

初台リハビリテーション病院

浴室リニューアル工事進行中です

今年1月12日より開始した浴室のリニューアル工事は現在3階と5階が完了しました。壁材は耐久性の高いパネル、床材はクッション性の高いシートを採用。天井、浴槽、水栓器具類、手すりを一新し、新たに室内ヒーターを設置しました。入浴用リフトは縦軸・横軸の天井レールを導入し左右どちらの浴槽にも入浴可能になりました。今後も患者さまにより安全に安心してご使用頂けるよう環境整備に努めて参ります。5月末までの工事予定です。引き続きご協力よろしくお願い致します。



船橋市立リハビリテーション病院

ちょっと桜を見に行きませんか

厳しく寒い時期が過ぎ、徐々に暖かい春を感じる日が多くなりました。毎年満開に咲き誇る当院の桜並木にも花が咲き始めました。いつもはリハビリが少し億劫な患者さまも、「ちょっと桜を見に行きませんか」とスタッフに誘われて桜並木の下に来ると、スタッフと一緒に桜を見ながら自然と笑顔がこぼれていらっやいます。屋外から帰った患者さまの肩に付いた桜の花びらを見て、周りも笑顔になり春の訪れを感じています。



船橋市リハビリセンター

第15回 摂食栄養サポート勉強会

集合しての勉強会が難しい中、Zoomを利用し摂食栄養サポート勉強会を行いました。船橋市かざぐるま休日急患・特殊歯科診療所の田代晴基氏にご講演頂き、「摂食とは、外部から水分や食物を口に取り込む(食べる)こと。嚥下とは、取り込んだ水分や食物を咽頭(のど)と食道を経て胃へ送り込む(飲み込む)こと」という摂食嚥下の定義から、咀嚼と嚥下についての説明、咀嚼機能から判断する食形態決定のフローチャート等を動画を交えてご紹介頂きました。63名の方にご参加頂き大変好評な勉強会となりました。



在宅総合ケアセンター元浅草

コロナ禍でも実施可能な地域リハ支援センター活動、継続しています。

台東区の医療介護関連10団体で構成される「たいとう地域包括ケア推進協議会」の活動として、台東区地域リハ支援センターは活動を継続しています。2月19日、約20名の参加者による多職種合同事例検討会を、Zoomを活用して開催しました。在宅復帰の課題として多い階段昇降を主なテーマに架空の事例を掲げて意見交換を行いました。今後も地域のニーズ、世の中の動向を見据えた活動に取り組んで参ります。



在宅総合ケアセンター成城

嚥下検査装置の導入に伴う設置工事のお知らせ

成城リハケア病院は2021年2月より回復期リハビリテーション病棟を開設致しました。この度、当院をご利用の患者さまへの嚥下検査の充実を図る目的で、4月より放射線室にX線テレビシテム装置を新規に導入致しました。これにより以前は嚥下検査が必要な場合、他院での検査をお願いしておりましたが、今後は当院で検査が実施できるようになります。工事期間中は、放射線室が一時的に使用できなくなり、外来・入院患者さまへは大変ご迷惑をお掛けしました。



新入職員に向けてメッセージ

新入職員の皆さま、ご入職おめでとうございます。医療法人社団輝生会会長として皆さまに期待するところを述べさせていただきます。

今から30~40年前の日本のリハビリテーション医療は、まったくの未整備状態でした。ところが現在では急性期~回復期~生活期のリハビリテーション医療に機能分化し、施設整備も進み、入院以外の通院・通所・訪問などの在宅リハビリテーションも整備されてきました。しかし、量的には充実しましたが質的な課題は山積状態です。

当法人は、創設当初より質の向上を目指し、教育研修体制の充実に努力してきました。皆さまには輝生会マインドとして、①正しさを追求する精神(社会的に正しくフェアに)、②チャレンジ精神(保守的にならず挑戦的に)、③損得抜き精神(目先の利益にとらわれない)、④障がい有する人々と共に歩む精神、⑤チームアプローチの精神(One for All, All for One)の5つのマインドを共有してほしいと思います。仲間として一緒に切磋琢磨いたしましょう。



