

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

- 看護補助者慰労会及び新入職歓迎会
- 大韓老人療養病院協会職員の当院見学会について
看護部便り
- かくれ脱水にご注意
リハビリコラム
- セタレクリエーション
栄養科コラム
- 冷蔵・冷凍庫の中は大丈夫ですか？
薬局コラム
- お薬ひとくちメモ
- こもれびトピックス
医療安全院内研修について／第8回 地域評議委員会／健康教室／高校生の看護体験／
避難訓練／国立博物館特別展見学会
- 医療連携室から
- 病院周辺のご紹介



看護補助者慰労会及び新入職歓迎会



平成30年6月5日(火)に毎年恒例の看護補助者慰労会及び新入職歓迎会を行いました。

天候にも恵まれ、美味しいお肉や焼きそばを頂きながらの会話は弾み、日頃お世話になっている業者様や、頑張っている看護補助者、新入職のスタッフと親睦を深めることができました。

たくさんの方のご協力・アドバイスをいただき、今年も大変好評な慰労会及び新入職歓迎会となりました。今後もより良い慰労会及び新入職歓迎会ができる様、改善点を踏まえ、来年度へ備えたいと思っております。ありがとうございました。

総務課 中村 亜砂美



大韓老人療養病院協会職員の当院見学会について

平成30年6月21日(木)に韓国の大韓老人療養病院協会職員45名が当院見学のため来院されました。病院経営幹部と看護師の方々が中心に来院され、病棟やリハビリ室、病院設備等を見学されていきました。その後、多くの質疑応答を交えながら、貴重な意見交換が出来ました。

日本も韓国も高齢社会が進んでいて、国民皆保険制度であります。保険料の負担割合が両者で大きく異なります。日本では会社員の場合、報酬月額4~5%程度が保険料として徴収されています。一方の韓国では、保険料は報酬月額の2.9%で、日本よりかなり低くなっています。韓国は保険料が安い分、公的医療保険の保障内容も日本より手薄です。負担が低く済みますが、その分最低限しか負担してもらえません。

日本は病気になりやすい高齢になるに連れて、負担料も低くなりますが、年齢に関係なく、一律の国もたくさんあります。他の国と情報交換することで、今まで当たり前だと思っていた制度の特徴や新たな視点をもつ良い機会となりました。当グループも海外研修を積極的に推進しているため、今後もこのような機会を大切にしていきたいと思っております。

リハビリテーション科 理学療法士 松本 健一

看護部便り

かくれ脱水にご注意



脱水症は進行すると熱中症や夏バテに繋がります。脱水症の前の自覚症状のない状態を“かくれ脱水”といいますが、屋内では夜中、屋外では10時~12時が特に発生率が多いそうです。

“かくれ脱水”の可能性を調べるチェック項目

- 体のだるさ／疲れがとれない／食欲がない
- 舌が乾く／ねばねばする／赤黒い／唾を飲み込みにくい
- 暑いのに汗をかかない
- 指先が冷たい／青白い
- 親指の爪を押し赤みが3秒以上戻らない
- 皮膚の弾力が無くなり手の甲の皮をつまんで3秒以上戻らない

以上のチェックがひとつでも付いたら、**経口補水液**がベスト!!

(健康な時はおいしく感じないため“かくれ脱水”を見極める目安となる)

毎日の心掛け

- こまめにゆっくり時間をかけて水分補給 (コップ1杯 30分以上)
- しっかり朝ご飯を食べ体の中から水分補給 (ご飯280g/味噌汁150g/食後のお茶90g=経口補水液500ml分の水分と電解質が摂れます) 早めの対応で夏を楽しく乗り切りましょう。



看護部 看護補助者 坂口 恵美子

七夕レクリエーション



リハビリテーション科 理学療法士 和田 裕也

長かった梅雨もあけ、夏本番となりました。猛暑が続いていますが、こまめな水分補給を忘れずに!!
さて、当院では7月7日に七夕レクリエーションを行いました。各病棟で創意工夫しながら、開催しました。
私の所属している3階病棟では七夕にちなみ、彦星チーム、織姫チームに分かれゲームを行いました。たくさんの方が参加してくださり、夏にも負けない熱量で取り組まれていました。また、1階のリハビリ室と、各病棟には笹に短冊を飾り付けており、スタッフと患者様で願い事が叶うように祈りました。



七夕とは

7月7日の七夕の夜、織姫と彦星は待ちに待った「再会」という願いをかなえます。人々は「二人のように、願い事がかないますように」と、短冊に色々な願い事を書いて、笹や竹の葉に飾るようになりました。

冬でも緑を保ち、まっすぐ育つ生命力にあふれた笹や竹には、昔から不思議な力があると言われてきました。神聖な植物ゆえに、そこに神を宿すことができるとも言われています。祭りの後、川や海に飾りごと流す風習には、けがれを持っていてもらおうという意味があります。



冷蔵・冷凍庫の中は大丈夫ですか?

