

さや
岐阜清流病院 広報誌「清」

S A Y A

2022 SEPTEMBER Vol.7



理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・事務スタッフ

岐阜清流病院・リハビリテーション療法課

名和内科・巢南リハビリセンター 広報誌「清」

さや

SAYA

2022 SEPTEMBER Vol.7



地域交流施設 清流ぷらす

脳梗塞発症から入院、

リハビリ、そして今

今回の対談は、

「回復期リハビリテーション」と「社会復帰まで」をテーマに7年前に脳梗塞を発症された高橋和夫さんとリハビリを担当した小森愛子にお話を伺いました

高橋さんの脳梗塞発症の経過について

小森：高橋さんは2014年にご自宅で脳梗塞を発症され、岐阜県総合医療センターに2週間程入院して急性期治療を受けられました。その後、

当院の回復期リハビリテーション病棟に転院され、5カ月間入院、リハビリを受けられました。退院後は自主訓練を継続されて社会復帰し、元気に活躍されています。

高橋さんが脳梗塞を発症した時の様子について

高橋：今から7年前になりましたが、仕事から家に帰ると急に呂律が回らなくなり、会話ができなくなりました。その様子が息子が気付いてすぐに救急車を呼び、即入院ということになりました。最初は呂律が回らない状態だったので、そのうちに右腕と右足が重く感じられ動かなくなりました。

回復期リハビリテーション病棟について

小森：回復期リハビリテーション病棟では、失われた体

の機能を改善するとともに、

残された機能を最大限に活かして、在宅復帰や社会復帰に向けて集中的にリハビリを行います。各専門スタッフによる訓練を365日休みなく行います。病気や障害があっても自分らしく暮らしていただけるように、看護師や介護士なども連携して、ご自身でできることをたくさん増やせるように対応しています。

高橋さんが回復期リハビリテーション病棟に入院された時の様子やリハビリ経過について

小森：右片麻痺が重度で車椅子

子を使用されていた入院でした。お一人で立つ、歩くといった動作が困難な状況でしたので、身体機能の訓練や座る・立つ・歩くといった基本的な動作の訓練、トイレや着替えなどの日常生活動作訓練を中心に実施しました。

高橋：初めのうちは考えることに全く違う動きをする自分の身体に不安になる時期もありましたが、訓練をするうちに色々なことが本当にめきめきと良くなりました。

小森：徐々に歩けるようになり、日常生活動作は自立できましたね。しかし右手の麻痺は依然重度であったため、左

手を利き手として使うことが必要でした。もともと高橋さんはお料理がお好きなので、調理実習を試みることにしました。

高橋：調理実習でカレールイプを作ろうということになって、釘付きのまな板を使ったり、野菜の切り方を教えてもらって、何でもできるってわかりました。

小森：工夫したら何でもできることに気づかれましたね。この調理実習は、高橋さんの活動範囲を拡大していくきっかけになったと感じています。

患者さんにとって

良きパートナーでありたい



小森愛子さん

PROFILE プロフィール

岐阜清流病院 リハビリテーション療法課 副主任

2005年北里大学医療衛生学部リハビリテーション学科卒業。同年現岐阜清流病院に入職。

取得資格：作業療法士、ケアマネジャー、イタリア研修を経て認知神経リハビリテーションマスターコース終了。2022年8月 公認心理師(国家資格)合格・登録申請中



何でも前向きな気持ちで

やるのが大切

高橋和夫さん

PROFILE プロフィール

1949年生まれ、72歳。2014年2月脳梗塞を発症し、急性期治療、回復期リハビリテーション病棟でのリハビリ入院を経て2014年7月社会復帰を果たす。現在も継続的にリハビリに取り組み続けながら選挙管理委員会会長など幅広く活躍の場を広めている。

2021年秋 藍綬褒章(らんじゅほうしょう)受賞、本巣市選挙管理委員会会長、本巣市商工会筆頭理事、本巣市青色申告会会長

高橋さんの工夫

高橋…左手で字を書く訓練として、平仮名のドリルを一生懸命にやりました。また、ある日髭を剃っていると鼻歌を歌っている自分に気が付いたんです。話し言葉はうまく出ないのに歌が歌えることに驚きました。そこで、小学生の本を使って音読も始め、話す方も特に良くなりました。リハビリはやればやるほど良いですね。

