

リハビリデイサービス「颯とよた」名称変更

2021年12月1日より、リハビリデイサービス「颯とよた」の名称が、リハビリデイサービス「ao」になりました。「ao」はハワイ語で「光、夜明け」という意味です。また、施設がある青木町の「青」ともかけてあります。

光(目的)に向かってリハビリを続けることで夜明けがくることを信じ、一緒にがんばりましょう。



決定！ 転倒予防標語

医療安全管理委員会は「転倒予防の標語」を院内で募集し、優秀作品に病院長賞を贈りました。

高齢者の転倒は、その後の人生を左右する骨折につながる危険性があります。多くの作品の中から「転倒の危険がある場合は、寄り添って笑顔と一緒に散歩しましょう」という温かさあふれる標語が選ばれました。

今後も標語のように患者さんに寄り添ったリハビリを続けていきます。



病院長賞 あなた的一步 寄り添って二歩 笑顔で散歩

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 87号(2022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

外来診療のご案内

診療予約専用 ☎0565-35-3960

サンクロウ

表紙絵：「雪の中の暖かさ」坂尾 有美

三九朗病院
モバイルサイト



「ここに来て良かった」そんな施設をめざして

<http://www.sankuro.or.jp/>

さんくろうニュース
めだか
MEDAKA★

2月号

2022年(No.87)

巻頭 新年にあたって

ナースの部屋 園芸を通じたレクリエーション



yumi
美



医療法人三九会 三九朗病院

新年にあたって

コロナ禍での 医療・健康を守る

理事長 加藤 真二



新型コロナウイルス感染症が世界的流行をきたして約2年が経過しました。この間、皆さんの生活様式はかなり変化したのではないのでしょうか。

医療の現場も、医療崩壊がおこらないために様々な工夫、変革が行われました。コロナ用の入院ベッドの確保や、在宅で軽症者を診る仕組み等です。結果的に現在（2021年12月）のコロナ感染症の日本の致死率は1.1%です。これは、アメリカ1.6%、イギリス1.3%、インド1.4%、ブラジル2.8%、世界全体の2.0%と比べても決して劣る数値ではありません。さらに、コロナ感染症ばかりに目を向けるのではなく、通常医療の崩壊もおこらないようにしなくてはなりません。当地域は、幸い、このコロナ禍が訪れる以前から地域完結型医療がほかの地域に比べてかなり整っていました。急性期・回復期・慢性期の入院医療、そして外来・在宅医療等をそれぞれの医療機関が担い、地域で完結する医療で、コロナ感染症やそのほかの通常医療においてこの仕組みが機能しています。コロナに関しては、診断に寄与する医療機関、感染症の重篤な時期を診る医療機関、当院のような回復期や後遺症等を診る後方支援医療機関、軽症等を在宅で診る医療機関等が保健所と連携して、それぞれの機能を生かして対応して、重篤なコロナ患者に対して対応病床がオーバーフローを起こすことなく経過することができています。また、豊田加茂薬剤師

会の協力で、在宅で療養する方々に対して家まで薬を届ける仕組みも確立していただきました。感染予防の面でも、ワクチン接種を医師会と行政がタッグを組み、当地域は早期に、かつ高い接種率の地域となりました。

このような地域の取り組みの中で、当院でもコロナ感染症に対して厳重な感染対策下で発熱外来や、入院では回復期のリハビリを行い、ワクチンも1回目、2回目合わせて約9000回の接種を行い、さらに1月からは3回目接種も行っています。

今、懸念されるのは、このコロナ禍で健診や受診を控える方が増えていることです。2021年12月に発表された国立がん研究センターの集計で、2020年の新規がん患者が集計開始の2007年以降、初めて減少したとのこと。さらにがん登録推進法に基づく調査が始まった2016年以降の集計に参加し続ける735施設で、増減を比較した結果、2020年は96万7088人で、2019年の102万7749人から5.9%、約6万人も減少したとのこと。この間のがんの発生が減ったとは考えにくく、健診・受診控えに伴う診断の遅れが原因と思われます。ほかの疾患についても受診控えに伴う病状の悪化が懸念されます。

