

チョットReha 第41回
今さら聞けないリハビリテーション
～リハビリって何ですか?～

看護部の取組み
～あれ&これ～ご紹介 Vol.25
「秋まつり」開催いたしました!

医療福祉連携室だより
令和5年度
墨田区区民公開講座 開催報告

新入職員紹介

火災予防業務協力者等表彰式

運営理念

リハビリテーションを通して患者さんが生きる喜びと希望を抱き、充実した人生をおくられるよう、医の原点に立った心温まる医療を提供し、福祉・介護との連携推進をはかる。



今さら聞けない ～リハビリって

リハビリテーション部
統括技士長 理学療法士

野口 慎二

熊本県出身。平成18年にリハビリテーション部理学療法科へ理学療法士として入職。平成25年理学療法科長に就任。令和2年4月より現職。



リハビリテーション (rehabilitation) という言葉は、ラテン語を語源としre (再び) + habilis (適した) から成り立ち「再び適した状態になること」「本来あるべき状態への回復」などの意味を持ちます。

そんな語源も踏まえて、リハビリテーションとは？当院のリハビリとは？をわかりやすく解説していきます。

Q1 一般的に、リハビリテーションとは どういったものですか？

A1 多くの方がイメージされているリハビリテーションとは、「病気や怪我で不自由になった身体に対して訓練をすること」ではないでしょうか。狭義の意味ではこれで間違いではありませんが、本来リハビリテーションとは、人として以前の生

活が送れるように、また各個人が自分らしく生きるための手段です。

そのためいくつかの専門的なスタッフが必要となります。その専門的なスタッフが、主に理学療法士、作業療法士、言語聴覚士です。各々の専門性については、また別の機会にて詳しく説明します。

