

旅するドクター 2

今号の表紙: アメリカ西海岸(続編)

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。

今回は、2019年に訪れたサンフランシスコで、アメリカ西海岸(続編)となります。

写真上段①は、観光客に人気のケーブルカーで、立ち乗りも多く、それも粋な感じです。サンフランシスコは、写真のように急な坂が多いことで有名です(建物の側面を見ていただくと、坂の傾斜が分かります)。「坂が多くて、レンタサイクルが役に立たず、かえってお荷物になってしまう」という失敗談をガイドさんから聞きました。さて写真を見ますと、驚いたことに、このケーブルカーの停留所は交差点内にあります。客の乗降の際は、車は双方向とも赤信号で止まります。停留所を「急な坂の途中」に設置するより、「平坦な交差点内」に設置する方が「安全」という、どちらかと言えば奇抜な発想でした。

写真中段左②は、お馴染みのゴールデン・ゲート・ブリッジです。1937年に完成した素晴らしい景観の吊り橋で、色々な映画に出演(?)しています。この橋を「生」で見たくて、サンフランシスコに行きましたが、想像以上の美しさにしばらく動けなくなってしまいました。日本の瀬戸大橋と姉妹橋とのことですが、50年以上先行して完成しており、アメリカの国力や技術に感服させられます。

写真中段右③は、後述のピア39にある「クラブハウス(蟹の

家)」というお店の料理です。蟹はダンジネスクラブという種類で、ガーリックバターで炒めています。調理法が違うので当たり前かも知れませんが、ひと味違う料理を堪能しました。

写真下段右④は、フィッシャーマンズワーフの看板で、真ん中に先程のダンジネスクラブが描かれています。この辺りはレストランや土産物店が多く、人々が食事を兼ねて散歩しています。

写真下段左⑤は、ピア39の賑わいを写しました。「ピア」は棧橋のことで、欠番も多いのですが、ピア1からピア45まであります。フィッシャーマンズワーフの中でピア39が最も有名で、棧橋の上に、レストランや土産物店、メリーゴーランド、ミニシアターなどがあり、ちょっとしたテーマパークになっています。なお、写真を見ていただくと、半袖の人もいれば、春コートを着ている人もいます。サンフランシスコは緯度も高く、霧もかかりやすいので、ロサンゼルスと比べ気温が低いです。訪れた日は6月上旬で、好天でしたが、肌寒く、羽織るものが必要でした。皆さんもサンフランシスコ観光の際は、服装に気を付けてください。

以上、サンフランシスコを紹介しました。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.25

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

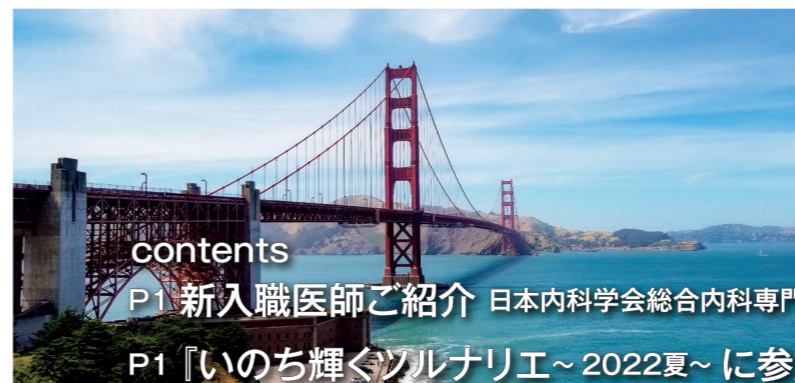
VOL.25 令和4年9月

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 新入職医師ご紹介 日本内科学会総合内科専門医 吉岡 知美
- P1 『いのち輝くツルナリエ~2022夏~に参加しました』
- P2 牧リハビリテーション病院の行事食 四季を感じる彩りに
- P3 セタイイベント七夕飾りに願いをこめて
- P4 リハビリテーション部の紹介 先輩 理学療法士ヘインタビュー
- P5 テイクア門真だより
- 皆さんの元気な笑顔が見られることがやがてです!
- P6 訪問リハビリテーションダイアリー
- 「ゴルフをもう一度やってみたい」~目標に向かって~
- P7 海外・国内の美しい風景 旅するドクター 2

