

# スマイル

明生リハビリテーション病院季刊誌 Vol.12



Photo  
明生リハビリ  
テーション病院  
増築後風景



## Contents

- 2P 新病棟完成!!
- 3P AED勉強会・リーダーシップ研修会
- 4P 訪問リハビリ
- 5P 七夕祭り・介護百人一首
- 6P 健康コラム
- 7P りらいふ
- 8P 地域医療連携室かわら版・健康教室のお知らせ

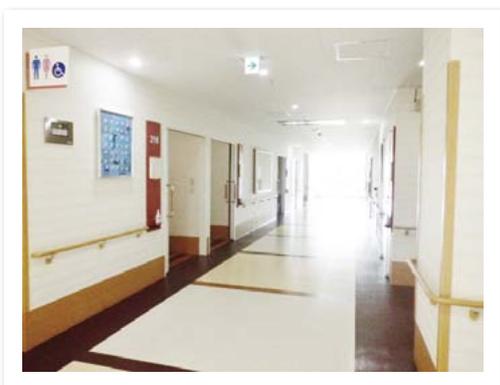


## 新病棟が完成しました!!

2階病棟師長 山本 小百合

昨年8月より工事が始まった増築棟の完成に伴い、新たな個室とシミュレーション室ができました。患者様がより快適に入院生活が送れるように個室の環境を整え、また退院後の生活をイメージし訓練が行えるように、シミュレーション室を活用していきたいと思っております。

工事中は患者様やご家族様に多くのご迷惑をおかけしましたが、今後はより一層、在宅復帰に向けたリハビリが提供できる様に職員一同努力して参ります。



## AED勉強会に参加して

リハビリテーション科  
大木 孝介

『突然の心停止から命を救う…』

6月20・27日にフクダ電子の職員を講師に招いて、『AEDの取り扱いと救命処置の流れ』についての勉強会が行われました。前半は講師からの説明を聴講し、後半は実技形式で救命処置の流れを体験しました。実技では



みんな真剣な面持ちで「大丈夫ですか!大丈夫ですか!!大丈夫ですか!!!」という声が会場に響き渡っていました。人形に対して声をかけたり心臓マッサージやAEDのデモ機を使用して一通りの救命処置を行いました。

私は今までこうしたAEDの勉強会は何度か参加したことはありますが、忘れてしまっている注意点や手順が多々あり、このような勉強会に定期的に参加することはとても大切なことだと感じました。実際の現場では生身の人間に対して緊迫した状況の中で救命処置を行うこととなります。冷静な判断や行動をその場でできるよう、今回の勉強会で学んだことをしっかり身につけていく必要があると痛感しました。

## リーダーシップ研修会に参加しました

リハビリテーション科  
山口 優子

6月22日に新上三川病院で開催されたリーダーシップ研修に参加させて頂きました。今回の研修でまず自分自身が今までリーダーとリーダーシップという言葉についてぼんやりとしか理解できていなかったことに気づかされました。リーダーとは「役割」、リーダーシップとは「存在感」である。という具体的な定義を聞き、今以上に、より患者様と真摯に向き合い頼られる存在を目指して日々の業務に取り組んでいきたいと感じました。また、もう一点研修の中で「ほめること」の重要性について触れていました。日々、関わっている同僚に対して今まで「すごいな」と思っても直接口に出す機会はなく、本人に伝えることを怠っていました。しかし、自分自身と相

手の成長の為にも注意すること以上にほめることを意識し、より良い関係性の構築と共に更なる患者様やご家族様へのサービスの向上に繋げていきたいと思いました。



『脳梗塞』を発症して

平成23年8月23日午前10時頃、出勤後の更衣室で急に耳奥に雑音が出現し、目の前が真っ暗になり、倒れてしまいました。その後すぐに救急車でA病院へ運ばれ、生死の淵をさまよいながらも24日間の治療入院をしました。病名は「脳梗塞」でした。9月15日に明生リハビリテーション病院へ転院となり、集中的なリハビリテーションの毎日が始まりました。

ここでのリハビリ生活は毎日3時間の集中的なリハビリが提供されました。急激な回復が図られ、一時の絶望の気持ちから希望の気持ちと切り替わり、入院時の車椅子中心の生活から退院時には杖無しの独歩まで驚異的な回復がみられました。最大の効果はゆっくりですが左手が動くようになり、足の筋力向上とバランス向上により、歩行が独歩まで回復した点です。病院のドクターをはじめ、病棟・リハビリスタッフの方々には大変お世話になりました。

