

思いやりと優しさのある、良質で安全な医療を提供いたします。

HOKUTO TIMES

社会医療法人北斗会 大洲中央病院広報誌「ホクトタイムス」

No.

75
2023/10



慣れ親しんだご自宅周辺の
景色を楽しみながら
一歩ずつ歩行訓練を行います。

Zoom Up!
OzuCentral Hospital



【訪問リハビリテーション】

当院の訪問リハビリテーション事業は、平成19年に一旦休止していましたが、平成30年5月に新たに介護事業部が編成され、2名の作業療法士が専従するという形でこの事業を再開いたしました。その後約5年半が経過し100名余りの方々にご利用頂いており、現在、大洲市・内子町全域を訪問エリアとして、1日当たり平均12件前後のご自宅に訪問しています。お陰さまで「大洲中央病院の訪問リハビリを利用したい」という声も少しずつ聞かれるようになり、微力ながら地域の方々に対するお手伝いが出来始めた実感しております。一方では「訪問リハビリテーションのことがよく分からない」という声をお聞きすることもあり、介護サービスを考えられる際の一助となればと思い、今号では、訪問リハビリテーションについてご紹介させていただきます。

訪問リハビリテーションとは

訪問リハビリテーション（以下、訪問リハビリ）とは、医師の指示に基づき理学療法士や作業療法士などのリハビリ専門職が直接ご自宅に伺い、利用される方の心身機能やライフスタイル、家屋環境などを評価分析した上で、どうすれば「その人らしい」在宅生活が送れるのかを、利用者・ご家族と一緒に考え、その目標に到達するための継続的なリハビリテーションを行っていくサービスです。

訪問リハビリの最大のメリットは、何といても住み慣れた「我が家」でそれぞれの生活場面に合わせて行えるという事ではないでしょうか。普段と変わらない環境下でリハビリが出来るため、周りの目を気にすることなく、リラックスした状態でサービスを受けることが出来ます。また、通所

リハビリと違って移動の手間や経費がかからないため、時間的・経済的負担も少なくて済みます。

なお、訪問リハビリを利用する場合は、介護保険あるいは医療保険を用いるようになっています。介護保険を利用する場合は、65歳以上（第1号被保険者）の介護認定を受けられた方、もし



掃除機をかける訓練

「友達に手紙を書きたい」という
ご希望を叶えるために
様々なアプローチで訓練を行います。



Zoom Up!
OozuchuoHospital



【書字訓練】

くは16種類の特定期病によって要介護状態になった40～64歳(第2号被保険者)の方が対象となります。一方、0～64歳、65歳以上で介護認定を受けていない方は医療保険を利用しますが、当院では業務の都合上、医療保険での訪問リハビリは行っておりませんのでご了承ください。

事例紹介

これまでに私達が訪問した事例をご紹介します。

<Aさん>

元々、お一人暮らしで自立した生活を送られていましたが、薬の影響で一時的に思うように動けない状態となったため、体力回復を目的に訪問リハビリのご依頼がありました。Aさんから「以前していた趣味の卓球がまた出来るようになりたい」との強いご希望があったことから、それを叶えるために週1回の訪問をスタートしました。下肢の筋力訓練や関節運動、バランス訓練、ステップ訓練の他、自主訓練の助言なども行い、その後、体育館にも同行して実際の卓球動作も確認しました。3ヵ月後には週1回の卓球が再開出来るまでに回復されました。また、ご近所の方との交流も再開され、生活の質そのものが改善されました。

<Bさん>

脳卒中で当院に長期入院の後、ご自宅に退院されましたが、少しでも機能回復を図りたいとのことで、訪問リハビリの依頼があり、週2回の訪問からスタートしました。当初は、麻痺が残った右手足の機能改善を主体に関わっていましたが、あ

る日、ご本人から「友達に手紙を書きたいけど、字が書けない」とのご相談があり、それまでの機能改善アプローチに加えて、字を書く練習を追加しました。ペンの持ち方から筆圧の調整、直線・曲線の書き方、平仮名・漢字の練習などを地道に行い、約半年後に約300文字の模写が出来るようになりました。そこで、実際にお友達に手紙を書くことを提案しましたところ、定期的に手紙のやり取りができるようになり、台所仕事や掃除機がけなども、ご自分で行えるまでに改善されました。

