

お気軽にご利用ください!

地域の関係機関の皆様

# リハビリ総合相談窓口開設!

当院は、リハビリテーション専門病院として、地域の事業所のみならずからリハビリテーションに関する、さまざまな相談をお受けしております。専門窓口を設置しておりますので、ご心配なこと、お困りのこと、お気づきのことなどがありましたら、お気軽に下記の窓口をご利用ください。

【窓口】 牧リハビリテーション病院 地域連携室

【ご相談方法】 ※下記の①～③の方法でも結構です。

①電話での相談 TEL.072-887-0065  
月～土(日、祝日除く)、9時～16時

②FAXでの相談 FAX.072-887-0130  
24時間稼働

③メールでの相談 t.tanaka@maki-group.jp



相談  
無料

迅速な対応を心がけておりますが、お時間を要する場合がございますので、ご了承のほど宜しくお願いいたします。

### 相談例

- 摂食嚥下(えんげ)機能全般について
- 理学療法、作業療法、言語聴覚療法の詳しい内容について知りたい
- 利用者さんが退院後、ADLが上がらない
- 自宅でも簡単にできるリハビリを知りたい
- 在宅でのカンファレンスに参加してほしい
- リハビリに関する講演会や勉強会をしてほしい
- 栄養指導についてなど

### 編集後記

5月になり暦の上ではもう初夏になりました。2017年もほぼ半ばを迎えました。いかがお過ごしでしょうか?これからは、梅雨、夏、秋とダイナミックに季節が移ります。季節が交代する時期は体調の変化が起きやすいと言われています。梅雨時期は水分が体に滞り体が冷えて

るくなりやすいそうですよ。こういう時期こそ運動や入浴で体温を上げ、迎える夏に向けて調子を整えましょう!

看護部 介護士 松崎淳子



### アクセス

- 【電車の場合】  
■地下鉄長堀鶴見緑地線「門真南駅」下車2番出口上がってすぐ。
- 【お車の場合】  
■近畿自動車道をご利用の方は、北行き「大東鶴見」南行き「門真」出口を降りてください。  
■第2京阪道路をご利用の方は、西行き「第2京阪門真」出口を降りてください。  
■中央環状線(堺方面)からお越しの方は「ラクタブドーム」の看板が見えたら「茨田大宮1交差点」を右折し、セブンイレブンの角を左折後直進、1つ目の信号を左折し更に左折してください。  
■中央環状線(守口・大日方面)からお越しの方は「ラクタブドーム」の看板が見えたら側道へ入り、1つ目の交差点「第2京阪側道へ」を左折後すぐ「三ツ島」より側道へ入り、1つ目の信号を右折(高架をくぐり)更に右折後直進してください。  
■1号線(第2京阪側道)〈枚方方面〉からお越しの方は、北島東交差点後、「三ツ島」より側道へ入りそのまま直進してください。
- 病院敷地内に駐車場がありますが、少数のため空きが無い場合はラクタブドームのコインパーキングをご利用ください。

【お問い合わせ先】

特定医療法人 清翠会 牧リハビリテーション病院  
〒571-0015 門真市三ツ島3丁目6番34号

URL <http://www.maki-group.jp>

TEL.072-887-0010

Medical for Happiness  
牧ヘルスケアグループ

牧リハビリテーション病院 広報誌

# まきりは

VOL.9 平成29年5月

私たちの理念

## Medical for Happiness

一人ひとりの幸せな人生を支えるために

牧ヘルスケアグループは、地域の医療機関、介護事業所などと密接な連携をとり、予防から急性期、回復期、維持期、在宅の機能を担う「地域完結型の保健・医療・福祉複合体」として、みなさまの幸せな暮らしを支え続けます。私たちは「Medical for Happiness」の実現をめざしています。

