リハビリテーション天草病院だより

2023年 1 月　No.105

発行　埼玉県越谷市平方343-1／(医)敬愛会広報委員会

巻頭言

人が人を癒す

リハビリテーション天草病院 院長 天草　弥生

新年明けましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

当院が開院してから47年が経ちました。早いものでこの「リハビリテーション天草病院だより」も平成５年(1993年)の創刊号より30年が経とうとしております。手元にあるバックナンバーには父 天草大陸理事長の若き日の姿、当時のリハビリ室等懐かしい写真が載っております。

この47年の歴史のなかで、COVID19という聞き慣れない単語を耳にしたのがちょうど３年前、以来医療機関はずっとこのCOVID19(新型コロナウィルス)に振り回され続けております。未だ面会制限が続いており、患者さんとご家族には寂しい思いや不自由を余儀なくさせており大変申し訳なく思っております。当院には重症患者さんや御高齢の患者さん、免疫力が低下しているなど易感染状態にある患者さんが多数入院されており、すべての患者さんを感染症から守る必要があります。当院の回復期リハビリテーション病床としての機能を低下させることなく、医療体制を確保するため何卒ご理解の程お願い申し上げます。

しかし、まさかこのような体制が丸３年も続き、今年４年目に突入しようとは当時誰が想像したでしょうか。弱音を吐きたくなる時もありますが、明けない夜はない、という思いでスタッフ一同常に笑顔を忘れず、日々患者さんと向き合っております。

このコロナ禍で多くの事が変わりました。具体的にはテレワークの利用が一般化し、教育の現場ではオンライン学習が広がりを見せています。テレワークの普及に伴い、事務業務や打ち合わせがリモートやオンラインで行えるようになりました。しかし、医療現場はそういうわけにはいきません。特にリハビリ医療は人の手が必要不可欠です。実際に人の手を介し施術を行うことで、患者さんは機能を改善させていく。人には心があります。結局人を癒すのは人、ということに尽きると思います。

今年も当院の特徴であるオーダーメイドで質の高いリハビリを全ての患者さんへ提供すべく、多職種連携チームで目標に向かい患者さんに寄り添ってまいりたいと思います。

コロナ禍に於いて、病院見学もなかなか出来ない中、患者さんとご家族、そして紹介してくださる急性期病院の先生方や医療連携室に向け、何とか当院でのリハビリの様子をお伝えすることができないか、と思い、この度当院の公式youtubeチャンネルを開設いたしました。以下のQRコードからアクセスできるようになっております。病院のホームページからのアクセスも可能です。

今後もスタッフと共に患者さんの「自分らしい生活」のため常にベストより上を目指し日々精一杯の努力をしていくことをお誓い申し上げます。

YouTube 公式動画
右のQRコードからアクセス!
チャンネル登録もお願いします

「保健・医療・福祉」知識のひろば

「切れ目のないリハビリ医療」ってな～に

総合相談部　部長　小玉　康平

医療や介護界等に所属していない方にとって、一般的に「病院」という言葉から思い浮かぶのは救急車が搬送される急性期病院になると思います。テレビでも急性期病院がドラマの舞台になることが多く、治療が一つの病院で完結されている内容が多いと思います。リハビリについても同じイメージになると思いますが実際は、そうではありません。

医療の制度改定の歴史的な流れの中で、病院の機能分化が進み、一つの病院で治療が完結する医療から、機能の異なる幾つかの病院が地域でネットワークを組んで治療を完結する「地域完結型医療」が現在、主流となっています。

