



事務長よりあいさつ

事務長 大東 信幸

昨年11月からこの第二成田記念病院に異動してきました事務長の大東信幸です。どうぞよろしくお願いいたします。急性期病院から回復期リハビリテーション専門の病院に来て、最初に感じたことは、患者様自身がコメディカルと一緒に障害の回復に向かって取り組んでいる姿が印象的でした。開院して10年目の当院は若いスタッフが多く、成長段階ではありますが、日々努力を惜しまずに患者様の社会・家庭復帰の支援を行っております。当院に対するご意見やご希望または苦情等聞かせていただければ幸いです。



市民講座♪in豊橋創造大学

平成26年11月29日に豊橋創造大学と当院が、特定研修施設とし、市民の皆様に向けて講座を開きました。テーマは「イキイキ生活～生活に役立つちょっとイキ(粋)な話～」。

日常生活の中で取り組める健康維持方法についてでした。認知症予防や、筋力維持、飲み込む力のトレーニング方法など、実践を交えながら行いました。認知症予防では、一桁の数字を足していく簡単な計算や記憶機能に効果的な野菜の名前を10個思い出すこと等を行いました。



作業療法士からは「イキイキとした生活を送るにはテレビは感想や批判を常に考えながら見る、日記を付けて昔の自分を振り返るなど、毎日を少し変える事が大切」と話しました。受講料は無料で、来年度も継続していく予定です。院内でも案内を致しますので、興味をもたれたら是非、ご参加お待ちしております。

トリアージ訓練を行いました



平成26年12月6日、大規模災害時に多数の負傷者が来院することを想定し、当院にて「トリアージ訓練」を行いました。

「トリアージ」とは負傷者を重症度、緊急度などによって分類し、治療や搬送の優先順位を決めることです。災害時において、現存する限られた医療資源（医療スタッフ・医薬品等）を最大限に活用して、救助可能な傷病者を確実に救い、可能な限り多数の傷病者の治療を行うために、傷病者の疾病の緊急性や重症度に応じて治療の優先順位を決定し、この優先順位に従って患者搬送・病院選定・治療の実施を行うことが重要です。

今回トリアージ訓練では76名の多くの職員に参加しました。訓練では初めて特殊メイクを使用し、外傷をリアルに再現でき職員が緊張感を持ち訓練に励むことができました。南海トラフ巨大地震は30年以内に60から70%の確率で発生と言われています。今後起こりうる災害において常日頃から災害を想定し実現性のあるトリアージ訓練、防災訓練や、防災物品整備等、そのときその場に応じた対応ができるよう災害への備えの充実を図っていきたいと考えます。

防災部会 部長 川端 洋晃

管理栄養室 からの お知らせ

春先になるとスギの花粉状況が気になると思いますが、実は1年中なかしらの花粉が飛んでいます。風邪かと思ったら花粉症と言う場合もあるほどです。つらい花粉症を予防するには、「花粉をできるだけ持ち込まないこと」と「バランスのとれた食生活」が大切です。

【花粉症対策】

- ・メガネやマスクをして花粉をブロック！
- ・手や気管についた花粉を洗い流すために「うがい・手洗い」を忘れずに。
- ・たんぱく質・脂質の多い、洋風的な食事ばかりでなく、しっかり野菜も食べられる定食スタイルの食事を。
- ・十分な睡眠を確保すると、免疫力が上がり花粉に負けないカラダに。

平成27年1月14日 水

縁あって『モーニングヴィレッジ』さんに来て頂きました。ギター弾き語りによる歌と独特のコスチュームで患者様だけでなく当院スタッフも楽しませて頂きました。ありがとうございました。



Let's リハビリ ひざのまわりの筋力を強くする運動

横になって片足のひざを立てる。伸ばしている方の足を10～20センチ上げてゆっくり5秒数える。両足交互に10回繰り返す。



巻いたタオルをひざの下に入れて横になり、両脚を真っすぐ伸ばす。ひざでタオルを床に押しつけるようにし、力を入れたままゆっくり5秒数えて力を抜く。これを10回繰り返す。



