



# カマチグループ関東地区 リハビリテーション懇親会

## カマチグループ関東地区 リハビリテーション懇親会

平成26年7月11日に、毎年恒例の「カマチグループ関東地区 リハビリテーション懇親会」が帝国ホテルにて行われました。年々参加人数が増加しており、今年は関東にある関連リハビリ病院11施設及び来賓の方を含め約1350名の参加で非常に盛大な会が催されました。関連病院のリハビリスタッフをはじめ、様々な職種の方々と交流を図ることができ有意義な時間を過ごせました。

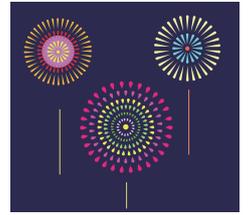


また毎年、各施設ごとに趣向を凝らした余興を行っており、当院も新入職者を中心に参加し、見事優勝を飾りました。今回見せた団結力を、普段の臨床でのチーム医療にも活かしていきたいと思います。



# 看護部便り

## 熱中症について



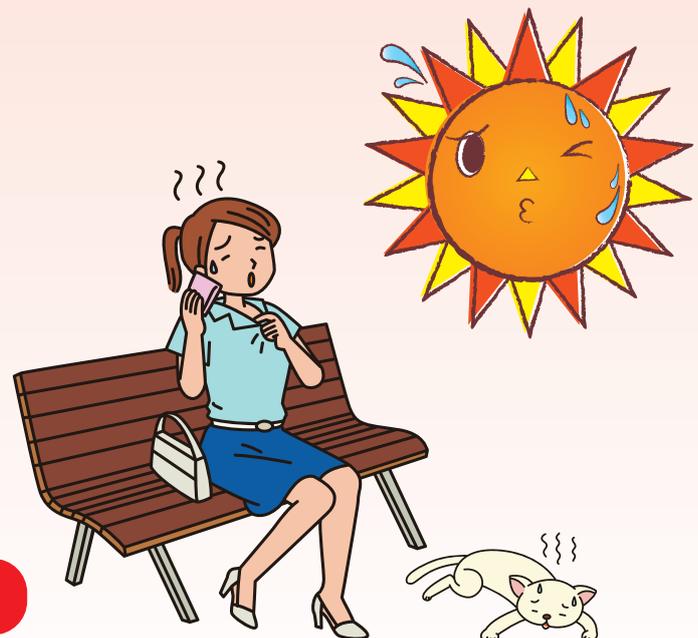
暑い夏が始まっています。皆さん連日の猛暑に体調を崩していないでしょうか？夏といえば熱中症、というほど暑い夏とセットで語られるこの熱中症。以前は日射病、熱射病と呼ばれていましたが、熱によって引き起こされる様々な病気・不具合を総称して熱中症と呼ぶようになってきたそうです。



暑熱環境下において汗や皮膚温度で体温が調整できず、体温が上昇してしまうのが熱中症の症状ですが、体力的に弱い高齢者・乳幼児はそのリスクが高く、二日酔い、寝不足といった体調不良も熱中症の要因になってきます。その予防には適度な水分・塩分補給、涼しい服装、適切な室内環境を整えるなどがあげられますが、皆さんはもうご存知の内容でしょうね。

患者様の熱中症に考慮

しつつ、自分たちが熱中症にかからないように適度に水分補給をしながら暑い夏を乗り切って行きましょう。



**適度に水分の補給をしましょう!**

# クローズアップ!!



仕事内容もプライベートも  
気になるリハビリスタッフに直撃インタビュー!

## 普段の業務内容は?

患者様一人一人に合わせたリハビリメニューを作成し、毎日リハビリを行います。その日によって患者様の状態も



白椋さん/本田さん/島田さん

変わりますので、状態を見極め、無理をせず患者様に寄り添ったリハビリを心掛けております。またコンサート等イベントも数多く催され、病院全体がアットホームな雰囲気になり、患者様にも良い気分転換になると大変好評です。

今後も、患者様・ご家族様と共に、チームスタッフ一丸となり、協力しながら在宅復帰・社会復帰をサポート出来るよう、また患者様や関わるすべての皆様に当院があって良かったと思われるよう、精進していきたいと思っております。

## 休日

体を動かす事が大好きな本田さん。最近ではボルダリングにチャレンジしているとの事。

「あまり聞きなれないスポーツだと思いますが、ロッククライミングの一部で落ちても問題の無いような比較的低めの岩を登るスポーツです。その為、道具を使わずに登ります。」

体を動かしストレス発散!運動が大好きな本田さんにピッタリのスポーツですね。

海外旅行が好きな白椋さん。特にセブ島では沢山の思い出が出来たそうです。

「海外旅行が大好きで休みを利用し、友人たちとよく出かけます。特にセブ島ではダイビングのライセンスを取りました。オランゴ、ナルスアン、マクタン、ヒルトゥガン等、有名ポイントが沢山有り初心者でも気軽に楽しめました。」

そして本格的にスキューバダイビングを楽しんでいる島田さんは、伊豆の海に行くそうです!

