

まきりは

VOL.28 令和5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

- P7 海外・国内の美しい風景 旅するドクター2
- P6 訪問リハビリテーションダイアリー
学会レポート 第22回 学術大会 in 愛知 2023
- P5 デイケア門真だより
デジタル紙芝居「ももたろう」…みなさんの声を録音してみました！
- P4 熟練作業療法士ヘインタビュー！
- P3 やってみよう！転倒予防…いま自分にできること
- P2 「いのち輝くツルナリエ2023 春」2万羽の折り鶴の花道…に参加しました
- P1 いきいき健やか教室…コッコツ運動して骨粗しょう症を予防しよう！





いきいき健やか教室

~コツコツ運動して骨粗しょう症を予防しよう~

2023年6月19日(月)に門真市保健福祉センターにて今年度第1回目の「いきいき健やか教室」を開催しました。門真市と当院は「健康づくりに関する協定」を結んでおり、いきいき健やか教室は、門真市在住の高齢者の健康増進を目指した取り組みとなっています。

ここ数年はコロナの影響で対面の開催が出来ていませんでしたが、一昨年度にオンラインで開催した経験を活かして、今年度は対面とオンラインのハイブリッドで行うこととし、対面20名とオンライン数名の方にご参加いただきました。内容は運動や骨粗しょう症に関する講義と体操を行い、講義では一生懸命にメモを取られたり、質問をされたりと高齢者の方々の積極性に驚くほどでした。また体操では音楽に合わせて体を動かし大盛況!皆さん笑顔で中には息が切れるほど運動されている方もいらっしゃいました。



いきいき健やか教室終了後には、「週に1回はやって欲しい」「もっと体操したい」「次も絶対行く」など嬉しい感想を頂きました。20名中19名が第2回目開催分の参加予約をされ、リピート率95%!!新規で参加申し込みされる方を見込むと次回は大人数での開催となりそうです。

今年度は計4回の開催を予定しており、第2回目は8月21日(月)にお口の健康に関する講義と体操を実施しました。次回は10月16日(月)栄養に関する講義と体操を行う予定ですので、興味のある方はぜひご参加ください。

理学療法士 大泉 貴志
(おおいすみ たかし)



[今後の予定]
10月16日 栄養に関する講義と体操
12月18日 脳卒中予防に関する講義と体操
時間: 13時30分~14時30分
場所: 門真市保健福祉センター
参加ご希望の方は、門真市 高齢福祉課
☎06-6902-6176へお申込みください。



イズミヤショッピングセンター門真40mの折り鶴の花道

いのち輝くツルナリエ2023春 ~2万羽の折り鶴の花道~に参加しました

認知症の方や介護が必要な高齢者、地域の方々などが折った、折り鶴をつなげて飾る「いのち輝くツルナリエ2023年春」がイズミヤショッピングセンター門真にて5月20日~7月20日に開催されました。主催は、認知症になっても輝けるまちづくりをめざし介護・福祉関係者や行政、市民などで作る「ゆめ伴プロジェクトin門真実行委員会」と「TEAM EXPO 2025 折り鶴ジャパン実行委員会」です。

この活動は、大阪・関西万博公式企画「TEAM EXPO 2025」プログラム/共創チャレンジの取り組みの一環になります。2025年までに100万羽をめざして折り鶴をつくり、万博会場や大阪府内などに飾って、世界からの来場者をお迎えしよう!という大きな夢へのチャレンジです。

私たちの手で折った折り鶴が大阪・関西万博で世界へ発信する活動に通じる! そのような壮大でワクワクする気持ちを感じつつ、当院からも入院患者さんやデイケア・訪問リハビリの利用者さん、医療・介護スタッフが参加し、約500羽の折り鶴をお届けしました。

長さ40mの壁に飾られた色鮮やかな折り鶴の花道は圧巻の景色で、一羽一羽丁寧に羽根を広げつなげられた折り鶴からは、人と人とのあたたかなつながりも感じられました。

地域連携室 名本 あゆみ(なもと あゆみ)



看護の日関連イベント/ やってみよう!転倒予防 ~いま自分にできること~

看護部



看護の心をみんなの心に
5月12日は
看護の日



当日のプログラムの一例

転倒するとどうなる?

