



## 普段着の私



リハビリ療法部 次長 大藪 弘子

若い頃は、日本語を貫く海外旅行、青い湖・池を求めての国内旅行、スキーに登山、演劇、コンサート…と、うろうろしていました。

最近では、通勤が小旅行となり、休日はカウチ・ポテト。『ドキュメント72時間』、『グッと!地球便』、ドラマ『シカゴ・メッド』などで、いろんな人の生き様や人間模様を勉強しています。また、月刊『勤務表』の制作に取り組んでいます。患者様の充実した診療を確保しながら、スタッフ一人ひとりのライフ充実（休み希望…自費での研修会、子どもの行事、旅行等々）も図れるように悪戦苦闘しています。

高齢者が元気に毎日を送るためには、『キョウヨウ』と『キョウイク』が大事であると、講演で聞きました。休日に『今日用事がある』『今日行くところがある』を計画しないと、フレイル（Frailty 高齢者の虚弱）に向かってまっしぐら。そろそろ、私の好奇心を呼び起こさなければ…



放射線技師長 小川 勤

ある日曜日の我が家。掃除は奥さん、洗濯は私の役目。午前中はやめに家事を済ませ、電車にて大阪を目指す。

「だるま」で生ビール片手に串カツを食し、通天閣に上り、次はアベノハルカスを目指す。

スーパードライエクストラコールドを飲みほし、しばしウィンドウショッピング。気に入ったシャツやパンツを買い、夕方には鶴橋へ。

コリアタウンを散策しプチ韓国旅行。そして夕食は駅前の焼肉屋。

そう、私の趣味は飲み歩きw うちでは昼ペロと呼んでいます。

この日飲んだのは、生ビール6杯とレモン酎ハイ2杯、芋焼酎2杯。（妻も同じだけ飲んでます）

みなさん「酒は飲んでも飲まれるな」



## 植物のある暮らし

### 静かなる緑の力 2

園芸療法士 黒部 一之

病院を取り囲む山々の彩が、少しずつ朱や黄に変わりつつある今日この頃、山に登り、山に抱かれ、季節の変化・節目を植物から感じてみてはいかがでしょうか。

森林浴は、日々の疲れやストレス解消という癒し効果だけではなく、健康維持に嬉しい効用がもつとあります。

まずは「香り」。山を歩くと、ふんわり清々しい香りがしませんか。これはフィトンチッドという樹木等から発散される香り成分です。自律神経（特に副交感神経）を賦活し、血圧や脈拍を低下させ、精神的な落ち着きを感じることができます。

次に「色」。緑という色は、色学的に暖色系の赤にも、寒色系の青にも属さない中間色で、調和のとれたバランスの良い色彩です。感情のコントロールやストレスに対する反応を鎮めてくれ、緊張、うつ、怒り、疲労を緩和することが期待できます。

次に「音」。「1 / f ゆらぎ」というリズムが、自然の中に溢れています。木々の葉が風で擦れ合う音、葉から滴る雨音、鳥のさえずり、溪流や滝の音などなど。このような適度なゆらぎを持つリズムにひとが同調すると、非常に心地よく安心感を得ることができます。

さらに「マイナスイオン」。マイナスイオンを含む空気を体内に取り込むことで、脳内がα波状態となり、リラックス効果があることは広く知られています。溪流や滝などから発生しているマイナスイオンが、森の中で充満しているからです。

ひとが森や植物の中に足を踏み入れたり、日常の暮らしの中に意図的に植物を取り込んだりすることは、五官を刺激し、五感を賦活することになります。ひとと植物との良好な関係を、日々の健康づくりに活かすことを、皆様にぜひお勧めします。



## “おんせん”と“うまいもん”でおもてなし

特別会席プラン  
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)

13,750円(税込)

※その他、いろいろなプランがあります。  
詳細はHPをご覧ください!

