

# 旅するドクター 2

今号の表紙: ボルドー(フランス)

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します。

今回は、フランスのボルドーを紹介しします。

ボルドーはワインで有名ですが、ガロンヌ川周囲の三日月のような形をした旧市街一帯が、「月の港ボルドー」として世界文化遺産に登録されています。日本からのアクセスが、パリに比べると不便で、余り日本人を見かけません。

写真上段①は、街中を走るトラムを撮影しました。歴史を感じる街中を、軒先や車すれすれにトラムが走っています。町の人々が慣れていないのか、トラム運転手が慣れていないのか、スーツと傍をすり抜け、警笛は余り聞かれません。日本では見かけない光景です。後ろの2本の塔は、サンタンブレ大聖堂で、11世紀から建造され何度か増築されています。古い町並みを近代的なトラムが行き交い、とても楽しくなって、何枚も写真を撮ってしまいました。

写真中段左②は、雨上りの小公園で、人々は午後のティータイムを楽しんでいます。皆、ゆっくりくつろいで、その場を動かさず。お国柄を感じます。現地を案内してくれた女性日本人ガイドさん(ご主人はフランス人)が、「フランスの男性は、とにかく働かないです。働かない理由をなんだかんだと挙

げて、休憩が多いです。」と半ばあきらめていました。

写真中段右③は、レンタサイクルを使って朝市に行く途中に見かけた野菜屋さんです。狭い店先に、野菜や果物が芸術的に積み上げられていました。「急に雨が降り出したら、どう片付けるのかな」と心配してしまいました。

写真下段④は、ガロンヌ川沿いのブルス広場にある世界最大の水鏡で、2006年に建造されました。花崗岩が敷き詰められ、厚さ2cmの水が張るように設定されています。さて、風があると、さざ波が出てしまって鏡になりません。この時は1日に3回も訪れて、ひたすら風がおさまるのを待ちました。運よく夕方にベストショットを得ることができました。今回の旅行は、この水鏡が撮りたくて行ったようなものだったので、とても満足しました。

以上、世界文化遺産のボルドーを紹介しました。ボルドー旧市街はその他にも、国立歌劇場(オペラ座)やワイン博物館などもあり、とても良い場所です。早くコロナ禍が一段落して、いろんな場所に訪れたいですね。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】  
 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.23



牧リハビリテーション病院 広報誌

# まきりは

VOL.23 令和4年1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 新しい年を迎えて 院長 泰永 募
- P2 『折り鶴で世界をつなごう!プロジェクト』に参加しました
- P3 フレッシュマンインタビュー
- P4 糖尿病栄養教室を再開しました
- P5 テイケア門真だより 気分はアロハ〜♡みんなで楽しくフラ体操♪
- P6 訪問リハビリテーションダイアリー
- 好きなことがあるから頑張れる
- P7 海外・国内の美しい風景 旅するドクター 2



# 新しい年を迎えて



院長 泰永 募

皆様、あけましておめでとうございます。

昨年6月に院長職に就任して、半年経ちました。その間に新型コロナ感染の第5波が押し寄せ、医療崩壊が問題になり、また経済が萎縮してしまいました。当院でも、患者さんや職員のコロナ感染者が確認されたことがあり、蔓延防止のために一定期間の入院停止を強いられました。しかし、患者さんたちのご協力と職員の努力により、クラスター発生を回避し、通常診療に戻すことができました。

どこの医療機関や介護施設も面会禁止となり、入院中・入所中の患者さん・利用者さんがどのような状態なのか、ご家族には推し測れない状態が続いています。人と人が出会えないことが当たり前となり、心から笑いあえることが過去の遺物のようになりました。

このような状況でも、東京オリンピック・パラリンピックが開催され、多くの感動を呼び起こしたことが、喜ばしい出来事と思われま。

当院も、コロナ禍に耐えるだけの受け身の態勢から、対抗する能動的な態勢をとるべく、患者さんや職員、職員家族のワクチン接種を推し進めました。また、患者さんにご家族が、心を通わせられるよう、オンライン面会を継続しています。