転倒は骨折の原因になるだけではなく、痛みにより動作困難になるなど日常生活への影響について説明しました。

転倒しやすい環境は?

転倒しやすい病室内の環境や睡眠剤・下剤・降圧剤などのお薬が原因になること、発熱や疼痛など体調が原因になるなど、転倒の原因となるものについてスライドを使用して説明しました。

やってみよう!筋力増強体操!

ご参加の方全員が体操を経験できるよう、麻痺や疼痛などで動作制限がある患者さんには病棟スタッフが傍に付き添いサポートしました。参加した皆さんには楽しんで体験してもらう事ができたようです。「筋力増強体操」はパンフレットにして配布しました。

『看護の日』と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、1965年に国際看護協会が5月12日を国際看護の日と決めました。日本でも1990年に5月12日を看護の日と制定されました。

当院では毎年この時期に看護の日のイベントを開催しており、今年は5月11日に『やってみよう!転倒予防~いま自分にできること~』をテーマに開催しました。ご自宅での生活もそうですが、入院中の転倒はその後の日常生活に大きく影響します。入院中は出来る限り安全な環境の提供に努めていますが、患者さんにも転倒のリスクや予防策を知っていただく事で患者さんご自身が転倒予防を意識し、行動していただければとこのテーマでのイベントを企画しました。

イベントは病棟ごとに行い、計53名の患者さんに参加していただきました。イベントの内容の一部を右にご紹介します。

イベント後、患者さんからは「こけないように普段から気をつけて動きます。」「教えてもらった体操をこれからもやっていこうと思います。」など多くの感想をいただきました。今後も患者さんが日常で気になるテーマや関心のあるテーマを基に楽しく・喜んでいただけるイベントを企画していきたいと思っています。

看護師 谷口 真大(たにぐち まさひろ)



リハビリテーション部の紹介 熟練作業療法士へ インタビュー!

Q 作業療法士(OT)としてこれまでの経歴を教えてください。

A 1993年からOTの新卒として2年間を介護力強化病院で過ごしました。当時OTが介護力強化病院に入職することは珍しく、一人目のOTとして通所施設の開設も行いました。その後、国立病院で難病を中心としたリハビリを2年程。その後に宇治市の福祉サービス公社で保健福祉事業を7年。その後、大阪医療福祉専門学校の教員となり8年間勤めました。2012年からは当院に赴任し、リハ部の副部長として11年目に入り現在に至ります。

Q 当院の強みはどんなところだと感じていますか?

A 当院はチーム力が強みだと感じます。PT(理学療法士)・OT・ST(言語聴覚士)が同じフロアでフラットなコミュニケーションがとれる病院は多くありません。同じフィールドでPT・OT・STと一緒に患者さんを同じ目線でみていることは当院の特筆すべきポイントだと思っています。

Q 今後やっていきたいことや目指したい事などはありますか?

A これまでも、これからも当院が目指してきた基本は、「地域への強い愛着」です。当法人グループのルーツである牧病院の開設から一貫して持っている信念でもあります。この地域に住んでいる方々に対して質の高い医療の提供は、皆の強い信念であるべきです。また同時に視線はグローバルに。これから増えてくる多国籍の方や新しい医療の世界も広げていければと思います。



入職31年目
副部長 作業療法士
上田 博文
(うえだ ひろふみ)

インタビュー
作業療法士
稲尾 公一郎
(いなお こういちろう)

Q 作業療法士として今後求められることはどのような事でしょうか?

