

めだかの庭

本誌の名前は、三九朗病院の中庭で飼っている『めだか』から名付けました。正面玄関を入ると、受付の横に中庭があります。6月頃から、睡蓮やブラシノキなどの花々が咲き、鳥が水場に休憩に訪れます。来院された際は、ぜひ、のぞいてみてください。



めだか
鉢の中にめだかがたくさん泳いでます。葉っぱの影に隠れていますので、探してみてください

ブラシノキ



オンシジューム



睡蓮
午前中にはきれいな花を咲かせてますが、昼過ぎには閉じてしまします



ヒメツルソバ



巻頭 新入職員を紹介します

ナースの部屋 質の向上を目指して！ 看護のプロフェッショナル

さんくろうニュース
めだか 5月号
MEDAKA
2015年 (No.65)

ゆめ



医療法人三九会 三九朗病院

広報誌名「めだか」は、当院の中庭でみんなに愛でられ育つめだかのように、親しんでいただきたいという思いから名付けられました。

めだか 65号 (2015年5月) 年4回 (2月、5月、8月、11月) 発行

表紙絵: 「デイジーと水遊び」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 サンクロー
診療予約専用 ☎0565-35-3960



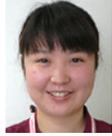
新入職員を紹介します

聴いてみました ▶ ①得意なこと ②最近知って、びっくりしたこと ③今後の人生でやりたいこと1つ



もりやま みか
森山 美香 看護師
(三重県伊賀市出身)

- ① 人の名前をすぐ覚える、よく食べる
- ③ 日本一周



いとう まり
伊藤 真梨 看護師
(愛知県豊田市出身)

- ① 書道
- ② 北半球と南半球で台風の渦巻きの向きが違う
- ③ 富士山頂で日の出を見る



まつお のぶこ
松尾 伸子 ナースエイド
(長崎県大村市出身)

- ① 愛知県に来て9年たちますが、未だに九州弁ばい!!
- ② 韓国ドラマばかり観て、あの高倉健さんが逝かれたことを知らなかったこと
- ③ いろいろな場所へ旅をしたい!!



ありた あすか
有田 明日香 ナースエイド
(愛知県豊田市出身)

- ① パズルゲーム
- ② お菓子の「ういろう」の起源が人名だったこと
- ③ なんでもいから店を開きたい!



おきむら いほ
沖村 委甫 看護師
(愛知県豊田市出身)

- ① 旅行の計画を立てること
- ② スペインのプラド美術館にモナリザがあったこと(模写ですが)



もりかね かい
盛小根 快 看護師
(沖縄県うるま市出身)

- ① バレーボール
- ② つくしが食べられること
- ③ 遊びほうけてみたい



うえだ さとみ
植田 さとみ 臨床検査技師
(長野県伊那市出身)

- ① ソフトバレー
- ② 大豆に含まれる「大豆イソフラボン」は女性ホルモンに似た働きをする
- ③ 豪華寝台列車の旅をしてみたい



しほら あきと
篠原 章人 SE
(茨城県日立市出身)

- ① パンを焼くことができます
- ② 健診でHbA1c(ヘモグロビン・エイワンシー)*が基準値を超えたこと
- ③ 自転車で日本一周



すずき えみこ
鈴木 恵美子 看護師
(愛知県豊田市出身)

- ① カメラ ② 飼い猫が手で温度を確認してから水を飲む ③ 1か月程石垣島に滞在してゆっくり写真を撮って過ごしたい



ふなつ あさみ
船津 麻美 看護師
(愛知県名古屋出身)

- ① わんちゃんのおやつ作り
- ③ ハワイ永住



ながい ゆきこ
永井 郁子 ノアア介護スタッフ
(愛知県豊川市出身)

- ① 絵を描くこと
- ③ 沖縄に行く



かすがい たつや
春日井 達也 ノアア介護スタッフ
(愛知県豊田市出身)

- ① マッサージ、ブーツを磨くこと
- ② 富士山は毎年2cmずつ低くなっている
- ③ ボラボラ島へ行く



こばやし ゆうこ
小林 優子 看護師
(愛知県豊田市出身)

- ① 有り合わせの材料で作る料理
- ② 一文字先生と同級生(同い年)
- ③ イタリア旅行



のじり あすか
野尻 明日香 看護師
(福岡県大牟田市出身)

