

こもれび

Koganei Rehabilitation Hospital INFORMATION



手には**技術** 頭には**知識** 患者様には**愛**を

Contents

Spring 2016

春

- 平成28年度入職式
- 医局紹介／新入職紹介
看護部便り
- 実**は**優良健康食—カレーの**効**能
リハビリコラム
- 嚥下障害とは…?
薬局コラム
- お薬ひとくちメモ
- 第6回関東グループ合同学術大会
- 研修旅行
ラスベガス・ロサンゼルス研修旅行
- こもれびトピックス
小金井みなみ地域包括支援体力測定会／ひな祭りレク／講演会／ウォーキングフェスタ東京
- 医療連携室から
- 病院周辺のご紹介





平成28年度 入職式

桜の便りが次々と聞かれる4月1日、平成28年度入職式を執り行いました。

新入職員みんな緊張しつつもやる気と希望にあふれており、逆にパワーをもらった気がします。

式は例年通り執り行われ、午後からのオリエンテーションではグループや回復期リハビリテーション病院についての説明が行われ、当院グループの役割を理解していただきました。

昼食会では緊張がほぐれた様子で、笑顔で談話する光景も見られました。

院内外問わず信頼関係を醸成し、人脈づくりをしていくには笑顔での挨拶をすることによりチーム力が高められます。

新しい仲間を迎え今年度も患者様によりよい医療を提供できるよう、職員一丸となって邁進してまいります。

医事課 吉野 美由紀

医局紹介



田中 耕太郎
名誉院長

4月1日から当院に入職させていただきました。出身は新潟県長岡市、1975年に慶應義塾大学医学部を卒業しました。今年の3月まで、11年間国分寺市から単身赴任で富山大学附属病院神経内科に勤務していました。今までは脳卒中、パーキンソン病、認知症を中心に、中枢神経疾患のみならず、末梢神経や筋疾患など幅広く患者さんを診てきました。今までは急性期の患者さんを当院のような回復期病院に送ってきた職場だったので、回復期リハビリテーションに特化した当院の勤務は、すべて新鮮に感じています。今後の皆様のご指導、ご鞭撻をよろしくお願い致します。

所属学会：日本神経学会認定医／日本内科学会認定内科医
日本医師会認定産業医／日本脳卒中学会認定医
日本頭痛学会専門医

趣味：ジャズ鑑賞（ビル・エバンス）、温泉露天風呂めぐり（お酒付きで）、海外の推理小説や探偵小説（レイモンド・チャンドラー、マイクル・コナリーなど）

好きな食べ物：白えび（富山湾）の唐揚げ（酒のつまみに最高）
好きな歴史上の人物：フィリップ・マローウ（小説の中の探偵）



竹腰 玲子
先生

4月1日より赴任いたしました。これまで東海大学で、主に急性期脳卒中やパーキンソン病を中心として、診療を行っておりました。これから回復期リハビリテーション医療について、知識と経験を深め、患者様のため役に立てる様努力したいと思います。よろしく願い致します。

所属学会：日本内科学会認定内科医
日本神経学会認定神経内科専門医

趣味：料理・ジム通い・旅行
好きな食べ物：コロッケ・すき焼き・讃岐うどん
好きな歴史上の人物：マリ・キュリー

よろしく
お願いします！



新入職紹介

がんばっています！



理学療法士 新屋 聖希 マルティン

ハイサイ、沖縄を出て約1か月が経った今も緊張と不安はありますが、周りのサポートや頼りになる先輩方のおかげで毎日楽しく充実しております。緑に包まれ落ち着いた環境、スタッフと患者様の生き生きとした姿をみてここで働きたいと思い入職しました。今後は一職員として確かな知識と技術を身につけ、患者様の力になれるよう努力してまいります。イベントなどもありますので、小金井リハビリテーション病院でお待ちしております。

趣味：ギター、バイク
好きな食べ物：カレーライス
好きな歴史上の人物：エイブラハム・リンカーン



言語聴覚士 堀 真菜

患者様の生活を見据えたリハビリを提供できる言語聴覚士になりたいと思い、熊本から上京してきました。入職して数週間が経過しましたが、実際に知識、技術、心を持って日々患者様に向き合っているセラピストの先輩方と働けていることを嬉しく思っています。患者様や先輩方から多くのことを学び、吸収して、患者様にこの病院で良かったと思っただけのように一杯リハビリをしていきます。