会長 石川 誠

新入職員の皆さま、ご入職おめでとうございます。心からお慶び申し上げます。

この一年は新型コロナウイルスの感染拡大により社会全体の活動が制限され人々の暮らしも大きく変化してしまいました。特に、新卒の皆さまにとりましては、厳しい状況かつ不安を乗り越えて、今日の日を迎えられたことと思います。

輝生会においては、各拠点において様々な対応を重ねて参りましたが、今後に向けてはポストコロナを見据えた取り組みも始まっています。人々の暮らしを支えるリハビリテーション医療と地域リハビリテーションの活動を通じて、人々が地域で安心安全に暮らして行くことが出来るよう支援することがわれわれの使命でもあり、今まさに求められているものだと思います。

皆さまには、リハビリテーション・マインドをもって、仲間を大切にする心を忘れず、質の高いリハビリテーション医療を提供する大きな力となっていただけることを期待しております。



理事長 水間正澄



4月1日、新入職員104名を迎える入社式がオンライン形式にて執り行われました。輝生会職員として一歩を踏み出した新入職員にエールを贈る気持ちで、オンライン形式であっても一人ひとり辞令交付が行われました。一人ずつ名前が呼ばれるたびに、「はい!」と少し緊張を含みながらも喜びにあふれたフレッシュな声が響き渡りました。

これから輝生会職員として頼もしく成長していく新入職員を迎え、職員一同ますます力を合わせて、チーム輝生会としてサービスの質の向上に全力で努めて参ります。

輝生会の基本理念と方針

- 「人間の尊厳」の保持
- 「主体性・自己決定権」の尊重
- 「地域リハビリテーション」の推進
- 「情報」の開示
- 「ノーマライゼーション」の実現

輝生会における患者さまの権利

- 人権を尊重される権利
- 最善の医療を受ける権利
- 自らの意思で選択・決定する権利
- プライバシーの保護を求める権利
- 自分の診療の情報や記録を知り、求める権利

健康維持に役立つ“脳トレ”

新型コロナウイルス感染対策で外出を控える生活が続いていますが、自宅でぼんやりと過ごす時間が増えていませんか？外出する際には、身だしなみを気にしたり、他の人と会って会話をしたり、季節や街並みの変化に気付いたり…など、脳にとって様々な刺激が入ります。そのため、外出機会が減ることは、体力の低下だけではなく、認知機能の低下にも影響をおよぼすといわれています。

そこで、今回は、前号の「嚙下体操」に続き、「脳トレ」についてご紹介します。みなさまの健康維持にお役立っていただきたいと思います。

脳トレについて

「脳トレ（＝脳力トレーニング）」とは、脳の機能を高めるためのトレーニングのことを指します。脳の機能は、歩く、見る、聞く、話すなどの動作の他に、物事を考えたり、記憶するなど、人が生活をする上で重要な役割を果たしています。特に、様々な視点から考えて判断をしたり、記憶することは高い能力が必要となります。

近年では、「脳トレ」ブームによって、計算や音読、迷路や間違い探しなどの様々なドリルやゲームなどが作られていますが、大切なことは、楽しみながらチャレンジしてみることです。色々な脳トレがありますが、今回は「頭と体を同時に使う脳トレ」をご紹介します。外出機会が減り、体力低下も心配されていますので、体力と知力の両機能を使ってトレーニングをしてみてください。

複数の機能を同時に使うことは、想像以上に難しく、脳トレに有効です。脳の機能も体力と同じで、使うことで鍛えられていくので、少しずつでも継続して実施していくことが効果的です。毎日の生活の中で、少しずつ「脳力」を鍛える時間を作ってみてはいかがでしょうか。

脳トレ体操～!! さあ、始めるよ～!!