翌年1月31日に自宅退院となりましたが、体調が万全でなかったため、ケアマネジャーに相談し介護保険を利用した訪問リハビリテーションの介護サービスをすぐに利用することにしました。まだ痛みがあった左腕と肩が連動して動くようになり、起床後の起き

上がり等の日常生活が増え、痛みが消失しました。非常にうれしく、訪問リハビリスタッフの方々には非常に感謝しております。

まだ起床時のふらつきや眩暈がありますが、日々の自主トレーニングの取り組みやデイサービスを利用しながら過ごすことで、お陰様で畑作が出来るようになり、リハビリの一環として無理なく取り組む毎日をご過ごしています。私が自宅で注意している点は食べ過ぎない・味を濃くしない等の食事管理に気をつけ、血圧を起床後と就寝前に記録し、定期的にかかりつけ医に相談することです。現在は左指と左手が自身の思うような箇所にかせるようにリハビリを継続し、病気の相談や会話を楽しみながら、元気に訪問リハビリを活用させて頂いています。



平成22年7月に訪問リハビリテーションを開始し、約3年間が経過致しました。

日々の業務の中で様々な利用者様と出会いますが、病気や障害を受容する事の大変さ、利用者様の意欲と向上心、家族の協力に感嘆する事があります。今後も地域の方に満足して頂けるサービスを提供していくためにスタッフ一同研鑽して参りたいと思っております。今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

訪問リハビリテーション 理学療法士 松本 健一



## 七夕祭り

リハビリテーション科  
魚住 順也

7月7日に七夕会が開催されました。開催に先立って、患者様に楽しんでいただけるよう出し物の準備や練習を行って参りました。また患者様にも装飾品の作成や出し物の練習をして頂き、職員のみではなく全員が一丸となり当日を迎えました。

当日は気温が暑いにも関わらず、たくさんの患者様、ご家族様に参加していただき、「合唱」、「リハビリスタッフの踊り」、「患者様によるギターの弾き語り」、「病棟スタッフによる東京音頭」、「ゲーム」が行われました。中でも「患者様によるギターの弾き語り」ではアンコールが起きるほど盛り上がりました。普段のリハビリでは見る事が出来

ないほどたくさんの笑顔や笑い声で包まれた七夕会となりました。

今後も患者様の身体機能の改善・向上を目指しつつ、楽しみながら参加できるような行事や交流の場を作っていきたいと思えます。



## 介護百人一首 Kaigo hyakuninisshu

「NHK介護百人一首」作品のご応募・お問い合わせ  
〒150-8328 東京都渋谷区宇田川町41-1 NHKサービスセンター「NHK介護百人一首係」  
TEL 03-3464-5601 受付時間：平日午前10時から午後6時30分  
インターネットでも応募はじまらかりのり <http://www.nhk.or.jp/heart-pj/event/>

春の初め。食欲のなくなった義母が、スイカなら食べると言ってくれた。自転車で何軒かのスイカをまわってやっとみつけた!!うれしかった。

ばあちゃんの好きなスイカを買ったので  
スイカを廻るペダルは軽し

若年認知症(前頭側頭型認知症)の母は「マイサー」バスでも若く元気がありました。行事の参観に行くときも参観するのと同じような気持ちになり、母だけが髪が真っ黒で見た目も良く誇らしいような、それを見てなげ苦しくしてここに仲間入りなのかと悲しくなりました。

吾が母は一番若くて美人なり  
親バカ気分デいの参観

# 介護百人一首



第5回

# 山田 達夫の健康コラム



一般社団法人巨樹の会  
関東統括本部長

山田 達夫 (やまだ たつお)

一般社団法人巨樹の会 関東統括本部長  
神経内科認定医 認知症専門医  
昭和23年生まれ 山梨県出身  
昭和49年：東京医科歯科大学医学部卒業  
平成 9年：福岡大学医学部神経内科学教室 教授  
平成23年：一般社団法人巨樹の会 関東統括本部長に就任

