

リハビリテーション西播磨病院だより

# ひかりの都

2014年  
9月発行



写真提供：古林信幸氏



## 今年度のこと、 来年度のこと

兵庫県立リハビリテーション西播磨病院

業務部長 西村 秀彦

私は、昨年度4月に西播磨総合リハビリテーションセンターで勤務を始めて、今年度、2年目を迎えました。実は、平成18年度の開設時から2年間、事務職員として勤務しており、当センターには2回目の勤務となります。

当センターの開設後、同年7月に診療を開始した当院も、今年度、早や9年目を迎えています。その間、介護保険事業である通所リハビリテーションの実施、認知症疾患医療センターの開設、回復期リハビリテーション病棟

入院料1の施設基準の取得、入院における365日リハビリの実施や失語症外来の実施等、県民の皆さまへのサービスの向上に向け積極的に取り組んでまいりました。

また、今年度は、外来リハビリ機能のさらなる充実に向け、新たに、脳卒中中等フォローアップ外来、高次脳機能障害外来及びパーキンソン病外来リハビリの実施に取り組んでおります。

さて、当センターでは、毎年恒例のイベントとして、9月に「ふれあいリハフェスタin西播磨」と称する地域交流事業を開催いたしますが、今年度は、当センターの運営団体である社会福祉法人兵庫県社会福祉事業団の設立50周年の年であることから、その記念行事としての位置付けで実施することとしております。また、来年度、当院は開設10年目という節目の年を迎えることとなりますので、記念行事の実施等について、構想を練っていく予定としております。いずれも当院の患者さまや当センターの利用者さまを始め、多くの県民の皆さまに楽しんでいただける内容となるよう準備を進めたいと考えております。

今後も、県立病院として、充実した医療とリハビリテーションサービスの提供に向け一層努力してまいりますので、変わらぬご支援、ご鞭撻をよろしくお願いいたします。

# 西播磨病院に赴任して



内科医長  
井上 広之

私は、平成8年に医師となりました。ここ最近5年間は、医療療養型病棟の管理業務を中心に行って参りました。特に、全病棟が医療療養型病棟の病院に入院される患者様は、ほとんどが寝たきり状態の患者様であり、自宅へ退院できる可能性がなく、施設入所がゴールと判断された患者様、あるいは気管切開等で施設入所も自宅退院も困難な患者様であり、入院時よりも状態が改善して自宅へ退院する割合が極めて低いのが現状です。

私がリハビリテーションに特化した医療機関に赴任したのは、兵庫県立リハビリテーション西播磨病院が初めてであり、今年5月から赴任したばかりです。

回復期リハビリテーション病棟は、自宅退院や復職を退院のゴールとする病棟のため、基本的には、入院時よりも状態を改善させることが前提となります。私自身にとって、医療に対する思考回路を大きく転換させられる機会です。

急性期加療を行われた疾患の種類・程度、職業や年齢によって、回復期リハビリテーション病棟における患者様のゴールに向けて、私自身がどのように関わっていけばよいのかを把握することが、重要な責務であると考えております。

以上、何卒よろしくお願い申し上げます。



よろしくお願いします

## 認定看護師のご紹介

専門的知識を持つ看護師が3名誕生しました。



摂食・嚥下障害認定看護師  
森重 ゆかり

みなさんにも「食べたいもの」「好きな食べ物」が、きっとあると思います。その「食べたい思い」を叶えられるように、一緒に安全に食べる方法を考えていきたいと思っています。嚥下(えんげ:食べ物を飲み込むこと)をするときは、直接目で見えないので「ちょっとムセるけど、自分は大丈夫」と思ってしまう方も多いです。安全に嚥下をするためには、食べる訓練だけでなく歯磨きや、舌や唇を鍛える運動も必要です。食事が、なんとなく食べにくいな…と感じたときや、食事中や後に『ムセる』『咳や痰が出る』など、普段と違う症状が出るときは、いつでも声をかけてください。