趣味：読書
好きな食べ物：苺タルト
好きな歴史上の人物：織田信長



看護師 渡邊 恵弥

4月から現在まで約2か月間、小金井リハビリテーション病院で働かせていただき、患者様が早期に退院できるようチーム一丸となってリハビリ・支援しているのが実感できます。私も徐々にではありますが、チームの一員として、患者様や家族の支援ができるよう今後も一生懸命頑張っていきます。

趣味：料理
好きな食べ物：餡子
好きな歴史上の人物：織田信長



看護師 内田 真帆

4月に入職し、約2か月が経過しました。初めてのリハビリ病院で日々慣れない事ばかりですが、スタッフの皆様が親身になって支援して下さい、毎日楽しく働くことができています。また、患者様が毎日リハビリに励まれる姿をみて、自分も頑張っていきたいと原動力になっています。今後も患者様みなさんを支援していけるように頑張っていきたいと思っています。

趣味：音楽鑑賞、ライブに行くこと、ショッピング
好きな食べ物：果物
好きな歴史上の人物：諸葛孔明

看護部便り

実は優良健康食—カレーの効能



元々は外国料理ですが、すっかり日本の食卓の定番メニューになっているカレー。

そもそも、カレーとは？

スパイス(香辛料)の集合体で、カレー粉という単位の粉はありません。

どのようなスパイスが入っていて、どのような効能があるのか？



ターメリック

主成分であるクルクミンには、発がん性物質や老化などをもたらす生体の酸化を防ぐ抗酸化作用があり、がんや腎不全、神経障害、動脈硬化などを予防したり、肝機能を促進したりします。



ガーリック

血液を固まりやすくさせる血小板の凝集を抑え、血栓をできにくくします。



トウガラシ

辛味成分のカプサイシンに、エネルギー代謝促進効果があります。



クミン

消化促進、解毒、利尿作用があります。



コショウ

消化促進、食欲増進効果があります。



コリアンダー

鎮咳(ちんがい)、解熱、健胃作用があります。



シナモン

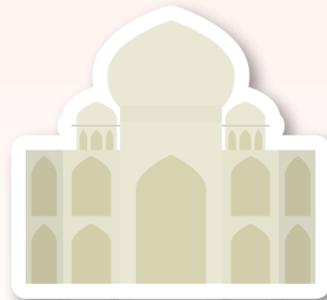
抗菌・抗カビ作用があります。

などなど、カレー効果は多種多様です。

スパイスの効果

カレーの故郷インドでは、スパイスが伝承医学のアーユルヴェーダで“薬”として多様されてきました。

実際、インドには胃がんや食道がんなどが極めて少なく、スパイスの効果とも言われております。



看護補助者 福田 俊男

えんげ 嚥下障害(飲み込みの問題)とは…?

症状と対策のポイント

言語聴覚士 佐藤 未来

「食べる事」「飲み込む事」の問題があり、うまく食べられない・飲みこめない状態のことを「摂食嚥下障害」と言います。

こんな症状には注意!!

- ①物を飲みこみにくい、形のあるものを嚥んで飲みこめない
 - ②食べるとむせてしまう、飲みこみに時間がかかる
 - ③飲みこんだ後に声が変わる
 - ④食事が取れず体重が減る
 - ⑤低栄養や脱水が起こりやすい 等
- ※その方の状態によって症状は様々ではありますが、注意が必要です。

対策のポイント

- 飲みこみにくさを感じていて、これらの食材を食べる時は…
- ①小さく切る
 - ②あんかけ状にする
 - ③長時間火を通して柔らかくする
 - ④肉は薄切りを用いる(硬いものは食べにくい)
 - ⑤麺類は短く切る
- 等のひと工夫が大切です。

飲みこみにくい食材

- ①パサつくもの：ゆで卵・ふかし芋・焼き魚
- ②噛みにくいもの：かまぼこ・こんにやく
- ③のどに張り付くもの：餅・のり・わかめ
- ④繊維の強いもの：ごぼう・ふき・小松菜 等



