



普段着の私



リハビリ療法部 作業療法士 福岡 恵莉

私は今年結婚してから生活が大きく変わりましたが、最近頑張っていることは料理です。一人暮らしの時は「食べられればいい」という考えで、数日同じものを食べることや、インスタント食品で済ます日も多かったです。しかし、結婚してからは食費や栄養面のことも自然と考えるようになりました。食材の値段の相場も分かってきたため、休日は安い品物が多くあるスーパーに出向き、普段より安くになっている物を見つけて購入するのが最近の楽しみです。切り詰めすぎてストレスにならないよう、外食や嗜好品の購入も適度にすることも心掛けています。今の悩みは、料理のレパートリーが少ないことです。現在は料理のアプリを毎回見ながら、同じ料理を出す時は日にちの間隔を空けるようにしています。また、料理の味付けにも自信がないため、計量スプーンもまだ手放せません。いつか、祖母や母のように自分のさじ加減で美味しい味付けができ、冷蔵庫に残っている材料で手早く料理を作れるようになることが私の理想です。日々勉強中ですので、皆さんも料理に関するアドバイスや便利な情報があればぜひ教えて頂けると嬉しいです。



看護部 西病棟 金子 哲平

私の休日は、主にバドミントン・ゲーム・飲みを楽しんでいます。

私は高校時代、バドミントン部に所属してしまして、社会人になった今でもバドミントンを続けています。誰と楽しんでいるかというと、父親と地域の人達です。父親は地域のスポーツクラブに所属しており、そこにお邪魔して楽しんでいます。スポーツクラブでする以外にも、父親の誘いがあれば、近くの体育館を2時間ほど予約して2人で楽しみます。

バドミントンはコート面積が小さいものの上下左右に振り回されるので、すごく体力を使うスポーツです。就職してからバドミントン以外運動する機会がほとんどなくなり、最初のアップをするだけで息切れするようになり、体力の衰えを年々感じています。また、バドミントンはスマッシュなどシャトルを強打する場面が多々あるのでストレス解消にもなります。日々のストレスをバドミントンにぶつけております。

もう一つの休日の過ごし方は、ゲームをすることです。そのゲームというのは任天堂Switchです。最近購入しました。私は、幼いころから家庭用のゲーム機というものにあまり触れてなかったので、自分の家庭用ゲーム機が手に入り、嬉しくて毎日プレイしています。ポケモンやマリオなど23歳になった今、ドはまりしています。また、Switchでおすすめのゲームなどありましたら教えてください。

飲みはお酒を飲むことで、専門学校の同期に同じくお酒を飲むことが大好きな人がいて、その人とよく飲みに行ったりしています。最近では、その人と一緒に、高知県のひろめ市場という酒飲み場に行きました。カツオのたたきなどがあり、昼から晩まで次の日の昼まで飲み、最高の旅行になりました。また、高知に行く計画を立てています。皆さまも高知県おすすめですので、是非行ってみてください。

リハビリテーション西播磨病院だより

ひがりの都

2024年
5月発行



マイナンバーカードの取得について

当院では、マイナンバーカードを保険証としてご利用いただけるよう、オンライン資格確認等システムを導入しています。

マイナンバーカードに健康保険証を紐づけしていただいた『マイナ保険証』をご利用いただき、患者さんが情報取得に同意された場合には、他の医療機関での受診歴、薬剤情報、特定健診情報その他必要な情報が取得でき、診療に活かすことができます。

診療に正確な情報を取得・活用するためにも、マイナ保険証の利用にご理解とご協力をお願いいたします。



ご挨拶

総合相談・地域連携室室長 榎林 哲雄



令和5年4月から地域連携室長を拝命しました榎林です。

元々、平成20年に愛媛大学神経精神医学教室から当院に異動して、外来では物忘れ外来を、病棟では主に回復期病棟で脳卒中の診療を行ってききましたが、令和元年に高知大学神経精神科に異動して3年間研鑽を積んだ後、兵庫県立はりま姫路総合医療センター精神科で1年間勤務して、再び当院に戻ってまいりました。精神科とリハビリテーションは異質な印象もありますが、精神科領域の裾野は広く、私の専門とする神経心理学という分野が精神科の中にあります。神経心理学とは人の高次の精神活動を脳の構造との関連において研究する学問分野であり、精神科、神経内科、リハビリテーション科をはじめ、心理士、言語聴覚士、作業療法士等が同じフィールドで臨床及び研究を行うことから、回復期病棟の脳卒中や障害者病棟の神経難病のリハビリテーションとは親和性が高い領域です。また認知症疾患医療センターで行っている認知症診療でも疾患理解のためには神経心理学が必須です。この専門領域を通して、当院の診療に貢献して参りたいと考えています。

