

熊本託麻台リハビリテーション病院広報誌

# たくまだい

Vol. 8

2015.8



理事長ごあいさつ

特集：リハビリの質

「セラピストマネジャーとは？」

「つらい腰痛のおはなし」

「言語聴覚士のお仕事紹介」

## 夢の継承

理事長 平田好文



このたび、私は「理事長」という『**たすき**』を堀尾先生から引き継ぐことになりました。

私は中学時代、読書が好きで毎日1冊本を読み、美術クラブで毎週スケッチをしている色白い、体も細い少年でした。

よく言えば「文学青年」、今でいえば「閉じこもり？」でしょうが。土、日曜はずっと家においてひとりで遊んでいました。

ところが、熊本高校に入学し何を間違ったのかスポーツをしてみようと思いハンドボール部に入ってしまったのです。

当然、同級生の中では下手な方でした。

でも楽しかったので続けていると長距離が速くなり、学年で1位になってしまいました。

そこで部活の先生が

「ハンドボールは一応休んで、駅伝メンバーが足りないから陸上にしばらく行って来い。きつと役に立つから。」

と言われ、何も考えず陸上部に今でいう3ヶ月の“レンタル移籍”となりました。

駅伝の経験もない私が突然入部した日に「30km走るから」と言われ、黒石原まで熊本高校から往復したことは今でも忘れません。

その後、3日間歩けませんでしたが、高校駅伝は、江津湖を中心に6区5kmの区間を走ることになりました。

1区が33位できて、一人でも抜いてやろうと思っていた私ですが、追いついた瞬間、脚がかたまり全く動けなくなり、もう走れないと思いましたが、後ろから自転車で伴走していたハンドボール部の同級生が

「次がいるから**たすき**を渡すんだ。お前一人じゃないぞ、次が待っているぞ。」

と声が聞こえました。必死で**たすき**を7区に渡した瞬間、倒れて救急車に乗って運ばれてしまいました。

その後、ハンドボール部に戻りましたが、おかげで試合に出れるスタミナは十分できたようです。

箱根駅伝で**たすき**を渡すと倒れこむ姿を正月にテレビで見ると、高校時代のことを思い出しています。全くレベルは違いますけど！

熊本託麻台リハビリテーション病院にお世話になって21年目になります。

私はいろいろな方々に支えられ、家族は全員当院でリハビリテーションを受け、何回も入院しお世話になりました。今こうしているのも地域の方々はじめ職員皆さんのおかげだと日頃感謝しています。

今度は皆さんに恩返しをしなければいけないと思い「理事長」の『**たすき**』をお引き受けすることにしました。

『**たすき**』をつなぐにはまず、日頃の健康管理とスキルの向上、なんといっても毎日の努力が重要です。

これから走り出す私とそのチームは共に「地域リハビリテーションの確立」という夢を共有し、途中で倒れないように走っていかなければなりません。

ハンドボールと駅伝で体と心のスタミナは鍛えてあります。

そして、次の『**たすき**』を若い世代へ、また、新しい夢を引き継ぎたいものです。

堀尾先生が築いてこられたこの素晴らしい法人を更により頑丈な組織となるように頑張りたいと思います。堀尾先生37年間お疲れ様でした。これから少しゆっくり休んでください。

