



当センターの理念

リハビリテーション医療の技術を通じ、身体障害者（主に肢体障害者）のQOL（生活の質の向上）に奉仕する。

吉備高原医療
リハビリテーションセンター広報誌
2023年（第135号）

骨粗しょう症とは？ + 骨密度検査のススメ！

皆さんは今日の長寿社会において、健康寿命という言葉を知っていますか？

健康寿命とは、いつまでも元気でハツラツとした生活を送れる期間を言います。

それでは健康寿命を決める要因は何なのか・・・老衰・認知・寝たきり等々。その中でも寝たきりになる原因とは・・・何でしょう？

大きな要因の一つに、転倒などによる体幹部の骨折（背骨・股関節）が挙げられます。

骨折は骨の強さ（骨強度）が関係し、骨強度＝骨密度（70%）+骨質（30%）とされ、骨が脆くなり骨折しやすくなる状態を「骨粗しょう症」と言います。

骨粗しょう症は、骨密度の低下が大きく影響しています。その要因は、食生活・運動習慣・加齢・性別・家族歴等々ですが、その中で食生活や運動習慣は改善することができます。骨粗しょう症の予防や治療は、骨折予防に役立つだけでなく、生活の質（QOL）の向上にも繋がります。

- ・若いころより背が低くなった。
- ・昔に比べて歩く速度が遅くなった。
- ・最近骨折をした。
- ・酒・タバコ・コーヒーが大好きで大量に嗜む。
- ・普段の食生活が偏っている気がする。
- ・家族に骨粗しょう症と診断された人がいる。
- ・閉経後に体調不良がある。
- ・関節リウマチ・呼吸器疾患・糖尿病・腎臓病などの慢性疾患を抱えている。 など

何か当てはまるものがあるなら、あなたは骨粗しょう症の予備軍かもしれません。まずは、ご自分の骨の状態を知ることが大切です。

骨密度検査は、腰椎と股関節（大腿骨近位部）の2か所で検査を行います。2か所の骨密度測定値のうち、低い方の値をご本人の検査結果として採用します。

検査結果は、（正常）>（要指導）>（要精検）で表されます。検査結果によっては、食生活の改善（食事療法）や運動習慣の改善（運動療法）や場合によっては医師の指示のもと、骨を強くする薬による薬剤治療を始めることが大切となります。

当センターは、少しでもあなたが健康になるお手伝いができればと思います。検査を受けられることを是非お勧めします。

生活の質（QOL）と健康寿命を延ばすため出来ることから、コツコツ（骨々）と・・・

中央放射線部長 園本秀樹（骨粗鬆症リエゾンマネージャー）



短期入院について



当センターでは、在宅で生活を送られている脊髄損傷患者を対象に、療養・介護生活を医療面から支えることを目的とした短期入院を行っております。

当センターでの入院歴があり、在宅で生活している方が対象で入院期間は1ヶ月程度です。入院中には機能低下に対するリハビリテーションを行ったり、必要に応じて検査（MRI・CT・血液検査・骨密度・肺機能検査・胃カメラ・座圧測定等）や福祉用具の調整も行っています。

また、当センターは独立行政法人自動車事故対策機構（以下、ナスバ）が実施する短期入院協力病院の認定を受けております。自動車事故が原因で在宅生活を送られており、ナスバが支給する介護料を受給している方が当院で入院されると、リハビリ目的に限り1回あたり30日までの期間は入院が可能です。また、ナスバから入院にかかる費用が助成されます。（年間の上限日数は45日）

短期入院を希望される方は、当院の地域医療連携室

[TEL:0866-56-7046](tel:0866-56-7046) までご相談ください。

右のQRコードからナスバの関連ページにリンクします。



独立行政法人自動車事故対策機構関連URL

https://www.nasva.go.jp/news/pdf/2022/20220401_2.pdf

リハビリ目的の短期入院について

リハビリ目的の利用なら入院期間の上限が30日になります。

令和4年4月1日から、リハビリ目的で短期入院を利用する場合に限り、1回あたりの入院期間が2日～最長30日まで利用できるようになりました。

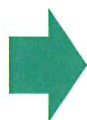
※「リハビリ目的」での短期入院であれば、その期間中にリハビリ以外の治療（検査等）を受けた場合でも対象になります。詳しくは（主管）支所にお問い合わせください。

