

# パレット -Palette-

2026. 冬

NO.73

ご自由に  
お持ち帰りください

## CONTENTS

- ・院長コラム
- ・リハ便り  
「転倒をしない家づくり」
- ・トピック  
「開業 150 周年記念講演会の報告」
- ・外来診療のご案内  
季節のレシピ

当院のホームページも  
ご覧ください。



<https://www.kurume-reha.or.jp>

## 理 念

### ■必要不可欠

「地域と生きる」「地域を活かす」地域において必要不可欠な存在であること。  
「あると便利」ではなく「ないと困る」組織作りを目指します。

## 基本方針

### ■全人的医療の提供

説明と同意のもとに、個々の皆様の病状や人生観に合わせた尊厳ある医療を目指します。

### ■医療の選択性の確保と総合支援

皆様がご希望される医療機関等へのご紹介や、介護福祉関連サービスが継続して受けられる  
よう支援いたします。

### ■地域ネットワーク

地域における医療・介護・福祉の連携活動、交通事故重度障害者の支援事業、福岡県の介護  
予防事業、久留米市の包括支援事業などに対して、積極的に参加し支援していきます。

### ■自己研鑽

チーム医療を駆使した最新医療を提供するため日々自己研鑽に努めます。

# 日本の転換期 これからの医療現場と 正しい医療知識について

新年あけましておめでとうございます。2025年は初代柴田元龍政克が明治9（1876）年に医業を始めて150周年の年がありました。これを記念して2025年11月15日、久留米シティプラザにおいて開業150周年記念講演会を開催しましたところ、130余名の皆様にご参加いただきましたこと心より感謝申し上げます。地域の皆様、関係各位には今年も引き続きご指導ご支援のほどよろしくお願ひ申し上げます。

多くの皆さんは日本が大きな転換期に突入したことを実感されていないかもしれません、これから数年間で目に見えて変わっていくことが予想されます。その変化は、これまでも言われてきたことですが、何が違うかと言えば、これまで先延ばしされていたことが、これからは毎年、現実化していくことです。

まずは、少子高齢化が急速に進行していき、75歳以上の高齢者が急増し、就労人口減少がさらに顕性化してきます。経済産業省等の推計モデルによれば、2030年の介護職員の必要数を約318万人、供給可能数を約270万人とすると、約48万人の不足（供給が必要量の約85%程度）となる可能性が示されています。別の統計資料では60万人不足するともいわれています。何を意味するかと言えば、医療・介護施設における介護職員不足あるいは人件費高騰により縮小・倒産が増加していくことということです。また、生き残った施設でも自宅や施設に入所できずに行き場を失った高齢患者が病院を埋め尽くし、病院自体が機能不全に陥るといったことも予想されるのです。つまり近い将来、親が年老いたから施設に入れようとしても空きがないか、入所できても入所費用が今の2~3倍かかるという可能性が出てきます。都会では、入所中に突然倒産してしまったということがすでに発生しています。



日本は国民皆保険で高齢者医療保険も今は比較的安価で済んでいますが、これからはあらゆる面で費用負担が膨らんでいきます。次年度は、人件費高騰を配慮して診療報酬を3.09%増加とニュースが流れましたが、裏を返せば国民の負担は増えるということです。また、OTC（Over The Counter：カウンター越しに買える薬=市販薬）類似薬は保険適用から除外することも検討されています。つまり風邪薬、胃腸薬、アレルギー剤、湿布薬は自費で買ってくださいということです。これからは今までにも増して正しい知識を身につけて病院や介護サービスと付き合っていくことが大切です。

日本国内で使用されている医薬品全体（製品）の輸入割合（額ベース）は約30~40%、ジェネリック（後発）医薬品の原薬、原料の輸入割合は約60%程度と言われています。つまり多くが外国に依存しています。

そうすると何が起こるかと言えば、医薬品の価格上昇です。円ドル為替は、5年前(2021)の1月は103円台でしたが、2026年1月11日時点で156円とわずか5年で1.5倍です。AI(人工知能)は2030年1月にはおよそ195円(約1.25倍)と予測しています。つまり、薬の値段そのものも高騰していくことになります。現在、認知症や骨粗しょう症、動脈硬化などの予防薬が多くの国民に処方されていますが、本当はどの程度の効果があり、いくらするか知らない人がほとんどです。その効果と値段を正しく勉強したのちに処方してもらっても遅くはありません。

当院では将来を予測して多くの情報を皆さんに伝える努力をしてきましたが、残念ながら主要マスメディアの力には遠く及ばず現在まできました。今こそ改めて皆さんに医療リテラシー(正しい医療知識)を皆さんにご理解いただくよう努めています。これからも多くの患者さんに個別性が高く、費用負担が少なくて済むような医療・介護サービスを提供していきたいと考えています。

次号からは、日常的に使用されている薬の知識をさらにわかりやすく伝えていきます。使用するか、しないかは皆さんが決めてください。よろしければ下記4冊の書籍で知識を深めてください。わからないところ、難しいところは読み飛ばして結構です。それでもある程度はわかるようになっています。

追)

1. 「患者が知っておくべき脊髄損傷リハビリ」(発行元: 幻冬舎)

内容: 脊髄損傷に限らず、専門的なリハビリとはどのようなものか

2. 「『老い』を受け入れる」(日刊ゲンダイ)

内容: 「老い」を受け入れることで、はじめて本来の自分に必要な医療がわかる  
無駄な薬や治療を受けないために必要な知識

3. 「親の介護を考え始めたら読む本」(幻冬舎)

