### 四季桜をご存じですか?

三九朗病院の玄関脇に、一本の桜があります。秋と春の年2回開花する『四季桜』で、豊田市では、毎年11月に「小原四季桜まつり」が行われている小原町が有名です。全国的にもめずらしい桜ですが、小原地区には約10,000本あります。なかには、



樹齢百年以上で、天然記念物として県に指定され、大切に保護されているものもあります。秋には淡いピンク色の四季桜と真っ赤に染まった紅葉のコントラストを、春にはソメイヨシノとの華やかな競演を楽しむことができます。

病院の玄関では体温を測ったり、手指消毒をお願いしたりと慌しいですが、ふと見上げると、四季桜があなたをいやしてくれると思います。秋か



ら冬へと季節が移り変わっても、 寒い木枯らしが吹いても咲き続け る四季桜。コロナ禍が収束したら、 ぜひ訪れてみてください。



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。

めだが 84号(2021年2月) 年3回(2月、5月、10月)発行

発行責任者:加藤 真二 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

表紙絵:「希望の石」坂尾 有美

外来診療のご案内 **診療予約専用 ☎ 0565 - 35 - 3960** 





### with コロナの時代に願う



令和3年になりました。

昨年は年初から新型コロナウイルスの全世界的流行によって、今ま でとは全く違った生活様式を強いられる年になりました。

三密を避け、マスクの着用、手洗い・手指消毒の慣行、ソーシャルディ スタンス、換気…。本来、人と人とのコミュニケーション、関係性の 構築になくてはならない大事な要素がかなり抑制されるようになって います。

病院もしかりです。この新型コロナウイルスが流行し始めた早期か ら、職員の行動自粛、厳戒態勢が続き、入院患者さまに関しましても 面会ができなくなりました。ただでさえ心細い入院生活で、こころの 安らぎとなるご家族とも面会ができず、さみしい思いをされているこ とも多いと思います。

当院の規模では珍しいのですが、三九朗病院では、この感染症が流 行する以前から、感染対策、医療安全対策に専任のスタッフを配置し ています。利用していただく方々が、少しでも安全に、安心して利用 していただけるように、充実した委員会を開催して常にタイムリーな



対応をしています。

「コロナ禍」、このような状況はいつまで続くのでしょうか。 令和2 年の11月から12月第1週までの全国の定点観測によるインフルエン ザの発生は、昨年と比較して約500分の1に減少しています。これは、 この間、国民が行ってきた新型コロナに対する感染対策の効果にほか なりません。しかし、新型コロナの蔓延は止まらず、インフルエンザ より重症化率、死亡率も高い状況が続いています。行動の抑制で少し 感染が収まり、安心して行動自粛を緩めると、また感染が拡大する。 この繰り返しを止めなければ、結局、コミュニケーションや経済にも 支障を来すような行動抑制しか手がなくなってしまいます。

このコロナ禍から脱するためには、新たな予防法と治療法の確立が 必須です。それには、特効薬の開発や、有効なワクチンをどれだけ多 くの方々が接種するか、にかかっていると思います。経済や、人の交 流を少しでも元の状況に戻すため、国民の積極的な対応が望まれると ともに、with コロナの時代が、人の交流、経済に対し、支障の少ない 状況であることを心から願う次第です。



# [どこでもリハ]をご存じですか?

リハビリテーション部 部長 松重 好男

コロナ禍で新しい生活様式のもと、外出自粛や行動制限などが求められる時代。外出や運動の機会が減り、体力の低下を不安に感じている方も多いのではないのでしょうか?

そこで、当院では、インターネットを活用して自宅でリハ ビリや運動が行える「どこでもリハ」を試験的に導入しました。

### 「どこでもリハ」とは?

「どこでもリハ」は、国家資格を持った専門家である療法士が作成したオリジナルのリハビリプログラムを、タブレット端末で利用できる有料サービスです。

利用者は、自宅にいながら、タブレット端末で個々のライフスタイルに合わせて、自由な時間に運動ができます。さらに自分の運動内容を録画して、療法士のアドバイスを受けることができます。

このサービスは、株式会社エクサウィザーズ MedTech 部(※)により開発されたもので、当 院では令和2年11月から、入院患者さまを対象 に試験的に導入しています。



