

## 訪問看護ステーション ひまわりのご案内

訪問看護ステーションひまわり  
看護主任 萩原 幸子

### 訪問看護

訪問看護は病気や障害を持った方が住み慣れた地域で、その人らしく療養生活を送れるように、看護師等が生活の場へ訪問し、医師の指示のもとに、看護を行うサービスです。

### 訪問看護サービスを利用できる方

病気や障害が軽くても重くても訪問看護が必要な方にご利用いただけます。介護保険がある方もない方もご利用可能です。

### ご利用方法

かかりつけの医療機関、ケアマネジャー、または当訪問看護ステーションにご相談下さい。

入院・入所中の方は退院前にご相談にうかがいます。

ご自宅、高齢者住宅・施設等でご利用いただけます。

### 利用できる地域

前橋市、高崎市、吉岡町、榛東村などおよそ片道10kmを目安にご利用いただいています。

それ以外の地域の方もご相談させていただきます。

### スタッフ構成

看護師6名・理学療法士4名・作業療法士4名・言語聴覚士1名(リハビリテーションスタッフは病院と兼務)

### お問い合わせ先

電話：027-252-3305 (直通)  
FAX：027-253-8222



### 訪問看護でできること

- \* 病状の観察：病気や障害の状態、血圧・体温・脈拍・酸素飽和度などのチェックをし、異常の早期発見
- \* 日常生活の世話：身体の清拭、洗髪、入浴介助、食事や排泄などの介助・指導
- \* 薬の相談・指導：薬の飲み方のアドバイス、残薬の確認、飲みやすいようにセッティング
- \* 医師の指示による医療処置：点滴、注射、ポート・カテーテル管理（胃ろう・尿留置カテーテル）、人工肛門の管理、傷の手当てなど
- \* 医療機器の管理：在宅酸素、人工呼吸器など
- \* 床ずれ等皮膚トラブルの予防・処置：床ずれ等の防止の工夫や指導、傷の手当て
- \* 認知症のケア：利用者と家族の相談、対処方法の助言など
- \* 介護予防：健康管理、低栄養や運動機能低下を防ぐアドバイスなど
- \* 家族等介護者への介護支援・相談：介護方法の助言、病気や介護の不安の相談など、24時間体制で緊急時の対応
- \* リハビリテーション：拘縮予防や機能の維持・回復、生活動作の工夫や助言
- \* 終末期のケア：がん末期や終末期を自宅等で過ごせるよう支援

# リハビリテーション室をなくしたリハビリテーション病棟

リハビリテーション部 理学療法主任 中條 浩樹

### 回復期リハビリテーション病棟

当院には回復期リハビリテーション病棟が2病棟あり、合計114床を有する大規模リハビリテーション病院です。

回復期リハビリテーション病棟の役割は、急性期リハビリテーションと在宅をつなぎ、障害を負った患者さまがスムーズに自宅復帰できるようにサポートすることです。今月より当院の回復期リハビリテーション病棟の特徴をコラムとして毎号掲載していきます。

### リハビリテーションへの取り組み

#### ①生活のリハビリテーション

ポイントとなるのは“生活のリハビリテーション”です。脳卒中などによる片麻痺をはじめ、病気や怪我で様々な後遺症を負うと、今までと違う身体の使い方をしなければなりません。

食事や着替え等、今まで当たり前のようにできていたことができなくなり、入院中の生活すらままならなくなります。そのため、まずは“病棟での生活を自分の力でしっかり行う”ことを目指してリハビリテーションに取り組めます。

#### ②リハビリテーションスペース

患者さまがどれくらい自分の力で普段の生活を行えているかは、実際の場面で確認することが一番です。そのため当院の回復期リハビリテーション病棟には、壁で区切られた“リハビリテーション室”がありません。病棟の生活空間に連続して“リハビリテーションスペース”があるのです。

もちろん病院全体のリハビリテーション室はあります。そちらの方が機材は充実しているので、そこで練習した方が良い場合はリハビリテーション室まで移動しますが、生活動作の練習はおおむねこちらのリハビリテーションスペースで行います。