先にも述べたように、コロナ禍でも通常医療の崩壊を招かないよう、当地域は様々な仕組みで対応しています。当院も健診センターを含めて然りです。的確な感染対策の下でコロナを恐れすぎず、ご自身の健康管理にご留意ください。当法人は、地域の幸福寿命の延伸のためにACP（アドバンスケアプランニング：人生会議）も取り入れて、今後も理念である「ここにきてよかったと思ってもらえる施設になる」ために努力し続けます。

ナースの部屋

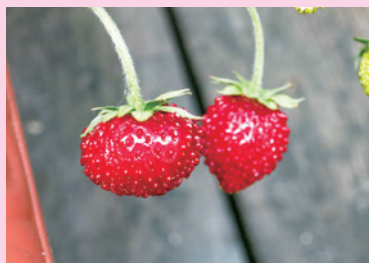
園芸を通じたレクリエーション

看護部長 加納 明美

一般の病院より長く入院してリハビリを行う回復期リハビリテーション病棟。当院では、入院中でも季節を感じられるイベントや展示を行って、リハビリ以外の時間も有効に過ごしていただけるよう努めています。今回は、園芸を通じたリハビリテーション「39 ファーム」の取り組みを紹介します。

「39 ファーム」とは？

2階のリハビリテーションセンターにあるベランダを利用し、患者さまと一緒にプランターで野菜やお花を育てています。



春に実った野いちご



かわいいサイズのオクラができました



ニチニチソウがきれいに咲きました



こんなに小さいのにすごく辛いソバネ口

活動の様子 ～ 11月にカブの間引きをしました

スタート！



どこから間引こうか悩みます



どれを抜いたらいいかなあ？

患者さまからアドバイスをもらいながら形になってきました



うまく間引きできたかな

ゴール！



抜いた苗を捨てるには忍びないね



大きくな～れ♪

思うように育たないときには、患者さまに指導をしていただくなど、患者さま・スタッフとのコミュニケーションの場にもなっています。植物を育てるという行為はストレスや不安を軽減し、精神的な安定につながると言われています。これからも、患者さまの笑顔とリハビリ意欲の継続につながる活動を続けていきます。

在宅の食事でお困りの方へ

訪問栄養食事指導のご案内

管理栄養士 杉浦 英里

当院では、在宅の食事を有意義にし、「おいしい」「うれしい」「楽しい」と食べられるよう、管理栄養士が訪問してサポートしています。

こんなお悩みはありませんか？

● やせてきた

食欲がなく、食べる量が減ってきて心配

● 太ってきた

体重を減らしたいけど、どんな食事をすればいいかわからない

● 食事が食べづらい

むせる、うまく飲み込めないなど、食べるのが大変

● 床ずれができた・治りが遅い・繰り返す

傷口から感染症にならないか不安



管理栄養士はどんなサポートをしているの？

● 食事摂取量や栄養状態のチェック

● 病気や状態に合わせた食材、惣菜の選び方や調理指導

※ご家族やヘルパーの方への指導も可能です。

● 経管栄養剤や栄養補助食品などの介護食品、とろみ剤の紹介

● その他、栄養や食事に関する様々なお困りごとへのアドバイス

まずは、主治医や訪問看護師にご相談ください。



お問い合わせ先

三九朗病院 栄養科 ☎0565-32-0282 (代表) 070-5448-5995 (直通)

