



回復期リハと日本社会の歩み

院長 樋下田 稔昭

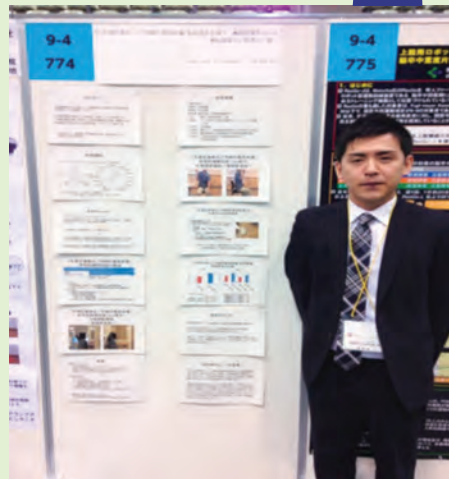
回復期リハビリテーション病棟はその目的を従来のADLではなくQOL、即ち家に帰すのではなく地域ないし社会に帰すことにしようとしています。しかし帰す社会が帰りたくない社会だったら、どうしたらいいのでしょうか。東日本大震災から5年経ちましたが被災地から餓死者が出ています。復興はほとんど行われていないのが現状です。地域住民の一部が細々と手を付けていますが自治体はそれ程活発に動いているようには見えません。ましてや国は、過去のことは早く忘れて、原発を再稼働して豊かな日本を築こうとしており、復興の一言もありません。元気のいい国、例えばかつて

の60年安保の前の日本だったらあっという間に復興しているでしょう。国、国民に力がなくなり、その点いつの間にか超後進国に成り下がっているのです。そしてお金持ちになって貯金、をしてもあまり有利でないのにおいしいものを食べて自動運転車で携帯でもやって楽しく暮らし、益々子孫に多額の借金を背負わせて悪びれない、恥も外聞もない多くの日本人が加速度的に衰退、退化しているのにほとんどの人は気づいていません。そんな日本社会に対して何ができるのでしょうか。やはり海外に逃げるのが一番です。しかしその前にデイスカッションしましょう。

全国回復期リハビリテーション学会に参加して

平成28年3月4日から5日にかけて、沖縄県宜野湾市で全国回復期リハビリテーション学会が開かれました。当院からも患者様/ご家族様のご理解の下、日々臨床の中で挑戦してきた内容を3件発表する機会を頂きました。「2025年問題」と表現されるように、今後日本は超高齢化社会を迎えます。社会保障費の急増が懸念される中、回復期リハビリテーション病院は一層「結果」を求められる事となります。リハビリテーションの「質」に関しても同様です。限られた入院期間内で、どれだけ「エビデンス（根拠に基づいた保健医療）あるリハビリテーションを提供できるか」が問われていきます。リハビリテーションはチャレンジの連続です。より良い医療技術の提供を第一に、今後も臨床技術の研鑽に励んでいきます。

作業療法士 清水 健児



新入職者紹介

病院勤務は初めてでわからないことが多い日々ですが、患者様が笑顔で退院していただけるよう支援や寄り添った介護が出来るよう努力し、諸先輩の指導のもと一歩ずつ視野を広げていきたいと思っています。



介護福祉士
竹本 陽子

1月に入職したばかりで慣れないことも多いですが、スタッフの一員として一つ一つの仕事に責任を持って取り組んでいきたいと思っています。笑顔を大切に患者様、ご家族様に寄り添った支援ができるよう努力していきます。宜しくお願いいたします。



介護福祉士
清川 香月

初めての病院勤務に慣れないことばかりで戸惑い皆様にご迷惑をおかけしています。先輩方の足を引っ張ることが減るように努力し一日も早く仕事を覚えていきたいと思いますのでご指導の程宜しくお願いいたします。



介護福祉士
原田 登貴子

他職種のスタッフと一緒に患者様の支援に努めていきたいと思っています。わからないことや戸惑うことも多々ありますが先輩方に質問し経験していく中で自分の力にしていきたいと思っています。「継続は力なり」私の大好きな言葉です。この言葉を教訓に患者様に笑顔の花を咲かせたいと思います。宜しくお願いいたします。



介護福祉士
東 真弓



多くの専門職の方々と連携して業務を行えるよう、コミュニケーションを大切に一つ一つの業務をスムーズに行ってきたいと思います。一日でも早く皆様のお役にたてるよう努力してまいります。宜しくお願いいたします。



事務員
高柳 彩花



～花粉症対策～

外出時の対策

帽子・メガネ・マスクを身に着け、服はスベスベした素材を選びましょう。
帰宅時は花粉をきちんとはらって、なるべく室内に持ち込まないようにし、帰宅後は顔、目、鼻を洗い、手洗いうがいをし、花粉を洗い流しましょう。

家の中での対策

花粉の飛散が多い時は、ドアや窓を閉め花粉の侵入を防ぐことが大切です。
防いでいるつもりでも、室内にはどうしても花粉が侵入してしまいますので、こまめな掃除特に拭き掃除を行うと効果的です。

