



老年学術研究会～高齢者を地域で支えるために～

令和7年9月2日(火)
札幌山の上病院 7F講堂

昨年まで15回にわたり継続された「北海道神経リハビリテーション治療フォーラム」の基本理念を、蕨理事長のご指導のもと継承しつつ、当院からの新たな情報発信を目的として「第1回老年神経治療研究会」を企画いたしました。今回はインターネット配信を活用した現地開催とのハイブリッド形式で行い、他施設も含め多くの皆様にご参加いただきました。

講演内容

(豊倉記念神経センター長 田島康敬)

・講演①

演題：「早期アルツハイマー病における治療方針」

地域における認知症治療の現状と今後の展望を踏まえた講演であり、レカネマブ使用法のみではなく、アルツハイマー病においてパーキンソン病の合併が見られる症例、またその逆の症例についても言及されました。脳血流画像を用いた病態の検討が示され、非常に有意義な学びとなりました。



講師：北海道脳神経外科記念病院 緒方副院長

・講演②

演題：「神経伝達物質から見たパーキンソン病の病態と治療」



高齢者におけるパーキンソン病の増加を背景に、MAO-B阻害薬の作用機序によるドーパミンの変動やこれに伴うパーキンソン症状の変化、DAT検査による脳幹部の信号変化に着目した解析など、論文になったばかりの最新の知見が紹介されました。

両演者の先生方は、脳神経内科の第一線で診療・研究の両面において活躍されており、最新の知識を習得する貴重な機会となったと思います。

講師：国立西多賀病院 武田院長



会の運営と今後に向けて

会場はほぼ満席となり、Web配信を通じて他施設からの聴講者にもご参加いただきました。病院スタッフならびにエーザイの皆様のご支援により、滞りなく会を終えることができましたこと、心より感謝申し上げます。

今回の研究会は、当院における情報発信の在り方を再考する貴重な機会となりました。今後もより良い脳神経内科診療、さらに情報発信を目指し、内容および運営方法の改善に努めてまいります。

最後に、関係者の皆様に深く御礼申し上げます。

訃報 令和7年10月25日 緒方昭彦 先生がご逝去されました。(享年69歳)

北海道脳神経外科記念病院 副院長として、パーキンソン病や認知症をはじめとする神経変性疾患の診療に第一線で尽力された緒方昭彦先生は、私にとってかけがえのない恩師でありました。

つい先日、9月2日に当院で開催された老年神経治療研究会では、演者としてご講演いただき、貴重なお話を伺う機会を得たことに心より感謝しております。緒方先生には、これからも私たち後進の指導にあたっていただきたいと願っておりましたが、突然の訃報に接し、言葉もありません。

謹んで先生のご冥福をお祈り申し上げます。

札幌山の上病院 田島康敬

■ 個人情報保護は医療の基本責務

当院では、患者さんの診療情報や検査結果などの個人情報を守ることを、医療の基本責務の一つと位置づけ、日々「情報の安全対策」に取り組んでいます。これらの情報は、プライバシー、健康に関わる極めて重要なものであり、漏えいすれば深刻な影響を及ぼします。そのため、安全な情報管理は医療の質と同等に重視されています。

■ 情報システム活用と潜むリスク

診療や検査の効率化を図るため、当院では「オーダーリングシステム」を活用していますが、情報システムの利便性の裏には、外部からの不正アクセスやウイルス感染といったリスクも存在します。生成AIなどの新技術も医療現場に浸透しつつありますが、誤った使い方による情報漏えいの危険性も指摘されており、当院では常に外部ネットワークを「汚染環境」として認識し、慎重に扱っています。

■ 「清潔環境」で守る情報の安全性

こうした脅威から患者情報を守るため、当院の業務用端末や情報機器は、安全な「清潔環境」で運用されています。情報の取り扱いや通信経路、権限設定なども定期的に見直し、感染症対策のように「汚染環境」と「清潔環境」を明確に区分する管理体制を構築しています。



■ 災害時にも診療を止めない体制

サイバー攻撃だけでなく、地震などの自然災害も情報保護の大きな脅威です。当院では、北海道胆振東部地震でのブラックアウトの経験を踏まえ、地震などの自然災害にも備え、定期的なデータバックアップを行うほか、非常時には紙での運用に切り替えられる体制を整え、診療を継続できるよう備えています。

■ 「電子化委員会」主導の安全対策と職員教育

これらの取り組みは、院内の「電子化委員会」が中心となり統括・改善を進めています。最新のリスクや技術動向を踏まえ、専門知識を持つ職員がシステムの点検や対策を行うとともに、全職員を対象に定期的な情報セキュリティ研修を実施しています。どれほど優れたシステムがあっても、情報を守る最後の砦は職員一人ひとりの意識と行動です。当院は今後も、「守るべきものは何か」という原点を忘れず、サイバー攻撃や自然災害に備えた堅実な情報保護体制を維持し、患者さんが安心して医療を受けられる環境づくりに努めてまいります。