さて昨年10月になって、緊急事態宣言が解かれ、街の賑わいが少しずつ復活し、人々は笑顔を取り戻しつつあります。

しかし、インフルエンザ流行や新型コロナ感染第6波の動向も憂慮され、未だに2022年の医療情勢を推し測ることは困難です。

このような不透明な社会情勢でも、当院のできることは、うがい・手洗い・マスク着用・3密回避の基本に立ち返ること、さらに3回目のワクチン接種を計画することと考えています。

当院の方針として、患者さん・ご家族に信頼され、そして愛される医療機関となるべく、全職員一丸となり、このコロナ禍に立ち向かうことと決意しております。

どうか、本年もよろしくお願い申し上げます。

# 『折り鶴で世界をつなごう!プロジェクト』に参加しました



アラブ首長国連邦のドバイでは、2021年10月から2022年3月まで「ドバイ国際博覧会」が開催されています。日本からは「日本館」を出展し、2025年大阪・関西万博のPRも行われています。

そこで、日本館で世界からの来場者の方に「おもてなし折り鶴」をプレゼントする企画「折り鶴で世界をつなごう!プロジェクト〜ドバイ万博から大阪・関西万博への誘い〜」が立ち上がりました。主催は、ゆめ伴プロジェクトin門真実行委員会、KIOUETAI、アジア太平洋トレードセンターによる「TEAM EXPO 2025 折り鶴JAPAN 実行委員会」です。折り鶴を作った人は皆さん折り鶴JAPANメンバーでもあります。

ゆめ伴プロジェクトin門真実行委員会は、認知症になっても輝けるまちを目指して、介護事業所や行政、社会福祉協議会、市民団体、認知症の人や高齢者、家族など多様な団体が想いを一つに、さまざまな活動に取り組まれています。

当院もその想いに共感し、スポーツイベントのRUN伴+門真をはじめ、地域で暮らす方々とのつながりを大切に活動へ参加してまいりました。そして、この素晴らしいプロジェクトにも関わる機会をいただき、入院中の患者さんや訪問リハビリ・デイケアのご利用者、医療・介護スタッフと一緒に参加いたしました。

“私たちの手で折った鶴が世界の人々の手に届く!”そのような壮大でワクワクする気持ちを感じつつ一折り一折り心を込めて作った折り鶴は、メッセージカードと共に美しくパッケージされて日本を飛び立ち、ドバイ万博日本館にて来場された世界の人々に届く予定です。

想いを一つにつなげる素晴らしさを改めて感じる事ができた活動でした。

地域連携室 名本 あゆみ(なもと あゆみ)



日本から、心をこめた「おもてなし」

OMOTENASHI (The Japanese Way of Hospitality) Gifts from Japan with All of Our Hearts

One by one, these Orizuru (Origami Cranes) were created with deep feeling by people in Japan including dementia patients, the elderly who need care, as well as the members of the "TEAM EXPO 2025" program.

In Japan, we have a culture to create Origami Cranes while praying for the health and happiness of people who are important to us.

In 2025, Let us meet at the EXPO 2025 OSAKA, KANSAI, JAPAN!

TEAM EXPO 2025 折り鶴 JAPAN

連絡先: yume@yume.kadoma@gmail.com

Have the video of the message of people who created Origami Cranes

TEAM EXPO 2025 ORIZURU JAPAN

mail: yume@yume.kadoma@gmail.com

These Origami Cranes were created under infection prevention measures, such as using antiseptic Origami paper, wearing masks, and sanitizing hands.

EXPO 2025 いっしょに、いっしょ! 文楽・舞楽万博

EXPO 2025 MEET ME AT EXPO 2025!

活動は、SDGs17の目標「3すべての人に健康と福祉を」「11住み続けられるまちづくりを」「17パートナーシップで目標を達成しよう」に貢献しています。 ※SDGsとは「Sustainable Development Goals(持続可能な開発目標)」を意味し、略してSDGs(エスディージーズ)」と呼ばれます。

私たちの新しい仲間の、素顔に迫ります!!