リハビリテーション 何ですか?~



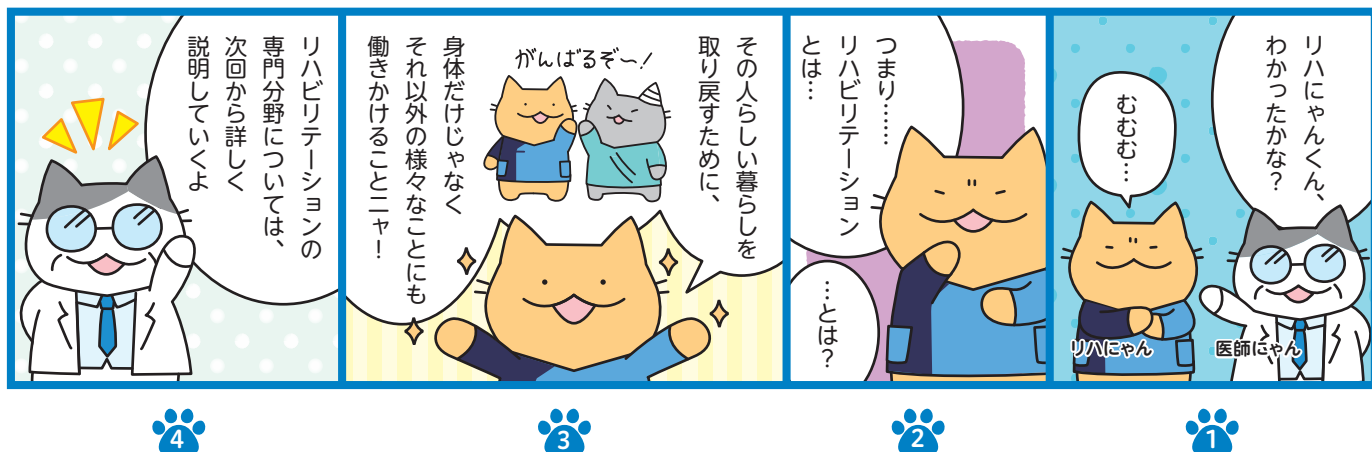
Q2 都リハのリハビリテーションについて教えてください

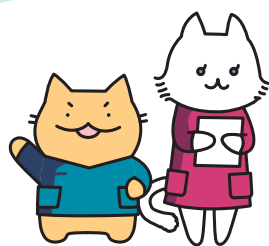
A2 リハビリテーションの種類には医学的、社会的、教育的、職業的の4つがあります。当院は、主に医学的リハビリテーションにあたります。まず、身体的、精神的な障害の回復のため当院では、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、公認心理師の4部門のスタッフがそれぞれの専門性を生かして治療いたします。また、その患者さんの必要に応じた在宅、職場、学校など社会資源への働きかけを実施し、スムーズな復帰に向けて、多職種が協同して計画を立てていきます。

Q3 どういった状態で入院し、退院していく患者さんが多いですか？

A3 当院に入院される患者さんの多くは、脳卒中といわれる脳の血管が切れたり、詰まったりして心身に障害をきたす病気ですが、症状としては手足が動かない、歩けない、言葉が出ないなど様々です。入院後、当院にて専門的なリハビリテーションを実施し、後遺症を極力とどめ患者さんが最低限納得していただける状態で退院していただけます。

次号より、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・公認心理師、それぞれの分野のリハビリテーションについて、各部門の職員が順にお答えしていきます。





看護部の取組み

「秋まつり」開催いたしました！

先日、患者サービス向上委員会の主催で「秋まつり」を開催いたしました。

コロナ禍を抜けた今年、さて、どのような形で開催するか？！患者サービス向上委員会のメンバーと看護師長会で、数カ月前より企画を練り、当日のイベント内容を検討しました。

任命！よさこいリーダー

イベントの中でも、これぞ目玉！として職員一丸となってやり遂げようと計画されたのが、「よさこいソーラン節」の演目です。私は、看護部長より「よさこいリーダー」に任命され、まずはメンバー集めから開始。みんな参加してくれるかな？と不安に思っていたのも束の間、医局からは柳原先生と東谷先生（センターを務めてくれました！）、薬剤科中里さん、理学療法科栗

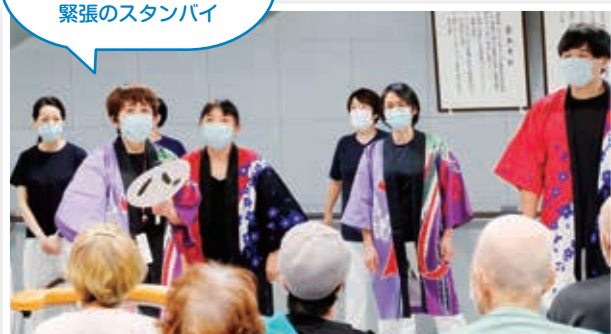
田さん、言語療法・心理科伊藤さん、地域リハ推進科水野さん、事務室林さんとぞくぞく参加申し込みがあり、看護部9名と合わせて総勢15名のよさこいチームとなりました！

練習は約1月前から開始。YouTube動画を観て自主練を重ね、筋肉痛にひいひい言い…、「こんなに動けない？私」と自分の年齢を感じながら、集合練習では、4N病棟佐野コーチからのしごきを受ける日々。ですが、練習の甲斐あって、本番1週間前には…なんとか見てもらえるくらいになったかな…？という完成度。

そして迎えた当日

ヨーヨー釣りや輪投げ、バルーンアートなど笑顔で患者さんが和やかに楽しむ中、ステージの横では、緊張した面持ちのステージ担当メンバー。そりゃそうで

看護科長による合いの手
コール説明中……
緊張のスタンバイ



元気に
踊りきりました！



～あれ&これ～ご紹介

Vol.25



す、予想をはるかに超える50名以上の患者さんと応援に駆けつけてくれた沢山の職員の皆さん。ありがたいですが緊張は最高潮！メンバーみんな「もう踊りきれない！」とい腹を括りステージに上がりました。踊っている時間はあっという間でした。ギャラリーの皆さんからの大きな拍手をいただいて、「喜んでもらえてよかったー」とほっとしながら、感無量。患者さんの楽しそうな顔を見たら、それまでの苦勞な