# 「回復期セラピストマネジャーの役割」

リハビリテーション部

主任

藤崎 拓憲  
ふじさき ひろのり



## 回復期セラピストマネジャーとは？

この認定制度は、平成23年度よりはじまり、全国に561名、熊本県下では20名の回復期セラピストマネジャーが活躍しています。

当院にも3名の認定者が在籍しており、患者さんのスムーズな自宅・地域への社会復帰ができるよう手助けを行っています。



多職種（医師・看護師・療法士・管理栄養士・社会福祉士・事務など）が揃ったフロアミーティングの様子（写真上）

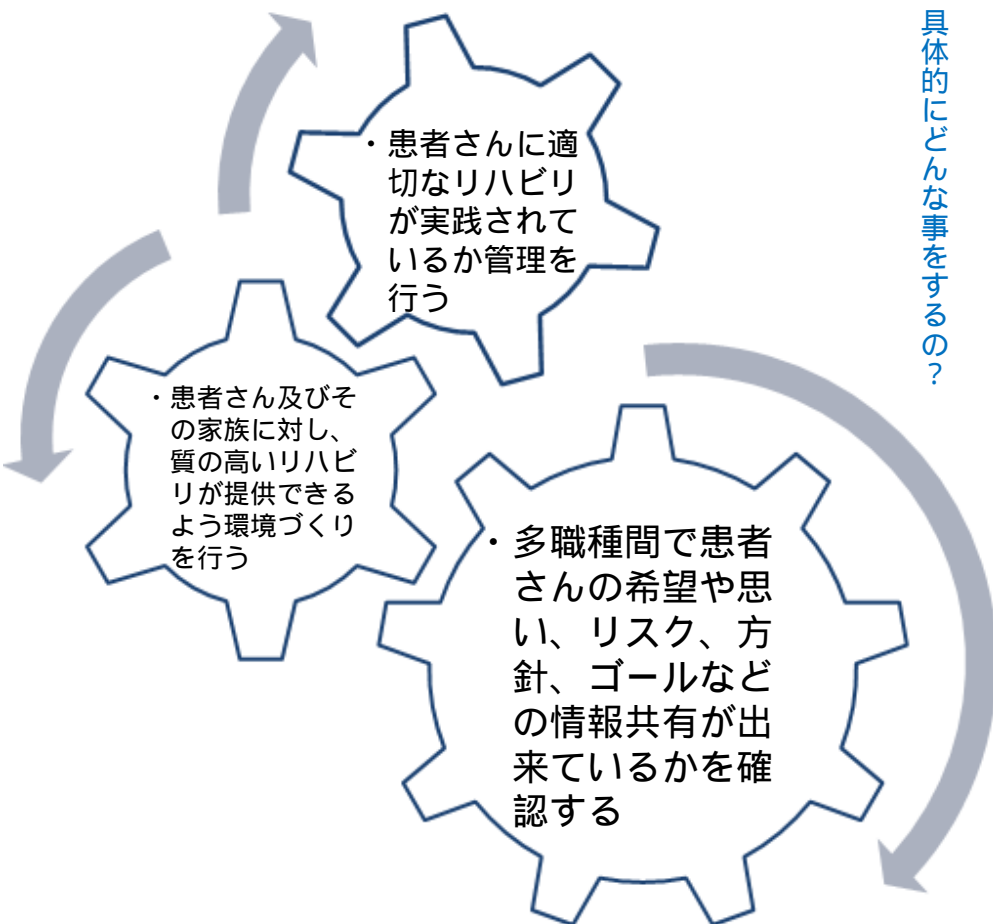
「回復期リハビリテーション病棟」は、医師や看護師、療法士等の多職種のスタッフがチームを組んで自宅復帰を目指す病棟です。（前号に掲載）

当院には、4・5階に2病棟（94床）の回復期リハビリテーション病棟があり、365日休みなく稼働しております。



回復期セラピストマネジャーは、この病棟に配置されている全スタッフ（1病棟約60名）が、同じ目標に向かい進んでいけるよう手助けをしていく役割を担っています。

## 具体的にどんな事をするの？



これらは様々な話し合い朝ミーティングやカンファレンス、入棟カンファレンスによって進められます。

また、この他にもリハスタッフの教育・人材育成・人材開発を行います。





一般病棟担当 言語聴覚士 山本 恵仙

一般病棟は、回復期病棟と違い入院期間が短く、リハビリ目的ではない患者さんもいるため管理上難しい部分があります。そこでフロアマネージャーと協力してリハビリテーションの実施数や時間の管理、病棟との連携、若いセラピストの教育に力を入れています。また、みんなで協力して働きやすい職場作りを考えています。