### ※株式会社エクサウィザーズ

「AI を用いた社会課題解決を通じて、幸せな社会を実現する」というミッションのもと、介護・医療・HR・ロボット・金融など様々な領域で AI プロダクトの開発と実用化に取り組む企業です。

### 利用方法は?

- ① 療法士が利用者に合わせた運動プログラムを設定します。
- 利用者は、自宅でタブレット端末に送られた運動プログラムの 動画を参考に好きな時間にトレーニングすることができます。
- 4 療法士は、利用者の動画を見て、アドバイスと運動プログラムの更新情報を定期的に(月2回)送信します。

#### 利用者



トレーニングの様子を録画し 体調の情報とともに送信

## 療法士



利用者から送られてきた動画を確認

興味のある方は、お問い合わせください。(担当:リハビリテーション部 松重)

- \*「どこでもリハ」の対応機種は、iPhone と iPad に限られています。Andoroid 端末には対応しておりませんのでご了承ください。
- \* 自由診療にあたりますので、月々のサービス利用料金が発生します。

# 医療安全推進週間の取り組み

医療安全管理部 医療安全管理者 菅原 陵子

毎年11月25日(「いい医療に向かって GO」)を含む1週間は「医療安全推進週間」です。医療機関では、普段から医療安全に取り組んでいますが、特にこの1週間は行政機関、医療関係団体を含め、医療安全を進める様々な取り組みが行われます。本年度当院では、日頃行っている各部署の医療安全に関する活動を展示で紹介しました。

### 医療安全推進週間 2020 の実施概要

#### 期間

2020年11月22日~28日

### ■ サポートメンバー

セーフティーマネージメント委員会(※1)

### ■目的

- ・日常業務における安全確認などの状況 を振り返る機会とする
- ・他部署の取り組みを知り、自部署の活動につなげる
- ・医療安全にしっかり取り組んでいる病院であるということを PR する

### ■ 実施内容

- ・日頃の活動内容をまとめ、ホールに掲示する
- ・職員全員で投票し、投票数の多い部署を表彰する
- ※1 セーフティーマネージメント委員会:医療安全管理者、医師、薬剤師、看護師、事務員の専任のセーフティーマネージャー(各部門の医療安全責任者)で構成された委員会で、医療安全に関わるカンファレンスを毎週開催しています。医療安全委員会で協議した改善策の周知徹底や、院内ラウンドにより取り組み状況の確認を行っています。



### 【最優秀賞】

看護部 B-3チーム

テーマ:コミュニケーションは安全の第一歩 -スピークアップしよう!-









#### 良かった点

- 「すみません」より「ありがとう」。職場の雰囲気づくりの大切さが伝わり、 自部署の取り組み課題として有効的で参考にしたい内容であった。
- ・インシデント(※2)から病棟全体で考え、伝える側・聞く側それぞれの立場から共通している事を可視化でき、他部署や職場全体が共感できる内容であった。

### 【優秀賞】

●リハビリテーション部 1番チーム ●看護部 B-2チーム

### 【努力賞】

●事務部 医事課チーム ●支援部チーム

### 【審査員特別賞】

- ●看護部 外来チーム ●事務部 メディカルサポートチーム
- ●介護事業部 デイサービスノアノアチーム
- ※2 インシデント:事故につながりかねない医療行為を未然に防げた例や、実施されたが結果的に患者に 傷害や不利益を及ぼさなかった事象のこと。

6 めだか ♪ 2月号(No.84) りだか ♪ 2月号(No.84) 7

## リハビリの現場から

#### 負担のかからない介助方法 徹底した & 家でできるリハビリ No.26

### コロナ禍でも使える! イライラ回避の豆知識

リハビリテーション部 公認心理師 高尾 卓

## リハビリセンターのコロナ対策

作業療法十 主任 川村 直希

2階のリハビリセンターでは、毎日多くの患者さんがリハビリに励んでい ます。以前は、入院患者さまと外来の患者さまが一緒に使用していましたが、 現在は、コロナ対策のため、外来の患者さまには1階のリハビリスペースを 使っていただいています。また、リハビリセンター内は3区画に分けて病棟 別に使用。個室で発声や飲み込みの練習を行う言語療法では、訓練中も換気 を行い、1人の訓練が終わるたびにアルコールで拭き掃除を行っています。

リハビリは、マッサージや介助、動作の補助などスタッフと患者さまが密 に接する機会が多いため、手指消毒や拭き掃除の実施を今まで以上に徹底し て心がけ、感染予防に取り組んでいます。今後も、安心安全なリハビリが提 供できるようスタッフ一丸となって取り組んでまいります。



入口には、自動の手指消毒器を設置



センター内を3つに区分け



必要時に手指消毒



対面になるときは、 パーテーションを設置



使用後にアルコールで拭き掃除 環境整備用クロスも常備

コロナ禍が長期化し、健康な方も疲労が蓄積されています。当た り前が当たり前ではなくなった状況にストレスを感じることは少な くないと思います。では"当たり前"とはいったい何でしょうか?