食事前・食事中の確認ポイント

- ①口の中の清潔(食事前後の口の中、のどがきれいかどうか確認しましょう)
- ②食べる時の姿勢(肩や首に力が入らないように座りましょう)

お薬ひとくちメモ

薬剤科 大西 知子

新緑が美しい季節になりました。前回に引き続きお薬と食べ物の相互作用について具体例をあげてみました。

一部の抗生物質と牛乳

一部の抗生物質は牛乳のカルシウムと結合するためお薬の吸収低下が起こり、効果が弱まる場合があります。2時間程度時間をずらせば大丈夫でしょう。

ワーファリンと納豆、クロレラ、青汁

ワーファリンはビタミンKの働きを抑え血液を固まりにくくするお薬です。ビタミンKを多く含む食品を摂取すると効果が弱まります。ワーファリンを服用されている場合は納豆、クロレラ、青汁は食べないように注意しましょう!

緑黄色野菜(ほうれん草・小松菜・ブロッコリーなど)は通常の食生活で大量に摂取することはないのでほとんど気にする必要はないでしょう。

他にもいろいろな例がありますがまたの機会に…。





第6回関東グループ合同学術大会

平成28年2月27日に開かれました第6回関東グループ合同学術大会に参加しました。

施設が一堂に会し、日々の研究の成果を様々な職種の演者が発表を行いました。その中で私は、「大腿骨近位部骨折患者における退院時ADL能力の構造分析と予測」という演題で発表させて頂きました。金院長をはじめ、病院の皆の協力の下銀賞を頂くことができました。次の合同学術大会で金賞をとれるよう研究や業務にも今回の経験を活かし、少しでもお役に立てるよう精進していきたく思います。

理学療法士 西浦 謙吾



研修旅行



ラスベガス・ロサンゼルス研修に行ってきました!!

【平成28年1月19～25日】

平成28年1月19日～25日の日程で、アメリカのラスベガスとロサンゼルスに、研修旅行に行ってきました。

ラスベガスでの初日は、マイケルジャクソンのショー、2日目、3日目はフリーという事で、街中を散歩したり、タワーに登ったりしました。

ロサンゼルスでは、初日にバスで観光地を巡り、2日目はディズニーランドに行ってきました。

今回の研修では、観光の時間を長めに取っていただけで、食べ物も建物も全ての大きさが日本とは違い、行ってみなければ見られないもの、経験できない事柄を学ぶことができたと思います。

看護師 小林 洋美



小金井リハビリテーション病院のアレコレ。

小金井みなみ地域包括支援体力測定会

【平成28年2月2日】

介護老人保健施設「コスモス」で開催されました小金井みなみ地域包括支援体力測定会にアドバイザーとしてリハビリスタッフに参加してきました。

体力測定を実施する中で、地域の方々の健康に対する不安や関心を実感できたそうです。

今後もこのような会に積極的に参加させていただき、地域に根差した活動をしていきます。

病棟クラーク 酒寄 穂夏



ひな祭りレク

【平成28年3月3日】

時事にちなんだレクの一環ということで、3月3日は恒例のお雛祭りレクを行いました。

さて、ここで歌詞に隠れた本当の意味をご紹介します。

「あかりをつけましょぼんぼりに～お花をあげましょ桃の花～」ひな祭りになるとスーパーで流れたり、幼稚園や小学校でよく歌われる定番ソングといえば「うれしいひな祭り」。日本に生まれ育った人ならば、誰もが一度は耳にしたことがある童謡ですよね。実はこの曲には深い意味が含まれていることをご存知ですか？そこでここでは「うれしいひな祭り」に隠された知られざる都市伝説をご紹介します。



◎実は歌詞が間違っていた…!