栄養科 管理栄養士 上田 五彩

暑い季節がやって来ました。暑くなると気になるのが食中毒です。
となると『とりあえず冷蔵庫・冷凍庫で保管しておこう!』としていませんか?
冷蔵・冷凍保存をしても保存の方法を間違えれば食中毒になる可能性も上がってしまいます。食中毒なく暑い夏を越せる様には是非冷蔵庫・冷凍庫の中をチェックしてみてください!

- 庫内は詰め過ぎていませんか?
- 定期的在庫内清掃はしていますか?
- 食品同士の間は隙間がありますか?
- 肉や魚は一番下段に入れていますか?
- 温度調整はできてますか?
(冷蔵: 10℃以下、冷凍: -15℃以下)
- 取っ手はきちんと拭いていますか?
- 買ったものはすぐに冷蔵・冷凍保存していますか?

お薬ひとくちメモ

薬局コラム

薬剤科 薬剤師 大西 知子



今回はグレープフルーツと飲み合わせがよくないお薬についてです。柑橘類に含まれるフラノクマリン類という成分が肝臓の代謝酵素の力を抑えるためお薬の効きを良くしすぎてしまいます。相互作用の影響は続きますのでお薬を服用中はグレープフルーツを避けましょう! オレンジ・レモン・みかんなどは影響ありません! 安心してお召し上がりください。

★グレープフルーツと飲み合わせがよくない代表的な薬

降圧薬: アムロジピン・シルニジピン
睡眠導入剤など: ハルシオン(トリアゾラム)・セルシン(ジアゼパム)
高脂血症薬: アトルバスタチン・シンバスタチン
抗血小板薬: プレタール(シロスタゾール)
抗てんかん薬: テグレトール(カルバマゼピン)
免疫抑制剤: プログラフ

★柑橘類一覧

食べてはいけない×	食べてもよい○
グレープフルーツ	レモン
ポンカン	かぼす
いよかん	温州みかん
きんかん	マンダリンオレンジ

あなたの飲んでいる薬が大丈夫なのか薬剤師に聞いてみましょう!

こもれび トピックス

医療安全院内研修について 【平成30年5月29日】



エーザイの松田さんをお招きし「転倒・転落の現状と睡眠薬適性使用ガイドラインの概要」について研修を行いました。院内での転倒のリスクとその現状・睡眠薬による転倒リスクと対策・睡眠薬適性使用ガイドラインの話クイズを交え楽しく講義して頂きました。当院でも行っている危険(K)予知(Y)トレーニング(T) [KYT]についてもお話があり、とても重要なことだと再確認できました。医療事故の発生要因はヒューマンファクターが6割以上を占め「人は誰でも間違える」また、安全はなく「可能な限りリスクを下げる」努力をするしかないとのことでした。今回の研修で学んだこと、再確認できたことを活かし転倒に限らずリスク対策に努め、事故を防止していかなければならないと改めて感じました。

看護部 看護師 渡邊 真紀



第8回 地域評議委員会 【平成30年6月1日】

第8回地域評議委員会が行われ、当院の実績報告や意見交換会と有意義な会議になりました。今後も地域の方々との交流を通して、地域に根付いた病院を目指して行きたいと思っています。

看護部 医療連携室 船田 純



健康教室 【平成30年6月21日】

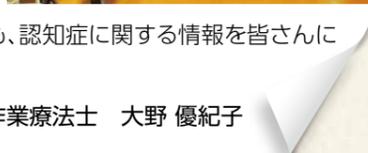
患者様やご家族様に向け、健康教室を実施しました。今回のテーマは「認知症とその予防について」です。

認知症は誰でもなり得る可能性があり、今後、認知症を有する高齢者は増加することが予想されています。

認知症は早期の診断、治療、正しい理解により進行を遅らせたり、症状を軽減することが可能です。今回の健康教室では説明だけでなく、認知症予防に効果的とされている「デュアルタスク」を実際に皆さんで体験して頂きました。デュアルタスクとは同時に2つの事を行う「ながら作業」の事をいいます。デュアルタスクを行って脳に刺激を与え続けることが脳の機能低下予防に繋がります。テレビを見ながら洗濯物をたたむ、料理を行う等の普段行っている家事もデュアルタスクになります。

患者様からもたくさんの質問を受け、認知症に対する関心の大きさを感じました。今後も、認知症に関する情報を皆さんにお伝え出来たらと思っています。

リハビリテーション科 作業療法士 大野 優紀子



高校生の看護体験 【平成30年5月30日】

前途有望な3名の高校生が看護体験に来られました。4階病棟にいらした学生さんは、偶然にも以前当病棟に入院していた患者様のお孫さんでした。

簡単なオリエンテーションを終え、看護師がどのような視点で患者様の全身観察を行っているかを説明させて頂き、血糖測定やインシュリン注射、経管栄養の見学、日常生活の援助として、シーツ交換や手浴の実践をして頂きました。

