

---

# リハビリテーション天草病院だより

---

2025年 1月

No. 113



発行 埼玉県越谷市平方343-1 / (医) 敬愛会広報委員会

---

## 創立50周年を迎え

医療法人敬愛会理事長 天草 弥生



新年明けましておめでとうございます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の影響が依然として残る中、患者さんの機能回復を最大限に引き出すため職員一同全力

を尽くしてまいりました。日頃から献身的に業務に取り組んでくれている職員の皆様に心から感謝申し上げます。

AIやロボット技術など、医療を取り巻く環境は大きく変化していますが、当院はこれからも「人が人を癒す」を基盤に、患者さん一人ひとりに寄り添う医療を追求してまいります。

さて、当院は昭和51年(1976年)開院なので、今年創立50年目を迎えることとなりました。これもひとえに地域住民の皆様、地域医療の発展にご尽力いただいている先生方、職員の皆様のためめぬ努力の賜物と深く感謝しております。

前理事長である父が開院した当初は「天草病院」という名称の62床の病院でした。今でこそ機能回復には出来るだけ早期からのリハビリ開始が必要なことは常識となっておりますが、当時はリハビリテーションという言葉も概念も一般的ではなかったと聞いております。昭和63年(1988年)「リハビリテーション天草病院」に名称変更、平成14年(2002年)154全病床が回復期リハビリテーション病床へ、平成31年(2019年)175床に増床、現在に

至っております。

昔を振り返り今思うことは、あの時ぶつかり合いながらも病院を支えてくれ、去っていった仲間がいてこそ今がある、あの時あの人たちに会っていないければ、今の天草病院は全く別のものになっていたかもしれない、組織は段階を追って成長していくものですが、大きく変革を遂げたのは各々あの時だったと後になって分かる、ということです。今現在のスタッフへの感謝はもちろんですが、50年の歴史の中で当院を支えてくれたたくさんの職員へも感謝の言葉しかありません。

私も院長就任8年目、理事長就任2年目となりますが、最近感じることは自分の元気がなくなると病院全体の元気もなくなる、私が明るく元気であると病院の雰囲気もはつらつとした明るい雰囲気になる、ということです。

トップの感情は、まるでウイルスのように組織全体に広がり波及していく、自分の元気が法人全体の士気に大きく影響すると感じております。トップに元気がなくなると目標設定やビジョンを示すことが難しくなり、組織全体が停滞し新たなアイデアや挑戦が生まれにくくなる、と痛感しております。

目指すは太陽のように周囲を明るく照らし、活力を与える存在。自分の元気はスタッフや患者さんにとってモチベーションの源である、ということを常に意識し、今年も明るく前向きに感謝の気持ちを忘れず、笑顔溢れる一年にしていきたいと思っております。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

## 『もの忘れ外来』のご紹介

リハビリ部 地域リハ担当 横田 行弘

もの忘れは、加齢に伴い少なからず誰にでも現れるものですが、加齢によるものか、認知症などの病気によるものかを区別することは難しいことです。当院では、日常生活の中で感じる「ちょっとしたもの忘れ」や「その他の気になる症状」が加齢によるものか、病気によるものかを判断し、必要に応じて治療を開始できるよう、認知症専門医による『もの忘れ外来』を開設しています。

### 【受診の目安となる症状】

もの忘れ外来を受診する目安として、次のような症状が挙げられます。

- ・もの忘れが増えた、同じ話を何度もする
- ・出来事を思い出せない
- ・間違いを他の人からよく指摘される
- ・料理や買い物などの家事に支障が出るようになった
- ・趣味や好きなことに興味がなくなった

### 【受診の流れ】

#### ① 予約

お電話でのご予約をお願いいたします。当院に入院歴や通院歴がなくても、どなたでも受診できます。適切な診療のため受診の際は「かかりつけ医」からの紹介状をご準備ください。また、日常の様子聞き取りや検査結果の報告、今後の治療方針などを説明させていただくため、ご家族の付き添いが必要です。