回復期担当 理学療法士 鳥飼 有希子

回復期リハビリ病棟では、365日体制でリハビリを行っています。フロアマネージャーの補佐やリハスタッフの育成だけでなく、医師や看護師、他スタッフともチームを組み、患者さん一人一人に応じた目標に向かっていけるよう日々努力しています。



外来担当 理学療法士 藤崎 拡憲

外来リハでは、当院から退院された患者さんや外来受診された患者さんを対象に在宅生活を送る上で困難となる機能障害の改善や生活の不安を解消すべくスムーズにリハビリを提供できるよう環境作りをしております。また、介護保険下のリハへの移行がスムーズに行えるようサポートも行っております。



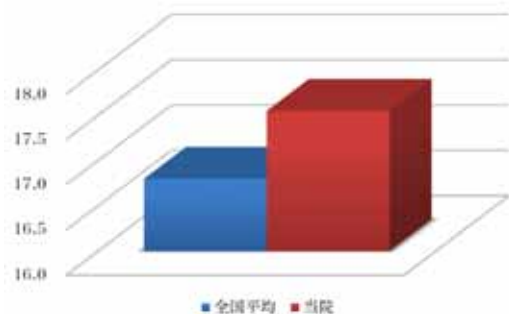
## 平成26年度のリハビリ実績

～全国の回復期リハビリ病棟との比較～

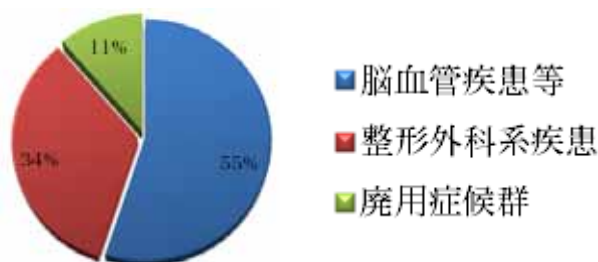
365日リハビリの実施と円滑な病棟運営によって、入院時の日常的な基本動作を点数化した結果を退院時と比較すると、全国と比べ改善度が高い評価となりました。

また、リハビリの訓練時間を長く提供できる環境作りができており、リハビリ治療後は8割の方が在宅（自宅や施設等）復帰することができ、全国トップレベルの水準となっています。

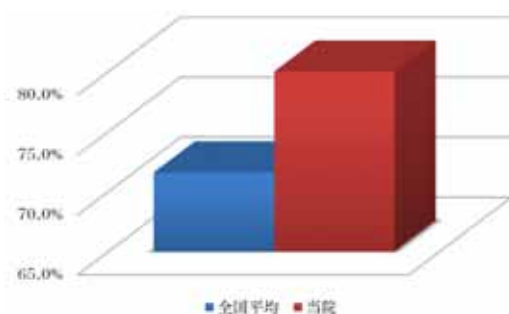
<日常生活動作の改善度>



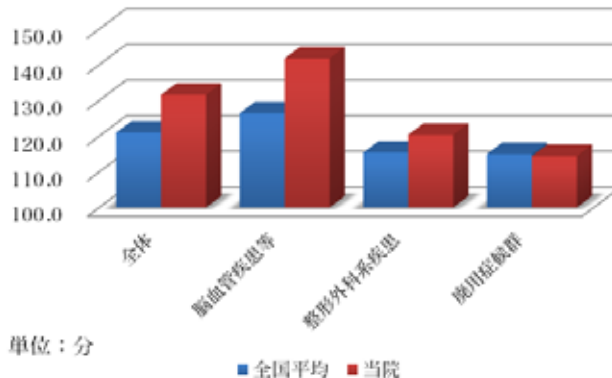
<入院患者疾患別割合>



<在宅復帰率>



<1日のリハビリ訓練時間（1人当たり）>



## 急性期病院



入院直後からできるだけ早期に体力低下予防、身体機能向上目的にリハビリを実施。

## 熊本託麻台リハビリテーション病院へ入院

リハビリの必要な期間が短い方や、病気により集中したリハビリができない方などが対象。

### 当院3F 一般病棟



### 当院4.5F 回復期病棟

平均2~3ヶ月の入院で自宅・社会復帰を目指し、365日リハビリを実施。



回復した身体機能の維持向上。再発予防も含めた在宅サービスの提供（介護保険）

### 生活期 当院1F外来リハ室



当院のリハビリテーション提供システム

## 退院後も法人全体で切れ目なくサポート

介護老人保健施設(東区尾ノ上)