んで吹っ飛んでしまいました。

当日は、作業療法科の演奏会、患者さん参加の歌の会、Mr. 珍（看護部主任）のマジックショーなども盛り上がり大成功でした。アンケートでも楽しかったというお声を多くいただき、感謝しています。

企画・準備・運営とお力添えいただいた皆様、ありがとうございました。一つのことを病院全体で一丸となって成し遂げられたイベントとなりました。

看護部 看護科 5階病棟師長 田中麻里子

秋祭りの様子 たくさんの患者さんにご参加いただきました



バルーンアート



ヨーヨー釣り



マジックショー



歌と演奏のコーナー



医療福祉連携室だより



令和5年度 墨田区民公開講座 開催報告

令和5年10月21日（土）にすみだリバーサイドホールにて「墨田区民公開講座」を開催いたしました（主催：墨田区）。

区民公開講座のテーマは「100年ライフ 暮らしを楽しむ習慣と工夫」と題しまして、これからの時代をどう生き抜くべきか、考え方やヒントの提案をいたしました。

講座は二部構成で、第一部では体力測定会を行い、身長・体重・BMI・握力・開眼片脚立位・歩行速度（TUG）を計測しました。

第二部は講演を行いました。

1. 「目指せ100年ライフ」

堀田 富士子（東京都リハビリテーション病院
医療福祉連携室長 医師）

2. 「暮らしを楽しむ習慣と工夫」

齋藤 正洋（東京都リハビリテーション病院
作業療法士）

3. 「墨田区在宅リハビリテーション支援事業について」

渡邊 則子（東京都リハビリテーション病院 看護師）

講演内容抜粋

「これからは100歳を超える人が沢山生活する社会になる」

- ・長生きすることはフレイル*1になること、それは避けられません。
- ・筋肉を落とさないためにも栄養が重要です。多品目の食事を三食摂取することを意識し、しっかりと咀嚼できるような口腔機能を保ちましょう。
- ・ポリファーマシー*2にも注意しましょう。かかりつけの医師や薬剤師に服薬と現在の症状をよく相談することが大事です。

*1 Frailty（虚弱）を語源とする健康な状態と要介護状態の中間の段階

*2 多くの薬を服用することにより副作用などの有害事象を起こすこと

「フレイル予防は生活習慣が重要である」

- ・高齢になることで、今までできたことが出来なくなってしまうことがあります。環境・動作・道具を工夫することで、自分らしい暮らしや活動を継続することが出来ます。
- ・オランダの家庭医M. Huberは、「疾患や障害があっても周囲の力などを支えにして、気落ちすることなく人生を前向きに歩いて行ける力こそ健康」であると述べています。障害を有する状態になったとしても、人生を前向きに歩く力を今から養い、準備をすることも、介護予防の一つになります。
- ・リハビリテーション医療を上手く活用していただくことも、生活のしづらさを軽減する一つの方法です。是非、身近なものとして活用してください。

参加者体験型の棒体操もあり、最後まで活気に満ちた講演となりました。

参加者のアンケートでは、ほぼ全員から「参考になった」という回答があり、「楽しく講演会を聴講することができた」「これからの生活を楽しめる工夫が盛りだくさんであった」などポジティブな感想をいただいております。

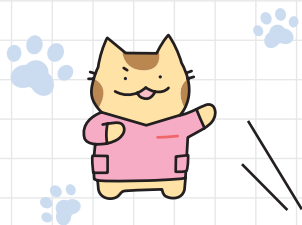
令和6年度も墨田区区民向けに講演会を開催することを計画しております。今年度参加できなかった方も、是非、来年度の講演会にはご参加ください。