認知症看護認定看護師  
中田 葉子

認知症患者さまにとって入院という環境変化は、想像以上の大きなストレスとなり様々な行動変化を起こすことがあります。環境変化から来る患者さまの混乱を最低限に留め、安心できる療養環境づくりを行っています。また、認知症の状態に合わせ、介護される家族様へ情報提供やサポートを行っています。



脳卒中リハビリテーション認定看護師  
宗重 幸平

認定看護師として得た経験や知識を還元し、更なる質の高いリハビリテーション看護を皆様に提供する事を目標にチーム一丸で取り組んで参ります。宜しく願い致します。

## 脳卒中フォローアップ外来の診療を開始しました

当院の回復期病棟を退院してご自宅に帰られた方を対象に、退院後も定期的に身体機能の低下や後遺症変化の経過を観察し、身体機能の低下や異常の早期発見に繋ぎ、ご自宅での生活が安定して過ごせるよう、フォローアップしていく取り組みです。

退院後、地域の社会サービス等を利用される方が多いのですが、当院のリハスタッフによる専門的な身体機能評価と診察を定期的に行い、生活状況や身体状況の変化に対応できるよう支援し、また地域のケアマネジャー等との連携を図ることでより良いサービスに繋げ、在宅での生活の質を維持していくことができると考えています。

近年ますます厳しい社会情勢の中で、介護保険や医療保険の利用範囲の制限はありますが、地域にあって、リハビリテーション専門病院として、長く安心して相談できる施設でありたいと努力していますので是非ご利用ください。

詳しくは回復期病棟退院時にご相談ください。







# 「食中毒予防のための手洗い・アルコール消毒の大切さについて」

ICT ワーキングチーム

## あなたの手はきれいですか？

いつもきちんと手洗いできていますか？「面倒くさいから…」という理由だけで、きちんと手を洗わなかったりしていませんか？

## 手には見えないバイ菌、ウイルスがいっぱい

しっかり手洗いしていないと、手には目に見えないバイ菌・ウイルスがいっぱいついています。

多くの病気や食中毒は、原因となる病原体が付着した手で料理を作ったり、食事をしたり、目や鼻をこすることによって発症してしまいます。

では、どうやって感染するのでしょうか？もちろん、くしゃみや咳でも感染しますが、意外なことに「手」を介した感染が、一番多い感染パターンになるのです。「鼻をかむ」、「鼻を手でこする」、「くしゃみ・咳を手で覆う」。この時、ウイルスが手にたくさん付着します。この手で、電車の吊革、手すり、ドアノブに触れると、そこにウイルスが付着。そこを別の人が触れ、その手で鼻や口のまわりを無意識に触れることで感染が起こるのです。

インフルエンザウイルスは、ドアノブなどで2～8時間程度生存でき、手が感染原因となる可能性が指摘されています。

サルモネラ菌、ブドウ球菌、病原性大腸菌（O-157 など）、ノロウイルスなどによる食中毒は、主に手の汚染によって引き起こされることが知られています。

## 手洗いのタイミングとポイント

米国の調査ですが、おむつの交換の後や食事の前に手を洗うという人はほとんどですが、咳やくしゃみの後に手を

洗う人はほとんどいなかったといわれています。日本でもおそらく同様と思われます。

- ① 帰宅時
- ② トイレの使用後
- ③ 食事の前
- ④ クシャミや鼻をぬぐった後
- ⑤ 調理の前



汚れが目に見えて明らかなきは、石けんと流水（またはお湯）で手を洗いましょう。

石けんと流水が使用できないときや汚れが明らかでない場合は、アルコール系の速乾性手指消毒剤を使用します。

## 手洗いの方法

石けん液を泡立てながら、もみ洗いをしましょう。洗ったあとに手をしっかり乾かすことも大切です。

手指消毒用アルコールは、しっかりすり込みましょう。

お湯の使用や、頻繁な手洗い、手指消毒は手荒れに繋がることがあります。手荒れがあると手洗いがおろそかになりやすく細菌の温床になりやすいです。手洗い、手指消毒が多くなる流行シーズンは、手肌のケアも大切です。

