

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157号  
2024/2/15

### コロナの功績

2020年から未曾有の広がりを見せたCOVID-19は、我々の生活を一変させたばかりか世の中の仕組みそのものを変化させました。そのCOVID-19も、ようやく終息の時を迎えつつあるのか、我々がこの生活に順応してきたのか、落ち着いて見渡してみると、残された爪痕には病院環境の整備に役立つ、幾つかのヒントが隠されていました。今回は、その一例をご紹介します。

面談時に机に立て空間の仕切りに使うアクリルパーテーションは感染拡大当時、少数・高価で入手困難でした。そこで以前にもご紹介しましたが、地域の企業サポートを頂き組み立てパイプシステムのレクチャーを受け、院内のパーテーションは全て手作りしたのですが、いつしかこの技術の応用を考えつくに至りました。



↑通所リハビリのいすの収納にも応用し、一括にまとめてスペースも広々。

兼ねてより場所を取ってしまっていた車いすの収納。どれだけ折りたたんでも部屋の多くのスペースを必要としました。そこで組み立てパイプシステムを応用し、車いすを立体的に積み上げる専用台車を作製しました。下には滑車をつけており専用台車のまま移動可能で、部屋の省スペース化にも大きく貢献しました。

我々は、環境から逞しく学び、順応し、当院を利用してくださる患者さんやスタッフが日々、リハビリテーションに集中してより良い生活を送っていただけるよう、今後も施設環境整備に尽力していきたいと思えます。

事務 坂口 武  
奥田 翔悟

空いたスペースの  
活用の幅が増え効率アップ



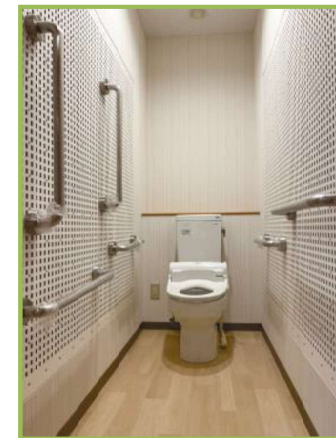
# 徹底解剖!!

## 生活シミュレーションエリア⑥ ～ トイレ ～

トイレは回復期リハビリテーション病棟・在宅において自立を求められることが多く、患者さん・ご家族さんのニーズとして非常に高いセルフケアの一つであります。

早い段階でトイレ動作のアプローチを展開することにより、トイレまで移動するための運動量確保、自立範囲の拡大、トイレまで行くために起きることによる寝たきり防止、精神機能・身体機能・日常生活動作の向上につながります。

私達はその患者さんの能力を最大限に引き出しながら正しい介助方法・安全に転倒しないリスク管理が求められます。トイレの問題を解決することが患者さん自身の生活向上につながると同時に生活意欲、生きていく自信を取り戻すきっかけとなります。



私達、リハビリ療法部スタッフは生活行為のプロであるという自覚を持ち、常に患者さん・ご家族さんに寄り添いながら、患者さんがまた輝ける人生を送れるように、最大限の援助をしていくべきと考えています。

その考えの元、トイレを使用し介入する際にトイレの一連動作において、どこに転倒リスクがあるのかを把握した上で、今後在宅で生活する際に、一人でトイレに行けるようになるかも含めて個々の家や外出先(旅行や友人宅など)の環境設定をしっかりと行ったうえでトイレ動作の練習をして頂いております。また、ご家族さんに対しても、トイレ動作のどの部分に転倒リスクがあるのか、危険な部分があるのかも含めしっかりお伝えできるようにしています。

作業療法士 岩波 晃大

おからで  
作る

# ふんわりお好み焼き

管理栄養士 古橋 萌

## <材料> 10cm大1枚分

- 卵……………1個
- 生おから……………大さじ2
- 長いも(すりおろし) …… 50g
- 水……………50cc
- キャベツ……………50g
- 豚肉……………20g
- 天かす……………小さじ1
- ネギ……………5g
- 油……………4g
- お好みソース……………18g(大さじ1)
- マヨネーズ……………6g(大さじ1/2)
- 青のり……………0.1g



〔熱量:293Kcal 糖質:13.5g〕  
〔タンパク質:12.4g 塩分:1.9g〕

## <作り方>

- よく溶いた卵におから、すりおろした長芋、水を加えよく混ぜる
- ①にキャベツ、天かす、ネギを入れ混ぜる
- フライパンに油をひき、温まったら生地を丸く落とす
- ③の上に豚肉をのせ、片面に焼き色が付いたらひっくり返す
- 2~3分程ふたをして蒸し焼きにし、焼き色が付いたらお皿に盛り付ける
- ソース、マヨネーズをかけ、青のりをふって完成

一般的なお好み焼き(小麦粉やお好み焼き粉を使用したもの)と比べると糖質が半分以下になるレシピです。スーパーやコンビニでも売っている、千切りキャベツを使用すると手間が省けます。今回、紹介している具材・分量で作ると、少し生地が軟らかめになるので、小さめに焼くほうがひっくり返しやすくなります。

★是非、お好きな具材を入れて作ってみてください★

おからとは・・・豆腐を作る工程でできる豆乳の搾りかすのことで、「うのはな」「きらす」とも呼ばれています。おからは、**血糖値の上昇を緩やかにする**はたらきのある**食物繊維**を多く含みます。特に不溶性の食物繊維を多く含むため、**便秘の解消**にも役立ちます。

## 出前 講座

# お茶の間教室「はつらつサロン」

◎第19回いきいき健康教室 開催いたしました◎

## 《強く・太くつながり膨らむ 地域力》

一年の集大成、年の瀬迫る12月17日、毎年恒例 当院主催のいきいき健康教室を開催いたしました。今年は、5月に次いで開催で前回同様、たくさんの方にご参加いただきました。

昨年(RS.1月~12月)の出前講座(はつらつサロン及び医療福祉講座)では約14団体・計72回の講座を経て、累計1000人以上の方のご参加を頂くことができました。

今回の健康教室では、普段お声かけさせて頂いている方々の他に、各サロンにもお声かけして、普段お顔を合わせる事のないエリアの方同士の親睦を図ることを目的の一つとしました。最初は、知った顔同士がまとまって座ってお

られましたが、教室終盤には「あら、いつもウォーキングの時にご挨拶している方ですよね!」等、思いがけない繋がりに驚き「初めまして」と楽しそうにお手玉ブースで楽しめる姿に、深く広がる草の根の様に地域に育っていく「繋がり」を目の当たりにしました。

琵琶湖中央リハビリテーション病院は、地域の皆さんのライフステージに寄り添い、地域の皆さんから安心して頼っていただけるよう、これからも地域の健康増進に尽力していきます。

理学療法士 本田 圭吾  
管理栄養士 川戸 菜緒  
社会福祉士 上嶋美由紀



## 【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】

- 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。
- 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。
- 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。
- 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。
- 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。

## 第18回

## 滋賀県作業療法学会 発表(ポスター発表)

(12/10プロシードアリーナHIKONE)

『バイク事故により両側橈骨遠位端骨折を受傷した症例に対し復職を目標に介入した一例』

作業療法士 吉村 未来