受診に不安をお持ちの方には、各種機関と連携してサポートいたします。

#### ② 初回の受診

医師による問診や脳画像検査（CT検査）、

認知機能検査、採血を行います。

脳画像と認知機能検査の結果は当日に説明いたします。採血結果は当日中に確認できませんので、すべての検査結果を総合的に判断するために2回の受診が必要となります。

#### ③ 2回目の受診

医師から血液検査と総合的な診断結果を説明いたします。必要に応じて治療方法の説明やお薬の処方を行います。お薬を処方する場合は、服用される方の状態に応じて、飲み薬や貼り薬をご提案します。

### 【受診後の支援体制について】

認知症は早期に診断し、治療を開始することで、進行を遅らせることができるといわれています。また、本人や家族が生活に大きな支障をきたす前に治療・支援を開始することが重要です。

当院の特徴として、診察後に地域包括支援センターの職員やリハビリ職員が相談をその場で受け、介護保険や各種支援制度の説明、精神面でのケアを実施しています。診断後も安心して生活が続けられるよう、サポート体制を整えています。

### 【もの忘れ外来の日時】

毎月第2金曜日 午後2時から3時30分  
検査にかかる時間は約1時間です  
電話番号：048-974-1171  
「もの忘れ外来」とお伝えください

当院の公式YouTubeでは診察を担当している認知症専門医が解説している動画が視聴できます。ぜひご覧ください。

## 「入院生活」

さいたま市 T・S

私が倒れたのは、令和6年4月自治会の副会長として定期総会に出席し、議事に対応中、急に体調が悪くなり意識ある状態でしたが頭は真っ暗になり、右半身の痺れなどの症状で救急搬送されました。私が運がついていたことは自治会員で看護師の方が沢山いらっしやったので、その場での応急処置が良かったこと消防署が目の前にあったため搬送先の救急病院への移動が早かったことにより、軽い脳出血ですみました。その病院で予想外のこともありました。5月8日に天草病院へ転院し、リハビリに努めました。前の病院で「天草病院はスパルタ教育だよ」と教えて頂きましたが、親身になって診察してくれる天草院長、病状を見て適確にリハビリをして頂いたりハビリスタッフには感謝しています。6月に2km歩いたリハビリは流石にきつくてダウンしましたが、その後、看護師さんたちにも優しく処置をして頂きました。恵まれた環境のなか7月19日に手の痺れがあるものの独歩で歩けるまで回復し、退院することが出来ました。

病院内では看護師さんと入院患者さんとの病状の現状にあった練習が盛んに行われていました。入院患者さんは、リハビリ時間外でも自主リハビリを行う方が多く、刺激を受けました。また、現状から回復を目指す患者さんたちとの仲間もでき、情報交換やリハビリで体験したことなどを話し合い楽しい時間をリハビリ後から消灯時間まで作りあげることが出来ました。天草病院では出来なかったこ

とが出来た喜び、悲しいことも沢山ありましたが、天草院長、看護師さん、介護士さん、リハビリスタッフからの助けもあり車椅子から独歩まで出来る様になりました。特にM介護士さんには入院時、大変お世話になりました。ありがとうございました。

\*患者様は歩行可能な状態に回復し、令和6年7月、ご自宅に退院されています。退院後は当院で外来でのリハビリを継続しています。

(投稿日 令和6年8月14日)

## 「僕とリハビリ・退院後の自分へ」

さいたま市 Y・F

家にいた時に、突然身体の力が抜けてしまいました。家族が救急車を呼んでくれたことが幸いでした。その後の手術後は、自分がどこにいるのかも分からず、訳のわからない状態だったと思います。しばらくして、突然リハビリ専門病院に転院することが伝えられました。

