitation Hospital
■日本医療機能評価機構･リハビリテーション(回復期)高度･専門機能認定病院
■日本リハビリテーション医学会認定研修施設

地域とともにつなぎあい
患者とともに歩む医療

病院だより

第188号
2026/9/15

当院での骨粗しょう症治療について

■入院診療について

当院の入院患者さんは半分以上が骨折の患者さんです。その中でも９割方は骨粗しょう症の診断がつくと思います。私が主治医となった患者さんはもちろん、他の主治医の先生からも依頼をうけて入院中に一緒に骨粗しょう症治療について考えていきます。

また、当院では医師だけではなく薬剤師・看護師・管理栄養士・療法士・事務員等多くのスタッフが一丸となり骨粗しょう症治療に向き合っております。

急性期の病院と異なり回復期では時間が比較的あるため、退院後の患者さんのライフスタイルにあわせてどのようなお薬がよいか、時にはご家族も含めて一緒に話し合いをします。

そもそも入院のきっかけは骨が弱くなって骨折したためであるので、骨粗しょう症について検査・診断・治療などを考えることは必須です。

■外来診療について

当院では初診の患者さんはもちろんのこと、リハビリテーションに通う患者さんに対してもリハビリと一緒に骨粗しょう症検査や治療を受けることをおすすめしています。

また投薬治療だけでなく、食事・運動・日光を浴びることも大事です。

食事に関しては管理栄養士が、運動は療法士がアドバイスできることもあります。

必要があれば当院でリハビリテーションを受けることも可能です。

限られた外来診療日ではありますが、骨粗しょう症に関しましてどんなことでもご相談いただければと思います。

(公)日本整形外科学会認定
整形外科専門医　松岡　真弓

☆琵琶中☆ ちいきの芸術家展覧会

↑地域の方(加藤さん)の挑戦作品（バルーンアート）

©2026医療法人幸生会 琵琶湖中央リハビリテーション病院

健診について

～健診をもっと身近に感じてもらうために～

病院で行われる検査はさまざまです。今回は「健診(健康診断)」で行われる検査について、この検査ってどんな事をチェックしているの？ということや、検査をうける時の留意事項をお伝えしたいと思います。

健診には、職場での定期健診や自治体の特定健診などがありますが、当院の検査科では尿、血液、心電図、聴力の検査を行っています。

臨床検査技師　佐藤　幸恵

尿検査

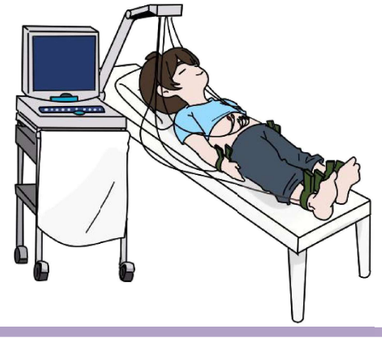
糖、蛋白、潜血がでていないかをチェックします。

★食事や運動の影響を受けるので、起床後、食前の尿を採取してください。

心電図

心電図は胸と手首足首をだしていただく必要があります。

★ワンピース、タイツやストッキングの着用は避けましょう。



血液検査

血液検査で、以下の項目をチェックします。

★TG(中性脂肪)や血糖などは食事の影響を受けるので空腹時(朝食をぬいて)採血をしてもらってください。

検査項目	指標
GOT(AST) GPT(ALT) γ-GPT	肝臓の機能
TG(中性脂肪) HDLコレステロール LDLコレステロール	動脈硬化
Cr(クレアチニン) eGFR	腎臓の機能
血糖 HbA1C	糖尿病

聴力検査

ヘッドホンを装着していただきます。

★イヤリングやピアスは外してください。

健診を受けることで、健康状態の把握と生活習慣を改善し、健康な毎日を送りましょう。

©2026医療法人幸生会 琵琶湖中央リハビリテーション病院

管理栄養士さんの

市販のお惣菜を使った簡単アレンジレシピ
～「こんぶ豆」を使って　vol.2～

大豆はアミノ酸バランスの良い良質なたんぱく質、食物繊維、ミネラル、ビタミンなど身体に必要な栄養素を豊富に含みます。ゆで大豆や納豆は苦手、甘すぎる煮豆はおかずとして食べにくい、という方におすすめしたいアレンジメニューです。
調味料を変えるだけで違うおかずに仕上がるので、いちどお試しください。