訪問看護・訪問介護・介護保険相談窓口



・コスモピア熊本

・第二コスモピア熊本

・訪問看護ステーション  
・居宅サービス支援センター

・ヘルパーステーション  
・ささえりあ尾ノ上

つらい腰痛のおはなし

「腰痛体操ですっきり解消」

リハビリテーション部 高宗・川上・小川



今回は前号に引き続き「つらい腰痛のおはなし」の第2弾として、腰痛体操の基本となる3つの体操をご紹介します。

実践編としてどれも簡単にできますが、持病で腰痛持ちの方は無理しない範囲で継続して行ってみてください。



**体を柔らかくするストレッチ**  
反動をつけずに15秒間左右それぞれ行いましょう

片側の膝を立てた状態からゆっくり膝を伸ばす。

片方の足を伸ばしたまま、もう片方の膝を両手で抱えて胸に引き付ける。



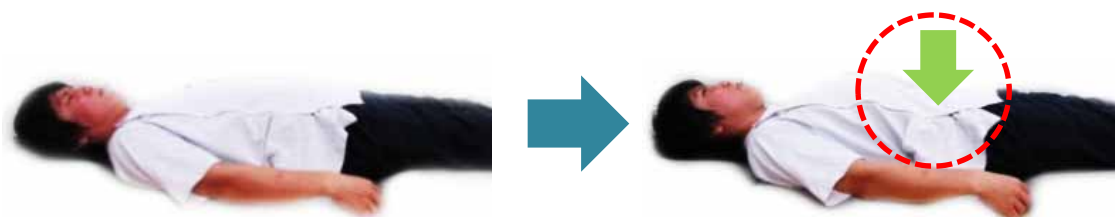
**背筋・腹筋を強くする体操～筋力トレーニング**  
無理せず自分のペースで行いましょう

おへその下に枕を置いて上体をゆっくり起こし、5秒間停めたらゆっくり戻す。腰を反らし過ぎると危険です。起こす努力をするだけでも十分です。

膝と股関節を軽く曲げて状態をゆっくり起こして、5秒間その位置を保つ。そしてゆっくり下す。起こす努力をするだけでも十分です。



おへそを床につけるイメージでおなかをへこませる。  
10秒間そのまま慣れてきたら秒数を増やしましょう。



“話す” “聞く” “食べる”のスペシャリスト  
「言語聴覚士」のお仕事

言語聴覚士ってどんなお仕事？

「聞く」「話す」「食べる」。  
誰もがごく自然に行っている行為が  
病気や事故・加齢などで不自由にな  
ることがあります。

また、生まれつきの障害で困ってい  
る人もいます。

こうした、『ことばによるコミュニ  
ケーション』や『食べること』に問  
題のある方々の社会復帰をお手伝い  
し、自分らしい生活が出来るよう支  
援するのが言語聴覚士のお仕事です。

現在では、医療・教育・福祉など  
様々な分野にも活動の場が広がって  
います。

当院の言語聴覚士

当院の言語聴覚士は11名となり、  
子どもから高齢者まで、外来から入  
院患者まで幅広く対応できるように  
なりました。

配属として病棟勤務が9名、小児2  
名です。

病院の今年度のテーマとして『**口  
のリハビリテーション**』が挙げられ  
ています。このテーマに沿って言語  
聴覚士・スタッフが一丸となって活  
動しています。