## 回復期リハビリテーションと認知症

明生リハビリテーション病院  
副院長 山中 泉

昭和34年生まれ  
昭和60年 千葉大学医学部卒業  
神経内科専門医  
日本リハビリテーション医学会  
認定臨床医



前回の健康講座に引き続いて回復期リハビリテーション病院における認知症について、明生リハビリテーション病院の山中が検討の結果をお話いたします。

前回は、入院患者のうち認知症は40%を占め、MCI(認知症の予備軍)を加えると65%の方達が何らかの認知障害を呈し、25%が認知症に基づく問題行動(BPSD=行動・心理症状で妄想、幻覚、暴力行為などの症状)を伴っており、そのうち前医で紹介状認知機能低下の記載があった症例は11%にとどまっていたとお話しました。

このように回復期リハビリテーション病院には常にかなり多くの認知機能低下例が入院し、しかも認知機能の低下が前医では見逃されていることが多い為、入院時に認知機能を正確に評価し、その評価の下にリハビリテーション計画が立案されなければなりません。今回は当グループ病院で行っているリハビリテーションの効果について、ご紹介いたします。

2012年4月から2013年3月まで明生リハビリテーション病院に入院し、認知症に関する検査を複数回行った82名を対象に日常生活活動の指標の一つであるFIMの推移をみてみました。入院当初認知機能が正常であった28名ではFIMの粗点の平均は入院時86、退院時107と平均で20.75の改善を示しました(図1)。不変であった者は3名で、それぞれ113、117、118でした。増悪した者はいませんでした。入院当初MCIであった18名ではFIMの粗点

の平均は入院時87、退院時109と平均で23.25の改善を示しました(図2)。不変であった者は0名、増悪した者は1名で、77が74に低下していました。入院当初認知症であった36名では FIM の粗点の平均は入院時58、退院時72と平均で14.77の改善を示しました(図3)。不変であった者は2名(37、42)、増悪した者は3名で、35が29に、63が47に、84が83にそれぞれ低下していました。

認知症の重症度の尺度であるCDRの変化を解析したところ、当初 認知症であった35名(CDR 1~3点)のうち改善がみられた者は 7名(3→11名、2→12名、1→0.53名、1→01名)、MCIであった18名(CDR 0.5点)のうち改善がみられた者は 3名(0.5→03名)でした。

増悪したものは、当初認知症であった36名のうち4名(2→31名、1→23名)、MCIであった18名のうち2名(0.5→12名)、正常であった28名のうち 9名(0→32名、0→11名、0→0.56名)でした。

この様に当院でのリハビリテーション訓練によって、認知機能に大きな変化は見られませんが、認知障害の有無に関わらずほとんどの例で日常生活活動の改善が見られました。

リハビリテーションとは、病気やケガが治った後に残存した様々な機能障害により低下した生活の質を種々の方法により再獲得して行く過程と考えています。その過程で我々回復期リハビリテーション病院においては低下した機能を回復させ、社会的な制度を利用してより良い生活を取り戻すお手伝いをしています。日常生活活動の指標である FIM の点数の改善がリハビリテーション訓練に於ける目標の一つとなります。

今回の我々の検討からは、認知症を合併する方達においても、その状態を良く理解してリハビリテーション訓練を行うことにより日常生活活動の改善が得られることが判りました。

次号につづく

図1 FIMの経過(正常者)

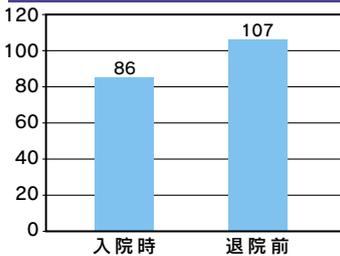


図2 FIMの経過(MCI)

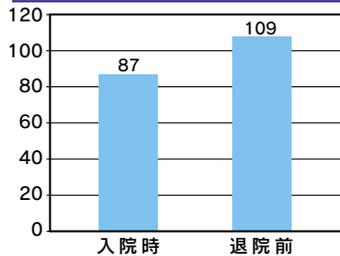
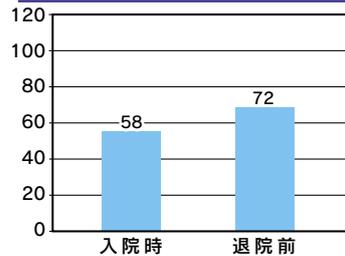