天草病院でのリハビリ生活が始まりました。リハビリスタッフは痛みがあれば、すぐに別の方法を考えてくれます。無理をせず、彼らは僕と一緒に身体を治す方法を真剣に考えてくれています。早く治したいという気持ちがありますが、その思いをリハビリスタッフの方々が理解してくれて、サポートしてくれるおかげで、リハビリは楽しいものになっています。彼らの励ましと共に少しずつ前進している感覚があります。リハビリスタッフは本当にやる気を引き出すのが上手です。おかげで、僕も頑張る気持ちを保つことが出来ています。

退院したら、まずマクドナルドに行って好きなハンバーガーを食べたい、それから家で

ゲームをしたいという希望があります。こんな目標が出来たのも、リハビリの中で「退院後の自分」を考えることが出来たからだだと思います。看護師さんの中には、僕と目が合うとグーサインをしてくれる人がいます。その小さな仕草に私は大きな励ましを感じます。いつでも気軽に話しかけることができ、何かをお願いしても「全然、大丈夫です」と笑顔で応えてくれるので、自然と心を開いて話せるようになりました。

まだ先は長いかもしれないけど、今は自分の身体と向き合いながら一歩ずつリハビリに取り組んでいくことに集中します。退院できる日が来るのが待ち遠しいですが、その日を楽しみにしながら、今日もまた頑張ろうと思います。きっと、ここでの経験が私をさらに強くしてくれると信じています。

\*患者様は杖歩行可能な状態に回復し、令和6年12月、ご自宅に退院されています。

(投稿日 令和6年9月19日)

## 「リハビリとは」

春日部市 出村 孝二

夜、何となく体調が悪いと感じましたが、夕食を食べた後「とりあえず一晩様子を見よう」と思いながら布団に入りました。しかし、翌朝起きても体調は変わらず、右側の手と足に痺れがありました。この症状に「脳梗塞かもしれない」と直感し、自ら救急車を呼ぶ決断をしました。同時に子供にも電話をして状況を伝え、救急病院を受診することが出来ました。診察の結果、脳梗塞と診断されそのまま入院することになりました。入院後、症状はさらに進行し、右手でご飯を食べることすら難しくなりました。軽いリハビリがスタートしました。入院生活を続ける中で「リハビ

リ専門病院に移る」という話が医師から持ち上がりました。複数の選択肢の中から、天草病院に転院することが決まりました。リハビリと聞くと「麻痺で硬くなった筋肉や関節を痛みを伴いながら無理に動かしていく厳しい訓練」というイメージを抱いていました。しかし、実際に経験してみるとそのイメージは大きく覆されました。リハビリは単なる「痛みを乗り越える作業」ではありませんでした。「リハビリは大変だよ」と多くの人に言われましたが、その「大変さ」は痛みの問題ではなく、毎日地道に訓練を続けて行くこと、そしてその努力を長期間維持することにあると実感しました。特に脳梗塞の場合、失われた脳の機能が完全に回復することは難しいと言われています。それでもリハビリを通じて、以前のような生活に近づけることを目指すことが出来ます。重要なのは「どうすればこれからの生活をより豊かに過ごせるか」を考え、それを実現するために前向きに取り組むことだと感じました。天草病院でのリハビリ生活の中では、さまざまな訓練を体験しました。その中でも印象的だったのは、自転車を使った訓練です。脳梗塞発症前のように自由自在に乗ることは難しいものの、リハビリの目的は「完全な回復」ではなく「新しい生活に適応すること」だと気づきました。自転車訓練では、日常生活の範囲を少しでも広げ、より豊かな生活を送るための手段を模索しました。麻痺が完全に治るわけではありませんが、それでも「やれること」を増やしていくことで、以前と同じような生活を取り戻すことは可能です。リハビリはその第一歩でした。

\*患者様は歩行可能な状態に回復し、令和6年12月、ご自宅に退院されています。退院後は、当院で外来のリハビリを継続しています。

(投稿日 令和6年12月26日)