### contents

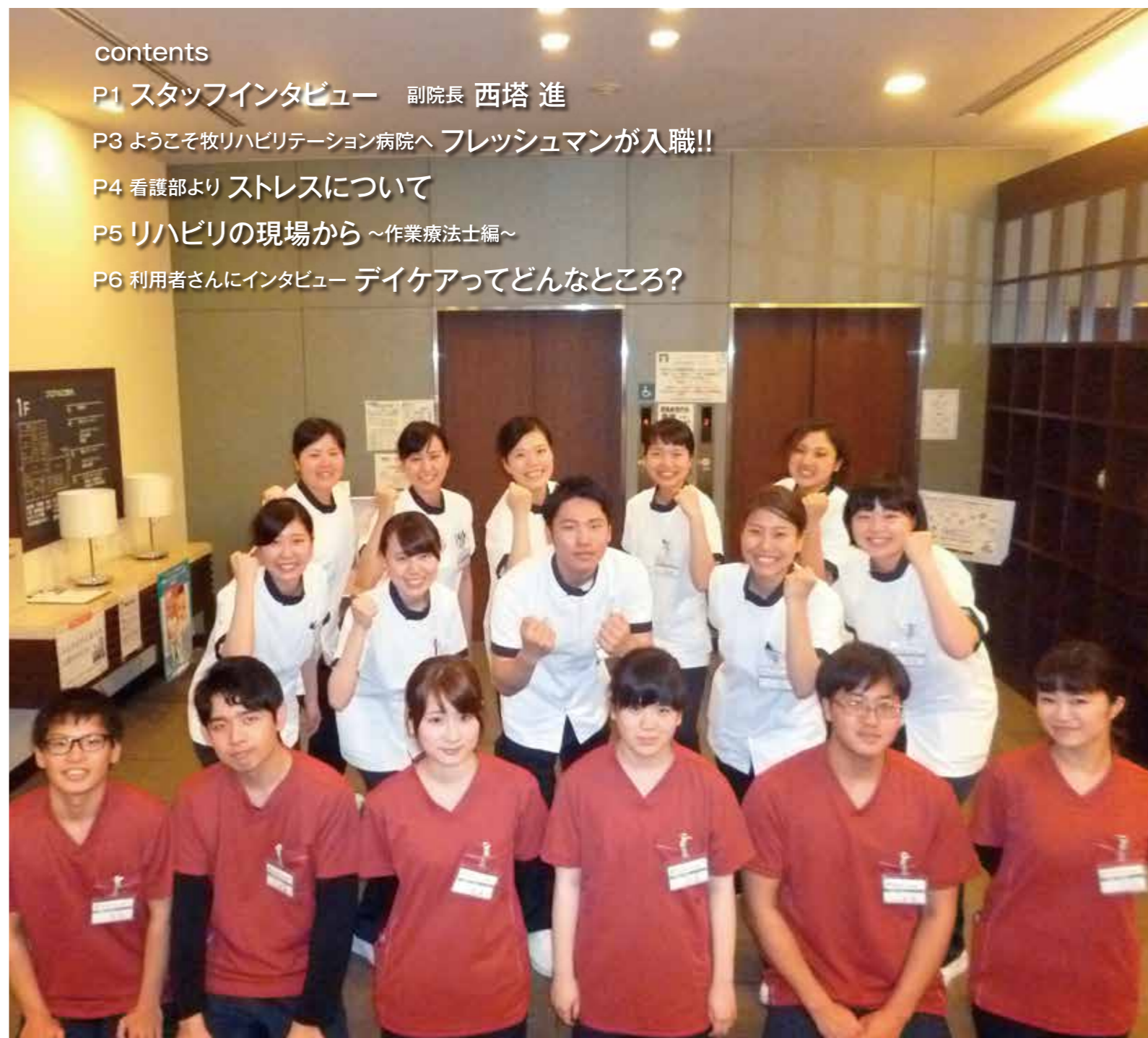
P1 スタッフインタビュー 副院長 西塔 進

P3 よこそ牧リハビリテーション病院へ フレッシュマンが就職!!

P4 看護部より ストレスについて

P5 リハビリの現場から ~作業療法士編~

P6 利用者さんにインタビュー デイケアってどんなところ?