効果的な訪問リハビリのために

病気やケガで思うように身体が動かなくなった場合、多くの方は「ショック→否認→混乱」という精神過程を踏み、一定の時間を経て「解決への努力→受容」に進むと言われています。先ほどご紹介したお2人は混乱から解決への努力に転換する期間が短く、且つ「生活目標を持っている」という点が共通しており、前向きなお考えが、その後の充実したライフスタイルに繋がっていたように思います。

リハビリテーションに一番必要なことは「自分の身体の状態をしっかりと受け入れた上で、希望を持ち続ける強いお気持ち」だと考えます。どんなに優秀なりハビリスタッフがいても、ご本人のやる気や意欲がなければリハビリテーションは成立しません。特に訪問リハビリの場合、週1～2回程度しか実施出来ないため、その時間だけで全ての問題を解決することは困難です。利用者ご本人の前向きな気持ちと、日々の継続した自主

訓練が何よりも大切です。また、ご本人だけが頑張るのではなく、寄り添われているご家族の協力と精神的なサポートもとても大切です。皆さんの気持ちが同じ方向を向くことで、より良い結果が生まれる可能性が高まります。お体をご不自由になると、とかく「出来ないこと」に意識が向きがちですが、「今すぐ出来ること」「少し背伸びして頑張ったら出来ること」を探すことが重要です。その積み重ねが強い精神力を生み、より良い結果に繋がると信じています。



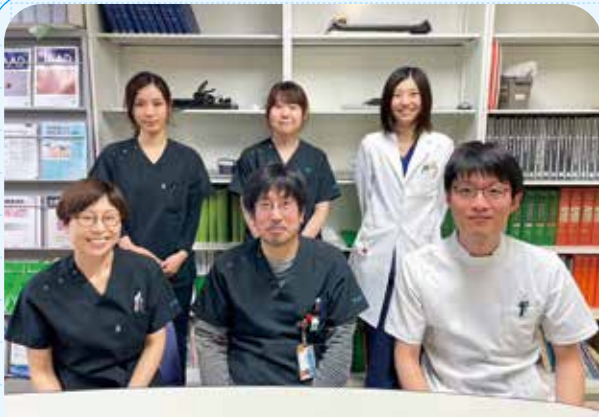
電話による相談

私達訪問リハビリテーションのスタッフは、利用者・ご家族の皆さまが前向きな気持ちでリハビリに取り組むことが出来るよう、精一杯お手伝いをさせていただきます。訪問リハビリに関することをお聞きになりたい場合は、どうぞ遠慮なくご相談ください。

*連絡先：0893-24-4661

(リハビリテーション科直通) 担当：宮下・福田

こんにちは 愛媛大学形成外科です!



(左上から) 泉本医師 浅野医師 船木医師
戸澤医師 森医師 村上医師

2017年5月6日に大洲中央病院に形成外科を開設していただいてから早くも6年が経過しました。最初は数人の患者さんでしたが、病院スタッフの皆様、また近隣の開業医の先生方のご協力のおかげで、現在では多くの患者さんに来ていただけるようになりました。最近ではお待たせする事も多くなってきましたが、外来で可能な手術はできる限りその日のうちにできるように努力しています。また、手術室での手術が必要な場合や入院が必要な場合は手術室スタッフ、病棟スタッフの皆様にもいつもご協力いただきありがとうございます。

形成外科の診療内容の大半は皮膚の腫瘍に関するものですが、巻き爪の治療や傷跡の相談、生まれつきのあざなどについても対応しています。大洲中央病院で対応が難しい患者さんに関しては、愛媛大学附属病院を受診していただくこともあります。愛媛大学形成外科では、現在6人のスタッフが診療にあたっており、大洲中央病院を含め愛媛県内の病院のサポートを行っています。今後ともよろしくお願いたします。

からだに効く



Point!

