

旅するドクター

今号の表紙:ビルバオ グッゲンハイム美術館の蜘蛛Mamá

高家院長が旅の途中で撮影した、世界の美しい風景を紹介します。

この春は、新型コロナウイルスが世界中に蔓延し恐慌状態に陥ってしまいましたが、この広報誌がお手元に届く頃には光明が見えていることを祈ってこの写真を選びました。

これは、スペインのバスク自治州最大の都市ビルバオにあるグッゲンハイム美術館と蜘蛛のオブジェです。私が初めてバスクを認識したのは、14年前に当院が新設された頃、通勤電車内で読みふけた司馬遼太郎作品からでした。フランスコザビエルの生家ザビエル城やヘミングウェイが愛した牛追いバンプローナの街、欧州にあって言語構造が日本語に近いなど不思議な親近感を覚えました。最近ではコンビニのバスクチーズケーキが人気のようですが、星は空よりも地上にあるといわれる程ミシュランの☆が多い美食の街としても有名になってきました。街では多くのバルが軒を連ね、カウンターには店の腕を競うように創意工夫したピンチョスが数多く並べられ、ビールやチャコリ、リオハのワインで喉を潤しながら一皿つまんでは次から次へと店をハシゴするのが通のやり方だそうです。

そのバスク地方の中でも産業の中心地になっているのがビルバオです。かつては重工業で栄えましたが、その衰退で



不況を迎えた時にアートで再生を図り、1997年にグッゲンハイム財団が世界を代表する建築家フランクO.ゲーリーに依頼しこの美術館ができました。この建物群は、それ自体が複雑なオブジェになった斬新なもので、世界中から大きな反響を呼び、1980～2010年の建築物の中で最高の傑作と評価され、ビルバオは芸術都市として一気に世界の注目を浴び都市再生を果たすことができたそうです。

この写真は、その建物群の一部で、Mamáという蜘蛛のオブジェに強烈なインパクトを感じますが、この蜘蛛は他にニューヨークやロンドン、ロシア、そして日本の六本木ヒルズにもいます。

ビルバオの復活に例えるまでもなく、人類には知恵があります。COVID-19を制圧し、世界中の活気ある交流が復活する日が近からんことを切に祈ります。



アクセス

- 【電車の場合】
■大阪メトロ長堀鶴見緑地線「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・大田方面)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」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】

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

7 | まきりは VOL.18

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.18 令和2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 フレッシュ!牧リハ

P2 毎週日曜日 病棟でレクリエーション開催中!!

P3 第24回 まきりは連携の会

P4 いきいき健やか教室

P5 訪問リハビリテーションダイアリー 家族みんなで帰郷しました!

P6 デイケア門真だより 歌って動いてみんなでリズム体操

P6 5月12日は看護の日

P7 世界の美しい風景 旅するドクター



FRESH! MAKIRIHA

☆フレッシュ!牧リハ☆

今春もフレッシュマンの理学療法士9名、作業療法士5名、合計14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ん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なって患者さん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んに寄り添い、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。

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)

新入職おめでとうございます。

看護部は少しさみしい感じですが男性介護士さんを一人迎える事になりました。社会人としてはピチピチの1年生です。一日も早く職場に慣れて、介護の素晴らしさを感じ、患者さんに感謝して貰える介護士さんに成長して貰えるよう、みんなで支えていきたいと思ひます。よろしくお願い致します。



看護部
部長
西川 和子(にしかわ かずこ)

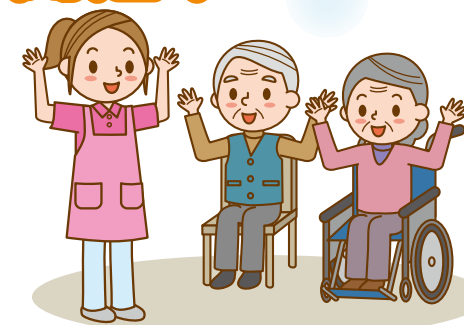


毎週日曜日 病棟でレクリエーション開催中!!