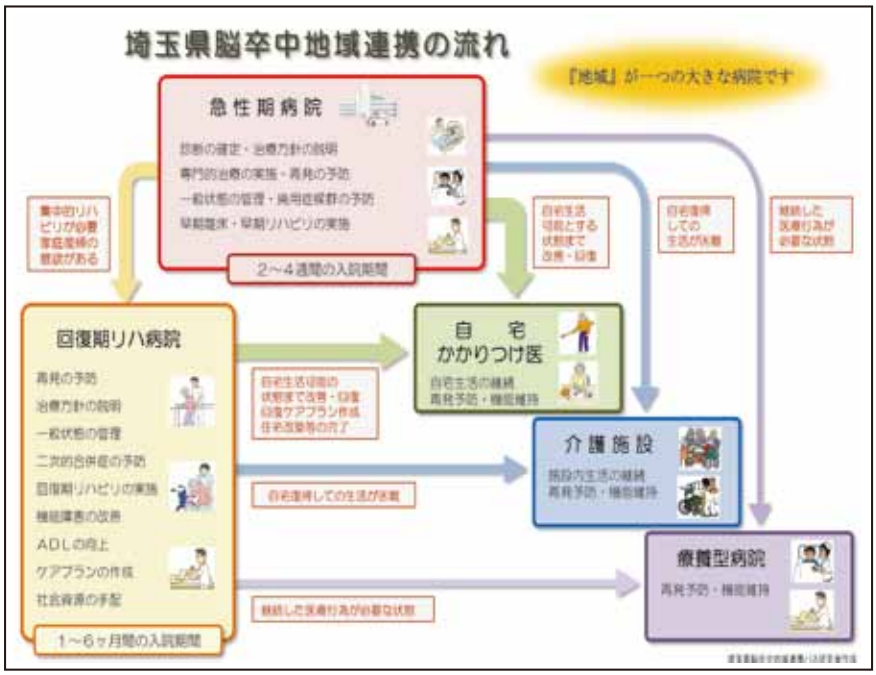
つまり、リハビリについても救急搬送される最初の病院等で完結されるのではなく、状態が安定したら、比較的短い期間で「急性期病院」から「回復期リハビリ病院」に転院するというのが現在の医療提供体制の仕組みです。

例えば、脳卒中治療では、右の図が、全体の治療の流れのイメージとなります。この資料は、埼玉県医師会脳卒中地域連携研究会で作成した資料です。

図のとおりの切れ目のないリハビリ医療を実現するためには、「地域」が一つの病院となって、機能の異なる病院が連携をとり、リハビリが途切れることがないようネットワークを作っていくことが重要です。

そのネットワークの中で、当院の役割としては、リハビリが必要な患者さんを急性期病院から速やかに受け入れること、受け入れた患者さんに対して、質・量共に充実したリハビリを提供すること、そして住み慣れた地域で継続してリハビリ等のサービスを受けながら生活できるように支援すること等が挙げられます。

患者さんの入院から退院、退院後の生活を支える重要の役割になりますので、今後も各機関との連携に努め、途切れることのないリハビリ医療の実現に向け、努力を重ねていきたいと思います。



患者さん・ご家族からのお便り

「二度目の入院」

越谷市　坂本　　孝

令和４年７月８日、越谷市立病院から介護タクシーで、ここ「リハビリテーション天草病院」に運ばれてきた。昨年秋に続く二度目の脳梗塞発症、そして二度目の入院となった。

前回は４ヶ月半に及ぶ入院の後、家では杖なしで、外出時には杖ありで生活できるまでになっていた。しかし今また車椅子の入院生活に戻ってしまった。前回、自分を担当してくれたセラピストに合わせる顔がないと思いながら今新しい先生方の治療を受けている。顔馴染みの看護師に会ったりするとつい「里帰りです」と口走ってしまう。リハビリ室に入り、治療台で横になると「よろしくお願いします」と声をかけられる。患者である自分が言うべき言葉を先に言われて慌てることがよくある。一事が万事こんな風で、優しく丁寧な言葉でも癒されている。二度目の入院生活も早や１ヶ月半過ぎたが、まだ室内では車椅子、病室からリハビリ室への移動は杖ありの三本足歩行だ。それでも、できるだけエレベーターを無視して階段に向かうことにしている。そこでは手すりに掴まって上り下りしている。１階から４階までの登りはさすがに厳しいが、やせ我慢してでも毎日続けている。足を鍛えて一日も早く退院したいからだ。病室では一人で過ごす時間が結構ある。前回の時は、自宅にある本やＤＶＤを運んでもらい結構一人で楽しい時間を過ごした。ところが今回は、視力が急激に悪化していて持参の眼鏡が２つとも役に立たずテレビ画面も印刷された普通の文字も見づらく、楽しめず困り果ててしまうはずだった。が、救いの神が手元にあった。それば“kindle”という電子図書専用のモノクロ小型タブレットだ。(以下の文章は宣伝染みているが)これは、自由自在に文字を大きくできてページをめくる必要もなく読みたい本も贅沢言わなければ安価でしかも送料無料で購入できる。