管理栄養士　橋本　公子

お弁当の一品にも♪

★和風焼きコロッケ

【材料】（１人前）
- じゃが芋　……1個(100ｇくらい)
- こんぶ豆(惣菜)　……40ｇ
- バター　……小さじ1/2
- 塩・こしょう　……少々
- サラダ油　……小さじ1

【作り方】
① じゃが芋はよく洗い、皮のままのじゃが芋が十分かぶるぐらいの水で茹でる(弱火で約10分)
② 串がすっと通るぐらいまで軟らかくなったら、熱いうちに皮をむき、潰して塩・こしょう・バターを入れて混ぜる
③ 惣菜のこんぶ豆を入れて混ぜ、ハンバーグを作る要領で丸める（直径６㎝×２個ぐらい）
※つなぎを使わないので崩れやすいため、小さめに丸めるのがおすすめです。
④ 熱したフライパンにサラダ油をひいて、③を弱火で軽く焼き色がつくまで両面焼く
⑤ できあがり。お好みでブロッコリーやグリーンリーフを添えて彩を加える（なくてもよい）。

〈栄養量〉
エネルギー　152kcal
たんぱく質　5.1g
脂質　5.0g/ 炭水化物　17.9g
食塩相当量　0.4g

©2026医療法人幸生会 琵琶湖中央リハビリテーション病院

出前講座

お茶の間教室「はつらつサロン」

◎第24回　いきいき健康教室を開催しました！◎

この病院だよりが発行される頃には、落ちついている事を願いますが、今年の夏もひどく暑かったですね。そんな酷暑の気配を感じながらの初夏のある日、第24回 いきいき健康教室を開催いたしました。
例年５月の開催でしたが今年は７月と暑さを気にしながらの開催となったものの今回も変わらず多くの方にご参加いただき、案内開始１週間頃には定員数に達する状態でした(ありがとうございます)。

今回は、連日の酷暑に備えて、看護師から熱中症予防対策、管理栄養士から夏バテ予防レシピなどクイズを交えて楽しみながら皆さんにご紹介を致しました。また、理学療法士・作業療法士からお家でできる健康体操に加えて今回は、地域の皆さんからよく相談をいただく「尿もれ対策」について、骨盤底筋を鍛える体操をご案内したところ、多くの方からご好評を頂きました(アンケート集計より)。

→栄養科の三大栄養素カルタブースはいつも大賑わい

→リハビリスタッフから体操紹介

今回も２面のコートを使って、ボッチャ体験を行いましたが、毎回のことながら皆さんの秘めた闘争心に火が付き白熱の戦いが繰り広げられました。プレー後の判定では、皆で輪になって、熱の入った話し合いが繰り広げられます。驚くことは、多くの方が初対面でチームメイトになっているということです。ここで芽生えたチームワークが今後の地域力の向上に繋がっていけば企画した甲斐があったな、と思います。

社会福祉士　上嶋　美由紀
作業療法士　日浦　理恵
理学療法士　村西　凌河
管理栄養士　橋本　公子・川戸　菜緒
看　護　師　中川　美和子
事　務　中野　良文(事務部長)・黒田　昌志

【病院理念】
慈（めぐみ）の源“マザーレイク”のように、私たちは地域の皆さまの心と体のよりどころとなるよう努めます。

【基本方針】
1. すべての職種が協働し、生活を支えるリハビリテーションの実践に最善をつくします。
2. 患者の意思を尊重し、科学的根拠と倫理観に基づき、安全と安心の医療を提供します。
3. 医療･介護･福祉連携を推進し、地域包括ケアシステムの推進に貢献します。
4. すべての職種のたゆまぬ研鑽により、質の高いチーム医療をめざします。
5. 人材の育成に努めるとともに、職員が働きがいと充実感の持てる職場づくりをめざします。

琵琶湖中央リハビリテーション病院　滋賀県大津市御殿浜22-33　☎(077)526-2131(代)
©2026医療法人幸生会 琵琶湖中央リハビリテーション病院