A 今こそOTの原点である人間・生活・作業などに原点回帰することが重要だと思っています。近年、作業療法の原点である作業とか人間というものが希薄になっていると感じています。特にコロナ禍で。もう一度、人間とは何か、人としてものを考えることを、改めて振り返っておきたいと思っています。

Q 新人や若年層に伝えたいことはありますか?

A 医療やリハビリという仕事はまだ未成熟です。未成熟であるからこそ有望。まだまだ進化しなければなりません。リハビリとはもともとRehabilitation.再び適応していく、ということ。何かに躓いたり、閉塞感があったり、コロナ禍で疲弊していても、リハビリテーションをしていくことで世の中は更に強く生きていけるとしています。だから夢や希望や将来に対する憧れは忘れないで欲しいです。

最後に、若い頃に患者さんに言われたこと。「先生いい仕事についたな。リハビリしてきて昨日出来なかったことが出来るようになった。嬉しかった。そういった仕事に就くって俺はいいことやと思うで。」そういう事を共に実感出来る素晴らしい仕事だと思います。昨日出来なかったことを出来るように。どんな患者さんに対しても、希望を持って仕事に取り組んでいただきたいと思います。

☆デジタル紙芝居「ももたろう」!☆

～みなさんの声を録音してみました!～



↓一人ひとりの声を録音させていただきました!



画像と音声を合体させ、さあ上映会本番!最初は「何が始まるの?」という雰囲気でしたが、いざ始まるとみなさん紙芝居に釘付けになられ、自分の声に気付いて笑っている声が聞こえたり、音楽が流れると手拍子したり、一緒に歌ったりと和やかな時間が過ぎました。

終了後、「ええ声してたな～」と笑顔を見せてくれる方や「あの時の録音していたものがこんな風になったんやね」「すごい、よかったよ」と目を潤ませている方もおられました。さらに、「次は「はなさか爺さん」のお話でやったらどうかな?」とリクエストもいただき、次回作への期待の声も聞こえてきました。これからも利用者さんと一緒に楽しいイベントが出来ればいいなと思っています。

介護福祉士 平川 美千代(ひらかわ みちよ)

今年のイベントは『利用者さんと何か1つのものを作り上げよう!』をコンセプトにしています。今回は“紙芝居”に挑戦し、お話は誰もが知っている“ももたろう”です。利用者さんにワンフレーズずつお話を読んでもらったものを録音し、それをつなぎ合わせて1つの物語を完成させます。録音すると伝えた時には、少し緊張した面持ちでしたが、みなさん快く協力してくださり、普段お話されている時とは違い、まるでアナウンサーかのように思ってしまうほど、しっかりハキハキとした口調で読んでもらうことができました。しかし、利用者さんの中には病気の後遺症により発語の難しい方もおられます。その方々には言語聴覚士から「〇〇さんにはこの文章がいいんじゃないかな?」とアドバイスを受けたり、「こうしたら読みやすいんじゃないかな?」など工夫する事で全員の音声を録音する事が出来ました。紙芝居のイラストは、現代ならではのデジタル画像にし、利用者さんの顔写真の入った字幕を付けて作成しています。



[テーマ] 再考 訪問リハビリテーションの価値

訪問リハのそれぞれの専門性と地域で求められる役割の追求

[会場] 名古屋国際会議場

学会レポート

5月27日～28日に名古屋で開催されました、第22回訪問リハビリテーション協会学術大会に、ポスター発表で参加しました。私自身、学会発表は2度目でしたが、1度目は新型コロナウイルス感染拡大によりリモートでの開催となり、初めて現地で参加することができました。

今回私は、脳梗塞の影響により右半身麻痺や失語症のある利用者さんの目標に向けての挑戦について発表しました。まずはADOCという評価ツールを用い、利用者さんのやってみたい事、興味がある事を探り、その中で病前からの趣味であった「ゴルフをまたやってみよう」ということを見つける事ができました。

そこで次は打ちっぱなしゴルフ場へ同行、準備が自分でできるのか、ゴルフを行う中で困ることは無いか、助けが必要な所はどこかなど、一緒に体験しながら考えました。また同行後、これからもゴルフ