墨田区民の皆様が、高齢になっても障害をおっても、健康的でいきいきとした地域生活を送れるように、今後も墨田区・墨田区医師会と協力して事業を実施していきます。

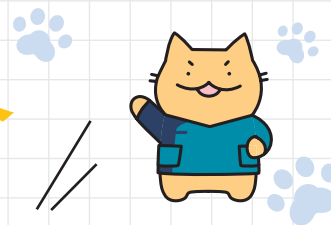
地域リハビリテーション推進科 看護師 渡邊 則子



墨田区民公開講座の様子



新入職員紹介



氏名

- 1 所属・職種
- 2 出身地
- 3 好きな言葉
- 4 趣味

5 一言コメント



リハビリテーション部 **山元 昌典** (ヤマモト マサノリ)

令和5年8月1日付

- 1 理学療法科 (理学療法士)
- 2 埼玉県川越市
- 3 他人に勝つより自分に勝つ
- 4 コーヒーを飲むこと

5 不慣れな点がありますが、どうぞよろしくお願いいたします。



事務室 **原田 夕月** (ハラダ ユヅキ)

令和5年10月24日付

- 1 医事係 (事務)
- 2 東京都墨田区
- 3 経験ほどの財産はない
- 4 ショッピング

5 慣れるまでご迷惑をおかけすることがあるかと思いますが、丁寧な対応を心がけて精一杯頑張ります。



当院6階病棟に入院されていた竹下 格様に表紙画を提供していただきました。

竹下様コメント

入院中にお世話になったみなさまへの年賀状代わりに作りました。
 言語/理学/作業のたくさんの先生方、看護師・看護助手さん、掃除の職員さん、警備員さん、コンビニの店員さん、毎日声を掛けていただき、快適な入院生活を過ごさせていただき大変ありがとうございました。
 全員は描けず心苦しいのですが、この場をお借りして感謝申し上げます。

竹下 格

火災予防 業務協力者等表彰式

2023年11月8日(水)に曳舟文化センターにて開催された「2023年度火災予防業務協力者等表彰式」で当院自衛消防訓練隊A隊、B隊がそれぞれ優秀賞として表彰状が授与されました。



表彰式の様子



9月22日(金) 当院にて行われた自衛消防訓練審査会の様子



交通案内



- JR山手線
- JR総武線快速
- JR中央線・総武線各駅停車
- JR中央線快速
- 東京メトロ千代田線
- 東京メトロ半蔵門線
- 東武スカイツリーライン
- 東武亀戸線
- 京成本線



南千住	都営バス 10分	梅田二丁目 一ツ木公園前	徒歩 2分
錦糸町	都営バス 25分	墨田二丁目	徒歩 4分
浅草	東武スカイツリーライン 10分	鐘ヶ淵	徒歩 7分
亀戸	東武亀戸線 20分	京成関屋駅	徒歩 15分
北千住	東武スカイツリーライン 5分		
京成上野駅	京成本線 12分		

東京都リハビリテーション病院

*東京都リハビリテーション病院は、東京都が設置し、公益社団法人 東京都医師会が指定管理者として運営を行っている病院です。

東京都リハビリテーション病院



2024年1月1日(月)発行

東京都リハビリテーション病院 広報委員会

〒131-0034 東京都墨田区堤通2-14-1
TEL: 03-3616-8600 FAX: 03-3616-8705
<https://www.tokyo-reha.jp/>



見やすく読みまちがえ
にくいユニバーサル
デザインフォントを
採用しています。

編集
後記

新年あけましておめでとうございます。新しい年となると、年賀状やポチ袋のみならず、干支モチーフをグッズやお菓子などでたびたび目にします。旧年の兎年は、可愛らしいウサギグッズやお菓子が溢れ、つつい手にとってしまいました。一転して、本年はカッコいい龍デザイン、こちらも楽しみです。