第66回全日本病院学会in北海道

この度10月11日(土)～12日(日)札幌コンベンションセンターに於いて「第66回全日本病院学会in北海道」に参加し、ポスター発表をしてきました。今回の研究はリハビリ部門についてOT岩永さんにもご協力いただきました。開会式は北海道知事や札幌副市長の来席もあり、とても豪華なものでした。

ポスター発表は初でしたので緊張しましたが、発表の中の病院紹介で当院職員に「熊出没注意」の注意喚起をしていることをアドリブで伝えましたら、聴講されている方にウケました。

口演の最後は元WBCコーチの白井さんのお話を聞き、とても感動しました。会場は2日間で3700人の方が参加され、大盛況での終幕となりました。

このような機会を与えていただいた理事長様並びに職員の皆様に感謝しております。ありがとうございました。



ELNEC-JGカリキュラム指導者資格を取得

ELNEC(エルネック)とは初めて聞く方もいらっしゃるかと思います。

ELNEC(End-of-Life Nursing Education Consortium)は、2000年に、米国のアメリカ看護大学協会(American Association of Colleges of Nursing: AACN)と City of Hope National Medical Centerが共同で設立した組織で、エンド・オブ・ライフ・ケア(EOLケア)や緩和ケアを提供する看護師に必須とされる能力修得のための 系統的・包括的な教育プログラムを開発しています。ELNEC-Core、ELNEC-Pediatric Palliative Care(小児)、ELNEC-Critical Care(急性期)、ELNEC-Geriatric(老年期)などのカリキュラムがあり、世界101カ国の国々に広まっています。

引用:日本緩和医療学会HP

ELNEC-JGで大切にしている考え方および理念

ELNEC-JGでは、高齢者に対して日々のケアを丁寧にいき、人間らしい姿を保ち尊厳を保持することを大切に考えています。また、最期まで意思ある存在であることを忘れず高齢者の意思を尊重すること、療養環境を整え心身の苦痛を緩和することを大切に考えています。さらに、高齢者本人だけではなく、家族やケアを提供するスタッフも納得できる死が迎えられるよう調整することを大切に考えています。ELNEC-JGは、「ELNEC-JGで大切にしている考え方」の実践と教育(望ましい姿に変化させ、価値を実現する活動)をとおり、高齢者の幸せを目指すことを理念としています。

つまり、日本緩和医療学会と日本老年看護学会が協賛して ELNEC-JGカリキュラム指導者を養成し、全国各地でELNEC-JGカリキュラム看護師教育プログラム開催を推進することを目的としています。

ELNEC-JGカリキュラム指導者のミッション

「ELNEC-JGで大切にしている考え方」の実践と教育(望ましい姿に変化させ、価値を実現する活動)をとおり、高齢者の幸せを目指すというELNEC-JGの理念を普及し、EOLケアに対する知識と態度の向上をミッションとしています。

上記の普及のため、10月18日(土)～19日(日)の2日間、東京長寿医療センターにて指導者養成プログラムに参加し、**ELNEC-JGカリキュラム指導者資格**を取得してきました！

(北海道では昨年まで10人が指導者登録されております) 老人看護専門看護師さんが多数参加される中で非常に高いレベルの学びを得ることが出来ました。

今後北海道で教育プログラムが開催される際には、皆様率先してご参加いただければ嬉しいです。



「処方箋医薬品とOTC医薬品の違い」



処方箋医薬品とは医師や歯科医師からの処方箋が必要なものであり、薬剤師によって調剤されるものを指します。これに対してOTC医薬品は処方箋が不要で調剤薬局やドラッグストアなどで購入できるものを指します。

OTCとは「Over The Counter(オーバー・ザ・カウンター)」の略で、薬を対面販売することを意味しています。

OTC医薬品は手軽に利用できる反面、自己判断での使用となるため適切な知識を持って使用することが求められます。

症状が改善しない場合は早めに医療機関へ受診することが大切です。また、近年では痛み止めや風邪薬を過剰に摂取し健康に深刻な影響を及ぼす事例が相次いでいます。

購入時には薬剤師や登録販売員から適切な情報提供を受け、正しい知識をもって上手に活用するようにしましょう。

調剤課 薬剤師 池上久貴



「認知症マフ」

一緒に作成しませんか？

「認知症マフ」は毛糸の筒状の物にアクセサリー等をつけ、認知症の方の感覚から心身の緊張を解きほぐし、安感を得るものです。

一緒に作成して下さる方いませんか？

職種問いません。
興味のある方は
3A伊藤まで
お声がけください。
お待ちしております!!