野菜から出る出汁と豆乳により風味豊かに仕上がります

大洲中央病院栄養科

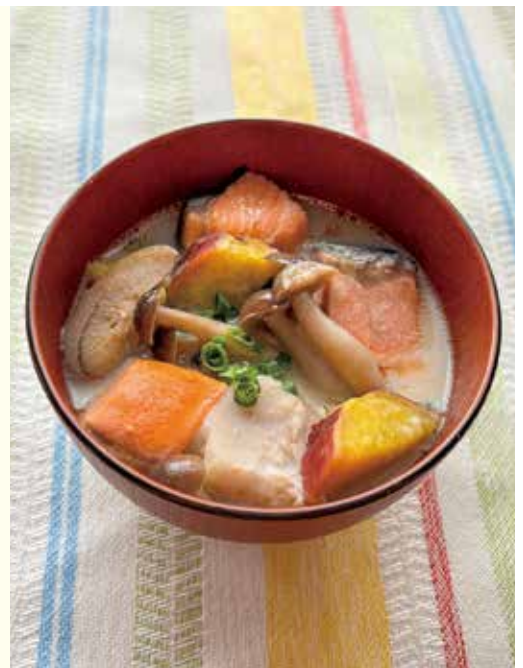
鮭と根菜の豆乳味噌汁

■材料

鮭切り身	2切れ
里芋	中4個
さつまいも	中1/2本
ごぼう	1/4本
しめじ	1/2パック
ねぎ	適量
みそ	大さじ2
和風顆粒だし	小さじ2
豆乳	100ml

■作り方

- ① 鮭は1口大に切る。
- ② 里芋は皮を剥き1口大の乱切りに、さつまいもは皮を縞に剥き1.5cm幅の1口大に切る。ごぼうは皮を剥き斜めに切り水につけておく。
- ③ しめじは石づきを切り落としほぐす。
- ④ 鍋に水、和風顆粒だし、里芋、さつまいも、ごぼう、しめじを入れて火にかける。煮立ったら中火に火を弱めて蓋をして5分ほど煮る。
- ⑤ 野菜が柔らかくなったら鮭の切り身を加えさらに5分ほど煮る。
- ⑥ 味噌を鍋に溶かし入れ、豆乳を加えて火を止める。
- ⑦ 汁椀に盛り付けねぎを散らして出来上がり。



院内美術館

41



『紫陽花』

カシニョール作

柔らかい輪郭で描かれた女性

今回ご紹介するのは、東館3Fのデイルームにあるリトグラフです。作者は優美な色彩とエレガントな雰囲気、世界中で愛され続けるフランス画壇の巨匠カシニョール。この『紫陽花』(1989年)は、上品でやさしく落ち着いた雰囲気作品です。ノスタルジーに満ち溢れた世界を感じてください。(『立葵』、『会話』、『モンテカルロ』も所蔵)



カシニョール(Jean-Pierre Cassignoul) / 1935年生まれ / パリ美術学校教授ジャン・スヴェルビに師事。1958年以来、パリを中心に世界各地で個展を開催。日本でも特に人気のある作家。

次号は「平川敏夫作
『富嶽潮音』」をご紹介します。

七夕会&8月誕生会をしました

8月3日に、ほととの七夕会と8月生まれの方の誕生会を開催しました。今年は5名の入所者の方に参加して頂きました。会場のデイルームには大きな笹を搬入し、皆さんの願い事を書いた短冊や七夕飾りを飾って、季節を感じて頂けるスペースに仕上げました。七夕会では一人一人に歌詞カードを配り、七夕様の歌と一緒に歌って、その後、8月生まれの入所者の方へ誕生日の歌を歌ってお祝いをしました。誕生日会では、記念の写真も撮影しました。また、栄養科からはデザート「溶けないアイスクリーム」の提供があり、涼しげな器に盛られたアイスクリームを、皆さん美味しく食べていらっしゃいました。感染対策の関係上、ご家族の方々の参加は叶いませんでしたが、久しぶりに他の入所されている方との会話も弾み、楽しい会となりました。

これからも季節感を味わえるイベントを企画し、入所者の皆さんが充実した生活が送れるように支援してまいります。



介護医療院ほと 西隅 志津

ふれあい看護体験を開催しました

7月10日に、新型コロナウイルス感染症の影響で中止していたふれあい看護体験を、3年振りに開催しました。今回は高校生5名、中学生1名の合計6名の皆さんに参加して頂き、血圧測定や足浴、患者さんとのコミュニケーションなどを、看護師と共に体験して頂きました。参加者の多くは、普段高齢の方との関わりが少ないとのこと、どう接したら良いか分からず戸惑っていたり、しゃいでしたが、患者さんご自身から「若い人から元気を貰えた」「気分転換になった」などのお声をかけて頂く、緊張がほぐれ、笑顔が見られていました。終了後には、参加された皆さんから「日頃行けない場所や、普段できない体験ができて良かった」「今日、学んだ事を進路に活かしていきたい」などのご意見を頂き、私たち看護師も改めて自分の看護観を振り返る良い機会となりました。