#### ③練習成果を実際の場面で確認

例えば、骨折のために足の筋肉が弱くなり、一人でベッドから車イスへ移るのが不自由になった患者さまがいるとしましょう。足に筋力をつける基礎練習や、立ち上がる動作の部分練習はリハビリテーションスペースで行い、ある程度練習が進んできたところで「じゃあ実際に部屋でやってみましょう」となるわけです。

ベッドの高さや柔らかさ、車椅子の位置など、条件が違えば立ち上がりやすさも変わる為、練習の成果をすぐに実際の場面で確認できることは大きなメリットです。



食堂から続くリハビリテーションスペース

#### ④患者さまが練習の成果を実感

また他にも、生活上の患者さまの悩みを確認したり、看護師など病棟職員と介助方法を確認するときにも、生活空間とリハビリテーションスペースが近いとフットワークが良くなります。

歩行練習をするにもリハビリテーション室内ではなく実際の病棟の廊下を使用して行うので、「今日は病室から1つ目の曲がり角まで歩けた。トイレまでもう少し」等、患者さまが練習の成果に実感を持つことができます。

時には練習をしている傍から他の患者さまや病棟職員の声援が飛んでくることもあり、私たちが患者さまと一緒に練習に身が入ります。

リハビリテーションスタッフがリハビリテーション室を出て、患者さまの生活空間に密着することは、実に様々な効果が期待できると言えます。



歩行訓練休憩中の回診風景

第25回

これからの医療を考える  
心と体の健康セミナー

## フレイル(虚弱)を防ごう!要介護にならないために

フレイルは加齢とともに増加する病態であり、後期高齢者でその頻度が増加します。自覚症状に乏しく、診断されずに病態が進行し、要介護状態となってしまいます。そこで上毛新聞社が主催する第25回心と体の健康セミナーは「フレイル」をテーマに皆さまに役立つ情報を分かりやすくお伝えします。

講演で、フレイルの予防、早期発見・早期治療の重要性について説明した後、セミナーでは皆さまから事前に寄せられた疑問・質問にお答えします。

### 次の項目をチェックしてみてください

- 6か月間で2~3kgの体重減少があった
- 以前に比べて歩く速度が遅くなって来たと思う
- ウォーキング等の運動を週に1度もしていない
- 5分前のことが思い出せない
- (ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがした

いくつ当てはまりましたか?

1~2つで「プレフレイル」3つ以上で「フレイル」となります

気になることはありますか?



◆主催:上毛新聞社 ◆協力:公益財団法人 老年病研究所附属病院

日時 2018年10月6日(土) 12:30 受付開始  
13:30~15:30(終了予定)

会場 上毛新聞社 本社1階・上毛ホール  
前橋市古市町1-50-21 (JR前橋駅より徒歩3分)

募集人数 150名(先着順)

プログラム

参加無料

#### ●講演

「フレイル(虚弱)を防ごう  
~サルコペニア(筋肉量減少)と骨粗しょう症~」  
佐藤 圭司氏 老年病研究所附属病院院長 日本整形外科学会専門医  
日本リウマチ学会 日本リウマチ学会 日本リウマチ学会 日本リウマチ学会  
帝京大医学部卒、帝京大医学部附属病院、1989年老年病研究所附属  
病院整形外科医長を経て、2001年より現職。

#### ●セミナー

疑問・質問に答える「Q&A」

高玉 真光氏 老年病研究所附属病院認知症疾患医療センター長  
福島県立医大卒、群馬大大学院医学研究科修了。1964年、高玉医院開  
設。81年、老年病研究所および附属病院開設。2010年、院内に認知症疾  
患医療センターを開設、現在に至る。

佐藤 圭司氏

#### 応募方法

参加ご希望の方は、はがきまたはファクス、メールに、  
郵便番号、住所、氏名、年齢、職業、電話番号、参加希  
望人数と「フレイルと骨粗しょう症」に関する疑問・質  
問を明記し、下記までお送りください。  
(個人情報は講演者の送達及びセミナー資料としてのみ使用させていただきます)

応募先 上毛新聞社営業局企画部  
「健康セミナー」係

- はがき 〒371-8666(住所不要)
- ファクス 027-254-9904
- メール event@raijin.com

問い合わせ TEL.027-254-9945

(土・日・祭日を除く午前9時~午後6時)