花粉症対策をして少しでも症状を軽くし、
つらいシーズンを乗り切りましょう！！



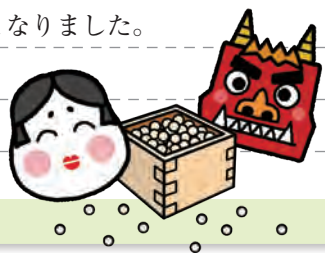
❖ 院内・病棟レクリエーション 2月

2月：豆まき

2月3日に各病棟にて豆まきをしました。
職員扮する鬼が登場、村娘を捕まえようと追いかけます。

が、勇敢な患者さんたちが鬼にむかって球を投げつけ、娘を助けてくれました。

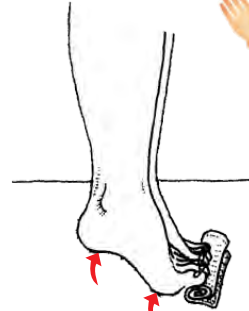
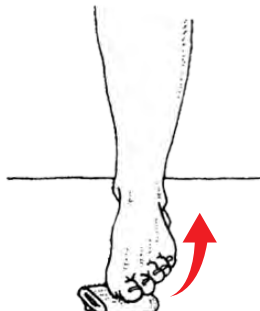
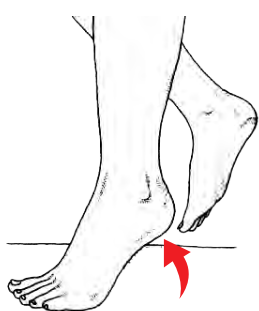
鬼退治の後は、どら焼きで一息、福笑いで談笑となりました。



Let's リハビリ

人の足は、立って歩く際に身体の中で、唯一地面に接している部位です。
かのレオナルドダビンチは「足は人間工学上、最大の傑作であり、そしてまた最高の芸術作品である。」
と言ったそうです。
今日は、そんな足を内部から鍛える運動を紹介します。

①ふくらはぎ、指の筋肉を鍛えよう!



*転倒のリスクがあるので、何かにつかまりながら行いましょう。
*タオルを鍛えたい足の指の下に置き行う事でより効果が高められます。



②骨間筋を鍛えよう!



*足の指を広げるように力を入れます。

③足の裏を鍛えよう!



*座った状態で、足の指でタオルを掴むように繰り返しましょう。
*タオルを濡らすと、より抵抗が増す為筋力トレーニングになります。

管理栄養士から

春の日差しも暖かくなってきました。みなさんいかがお過ごしでしょうか。

日本の四季の移ろいの中に旬というものがあります。旬という漢字は10日間を指し、「上旬、中旬、下旬」10日ずつで30日、1カ月。春でいえばキャベツ、あさり、いちごなど。真のおいしさを秘めたその10日を食べてみたいものですね。

さて、去る2月に開催させていただいた患者家族学習会の内容を振り返りたいと思います。

「食品表示について」をテーマにお話させていただきました。食品表示には、名称、原材料、原産地、賞味期限、保存方法、製造者、販売者、などが記載され、またアレルギーを起こしやすい原材料なども表示されています。栄養成分表示ではカロリーを気にされる方も多いかもしれませんが、血圧が高い方は塩分相当量、骨粗鬆症が気になる方はカルシウムなども参考にして下さると良いと思います。商品を選ぶ際にはぜひ食品表示を見る癖をつけ、自分に合ったものを選ぶようにして下さい。

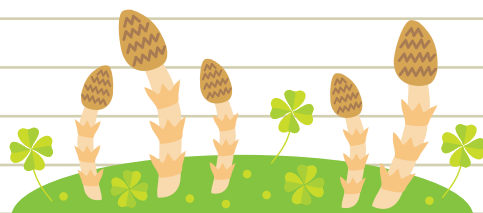
健康食品の表示についてもお話を頂きました。「おなかの調子を整えます」「脂肪の吸収をお

だやかにします」といった保健の効能を示すことを機能性といいます。この機能性が表示できる食品は特定保健用食品（トクホ）、栄養機能食品、そして機能性表示食品の3つです。信頼性の高さからすればトクホです。トクホの歴史は20年以上、商品数も1200を超えています。国による審査があるため信頼性の高いものと言えるでしょう。機能性表示食品は開始から1年とまだ生まれたての制度ですが、企業が参入しやすく商品も増えています。今後は買う側の選択肢も広がっていくことでしょう。

ただし、このような健康食品も日々の食事があるからこそのものであります。主食、主菜、副菜をきちんと摂り、バランスのとれた食事を心がけるのが大切です。

体調を崩しやすい季節の変わり目、栄養をしっかり摂って体調管理に心がけましょう。

管理栄養士 松井 康二



編集後記



りハ日和も三年目の春を迎えました。
今後も当院の魅力や皆様のお役に立てる情報をたくさんの方にお伝えしていけたらと思います、まずは手にとって頂けるよう目の引く季刊誌にしていきたいと思っています。
またりハ日和へのご感想、ご意見などありましたらスタッフにお声掛け下さい。

事務員 及川 舞



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