

入選

最優秀賞

特選

第三回 シルバー

川柳

結果発表

応募総数783句！たくさんのご応募、ありがとうございます。シルバー川柳選考委員会による審査の結果、左記の6名様が受賞されました。

**特選**  
ひまになり  
のん気に暮らし  
ボケ進む  
尾崎 良輔 様

**最優秀賞**  
未熟児で 生まれた孫に おんぶされ  
いい句出来  
書こうとすると もう忘れ  
鈴木 龍雄 様  
井上 信子 様

**入選**  
ウォーキング 徘徊中と 間違われ  
池田 功 様  
鶉の如く 妻の手綱で 40年  
おじゃすか 様  
おばあちゃん 好きとハグされ  
諭吉 消え  
近藤 やよい 様

最終選考まで残った20句をご紹介します。

- ◇ ラブレター 今その時と 妻にあって 鬼頭 吉之 様
- ◇ 「出かけるよ」「病院ですか」と 妻が言い 丹内 哲郎 様
- ◇ 50年 床屋は妻さ 今バーバー 川村 均 様
- ◇ イクジイの 痰れ吹き飛ぶ 孫の笑み 春丘 つばめ 様
- ◇ おばあちゃん 呼んでいいのは 孫オンリー くらねこ 様
- ◇ ついてます 昔は運氣 今は杖 齋藤 洋士 様
- ◇ ばあちゃんは 転ばぬように 貯筋する 角森 玲子 様
- ◇ ボケぼうし どんな帽子か 孫が聞く 若松 清孝 様
- ◇ かいごしの 心遣いが 身にしみる 藤村 寛一 様
- ◇ リハビリの 成果うれしや 孫だっこ 中野 弘樹 様
- ◇ 階段が 怪談よりも 怖い歳 中野 康子 様
- ◇ 歳きかれ サバを読んだら ボケ扱い 川辺 昭典 様
- ◇ 腕を組む 昔ラブラブ 今介助 ことぶき 様
- ◇ 加齢です ゆうべのカレー？と 医者に聞く 増淵 ひろ子 様
- ◇ 外来で 女子会聞く お婆ちゃん タンポポ 様
- ◇ また一本 孫からもらう 笑いジワ 佐々木 恭司 様
- ◇ 若者に こびすいばらず ただ笑顔 福島 洋子 様
- ◇ 昔恋 今は手足が しびれてる 中村 利之 様
- ◇ 孫が出来 母に濁点 付けて呼び 札幌 文 様
- ◇ 補聴器を 取ったら妻は 怖くない 中野 雅夫 様

さんくろうニュース  
**めだか** 8月号  
MEDAKA  
2013年 (No.58)



特集 X線テレビ装置が新しくなりました

Topic 熱中症

paua (パウア) : ニュージーランド近海に生息する3種類のアワビ。独特の光沢のある殻はアクセサリなどに加工され、肉は食用となる

めだか 58号 (2013年8月) 年4回 (2月、5月、8月、11月) 発行

表紙絵: 「Pauaの夢」坂尾 有美

発行責任者: 前田 實 発行: 医療法人 三九会  
〒471-0035 愛知県豊田市小坂町7丁目80番地  
TEL 0565-32-0282 (代) FAX 0565-35-2570

外来診療のご案内 サンクロウ  
診療予約専用 ☎0565-35-3960



医療法人三九会 三九朗病院

# X線テレビ装置が新しく なりました

X線テレビ装置は、レントゲン撮影の静止画像だけでなく、透視画像（動画）で体内の動きがリアルタイムに観察できる装置です。三九朗病院では、2013年5月に嚥下造影検査（videofluoroscopic examination : VF 検査）に最適な、新しいシステムを導入しました。



人にやさしく…  
より正確に!

## 新しい装置のメリットは？

### 1 広い視野とゆがみの少ない透視画像

以前の X 線テレビ装置よりも広範囲の観察が可能になり、食べ物を口に入れてから食道に流れていくまでの一連の動作を、一度に観察することができますようになりました。鮮明な画質で、少量の誤嚥（食べ物や水分が間違っ<sup>えんげ</sup>て食道ではなく肺に入ること）も見逃すことなく観察できます。



### 2 車いすに乗ったまま嚥下造影検査が可能

通常、車いすをご利用の方が嚥下造影検査を行う場合、専用の車いすで行いますが、乗り慣れない違和感から緊張してしまい、正しい検査結果が得られないことがありました。新しい装置は、車いすに乗ったまま検査ができます。リラックスして実際の食事摂取時に近い状態で評価できますし、専用の車いすに乗り換える負担もなくなりました。