「昔から海が大好きで、今はスキューバダイビングを楽しんでいます。月に1~2回は伊豆に行きます。また連休の時は沖縄の離島まで潜りに行きます!」

エメラルドグリーンの美しい海に囲まれた沖縄の離島で、気分もリフレッシュできるそうです!





小金井リハビリテーション病院のアレコレ。

# 一日看護体験学習

2014年5月27日

当院が開院して初めての一日看護体験の受け入れでしたので、担当させて頂いた私自身も緊張していましたが、それ以上に体験学習の学生さんは緊張していませんでした。しかし看護師が検温や食前の処置、配薬をしている姿を見学したり患者様がリハビリをしている姿を見学しているうちに次第に学生さんにも笑顔が自然に見

られるようになりました。途中からは学生さんから直接患者様へ話しかけることができ、積極的に関わることができるようになっていました。今回の体験からより看護師の仕事に関心を持ってもらえたら幸いです。

担当3階 川嶋



# 音楽活動

平成26年3月より、リハビリの一環として音楽活動を開始しました。

音楽活動では、集団で発声練習・歌う・楽器の演奏・リズム体操などを行っていますが、楽しく歌って体操

を行う事で、心身機能や呼吸器機能向上に繋がり、他患者様との交流が持てます。参加した患者様には好評で、より良い活動になるよう今後も企画調整していきたいと思ひます。



# 第19回ウォーキングフェスタ東京 2014年5月3日

地元小金井公園を発着点としてG.W中に行われた第19回ウォーキングフェスタ東京に当院からもスタッフとその家族約45名がお揃いのTシャツを着て参加しました。

抜けるような青空の下、多摩・武蔵野の新緑の季節を楽しみつつ、無事に全員が完歩することが出来ました！



## 栄養科のひとことメモ

### 食中毒防止!衛生的なお弁当講座

梅雨も明け、お弁当を持ってお出かけしたい時期になりました。

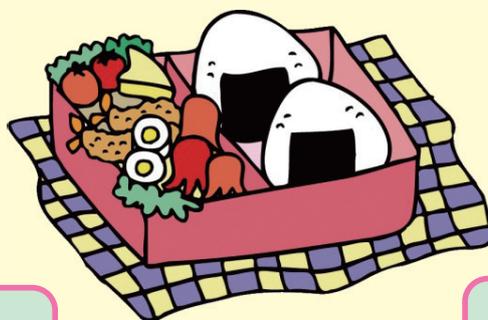
しかし、同時に食中毒が心配される季節でもあります。そこでポイントを確認し衛生的なお弁当作りを心がけましょう!

#### 1. 温度管理

保冷グッズを利用してなるべく低温で!!

#### 2. おにぎりはラップで!

なるべく手指の菌は付けないように!



#### 3. 加熱は十分に!

作る際に加熱をしっかりとし、菌を残さない様にしましょう。

#### 4. 詰め合わせは冷めてから!

熱や湿気で菌が増えやすくなる為、冷ましてから詰める様にしましょう。



# リハビリで認知機能が改善!?

脳卒中や骨折、肺炎など、「急性期病院」での加療後に回復を目指すとき、失われた機能や体力を取り戻すためにリハビリを行う施設が、当院の様な「回復期リハビリテーション病院」です。

当院では毎月1回、リハビリの効果を評価するためにFIM(Functional Independence Measure)やMMSE(Mini Mental State Examination)を用いて、患者様の運動機能や認知機能を測定しています。MMSEは認知機能を評価する時に用いる検査で、ご存知の方も多いと

思います。65歳以上の患者様が8割を占める当院では、認知症、あるいは脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患の後遺症として、認知機能が低下している方もいらっしゃいます。入院患者様の入院時点と退院時点でのMMSEを比較したところ、入院前にどのような疾患を持って当院に入院された方でも(どの疾患群でも)、MMSEが改善していることが分かりました(表1)。

更に、認知機能に影響を及ぼしやすい脳血管疾患とは対照的に、影響の少ない整形外科疾患で入院した患者様に着目し、入院時の認知機能で点数別に分類したところ、入院時の認知機能が最も高いMMSE24点以上の群でも、僅かですがMMSEが改善していることが分かりました(表2)。

入院に際して、特に高齢の患者様では「せん妄」という意識障害を来すことがあります。これは緊急入院や転院によって環境が急激に変化した際に患者様にみられる状態で、「突然 もの忘れになった!」と心配されるご家族も多く見られますが、環境に慣れることで改善するケースが多いのが特徴です。