17:15業務終了  
カルテ入力 / 各種勉強会

16:30・新患カンファレンス

13:00  
・午後の部リハビリ開始  
カンファレンス

12:00・昼食（摂食嚥下訓練）

9:00  
・リハビリテーション開始

8:20・リハビリテーション部朝礼

8:30・病棟ミーティング



嚥下活動

退院後、安全に食事をして頂くためには、患  
者さん本人やご家族、スタッフが病気のことを  
理解し、意識しながら生活することが大変重  
要です。

そのために当院では退院後の食生活を安全かつ  
快適に過ごして頂くために、「安全に食事をし  
ていただくためのサポートガイドブック」を作  
成しました。

このガイドブックには、嚥下障害の基本的知識  
や再発予防について運動の方法、食べるときの  
姿勢や体位、介助方法、安全な食物形態、食器  
の選択、口腔ケアの方法が記載されています。  
退院後の在宅生活にお役立て下さい。

詳しくは言語聴覚士まで、お気軽にお声かけ  
下さい。

地域活動として

当院には「**たくま会**」という、**失語症友の会**が  
あります。  
毎月第2金曜日に昼食を取りながら近況報告や  
レクリエーションなど交流を行っています。

また年に1回、熊本県言語聴覚士会が企画する  
『失語症友の会大運動会』にも参加しています。  
今後は他の地域活動にも参加して活動の場を広  
げていこうと考えています。





## 「気をつけよう！ 脱水症状と熱中症」

看護部・栄養管理科



## 高齢者に多い脱水症

脱水症とは、体に水分が摂れていないか、水分が体から出過ぎていて状態の事です。

高齢者は筋肉量の減少、肝臓の働きや食事量の低下、高血圧や心不全の薬の服用による尿量の増加、またどの渴きを自覚し難い、更にトイレの回数を減らしたいから水分を控えるといった方も多く、これらの理由から脱水を起こしやすくなります。

## 脱水のサインを見逃さないで！

- ・元気がない
- ・食欲がない・食事が摂れない
- ・尿の回数が減った
- ・わきの下、口の中が乾いている
- ・皮膚に張りがない。
- 手足が冷たくなっている
- ・下痢、嘔吐、嘔気がある
- ・発熱が続く
- ・血圧が下がる、脈拍が速くなる

## 予防と注意する11つ

- ・食事には汁物をつけましょう
- ・手近に飲み物を用意し、いつでもすぐ飲めるようにしましょう
- ・ムセがある場合など、食事以外にお茶を飲む時間を決めて、水分補給をしましょう
- ・下痢、嘔吐、発熱がある場合は水分だけでなく、塩分も減っているのでイオン飲料も同時に摂りましょう
- ・部屋の室温が高い時は遠慮せずに、扇風機やエアコンを入れましょう
- ・暑い日に長時間草取りをするのは危険です
- ・長時間歩くと時や外出する時は飲み物を持参してください



## 熱中症は怖い！

体温の調整機能を超える高温環境の影響で熱がこもり、様々な臓器に障害をきたします。

また熱中症は**室内外問わずに起こり重症化すると「命を落とすとしてしまう」場合があります。**

体調の変化に気づいたら応急処置を行い、早期に対処することが大切です。

## 症状

- ・頭痛、めまい、吐き気、嘔吐、顔色が悪い
- ・唇のしびれ、筋肉が痛み痙攣する
- ・体がぐったりしざわると熱い、力が入らない

## 予防

- ・室温は28度を超えないようにする
- ・水分補給を習慣にする
- ・栄養バランスの良い食事
- ・睡眠を十分にとる

## 応急処置

## 水分補給

- ・水だけでなく塩分を補えるイオン飲料を一緒に与える
- ・涼しい環境への避難

## 脱衣と冷却

- ・衣服を緩め、皮膚に水をかけ体から熱を発散させる
- ・氷などで首筋、わきの下、脚の付け根に当て皮膚の下の血液を冷やす

そばに付き添って見守り、症状が改善されない場合は、近くの医療機関へ搬送しましょう。

呼びかけに対して反応がおかしい、会話がおかしいなどの時は、応急処置をとりながらすぐに救急車を呼びましょう

脱水や熱中症に**早期に気づき治療するためには、ささいな変化を見逃さないように周りの人の声掛けが大事です。**



# Recipes

## 豚肉のさっぱり和え



材料(4人分)