西播磨・中播磨県域では、ここ数年で回復期病床の数が増えており、地域連携室業務が西播磨病院にとって、これまでよりも重要になっています。パーキンソン病を主とした神経難病、高次脳機能障害に関する自動車運転評価、BPSDを合併した脳卒中やパーキンソン関連疾患へ Dementia care Support Team 介入等、これまで行ってきた当院の取組みに加えて、正常圧水頭症等の Treatable dementia の治療後リハビリ、前頭側頭葉変性症等のこれまで入院リハビリの対象としてこなかった神経難病に対するリハビリ等の新たな領域に関する連携も模索して行きたいと思っています。

おんせんと うまいもんで おもてなし

浜坂温泉保養荘

〒669-6702 兵庫県美都郡新温泉町浜坂775

1泊2食 7,500円～

※65歳以上(平日)

TEL (0796)82-3645

Play Sport

西播磨総合リハビリテーションセンター

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

新任・転入職員のご紹介（順不同）

当院に新しく着任したスタッフを紹介します。皆様よろしくお願い致します。

●西播磨病院

【管理局長】



春名 常洋
昨年度まで、公立神崎総合病院へ派遣されており、4年ぶりに県立施設へ戻ってきました。地域貢献に精一杯努めますのでよろしくお願い致します。私生活では、サッカーとキャンプを継続中...

●総務部

【総務部長】



木村 晃一(転入)
一つ一つ学び、努力していきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い致します。

【総務部次長】



梅田 秀喜(転入)
赤穂精華園から異動してきました。初めてのことばかりですが、日々成長していきたいと思っております。週末は、息子(高校球児)と娘(女子野球)の野球観戦を楽しんでいます!!

【総務課課長補佐】



山里 浩治(転入)
総合リハビリテーションセンター中央病院の医事課から転入しました山里です。総務課の業務は初めてで不慣れではありますが、精一杯頑張りますので、よろしくお願い致します。

【地域支援・研修交流課課長補佐】



安井 俊輔(転入)
初めての西播磨地区、初めての業務内容ということもあり、戸惑うことも多くありますが、地域の皆さまの信頼を得られるように一生懸命頑張りますので、よろしくお願い致します。

●リハビリ療法部

【リハビリ療法部長】



岡野 生也(転入)
中央病院より異動してまいりました。皆さんと一緒に楽しく汗をかきながら、四季折々の豊かな自然を楽しむに頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。

【理学療法士】



井口 美空(新任)
最初は緊張もあると思いますが、笑顔で挨拶し、先輩方に少しでも追いつけるように力をお借りしながら頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。

【作業療法士】



武野 真依(新任)
一日でも早く作業療法士として患者様に寄り添ったリハビリが行えるように精一杯頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。



松村 裕奈(新任)
今はまだ分からないことも多く緊張や不安もありますが、患者様それぞれに合わせたリハビリを行える作業療法士になるために、精一杯頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。

【言語聴覚士】



鮫島 聖子(転入)
中央病院より異動してまいりました。患者様、地域の方々に貢献できるよう、努めたいと思います。よろしくお願い致します。

●看護部

【看護部次長】



金子 恵(転入)
中央病院から異動してまいりました。自然豊かな環境のもと、皆さまと共に笑顔で頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

【看護師】



井川 真希(新任)
患者さんに頼ってもらえるような看護師になります。頑張りますのでよろしくお願い致します。



岡田 有以(新任)
回復期リハビリテーション病棟に配属となりました。1日1日の学びを大切にし、知識・技術を身に付けて、日々成長していきたいと思っております。



新在家 ゆりか(新任)
今年度より看護師として採用されました。日々成長していきたいように精一杯頑張ります。よろしくお願い致します。



寺澤 和花(新任)
知識や技術を学び身に付けて、患者さんがよりよい環境で過ごせるように、ひとつひとつ丁寧に行い、安全安楽を心がけて看護を行っていききたいと思います。