副院長  
**西塔 進**  
SUSUMU SAITO



## チームワークよく、患者さんに寄り添った当院の医療に これまでの股関節外科の知識と経験を活用し さらに良質の医療とホスピタリティーを。

本年1月1日より牧リハビリテーション病院に副院長として入職しました。よろしくお祈りします。自己紹介をかねてご挨拶させていただきます。

### ずっと整形外科医です

昭和49年に大阪大学整形外科に入局してからずっと整形外科医です。かれこれ43年になります。

古い話で恐縮ですが、私が高校生のとき、当時は東京オリンピックが終わったところで高度経済成長の時代です。日本のもの作りが成功していた時代です。そんななかでエンジニアになろうと思っていました。高3も半ばになって医者もいかなと、そこから進路をかえたのがこの道に進んだきっかけです。父は歯科医でしたので必ずしも医者になる理由はありませんでした。

整形外科をやってきてよかったと思っています。外科系の自分が治しているという実感が好きですね。もともと基礎医

学で研究者なんて全く向いていませんし、臨床家のお医者さんになりたかったですね。整形外科を選んだきっかけは学生時代のやはり臨床実習です。

学生時代に内科学、外科学、産婦人科学など基礎医学を含めてすべての医学を学ぶのですが、興味を持ったのは整形外科、産婦人科、精神科でした。どうも人の生き死によりも心や機能といったものに興味がありましたね。そのころ日本で最初の切断指の再接着(手指)が行われ、また足の親指を、切断された手の母指として移植する手術(世界で第1例目!!)を大学病院で見せてもらいました。それ自体すごいと思いましたが、術後の患者さんが、再接着をうけた側の手をポケットに入れたままの状態診察室に入ってきたのを見ました。もちろん手術が成功して再接着に成功し、機能を回復することは素晴らしいことですが、外見も重要なんですよね。

### 股関節外科が専門です

阪大整形外科に入局後5年目から股関節外科を中心に研究、臨床をしてきました。股関節の病気の主訴は痛みですが、他人の目には歩容(歩き方)の異常なんです。

“ビッコ”というのは差別用語なので使用禁止なんですけど、その状態ですね。今では痛みがとれて長期(30年以上)の効果が続くので、人工股関節が全盛です。術後に一番喜んでいただけるのは痛みがとれたこと、それとともに歩容がなくなったことです。術後の患者様からお聞きしたのですが、ご近所の方から「歩きようがよくなりましたね」と言われて、あらためてしっかり見られているなと感じたそうです。

実はこの人工股関節は整形外科領域において20世紀でもっとも成功した手術だといわれています(Lancet 2007)。痛みが取れて、跛行がなくなり、小走りくらいならまったく問題なくできます。私は骨切りの時代から股関節外科医ですが、最近の20年間はほとんどこの手術ばかりでした。

### 整形外科から リハビリテーション科へ

股関節外科を37～8年はやってきたので、すでにたくさんの患者さんの手術を執刀しました。そしてたくさんの若い股関節外科医も育てることができました。結構しっかり臨床をしてきた満足感があります。一方で、すでに股関節外科そのものも成熟してきましたし、ナビゲーションやコンピューター・シミュレーション、ロボットの時代に入ってきました。そろそろメスを置いてリハビリテーションの仕事をしたと考えました。幸いにも整形外科医になってからずっと日本リハ学会の会員でしたし、“認定臨床医”の資

人工股関節は整形外科領域において  
20世紀でもっとも成功した手術だといわれています。

格も頂戴しています。まだ整形外科医としての目線から抜けられませんが、徐々にリハ医目線に変えていきます。

### 牧リハビリテーション病院に来て

当院は多職種の連携がよく、コミュニケーションもよく、リハビリの進み具合や患者さんの日々の変化もよくわかります。今まで働いてきた急性期病院では外来、手術、救急患者などでスタッフは多忙です。当院ではチームワークよく、患者さんに寄り添って医療が進んでいるように思います。私の受け持ち患者さま、今回が2度目の入院ですが、「この病院が好きです」とまた当院を選んでいただけました。当院で働いている職員の皆さんの努力とホスピタリティーの賜物だと思います。私もこの輪の中に入って、ベテラン整形外科医の知識・経験を活用して、スタッフの皆さんと一緒に良質の医療とホスピタリティーを提供したいと考えています。どうぞよろしくお祈りします。

#### [プロフィール]

西塔 進 副院長

昭和49年 奈良県立医科大学卒業  
昭和49年 大阪大学医学部整形外科入局  
昭和54-62年 大阪大学整形外科勤務  
(昭和55-57年 西ドイツ・ケルン大学留学)  
昭和62-63年 大阪大学医学部整形外科講師  
昭和63-平成13年 住友病院整形外科 主任部長  
平成14-19年 大阪労災病院整形外科部長  
平成19-25年 大阪労災病院副院長  
平成25-28年 尼崎中央病院副院長

#### [資格]

日本整形外科学会専門医  
日本リハビリテーション学会認定臨床医  
日本医師会産業医



【リハビリテーション部】  
 理学療法士…………… 6名  
 作業療法士…………… 3名  
 言語聴覚士…………… 1名

【看護部】  
 介護福祉士…………… 2名  
 介護士…………… 4名

Welcome!!