豚ももスライス240g 卵1個 レモン1個 青梗菜2本 酢20g  
濃口醤油20g 砂糖8g ごま油5g 生姜1片 片栗粉 だし汁少々

- ① 豚肉のもも肉スライスに塩・胡椒・卸生姜・溶き卵・片栗粉をまぶしボール状に丸め焦げないように揚げる。
- ② 酢・濃口醤油・ごま油・砂糖・だし汁でたれを作り揚げた肉が熱いうちに「たれ」をまぶす。
- ③ 塩茹でをした青梗菜とくし形に切ったレモンを添える。

## 南瓜ソテー



材料(4人分)

南瓜200g (1/4個) 玉葱50g (1/4個) ベーコン40g 赤パプリカ半分  
塩0.8g コソメ2g オリーブ油4g 水50cc

- ① こげ難い蓋付フライパンを準備する。
- ② 南瓜を5切れ、玉葱は大きめのみじん切りパプリカは0.5cmに切る。
- ③ オリーブ油でパプリカ・玉葱をこげない様に炒め、南瓜を加え調味料・水を入れ蓋を閉めて蒸し煮にして最後にパプリカを加える。

## 夏バテ 予防

しっかりと食べて夏バテ防止を

夏に向かって「夏バテを防止する」には、体調管理が必要となります。

暑くなると、消化酵素の働きが低下し、そこへ冷たい飲み物を多くとることで、胃腸が冷えて消化不良をおこしやすくなります。

暑くて食欲がないからといって「食事を抜く」などの行為は止め、しっかりと食べてスタミナをつけましょう。

## 栄養メモ

汗とともにナトリウム、カリウム、カルシウムなど、体に必要なミネラルも一緒に排泄されてしまいます。

野菜・イモ類などを組み合わせる食べましょう。

ビタミンB1が不足すると、胃腸の消化・吸収能力が低下し食欲が落ちやすく、夏バテを悪化させてしまう原因になります。ビタミンB1が多い豚肉を上手に食べましょう。

### 【参考メニュー】

ごはん

きのこのコンソメスープ

イカと里芋煮物

トマトのオニオンサラダ

豚肉のさっぱり和え



# Information

6/27

ペインクリニック外科 後藤真一先生

「リビング医療セミナー」開催

熊本リビング新聞社主催による「リビング医療セミナー」が開催されました。

「むくみ・しびれ・痛み」の最新治療をテーマに「神経障害性疼痛」の専門家として、当院の後藤真一先生が講演を行いました。

知って、得する最新治療のお話を簡単にご紹介いたします。



長引く手足の痛み・しびれ・ふるえ・こわばり…辛い症状に悩まされている人の中には、神経機能に問題があるのかもしれない。

電極による「**神経刺激療法**（しんけいしげきりょうほう）」

神経からくる痛みには「飲み薬の内服」や「神経ブロック」などが基本的な治療方法ですが、改善せず他の方法を、というような場合は「**神経刺激療法**」という選択肢もあります。

神経刺激療法には…

- ・ 脳深部刺激・・・パーキンソン病などの治療にも行われています
- ・ 末梢神経刺激・・・腰痛や疼痛、顔面痛の治療に
- ・ 大脳皮質運動野刺激・・・四肢や顔面の疼痛の治療に
- ・ 脊髄刺激・・・腰痛や疼痛の治療に

これらの治療は神経機能に起こる痛みやしびれ、ふるえなどの原因を総合的に検査して探り、電気刺激によって軽減する「**神経の総合治療**」です。神経による疼痛や腰痛などをはじめ、パーキンソン病などの難治性の病気に對する治療にも行われています。

