

新春号 2019 VOL.13

Contents (目次)

大新年会	2P
米淵医師講演会	3P
田畑医師講演会	3P
医療安全推進週間	3P
看護部だより	4P
リハビリテーション科だより	4P
病院食について	5P
海外研修報告	6P
院内旅行報告	6P
ICLS研修	7P
病棟レクリエーション	7P
医療連携室だより	8P
アクセス	8P

四季だより

ごんだんだ

ごんだんだ 四季だより

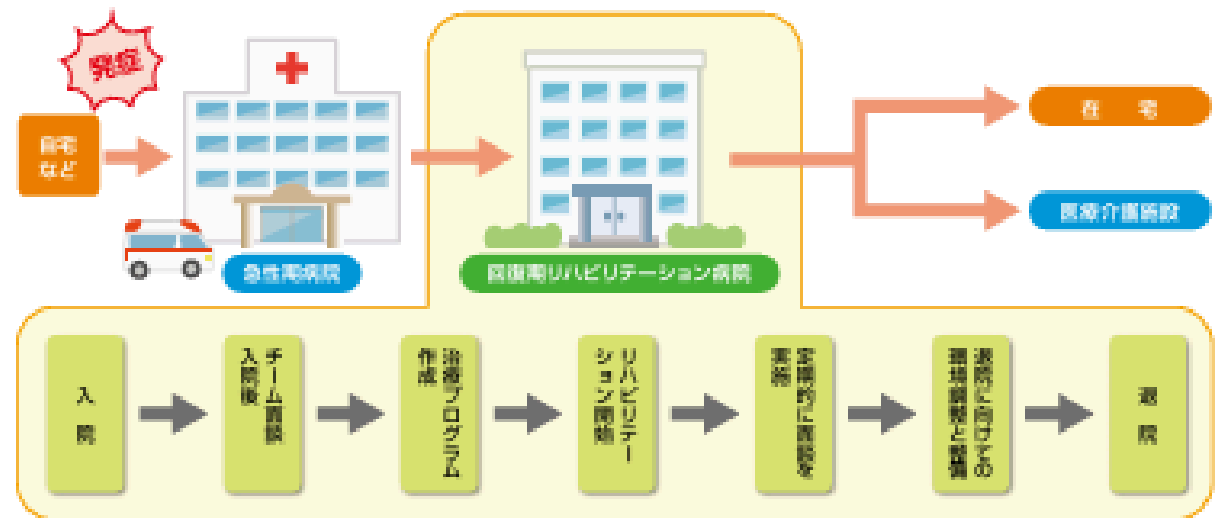
VOL.13

2019 新春号

企画・発行所：一般社団法人 日蘭の会 五反田リハビリテーション病院 広報委員会

医療連携室だより

入院から退院までの流れ



当院では、患者様が一日も早く快適な日常生活を送れるよう、医師、看護師、薬剤師、理学療法士(PT)、作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)、ケアワーカー、ソーシャルワーカーといった、各分野の専門家がチームとなり、医療・看護を行い、後遺症の回復や、日常動作の改善・向上をめざします。
患者様一人ひとりに合わせた計画を立て、専任のスタッフによるリハビリを実施しています。
また入院中のリハビリだけでなく、退院後の生活を見据え、各種手続きや情報提供など、退院し社会や家庭に復帰できるようサポートを行っています。

医療連携室
 医療連携室の受付時間 9:00~16:30 (月~土曜日)
 03-3779-8826 (直通)

ごんだんだ

新春号
2019
VOL.13

平成31年2月

一般社団法人 日蘭の会
五反田リハビリテーション病院
 広報委員会
 〒141-0031
 東京都品川区西五反田8丁目8-20
 TEL 03-3779-8820
 FAX 03-3779-8823



- 五反田駅 (JR山手線、都営地下鉄浅草線、東急池上線) 徒歩8分
 - 大崎駅 (JR山手線、埼京線、りんがい線) 徒歩12分
 - 大崎広小路駅 (東急池上線) 徒歩3分
- P** 大崎広小路駅交差点角にコインパーキングがあります (88台収容)



一般社団法人 日蘭の会
五反田リハビリテーション病院

バレーンアート作成者
 区事務課 山崎 清佳



大新年会



新年明けましておめでとうございます。平成31年1月24日(木)、目黒区のホテル雅叙園東京にて連携先の医療関係者の方々、国会・都議会議員、地域の皆様グループ関係者をお招きして合計約400名の参加による新年会を開催いたしました。