看護部

看護部では毎週日曜日、14時から15時にレクリエーションを行っています。

きっかけは、日曜日にフロアで過ごされる患者さんに少しでも身体を動かしたり、楽しんでいただければという思いで病棟スタッフが考えました。



日曜当日、司会進行は介護士です。毎週たくさんの患者さんに参加していただき、患者さんの笑顔でスタッフも元気をもらっています。



ゲームの種類は約50種類。

すべて介護士が考えています。

スケジュールはポスターでお知らせし、季節に応じた飾りつけをしています。

ゲームに使う物品は
なんと手作りです!!



看護師は安全確保のために見守りを行いながら参加しています。

第24回「まきりは連携の会」開催!!

整形外科医に聞く! さまざまな“痛み”の原因と 治療について



2019年12月7日「第24回 まきりは連携の会」を開催しました。

今回は「整形外科医に聞く! さまざまな“痛み”の原因と治療について」というテーマで、当院副院長 泰永募医師より講義いたしました。

内容は整形疾患やそれに対する手術方法、医師がどのような視点で患者を“診”、治療方法を決定していくのか?といったことから、実際に治療された症例を通して各種薬剤の印象・効き方の違いなど、とても盛り沢山でした。

個人的には、手術はせず痛み止め薬の処方だけでヘルニアが改善される事例があることや、脊椎疾患で生じる痛みのコントロールに有効な薬の話に興味を持ちました。訪問リハビリ業務の中で、脊椎疾患による疼痛を訴えられる利用者へ、痛みから解放される可能性を広げられる提案をしていきたいと思っています。

【第1部】
「整形外科領域の慢性疼痛」
副院長 泰永 募

【第2部】
「姿勢と腰痛に対するリハビリテーションについて」
理学療法士 田口 翔貴

後半は、理学療法士から「姿勢と腰痛に対するリハビリテーション」と題し、自宅で1人でもできるストレッチなどを紹介いたしました。紹介された一部のストレッチは参加者全員で実際に行い、その効果を確認しました。



身体を動かすことで緊張感も適度にほぐれ、その後のディスカッションや質疑応答では活発な意見交換をされるグループが多く、大変盛り上がりました。会終了後も参加者同士で情報交換されていたり、当院のセラピストに質問をされる方がいたり、交流の輪が広がりとても良い会になりました。

次回も参加者の方々に有意義な時間を過ごしていただけるような会を企画できるよう、頑張りたいと思います!

訪問リハビリテーション門真
理学療法士
紙谷 拓樹
(かみたに ひろき)



2005年11月 牧りハビリテーション病院設立
回復期リハビリテーション病棟入院料1 (100床)
体制強化加算1
院長 高家 幹夫
職員数 2 (OT32名、ST13名) 2019.12.07



いきいき 健やか教室

市民の皆さんに健康づくりへの関心を
深めていただく取り組みです。



本格的な超高齢化社会を迎える中で、健康で幸せな長寿社会を目指すため、2018年11月に門真市と牧りハビリテーション病院は「健康づくりの推進に関する協定」を締結し、協力連携を行っています。

その取り組みの一つとして昨年度は、門真市民プラザを会場に「いきいき健やか教室」と題し、健康づくりを目的とした講座を4回開催しました。骨粗鬆症、自宅の中の環境に着目した転倒予防、安全な介助の方法、認知症予防、栄養に関することなどをテーマに、講義と体を動かす実技を実施。理学療法士と管理栄養士が講師となり、皆さんに楽しく参加いただけることを第一に取り組みしました。

参加者は30代~80代と幅広く、会場の前列から席が埋まっていく様子からも意欲の高さが感じられ、

講義中の真剣なまなざしや積極的な質疑、実技への参加など、大変熱心な姿が印象的でした。参加者の中には、当院を退院された方やデイケアを卒業された方もいらっしや、再会の喜びとお元気に自宅で生活されていることが何より嬉しく、励みにもなりました。

今後も、リハビリテーションの知識を地域に広く発信し、市民の皆さんに健康づくりへの関心を深めていただけるよう、活動を続けていきたいと思ひます。

今年度の開催は、門真市の広報誌にてお知らせ予定となっています。皆さまのご参加お待ちしております。



地域連携室
名本あゆみ
(なもと あゆみ)

【2019年度のテーマ】

- 6月 コツコツ運動して、骨粗しょう症を防ごう
- 8月 我が家にひそむ身近な危険!
~安全な介護と転倒~
- 10月 食欲の秋!しっかり食べて、しっかり運動!
- 12月 リズムに合わせて、頭も体も健康に!