教えて！ 簡単エクササイズ Vol.10

自宅で座ったまま腹筋を鍛えよう！

TVを見ながらCMの間など、ちょっとした時間にトレーニングをしてみましょう



腰が痛い、足を上げるのが大変、
などの場合はこちらで

「教えて！簡単エクササイズ」Vol.6「腹式呼吸」とあわせておこなうのもおすすめです



- ① 椅子に座って背筋をのばす
 - ② 両足(片足)を床から10センチほど上げる
 - ③ そのまま15秒キープする
- ※背筋が曲がらないように注意！
下腹部の筋肉を意識しながらおこないましょう。
- ④ 5-10セット程くり返す
- ※ 両足同時で大変な場合片足ずつ交互に5セット程くり返す

- ① 椅子に座って背筋をのばす
 - ② ゆっくりと息を吐いて、お腹をギュッとへこませる
 - ③ へこませたまま、30秒キープする
- ※**おへそと背中をくっつけるイメージでしっかり**とおこなうと効果的です。呼吸は普段通りくり返しましょう。
- ④ 力を抜いて元の状態に戻る
 - ⑤ ②～④の動作を5セットほどくり返す

下線部のように少ない回数でも質を高めることが大切です

リハビリテーション部 理学療法士 中村孝志

発行元

医療法人 **札幌山の上病院**

文責 院長 長谷川 公範

編集 総務課 宮宅 ユナ





またもやっちゃった失速記。 2025北海道マラソン完走報告

リウマチ膠原病内科 院長 長谷川公範

「パタッ、パタッ、パタッ、パタッ、パタッ、、、」上空を旋回するヘリコプターの音。そして、街中に流れるテーマソング。「よっ!」「お久しぶり!」「調子どう??」などの声があちこちで聞かれ、その傍で友人知人同士での写真撮影。真夏の祭典、北海道マラソンスタート前。巨大大会の祭りの雰囲気にも否が応でも体内にアドレナリンが放出。スタート時の気温は昨年より6度低い23°C。北海道マラソンにしては、絶好のコンディション。ここで爆走しないで、どこで爆走する、との勢いで号砲とともにスタート。

あちこちから「キミチョゲがんばれ、」や「先生〜」との声がかかり、笑顔で応えるゆとりあり。21km過ぎの中間点も1時間33分弱で通過。こりゃ3時間10分切りも固いな、、、と例の如くの取らぬ狸の皮算用（なんたって算盤7級。小学生の時に2ヶ月間で珠算塾を中退!の学歴あり）。新川通りの折り返しを過ぎ、遠くに霞むJRタワーを眺めながらゆとりの快走で、応援にも手を振って応える余裕あり。35km過ぎのポイントでキンキンに冷えたエナジードリンクを手に、例年応援して下さる患者さんのお姿にさらに気合充実の走り。エナジードリンクでカツを入れてゴールを目指す。

っと、そこで何かが起こった。突然に自分が自分でないような意識、そしてどうも左に体が傾くのである。麻痺はないようだ。その前の大会は右に傾いたこともあった。そう! 35km過ぎの壁に激突したのである。人によっては、30kmの壁、あるいは35kmの壁ともいうフルマラソン最後の失速に陥ったのである。北大構内で待ち受ける甥っ子（写真を撮ってもらった。なんとか笑顔で反応しているものの、体は左に傾いている!）、そして応援に駆けつけてくれているはずの元同僚の女医さんsにええ格好を見せねば、、、との見栄っ張り根性に火をつけるも、すでに燃料切れ。ほうほうの体でゴール。

3時間19分17秒。それでも年の功、じゃなかった、老齢化の恩恵を受け、60-64歳の部で22位となり、翌日の北海道新聞に札幌山の上病院の名とともに自分の名前が掲載されたのは素直に嬉しいことでした。（後日談。結構な数の方が北海道新聞の記事をご覧になった様子で、中には「3時間19分17秒で60-64歳の部で22位でしたね。。」と診察室で告げられた時は、嬉しさを通り越し、来年に向けてのプレッシャーともなりました!）

↓写真は、完走後の夕食会。千葉からのラン友（これまでのマラソン記で何度も登場）と高校時代の同級生の小学校の先生の3人で完走を祝う。ちなみに、高校時代の同級生は62歳にして初マラソンでの完走。2年ほど前から走り始め、今回の初マラソン完走に至ったようです。還暦過ぎの初マラソン、そしてその大会として過酷な北海道マラソンを選んだ勇気? 無謀さ? にしばし感嘆の声で溢れた打ち上げ会であった。

さあ、皆さんも走りませんかあ?



北海道マラソンの投稿です。
北海道マラソン、今年12回目の参加です。
ラン友と一緒にスタートして、沿道の友達からゼリーやジュースの差し入れを貰い、心強い大会ですが、今年の私の悩みは、ズバリお腹! 胃腸! 最近お腹が緩み易くて不安でいっぱいでした。そしてオロ○ミンを飲んでスタート。こんな不安を背負って走ったフルマラソンは初めてです。

結果、何事も起こらず笑顔でゴール出来ました(^_ ^)



病床管理部 副部長 片桐理子