内容: 医療介護保険制度、地域包括支援センターの役割などをわかりやすく説明

4. 「日本社会の余命」(晶文社)

内容: 第四次産業革命後、あらゆるシステムが制度疲労を起こしたこの日本で、  
これから日本人が行うべきこと



# ～リハビリテーション便り～

## 転倒をしない家づくり

### 転倒しやすい条件とは？

- ①カーペットや小さい段差に躊躇する
- ②扇風機等のコードに引っかかる
- ③部屋や廊下にある物に引っかかる
- ④滑りやすい床



### 解決策

- ①段差の解消、カーペットの撤去、段差解消スロープの使用
- ②コード類や物、部屋の整理整頓
- ③滑り止めマットや滑り止め付き靴下の使用
- ④玄関や廊下、寝室等に足元灯の設置



### お風呂場にあると便利な道具

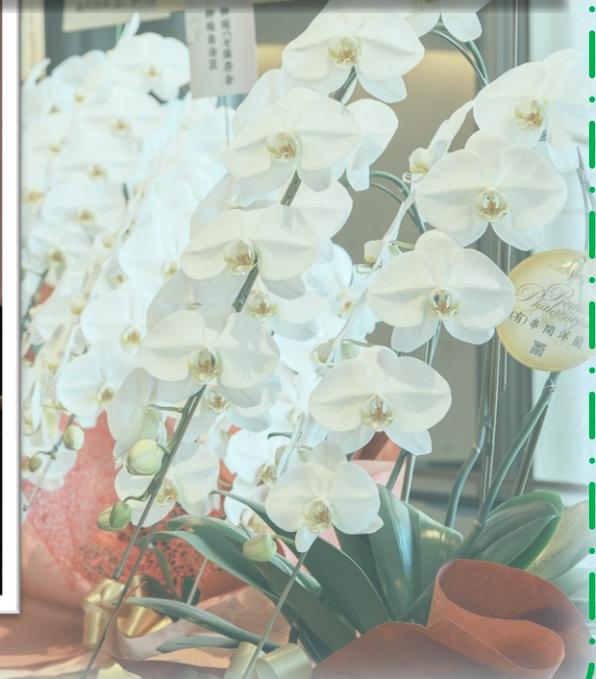
- 高さ(40 cm)がある・背もたれ付き椅子
- 浴室内・浴槽内での滑り止めマット
- 浴槽内用バスステップ、浴室内手すり



春号～秋号までは歴代の柴田院長を紹介してきました  
150周年企画のラストは11/15に開催された講演会です

“未来へ紡ぐリハビリテーションの進化”をテーマに  
柴田元院長、久留米大学松瀬教授、Symbi岩崎氏、  
リハビリテーションセンター今村氏より講演がありました。

リハビリテーションの目的や方法の発展など学びのある講演会となりました。  
たくさんのご参加ありがとうございました！  
今後も久留米リハビリテーション病院をよろしくおねがい申し上げます



# 外来診療のご案内

	診療科	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前	一般外来	一般内科 ※予約不要	一般内科	一般内科 (副院長)	一般内科	一般内科	一般内科	休診
	専門外来	整形外科 ※予約不要	泌尿器科	整形外科 ※予約不要		整形外科 ※予約不要	整形外科 ※予約不要	
			糖尿病 内分泌科		消化器内科	膠原病 ※第3週		
		外来リハビリテーション ※消炎鎮痛は午前のみ						
午後	一般外来	休診(急患に関しては受け付けております)						休診
	専門外来		皮膚科 ※14:00~					
		外来リハビリテーション ※消炎鎮痛は午前のみ						
健康診断・予防接種		予約制となっております、外来受付にお問い合わせ下さい。						

※予約の方を優先いたします。急患及び紹介の場合は、午後でも診察を行っています。

※ご不明な場合はいつでもお問い合わせください。

## ～季節のレシピ～ ★たけのこご飯★

材料(3人分)

米 2合  
たけのこ(水煮) 100g  
菜の花 8本程度  
あさり(缶詰) 55g  
昆布 5cm程度1枚  
酒 大さじ2  
薄口醤油 大さじ2

作り方

1. お米を2合目の目盛りまで水をいれそこから 120cc引く
2. 缶詰の汁と酒、薄口醤油で 120ccのだしを作りお米に混ぜる
3. たけのこを食べやすい大きさにカットしあさりと一緒に炊飯器へ
4. 菜の花は彩りよくゆで食べやすい大きさにカットし炊きあがったご飯にトッピングして完成



たけのこには食物繊維やカリウムをたくさん含んでいます。また、グルタミン酸やアスパラギン酸などのアミノ酸も豊富なので疲労回復にお勧めです。菜の花に含まれるβカロテンは美肌効果や免疫機能を正常に保つのに必要な栄養素です。そして、あさりには貧血対策に摂りたい鉄分が 55gあたり約 18.9 mgと豊富に含まれています。



医療法人かぶとやま会

久留米リハビリテーション病院

〒839-0827

久留米市山本町豊田1887

TEL:0942-43-8033 FAX:0942-45-0388

HP: <https://www.kurume-reha.or.jp>

e-mail: k-reha@ktarn.jp



### 〈編集後記〉

昨年は開業150周年の年であり、病院の歴史を振り返ることが多かった一年でした。

今年は午年、駆ける馬のごとく未来へ向かう第一歩として、飛躍する一年となるよう尽力して参ります。