- ① 食べること・子どもの髪を結うこと
- ② 柳川のうなぎ店「元祖本吉屋」に有名人がよく来店する(先日は氣志團が来たらしい)
- ③ 海外旅行に行きたい



さくらい なお
櫻井 奈央 ノアア介護スタッフ
(愛知県豊田市出身)

- ① 細かい作業
- ③ 子どもとライブに行く



なかがわ ゆきえ
中川 由起江 ノアア看護師
(愛知県豊田市出身)

- ① スノーボー歴25年なのに木の葉レベル(笑)
- ② 娘がレタスとキャベツの区別がつかないこと
- ③ 子どもの幸せを見届けたい



すが あやの
菅 綾乃 看護師
(愛知県名古屋市出身)

- ① 全身マッサージをすること
- ② 自宅の庭につくしが生えていたこと
- ③ 子どもをたくさん産んで大家族のお母さんになる



こしやま なつほ
越山 夏歩 看護師
(静岡県静岡市出身)

- ① 人の誕生日を覚えること
- ③ 世界一周旅行



いちほら ゆうこ
市原 優子 ノアア介護スタッフ
(愛知県日進市出身)

- ① 中学のとき県大会に出場した水泳
- ② 人ひとりに対して守護神が2体いること
- ③ 外国語を勉強して海外(南国)移住!!



やまだ さとみ
山田 里美 颯とよた看護師
(愛知県豊田市出身)

- ① 仕事をする、食べる
- ② 乾燥剤で鮮やかな色のドライフラワーができること
- ③ 海外旅行(世界一周したい)



まつもと ゆか
松本 有加 看護師
(愛知県豊田市出身)

- ① イラストを描くこと
- ② ホームセンターの「ホームエキスポ」が「カーマ」になっていたこと
- ③ 自然栽培で小さいファームを作る



にしかわ あすか
西川 明日香 看護師
(長崎県長崎市出身)

- ① ウソを見破ること
- ② 世界で30例ほどだが、咳でがん組織が出てきたこと
- ③ オーロラを見る

* HbA1c(ヘモグロビン・エイワンシー):赤血球の中で体内に酸素を運ぶ役割のヘモグロビンと、血液中のブドウ糖が結合したもので、HbA1cの値が高ければ高いほどたくさんのブドウ糖が余分に血液中にあるということで、糖尿病の危険性が高まります。

新入職員を紹介します

聴いてみました ▶ ①得意なこと ②最近知って、びっくりしたこと ③今後の人生でやりたいこと1つ



こじま きょうへい
小嶋 恭平 理学療法士
(愛知県岡崎市出身)

- ① 大食い
- ② 花粉症に有効な食べ物がないこと
- ③ 高級車を新車で買う



いのうえ しおり
井上 詩織 理学療法士
(静岡県袋井市出身)

- ① 料理 ② 「上字母」を「うわごも」と読むこと ③ 台湾が好きなので、中国語を勉強したい!!



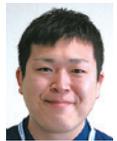
わしお みつよ
鷲尾 光代 言語聴覚士
(愛知県名古屋市出身)

- ① サプライズをすることです!
- ② 健康のために毎日飲んでいた野菜ジュースが無意味だったこと
- ③ フィンランドにオーロラを見に行く



あおき ゆうみ
青木 優美 言語聴覚士
(愛知県尾張旭市出身)

- ① おいしいごはん屋さんを探すこと
- ② USJ (ユニバーサル・スタジオ・ジャパン) のハリポッターのアトラクションの待ち時間が5時間半であること



いこま しゅうへい
生駒 修平 理学療法士
(愛知県日進市出身)

- ① 柔道をやっていたので、体力に自信あり ② 「ブリザードフラワー」を「ブリザードフラワー」だと思っていた ③ 家を買いたい



たけうち ひとみ
竹内 仁美 理学療法士
(愛知県豊田市出身)

- ① 人より歩くのが早め ② 桜が下向きに咲くこと ③ 富士山の頂上まで登る



はし えりこ
橋 絵里子 言語聴覚士
(大阪府堺市出身)