小森…自分で工夫して色々なことにチャレンジされていきましたね。高橋さんは大変エネルギーギッシュな方で、コツコ

ツと真面目に諦めず、腐らず訓練され、我々スタッフも感銘を受けました。

退院後の活動について

高橋…退院後は、とにかく今までできたことは全部やってみようと思つて毎日挑戦しています。実家がお茶農家なのでエンジン付きのバリカンで二人で茶葉を刈る作業があるのですが、最初は苦勞しました。動かない右手の代わりにこの左手を絶対に利き手にしてやろうと心に誓つて、左手ではさみを持つて庭中の植木を剪定したこともありまし

た。それから、僕はジーパンが大好きなんですけど、歩行を補助するために足に装具をつけるので普通のジーパンが履けなかつたんですよ。だから、左手だけで自分でジーパ



▲一針一針刺繍されたジーンズ

ンの裾を切つて、広げて、縫つてと裁縫や、ジーパンに刺繍ができるようになりました。それから爪切りも工夫して左手の爪を左手で切れるようになりなりました。つまりね、何だつてやればできるんです。僕の最近の座右の銘は「為せば成る 為さねば成らぬ何事も成らぬは人の為さぬなりけり」なんです。左手のみでもやればできる。やらん人はで

きん。それだけのことですよ。と思います。もちろん全部が全部とは言わないけれど、その方が良い方向に向かうと思つうし、毎日が楽しくなりますよ。

小森…今、高橋さんが仰つたことがその通りだと思えます。リハビリと言うと、体の機能回復のことだと思われがちですが、実はリハビリの語源には「人間らしく生きる」という意味があるんです。失われた機能に固執して失望するのではなく、自分の身体にしっかりと向き合いながら、残された機能を最大限に活かして、その人らしい生活を取り戻すことが大切です。我々

同じような状況で悩んでみえる方へのメッセージ

高橋…やはり、何でも前向きな気持ちでやるのが大切だ

リハビリスタッフもそういう姿を見られることがなにより嬉しいと思つています。ですから、患者さんにとってリハビリの先生というよりは良きパートナーでありたいと思つています。リハビリを受ける患者さんは、ご病気をされて辛い状況ではあると思うのですが、一人ぼっちと思わずに一緒に頑張っていけたらと思います。



インタビューの様子は動画でもご覧いただけます

TEAM SE

清光会グループで活躍中の



視能訓練士とは

小児の弱視や斜視の視能矯正、乳児から高齢者まで幅広い年代の視機能検査を行う、国家資格を持つ専門技術職です。

●視機能検査

視力検査・眼圧検査・眼底検査・視野検査・眼鏡検査・手術前検査・超音波検査・眼位検査など眼科検査の9割は視能訓練士が施行しています。(健診、検診、人間ドックなどの視覚検査も行います。)

▶視力検査

目の状態を診断するのに最も重要な検査です。屈折異常や眼疾患の有無を調べます。

気球や赤い屋根の家を覗いて近視・遠視・乱視等度数を検査する屈折検査の結果を元に裸眼視力と矯正視力を測ります。

▶眼圧検査

眼圧とは目の形を保持する目の内圧のことで、目の硬さを測る検査です。目の表面に軽く風を当てて測定します。

眼圧が高いと様々な疾患が考えられるため重要な検査です。

▶眼底検査

目の奥の検査で、網膜や視神経乳頭を撮影します。フラッシュをたいて撮影するので、少し眩しいですが痛みなどは一切ありません。眼科的疾患や全身の病気からくる合併症の診断にも役立ちます。

▶視野検査

視野とは目を動かさずにものが見える範囲のことです。視神経疾患や網膜疾患だけでなく、頭蓋内疾患などでも診断に必要な検査です。また視覚障害者認定の申請にも使われる検査のひとつです。

●視能矯正

強い近視・遠視・乱視がある(弱視)、眼の位置がずれている(斜視)こういった症状がある場合、低年齢から治療を開始しなければ、将来的に視覚が発達しくなくなります。正常な視覚獲得のために訓練を施行します。

●ロービジョンケア

何らかの理由で低視力(ロービジョン)になってしまった方の生活の質改善のサポートをします。拡大鏡、遮光眼鏡、支援施設の紹介など。患者さん一人一人に向き合い、様々な年代の眼の健康を守るサポートをしています。

人の情報の約8割は視覚からと言われているほど、“見える”ことは、生活の質に大きくかかわってきます。私たち視能訓練士は、患者さんの気持ちに寄り添い、お話を聞いたうえで疾患に必要な検査を行い、必要な情報をお伝えします。眼鏡のこと、眼の疾患について疑問に思うこと、気軽にお話ししていただき、少しでも患者さんの不安を取り除くお手伝いが出来たら幸いです。

