

旅するドクター 2

今号の表紙: アメリカ西海岸

泰永院長が旅の途中で撮影した、海外・国内の美しい風景を紹介します。

2021年6月、牧リハビリテーション病院長に就任しました泰永募と申します。高家幹夫前院長と同じく、私も旅と写真をこよなく愛しており、「旅するドクター2」として続けます。

今回は、アメリカ西海岸です。

今年は、エンジェルスの大谷翔平選手が絶好調で、その活躍が毎日のように報道されます。写真上段①はロサンゼルス近郊のアナハイム市にあるエンジェルス球場です。ロサンゼルスからのエンジェルス観戦ツアーが日本人観光客対象にいくつか設定されており、2019年に参加しました。球場正面写真の右端は大谷選手で、エンジェルスの看板選手として、球場を飾っています。

写真中段左②は、球場内風景ですが、天然芝はとても美しく整備されています。観客席も整備されており、快適でした。難をいえば、内野席でも屋根が小さく、日差し対策が必須であることです。一つ驚いたことは、予想以上に観客数が少ない事で、全体の20%位の動員数でした。この観客数でどうすれば、あの高額の年俵が支払えるのか不思議に思いました。さて、当日の大谷選手は4打数0安打、いわゆる「4タコ」で、残念な思

いで球場を後にしました。(できることなら、今年観戦したかった…)

写真中段右③はサンタモニカ ヨットハーバーの看板です。サンタモニカ市はロサンゼルス市の海岸寄りに位置し、風光明媚なことで知られています。メトロのサンタモニカ駅からそぞろ歩き数分で、ヨットハーバーに出ます。そこはピアと呼ばれる桟橋で、釣りをしたり、小遊園地があったり、カフェがあったり、大道芸人がパフォーマンスをしたりして、多くの人が楽しんでいます。

写真下段右④は、ルート66の終点看板で、これも桟橋上にあります。ルート66は、シカゴからサンタモニカまでアメリカを横断する古き良きアメリカを象徴するルートです。その終点看板での記念撮影もよく目にします。

写真下段左⑤は、桟橋から海岸線を撮影したものです。皆、波打ち際でバカンスを楽しんでいます。この桟橋周辺で何日も過ごせそうで、とてもリラックスしました。

以上、ロサンゼルス近郊のグッド・スポットを紹介しました。次号もお楽しみに!



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」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.22

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.22 令和3年9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 就任挨拶 院長 泰永 募
P2 新入職医師挨拶 副院長 河野勝彦 医師 野瀬彩登美
P3 新型コロナワクチン接種を振り返って
P4 座って出来る転倒予防体操
P5 訪問リハビリテーションタイアリー
コラージュって知っていますか?
P6 デイクア門真だより
季節を楽しむ気持ちを忘れずに ~四季折々を感じることに~
P6 大規模災害に備えて
P7 海外・国内の美しい風景 旅するドクター 2

就任挨拶

院長

泰 永 募

TSUNORU YASUNAGA

患者さんご家族の笑顔につながるよう 心温まる医療を展開してまいります

2021年6月1日、牧リハビリテーション病院の院長に就任いたしました泰永 募と申します。初代 森良樹元院長、2代目 高家幹夫前院長が築いた病院を引き継ぐにあたり、身が引き締まる思いです。

2019年8月に当院に副院長として入職した際の挨拶と重複しますが、簡単に略歴を申し上げます。

1984年に京都大学を卒業し、整形外科学教室に入局しました。大学病院、浜松労災病院、大津赤十字病院、京都市身体障害者リハビリテーションセンター附属病院の勤務を経て、1999年から大阪府済生会野江病院整形外科部長として20年間、急性期医療に携わっておりました。しかし、両親の入院・介護を経験し、回復期医療の重要性を痛感しました。その頃、縁あって高家前院長より入職を勧められ、整形外科医としてのメスを置き、回復期医療に今までの知識・技術・経験を生かす決意をしました。

当院は、2005年11月に開設され、100床を有する回復期リハビリテーション病院です。急性期医療を終えられた患者さんが、1日でも早く日常生活に復帰できるよう、医師・看護師・理学療法士・作業

療法士・言語聴覚士・医療ソーシャルワーカー・管理栄養士・薬剤師などが、ワンチームとしてリハビリテーションに携わっています。

訓練状況を垣間見ていると、患者さんは「できる」動作が増えていく度に、何とも言えない晴れやかな表情をされます。患者さんが生き生きとして訓練に励まれる姿は、急性期医療にはない素晴らしさがあります。

手前味噌になりますが、患者さんから「この病院のスタッフはどうしてこんなに優しいのですか?」とよく尋ねられます。当院の母体である牧ヘルスケアグループのモットーの一つに「あなたに寄り添います」という言葉があり、それが全職員に行き渡っているからと、自負しております。

コロナ禍をはじめ、ますます厳しさを増す医療情勢に対し、全職員一丸となって立ち向かい、患者さんやご家族の方々の笑顔につながりますよう、心温まる医療を展開していく所存です。つきましては、より一層のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