図3 FIMの経過(認知症)



今回より、りらいふで行っております芸術活動のご紹介をして参ります。芸術活動は脳の活性化を促すことでの、もの忘れの予防を主目的に、精神面や身体面においての様々な効果を期待し取り入れております。今回は「声みがき・歌声サロン」と「和太鼓」のご紹介です。

## 「声みがき・歌声サロン」 講師：牧野 俊浩

### 講師より一言

「声の健康 ところの健康 身体の健康」を育成するために「声みがき・歌声サロン」を展開しています。身体全体に響く声をだすことは、シニアの誤嚥性肺炎予防にもつながり、青春の思い出が沢山詰まった昭和の唄を歌うことは、回想療法としても有効です。

なによりも、仲間とおなじ場所にでかけて語り、歌いコミュニケーションを活性化することは生きている喜びを共有することにつながります。

「声みがき術」で学んだ声で、大好きな唄を歌えば歌うほど元気になるといのは素晴らしいことではありませんか！



### プロフィール

京都市出身。早稲田大学卒業後、オペラ二期会合唱団に所属し、イタリアオペラ訪日公演をはじめ数々のオペラに出演。退団後はNHKの「歌はともだち」や「ロシア語講座」のレギュラーとして活躍。現在は、介護予防のためのワークショップに力を入れ、経済産業省管掌の「中小企業新事業活動促進法」において「高齢者の健康増進のためのくはやりうた健康法」の開発と事業化が認証され、各地でセミナー講師として活躍中。自分らしい声をだせるようになるために開発をした「声みがき術」は新しい音楽セラピーとして注目をされている。

## 「和太鼓」 講師：南雲 成

### 講師より一言

和太鼓は体力、技術などと考えられがちですが、座って叩ける体に優しい簡単な和太鼓を研究し実践しております。手や腕を無理なく使うので血行が良くなり、姿勢も正しくなります。もの忘れの防止にも繋がり、とても健康的に皆さん明るく、楽しく太鼓を楽しんで頂いております。和太鼓の和は心の和をモットーに同じリズムを叩く事で仲間意識を高め、自己啓発にも繋がり、人々とのコミュニケーションを高め合う事ができます。

### プロフィール

所沢市を拠点として活動している和太鼓グループ「DONプロモーションズ」の代表を務める。所沢市太鼓祭りや夏祭りなどの祭り行事や、商業施設などのオープニングイベント等多数出演をされている。また、一方では教室を開き子供から高齢者まで幅広く、和太鼓の楽しさや魅力を伝えられている。



是非一度、ご見学・ご体験にお越しください！！

# 地域医療連携室かわら版

## Information



地域医療連携室では、当院で今後治療を希望される方、他の医療機関から紹介された方、そして、当院を退院された後も安心してお近くの診療所、病院で継続した治療が続けられるようにお手伝いすることを活動としております。ぜひ、お気軽に見学にいらしてください。



見学を希望の方は、明生リハビリテーション病院  
地域医療連携室 石塚・高田までお電話ください。

健康教室の  
お知らせ

## 介護健康教室予定表

**開催場所** 明生リハビリテーション病院 リハビリテーション科

●当院では第4土曜日の13:00から健康教室を開催させて頂いております。各部署の担当者がテーマに合わせ勉強会を行っておりますので、是非、お気軽にお立ち寄りくださいませ。

9月28日(土)

テーマ/認知症について

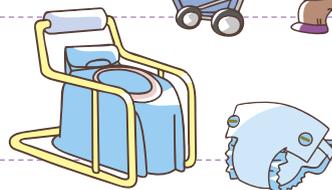
発表者/認知症型デイケアサービス りらいふ  
管理者 藤野



10月26日(土)

テーマ/オムツ・清拭(せいしき)

発表者/病棟 看護師



11月30日(土)

テーマ/食事管理について

発表者/栄養科 副主任 石倉



一般社団法人 巨樹の会

## 明生リハビリテーション病院

〒359-1106 埼玉県所沢市東狭山ヶ丘4-2681-2

[西武池袋線] 狭山ヶ丘駅東口下車 徒歩 15分

タクシーをご利用の場合

西武池袋線小手指駅北口より約5分

お問い合わせ

TEL 04-2929-2220

FAX 04-2939-2136

### 交通のご案内