を継続するために、どのような場所で、どんな方法で続けていくのかなどを確認するために、自作のアンケート用紙を用いて一緒に考えました。様々な方法で利用者さんと一緒に体験し、今後についても考えた結果、現在も時折打ちっぱなしゴルフ場へ通う事ができています。

自分自身が利用者さんと一緒に考え、体験したことを訪問リハビリに携わる方々に聞いていただき、興味を持ってくださる方、同じように悩み、葛藤している方と意見交換やいろいろなアドバイスを伺え、とても有意義な時間を過ごせました。また、他の発表者の方の取り組みや治療経過・研究などを聞き、知らなかったことを学べ、視野が広がりました。

利用者さんにとってよりよいサービスが提供できるよう、学んだことを今後のリハビリに繋げていきたいです。

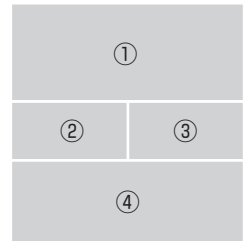
作業療法士 酒井 麻衣(さかい まい)



旅するドクター 2

今号の表紙: 竹富島(沖縄県)

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、沖縄県の離島である竹富島を紹介します。

竹富島は、周囲約9kmの小ぢんまりした島で、以前『星砂』で有名になりました。石垣島からフェリーで10分ほどの距離なので、石垣島からの日帰りでも十分に観光できます

写真上段①は、水牛観光の写真です。竹富島と言えば、水牛車巡りでしょう。一つの車に20人ほどが乗り、30分程で島内をグルッと回ります。牛使い(ガイド)の話によると、水牛は1トンの物を曳けるようです(力持ちですね)。写真の黄色い花はアラマンダで、家の軒先に咲き誇ります。また、ブーゲンビリアという赤い花も軒先に咲き、南国ムードが漂います。牛使いの奏でる三線と島唄に耳を傾けながら、ゆっくりと流れる時間を楽しみました。

写真中段左②は、街並みの写真です。水牛車を降り、街中を散策しましたが、みな平屋であることに気付きました。島の規定(竹富島憲章)により、伝統的な様式の平屋しか建造できないルールになっています。家周りの石垣は、サンゴ石灰岩が積み上げられ、屋根は赤瓦でできており、シーサーが守護神として祀られています。竹富島には山がなく、最高標高は21mで、島に出入港するフェリーから見ても、山や高い建物がなく、島の平坦さに驚きます。

写真中段右③は、宿泊したホテルの写真です。一軒一軒が、ホテ

ルの一部屋に相当する設定です。まったりとした『お籠もり』の時間を過ごす

のに適しています。写真の後方の山は石垣島で、この写真でも、竹富島が平坦で、起伏のないことが分かります。

写真下段④は、島の西側にあるコンドイ浜の写真です。綺麗なビーチですが、何よりも驚いたのは、『海水が温かい』ことです。関西のビーチでは、海に入った途端、『冷たっ…』ということが多いのですが、コンドイ浜の海水はまるでジャグジーのような温かさでした。ビーチが遠浅で、日差しが強いため、水温が高くなるそうです。写真で奥の島は西表島で、その手前の砂浜は干潮時のみ出現する『幻の浜』です。幻の浜までは、水中を歩いて渡れますが、裸足では海底の小砂利が痛く、後悔しました。幻の浜まで小舟を使って渡り、ガイドに写真を撮ってもらうというオプションツアーもあったようで、研究不足でした。気を取り直して、浜に上がり、ビーチパラソルの下、ビールを飲みながら、ポーッと海を眺めたり、うたた寝したりしました。『温かい海水』と『幻の浜』、とても素敵な非日常の時間を過ごしました。

以上、竹富島を紹介しました。沖縄の離島はゆったりと『島時間』を過ごすのが良いようです。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]

社会医療法人 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 <https://www.maki-group.jp>

TEL.072-887-0010