## どのような検査で使われるの？

### 1 嚥下造影検査（videofluoroscopic examination : VF 検査）

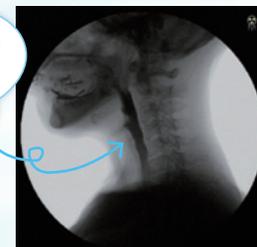
飲み込みの状態や誤嚥の有無を確認し、摂食嚥下障害の有無や程度、その対応方法を検討します。

食べ物や水分を体内に取り込むことを「摂食」といい、特に飲み込む行為を「嚥下」と言います。食べ物や水分が飲み込めなくなることや誤嚥することを、「摂食嚥下障害」と言います。

#### VF 検査 の ポイント

- ① 誤嚥の有無
- ② 食事の姿勢
- ③ 食事の形態
- ④ 液体の粘度（トロミの有無）
- ⑤ 一口で食べられる量

黒い部分が食べた物。  
食道をきちんと  
通っているのが  
分かります。

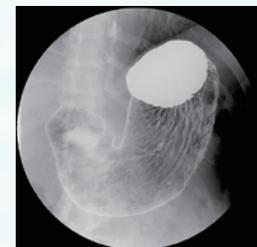


VF 検査の X 線写真

### 2 消化管造影検査（胃・注腸造影）

消化管を発泡剤（空気）で膨らませ、粘膜に造影剤（バリウム）を付着させて微量の X 線をあてると、消化管の内部の様子がテレビモニターに映し出されます。動画を観察しながら検査し、必要な画像は撮影して記録しています。

胃の検査を胃透視、大腸の検査を注腸と言います。臓器の全体像がすぐに分かり、バリウムを流すことで動きもよく分かります。



消化管（胃）の X 線写真

# 熱中症

内科 みき けんじ 三木 健司

「熱中症」は、急激に気温が上がったときに、身体がその変化に対応できなくなって引き起こされる「日射病」や「熱射病」などの総称です。

本来、恒温動物である人間には、気温や湿度などが変化したときに、体温を一定に保つよう調節する機能があります。暑いときには、皮膚の血管を広げて体内の熱を外気に放散したり、汗をかいて蒸発させたり、体温の急激な上昇を防いでいます。熱中症は、こうした体温調節機能がうまく働かず、体

内に熱がこもってしまうことで起こります。

初期症状では、立ちくらみや脳貧血を起こします。悪化すると、吐き気や嘔吐をもよおし、さらには意識を失うこともあり、診察や入院が必要となります。

高齢者や、生活習慣病・心疾患・腎不全などの持病を持っている人は、特にリスクが高くなります。

まだまだ暑い日が続きます。節電も必要ですが、熱中症を予防して楽しく安全に夏を過ごしましょう。

## ●熱中症の症状と重症度分類

軽度

I度

めまい・失神

「立ちくらみ」の状態、脳への血流が瞬間的に不十分になります

筋肉痛・筋肉の硬直

「こむら返り」のことで、発汗によって塩分(ナトリウムなど)が不足して生じます。「熱けいれん」と呼ぶこともあります

大量の発汗



II度

頭痛・気分の不快・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感

身体がぐったりする、力が入らないなどがあります

III度

意識障害・けいれん・手足の運動障害

呼びかけや刺激への反応がおかしい、身体にガクガクとひきつけが起こる、まっすぐに歩いたり走ったりできなくなるなどの症状が現れます

高体温

体に触ると熱く、「熱射病」や「重度の日射病」の状態です

重症

心がけよう

上の「I度」に該当する症状が現れたら、涼しい場所に移動して水分を補給しましょう。また、自分の近くに、意識がない、呼びかけに対する反応がおかしいという人がいたら、迷わず救急車を呼びましょう。

応急処置のポイント

身体を冷やす

首の横の両側(頸動脈)<sup>けい</sup>・脇の下・太ももの付け根(股の間)を冷やすことが有効です。太い血管を冷やすことで多くの血液が冷やされ、体温を下げてくれます。



予防のポイント

水分を補給する

成人の場合、1日に1.2ℓの水分を補給するのが良いと言われています。起床時と就寝時、日中は1～2時間ごとにコップ1杯(約200ml)、補給しましょう。アルコールやカフェインを含む飲み物は利尿作用を促し、水分を排出してしまうので水分補給には向きません。スポーツなど大量に汗をかいたときは、体液に近い、塩分を0.1～0.2%含んだ飲料(成分表示にナトリウム40～80mg/100mlとあるものが理想的)がオススメです。