新入職医師ご紹介

日本内科学会総合内科専門医

吉岡 知美

TOMOMI YOSHIOKA

令和4年4月中頃より、牧リハビリテーション病院
でお世話になっています吉岡です。

平成3年大阪市立大学医学部を卒業し(母校の名称は、今年消滅しましたが・・・)、内科勤務を経て、平成20年からリハビリに携わっています。リハビリの経験年数だけは長くなりましたが、未だ院内の仕組みや約束事など分からない事だらけで、周囲の方々に助けられながら右往左往しております。

患者様やご家族様に満足頂けるよう、頑張りたいと思っています。

宜しくお願いいたします。



牧リハビリテーション病院の 行事食

四季を感じる
彩りに



当院では、月に1回行事食の提供を行っております。行事食とは、季節折々の行事やお祝いの日に食べる特別な食事です。

患者さんには食事で季節感をだすことにより、入院中でも四季を感じて頂けるよう、味だけでなく、見た目にもこだわりながら献立を作成しています。

6月のあじさい御膳では、あじさいをイメージした散らし寿司とゼリー、茄子の生姜和え、すまし汁を提供し、梅雨のむし暑さを吹き飛ばせるような爽やかな献立になっています。

ちらし寿司で使用したお酢には、殺菌効果があり、暑い時期の食中毒予防対策として、昔から使用されています。さらに、エネルギー代謝を助けて疲労を回復させる効果やカルシウムや鉄などのミネラルを効率良く吸収する手助けをしてくれます。添えには香りや彩りが良い大葉を使用し、食欲増進を促す工夫をしています。

7月7日の七夕には七夕そうめん、がんもどきの炊き合わせ、梅ご飯、七夕ゼリーを提供しました。七夕そうめんは3食の色鮮やかなそうめんを盛り付け、錦糸卵で天の川、オクラや星形の人参で七夕を表現しています。

行事食は食欲が低下している患者さんでも、完食される方が多くいらっしゃいます。「彩りが鮮やかで綺麗」「さっぱりしていて食べやすい」など、嬉しいお言葉も沢山いただいております。

今回紹介した以外にも、お月見御膳や秋御膳など様々な行事食を予定しております。行事食カードも献立に合わせて用意しておりますので、楽しみにしていただければと思います。

今後も入院中のお食事が患者さんの刺激になり、リハビリが良好に進むような食事提供に努めていきたいと思っています。

栄養科 寺田 真知子(てらだ まちこ)



2025年大阪・関西万博1000日前企画 いのち輝くツルナリエ ~2022夏~ に参加しました



迎えるプロジェクトの実現に向けたイベントです。

折り鶴は日本各地や外国からも届けられ、当院も入院中の患者さんや訪問リハビリ・デイケアの利用者さん、医療・介護スタッフが想いを共有しながら参加しました。



7月16日～24日 門真市内で認知症の人や高齢者の方々などが作った約3万羽の折り鶴アートを展示する『いのち輝くツルナリエ～2022夏～』が開催されました。(主催:認知症になっても輝けるまちづくりを目指す市民団体「ゆめ伴プロジェクトin門真」[TEAM EXPO 2025折り鶴JAPAN実行委員会])

この企画は、「TEAM EXPO 2025」共創チャレンジの一環で、2025年大阪・関西万博の会場に100万羽の折り鶴を飾り、世界からの来場者をお

七イベント

七夕飾りに願いをこめて

7月7日は天の川にまつわる織姫と彦星の星物語が有名ですが、七夕飾りを笹の葉につるし、願い事を星に祈る習慣が各地にあります。

当院でも7月7日は、毎年恒例の七夕イベントです。七夕の日が近くなると患者さんに短冊へ願い事を書いていただいています。ここで、短冊に願い事を書くようになった由来をご紹介します。短冊に願い事を書くのは、「乞巧奠(きっこうでん)」に由来します。「乞巧奠」では、貴族が手芸、詩歌、管弦楽、文字などの上達を願い、梶の葉に文字を綴っていました。

現在のような七夕飾り(笹飾り)になったのは、江戸時代だといわれています。江戸時代は寺子屋が増えたため、習字や習い事の上達を願う行事として親しまれ、短冊に願い事を書くことが広がってきました。