安田 智香(新任)
みなさんに頼りにされる看護師になれるよう頑張ります。これからよろしくお願い致します。



大谷 遥(新任)
地域の皆様に信頼されているこの病院で、チーム医療の一員として患者さん一人ひとりに向き合い、QOL(生活の質)の向上に貢献できるよう頑張ります。



筒井 俊平(新任)
小児科病棟で勤務していました。回復期リハ病棟では多職種連携をより意識し、患者さんが安心して退院後の生活を送れるよう看護に努めます。

音楽療法のご紹介

音楽療法って何をするの?楽器演奏も歌も苦手だけど、自分にもできる?

初めてお会いする方から、よくこんなご質問をいただきます。みなさまは音楽療法についてどのようなイメージをお持ちでしょうか?

音楽療法は音楽の働きを用いて、対象となる方の心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上などを目指し介入を行います。対象は赤ちゃんからご高齢の方まで幅広く、近年では医療・福祉・教育等の現場で取り入れられています。音楽の効果について、簡単にご紹介します。

生理的/身体的効果

ラジオ体操を音なしで実施したことはありますか。想像するととても動きにくいですね。音の強さやリズム、和音の構成等は身体を動かす際の合図となります。この原理を用いて、音楽に合わせてより確実にスムーズに運動ができます。また、リズムの原理は発話スピードにも応用でき、話し方のリハビリにも用いられます。その他コミュニケーションの面では、メロディの使用で失語症の方の言葉が出やすくなることや、発声訓練・歌唱・楽器演奏による発声・発語器官への効果が期待できます。

認知的効果

学生時代に、単語の羅列や語呂合わせを歌にして覚えたなんて思い出のある方もいらっしゃるのではないのでしょうか。メロディを用いることで記憶(記銘や想起)を手助けできると言われています。また、楽器演奏などの能動的な課題では触覚や聴覚のフィードバックが即座に得られるため、注意機能に障害のある方でも集中状態を維持しやすく、リハビリのツールとして使用できます。

心理的効果

音楽を聴くと気分はどうでしょう。楽しい、懐かしい、悲しい、リラックス...など様々な感情になりますね。また歌詞に自身を投影し、共感したり励まされたりすることもあるのではないのでしょうか。音楽を用いてストレスの発散、意欲の向上、気分転換を目指します。

社会的効果

非言語的な音楽を用いることで、集団への参加や他者との交流の機会を持てただけよう働きかけます。またご希望のある方とは楽器と一緒に練習するのですが、退院後の社会参加への足掛かりとなるよう進めていきます。

このように、音楽を通して楽しみながら行う継続的な取り組みには身体的・精神的機能を向上させる力があります。楽器経験の有無や歌のうまさはお気になさらず、楽しみに来られませんか。



▲ハーモニカ・オカリナグループ

▲作詞作曲された歌を練習中

脳卒中リハビリテーション看護

日程:第1・3金曜
(9時~12時)

- 良くなるためにできることは?
- もう脳卒中にならないために、どんなことに気をつければ?
- 想像以上に介護は大変。誰かに話を聞いてほしい
- 同じような境遇の人やご家族と話ができるところはないの?

日程:調整中

難病看護

- どんな症状にこれから気をつけていけばいいの?
- 大したことじゃないから、先生に聞きにくい
- 最近どんどん痩せてきて心配
- よく転ぶので目が離せない。どうすれば?



看護相談 実施しています

認定看護師・難病看護師が、
日常生活の疑問などにお答えします(予約不要)

認知症看護

- もの忘れがあるけど大丈夫?
- 病気との関連はあるの?
- 認知症の早期発見は必要?
- 今の話をとにかく聴いてほしい
- 困った症状への対応方法を教えてほしい
- そろそろ車の運転をやめさせたい

日程:不定期(中田)
第2・4金曜(田中)
(9時~12時)

摂食・嚥下障害看護

- 食べると鼻水が出たり、咳が出るけど、どうしてかな?
- ご飯は食べられるけど、最近、薬が飲みにくい
- 食べやすいものと、食べにくいものを教えてほしい
- 食事介助の方法を教えてください