私たちは"当たり前"を事実である(つまり正しい)と認識しがちです。 でも実際は、「当たり前」というものはなく、おのおのの考え方によって異 なるはずです。

### 「人によって考え方は違う」

よく耳にする言葉ですよね。それなのに、自分の"当たり前"こそが正 しいと思い込み、自分の考えと違う人に主張するために、もめ事が起こる のです。コロナ禍でギスギスしていたら、なおさらです。(マスクの使用法、 外食の頻度 など…)

ぜひ、事実と考え方は別物であるとの理解を深めて、不要なストレスを 回避し気持ちを整えることにお役立てください。

※前回ご紹介した呼吸法(2020年10月号)を組み合わせるのもオススメです。









マスクが苦手なのかも しわないし、 屋外で人も少ないから 外したのかもしれない…



### もっと知りたいという方へ

『心本(こころぼん)~気持ちを整えたいときによん でください~』(Amazon より販売中)第13章に詳し く説明しています。ぜひお手にとってご覧ください。



### なるほどサポート

医療ソーシャルワーカーから

社会福祉士 主任 茶山 由香利

## 介護保険の住宅改修費助成

年齢を重ねると足腰が弱くなり、住み慣れた家の中での移動でも思わぬところで転んでしまうことがあります。ご自宅で安全に安心して生活するために手すりや段差解消など家の改修が必要な場合、介護保険による住宅改修費の助成制度を活用できます。



### ■ 介護保険制度の助成制度

対象者	介護保険認定者のうち、 <b>在宅で介護を受けている方</b>
対象工事金額	個人当たり <b>上限額20万円</b> ※上限に達するまで複数回利用できます。 ※対象工事金額のうち、介護保険の負担割合分は自 己負担になります。
改修工事の内容	手すりの取付け、段差の解消など
助成額	①介護保険負担割合が1割の方 → 上限額18万円 ②介護保険負担割合が2割の方 → 上限額16万円 ③介護保険負担割合が3割の方 → 上限額14万円



### 豊田市すこやか住宅リフォーム助成事業

介護保険自己負担割合が1割の方は、上記に加え、豊田市すこや か住宅リフォーム助成事業の支給(上限18万円)を受けられます。

助成を受けるためには、改修工事に着工する前に、市役所の介護保険課に申請する必要があります。申請前に着工すると助成が受けられません。改修工事を始める前に、ケアマネージャーに相談してください。

### SHIN-SHIN とよたが発信します!

## カラダについて考えよう!

薄着になる時期に備えて、今から準備を始めませんか? 今のカラダを数値化し、ダイエット・運動を始めるきっかけを作りましょう!



## 体脂肪測定

料金 ¥550 (税込み)

- ◆30秒程で簡単に筋肉量・体脂肪量などが 測定できます
- ◆運動指導員による結果の説明もいたします



### ポイント

適正体重 (BMI22) をもとに理想の 筋肉量・体脂肪量を算出します!

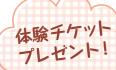
### ポイント2

部位別に筋肉<mark>量を調べ、</mark> トレーニング<mark>のアドバ</mark> イスをします!



### ポイント3

80点を基準に現在のカラダを 評価します!



4FのSHIN-SHINとよたへ、こちらの『めだか』84号 をご持参の上、体脂肪測定 (550円) を実施された方に、 「トレーニング無料体験チケット」をプレゼントいたします。

### ~感染予防のため入館時の検温・手指消毒・マスク着用にご協力ください~

● メディカルフィットネス SHIN-SHIN とよた (三九朗病院内) ☎ **0565-34-6272** 【体験受付】 10:00~19:00 (休館日:日曜日) 【営業時間】 9:00~21:00 (土・祝20:00まで) (休館日:日曜日)

10 めだか ♪ 2月号(No.84)