訪問栄養食事指導の概要

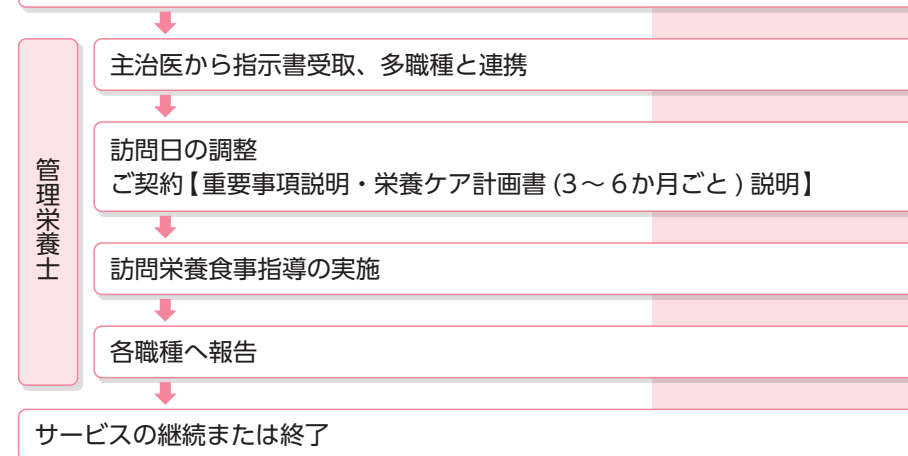
(2021年4月現在)

対 象 者	以下1・2どちらにも当てはまる方 1 通院困難で自宅・施設で療養中の方 2 特別食等が必要な方(糖尿病・脂質異常症・高血圧・腎臓病・肝臓病・貧血・痛風・低栄養状態・嚥下困難者・高度肥満症など)
訪 問 日 時	月～金：10時～15時(その他要相談) 1回おおむね30分。月2回までご利用いただけます。
利 用 料 金	介護保険かつ単一建物居住者対象者1人・自己負担額1割の場合 主治医が当院の医師の場合 544円/回 主治医が他院の医師の場合 524円/回 (調理指導時の材料費は実費です)
訪 問 範 囲	豊田市・みよし市など
交 通 費	当院からの距離数に応じて実費(消費税込) 片道2km未満 無料 片道2km以上220円/回・片道5km以上550円/回

ご利用の流れ



ご依頼者(主治医・訪問看護師・ケアマネジャー等)から管理栄養士へ利用相談



※介護保険の区分支給限度管理外のサービスです

通所リハビリテーションの取り組み

作業療法士 田中 良典

三九朗病院の通所リハビリテーションでは、ご利用者の「できるようになる！」を実現するために、様々な視点から目的・目標の共有をしています。その一つが「がんばる目標」です（『めだか83号』で紹介）。目的・目標をスタッフだけでなく、ご利用者同士でも共有することで、一体感と励み・前向きな姿勢が生まれます。2020年度に始めたこの取り組みも一年が経過し、大きな花を咲かせようとしています。

さらに今年度は、複数のスタッフが一つの目標を達成するために連携し、協働する“チームアプローチ”にも取り組んでいます。様々な視点から考えることで、一人では到達することができない+αのパフォーマンスが行えるようになるのがチームの強みです。

チームアプローチの利点

- ★スタッフの得意分野を活かし、多様なニーズに対応することができる
- ★討議することによって個々の療法士のケアの質の確保・向上が望める
- ★支援の継続性を保つことができる
- ★より適切で効果的な支援の実施が可能となる
- ★多様な視点による多くの選択肢を提示することができる



左：がんばる目標
右：チームアプローチの一例

主担当以外の複数スタッフもリハビリに関わっていくことで、ご利用者の「できるようになる！」の実現を目指します。

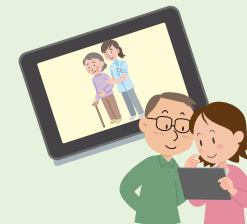
負担のかからない介助方法
&
家でできるリハビリ
No.29

iPad アプリ「どこでもリハ」の新サービス！ 入院患者さまの動画が ご自宅からも確認可能に

理学療法士 白比野 翔太

コロナ禍において感染拡大防止のため、入院患者さまとご家族の面会が制限されています。そんな中、ご家族から「リハビリでどこまで良くなっているか知りたい」「説明だけでは、入院中の様子がイメージできない」という声が多く聞かれました。