## Q.なぜ理学療法士を目指そうと思ったのですか?

ぎっくり腰になり、思うように体を動かせなくなった経験から、怪我や病気などで思うように体が動かせない人の助けになる仕事をしたいと思い理学療法士を目指しました。

## Q.牧リハビリテーション病院を選んだ理由は?

施設見学の際に開放感のある明るいリハビリテーション室から活気のある様子が伝わり、自分もこの雰囲気の中で働きたいと感じました。また病院の理念や、それを実現するための3つの約束(※)が、自身が理学療法士として働く上で大切にしていきたい点と一緒にあったからです。

※「Professional」医療人としての誇りと謙虚さを持ち、日々研鑽を重ねます。「Heart」あたたかい思いやりの心とともに、あなたに寄り添います。「Team」和をもった信頼されるチームで、あなたを支えます。



理学療法士  
増田 紗希  
(ますだ さき)

## Q.どんなときにやりがいを感じますか?

病気や怪我などで思うように体が動かせなかった患者さんが、リハビリを行うことで「立てるようになった」「歩きやすくなった」と、少しずつ出来ることが増えてきた時の笑顔や、「あなたが頑張ってくれるから私も頑張れる」という言葉をいただいた時にやりがいを感じます。



作業療法士  
平端 未輝  
(ひらへた みき)

## Q.なぜ作業療法士を目指そうと思ったのですか?

進路に迷った時、母にリハビリ職を勧められて、初めて作業療法士という職種を知りました。生活を支援していく上で、たくさんの人に寄り添い、笑顔になっていただきたいと思いこの道に進みました。

## Q.牧リハビリテーション病院を選んだ理由は?

教育環境が整っており、上司や先輩に相談しやすく、女性が多く活躍していること、地域に密着していて貢献ができること、そして私自身も成長できる環境という点から選びました。

## Q.どんな時にやりがいを感じますか?

患者さんが日々訓練に励まれて、出来なかったことが出来るようになった時、一緒に喜んだり、感謝のお言葉をいただいたりした時にやりがいを感じます。

## Q.なぜ言語聴覚士を目指そうと思ったのですか?

親戚にいる発達障害のお子さんが、言語聴覚士のリハビリを受け、初めて私の名前を呼んでくれた時や、好きなことを一緒に楽しむ姿をみて心を打たれました。私も人に感動を与えられる仕事がしたいと思い志しました。

## Q.牧リハビリテーション病院を選んだ理由は?

学生時代、牧リハビリテーション病院に実習で1ヶ月間お世話になりました。笑顔の患者さんが非常に多く、そこに寄り添うスタッフの姿勢、多職種が協力し働いている環境で、私もセラピストとして成長したいと思い、入職を希望しました。

## Q.どんな時にやりがいを感じますか?

患者さんの食事形態や会話のやり取りが良くなった時に、患者さんやご家族が嬉しそうな表情をされているのを見ると、少しでも役に立てたのではと、やりがいを感じます。



言語聴覚士  
白川 菜々夏  
(しろかわ ななか)

# 糖尿病栄養教室を再開しました

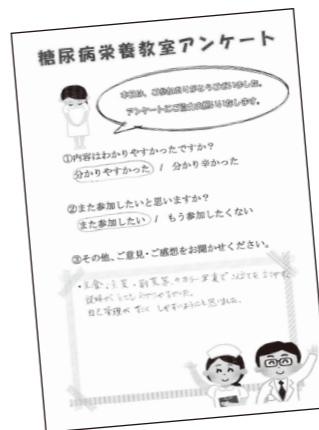
コロナ禍で開催を中止していた糖尿病栄養教室ですが、感染管理に注意した上で2021年10月より、1年8ヶ月ぶりに再開させていただきました。

実施にあたっては、病棟の行き来を無くして少人数で、ソーシャルディスタンスを保って席を配置し、患者さんに触れていただく教材には全てラミネート加工を施し使用前後の消毒も万全にするなど、1ヶ月以上前から院内で検討を重ね、出来る限りの感染対策を徹底致しました。

糖尿病栄養教室は、主に糖尿病食を召し上がる患者さんを対象としていますが、バランスの良い健康的な食事や、ダイエットをお考えの方にも聞いていただける内容なので、糖尿病の患者さんだけではなく様々な方が参加してくださっています。

まずは看護師から糖尿病についての話がありました。挿絵付きの資料で糖尿病の基本的な症状や低血糖の予防について説明すると、皆さん真剣に聞いてくださっていました。

次に管理栄養士から、食事療養のポイントをお伝えした後、患者さんそれぞれが学んだ内容を活かして



## 看護師から糖尿病について講義の様子



副菜

野菜・いも・海藻・きのこ

主菜

肉・魚・卵・大豆他

栄養科

主食

ご飯・パン・めん

果物・その他

## 管理栄養士から食事療養について講義の様子



料理カードを選び、バランスの良い食事を組み合わせる練習をしていただきました。これなら自宅に帰ってからも実践出来そうだと、皆さん楽しそうに取り組まれていました。

今後も感染対策を十分に行ったうえで、毎月第3土曜日に開催していきたいと思っております。ご家族を交えた賑やかな栄養教室がまた開催できる日が来ることを待ち望んでいます。