イスに座って、片足を伸ばした状態からゆっくり上にあげ、5秒数える。両足交互に10回繰り返す。



軽く曲げた両ひざの間にボールや座ぶとんをはさみ、力を入れてゆっくり5秒数える。これを10回繰り返す。ひざの内側が痛む場合は、ひざに当たらないようボールを太ももの方へずらす。



P ポイント

最後に、使った部分を軽く叩いたり、マッサージなどをして、筋肉をほぐしましょう。



□だけ院長の呟き

その6

『音楽の楽しみ③』

先回の続きでリズムの要素について話していますが、同じひとつの曲の中で、簡単な算数さえできれば基本的には同じリズムの中でフォービートからエイトビート、更にはワルツを無理なく行ったり来たりできるし、もっとスリリングなのは同じ曲の中でパート(楽器)により4拍子ないし3拍子を演奏することができるのです。つまりこの後述しようとしているジャズではまずフォービートが基本で、フォービートとは言葉の通り4/4拍子、1小節が4つの四分音符からなり、四分音符の中身が楽譜上八分音符2つでも実際の演奏は3つになって、つまり三連符の真ん中を抜いて演奏するわけです。それが強烈なビート、ドライブ感を生むのです。そして前回述べたように八分音符を均等に吹けばあるいは弾けばエイトビートということになります。つまりフォービートは4/4拍子ではなく、1小節に四分音符は4つですが八分音符は12なので正確には12/8拍子ということになります。では四分音符の中の十六分音符はどうなるかという、スローテンポで声に出してみるとわかりますが、4つでも6つでも十分乗れます。で、12の八分音符を3つずつ4つに分ければ通常のフォービートで4拍子ですが、これを2つずつ6つに分ける

と3拍子が2小節できますから、全く同じテンポでアクセントをどこに置くかによって4拍子にも3拍子にもなり、ドラムがワルツを軽快に叩き、ベースが淡々とフォービートを刻み、ピアノがどちらとも言えないアクセントを加え、ラッパなりサックスとかのアドリブがさらに変拍子でうねり出し、最後は何となく終え、その間に言いたいことを目いっぱい詰め込んで歌い上げるというのが最近のホットなジャズの流れです。

最後に変拍子について述べ、リズムを終わろうと思います。これも前回ちらっと記しましたが、今やジャズのスタンダードとなったデイブ・ブルーベックのテイクファイブという曲が5拍子ですが、作ったのはアルトサックス奏者のポール・デズモンドで、彼は後にギターの才人、ジム・ホールと組んでテイクテンという曲を演奏しましたが、これはヒットせず、10拍子の曲はその後書かれていません。サン・ラ・オーケストラだったか前衛、ないしそれに近いバンド、いやもっとトラディショナルなグループだったかもしれませんが11拍子の曲をがなり立てたことがあります、いい評判は立ちませんでした。先述したチャイコフスキー悲愴交響曲第2楽章が圧巻の5拍子ですが、変拍子は5拍子までくらいがいいとこのようです。ちなみに悲愴は2+3ですが、テイクファイブは3+2でした。

院長 樋下田 稔昭

編集後記



「リハ日和」も2回目の春を迎えました。昨年度は不慣れで未熟な面もあったかと思いますが、お付き合いくださいましてありがとうございます。

春になり徐々に寒さが和らいでまいりまし

た。4月には新入職のスタッフも迎えます。私自身も若いスタッフに負けないようフレッシュな気持ちを忘れず頑張りたいと思います。今年度も「リハ日和」をよろしくお願いします。

社会福祉士 中野 毅

病院基本理念

「人としての尊厳」と「自分らしさ」を根源に、
住み慣れた土地での生き生きとした暮らしへの復帰を支援します。



社会医療法人 明陽会

第二成田記念病院

〒440-0855 豊橋市東小池町62-1 TEL. (0532) 51-5666
<http://www.meiyokai.or.jp/narita2/> FAX. (0532) 55-0660