院内では看護師をはじめ、色々な人が勤務している。特に、二日おきに入るお風呂では衣類の着脱から身体の洗いまで細やかにお世話してもらっている。身体の不自由な自分たちには本当に有難いことだ。毎日欠かさず部屋も清掃してもらっている。色々な方々にずいぶんとお世話になっていて、感謝、感謝の毎日を過ごしている。自分は超高齢者(85歳)なので「三度目はお陀仏だ」と覚悟を決めている。だが、先に“旅立った”友人たちには今少し待ってもらい日本のこの地球の土産話をあれこれ仕入れてから自分も“旅立ちたい。いつの間にか、そういう心境になっているのに昨日は故郷の古い古ガールフレンドに電話した折、話の弾みでつい言ってしまった。

「90歳になったらあおうよ」と。

（投稿日　令和４年９月８日）

「天草病院物語」

杉戸町　Ｔ・Ｙ

ことは７月中旬に遡る。自宅のガレージの屋根を洗浄しようと１階の小屋根に乗って高圧洗浄機を持ち上げた。全てが一瞬だった。気がついた時、庭に敷き詰めたコンクリートタイルに寝そべっている自分がいた。どうやら足を滑らし屋根から転落したらしい。加須の病院に救急搬送され手術を受けた。胸椎と腰椎の破裂骨折と診断され１ヶ月の入院。転院先の候補に天草病院があり、看護師の１人が以前働いていたとのこと。天草はリハビリが充実していて患者は殆ど病室に居ないと看護師は言っていた。８月中旬、天草病院に転院。正直な話、全然知らなかった。こんな所にこんな大きな病院があることも、リハビリ専門の理学療法士・作業療法士がこんなにも居ることも。看護師は様々な患者がいる環境下に笑顔で対応している。いい意味で自分が想像していたリハビリ病院のイメージと全然違った。

入院当初、私の両足は感覚もなく足先は浮腫み冷たいままだった。土日も休まずリハビリは続き、やがて足先に温もりを取り戻し感覚も若干ではあるが両膝まで戻ってきた。何もかも、毎日入れ替わりで対応してくれた看護師や療法士のお陰である。しかし、入院生活を長引かせてもしょうがない。そんな思いから退院希望日を伝え、実生活に向けたリハビリが本格化する。今、何が出来て何が出来ないのか。その為にやるべきリハビリは何か。実は診断内容と年齢から介護保険を使えないので退院後の生活を圧迫する。自宅で必要な物や動線に関して、自宅復帰支援での実地調査が行われ親身になって対応してくれた。天草病院の皆さんには感謝しかない。車椅子でも実生活が苦にならないまでに体力を付けて障害を乗り越えてみせます。本当にありがとうございました。そして、天草病院と私の物語は今後も続いていくのでした。

（投稿日　令和４年11月12日）

「入院生活のたのしさ」

越谷市　松本　さち子

私は、令和４年８月26日に天草病院へ入院させて頂きました。リハビリを目的とし患者さん一人一人を見守ってくださる大きな温かさを感じました。今の私には不安が山積みです。入院経験のない私は暗い気持ちからの一日目が始まりました。案の定、長く感じられてリハビリのスケジュールを乗り越えていくのが精一杯でした。足腰の痛みがあり、食事は美味しいのですがお腹も空かず申し訳ないと思いつつもご飯を残す日がどの位続いたでしょうか。そのような時に気付かせて頂いたことがあり気持ちの入替が出来るようになりました。毎日の明るい楽しさ笑顔の患者さんとのふれあい温かいものを感じました。また、リハビリスタッフのご苦労、細かい所へのお気遣い並大抵のことでは計り知れません。また、配膳係の方たちは三度の食事、栄養のバランス間違いのない配膳の仕方など細心の注意を払ってのこと。休む暇なく仕事は続き看護師、介護士の方のご苦労も並大抵のことではなく四六時中の見守り、相談、眼差しで叱咤激励の中に本当の明るさ優しさがあり時にはナースステーションから女性看護師の中に混じって二人の男性看護師のおちゃめな部分やコロコロという楽しそうな笑い声を聞きひと時を垣間見ることが出来ました。夜には夜勤というお仕事、その時には必ず「夜勤ありがとうございました。ごゆっくりお休みください」という言葉をかけずにはいられません。毎週木曜日の回診では細かいことへのチェックその他、体の異常など問診してくださり安心につながります。歯科でも幾度となくお世話になり温かい笑顔に癒されました。理事長先生は絵画がお好きとのことで壁には沢山の絵画が整然と飾られ落ち着いた雰囲気が漂っています。また、私がキーボードを弾かせて頂く機会があり拙い音色を沢山の皆様にお聞き頂き自分の指のリハビリにつなげられましたことは本当に嬉しく思います。