ふるえ・こわばりに「**定位脳手術**（ていゐのうじゆじゆ）」

神経を通じた伝達に、何らかの問題があることで起こる手足のふるえやこわばり。「**定位脳手術**」で対応できるケースがあります。

当院では神経障害による症状に広く対応しています。まずは、電話で予約（午後13時30分～）の上、ご来院ください。

5/16

「看護の日 演奏会」



看護の日演奏会を外来リハビリ訓練室で行いました。

今回はトランペット奏者の鳥濱運栄さんをお招きし、患者さんとスタッフと一緒に歌いながら充実した時間を過ごすことができました。

また、会場では他にも身体測定や看護相談、車いすの展示相談、リハ職員によるストレッチ体操も行われました。



7月

「七夕飾りつけ」

今年も外来廊下や病棟フロアに、七夕の短冊で飾り付けを行いました。

今回は総合受付横に短冊を設置して、思い思いの願い事を、ご来院の皆さんにも書いていただきました。



## 内科 早野先生

### 着任のごあいさつ



このたび済生会熊本病院総合診療科から当院に入職しましたので、よろしくお願い致します。

私は、熊本大学医学部を卒業後、沖縄県立中部病院で研修（3年間）、研修後は熊本中央病院腎臓科・透析室に17年間勤務後、熊本大学付属病院総合診療部に入局しました。

外来・病棟診療及び、医学生・研修医の臨床教育、研究（医療コミュニケーション）に従事、2006年の新臨床研修制度開始前後の日々をすごしました。（8年間）

その後、済生会熊本病院にて総合診療科を開始、同時に人材開発室に所属、研修医教育（初期研修、後期研修地域医療コース）に携わりました。

熊本大学の医学生達が研修医として成長していく課程を目的にいたしました。（7年間）

総合診療分野の臨床推論やコンサルテーション、研修医教育における臨床倫理、プロフェッショナルリズム、看護部の医療コミュニケーション教育などを課題としてきましたが、済生会熊本病院O.Dの平田先生と宮瀬先生からお話をうかがい、熊本託麻台リハビリテーション病院の理念に共感して就職を志望致しました。

### 【今後の展望】

熊本託麻台リハビリテーション病院の先進的医療分野（機能的脳神経外科学、リハビリテーション医学）については、まだまだ理解に乏しいと思いますが、総合内科の視点で診療のお役に立つことができれば幸いです。

総合内科は広範な分野を含み、心理社会的背景に配慮した全人的診療を目指しており、具体的には一般内科の他に、高齢者医療、ウイメンズヘルス（女性医療）、緩和医療、予防医学、医療倫理、医療安全などが含まれます。

### 【趣味】

片付け：永遠に片付かないので、ずっと続けることができそうです。  
読書：家中に本があふれて困っています。

### 【家族】

夫、息子と3人家族。



## 事務局長 田苗 貢（たなえ みつぐ）

### 就任のごあいさつ



私は平成19年4月16日、肥後銀行から出向し、当法人の業務に微力ながら精進して、慣れない業務に不安を抱えながら、当時の厳しい経営環境の下で、金融機関との交渉や資金繰りに奔走してきました。

その後、銀行を早期退職し、当法人の職員に転籍致し、あつと言間に7年が経過しました。

なかでも、熊本県から旧運転免許センター跡地の入札が公表され、金融機関と昼夜に及ぶ資金調達に於いて、言葉では言い表せ無いほどのストレスを感じました。

その後も、熊本赤十字病院との東側の土地一部売却交渉に於いては、総事業費と資金調達限度額超過の狭間において、筆舌に尽くしがたいストレスを感じました。

その時に「神様は乗り越えられない試練は与えない」という諺（ことわざ）を信じて、メイン銀行や他の金融機関の支援を受けて参りました。

この度、事業承継という、事案が持ち上がり、微力乍ら「事務局長」を拝命する事になり、責任の重さを感じています。解消できるウルトラCは持ち合わせていませんけれども、トリプルCプラン「チェンジ・チャレンジ・クリエイティブ」の3Cで皆様とスクラムを組んで、