東京高輪病院 院長 木村 健二郎先生、衆議院議員 菅 直人様からご挨拶を頂戴し、順天堂大学医学部附属順天堂医院 教授 服部 信孝先生より乾杯のご挨拶を頂戴いたしました。

松谷院長からも職員へ慰労の言葉が述べられました。各病棟の余興発表では練習成果を如何なく発揮して、来賓の方々からモクオリティーの高さにお褒めの言葉を頂戴することができました。

今後とも地域に一層評価される病院を目指して参りますので、ご支援・ご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

総務課 飯田 浩之



米満医師 講演会

平成31年2月5日(火)当院回復期病棟専従医師の米満勤医師により「脊髄内視鏡」の題目で講演会を実施しました。

脊髄内視鏡という少し難しい内容ではありましたが様々な事例を通し、幅広く学ぶことが出来ました。



講演には医局・看護部・リハビリ科を含め、医療連携室や栄養科職員などの職員も参加し、有意義な時間を過ごすことができました。

総務課 森 良太

田畑医師 講演会

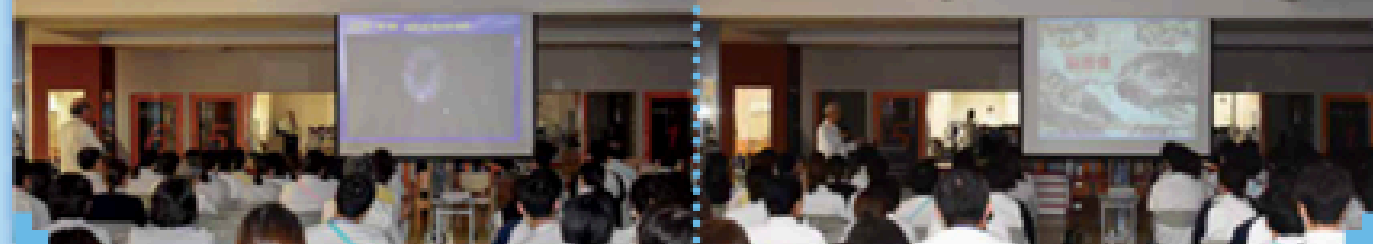
平成30年12月12日(水)、当院回復期病棟専従医師の田畑先生により「脳を見よう、脳を使おう!〜脳画像を通して〜」の題目で講演会を実施しました。

脳の内部構造や症例、年齢に伴う変化など実際の脳画像を確認しながら分かりやすく学ぶことが出来ました。

また当院職員が、自分の病院の常勤医師の専門分野を知る良い機会となりました。



総務課 緒方 隆也

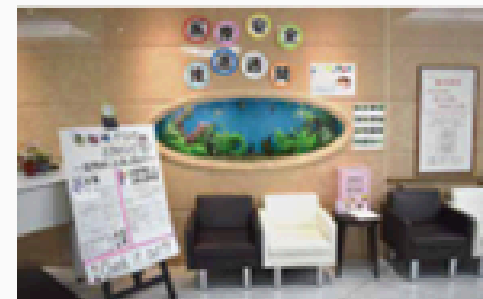
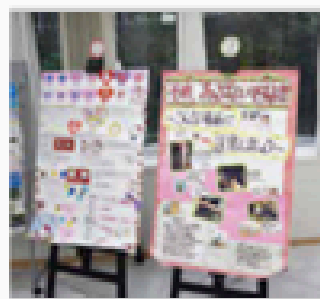


医療安全推進週間

当院では平成30年11月17日(土)から平成30年11月26日(月)まで、病院受付ホールに医療安全に関するポスターを掲示いたしました。

各部署で創意工夫して作成したポスターは、日々の業務の基本的な内容であっても大事なことばかりで、医療安全に対する意識を高めることに繋がっております。

「医療安全推進週間」とは、平成13年に「患者の安全を守るための共同行動(PSA)」の一環として、医療機関や医療関係団体等における取組みの推進を図り、また、これらの取組みについて国民の理解や認識を深めていただくことを目的として、厚生労働省が推進しています。