お得な「温泉ランチ」  
はじめました!  
温泉入浴付き  
2,000円~



浜坂温泉保養荘

☎(0796)82-3645

〒669-6702 兵庫県美方郡新温泉町浜坂775  
http://www.hamasaka-ni.com/

写真は「特別会席プラン」の一例です

Play Sport

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

リハビリテーション西播磨病院だより

# ひがりの都

2017年  
9月発行



## 患者に寄り添う医療

神経内科部長 水田 英二



前任の宇多野病院は国立病院機構のひとつでした。国立病院機構は全国に200近い病院を持ち、それなりに模範となるべき病院でした。国会で医療関係の質疑が行われると官僚は国立病院機構で集めたデータをもとに答弁しており、それを医療の基準とすることが多かったからです。しかし、大きな組織は小回りが利かず、おかしいと思うこともなかなか変えられませんでした。病院で組織的に「患者様」と呼ぶようにしたのも国立病院機構です。丁寧な扱いのようですが、外来診察はマイクで診察室に呼び入れています。個人情報保護として、名前は呼ばず番号で呼びます。番号で呼ぶなんて刑務所と同じじゃない? 私はマイクで患者さんと呼ぶことはどうしてもできず、ドアを開けて自分で患者さんと呼んでおりました。(診察室の中の症状よりも、診察室外の歩く姿を見る方がパーキンソン病の症状を正確に把握できるというのは内緒の診療テクニックです。)一般の方も「患者様」と呼ばれることに違和感を持つことが多く、時々投書箱に「もっと人間らしく扱ってほしい」と意見が入っておりました。現場の人たちはわかっていたのですが組織はなかなか動かず、最近になってようやく国立病院機構は「患者様」と呼ぶことを取りやめにしました。当院はリハビリテーション専門病院であり、病気・障害を治癒させることはできなくても、寄り添う医療を行う病院です。患者に寄り添う医療者でありたいと思います。それも、現場感覚を持ったプロの医療者として。



# 医療安全活動

リスクマネジメント委員会

## ■ 安心・安全パトロール

当院を利用していただく患者・家族の皆さんに安全な環境を提供するため、危険な場所がないか『安心・安全パトロール』を毎年実施しています。

『安心・安全パトロール』で、気づいた点をリスクマネジメント委員会で話し合い、環境の改善につなげています。

改善した場所については、

- ①夜間入口から駐車場に行くまでの照明と危険箇所に黄色ラインの表示
- ②院内において、厨房から配膳車が廊下にてでることがわかるように、ミラーの設置

等の改善に活かしています。

今年は、7月・8月の2回実施し、様々な危険箇所を見つけ改善にむけ取り組んでいます。利用される方々におきまして、危険箇所がありましたら教えてください。



照明



危険区域の黄色ライン



衝突防止ミラー

## ■ 報・連・相の徹底

医療安全の取組みとして「連携強化」-報・連・相の徹底-をテーマに、各部署で取り組む目標を掲げ、計画・実施・評価を行っています。



報告



連絡



相談

## 部署紹介

### リハビリ療法部 理学療法科

皆さん、こんにちは！当院の理学療法科について紹介します。

当科には、フレッシュな若手から、いきいきとした中堅、味のあるベテランまで、総勢23名の理学療法士（PT）がいます。

理学療法室は、作業療法室と一体となっています。自然光を取り入れるための大きな窓があり、木をふんだんに使っているのが暖かく開放的な空間となっております。

理学療法科では、いろいろな評価機器や治療機器を取り揃えており、様々な患者さんに合わせて使用できるようになっています。最近ではHONDA社製の歩行アシストを導入しました。また、一人では立ちにくい方に対しては免荷歩行機器を使用し、早い時期からの立位・歩行練習を行っています。

また、理学療法室だけでなく、屋外でのリハビリやふれあいスポーツ交流館（スポーツジムやプールなど）を利用したリハビリも提供しております。展示ホールではその人に適した福祉用具も検討いたします。

スタッフは、スノーボード、野球、自転車、登山、水泳などさまざまなスポーツを趣味にしている者がおり、皆さんのリハビリを支援するために日頃からからだを鍛えています！

私たちは、皆さんの運動機能が回復し、日常生活の動作が行いやすくなり、退院され笑顔で住み慣れた街でまた生活ができるように、様々な専門職と連携してご支援します。一緒にがんばりましょう！！