訪問 リハビリテーション ダイアリー



楽しい時間を過ごされたSさんご夫妻

訪問リハビリを利用して下さっているSさんご夫妻は、昨年首の骨折により一時は寝たきりになり、今も手伝いがないと動けない奥様と、両膝が痛く歩くのが少し億劫になっているけれど、献身的に奥様の介護をされている旦那様の二人暮らしです。

近所にご家族が住んでおられ、サポートをしてもらいながら生活しておられます。ご夫妻は鹿児島県奄美群島に属する徳之島のご出身です。

今回、ご両親の年齢や身体機能の変化を日々間近で見ておられる娘様が「帰郷出来るのはもう今しかない」と帰郷をお決めになりました。

2時間以上のフライトが必要・・・

徳之島までは伊丹空港から鹿児島空港で乗り継ぎ徳之島空港へ2時間以上のフライトが必要です。私たちリハビリスタッフは普段自宅ではベッドに横になっていることが多いご夫妻が、この長い移動に耐え、帰郷出来るのかとても心配でした。しかしご家族から「人数はいるからなんとかします」と心強い言葉をいただき、私たちも専門職として伝えられることは出来る限り伝え、送り出しました。

家族 みんな で 帰郷 しました！



ご家族のサポートもあり無事徳之島に到着された旦那様ですが、現地での移動は不安があったようで、初めはお墓参りにご家族だけを送り出したそうです。ですが「ここまで来たんだからやっぱり自分で行きたい!」と思い直し、ご家族に再度お願いし連れていってもらったとのことで、お墓参りが出来たことを嬉しそうにお話しになっていました。残念ながら奥様は島を巡ることは出来ませんでしたが、宿に親戚の方々が集まって下さり、夕食を共にすることが出来、楽しい時間を過ごされ最後は涙を流されたそうです。

挑戦しようと行動する勇気を!

“動けないからもうどこにも行けない!” “迷惑かけるから行かない!”ではなく、諦めずに挑戦しようと行動する勇気が大切であり、もっと私も後押ししていきたいと改めて思いました。帰郷するまでの間、外を歩く練習も一緒に頑張っていた旦那様。故郷は少し遠いですが、また違う目標を探しこれからは動きやすい身体作りを一緒に行わせて頂きます。

みなさんも「ちょっと…」と諦めていることややってみたいことあれば、ぜひ担当者にご相談下さい!

訪問リハビリテーション門真
理学療法士 小田 ひかる(おだ ひかる)

デイケア 門真だより

歌って動いてみんなでリズム体操 ～2つのことを同時に行う効果～

デイケアでは、集団リハビリとしてリズム体操を取り入れています。馴染みのある歌謡曲に合わせて歌いながら体を動かします。歌詞に合わせて、鍛えたい筋肉を意識した動きを考え、曲数も増えてきました。リズム体操が始まると、懐かしい曲調にいつの間にか歌を口ずさみ、自然と体が動き出します。

2つのことを同時に行うことで、脳が刺激され記憶力向上・認知症予防だけでなく、声を出すことで心肺機能を高め、口回りの筋肉が鍛えられ、誤嚥予防にもつながります。

歌う声が大きくなるにつれて、体の動きも大きくなり、楽しい雰囲気の中、自ずと笑顔が増えていくように感じます。

支援相談員
宇田 真弓(うだ まゆみ)



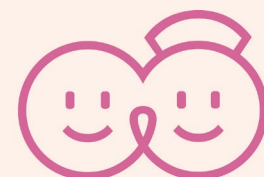
必要なのは楽しむ意欲と身体一つ。
一緒にリズムを奏でて下さる方大歓迎です!

看護の日

1965年、国際看護師協会は近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、5月12日を「国際看護師の日」に決めました。今年はナイチンゲール生誕200年であり、1990年旧厚生省が5月12日を「看護の日」と制定し30周年という記念の年でもあります。

当院の看護部でも気軽に看護に触れて頂けるよう、毎年5月にイベントを開催しています。

今年は、手洗い・うがい等感染予防についてご紹介したいと準備に取り組んでいます。開催日はコロナウィルスの影響もあり検討中ですが、多数のご参加をスタッフ一同お待ちしております。



看護の心をみんなの心に

5月12日は
看護の日