IKOUKAI

巢南リハビリセンター

No.7

介護福祉士
そうま
長屋颯菜

のスタッフを紹介します！



2022年4月入職の新人介護福祉士

介護老人保健施設 巢南リハビリセンターで入所者さんの介護を担当しています。

主な業務内容は、排泄、入浴、食事の介助やレクリエーションなど、そして入居者さんが安心安全に過ごして頂けるように一つ一つの動作に危険がないか見守りを行っています。

●介護福祉士を目指した動機

この仕事に就こうと思ったきっかけは、中学生の時に母に誘われ介護施設で開催された夏祭りのボランティアへ参加し、入所さんと楽しくお話したことで、こんな仕事があるんだ、と興味を持つようになりました。これを機会に学生時代は大きなイベントがあるたびにボランティアに参加するようになり、後に就職を意識するようになりました。そこからは介護福祉士の国家資格を取得するため専門学校へ入学し、同じ夢を持つ仲間たちと一緒に介護の知識・技術、そして実際の現場でアルバイトや実習を経て、無事に国家資格に合格することができました。そして、ついに介護福祉士として巢南リハビリセンターに入職することができました。

●入職後の経験

入職してからは今まで学んだことを出し切ろうと思っていましたが、一日の業務をこなすことだけでも精一杯で、学んだことを活かす事ができない悔しい日々を送りました。しかし、4ヵ月が経った今では業務内容にもなれ、夜勤も任せられるようになり、少しずつ学んだことを活かせるようになりました。

●目指す介護福祉士

自分の目指す介護士は、入所者さんをはじめ、誰からも信頼される職員です。

例えば、トイレや入浴、オムツ交換の介助など、この人ならすべてのサポートに対し身を任せても「安心できる」と思っただけのような介護士になりたいです。

今後も、入居者さんと多くの関わりを持ちながら、たくさんの方のコミュニケーションを図り、訴えを傾聴しながら利用者さん一人一人に寄り添っていきたく思います。

これからも多くの事を学び、たくさん経験を積むことで入居者さんから「あなたなら任せられる、安心できる」と言っただけのよう、一生懸命頑張っていきたいと思っています。



岐阜清流病院に関するニュースをお届けします！

2022年7月

七夕特別企画

～皆さんの願いが届きますように～

7月4日～7日まで七夕特別企画として、来院される皆さんに願いを込めた短冊(約300枚)を書いていただき、1階ロビー4箇所に設置した本物の笹に飾って、七夕を楽しんでいただきました。7月7日には男性医師と受付スタッフが浴衣姿で診察や対応を行い、来院された皆さんから「気持ち明るくなった」と嬉しいお声をいただきました。



2022年7月

本巣市と「医師派遣に関する協定」を締結しました

当院は2022年4月、岐阜県から「へき地医療拠点病院」の指定を受けました。根尾地域における医療体制を強化するため、本巣市と「医師派遣に関する協定」を締結し、本巣市国民健康保険根尾診療所へ7月より毎月第2火曜日に循環器内科医師1名を派遣しています。住民の方々の医療支援につながるよう努めてまいります。



(右)
本巣市 藤原市長

(左)
清光会 名和理事長

漢方コラム

第3回 天気痛(低気圧頭痛)

記事執筆 診療部長 越路正敏先生

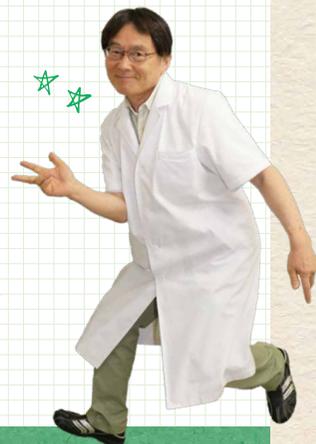
先回、熱中症の予防や軽度の熱中症には、五苓散^{ゴレイサン}という漢方が効く、というお話を致しました。利尿剤である五苓散は、この他にも、応用範囲が広い漢方です。そのひとつが、最近、マスメディア等でも、時々話題になる“天気痛”です。天気痛とは、天気が悪くなってくると痛みが生じるもので、多いのは、頭痛です。よく、天気が下り坂になると、関節痛や神経痛がひどくなるというのも、この類と思われま。