行政機関、医療関係団体、医療機関、製造団体等においては、この週間を中心として、医療安全向上のため、シンポジウムの開催、研修の実施など様々な取組みを進めています。

総務課 小林 透



看護部だより



毎日リハビリ、時々レクリエーション

デイルームでのレクリエーション、お悩みではないですか？
 体操、お話、折り紙、歌、カルタ、トランプ…得意な事がある人には良いですね。
 看護部で購入の「レクリエ」は活用していますか？
 私のオススメは「今日は何の日？」で始めて「大吉体操」で体を温め、絶対ヤレ！とされている(笑)口脛体操で締めます。体操の輪に誘っても中には「絶対に嫌だ！」と言う患者様もおられます。でも、よく見ると遠くのほうで体が動いていたり、口をパクパクしていたりします。毎日同じ場所でやっているからちょっと参加してみようかなという気持ちが患者様の楽しみに繋がっていけば良いなと思います。時には〇〇会、と言うような派手な演出もしてみたくりますが毎日コツコツと続けていく事が大切だと感じています。

コレをやったら皆笑顔だった！と言うようなアイデアがございましたらお教えてください。

看護部 小井沼 麻里

病院食についで



栄養科 西田 明子

1月の松茸堂

お部屋によっては月に1回 松茸堂御膳を企画しております。

メニュー

- 赤飯 ●平目昆布メ ●お造り ●栗甘露
- いくらと長芋紅白和え ●くわい煮付け ●田作り
- エビ黄身煮 ●豚ロースしそ梅はさみ揚げ
- 白味噌雑煮仕立て ●黒豆乳ゼリー寄せ ●果物



節分

全病棟共通で季節にあわせた行事食をお出ししております。

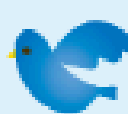
メニュー

- ばらちらし
- 炒り鶏
- 具汁
- 節分デザート (子鬼がお)



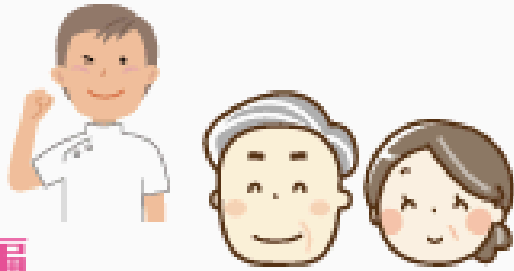
軟菜食

摂食嚥下機能のレベルに合わせ、食事形態の種類を準備しております。出来る限り、手作り、形のあるお食事を召し上がっていただけることを目標としております。歯茎で、スプーンで、つぶせるかたさをめやすに出来る限り形あるお食事の提供を目指しています。



筑前煮の鶏肉もスプーンでつぶせます。

リハビリテーション科だより



自宅で出来るリハビリの話 呼吸編

呼吸には大きく分けて胸式呼吸と腹式呼吸があります。腹式呼吸はお腹をふくらませて(横隔膜を上下に動かして)行う呼吸法です。胸式呼吸は、首や肩の筋肉を使って肋骨を動かす、肋骨(あばら骨)を上下に動かしておこなう呼吸法です。今回は主に腹式呼吸について触れたいと思います。

①腹式呼吸のメリット

- 胸式呼吸は、肩や首の筋肉を使う呼吸なので、その筋肉に酸素が使われてしまいます。しかし、腹式呼吸では横隔膜を使った呼吸なので、呼吸によって得られる酸素の量が増加し、効率的といえます。
- 腹式呼吸はリラックスしているときなどに働く「副交感神経」を刺激することも特徴です。
- 腹式呼吸はお腹を動かす呼吸なので、腹横筋という筋肉を使う事ができます。インナーマッスルを動かすことで、腰痛予防や便秘にも効果があります。

②腹式呼吸のやり方

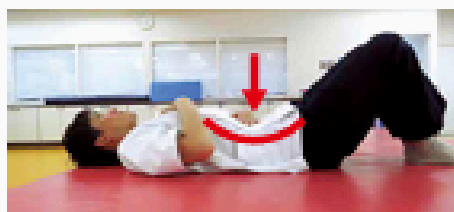
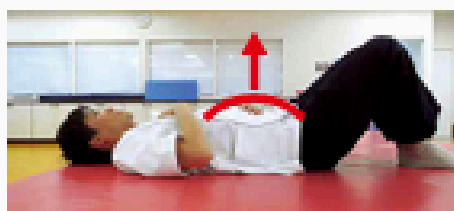
寝た状態で、胸とお腹に手を当てます(写真参照)。お腹をふくらませるように、鼻から息を吸います。(このとき、胸は動かないことを確認してください)

息を吐く時には、お腹を凹ませるようにします。

この繰り返しです。最初は難しいかもしれませんが、継続することで慣れてきます。

呼吸は自分のペースで頑張ら過ぎないようにしましょう!