※変更点

従来	目的問わず	2～14日以内	上限日数・上限金額 45日以内 かつ 45万円以内 (変更無し)
R4.4.1～	リハ目的	2～30日以内	
	リハ目的 以外 (レスパイト、検査等)	2～14日以内	

※請求例

リハビリのための入院 20日間
・20日間の入院費用
(室料差額・食事負担額) 10万円
・移送費 3万円



年間の上限日数45日のため
残日数は25日間
年間の上限金額は45万円のため
残金額は32万円

◆必要書類◆

- ① 様式12号の2 (短期入院・入所に係る室料差額負担金及び食事負担金領収証明願)
- ② 領収書または様式12号の2への病院による証明印
- ③ 入院診療計画書（※入院期間が15日以上になった場合のみ：リハビリでの入院であることが記載されているものが必要になります。）

◆注意点◆

- ① リハビリ目的の入院で入院期間が15日以上となった場合は、請求の際、領収書のほかに、リハビリでの入院がわかる『入院診療計画書』の提出が必要になります。
- ② 助成対象は入院費用全体ではなく、従来どおり移送費、室料差額・食事負担額、ヘルパー等費用（変更なし）です。
- ③ 年間の上限日数・上限金額は、従来どおり45日以内かつ45万円以内(変更なし)です。
- ④ リハビリ目的以外の短期入院・入所は、従来どおり原則2日から14日以内の期間が助成対象（変更なし）です。
- ⑤ リハビリ目的の場合のみ介護料申請における入院日数は30日まで拡充されますが、リハビリによる入院受入の可否は、各病院へお問い合わせください。

不明な点は、（主管）支所にお問い合わせください。

外来担当表（令和5年7月10日現在）

受付時間 午前8時15分～午前11時30分まで

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	内科1診		井上	谷		
	内科2診	大道	白川	岩崎	松田	
	内科3診					近藤
	循環器内科 ※診療 8:50～11:00 ※検査 11:00～12:00	宮地			宮地	
	胃カメラ			中藤(第1.3.5)		
	脳神経内科	高宮				
	整形外科1診	茂山	徳弘	茂山	茂山	
	整形外科2診	坂本	(鷹取)	坂本		坂本
	リハ科	岩井	池田	古澤	難波	難波
	泌尿器科	国立医師				岡大医師
	皮膚科 (完全予約制) 受付時間8:15～11:00		国立医師 (第2・第4)			国立医師
	歯科	合田	合田	合田	合田	合田
	その他	Brace Clinic 書類外来				
午後	内科1診 (13:00～16:00)				小池/三上 (毎月第2/第4)	
	特殊外来					せき損外来 古澤
	整形外科		(予約制)濱田 (第1・3・5)			
	泌尿器科					岡大医師
	歯科	合田	合田	合田	合田	合田

都合により診療日が変更となる場合があります。

当センターでは、医療や福祉の医療機関と密接な連携を図り、患者の皆様にご満足いただけるよう「地域医療連携室」を設置しております。

紹介患者さんに関する事、病院受診について当院に関するお問い合わせなどございましたら、どうぞお気軽にお申し付けください。

地域医療連携室の連絡先・業務時間等は以下のとおりです。

TEL：0866-56-7046 FAX：0866-56-7148

E-mail：soudan@kibirihah.johas.go.jp

月曜日～金曜日 8:30～17:00（祝祭日・年末年始を除く）

吉備高原医療リハビリテーションセンター 広報委員会発行

〒716-1241 岡山県加賀郡吉備中央町吉川7511

TEL：0866-56-7141 FAX：0866-56-7772 発行担当者 西尾（内線126）

ホームページアドレス：<http://www.kibirihah.johas.go.jp/> E-mail：syomu@kibirihah.johas.go.jp

「高原の虹」のバックナンバーやその他お知らせについては、ホームページをご覧ください。