## 健康増進体操 ～元気に歩きましょう！～

リハビリ部 地域リハ担当 阿部 高家

3回シリーズの健康増進体操の最終回のテーマは、「元気に歩きましょう！」です。

1回目の体操「上半身を美しく」で上半身の姿勢の悪いくせを取り除き、2回目の体操「股関節を柔らかく」では股関節の可動性を引き出しました。

ここまででも、より良い姿勢になる、肩こりや腰痛が軽くなるなどの効果が期待できます。しかし、その効果を持続させるためには、それらの運動を継続する必要がありますが、運動はなかなか継続できない、という声もきかれます。

そこで今回は、良い姿勢を保持するための筋力や持久力を強化できる歩き方をご紹介します。日常生活の中で時折その歩き方を実践し、慣れてゆけば無理なく良い姿勢を持続しやすくなります。

### 【実践ポイント】

歩く際に、次の3点を意識してみましょう。

#### ① あごを後ろに引く意識

無理ない範囲で後ろに引くだけでも猫背の改善が図りやすくなり、②や③の意識も心掛けやすくなります。

#### ② 両足で床や地面を後ろに送り込む意識

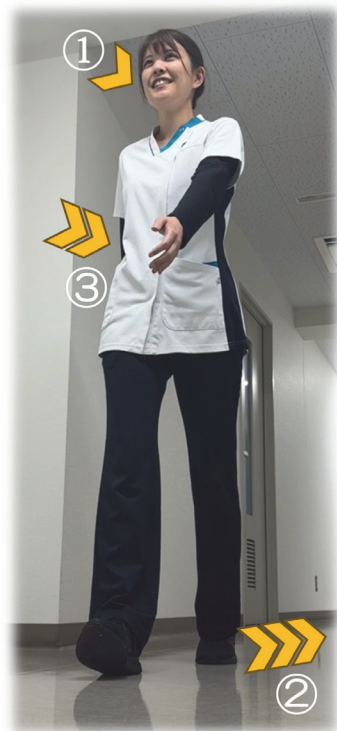
歩くときに、足の裏全体で地面を後方に蹴り出す意識を持ってみましょう。特に踵からつま先まで全体を使う意識が重要です。これにより、歩幅が大きくなり、歩くスピードも速くなります。3つの意識の中では、この意識が最も重要です。

#### ③ 両手を後ろに振る意識

腕を振ると足の動きも軽やかになりますが、腕を振る際に、足と同様に後ろに大きく振ってみましょう。大股で歩くときには手を前方に振ることもありますが、後ろを意識することでも足の動きの補助となり、自然と胸を張りやすくなります。

### 【注意点】

普通に歩く時と比べてこの歩き方は運動強度が強くなるため、最初はお尻や太ももの裏側、そしてふくらはぎに疲労を感じ、長くできないかもしれません。時々実践し、できる距離を少しずつ伸ばしていきましょう！



## ケアマネジャーの役割

指定居宅介護支援事業所シルバーケア敬愛 管理者 古河 順子

当事業所は、2000年の介護保険制度の施行と同時に開設されました。新たな制度の中、試行錯誤しながら2名のケアマネジャーで始まった事業所ですが、8回の制度改定とともに実績を積み重ね、現在は主任ケアマネジャー4名を含む計6名体制で日々業務にあたっています。

ケアマネジャーの業務は主に「ご利用者様の相談に対応して、適切な介護サービスを利用できるように支援すること」です。具体的にはケアプランの作成や給付管理、介護サービス事業所とご利用者様の調整、医療機関や介護施設等との連携、要介護認定の申請代行などがあります。

リハビリテーション天草病院が母体である当事業所は、開設当初は脳血管疾患のご利用者様が多数を占めていましたが、高齢化が進んでいる昨今では、高齢者世帯や一人暮らしの方をはじめ、医療行為のある方や終末期の方など、様々な方の担当をしています。また、大規模通所リハビリテーションが併設されていることもあり、若年の方（40歳～）も担当しています。