今春もフレッシュマンの理学療法士6名、作業療法士3名、言語聴覚士1名、合計10名のリハビリテーション療法士が牧リハビリテーション病院に入職いたしました。

今年の牧リハビリテーション病院には総勢90名の療法士が揃い、当院をご利用される患者さま方に十分なリハビリテーションを提供できる体制となっております。日本の超高齢化社会を見据え、毎年多くのリハビリテーション療法士が誕生することは素晴らしい医療体制の構築であり、当院ではこれら療法士が一丸と

2017年4月に看護部では介護職として介護福祉士2名と介護士4名合計6名の新卒者を迎える事になりました。

看護師も同時に6名入職しましたが、全員経験者です。介護職は社会人経験が初めてという6名を迎えます。

回復期リハビリテーション病院では国家資格を持つ様々な専門職が患者様の日常生活動作の再獲得に向けてチームで支援をしています。中でも看護師、介護士は24時間を通して患者様と関わる重要な役割があります。

リハビリスタッフと連携し、患者様やご家族の期待に沿えるよう患者様と共にという姿勢を忘れず、学習し成長してほしいと思っております。

看護部  
 部長  
 西川 和子(にしかわ かずこ)

なって患者さまのリハビリテーションに取り組んでまいります。

医療人としての誇りと謙虚さを持ち、日々研鑽を重ねながら患者さまに寄り添い、より質の高い医療技術で皆さま方の支えになれることを目標に努力を続ける所存です。

何卒、今後とも牧リハビリテーション病院を宜しくお願い申し上げます。

リハビリテーション部  
 部長  
 芳本 康司(よしもと こうじ)

看護部より

## ストレスについて



色々な外部刺激により心身に生じる機能変化を言います。要素は物理的なもの・過労・睡眠不足・緊張・不安、恐怖や社会的なものなど多様です。

下記表に表す、ストレス度はあくまで平均的な数値です。自分がどんなストレスと向き合っているのか、あるいは身近な人が抱えているかもしれない心の負荷を、思いやったりするための目安の一つとしてください。

1年間に体験した生活上の変化のストレス度の合計点が、150点以下なら30%、150～300点なら53%、300点以上なら80%以上の確率で、翌年に健康障害が起きるといわれています。

### 社会的再適応の評価尺度(SRRS)

出来事	ストレス度	出来事	ストレス度	出来事	ストレス度
離婚	73	性的な障害	39	特別な成功	28
配偶者との別れ	65	新しい家族メンバーの獲得	39	妻が働き始めるか辞める	26
怪我や病気	53	職業上の再適応	39	学校に行き始めるか辞める	26
結婚	50	経済上の変化	38	生活条件の変化	25
職を失う	47	仕事職業上の方針の変更	36	個人的な習慣の変更	24
婚姻関係の調停	45	配偶者とのトラブル	35	職場の上司とのトラブル	23
引退	45	仕事上の責任の変化	29	労働時間や労働条件の変化	20
家族メンバーの健康上の変化	44	息子や娘が家を離れる	29	住居の変化	20
妊娠	40	法律上のトラブル	28		

### STRESS 解消法

- S** スポーツ: 毎日15分以上の運動習慣をつけましょう。
- T** ツラベル: 都会生活のストレスには自然に親しむ旅が一番。
- R** レクリエーション: 遊び心は潤滑油。
- E** イーティング: 皆で楽しく囲む食卓は心にも栄養を与えてくれます。
- S** シンギング: 大きな声で歌うのもいいです。
- S** スリープ: ゆっくり休養を取りましょう。

さいごに

平成27年12月から、50名以上の従業員を抱える企業にストレスチェック制度が義務付けられました。ストレスは身近にあり、こころや身体にも変化が起こります。また、身体の変化がストレスにもなります。自分に合ったストレス解消法を見付け、こころも身体も健康的に過ごしましょう。