患者さんの短冊には、ご自身の体の回復、ご家族の健康やお孫さんの健やかな成長を願う一文、退院後にしたい事(美味しいものが食べたい等)、様々な願い事が書かれていました。病棟スタッフが短冊を笹の葉につるすお手伝いをしましたが、患者さんの願い事が叶うよう大切に飾らせて頂きました。

また、当院では七夕飾り以外にも7月7日の昼食は七夕をイメージした行事食が提供され、普段と違う食事は患者さんからも好評です。(「行事食のご紹介」欄に写真が掲載されています)

新型コロナウイルス感染症が流行する前は、レクリエーション活動の一環で七夕飾りを作成していましたが、今年は飾りの作成はスタッフが行いました。今、新型コロナウイルス感染症は第7波に入っています。一日も早く日常が戻り、来年は患者さんと共に七夕飾りを作成できますように…願いをこめて…。

3階病棟 介護福祉士 主任
名倉 健太(なぐら けんた)

看護部

リハビリテーション部の紹介

先輩 理学療法士へインタビューしました!

Q 牧リハを選んだ理由を教えてください

A 高校生の頃、理学療法士の仕事を見学させて頂ける所を探している時に牧リハビリテーション病院を知りました。開放感のある明るいリハビリ室で、患者さんに真剣な眼差しで寄り添って歩く理学療法士や、笑顔でリハビリをする患者さんの姿に感動したことを今でも憶えています。また、部長より理学療法士の魅力や患者さんとの将来を考えた関わり方を教えて頂いたことでイメージが具体的となり、志すきっかけにもなりました。職員が生き生きと活躍されている様子を見て入社したいと強く感じました。

Q やりがいは何ですか?

A 何といっても患者さんが元気になっていく過程を間近でみることが出来る点です。しかし、突然の病気やケガで思うように体が動かせず、将来の不安や現状を受け入れられない等、患者さんの抱える課題や困難にも直面します。そこから、一緒に寄り添って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、「ありがとう」という言葉を頂いた時に大変やりがいを感じます。



入社14年目
理学療法士 主任
大野 博幹(おおの ひろき)

インタビュー
言語聴覚士
江角 宏之(えすみ ひろゆき)

Q 患者さんとのエピソードや心がけていることは何ですか?

A 新人の頃、脳卒中で手足の麻痺があり、思うように起き上がることも歩くことも難しい患者さんの、「なんでこんな目に遭うんやろ」「こんなに頑張ってるのに、どうして前みたいに動けないのか」等の言葉に対して返答がうまく出来ず悩んだことがありました。しかし、その方の興味のある釣りの話をした時に表情を変えて受け答えされたことをきっかけに、海へ行く話が動作練習に繋がり、また釣りをしたいという気持ちから退院後の生活への意欲が増えていきました。患者さんの好きなことに寄り添い、共有することは、今後「どう暮らすか」という目標を立てる事ができ、心身の回復に繋がると感じています。

Q 職場の雰囲気はどうですか?

A 経験年数や年齢も様々で、気兼ねなく相談しやすい雰囲気のある職場です。チームで話し合うこともできるので、1人で悩むことなく、みんなで患者さんのためにどうすればいいかを考えながら仕事できています。

Q これからの目標や将来の夢を教えてください

A 「人の役に立ちたい」という初心を忘れずに、これからも新しい知識や技術を身に付けていきたいです。

病院だけにとどまらず、患者さんの活動を支援できる輪を広げていけるような働きかけのできる理学療法士を目指したいと思っています。いろいろな職種や関連する方々に関わる機会をつくることから、地域のみなさんとも繋がり「ずっと歩いて暮らせる社会」の実現を目指したいです。

皆さんの元気な笑顔が見られることがやりがいです!

～送迎ドライバーさんにインタビューしてみました～

当施設には様々な職種のスタッフがいますが、今回は送迎ドライバーの福田さんにインタビューしてみました。福田さん、色々教えてください!

