



地域とともにつなぎあい
患者とともに歩む医療

病院だより

第143号
2022/12/15

2022年を振り返って

病院長 大野 辰治



コロナ禍も3年を経過していま
 だ我々はこれまでの日常を取り戻せずに悪戦苦闘の日々を送っております。コロナウイルスも変異を繰り返す間に感染力が強まりはしたけれども、毒性はむしろ低下傾向にあることは、ウイルスとの共存が容易になったのかもしれない。WHOのテドロス事務局長はコロナ死亡者数が2020年3月のピーク時を下回った、本年9月に「終わりが視野に入ってきた」と述べていますが、「共存の方策が見えてきた」と取るべきでしょう。実際、PCRで診断を確定される実数は全世界で減少しており、当然コロナ死亡者数にも影響を与えております。また、若者には単なる風邪程度のコロナ感染症も、重症化の危険因子を持つ人々にとって死亡率は依然として高い状態が続いています。とりわけ、医療従事者にとっては緩和されてゆくコロナ感染対策（日常生活）と院内感染対策（日常業務）との間で、「共存の方策」は難解な課題のままであります。

私は本年4月に着任しましたが、これまでコロナの院内感染を2年半近くにわたって避けてきた当院の実績を打ち壊すように、2度のクラスター騒ぎを経験することになりました。これによる職員のトラウマ、病院の経済的損失からの回復は私に課せられた大きな課題と考えております。一方では、来年早々に、病院機能評価（高度・専門機能受審）が待ち受けております。これはまさに当院の回復期リハビリテーションの質の高さを地域の皆さんに知っていただくための重要なチャンスです。職員一同、更なるステージを目指して行きます。来年も、宜しくお願い申し上げます。

良き新年を
お迎えください



看護部 看護師 甲斐 孝順

優勝

奥田 翔悟選手



令和4年度 日本カヌーワイルドウォーター選手権大会 2022カヌーワイルドウォータージャパンカップ 最終戦

《2022ジャパンカップ最終戦結果》

- ・令和4年度 日本カヌーワイルドウォーター選手権大会 優勝
- ・2022 カヌーワイルドウォータージャパンカップ 最終戦 優勝
- ・2022 年間ランキング1位
- ・2023 日本代表Aチーム内定

2022年10月29日(土)～30日(日) 鹿児島県 湧水町 川内川轟の瀬特設カヌー競技場にて行われた2022ジャパンカップ最終戦のご報告をいたします。

今年の最終戦のコースはほとんど流れのない、穏やかな川でおこなわれました。

距離は水量の問題で予定していた1500mから1000mに直前の変更となり、スタートからゴールまでの間に特に激しい波があるわけでもなく、流れを読むというワイルドウォーターらしさがない簡単なコースですが、本当に体力勝負という難しさはありました。

大会1カ月前の9月に「急性腰痛症」になり、発症前から腰に

違和感があったものの、ただの疲労と安易にとらえてしまった結果、大変な目にあってしまいました。幸い、リハビリを受けたおかげで回復はしましたが、運動制限があった後でのレースだったので、どこまで漕げるかわからず直前まで不安はありました。少し腰に違和感が残っていたものの、スタートすると意外と調子良く、中盤、後半と最後まで自分のペースで漕ぐことができ、結果優勝できました。

来年の4月からシーズンインするので、また皆様に良い結果を報告できるよう頑張ります。

今後ともよろしくお願い致します。ありがとうございました。

総務課 奥田 翔悟



リハビリテーションセンター 新機器紹介 ジェントルスティム

改装

先立って病院だより第140号(2022/9/15刊)に「バイタルスティムについて」を投稿させていただきました。その記事を読んだ方は今回の表題の語感に類似性を感じるのではないのでしょうか。そう、今回ご紹介する機器「ジェントルスティム」はバイタルスティムと同様に、嚥下(食べたり飲み込んだりすること)の機能を改善させることを目的とした機器なのです。喉にパッチを貼り付けて使用すると、これまでバイタルスティムと類似していますが、実はその作用機序が異なります。バイタルスティムでは神経筋電気刺激装置(NMES)の技術を利用し喉の(主に)筋群を強化することで嚥下機能の改善をはかる装置であるのに対して、ジェントルスティムは次のような特徴があります。



(バイタルスティム)

し、嚥下反射の誘発閾値を下げる(嚥下反射が起こりやすくなる)ことが研究で示されており、咽頭期嚥下の促通効果があるとされています。また、神経を刺激することから、咳嗽の誘発閾値が低下した(誤嚥した時の生体防御反応である咳が出やすくなる)、という研究もあります。これらの能力は「食べる」ことに対して非常に重要な役割を占めており、安全に食事をするために必須の能力です。少々、難しい話になりましたが、ジェントルスティムもバイタルスティム同様に飲み込みを改善させるために大きな期待が持てる機器だと思えます。両方の機器の利点を生かすことで、患者さんたちの「ここからの人生のために」を果たしていければ、と考えています。

リハビリ療法部
言語聴覚士 竹村 淳



一人ひとりの人生のために

病棟からこんにちは②

☆クリスマスツリーに祈りをこめて☆



「COVID-19」感染拡大によって世界的激動の時代が始まり3回目のクリスマスがやってきました。長引くマスク生活で素敵な笑顔も見られないまま。押し返す波の様に次から次へと感染の波が押し寄せて、患者さんとの触れ合いにも感染対策が必要なご時世です。いつもでしたら、患者さんと一緒に作成するのですがそれも叶わず、せめてもの季節感を感じてもらえるように願ってスタッフが作成しました。今年も集まって賑やかにクリスマス会はできませんが、クリスマスソングを流し、スタッフ手作りのクリスマスカードを渡す予定です。