従って、整形外科疾患で入院した患者様のうちで認知機能が高い群(表2の赤ワク)では、入院時のせん妄によって認知機能が低下する可能性が低く、更にリハビリでは言語に関するリハビリを行わないため、「運動による認知機能への影響」を検証するのに適しています。

これまでも太極拳を始めする運動を習慣的に継続することで、認知機能が低下しにくかったり、改善したという報告がありましたが、いずれも年単位で運動を継続する必要があります。しかし当院のリハビリ結果からも分かる通り、集中的な運動を月単位で行った場合でも、認知機能が改善する可能性があることが示唆されました。

※「第51回 日本リハビリテーション医学会学術集会」で発表した内容を基に作成しました。

表1: 入院中のMMSEの変化  
(入院時と退院時のMMSEの差)

	入院時MMSE	退院時MMSE	MMSE利得
整形外科	23.4±6.2	24.6±6.0	1.2 (P<0.001)
脳血管疾患	20.9±8.4	23.1±7.6	2.2 (P<0.001)
廃用症候群	21.3±8.1	22.6±8.0	1.3 (P<0.001)
全体	22.2±7.4	23.8±7.0	1.6 (P<0.001)

KOGANEI REHABILITATION HOSP.

表2: 整形外科群におけるMMSEの変化

入院時MMSE	入院時平均	退院時平均	MMSE利得
0-9	6.8±2.6	8.7±4.3	1.9 (P<0.001)
10-19	15.5±2.7	17.7±4.5	2.2 (P<0.001)
20-23	21.6±1.1	23.5±3.1	1.9 (P<0.001)
24-30	27.7±2.1	28.3±2.1	0.6 (P<0.001)

KOGANEI REHABILITATION HOSP.

## 医療連携室から

医療連携室には、看護師2名、社会福祉士の資格を持った医療ソーシャルワーカー 7名が在籍しております。

患者様やご家族様より入退院に関わるご相談をお伺いし、解決に向けてお手伝いいたします。

必要に応じて介護保険などの社会保障制度や、施設・福祉サービスなどの社会資源の情報提供を行い、入院中の生活や退院後の生活について一緒に考えます。

ご不明な点がございましたら、いつでもお気軽にご相談ください。

※ご利用、ご相談は無料です。また、ご相談内容についての秘密は厳守します。

相談窓口：1階受付

受付時間：9:00～16:30（月曜日～金曜日）

9:00～12:00（土曜日）



新しい仲間が増えました

小金井リハビリテーション病院 医療連携室 TEL 042-316-3100 / FAX 042-316-3222

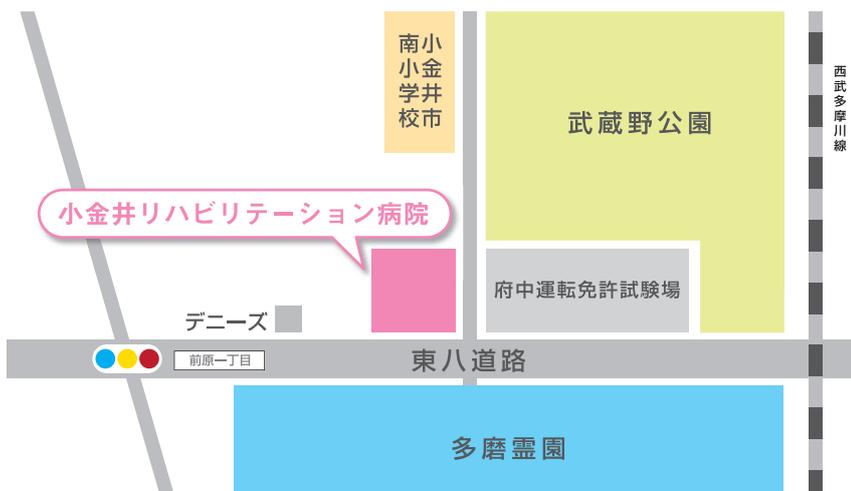
## 小金井リハビリテーション病院 周辺のご紹介

for koganei city

7月26日、27日に、夏の風物詩 第36回小金井阿波おどりが開催されました。「ヤットセ」のはやしことばと共に衣装をまとった「小金井さくら連」が太鼓や鐘の音の鳴り響く中、街道を練り歩いていました。「小金井さくら連」は、小金井阿波おどり発足当初（1978年）から活動する小金井の連の中でも最も古い連です。小金井阿波おどり大会を中心として、東京都内の様々な阿波おどり大会に参加しているそうです。お祭りでは、阿波おどりの他に浴衣美人コンテストも開催されており、夏の夜のひとときを過ごすことができました。



## Access map



一般社団法人 巨樹の会

## 小金井リハビリテーション病院

〒184-0013 東京都小金井市前原町1丁目3番2号

TEL 042-316-3561 FAX 042-316-3562

http://www.koganei-rh.net/ info@koganei-rh.net

小金井リハビリテーション病院

検索