Q1:このお仕事に就かれたきっかけは何でしょう?
A1:介護士の資格取得を目指すとき、現場を経験するため、施設で送迎ドライバーをしてきましたが、週末は孫のクラブの送迎と応援に行くため、取得の方は断念し、現在に至ります。元々、車の運転や車自体が好きなことも続けている理由ですね。

Q2:お仕事内容を教えてください。
A2:デイの利用者さんの送迎業務の他に、当院へ転院される患者さんの送迎も担っています。その他、玄関の掃除や車の清掃、環境整備等のお手伝いをしています。

Q3:このお仕事をすることで、楽しいことややりがいは?
A3:やはり、朝とお帰り時に皆さんの元気な笑顔とお姿が見られることです。「また次もよろしくね!」と言われると、こちら笑顔になりますから。元々サービス業をしていたこともあり、車内でお話することも楽しみの一つです。できるだけ和気あいあいとした空間を作りたいと思っています。



送迎ドライバー:福田春次(ふくだはるじ)さん

Q4:このお仕事をすることで、大変だったことは?
A4:最初は利用者さんのお住まいへの順路を覚えるのは大変でした。また、お顔と名前を覚えるのもなかなかで…。やっと覚えたと思えば、新しい方が入ってこられたりと、繰り返しですね(笑)あとは、凹凸がある道路では車内に揺れないよう気をつけています。まず第一は安全運転ですからね。

Q5:送迎車に乗っている利用者さんたちに福田さんってどんな人ですか?と印象を聞いてみました!
A5:なんと、ほぼ全員が『明るい・元気!』という回答でした。その他には、たくさん喋ってくれる・明るい話題で車内を楽しくしてくれる・良い人です!という好印象な言葉がたくさんありました。また、送迎時に対応して下さるご家族の方からも、朝から元気な挨拶をしてくれて、今日も頑張ろう!と思わせてくれる気持ちの良い方ですという言葉もいただきました。

福田さんはお孫さんの応援で屋外に行かれることもあり、夏場は特に日に焼けています(笑)その健康的な姿と元気な声や笑顔は、まるで太陽のよう。朝の元気な挨拶でスイッチが入り、気持ちよく仕事がスタートできます。とにかくいつも動き回っている印象!不思議と福田さんの周りには笑顔の人が集まっている気がします。これからもその明るさと元気で皆さんを笑顔にしてくださいね!!

支援相談員:宇田 真弓(うだ まゆみ)



訪問 リハビリテーション ダイアリー

「ゴルフをもう一度やってみたい」 ～目標に向かって～



私たち療法士は利用者さんが日常の中で“出来る様になりたいこと”“これからやってみたいこと”など様々な目標を支援していますが、目標を明確に持っている方だけではなく、目標を見つけられていない方もいらっしゃる、一緒に目標を探すことも我々の大切な役割の一つと考えています。

今回紹介するのは、脳梗塞の影響により右半身麻痺や失語症のあるAさんの目標に向けての挑戦です。Aさんはやってみたいことがたくさんあるものの言葉が出にくいという失語症の後遺症により目標を共有するのに少し時間がかかるため、ADOCという目標設定のツールを用いて決めていきました。そして、その中からゲートボールを見つけ、「病前からやっていたゴルフをもう一度やってみたい!」と強い希望があり、その目標に向けてリハビリを進めていくことになりました。



まず、ゴルフの素振りやゴルフバッグを持って移動することなど、想定できる範囲の練習を自宅で行いました。しかし、家の中や屋外ではモノや人に当たる可能性があり思いっきりボールを打つことが出来ません。そこで、以前通っていたゴルフスクールへの参加を申し込みましたが、付きっきりでは対応できない、転倒リスクがあるという理由で断られました。

それでも諦めずに新たなゴルフスクールを見つけ、念願のゴルフが出来る事になりました。久しぶりということもあり、とても嬉しそうに目を輝かせながら、一生懸命にボールを打ち、目標を達成したAさん。すると次は「電動車いすを使って一人でゴルフに行けるようになりたい」「もっと上手に打てるようになりたい」との新たな目標がどんどん増えていっています。

「ゴルフをもう一度やってみたい」という少し漠然とした目標が、一つ一つの小さな“達成”を経験していくことで、次の瞬間には“誰と”“どういう風に通おうか”など、自分のやりたいことが明確になりつつあります。そのことがモチベーションに繋がるんだと実感できたこと、またその経過を支援できたことは、とても貴重な経験となりました。どんどん目標を高め挑戦していく姿は私たちにもいい刺激となります。

みなさんは、出来る様になりたいこと、やってみたいことはありますか?コロナ禍で活動制限がある中でも感染症対策をしながら挑戦していきましょう。

作業療法士 酒井 麻衣(さかい まい)