※本プログラムは、在宅総合ケアセンター成城、世田谷区祖師谷地区の地社会福祉協議会、包括支援センター、民生委員の方々で作成したDVDより一部抜粋したものです。

後出しジャンケン（2人1組でやりましょう）

● 後出しで 勝ってください。



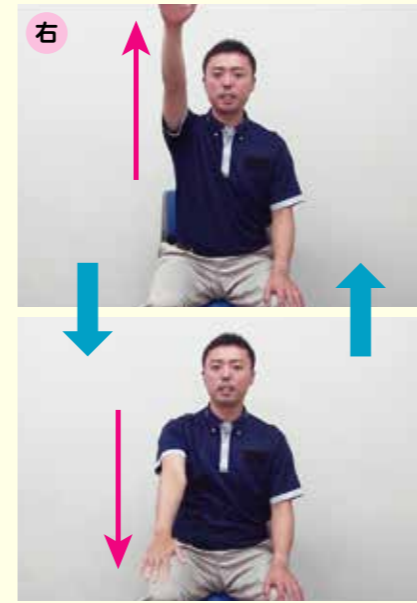
● 後出しで 負けてください。



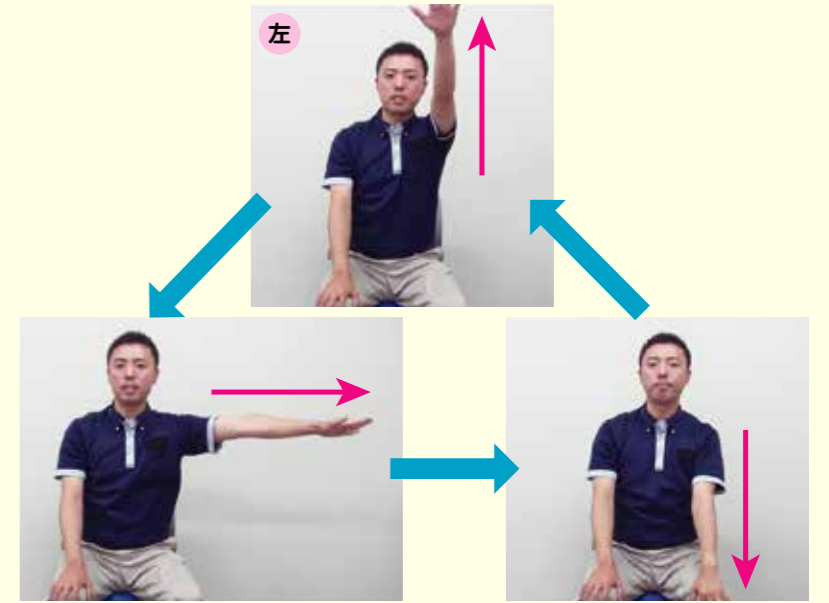
相手が出したのを見て、「勝つ」「負ける」の条件に沿って自分が出すものを決めることが必要となります。特に、ジャンケンでは「勝つ」ことを意識していることが多いので、その意識を抑えて「負ける」方法を考えることは難しくなります。

腕の上げ下ろし（左右別々の動きを同時に行います）

● 右手は上→下の2拍子で動かします。



● 左手は上→横→下の3拍子で動かします。



右手／左手、それぞれの動きを覚えて、それを同時に実施することが必要となります。上記のように、左右で行う動作の手順数が違うと、難しくなります。

足踏み拍手

① 元気に数を10までカウントしながら足踏みをし、手を大きく振ります。



② 1～10のうち、好きな数字を3つ決めます。リズムカルに足踏みを続けつつ、決めた数字の時だけ手拍子をします。



数を覚えておきながら、数も数えて、足踏みも…と色々なことを同時に行うことが必要になります。速度を上げたり、覚える数や範囲を広げると難しくなります。

みなさん！いかがだったでしょうか？
コロナ禍で大変な時期ではありますが、
しっかり体力を維持し、この難局と一緒に乗り切りましょう。



文責：在宅総合ケアセンター成城
佐藤 庸平
東 孝洋