新入職医師挨拶

副院長

河 野 勝 彦

KATSUHIKO KOUNO

本年4月に副院長として着任した河野勝彦です。私は、みかんと温泉で有名な愛媛県松山市で生まれ育ちました。1991年に愛媛大学を卒業し京都大学脳神経外科に入局後、3年間の臨床研修、4年間の大学院生活を経て、昨年度まで大阪市城東区にある済生会野江病院で脳神経疾患(脳血管障害、脳腫瘍、頭部外傷等)の外科的治療に従事していました。

特に2011年からは脳卒中センター部長として、SCU(脳卒中ケアユニット)の開設とともに専門チームを結成し、年間300から400件の脳卒中救急医療を行ってきました。脳卒中治療の大半は急性期病院

【資格】日本脳神経外科学会専門医、日本脳卒中学会専門医、医学博士

だけでは完結せず、回復期病院との連携が必須です。

牧リハビリテーション病院には大変多くの患者さんを紹介しましたがいつも迅速な対応で、患者さんの治療経過も素晴らしく、とても感謝しておりました。今回、ご縁があり、当院で回復期リハビリテーション医療という非常にやりがいのある仕事に携わることになり、大変嬉しく思っています。しばらくは慣れない部分もありご迷惑をおかけするかもしれませんが、脳卒中急性期医療の経験を生かして、精いっぱい頑張っていく所存ですので、どうぞよろしくお願いいたします。

医師 野瀬 彩登美 SATOMI NOSE

4月より牧リハビリテーション病院で勤務させていただくことになりました野瀬彩登美と申します。2017年関西医科大学を卒業し、2年間の初期研修を経て、関西医科大学リハビリテーション科に入局いたしました。

患者様の生活再建に向けて、日々リハビリテーション診療に邁進してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

新型コロナワクチン接種を振り返って

看護部

3階病棟 師長 浜根 智恵(はまね ともえ)

2020年に始まり、未だ終息の見えない「新型コロナウイルス感染症」ですが、この感染症を抑制する効果を期待し2021年2月医療従事者から優先して新型コロナワクチン接種が開始されました。

当院ではワクチン接種が安全に実施できるよう、2月にプロジェクトチームを立ち上げました。ワクチン接種に向けた準備と接種開始までを振り返りたいと思います。

まず、職員に向けた情報提供です。ワクチンについてはマスメディアによる情報でワクチンの効果に期待するものの、副反応を不安に思う職員がいました。正しい情報・知識を得たうえで接種の意思決定ができる様、ワクチンに関する資料を準備し、質問に対して医師が回答するシステムを作りました。ワクチン接種に直接関わる看護部は10名の看護師を接種担当としました。

10名の看護師は、医師によるワクチンと筋肉注射の講義、動画によるワクチンの保管管理、取り扱い、溶解方法を学びました。当院のワクチン

接種開始が4月28日に決定し、4月20日に医師、看護師、事務員が集まり本番を想定したシミュレーションを実施しました。シミュレーションでは接種を受ける職員の動線確認と緊急時対応を実施しました。

職員の接種スケジュールを調整するにあたり、会場内で密にならないよう、20分で6人の接種スケジュールを組み、重篤な副反応に対応できるよう午前中の接種に限定、また副反応による業務への影響を最小限に留められるよう各部署の接種人数をコントロールし、特に2回目ワクチン接種翌日は公休となるよう各部署長がシフト調整を行いました。

考える限りの準備を整え、4月28日から接種を開始しました。大きな混乱もなく5月末に職員への接種がほぼ終了しました。

6月からは接種を希望される入院患者さんのワクチン接種を開始しています。現在まで重篤な副反応もなく接種を実施しています。



1. ワクチンを溶解しています



2. 問診を実施



3. ワクチンを接種



4. 接種後は待機します

座って出来る転倒予防体操

高齢者の転倒は骨折に結びつきやすく、そのまま寝たきりに繋がる恐れもあり、転倒予防のための運動をすることが大切です。転倒する要因として、筋力の低下により正しい姿勢を保つことが出来ず、バランス能力が低下してしまうことが考えられます。転倒を予防する為には

- ①筋力を鍛えること
 - ②正しい姿勢を保つこと
- が重要です。

今回は主に上半身のバランス能力と筋力を強化することで転倒予防に繋げる体操を紹介致します。

体操のポイント

- ◎息を止めずに適度にリラックスして行いましょう。
- ◎無理をせず痛みが出ない範囲で行いましょう。
- ◎各10回を目安に行いましょう。
- ◎腹筋を使っていると意識するとより効果が期待出来ます。
- ◎棒またはタオルを用意してください。ご用意出来ない方は、両手を組んで行いましょう。