当事業所のケアマネジャーはリハビリテーションを身近に感じることができる環境下にあることで、その必要性を十分に理解していることが特色でもあります。また、地域との連携を通じて社会貢献ができるよう、事業所内での勉強会・事例検討会の実施、地域ケア会議や外部研修への参加等、それぞれのケアマネジャーが質を向上させるために、日々研

鑽を重ねています。

さて、話は変わりますが、2024年4月は介護保険制度改正と介護報酬改定の年でもありました。その中の一つである「介護予防支援」についてですが、今までは要支援1、2の方の介護予防プランは、「地域包括支援センター」からの委託を受けて、「居宅介護支援事業所」のケアマネジャーが作成していましたが、今回の改正に伴い、「市の指定を受けた居宅介護支援事業所」が、ご利用者様と直接契約を結び、ケアプラン作成ができるようになりました。（介護予防・日常生活支援事業のみを利用する場合を除く）

当事業所も越谷市の委託を受け、11月から直接の契約を行い「介護予防ケアプラン」の作成を開始しています。今後は越谷市の桜井地区を中心に、さらに介護予防支援の充実に向けて進んでいきたいと思っています。

最後になりますが、当事業所は「特定事業所加算（I）」の算定事業所となっています。様々な要件がありますが、一定の条件を満たし、質の高い居宅介護支援サービスを提供している事業所を評価するための加算です。その他、品質管理規格である「ISO9001」の認証も取得しています。今後も地域の皆様から信頼され選ばれる事業所を目指し、皆様のお力になれるよう努力して参ります。どうぞ気兼ねなくご相談ください。

<お問い合わせ先>

指定居宅介護支援事業所シルバーケア敬愛  
電話：048-979-1113

## 編 集 手 帳

＊高齢化社会の到来で、昨今「高齢者虐待」が問題になっています。厚労省の発表によると、「介護施設」従事者による虐待は自治体への相談・通報件数が3441件と過去最高。虐待の種類は「身体的虐待」をトップに「心理的虐待」、「介護放棄」、「経済的虐待」、「性的虐待」と続きます。発生場所は、特別養護老人ホーム、有料老人ホーム、認知症グループホームの順。虐待防止には、各施設の管理者の職員教育が最も重要と思いますが、人手不

足のおり、辞められたら困るので、どうしても手加減してしまうことが悩ましい限りと言われます。

＊家族による虐待も大問題です。相談・通報件数は4万件以上。身体的虐待が最も多く、虐待者の続柄は息子が最多。虐待された高齢者の56%に認知症の症状があったそうです。

＊施設従事者や家族による虐待の根本原因はどこにあるのでしょうか。私は、「家族も他人も人間の尊厳を認め合う」教育が学校でも、家庭内でも欠如しているからと思います。

(相談役 天草 大陸)

## 当法人の公式ソーシャルメディア

患者さんへの情報発信として、当院の公式 YouTube チャンネルを開設しています。右のQRコードからアクセスできますので、是非ご視聴ください。

- 認知症専門医が解説 認知症のリハビリテーション
- ～回復期～ リハビリ治療の達人たち
- 入院当日の流れ -回復期リハビリテーション-
- 口から食べるリハビリ最前線 摂食嚥下リハビリ-VE/VF検査-
- 脳卒中から仕事に戻るまで -高次脳機能障害からの復活- 他



## 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（主たる機能と高度・専門機能）」と「ISO」の認証を取得しています。なお、併設の老人保健施設でも「ISO」の認定を受けています。



### 表紙のことば

病棟の皆さんとお正月飾りを色紙や毛糸で作りました。ホールで会うだけの方やリハビリの先生方とワイワイと作りました。皆さんそれぞれのきれいなお正月飾りができ、最後は拍手で終わりました。毎日のリハビリの中で季節を感じられる楽しいひと時でした。皆さんにこやかなお顔でとても良かったです。待ち遠しい退院の日が早く来ることをお祈りしています。そして楽しいお正月でありますように・・・(T・W)  
(A病棟)