- ① 工作、マラソン
- ② 父と母の誕生日が実は一緒だったこと
- ③ 日本全国を旅行すること



ますざき ゆうき
増崎 雄基 MSW
(愛知県岡崎市出身)

- ① スノーボード
- ② 卵のサイズは白身の量で決まる
- ③ ハワイに別荘を建てる



たなか みか
田中 美歌 理学療法士
(愛知県名古屋出身)

- ① 道を覚えるのが得意なほうです
- ② 豊田市には外国人が多く、スーパーや看板が英語だったりする
- ③ 好きなアーティストやハリウッドスターを生で見る



まえだ ひろき
前田 裕貴 理学療法士
(岐阜県可児市出身)

- ① 球技
- ② 三毛猫のオスが産まれる確率は3万匹に1匹程度ということ
- ③ 世界一周旅行



かなまる ちさ
金丸 千紗 MSW
(愛知県豊田市出身)

- ① ピアノを弾くこと ② 沖縄の人はあまりゴーヤチャンプルを好きではない ③ ダイビングのライセンスを取ること



カルドン まみ SHIN-SHIN受付
(愛知県豊田市出身)

- ① ネイルアートなどの細かい作業、ネットで英語の勉強をすること
- ② 主人の会社では、お昼にカップラーメンを食べる人が多く給湯器の前に長い行列ができる
- ③ 南米旅行



いのうえ たつき
井上 達貴 理学療法士
(愛知県豊田市出身)

- ① スポーツ ② 小中学生対象のアンケートに声をかけられるほど自分が幼く見えること ③ バスケットボールの試合で1試合に30点とる



かのう しょうた
加納 翔太 理学療法士
(愛知県みよし市出身)

- ① たこ焼きを焼くこと
- ② 柔道の篠原信一さんが中学から柔道を始めたこと
- ③ 47都道府県を観光すること



くらた ありさ
倉田 有瑛 SHIN-SHIN受付
(広島県尾道市出身)

- ① そうじ
- ② 当たり前に使っていた言葉が方言であったこと
- ③ スカイダイビング



よしたに あや
吉谷 彩 健診放射線技師
(東京都福生市出身)

- ① 水泳、お菓子作り
- ② 名古屋辺りの車線の多さ
- ③ 車で日本旅行



いわい まさと
岩井 雅人 理学療法士
(愛知県東郷町出身)

- ① 書道(毛筆) ② 世界で最も住みやすい国は「ノルウェー」だということ ③ 幸せな家庭を築きたい!!



あおやま ことの
青山 琴乃 作業療法士
(愛知県豊田市出身)

- ① ネイルなどの細かい作業
- ② ペットショップのウィンドーに犬や猫が並んでいるのは日本だけ
- ③ 東京ディズニーランドに1週間以上滞在する



たなか じゅんこ
田中 純子 健診看護師
(愛知県豊田市出身)

- ① 冷蔵庫にある食材でメニューを考え、料理すること ② 知人が振り込み詐欺にあったこと ③ フルマラソンに挑戦し、完走すること



いそはら なお
磯村 菜央 作業療法士
(愛知県刈谷市出身)

- ① ムーンウォーク ② うどんよりそばのほうがカロリーが高いこと ③ オーロラを見に行くこと



さたけ ゆい
佐竹 優衣 作業療法士
(愛知県名古屋市出身)

- ① 時間があれば、ずっと歩いていられる ② パチカン市国は東京ディズニーランドよりも小さい ③ 豪華客船で絶景めぐり



まつだ ちとせ
松田 千登世 健診受付
(山形県飽海郡出身)

- ① 和太鼓 ② 小学校4年生の息子に彼女ができたこと
- ③ プリザードフラワーの勉強をもう一度したい





看護のプロフェッショナル

質の高い看護ケアを提供するために、看護部では、院外研修への参加や資格取得の支援など、看護師一人ひとりが看護の視野を広げ、知識・技術を向上させるための教育環境を整えています。また、得た知識・情報を発表する「伝達講習会」を開催し、互いに学び合う場をつくっています。

認定看護師などの資格取得をサポート

三九朗病院では、患者さまやそのご家族に対して質の高い看護を提供するほか、病棟スタッフのリスクマネジメント、多職種との協働とチームアプローチの実践を行うことができる看護師の育成を目指しています。資格取得を促すために、回復期リハビリテーション看護師認定コースなどの受講支援も行っています。