管理栄養士 大生 杏奈(おおばえ あんな)

## 料理カードを使って食事を組み合わせる練習の様子





# 気分はアロハ〜♡ みんなで楽しくフラ体操♪

デイケア門真では、これまで色々な体操に挑戦してきましたが、今回は新しい体操にフラダンスを取り入れようと考えました。

実は、フラダンスを習っているスタッフが2人います！  
フラダンスの動きはゆっくりでも、指先まで意識して集中しなければなりません。呼吸や表情、姿勢も大事です。ゆったりとした動作でも音楽に合わせて踊っていると、じんわり汗ばむくらいです。これは今の状況にピッタリだと思い、早速、2人のスタッフを中心に利用者さんも参加できる『フラ体操』を考えました。

2か月後に動画撮影と上映会を行う事を目標に決め、達成感が味わえるように少しずつ作り上げていきました。

フラダンスには一つ一つ手話の様に意味があり、歌詞に合った動きになっています。「憧れのハワイ航路」の曲にあわせて、まずは姿勢を意識しながら上半身の動きから練習を始め、徐々に足の動きも追加していきました。リズムに合わせて足を右に4歩・左に4歩というステップを繰り返すだけなのに手足を一緒に動かした途端にぎこちなくなり、今まで出来ていたところも分からなくなってしまいました。これは利用者さんだけではなく、スタッフも同じ状況で、「なんで〜？」と笑いながら練習を続けました。始めた頃は全体的に硬かったのですが、練習を重ねていくと表情も動きも柔らかくなっていきました。

華やかで明るい雰囲気になるように利用者さんに手作りのレイをつけていただき、さあ撮影開始です！撮影前は少し緊張されていましたが、音楽が流れると、いつも通りの笑顔とパワーで楽しそうに踊っておられました。

上映会では、映っている自身の姿を見て、恥ずかしそうに少し照れ笑いをしている方や、無邪気に喜んでいる方もいて、和やかな時間が流れました。

フラ体操のポイントは笑顔です！笑顔を意識して身体を動かすことで、自然と雰囲気が明るくなった気がします。これからもたくさんの笑顔がみられるように、楽しい体操を考えていきたいと思っています。



介護福祉士 副主任 石田 聡子(いしだ さとこ)



## 訪問 リハビリテーション ダイアリー

### 好きなことがあるから 頑張れる

ぶっぼうそう



もともと、野鳥の写真撮影をされるのが趣味のaさん。数年前に首の神経のご病気により痺れや痛みが生じ“手が使えない”“歩きにくい”などの症状が出ていました。

当院を退院した後も「撮影に行くのは難しいかな」と洩らされていましたが、訪問でのリハビリ・自主トレーニングに励まれ、今では公共交通機関や自転車などでお仕事や野鳥撮影に行けるようになりました。

最近ではご友人の車で愛知県は渥美半島に行かれたそうです。珍しい鳥の撮影にも成功され、とても楽しかったと話されていました。山道などの不整地は杖を使っておられるとのことですが、最近ではしゃがみこんでの撮影も、少しずつ行えるようになってきているとのこと。

リハビリへの意欲が高いaさんですので、撮影に行かれたと聞くと、撮影先で不自由だったことや、新たな目標が見つかったかなど、リハビリスタッフとしての質問をさせていただいています。ただ…

実は、私自身も以前から写真が好きで、自前のカメラで撮影に出かけたりしていることもあり、こっそり自身の撮影技術向上のための質問も混ぜさせてもらっています(汗。実際に撮影された写真の説明など、とても勉強になります!!)

好きなことがあるから、リハビリや自主トレーニングを頑張れるといつもaさんは話していただけます。

これからもどんどん良い写真を撮って下さいね！そして、また私にも撮り方を教えて下さいね!!

作業療法士  
下村 由貴(しもむら ゆき)



こあじさし



へらしぎ

