

2016年 新年のあいさつ

高良台からの風

VOL.
38

2016 WINTER



皆様、新年あけましておめでとうございます。

今年(しんねん)は申年(しんねん)です。申年(しんねん)にちなんで、赤い勝負下着(あかいろのしょうぶげ)を身に纏い、イノベーション(しんけつごう)という旗(はた)を掲げて、自分自身と勝負する年(とし)にしたいと思います。

私たちは、今後(こうご)、人口減少(じんこうげんしょう)と高齢者増加(こうれいしやぞうか)という荒波(あらかみ)に立ち向かっていかなければなりません。簡単に言(い)いますと、少ない労働人口(せうどんじんこう)で沢山の(たくさん)高齢者(こうれいしや)をみていくということです。そのため(ため)には、私たちは、なるべく健康な状態(けんこうなじょうたい)を維持(維持)しながら、効率よく働くことが重要(じゅうよう)になります。

東京大学(とうきょうだいがく)の尾形裕也(おなまひろや)教授(けうじゆ)が、「健康経営(けんこうけいぎやう)」というコンセプト(コンセプト)を提唱(ていせう)されています。今後の日本(こゝろのにっぽん)を支えていくためには、非常に大事(じゅうぶんじゆうだいじ)な経営概念(けいぎやうかいはん)だと思(おも)います。この健康(けんこう)という概念(かいはん)は、心も体も健康(けんこう)であるということ(こと)を意味(いみ)します。身体的(しんてい)には問題(もんたい)ないとしても、頭(かぶ)は上の空(うわのそら)で働(はたら)けば、効率性(こうりつせい)や生産性(せいさんせい)は獲得(くわく)できません。身(み)も心(こゝろ)も健康(けんこう)であることが健康経営(けんこうけいぎやう)には必要(ひつよう)です。

今年(しんねん)は、当法人(とうほうじん)において、まずは、施設内託児施設(しせつないたくじしせつ)を再開(さいかい)し、介護初任者研修講座(かいごしうにんしやけんしゆこうざ)を開始(かいし)する予定(よすん)であります。働く(はたら)く(女性)職員(しやくいん)を支援(しえん)し、職員(しやくいん)の教育(きやういく)に力(ちから)を注(つ)ごう、そして、地域(ちいき)の方々(かたがた)や患者様(びやうしや)にとって必要(ひつよう)とされる施設(しせつ)になるために、私たち自身(わたしたちみづかみ)が変わり、付加価値(ふかかち)のある数々(かずかず)のイノベーション(しんけつごう)の展開(てんかい)を検討(けんさう)しております。

そして、私たちの最終目的(さいしゆうもくてき)は、この地(このち)ならではの地域包括ケアシステム構築(ちいきはくくわいけあシステムこうちく)であります。今後も当院(このいん)・当法人(とうほうじん)は、皆様方(みなさま)が必要な医療(いりやう)・介護(かいご)・福祉(ふくし)をこの地(このち)で提供(ていき)し、皆様方(みなさま)を全力(せんりき)で支援(しえん)してまいりたいと思(おも)っております。本年(ことし)も何卒宜(なんぞよろ)しくお願(ねが)い申し上げます。

高良台リハビリテーション病院 院長 中尾 一久



Q:初めて訪問看護を利用するには?

A:医療保険・介護保険のどちらでも「かかりつけ医の指示書」が必要となります。



Q:どのようなことができるのですか?

A:病気を抱えて在宅で生活される方の「治療の継続」と「生活の支援」を行います。

- 生活のお世話(入浴・食事・排泄)
- 酸素や呼吸器等の医療機器の管理
- 認知症のケアや介護相談
- リハビリテーション
- 点滴や褥瘡処置、人工肛門病状等
- 内服の管理
- 24時間体制、緊急対応
- 在宅看取り

自分らしい生活が続けられるように
お手伝いを致します



看護師
医療機器で
痰を
吸っています



言語聴覚士
食事の方法を
提案
しています



作業療法士
リハビリを
しています



看護師
酸素療養の方
の呼吸介助
をしています

簡単!

エクササイズ「肩関節周囲炎(四十肩,五十肩)」

肩関節周囲炎は、中年以降に発生する肩関節の疼痛と運動制限を症状とする疾患です。一般的には、発症する年齢から「四十肩」「五十肩」と呼ばれることが多いです。今回、紹介するのは、疼痛の強い時期を過ぎた後から行うストレッチです。



STEP-1 [屈曲]

両腕を伸ばしたまま頭上に上げます。



STEP-2 [内転外転]

棒の先端を両手で握り、上体はそのまま、痛くないほうの手で棒を痛い方へ突き上げます。



STEP-3 [伸展]

身体の後ろで棒を握り、腕を伸ばして後方に上げます。



TOPICS

高良台リハビリテーション病院の各部の最新情報やお知らせをお届けします!

回復期リハ看護師とは?