病院全体の全ての方々の毎日が穏やかで温和で幸せでありますようお祈りいたします。私は天草病院の入院生活で沢山のことを学び得ることが出来ました。本当にありがとうございました。（投稿日　令和４年11月29日）

私の部門・部署の多職種連携（4）

越谷市との連携

理学療法士　阿部　高家（地域リハ所属）

地域リハ担当部門は、病院内業務に加えて越谷市の介護予防事業を行っています。

介護予防事業とは、高齢化で膨れ上がる将来の社会保障費を抑制すべく市民の健康増進を図る事業です。

市の介護予防事業に関わりたい、と平成25年から検討していましたが、そう甘くありませんでした。市はリハ職に何が出来るかを知らず、更には医師会のような専門職団体としか連携しないという事を風の噂で聞いたのです。

そこで、市内で勤務する療法士の団体「越谷市リハビリテーション連絡協議会」を天草理事長のご協力のもと設立しました。加えて、市と密接に関わる地域包括支援センター主催の介護予防事業で講師をさせて頂き、その実績が市に届くまで継続しました。これらの活動により市とつながりが出来て、各種介護予防事業の依頼を頂き、その代表的事業である「介護予防リーダー養成講座」は市の高齢者保健福祉計画・介護保険事計画の重点項目に挙げられるなど、市内全業域で活躍の場を頂いています。

我々にとって多職種連携とは「顔の見える関係」作りから始まり、「自分達に何が出来るかをアピール」して立場を獲得すべきものです。更に連携を発展させるためには「相手の想像を超える」結果を出し続けることが重要であり、今はその時期と捉えています。

最新の連携事業「越谷リセット体操」をインターネットで検索して頂けると幸いです。

動画投稿サイト「YouTube」では、動画で体操をご覧いただけます。

《用語の説明》

- 地域リハ担当部門：当院の近隣地域に住む方々向けに外来・通所・訪問リハビリを実施する部門です。その他、高次脳外来・嚥下外来・ボトックス外来といった特殊外来や、介護予防事業を行う部門です。
- 介護予防事業：高齢者の方々の中でも体力が低下している方を対象に、我々が考案した体操を直接指導したり、その体操を市内に広めて頂くボランティアを育成する事業を実施しています。
- 地域包括支援センター：介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える「相談窓口」であり、越谷市内に12か所設置されています。

関連施設だより

当施設における地域貢献活動について

介護老人保健施設シルバーケア敬愛 副施設長 高橋　昌

介護老人保健施設においては、「地域に貢献する活動を実施する事」が施設基準として定められており、シルバーケア敬愛でも地域住民向けに、地域貢献活動を行っています。

● 新型コロナウイルスの感染拡大以前は、地域住民を対象に当施設の会議室で、「健康体操教室」を年６回開催してきました。講師は、当施設の理学療法士が担当し、リハビリ用のゴムバンドを使って、手足と体の体操を行いました。体操教室は１時間程度で、高齢者向けの内容となっています。休憩中には「介護保険ではこんなサービスが使えますよ」とか「介護施設にはこんな種類がありますよ」など、介護が必要になった時のお話もしました。

● 新型コロナウイルスの感染拡大後は、地域住民向けに「ストレッチ法や栄養講話、介護保険や介護施設の説明文を載せたパンフレット」を年６回作成し、地域の自治会や公民館で閲覧が出来るように配布しています。

健康体操教室の様子

● 「ストレッチ法」では、筋肉の図と写真が載っていますので、自宅で簡単にストレッチが出来ます。「栄養講話」では、管理栄養士からの栄養に関する説明、「介護保険と介護施設」では、介護保険で使えるサービスと様々な介護施設の特徴について説明してあります。

● 介護施設の中でも「介護老人保健施設」は地域の方々が、病気になっても生き生きと暮らせるように、入所と通所にて専門職によるリハビリを実施しています。また越谷市地域包括支援センター桜井とも連携して、地域住民の健康のお手伝いをしています。