リハビリテーション科 松崎 恵利菜



ムース食

退院に向け調理方法の具体的な指導、ご案内もいたしております。

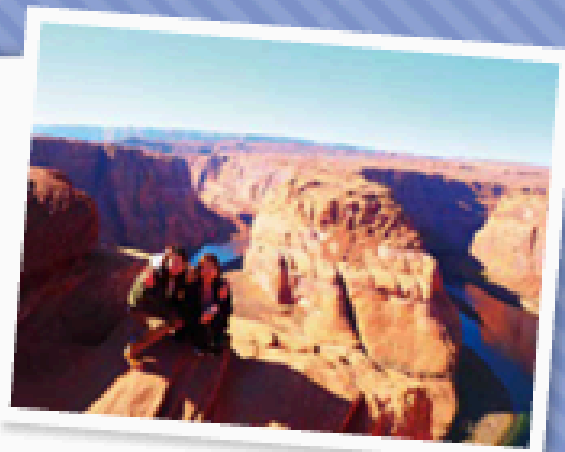
メニュー

- お粥(離水に配慮) ●すき焼き風
- きのこと炒め
- 小松菜のおかかあえ
- 果物ゼリー



海外研修報告

平成31年1月31日(木)から平成31年2月5日(火)までアメリカ・ラスベガスへ4泊5日の海外研修へ行きました。
特にアリゾナ州北部にあるグランドキャニオンに感動しました。
18億3千年前の地層を生で見ることが出来、地球・自然の大きさを体感しました。



アンテロープキャニオン、ホースシューベントなど様々な自然が長い年月をかけて作りだした景観と共に、その地域に元々住んでいたとされる先住民族のナバホ族とも関わることができ、アメリカの昔の人種差別や迫害の歴史を学びました。
ラスベガス研修で見た景色や体感したことは感性を高めることに繋がったと感じています。
今後の職場業務や患者様への看護へフィードバックしていきたいと思います。

看護部 坂口 由美

ICLS (急変トレーニング)研修



救急委員会の活動報告を致します。平成31年1月23日(水)、新久喜総合病院より救急チームの看護師2名をお招きして、「新久喜総合病院監修 ICLS (急変トレーニング) 研修」を実施しました。
このような活動は新久喜総合病院にとっても、当院にとっても初の試みでした。まさにKGの力、グループダイナミクスが発揮された活動でした。講師からは、受講生と密に関わることができ、「教える私達も楽しかった」との感想をいただきました。また当院スタッフの接遇の良さや受講生のレスポンスの良さにもお褒めの言葉をいただきました。
今後も、今回の試みで構築された新久喜総合病院救急チーム看護師との連携を維持・強化し、当院の急変対応能力向上に向けた取り組みを検討・実施していきたいと考えています。

看護部 田中 教隆

院外旅行報告

平成30年12月13日(木)～平成30年12月15日(土)まで私達は院外旅行で韓国のソウルに行ってきました。

12月のソウルは極寒といわれ、今年の気温は-10°まで下がった日もあったとのこと。

幸いなことに-2°程であり天候にも恵まれました。

今回の旅行のメインは韓国料理、韓法エステ、買い物でした。その中でも初めて体験した韓法エステは想像以上に痛い時もあるれば楽しい時もありとても印象に残っています。

現在は違う病棟で働いている同期達と充実した時間を過ごすことが出来ました。

リハビリテーション科 山本 翔吾



みんなで作った「富士山の貼り絵」

平成最後のお正月を迎えるにあたり、患者様のみなさまとスタッフと共同で貼り絵を作りました。

はじめは、病棟のレクリエーションの感覚で始めたのですが段々と、患者様・スタッフともに熱が入り「ここは、この色がいいんじゃないのかしら」、「山頂の雪の部分は下地のままよりも、きちんと折り紙の白を張ったほうが見栄えがいいわよね」などと、意見を交わしながら楽しく作成することが出来ました。

3・4階病棟の患者様・スタッフとの和気あいあいとした風土が現れた素敵な作品でしたので、是非みなさまにも見ていただきたいリハビリ室に展示させていただきました。
第2弾、3弾も楽しみにしてください!

看護部 岡澤 和美