回復期リハ看護師とは、一般社団法人 回復期リハビリテーション病棟協会の定めたコースの受講と実践活動によって認定される、回復期リハ病棟の看護師です。

回復期リハ看護師の役割

- ①入院患者や家族に対する質の高い看護の提供
- ②個人や組織におけるリスクマネジメント
- ③多職種とのチームアプローチの実践

当院には現在3名の回復期リハ看護師がおり、回復期リハ病棟での看護師としての大切な役割である「患者様がリハビリを継続して行えるように心身の状態を整えることと、リハビリで修得した動作と生活をつなぐ支援」ができるよう活動を行っています。病棟での生活の様子や在宅生活に向けて尋ねたいことなど、いつでもお気軽に声をかけて下さい。



セラピストマネジャーって?

回復期セラピストマネジャーは、一般社団法人 回復期リハビリテーション病棟協会の定めたコースを受講し、認定試験に合格した回復期リハ認定セラピストです。

回復期セラピストマネジャーの役割

- ①患者様やご家族に対する質の高いリハビリテーションサービスの提供ができるセラピストの教育・育成
- ②人や環境にかかわるリスクマネジメント
- ③他職種との協働と病棟運営にかかわる組織づくり

当院には、4名の回復期セラピストマネジャーが在籍し、いろんな職種との連携を図りながらリハビリテーションの質向上に努めています。セラピストマネジャーとしては新米ですが、患者様やご家族、スタッフのために頑張りますので、いつでも声をかけてください!



第12回 高良台ビレッジ祭

10月18日に、第12回高良台ビレッジ祭を行いました。

天気も良く、沢山の皆様に御来場いただきました。ありがとうございました。

今年も三遊亭歌之介師匠による講演や、和太鼓・日向ひょっとこ・職員による出し物等大盛況でした。今回は新たな試みとして、患者様や利用者様に出演をお願いしました。出演を通じ、「社会参加」のきっかけになってもらえればと思います。

今後とも「地域密着型」の病院として邁進していきますのでよろしくお願い致します。



食事は大事!



柚子

豊富なビタミンCを含んでおり、特に皮はレモンの2倍もあります。またゆずの酸味のクエン酸には減塩効果があり、果汁をかければ塩やしょうゆの量を減らすことができます。古くから毎年12月の冬至の日に柚子湯に入るとその冬の間風邪を引かずに過ごせると言われており、実際に温熱効果から冷え性やリウマチにも効果的です。

ワンポイント

ゆずはアクが強いため、切った後すぐに水にさらして使うと美味しく頂けます。選ぶときは実に張りがあるプヨプヨしていないか、へたの部分を見て切口が茶色くなっていないか、良い香りがしているか確かめると良いでしょう。



RECIPE もやしの柚子和え

1人分

●もやし40g ●ゆずの皮2g ●薄口しょうゆ2g ●みりん風調味料1g

1. もやしを洗ってゆで、ザルにあげて冷ましておく。
2. ゆずの皮を幅広に向き、黄色いゆず皮の下にある白い部分は包丁で削ぎ落とし、千切りにする。
3. ゆずの皮と調味料を合わせ、もやしと和えて出来上がり。

【献立】ご飯・鰯の梅干し煮・肉いなりと大根の炊き合せ・もやしの柚子和え・フルーツ・吸い物
【栄養量】エネルギー:491kcal たんぱく質:22.8g 脂質:6.2g 塩分:3.3g

外来診療担当表

	月	火	水	木	金	土		
午前	1診	中尾 一久 (循環器科・内科)	中尾 一久 (循環器科・内科)	—	田尻 祐司 (内分泌代謝内科)	中野 仁晴 (循環器科・内科)	佐野 謙 (神経科)第1・第2	水田 滋久 (神経科)第3・第4・第5
	2診	野原 夢 (循環器科・内科)	吉崎 学 (内科)	永田 剛 (循環器科・内科)	永田 剛 (循環器科・内科)	吉崎 学 (内科)	松本 久美 (呼吸器内科)10時～	
	3診	—	—	—	—	山下 寿 (整形外科)	吉崎 学 (内科)第1・第3	橋田 竜騎 (整形外科)第4
午後	1診	—	中尾 千穂子 (内科)	—	田尻 祐司 (内分泌代謝内科)	中野 仁晴 (循環器科・内科)	—	
	2診	野原 夢 (循環器科・内科)	—	吉崎 学 (内科)	—	—	—	
	3診	—	—	姫野 秀崇 (内科)	—	山下 寿 (整形外科)	—	

編集後記

2015年は、五郎〇ポーズが注目され、ラグビーが一躍脚光を浴びました。スポーツ観戦人口も増加傾向のようですが、健康的で良い事ですね。日頃から運動不足の私は、今年はまず体力作りの為の水中ウォーキングから始めてみようと思います。今年もよろしくお願ひいたします。

広報委員 広瀬



医療法人社団久英会 高良台リハビリテーション病院 〒830-0054 福岡県久留米市藤光町965-2

TEL (0942)51-3838 / FAX (0942)51-3535 URL <http://www.kyueikai.jp> / E-mail kouradai-web@kyueikai.jp