# リハビリの現場から

## ～作業療法士編～

牧リハビリテーション病院でリハビリに励む患者様と患者様を全力でサポートする職員の物語。

『作業療法士ってなに?』『そもそも作業療法士の作業ってどういう意味?』など患者様、ご家族様、また友人などにもよく聞かれます。ここでの『作業』とは食事を摂ることや衣服を着替えること、入浴など私たちが日常生活を送る上で必要な活動のことを指しています。

## 作業療法士の「作業」とは、食事を摂ることや衣服を着替えることなど私たちが日常生活を送る上で必要な活動のこと。

病気やケガによって、また生まれながらにして障がいを負った人など、日常生活(作業)に支援が必要な方々に対し必要な能力の獲得や手段の提案を行い、その人らしく日常生活を送れるようリハビリテーションを行っていくのが、私たち作業療法士の仕事です。

私自身もこの作業療法士という仕事を通して、患者様の日常生活を支援してきました。初めて湯船に入れたとき、1人で衣服を着ることができたとき、お箸でご飯が食べられるようになったときなど作業を通してさまざまな喜びに立ち会うことができます。

その時の患者様やご家族様の笑顔は忘れることができません。

これからも作業療法を通し、患者様が笑顔になれるリハビリテーションを行えるよう、日々努力してきたいと思います。



リハビリテーション部  
作業療法士  
松田那帆(まつだ なほ)  
[フレッシュマンに一言]  
色々とは分からないことや慣れないことが多いと思いますが一緒に頑張りましょう!!

# デイケア 門真だより

## 利用者さんにインタビュー デイケアってどんなところ?

—いつもご利用ありがとうございます!まずは、**Oさんがデイケアへ通うきっかけを教えてくださいませんか?**

Oさん:デイケアのことは牧リハビリテーション病院に入院中から、知ってましたよ。退院後は、家の中での生活を安定させるために、まずは訪問リハビリを利用することになってね。1年間くらい続けて、少しずつ身体の状態も良くなってきたので、そろそろデイに行きたいなと思ってケアマネジャーさんや訪問リハビリの先生に相談してみたら、ちょうど空きもあるって聞いて、デイへ通うことになったんですよ。



—デイケアでは、どのように過ごされていますか?

Oさん:個別のリハビリが身体(理学療法・作業療法)で20分、言葉(言語聴覚療法)で20分、それとは別にグループでの言語リハビリもしています。フロア内のトレーニング機器を使って運動とか、自主トレーニングもやってるよ。お風呂は大きなお風呂に浸らせてもらってるから、嬉しいね。着替えは時間がかかるけど、リハビリの一つやと思って自分でしてますよ。毎回用意してくれる脳トレのプリントもやってます。



Oさん(女性)  
利用期間:10ヶ月(平成29年5月時点)  
明るく元気なOさん。Oさんの周りは笑顔でいっぱいです。  
いつも前向きな姿勢でリハビリに取り組まれています!

—楽しみにしていることはありますか?

Oさん:やっぱりリハビリかな!専門家のリハビリを受けられるのは嬉しいよ。あとは、お風呂やね。大きなお風呂で入れるからね。みんなとお喋りするの楽しみの一つですよ。

—Oさんにとってデイケアのここがー押し!と思うところは?

Oさん:やっぱりリハビリの内容かな?専門家の先生がいるからね。それに、ここは大勢でにぎやかやわ。スタッフさんも親切にしてくてるよ。

—スタッフへのお気遣いありがとうございます!これからの目標などを教えてくださいませんか?

Oさん:やっぱりもっと歩きたいな。外歩けるようになりたいね。言葉ももっとスムーズに会話できるようになりたいわ!

—ご協力ありがとうございました!これからもリハビリを続けて目標達成できるよう一緒に頑張ってください!

Oさん:変わらずに頑張ります!これからもよろしくね!



デイケアの利用者様は、本当に熱心にリハビリに取り組まれています。集団リハビリ体操や自主トレーニングを行われている方も多く、意欲の高さにいつも驚かされています。これからもお一人おひとりにとって心地よいひとときを過ごしてもらえるよう環境づくりに努めていきたいと思ひます。

インタビュー担当:支援相談員 宇田 真弓(うだまゆみ)