大勢の大人に囲まれ緊張した面持ちの学生さんの熱心な姿に、私自身も触発されて、回復期病棟の存在意義や社会的な役割、後遺症を負った患者様ができないこと、何を必要としているのか、レクリエーションを取り入れる意義など、つい短時間で多くを語ってしまいました。重複業務に追われ、医療者主体で業務に従事していた面や、私自身の手技や指導方法を改めて

省みることができ、初心に帰れるとても有意義な半日でした。様々な職種がある中で、女性が多い看護師業に男性が興味を持って頂いたことに、素直に嬉しく感じます。今回、一度に沢山の情報や、拙い説明で理解し辛いこともあったかと思いますが、もっと看護師のやりがいや魅力をお伝えしたいと考えていますので、また機会がありましたらよろしくお願い致します。

看護部 看護師 田巻 靖智



避難訓練 【平成30年6月14日】



本日、前期避難訓練を行いました。今回は1階シミュレーションルームのキッチンから出火という災害想定としました。災害現場が病棟以外なのは初の試みであり、これまでとは違う動きとなりましたがみんな頑張って訓練に動んでくれました。今後も様々なパターンで訓練を行い、いついかなる場所でも十分に消火と救助ができるように訓練を重ねていきます。

総務課 井上 俊介



国立博物館特別展見学会 【平成30年6月15日】

今回、上野の国立科学博物館で開催された「人体—神秘への挑戦—」展を鑑賞させていただきました。



展示物の中には、日本で4体しかないキンストレート(紙製の模型)も拝見することができました。また、場内の随所に、提供された脳や心臓など実際の臓器も展示してあるのを見ることができ、非常に貴重な機会となりました。

全編鑑賞して、人の体とは神秘的なものだと改めて感じました。

総務課 加藤 秀明



医療連携室から

医療連携室は現在、看護師3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、患者様と地域との懸け橋となる病院を目指しております。

患者様やご家族様から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、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。

■ 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

和菓子処ならば

「和菓子処ならば」さんは、武蔵小金井駅の南口で1970年に創業した和菓子屋さんです。

厳選した国産材料にこだわったお菓子作りをしています。一番人気は、生地に和三盆糖を使用した菓焼です。また、季節の果物を使った種類豊富なフルーツ大福をお目当てに来るお客さんも多いそうです。

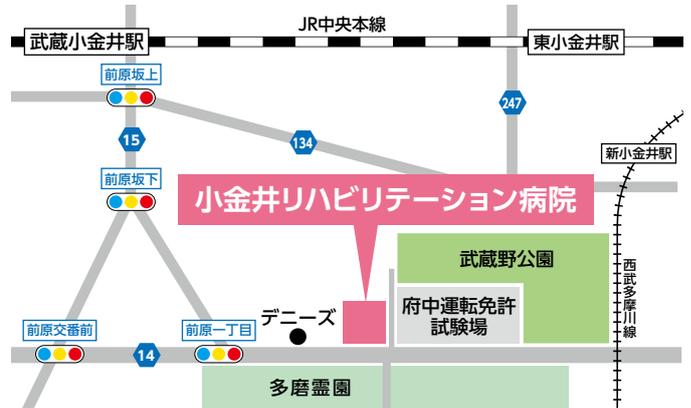
医事課 寺嶋 香織



和菓子処ならば 農工大通り店

東京都小金井市本町1-10-5
TEL 042-385-7800
【営業時間】10:00~19:00
【定休日】火曜

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

グループ病院の紹介 東京品川病院

医療法人社団緑野会 東京品川病院は、東芝病院を譲り受け、これまで培ってきた急性期医療に加え救急医療及びリハビリテーションも強化し、「脳神経外科」「脊髄脊椎外科治療センター」「乳腺外科」「婦人科」「回復期リハビリテーション病棟」を新しく加えて平成30年4月にスタートしました。24時間365日紹介状をお持ちでなくても診療いたします。

病床数 296床

診療科目

総合内科/消化器内科/循環器内科/呼吸器内科/代謝内分泌内科/血液内科/腎臓内科/神経内科/外科/婦人科/小児科
泌尿器科/整形外科/リハビリテーション科/眼科/耳鼻咽喉科/皮膚科/神経精神科/緩和ケア科/放射線科/麻酔科/病理科
歯科口腔外科/脳神経外科/脊髄脊椎外科/乳腺外科/呼吸器外科/救急科

〒140-8522 東京都品川区東大井6-3-22 ● TEL 03-3764-0511