● 今後も「健康に役立つパンフレット」を作成して、高齢化社会でも地域住民が健やかに過ごせるように、地域に貢献してゆきます。

「家庭で出来る・脇腹のストレッチについて」

新型コロナウイルス感染予防のため自宅で過ごす時間が長くなると、脇腹の筋肉が硬くなってしまい、腕を上げることがつらく感じてしまいます。今回「家庭で出来る・脇腹の筋肉のストレッチ」を紹介致しますので、是非お試し下さい。

介護老人保健施設シルバーケア敬愛　リハビリ部　理学療法士・高橋 昌

「脇腹のまわりの筋肉」には、どんなのがあるの？

● 脇腹には「広背筋（こうはいきん）」という、骨盤と背骨～肩まで広がる、大きな筋肉があります（図１）。この広背筋が縮んで硬くなってしまうと、腕が上がりにくくなったり、肩に痛みを引き起こす事があります。初めに右の広背筋を、10秒ほど伸ばしてみましょう。次に左側も伸ばしてみましょう。

① 立ったまま、右手首を左手で持ち、両腕を上に挙げてから左横方向に倒して、右脇腹（広背筋）が伸びるようにストレッチします（図２）。

② 立ったまま、右手を壁の上方についた状態で、右脇腹（広背筋）が伸びるようにストレッチします（図３）。

広背筋

広背筋（図１）　立ってストレッチ（図２）　壁でストレッチ（図３）

シルバーケア敬愛

パンフレット(表)

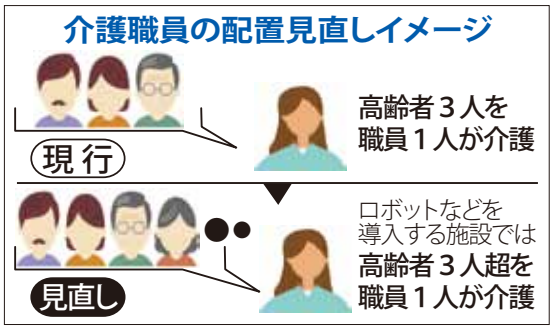
編集手帳

✻新年明けましておめでとうございます。今年こそはコロナ禍から脱却し、経済が好転するなどして、国民に幸せがもたらされることを願わずにはいられません。

✻ところで、私は「経済学」の「ケ」の字も分からない素人なので、見当違いの疑問かも知れませんが、現在、失業者が少なからず存在し不景気、不景気と言われながら一方で人手不足が発生し、経済の足を引っ張っている現況は何故なのでしょうか。人手不足と言うことは職は足りているとうことです。不景気と人手不足の相関関係が全く理解できません。

✻医療界・介護界においても人手不足は深刻で、折角、介護施設を作ってみたものの、高齢の入所者数に対し必要な介護職員数を定めた国の配置基準を満たすことが出来ず入所者数が大きく制限されるという現象が全国あちこちで発生しています。厚労省の推計によると、団塊世代が全員75歳以上となる2025年度に必要な介護職員数は、実際に働く職員数より30万人足りなくなる見通しで、人手不足の解消が急務となっております。

✻そこで、厚労省では昨年、複数の介護施設で、ロボットや見守りセンサーを活用し実証実験を行いました。今、職員の負担軽減や介助の安全面に関する分析を進めているところです。これがまとまり次第、早ければ今年春から図に示すような「介護職員不足、ロボット導入で配置基準緩和」の議論を始めます（産経新聞より引用）。



（理事長　天草大陸）

当法人施設が取得する第三者評価認証

患者さんが病院を評価するには、その病院自身の「自己紹介」も参考になりますが、第三者の評価も重要です。当院では「病院機能評価機構」と「ＩＳＯ」の認証を取得してます。

なお、併設の老人保健施設でも「ＩＳＯ」の認定を受けています。

Japan Council for Quality Health Care
日本医療機能評価機構

nqa.
ISO 9001
QUALITY MANAGEMENT
UKAS MANAGEMENT SYSTEMS
0015

表紙のことば

この作品は患者様が入院当初から退院まで、毎日リハビリを兼ねて折った作品です。作品の可愛らしさから癒しを頂き、またコツコツと続ける姿からは元気を頂きました。まだ、コロナ禍中ではありますが、今度は皆様で大きな作品を作れることを心待ちしています。

（Ｂ病棟スタッフ一同）