- 回復期リハビリテーション看護師認定コース認定 1名
 - 糖尿病療養指導士 1名
 - 認知症ケア指導管理士 3名
 - 医療安全者養成研修修了者 2名
- (2015年3月末現在)

声 回復期リハビリテーション看護師認定コースを受講して

認定コースを学んだことで、患者さんのQOL(生活の質)は、医療者が決めるものではなく、患者さま一人ひとりがどう感じるかであると改めて学びました。これまで、食事・着替え・排せつなどの介助では、自分たち看護師の基準で考え、リスクの低い動作を促していましたが、患者さまの気持ちに寄り添った介助であったのかを考えさせられました。今後は、患者さまの声に耳を傾け、患者さまの気持ちに寄り添ったサポートをしていきたいと思ひます。(病棟看護師 K・O)

得た知識をスタッフ同士が学び合う「伝達講習会」

伝達講習会は、院外の勉強会や研修会で得た知識や技術を、お互いに発表し合い、情報共有をするための会です。発表するという経験の場になるだけでなく、分かりやすく伝えるために、発表者自身が、得た知識をより深く学ぶことにもつながります。



● 2014年度に実施した伝達講習会

| 開催 | 発表テーマ |
|---------|---|
| 8月 5日 | ・ 認知症高齢者の食事介助 |
| 12月 16日 | ・ 感染管理における看護師の役割を理解し、自施設に合わせた感染防止策を目指す ・ 認知症ケアの現場から～さまざまな最前線を学ぶ～ |
| 2月 3日 | ・ 認知症専門医から学ぶ“周辺症状”に振り回されないケア ・ 認知症ケア指導管理士(初級) |
| 3月 18日 | ・ 看護必要度評価者院内指導者研修 |

声 「認知症高齢者の食事介助」の伝達講習会に参加して

認知症といっても、脳血管疾患やアルツハイマーなど病気の種類によって現れる摂食嚥下(※)障害が違うため、食事介助での観察ポイントが変わってくることを、改めて認識しました。それぞれの症状に合わせた食事の環境を検討していきたいと思ひます。(病棟看護師 Y・K)

※ 食べ物を認識し、口に入れて胃に到達するまでの一連の過程をいう

日々、進化してゆく医療技術や高齢化社会に対応するため、常に新しい情報を取り入れ、スキルアップできるよう、継続して研修への参加や伝達講習会を行います。これからも、看護師一人ひとりが研鑽し、患者さまがよりよい入院生活を送れるよう、信頼される看護を提供していきます。

未来の療法士を育てる臨床実習

リハビリテーション部 部長 村田 元徳

理学療法士 (PT: Physical Therapist)・作業療法士 (OT: Occupational Therapist)・言語聴覚士 (ST: Speech Therapist) の養成校には、「臨床実習」というカリキュラムがあります。これは、療法士が働く病院や施設などの現場で、実際に患者さま・利用者さまと対面し、様々な知識・経験を身につけるもので、次の3つの種類があります。

●見学実習 (1週間)

療法士の仕事の確認、患者さまとの接し方、評価・測定の見学、学習意欲の向上を目的とした実習です。

●評価実習 (3～4週間)

見学実習の内容に「基本的な検査・測定の実施、治療プログラムの立案」

が加わります。

●総合臨床実習 (6～8週間)

評価実習の内容に「治療方法の実施」が加わり、療法士としての総合的な能力を身につけることを目指します。

臨床実習では机上の学習では学べない、多くの知識や経験を習得することができ、療法士になるモチベーションも高まります。

当院でも毎年約30名の実習生を受け入れ、未来の療法士の育成に尽力しています。病院での実習に加え、通所リハビリテーションや訪問リハビリテーションの見学も行っています。

私たちも三九朗で実習しました!