1. 肘を伸ばし頭の上まで棒を上げる

- ・背もたれにもたれながら行う
- ・棒を見ながら上げるときは息をゆっくり吸い下ろすときは息をゆっくり吐く



2. 腕を天井の方へ伸ばし肘を曲げる

- ・背もたれから背中を離し姿勢を正して行う
- ・頭の後ろに棒が下りない場合は、頭の上に下ろす



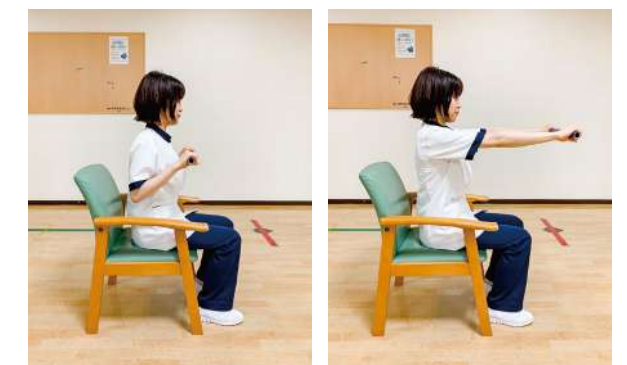
3. 肘を前に伸ばした状態で身体を左右に捻る

- ・棒を見ながら腕だけでなく胸も棒と平行になるようにする



4. 胸の位置で肘を曲げ伸ばす

- ・姿勢を正し、肘を曲げる際は肩甲骨を内側に寄せるように行う



訪問 リハビリテーション ダイアリー



コラージュって知っていますか？

約2年前、牧リハビリテーション病院(以下牧リハ病院)を退院されてから訪問リハビリを利用してくださっているTさん。訪問リハビリ介入当初は20分程度座っていると腰、足が痛くなり、趣味である切り絵も辞めていました。しかし「もう少し体が楽になったらもっと自分でできることを増やし、趣味の切り絵を再開したい」と週2回のリハビリを続けてきました。座って行う自主トレーニングも投げ出さず、継続された結果、徐々に腰、足の疼痛が軽減され自宅での



活動量が増え、切り絵も今年の正月頃再開できたと嬉しい報告がありました。長時間座っていても苦痛ではなくなり、作業を始めたなら1時間以上も夢中になり、ついつい食事をするのも忘れてしまうとのこと。自宅はTさんが作った切り絵がたくさん飾られるようになり、にぎやかになったお部屋を見て「こんなに細かい絵も切れるようになった」と嬉しそうに話されています。



今、リハビリでは屋外歩行訓練を中心に行っており、かかりつけ医院まで一人で行けるようになったといった目標のために頑張っておられます。

そんなTさんの前向きな姿をみて、私も勇気づけられています。

挑戦したい趣味があるけどできるかな、と悩んでいる方がいらしたら些細なことでも訪問リハビリスタッフに相談してみてもいいかもしれません。

ちなみに・・・

今まで切り絵と呼んでいた作業は『コラージュ』というものでフランス語で『糊付け』を意味する言葉だそうです。調べてみるとコラージュは心理療法の一分野である技術療法というものに分類され、自己表現が可能になったり、カタルシス効果と呼ばれる癒し効果が得られるそうです(・・・私も知りませんでした!今度Tさんにも伝えておきます!!)。他にも紙を切って無地の小物に移し貼る『デコパージュ』というものもあるそうです。次はデコパージュへの挑戦を提案してみようと思います。

理学療法士
森塚 唯(もりづか ゆい)



デイケア 門真だより

今年も感染予防のため、地域ではたくさんのイベントがやむを得ず中止になりました。お花見や夏祭りなど…日本特有の四季を感じられるものが少なくなっています。そんな時でも、利用者さんにその時の季節感を少しでも楽しんでもらうようにと、壁画を作成しており、和紙や光沢のある折り紙等を使用しながら立体的に作る工夫もしています。鮮やかな壁を前にされると自然と顔がほころぶように感じます。

四季を感じることは、五感が刺激され、心に潤いをもたらす効果があるとも言われています。ストレスを抱えやすく、日常の幸せに気付きにくくなっている今、ふとした時に四季を意識してみてもいいのではないでしょうか。暑い夏を乗り越え、季節は徐々に秋、冬へとすすんでいきます。これから木々が赤や黄色に彩られる過程が楽しみです。

支援相談員: 宇田 真弓(うだ まゆみ)

季節を楽しむ気持ちを忘れずに ～四季折々を感じることに～



↑ヒュ〜…と打ち上げ花火の音が聞こえてきそう。
夏祭りや花火大会が開催される日が待ち遠しいです。



←桜の木の下で、まるで本物の和傘を
さしているみたい。
来年はお花見に行きたいですね。

大規模災害に備えて

当院では、いざという時に慌てず適切に対処できるよう、全職員で大規模災害訓練を行っています。

今年度は、コロナ禍であるため集合研修は見合わせ、各部署単位において、震度6強の地震を想定した訓練を実施しました。被災状況を具体的にイメージしながら、それぞれの役割や手順、患者さんへの対応、



備蓄品などを確認する中で課題を抽出し、今後の解決策を全体で共有しました。患者さんの安全を守るため、一人ひとりが高い意識を持ち、日頃より培われたチーム力を活かして行動できるよう努めていきたいと思っています。



ポータブル蓄電池と太陽光パネルシステムを使用し、停電した場合でも非常用電源が長時間使用できるよう準備もしています。