# 回復期リハビリテーション病棟

脳卒中や骨折、手術後などで身体機能の改善を必要とする患者さまが、退院後、日常生活を送ることができるよう、集中的なリハビリテーションを行っています。患者さまの入院生活すべてがリハビリであるという意識をもってサポートしています。

リハビリテーション病棟の仕事を、一人の患者さま（Aさん）のリハビリを例に紹介します。



## Aさんの一日



交通事故で脳に障害を受け、左側にまひが生じたため、回復期リハビリテーション病棟でリハビリを開始



### <起床>

- 着替え・洗顔 など
- 朝食 (8:00)



### 10:00~11:00

- 理学療法 (歩行訓練 など)



### 12:00 <昼食>



### 14:30~15:30

- 心理療法 (カウンセリング)



### 15:30~16:30

- 作業療法 (上肢機能訓練 など)



### 18:00 <夕食>



### 21:00 <就寝>

- 消灯



今日もリハビリがんばるぞ〜!

日常生活同様、起床後は普段着に着替えて過ごします



理学療法も作業療法も担当のスタッフがマンツーマンで教えてくれるので、安心してがんばれます



細かい作業は難しいな...療法士さんの説明をしっかりとろう!



日常生活を想定し、病棟でもスタッフが歩行を見守ります



余暇の時間は、本を読んだり、おしゃべりしたり、趣味の時間として過ごします

本格的な社会復帰に向けて

高次脳機能障害をお持ちの方の自動車運転再開に向けた取り組み

リハビリテーション部 作業療法士 飯島 有里

高次脳機能障害とは、脳の損傷により、集中力を保ったり、言葉を理解したり、状況に合わせて適切に判断して行動したりすることが難しくなる障害です。そのため、こうした障害のある方が自動車の運転をすると、ハンドルやブレーキの操作が遅れて事故になったり、歩行者や道路標識などの安全確認が不十分になったりするなどの影響が出ると言われています。

当院では、「高次脳機能班」を設置し、高次脳機能障害をお持ちの入院

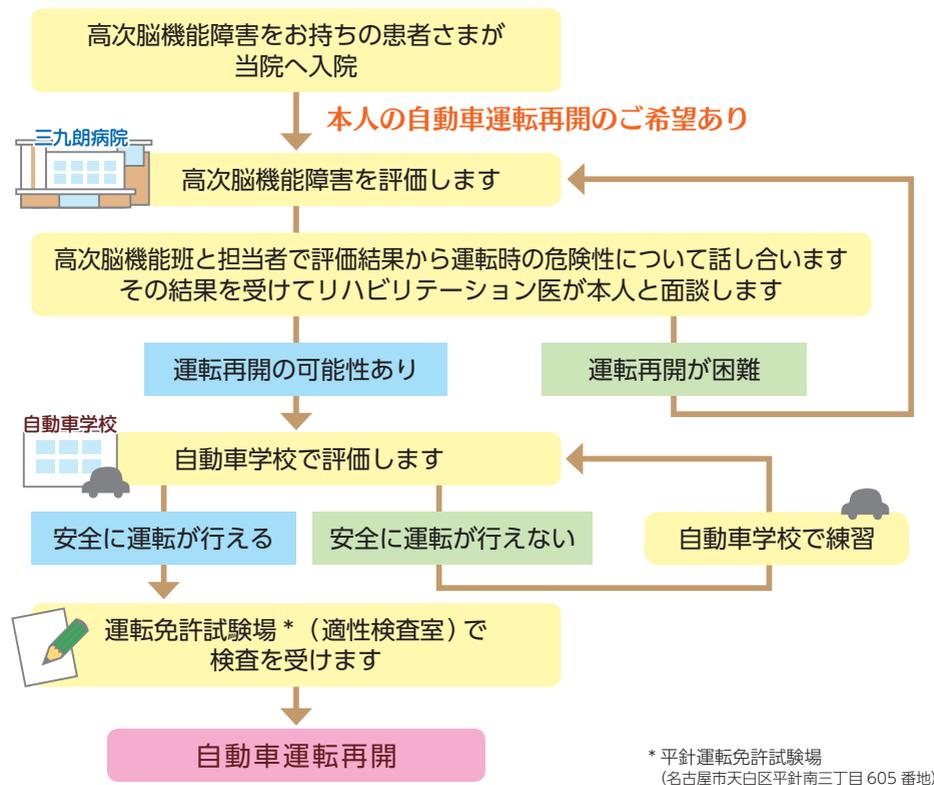
患者さまの中で、自動車運転の再開を希望されている方に対して、2010年よりトヨタ中央自動車学校さまと連携し、退院後に安全に運転ができるように評価を行っています。