天気痛が何故起こるかという、細胞が気圧によって伸び縮みするという説があります。気圧が低くなると、細胞の周囲の圧力が低くなるので、細胞が膨張するというものです。ひとつひとつの細胞の膨張は取るに足らないほど小さなものですが、それが集団となると身体に影響を及ぼすようになるのです。特に、頭は、頭蓋骨という固い殻に覆われた脳という臓器なので、膨張した細胞集団の圧の逃げ場がなく、頭痛が起きやすいというわけです。五苓散が細胞膜の水の出入りを調節することによって、この細胞の膨張を正常に回復させ、頭痛を治すのですね。

五苓散は、名前から類推できるように、沢瀉^{タクシャ}、猪苓^{チョレイ}、茯苓^{フクリョウ}、朮^{ジュツ}、桂皮^{ケイヒ}の5つの生薬から構成された漢方薬です。

このうち、桂皮を除く4つの生薬は、すべて水を調節する働きがあります。桂皮を除いた4つの生薬からなる四苓湯^{シレイトウ}という水毒に用いる漢方薬もありますが、現代では、五苓散の方がよく用いられています。水の調節には関与しない桂皮ですが、末梢循環改善作用や気を静める作用があり、これが他の4つの生薬をうまく引き立てていると推測され、こういうところが、漢方薬の妙でもあり面白いところです。桂皮が入っていますので、シナモンの匂いが嫌いな人は、少し苦手かもしれませんが、郡上八幡の肉桂玉ほど辛くはないですし、京土産の八つ橋やおたべを食べられるならまず大丈夫です。効果も即効性で、効きが少ないと思えば数回繰り返し飲んで良いでしょう。ただ、効果が良い時、悪い時があるのは経験しますので、一度無効でも再チャレンジしてみるのも良いと思います。

おなじ天気痛に、慢性的に胃腸が弱い人には、半夏白朮天麻湯^{ハンゲヒョクジュツテンマトウ}という漢方薬も選択肢のひとつになります。



【漢方外来/越路医師】第1～4金曜日 14:00～16:00 ※完全予約制



2022年7月

なか

瑞穂市中小学校6年生に福祉共育を実施しました

7月12日(火)に瑞穂市立中小学校にて6年生を対象に、福祉共育「高齢者の心と体の変化」についてお話ししました。

この福祉共育は、瑞穂市社会福祉協議会が「誰もが安心して幸せに暮らすことのできる地域社会」を目指して、様々な取り組みの中の一環として行われています。

当日は、生徒の皆さんが高齢者に対してどのくらいの意識や関心があるのかとも興味深く思いながら進行していきましたが、生徒さん全員がとても真剣に話を聞いており、積極的に意見を出す姿にとっても頼もしく思いました。

生徒さんからは「高齢者になると心身共に変化し、リスクを抱えていることを理解し、支えていきたい」「自分たちより経験を積んでいるため、様々な知識や技術を持っているので学びたい」と意見が出されました。自分にできることを見つけて取り組もうとする姿を見て、私たちも大きな刺激を受けました。

今後も清光会の理念である「医療・介護を通じ地域の皆様に笑顔あふれる暮らしをお届けします」を目指し、色々な形で地域と関わりを持ち向き合いながら、皆さんが安心して暮らせるようなお手伝いができたらと思っています。



巢南リハビリセンターデイケア
通所介護士長 渡辺 了子



巢南リハビリセンターご利用者の
手作り雑巾を贈呈しました

清流ぷらす通信

「脳トレGOぷらす」開始！

今年度5月から 瑞穂市 認知症総合支援事業『脳トレGOぷらす』が始まりました。

当事業は、瑞穂市の地域福祉高齢課が行う「MCI(軽度認知障害)チェック」を受けられた方々が対象の認知症予防教室です(1クール全12回)。

「清流ぷらす」で行うからには、よくあるサロン形式の教室ではなく、毎回様々な分野の講師をお呼びして、それぞれの視点で認知症になりにくい生活習慣を身に付ける方法をお伝えする教室としてスタートしました。第1クールを終了された利用者さんからは、教室終了を惜しむ声と、確かな変化がみられました。

また、地域でボランティアをしたいという方々に研修を行い、「運営サポーター」として活躍してもらえる仕組みを取り入れました。「役割づくり」は「生きがいづくり」です。教室の利用者さんだけでなく、ボランティアさんへの「ぷらす」も創っていきたく思います。

近年、国(厚労省)が掲げる「認知症施策推進大綱」においては、「共生と予防」を両輪とした施策に切り替えられました。今後も介護予防事業を中心とした地域で求められる様々な活動を行政や社会福祉協議会と一緒に取り組んでいきたいと考えています。