多くの方々からのバックアップを頂きながら、汗をかく覚悟があります。高校時代から良きライバルとして、ハンドボールの試合をして来た、平田理事長をサポートし

事業計画のフォーメーションプレイに於けるポストマンとして、身を挺して動くことで

この難局を乗り切りたいと存じて居ります。どうぞ宜しくお願い致します。





外来診療スケジュール

平成27年8月1日

診療科	診察室		月	火	水	木	金	土
リハ科		午前	大隈	小原 兒玉	大隈 兒玉	兒玉	-	-
		午後	-	-	-	兒玉	-	-
リハ科 (前再診)		午前	飯田	早野	飯田	小川	安川	担当医
		午後	安川	安川	安川	安川	安川	担当医
特殊 外来		午前	小原	-	-	小原	後藤 第2	-
		午後	早野(内科)	-	後藤	後藤	-	-
発達小児科 発達神経科		午前	-	-	-	-	-	-
		午後	-	-	-	-	熊大医師	-
神経 内科		午前	-	-	-	宇山	宇山	-
		午後	-	宇山	宇山	-	-	-
整形 外科		午前	西郷	堀尾	西郷	西郷	西郷	-
		午後	堀尾	岡田(熊大)	-	-	-	-
内科 循環器科 消化器科		午前	宮瀬	飯田	尾崎	馬場	山本 (熊大)	-
		午後	飯田	尾崎 梅原(11-室)	宮瀬	飯田 早野	-	-
脳外科		午前	村上(新患)	平田(新患)	平田(新患)	平田(新患)	-	-
		午後	平田 (再来)	平田(再来) 村上 (再来)	平田 (再来)	-	山田(熊大) 第2・4	-
検査	内視鏡	午前	尾崎	宮瀬	宮瀬	飯田	宮瀬	-
	エコー	午後	尾崎	宮瀬	宮瀬	飯田	宮瀬	-
特殊 クリニック		午後	-	-	放射線診断 前原	放射線診断 池田	義肢装具 クリニック 第1・3渡辺	-
禁煙外来			村上 (要予約)					
健診		午前	宇山	東(愛)	脳ドック	東(愛)	脳ドック	-
		午後	-	飯田	飯田	-	-	-

診療スケジュールは医師の出張等に変更する場合がございますので受診の際は、電話にてご確認ください

受付時間

月曜～金曜

午前 8:30～11:30

午後 1:30～4:30

土曜日(リハ再診のみ)

午前 8:30～11:30

午後 1:00～4:30

休診日：日曜・祝日

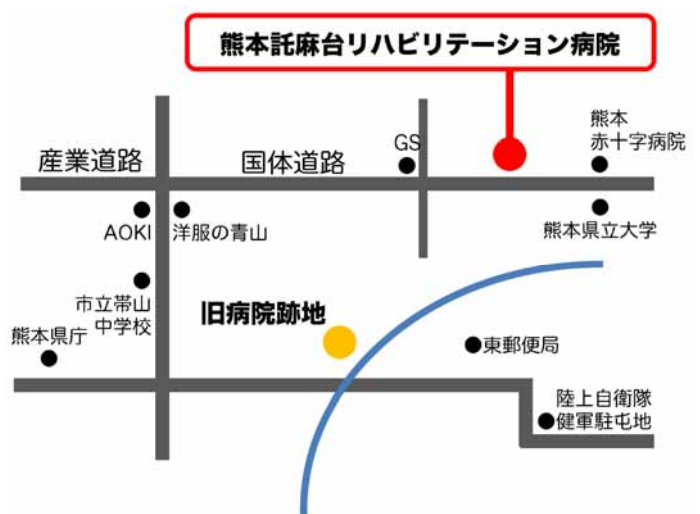
面会時間

平日(月曜～金曜)

午後 2:00～午後 8:00

土・日・祝日

午前10:00～午後 8:00



〒862-0924 熊本市中央区帯山8-2-1

Tel 096-381-5111

<http://www.horio-kai.or.jp/020takuma/hor020.html>



広報誌に掲載している患者様の写真はすべて本人の同意を得た上で掲載しております。