丁寧な手洗いで、  
食中毒や感染症を  
防ぎましょう



# 植物のある暮らし

園芸療法士 黒部 一之

## 「秋の七草」を言えますか？

七草というと、春の七草があまりに有名ですね。「セリ(芹)、ナズナ(薺)、ゴギョウ(御形)、ハコベラ(繁縷)、ホトケノザ(仏の座)、スズナ(菰)、スズシロ(蘿蔔)、これぞ七草。」皆さんもこの順番でリズムで、まだ子供だった頃、覚えたことでしょうか。野原に出て、摘み取り、粥にして食べたことでしょうか。

風立ちぬ、という秋の気配はまだまだ先のようなのですが、今回は秋の七草を皆さんにご紹介します。涼しさを感じるようになったら、野山を歩いて、足元に咲く秋の七草を見つけてみませんか。そんな心の余裕を持ちたいものですね。



オミナエシ(女郎花)



キキョウ(桔梗)



ナadeshiko(撫子)



ハギ(萩)



クズ(葛)



フシバカマ(藤袴)



オバナ(尾花)





## 普段着の私



管理栄養士 安井 鈴華

私は、食べものがおいしく、散歩がたくさんできるアジアが好きで、友達と都合が合えば自分へのご褒美も兼ねて旅行に出かけます。最近は、計画するも互いの休みが合わず、近場国内旅行に変更になることが多かったりもするのですが...

旅行の醍醐味は、行き先を決めて観光プランをすることと、現地で方向がわからず地図を回しながら散歩をすることです。毎回何かしらの笑える出来事があり、珍道中となる旅行を楽しんでいます。

次の計画がどんな旅行になるのかは未定ですが、久々に山も良いかなと考えています。



薬剤師 新免 恵

多肉植物というものをご存知でしょうか。多肉植物というのは肉厚な葉や茎に水分を蓄えることができる植物です。とても丈夫で育てやすく、ユニークな姿、質感は見ていて飽きません。私はこの多肉植物の魅力にとりつかれ、自宅で育てています。鮮やかな色の花が咲いたり、秋になると紅葉したりする種類もあり、季節を感じることができます。また、植木鉢以外にも、雑貨屋さんで買ってきた食器、紅茶の空き缶など自分の気に入った容器に植えられるのも魅力の一つです。しかし、思うように育たず苦労することもあり、まだまだハマっていきそうです。



## 🍴 お店紹介 🍴

### ～ 末廣堂 光都苑 ～

今回の病院近隣のお店紹介では、西播磨総合庁舎の隣にあります末廣堂 光都苑をご紹介します。お店は、自然に溶け込むような木造の建物であり、心落ち着く印象を受けます。出勤前にお邪魔し、モーニングセット(トースト・サラダ・ゆで卵・コーヒー)をいただきました。コーヒーは自家焙煎されており、こだわりが感じとれました。モーニングを食べながらも窓には山の緑が写っています。その日は、カナブンの窓の外で散歩していました。西播磨の自然を感じながら食事をされに足を運ばれてはいかがでしょうか。ランチも営業されています。明治33年より創業された末廣堂の和菓子も絶品です。



“おんせん”と“うまいもん”でおもてなし 1泊2食 ¥6,300～

松葉ガニ、ホテルイカ水揚げ量日本一！  
山陰浜坂 (税込)

竹プラン

平日1室2名様利用、1泊2食付  
大人お一人様(60歳以上の方)

8,650円



写真は「竹プラン」の一瞥です



浜坂温泉保養荘

〒669-6702 兵庫県美方郡新温泉町浜坂775  
TEL 0796-82-3645 FAX 0796-82-3647

※いろいろなプランがあります。詳細はHPをご覧ください！

<http://www.hamasaka-ni.com/>

**Play Sport**

西播磨総合庁舎の隣にある、ふれあいスポーツ交流館。水泳、テニス、バドミントン、卓球、柔道、剣道、空手、少林寺拳法等、様々なスポーツが楽しめます。また、子供向けのプールや、高齢者向けのウォーキングコースなど、様々な施設があります。

ふれあいスポーツ交流館 TEL 0791-58-1313 FAX 0791-58-1323

〒679-5165 たつの市新宮町光都1-7-1