そこで、今年度から同意を得た入院患者さまを対象に、リハビリ中の歩行などの動作を iPad アプリ「どこでもリハ」で撮影し、医師や社会福祉士との病院での面談の際、ご家族に動画でリハビリの様子を確認していただくサービスを開始しました。

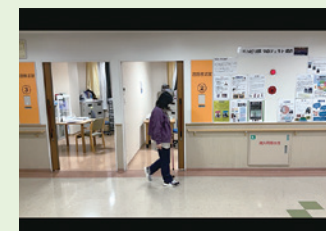


さらに、2021年8月からは患者さまが個別の家族アカウントを作成することで、ご自宅など離れた場所でもパソコンやスマートフォンを使用し、動画を閲覧することが可能になりました。これにより、県外のご家族や仕事などで来院することが困難なご家族でも、リハビリを頑張っている患者さまの様子を確認することができます。

家族アカウントの作成はリハビリテーション部で行いますので、ご希望の場合は担当の療法士へお申し出ください。



「どこでもリハ」画面



リハビリの様子（動画）

管理職研修での学び

当院では管理職に必要な知識や経験を学ぶ機会として、定期的に管理職研修を行っています。2021年10月30日、令和3年度管理職研修を実施し、国立長寿医療研究センターの西川先生と快護相談所和び咲び副所長の大城先生を迎え「生活現場のACP（アドバンス・ケア・プランニング）」についてご講演いただきました。

ACPとは、「もしもの時に備え Advance (A)」、「前もって Care (C)」、「最期に向けて大切なことを Planning (P)」を話し合って実現するプロセスです。患者さまが人生の最後まで自分らしく生きられるようにするためには、定期的に家族に自分の意思を伝えることが大切です。

医療従事者として聴き取り側に立ったとき、相手（患者さま）の言葉に自分の価値観を追加したり、感情を先読みして答えたりすることは、正しく意思を汲み取るにつながらないと学びました。場面を想定したロールプレイングをグループで行うことで、より現場に近い経験ができました。

今後もより良い病院作りのため、研修を継続していきます。



あなたが大切にしていることは何ですか？

あなたが信頼できる人は誰ですか？

信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？

話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しましたか？

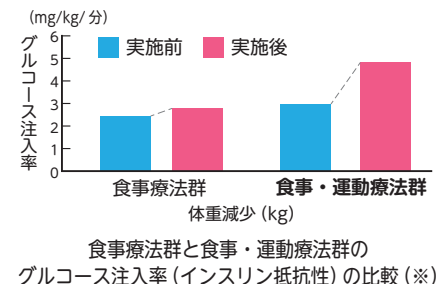
運動で糖尿病を予防・改善しよう！

現在、糖尿病の患者数は約1000万人といわれており、医療費は1兆2200億円にもものぼります。糖尿病の主な原因とされているのは「インスリンの分泌量の低下」やインスリンの働きが悪くなる「インスリン抵抗性」があげられます。運動を行って健康的な体作りを目指しましょう！

基準値

- 血糖 71～108mg/dl
- HbA1c 4.6～6.1%

食事療法と運動療法の併用が有効！



インスリン抵抗性が改善されるとともに、体重の減少も期待できます！運動を始めて糖尿病予防と改善を試みませんか？

3大合併症

糖尿病には合併症のリスクも…

し 神経の障害：神経障害

め 目の障害：網膜症

じ 腎臓の障害：腎症

その他動脈硬化などの危険性も

安全に行うためのポイント

- 糖尿病の治療を行っている方は食後30分～1時間で運動を始めてください
- 低血糖には十分に注意してください
- 運動前後は必ずストレッチを行いましょう
- 水分補給をこまめにしましょう



見学・無料体験受付中！スタジオ参加もできます！！

● 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)

入館時の検温・手指消毒・マスク着用にご協力ください