※駐車台数に限りがあります。なるべく公共交通機関をご利用ください。

## 10月の食事会のお知らせ

『体に優しい中華料理』 ~糖質を抑えた食材選びをご紹介します~

- 日時：平成30年10月5日(金)  
12:00 ~ 講演会  
12:30 ~ 食事会
- 場所：新館6階 講堂

- ・ ご飯
- ・ 野菜スープ
- ・ 油揚げぎょうざ
- ・ しらたきの中華サラダ
- ・ チンゲン菜の豆乳煮
- ・ フルーツ

熱量 408kcal  
蛋白質 17.9g  
食物繊維 5.4g  
塩分 1.8g

参加ご希望の方は病院受付にお申し込みください。会費500円 定員65名です。

担当 管理栄養士 澤田

受付時間

午前8:30~11:30まで / 午後1:30~4:00まで (土曜の受付は11:00まで)

※急患は24時間受付けております  
※禁煙外来は初診のみで再診は内科外来で行います

外来診療表

第2・第4土曜日休診  
※歯科口腔外科は第2・4土曜も診察しています

平成30年9月1日

診療科目	曜日	月	火	水	木	金	土
	時間帯						
内科	午前	高玉院長・長嶺	高玉院長・長嶺 小池(9:00~)	高玉院長・勝山	高玉院長 勝山・下田	高玉院長 勝山・長嶺	高玉院長(10:30まで) 勝山・長嶺
	午後		小池(14:00まで)		下田		
神経内科	午前	岡本・菊池	岡本・甘利	岡本・甘利	岡本・酒井	岡本・池田	菊池
	午後	清水	清水	梶原	甘利(14:00まで) 梶原・漆田	池田(15:30まで)	
脳神経外科	午前	1診:内藤 2診:岩井	高玉 真	1診:内藤 2診:高玉 真	1診:内藤 2診:岩井	1診:宮本 2診:内藤	1診:高玉 真 2診:宮本
	午後		岩井(14:30まで)	岩井(14:30まで)			
整形外科	午前	佐藤(圭)・加藤	島田	佐藤(圭)・館野	佐藤(圭)(10:30まで) 加藤	館野・島田	佐藤(圭)(第1)、島田(第1,5) 館野(第3,5)、加藤(第3)
	午後	加藤		館野		島田	
眼科	午前	高玉 篤	高玉 篤	高玉 篤	高玉 篤	高玉 篤・遠藤	高玉 篤
	午後		高玉 篤	高玉 篤(隔週)	高玉 篤		
歯科・口腔外科	午前	福士・戸谷	福士・戸谷	福士・戸谷	福士・戸谷・伊達	福士・戸谷	福士(第1,3,5) 戸谷(第2,4)
	午後	福士・戸谷	茂木・福士・戸谷		福士・戸谷・伊達	福士	
皮膚科	午前	渋沢	渋沢			渋沢	
	午後			渋沢			
糖尿病外来	午前		中村(保)				中村(保)
	午後					中村(保)	
泌尿器外来	午前	矢嶋		一ノ瀬		黒川	
	午後	矢嶋					
心療内科	午前		雪竹				
	午後		雪竹				
高血圧外来	午前	中村(哲)	中村(哲)				
麻酔科	午前	増田		増田(10:30まで)		佐藤(美)	
漢方外来(内科)	午前				古川		
循環器内科	午前		天野	天野	天野	天野	天野
循環器内科(不整脈外来)	午前						田村
内視鏡	午前			山田(第2,4)	古川(胃・大腸)	乾(胃)	
禁煙外来	午前			勝山(完全予約制)	勝山(完全予約制)	勝山(完全予約制)	
リハビリテーション科	午後				神宮		
物忘れ外来(神経内科)	午後			山口(完全予約制)			
睡眠時無呼吸外来	午後					前野(月2回) (完全予約制)	
腎臓リウマチ内科	午後		大石(第1,3)				

公益財団法人 老年病研究所附属病院

〒371-0847 群馬県前橋市大友町3-26-8 TEL 027-253-3311(代表) FAX 027-252-7575(代表)  
E-mail: info@ronenbyo.or.jp ホームページアドレス http://www.ronenbyo.or.jp/

地域医療福祉連携室・相談室

TEL 027-253-4108 FAX 027-253-4135