最初に当院の作業療法士が、運転に必要なとされている視空間認知や注意力などの評価を行い、自動車教習が可能であるかどうかを判断します。可能と判断されたら、自動車教習の一環として、校内だけでなく、公道にも出て、安全に運転ができるかを教習指導員と共に判断します。

医療機関と自動車学校の連携はまだ全国的にも珍しい取り組みです。私たちは、「自動車の街」豊田市で、高次脳機能障害をお持ちの方に安全に運転をしていただけるよう活動しています。



■自動車運転再開までの流れ



\* 平針運転免許試験場 (名古屋市天白区平針南三丁目 605 番地)

高次脳機能障害とは？

私たちは生活の中で、会話をする（言語機能）、用事を覚えたり思い出したりする（記憶機能）、1日の予定を順序立てて円滑に進める（遂行機能）などを行っています。これらの機能を総称して「高次脳機能」と呼びます。

高次脳機能は、脳の特定の部位で行っているものと、それぞれが情報交換をしながら行うものがあります。脳に障害が起こると、それらがうまく機能せず、日常生活や社会生活が円滑に行えなくなり、周囲の人とトラブルを起こすこともあります。運動まひなどと違い、見た目では分かりにくいので、「見えない障害」とも呼ばれています。



# 乗用車への移乗方法

理学療法士 まつなが ひろゆき 松永 弘幸

乗用車に乗る際の介助方法を紹介します。つかめる所が少ない上に、狭いスペースで行うので通常の移乗に比べて難しいですがコツをつかめば無理なく行えます。左側にまひがある方は助手席へ、右側にまひがある方は運転席の後ろ、というようにまひのないほうからが乗りやすいです。今回は左側にまひがある方の介助のポイントを紹介します。

## 1 乗用車に車椅子を近づけます



乗用車に対して、斜め30度に車椅子を近づけます。介助者は被介助者の左側に立ち、被介助者が右足を半歩前に出すのを介助します。

## 2 立ち上がります



介助者は、被介助者が前かがみの状態から立ち上がれるように介助します。立ち上がった後、座席に手を着く(つかむ)ように促します。

※ドアなど不安定な物をつかまないよう注意してください。

## 3 座席に座ります



立った姿勢が安定したら、右足を軸に座席のほうにお尻の向きを回転して座ります。

※座りが浅いと、お尻がズレ落ちる危険があるため注意してください。

右足を軸に！

## 4 右足→左足を乗用車に乗せます



右足→左足の順に車内に足を入れます。

※必ず座席に座ってから足を入れてください。

## 5 座席に深く座り直します



お尻の位置が座席の中央になるように座り直します。

## 6 シートベルトを締めます



最後にシートベルトの装着を忘れないように！！

乗れました！

今回は、車高の低い(天井が低い)車で行いましたが、車高が高い車では介助方法が一部異なります。



夏本番!!

今からでも遅くない!

# お腹すっきりエクササイズ



夏場は、冷房や冷たい飲食物の影響で代謝が落ちやすい季節です。今回の体操でお腹、腰周りをすっきりさせましょう。

## ～腰周りの柔軟性アップ! 便秘症にも効果的～



1 膝、股関節を直角に曲げ、両手を前方に伸ばします



2 上側の手のみ天井に向かって伸ばします



3 左反対側へ腕を下ろし、目線も指先を見ます

※このとき、床から膝を離さないようにします。両膝が開かないように注意!

左右10セットずつ行いましょう

腰や肩が痛い方は、力まず腕の重みで上半身を開きましょう。無理して行わないように注意しましょう。

お気軽にご参加ください!

SHIN-SHINとよた ☎0565-34-6272

一回無料体験実施中! スタジオ参加もOK!

### Information 『お腹すっきりエクササイズ』

- 【日 時】毎週水曜日 14:40 ~ 15:10
- 【場 所】SHIN-SHINとよた スタジオ内
- 【持ち物】動きやすい服装、靴、飲み物