左：松本 望 (4年目 理学療法士)
右：鈴木 裕二 (2年目 作業療法士)

学生のころ、三九朗病院での臨床実習を受けました。実習指導では先輩が丁寧に指導してくださり、職場の雰囲気も良かったので、就職先として希望しました。実習を経験した職場は、安心して就職することができました。(松本 望)

負担のかからない介助方法
& 家でできるリハビリ
No.9

麻痺のある方の着替えのポイント

リハビリテーション部 作業療法士 鈴木 裕二

三九朗病院では、「CI Therapy」を治療の一つとして取り入れています。CI Therapyとは、麻痺のない手を手袋などで動かさないようにし、食事などの日常生活の動作を麻痺のある手で行うことで、より麻痺側の回復を促す治療方法です。これまでにCI Therapyを行った方を調査してみると、麻痺が軽い患者さまでも、日常生活の中で麻痺のある手をなかなか使えておらず、特に服を着替えるときに十分使えていないことがわかりました。

麻痺のある手の回復には、生活の中で積極的に使うことが一番のリハビリになります。そこで今回は、着替えるときのポイントを紹介します。

Point 着替えのポイント (かぶり服)

麻痺が重い場合

頭を通した後も、肩に服が通っていないため、腰まで服を下ろせないことがよくあります



1 麻痺側の袖を通す際には肩まで服を回します



2 反対側の袖も通します



3 頭を通す際には頭を肩に近づけ、肩から頭を一緒に通していきます



4 服を下ろすと同時に身体を伸ばします

麻痺が軽い場合

麻痺側のある手に動かせる能力があっても、麻痺のない手だけでやってしまいがちです



1 袖を通すときは、服に合わせて手を伸ばします



2 反対の袖通しの際も、麻痺側で服を持ちながら行います



3 両手で服をつかんだまま頭を通します



4 両手を使って服の修正を行います

医療ソーシャルワーカー(MSW)から

MSW 高橋 邦代

介護保険で利用できるサービスとは？

介護保険ではどんなサービスを利用できるのか、よく分からないという方は多いのではないのでしょうか。今回は、介護保険のサービスをご紹介します。

介護保険で利用できるサービスには、次のようなものがあります。

●ヘルパーを頼む

トイレや入浴などの介助、一人暮らしの方の調理や掃除、洗濯の介助など、ヘルパーが自宅を訪問し、日常生活の中でできないことを手助けしてくれます。



●デイサービス・デイケアに行く

デイサービスでは、レクリエーションや体操、趣味の時間を過ごすことができます。デイケアでは、専門家によるリハビリを受けることができます。施設に行くことで、外出の機会を作り、筋力の低下を防ぎます。

●ショートステイを利用する

家族が留守のときに、特別養護老人ホームや介護老人保健施設、病院などに宿泊し、食事、排せつ、入浴など生活の介助を受けることができます。

●訪問看護、訪問リハビリ、訪問入浴を頼む

かかりつけの医師が必要性を認めた場合、看護師や療法士が自宅を訪問して身体の状態をみたり、リハビリなどを行ったりします。

そのほか、住宅改修や福祉用具の貸与などのサービスがあります。

! 2015年4月より介護保険法が変わりました。サービスの対象者や自己負担額が、これまでとは変わりますので、担当のケアマネージャーが豊田市介護保険課までお問い合わせください。

NEW!!

スタジオプログラムのご紹介

SHIN-SHIN とよたでは、スタジオで様々なプログラムを実施しています。今回は、4月から新たに始まったプログラム「スポ BAND」をご紹介します。一人ひとりに合った運動ができますので、ぜひ試してみてください！

スポ BAND

毎週水曜日 (11:30 ~ 12:00)

※変更になる場合がございます。詳しくはお問い合わせください。

「spoband (スポバンド)」を使ってストレッチや筋トレなどを行います。

伸縮性のあるバンドは、タイプによって強度が異なるので、個人の筋力や実施する運動に合わせて使い分けができます！



スポバンド

●全身のストレッチ

全身をゆっくり動かすことで、普段使わない筋肉をストレッチすることができます。



●体幹トレーニング

体幹を鍛えると、基礎代謝が高まるほか、姿勢が良くなり腰痛・肩こりの改善にも！



●筋トレの補助

バンドの強度をあげれば、筋トレにもなります。



無料体験受付中です！ スタジオ参加もできます！！

●お問い合わせ：SHIN-SHIN とよた ☎ 0565-34-6272 (直通)

●体験受付：10:00 ~ 19:00 ●休館日：日曜日



Facebook ページに「いいね！」してね♪