こんなご時世で迎えるクリスマス。素敵なツリーとカードを見てくださった患者さんのマスクの下で素敵な笑顔がこぼれますように…。

看護部 副部長
岸本 貴志子



園芸プロジェクト

☆秋植え野菜の植え替え☆



秋晴れの10月21日、秋植え野菜の植え替えをしました。入院されている8名の患者さんが参加して行ってくださいました。

植え替えた野菜は、ブロッコリー、赤キャベツ、芽キャベツ、白菜です。天気も良く絶好の園芸日和で皆さん楽しんで作業ができました。

植え替えの作業は、様々な応用的な動作が必要です。リハビリ室では億劫になってしまう動作でも、園芸作業では楽しんで動作をされる様子が印象的でした。

リハビリ療法部 作業療法士 岡部 尚史



～美味しく食事をするために～

食べる前の「お口」の準備体操

言語聴覚士チーム

①深呼吸

鼻から吸って



ポイント

腹式呼吸を意識して、3回くらい行いましょう



ゆっくり
口から吐く



②

強く吸って止め、
三つ数えて吐く



③首を回す

ポイント

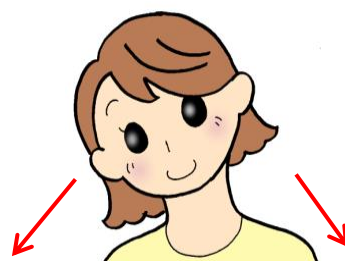
首や肩の筋肉を
リラックスさせましょう



④首を倒す

ポイント

首や肩の筋肉を
リラックスさせましょう



⑤肩を上げ下げする

ポイント

首や肩の筋肉を
リラックスさせま
しょう



⑥頬を膨らませたい、すぼめたい

ポイント

咀嚼をしっかりす
るための運動。
口をしっかり閉じ
ましょう



⑦

舌を出したい 引きたい

ポイント

飲み込むための運動。
舌をしっかり動かしま
しょう



舌で交互に左右の
口角に2～3回
触れる

⑧はっきり言う

ポイント

『パ』口を閉じる運動。食べこぼしを防ぐ力をつけます
『タ』舌を上顎にしっかり押し上げて食べ物を押しつぶし、
飲み込む力をつけます
『カ』喉の奥に力を入れて飲み込む力をつけます
『ラ』食べ物をまとめる力をつけます

パパパパ タタタタ
カカカカ ララララ
パタカラ パタカラ



⑨咳払い

机で手を支え
お腹に力を入れて
“エヘン”

ポイント

ムセた時に咳を
だすための運動。





ドライフルーツのパウンドケーキ

栄養科 管理栄養士 谷 知衣

作り方 1人分(1/8切れ) 265kcal

<下準備>

オーブンを170度で予熱する。
バターと卵は常温に戻しておく。



材料

- ホットケーキミックス…200g
- 卵……………100g
- バター……………100g
- 砂糖……………70g
- ドライフルーツ……………40g
- ラム酒……………30cc

(パウンドケーキの型1本分)

1. バターをホイッパーでクリーム状になるまで混ぜる。
2. 砂糖を少しずつ加えてその都度混ぜ、白くふわっとなるまで混ぜる。
3. 卵をよく溶き少しずつ加えてその都度混ぜたら、ラム酒を入れて混ぜる。
4. ホットケーキミックスを入れてゴムベラで混ぜ、ドライフルーツを加え粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
5. 型に入れて高い所から落とし空気を抜く
6. 180度で30～40分焼く。竹串などを刺して生地がつかなければ完成。

素敵なクリスマスを…★

【病院理念】

慈(めぐみ)の源“マザーレイク”のように、私たちは地域の皆さまの心と体のよりどころとなるよう努めます。

【基本方針】

1. すべての職種が協働し、生活を支えるリハビリテーションの実践に最善をつくします。
2. 患者の意思を尊重し、科学的根拠と倫理観に基づき、安全と安心の医療を提供します。
3. 医療・介護・福祉連携を推進し、地域包括ケアシステムの推進に貢献します。
4. すべての職種のたゆまぬ研鑽により、質の高いチーム医療をめざします。
5. 人材の育成に努めるとともに、職員が働きがいと充実感の持てる職場づくりをめざします。

琵琶湖中央リハビリテーション病院 外来担当医師

			月	火	水	木	金	土
午前	9:00	1 診	大野	坂口(知)	堀	坂口(知)		
		内科						
	2 診	清水	清水	清水	清水	堀	堀	
午後	12:00	3 診	松岡	金子	松岡			
		整形外科		脳神経内科	整形外科			
午後	13:30	2 診	清水		清水			
	14:30		リハビリ新患		リハビリ新患			

※リハビリテーション科、整形外科は予約制となっております。 ☎(077)526-2131(代)

病院・診療所・在宅からの 早期入院対応

腰痛サポートダイヤル稼働中

【お問い合わせ先】☎090-2382-8432



2023年も

皆さまにとって
幸多き一年と
なりますように。



琵琶湖中央リハビリテーション病院

撮影:リハビリ療法部 真継 大輔

《病院周辺》
「名所旧跡」散歩道

膳所城ゆかいの杜寺等⑧

～縁心寺～

藩主本多康俊が愛知県西尾から移したもので、康俊の実父、酒井忠次の法号から縁心寺と名付けられました。本堂裏には初代藩主戸田一西の墓や歴代藩主の墓が並んでいます。(膳所公園 城下町 膳所案内絵図より)

♪あしあと♪ 年末になると、背中の曲がった祖父がストーブの前でせっせとしめ縄を編み、邪魔だ！と祖母がボヤきながらおせち料理を仕込んでいました。幸せな思い出。良いお年を。 健康福祉事業課

©2022医療法人 幸生会 琵琶湖中央リハビリテーション病院