## セタロビーコンサート

患者様や病院スタッフ、家族の方など、約120名が参加し、7月3日（月）にセタロビーコンサートが開催されました。

セタの笛をバックに、まずは音楽ボランティア『赤穂プラスウィズ』の高木恵二さん、高木永子さん、当センタースタッフの穴戸稔さんによるサックスの生演奏。次に、『Top Of The World』『明日があるさ』など、有志のみなさんが歌声を披露されました。

ロビーにサックスの音色や元気の歌声が響き、参加者みんなで楽しいひと時を過ごすことができました！



## 播磨科学公園都市まちびらき20周年事業 ふれあいリハフェスタ in 西播磨 2017

この催しは、センター利用者と地域の方々とふれあいや交流を図るとともに、センター機能の体験を通して福祉や医療に対する理解を深めることを目的として毎年開催されます。

今年は、女子プロサッカーA5ハリマアルビオントップチームとの交流イベントをはじめ、様々なステージプログラム、飲食・特産品販売、お子様向け遊具コーナー、ふれあいスポーツ体験などを企画し、多世代の方に1日楽しんでいただけます。

10月15日（日）はぜひ西播磨総合リハビリテーションセンターにお越し下さい。



## 『てくてくバス』のご紹介

播磨科学公園都市圏域定住自立圏 圏域バス『てくてくバス』が新たに利用できるようになりました！

**播磨科学公園都市圏域定住自立圏 圏域バス**

愛称:てくてくバス

このマークが停留所の目印です。

**1. 運賃**

1乗車 200円(小学生未満は無料)

**2. 運行日**

月曜日～土曜日

※日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は運休

※交通事情などで運行時刻に遅れが生じる場合がありますので、ご理解をお願いします。

**3. お問い合わせ先**

株式会社ウエスト神姫 相生営業所 0791-22-5180

たつの市 企画財政部 企画課 0791-64-3141

播磨科学公園都市圏域定住自立圏 圏域バス 路線図

この区間は上郡町内全ての路線バス停留所に停車します

播磨科学公園都市圏域定住自立圏 圏域バス(てくてくバス) 時刻表			
播磨新宮駅 → 播磨科学公園都市 → 上郡駅		上郡駅 → 播磨科学公園都市 → 播磨新宮駅	
播磨新宮駅	9:45 14:35	上郡駅	8:15 13:15
千本駅	9:55 14:45	柴町	8:16 13:16
西栗栖駅	10:01 14:51	上郡橋	8:17 13:17
芝生広場	10:10 15:00	出雲大社前	8:18 13:18
西播磨総合リハビリセンター	着 10:14 15:04	段町	8:18 13:18
発	10:15 15:25	中央公民館前	8:19 13:19
芝生広場	10:19 15:29	尾長谷	8:20 13:20
テクノ中央	10:20 15:30	小山	8:21 13:21
金出地	10:24 15:34	小山東口	8:22 13:22
戸谷宮前	10:25 15:35	鯉ヶ谷	8:23 13:23
野尻	10:26 15:36	鞍馬診療所前	8:23 13:23
柳田	10:27 15:37	野島	8:24 13:24
鞍馬	10:28 15:38	中村口	8:25 13:25
中村口	10:28 15:38	鞍馬	8:25 13:25
野島	10:29 15:39	柳田	8:26 13:26
鞍馬診療所前	10:30 15:40	野尻	8:27 13:27
鯉ヶ谷	10:30 15:40	戸谷宮前	8:28 13:28
小山東口	10:31 15:41	金出地	8:29 13:29
小山	10:32 15:42	テクノ中央	8:34 13:34
尾長谷	10:33 15:43	芝生広場	8:35 13:35
中央公民館前	10:34 15:44	上郡橋	8:39 13:39
段町	10:35 15:45	西播磨総合リハビリセンター	着 8:40 14:00
出雲大社前	10:35 15:45	発	8:44 14:04
上郡橋	10:36 15:46	芝生広場	↓
柴町	10:37 15:47	西栗栖駅	↓
上郡駅	10:39 15:49	千本駅	↓
		播磨新宮駅	9:02 14:22

※播磨新宮駅では、姫新線、路橋バス、たつの市コミュニティバスに接続しています。

※上郡駅では、山陽本線、智頭急行線、上郡町コミュニティバスに接続しています。