みなさんは「お内裏様」は誰のことを指しているのか知っていますか？多くの人が「お内裏様=男雛」と覚えているようですが、実は違います。お内裏様とは、男雛（おびな）と女雛（めびな）をあわせた総称のこと。つまり、お内裏様は男雛単体をさしているわけではありません。

「♪あかりを点けましょ ぼんぼりに～」のBGMの中、ひな壇（段違いオーバートーブル）に並んだリハスタッフお手製の雛人形ならぬ雛まとをめぐり、患者様がボールを投げ当て、的中したら倒れている雛が立ち上がるというレクに、和気あいあい盛り上がりました。



看護補助者 前田 恵子



講演会

【平成28年3月16日】

昭和大学藤が丘リハビリテーション病院スポーツ整形外科教授 筒井廣明先生をお招きし、「肩関節の評価と治療・リハ」について講演を行っていただきました。

豊富な知識や経験からまとめられた資料、解説はとてもパワフルでした。思い込みをなくし、多角的な視野と思考で臨床に取り組む姿勢を教えてください、臨床への活力をいただく機会となりました。

看護補助者 齋藤 倫子



ウォーキングフェスタ東京

【平成28年4月30日・5月1日】



第21回ウォーキングフェスタ東京が開催されました。当院からもスタッフとその家族約74名が参加しました。地元小金井公園を出発点として心地よい天候の下、



多摩・武蔵野の新緑を楽しみつつ、会話を弾ませながら全員が無事に完歩することが出来ました。



理学療法士 橋本 侑子

医療連携室から

医療連携室は今年度新たに2名の医療ソーシャルワーカーを迎えました。現在医療連携室には看護師1名、社会福祉士の資格を持つ医療ソーシャルワーカー8名、事務1名が在籍しております。

患者様やご家族様が入退院に関わるご相談をお伺いし、必要に応じて介護保険制度や障害福祉制度等の福祉サービス、施設を含めた社会資源の情報提供を行いながら、解決に向けお手伝いしています。患者様と地域との懸け橋となる病院を目指し、地域の様々な機関と連携を取りながら日々業務を行っております。

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いたします。

■相談窓口：1F受付

■受付時間：9:00～16:30(月曜日～金曜日) 9:00～12:00(土曜日)



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



小金井市の地名は、「黄金に値する豊かな水が湧く」ことに由来するといわれています。そのため、水をテーマに地域を活性化できないかと小金井市中央商店協同組合が六地蔵敷地内に井戸を掘り、その地下水を「黄金の水」として2006年より提供

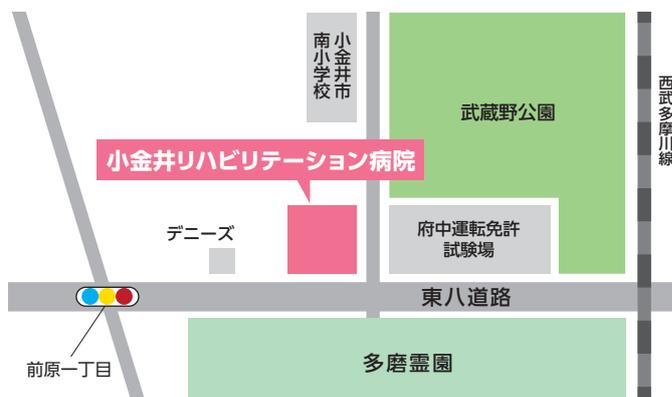
を始めました。水汲み場にあるプッシュ式蛇口を押すだけで、その場でコップ1杯の名水を無料で味わうことができます。また、登録料を支払い、専用蛇口の栓を受け取れば、家庭用に利用することも可能です。

MSW 松原 麻子

黄金の水 (こがねのみず)

JR武蔵小金井駅南口から小金井街道を進み、前原坂上交差点を左折
(住)東京都小金井市本町1-7
(電)042-381-1379(菊屋文具店)

小金井リハビリテーション病院 アクセスマップ



一般社団法人 巨樹の会

小金井リハビリテーション病院

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

〒184-0013 東京都小金井市前原町1丁目3番2号

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

看護師入職お祝い金制度 はじめました!

看護師の方は、採用させていただいた場合、入職月翌月に

入職祝金 **30万円** (税込) を支給いたします。

※日勤のみの場合は20万円

詳しくは上記HPより〈採用情報→看護師募集中〉からご確認ください。

※但し、紹介業者からの紹介の場合はこの制度は除外とさせていただきます。