今後も多くの方にふれあい看護体験に参加して頂き、医療や看護に関心を持って頂けるよう取り組んで参ります。



東館3階病棟主任 福島 雄二

作業療法学科の実習生を受け入れました

6月26日～8月19日までの8週間、作業療法学科の臨床実習生を受け入れました。リハビリテーション科では学生指導にも力を入れており、2021年から厚生労働省指定の指導者講習を受講し、現在16名が認定を受け、指導に当たっています。

実習では、作業療法士の役割や仕事のやりがいなどを、実際に感じて理解してもらえるように関わりました。必要な知識をただ教えるだけでは、実際に働き始めた時に、自分で考えて行動することに戸惑ってしまいます。自分で考えて気付けるように「ティーチング」と「コーチング」を使い分けることが、とても難しかったです。しかし、実習最終日には「作業療法士の良さをより一層知ることができた」と嬉しい感想がありました。これからも知識や技術だけでなく、作業療法士という仕事のやりがいや役割を伝えていくことで、学生の育成に協力してまいります。



リハビリテーション科 越智 啓太

外来診療医師一覧表

診療科目	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
内科	1診	上原 貴秀	休診日	大久保啓二	大久保啓二	上原 貴秀	大久保啓二	
	2診	岡本 傳男		岡本 傳男	上原 貴秀	岡本 傳男	岡本 傳男	
	3診	井上 明子		井上 明子	井上 明子	大久保啓二	非常勤	
	4診	浅川 建史		清家 愛理	清家 愛理	非常勤	浅川 建史	
外科	1診	森岡 徹	休診日	森岡 徹	森岡 徹	森岡 徹	森岡 徹	
	2診	満谷 臨		満谷 臨	満谷 臨	満谷 臨	満谷 臨	
整形外科	1診	山下 優嗣		休診日	山下 優嗣	山下 優嗣	愛大医師	山下 優嗣
	2診							非常勤
泌尿器科	清水 公治		清水 公治		清水 公治	清水 公治	清水 公治	
脳神経外科	1診(新患)	相原 寛	休診日		西原 潤	相原 寛	重川 誠二 末廣 諭	橋本 尚樹(第1) 重川 誠二(第3) 戸田 茂樹(第2-4)
	2診(再診)	後出 一郎		相原 寛	西原 潤	西原 潤		
形成外科				休診日			森 秀樹 泉本真美子	

受付時間	午前8時00分～午前11時30分
診療開始時間	午前9時00分～ 担当医師は緊急手術などで変更する場合がありますので、事前にお問い合わせください。(休診になる場合あり)
休診日(10～1月)	救急診療のみ… 11月3日(金)、12月30日(土)、12月31日(日) 休診日… 火曜、水曜、10月9日(月)、11月23日(木)、1月1日(月)、1月8日(月)
お見舞い・面会時間	午後2時00分～午後5時00分 (新型コロナウイルス感染症予防のため変更になる可能性がありますので、事前にお問い合わせください。)

◎大洲・喜多地区の一週間の救急当番

- 金～日曜日…大洲中央病院 (日は18:00まで)
- 日曜日…市立八幡浜総合病院(18:00～)
- 月曜日…市立大洲病院
- 火曜日…市立大洲病院
- 水曜日…加戸病院(昼)、喜多医師会病院(夜)
- 木曜日…大洲記念病院(昼)、市立八幡浜総合病院(夜)

編集後記

暑かった夏もそろそろ終わり、涼しい秋の風が吹くようになりました。秋と言えば「読書の秋」です。私は読書が趣味で、最近はオーディオブックで「聴く読書」を楽しんでいます。オーディオブックは本の朗読を録音したのですが、いつでもどこでも何かをしながらも聴けるので、通勤中の車の中や家事をしながら聴いています。最近のオーディオブックは、人気の本や自己啓発本など様々なジャンルがあります。忙しさを理由に一時期読書から遠ざかっていましたが、オーディオブックのおかげで、気軽に読書が楽しめるようになりました。隙間時間を活用して趣味も楽しみつつ、毎日の仕事に励んでいます。

発行/社会医療法人 北斗会 大洲中央病院
編集/広報委員会
東 研志(事務部長) / 京河 雅史(放射線科科長) / 竹岡 照枝(看護師長)
道休 由佳里(看護師長) / 木村 優志(リハビリテーション科) / 大西 修平(リハビリテーション科) / 藤岡 真里子(栄養科) / 松田 真奈(栄養科) / 黒田 都(医事課主任) / 九鬼 宏美(総務課)



社会医療法人 北斗会
大洲中央病院

