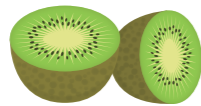


管理栄養士おすすめ!!

夏バテ予防におすすめのメニューをご紹介します

甘酒キウイスムージー

所要時間
5分
(冷凍の工程除く)
1人前: 210kcal
蛋白質: 4.4g
食塩相当量: 1.2g



【材料】(1杯分)

甘酒..... 120ml
プレーンヨーグルト..... 30g
キウイフルーツ..... 1個と1/4個
はちみつ..... 大さじ1/2杯
塩..... ひとつまみ



- 作り方**
- キウイ1個は皮のままフリーザーバッグに入れて冷凍しておく。
 - 冷凍したキウイを冷水につけて皮を剥く。縦半分に切り、薄切りにする。1/4個のキウイは細かく刻む。
 - ミキサーまたはブレンダーに、キウイ1/4個以外の材料すべてを入れて30秒ほど攪拌する。
 - コップに移して、刻んだキウイの上に飾って完成。

★栄養ポイント 甘酒は飲む点滴ともいわれており、疲労回復に効果があり、暑い夏に飲むことで夏バテ予防になります。ヨーグルト、はちみつで免疫力維持にも期待できます。今回はグリーンキウイを使用しましたが、ゴールドキウイを用いると、さらにビタミンや食物繊維など栄養価がアップします。

★調理ポイント ヨーグルトが入るため、甘酒が苦手な方でも飲みやすくなっています。さっぱりがお好みの方は、甘酒を減らしヨーグルトを増やして調整してみてください。

自分の時計

人は心の中に自分の時計を持っている

特集
1

新年度ご挨拶 / 2021年度担当医紹介

特集
2

トピックス

- 感染症認定看護師、ご存知ですか?
- リハビリテーション部の感染対策
- リモート面会 ご利用ください!
- 新型コロナウイルス核酸検査『ID NOW』について
- 『フレイル』って何だろう?

特集
3

病院のお仕事 Vol.12 薬剤師

- 日常生活に役立つ専門知識 ~YouTube!~
- 認知症カフェ紹介
- 2020年度患者満足度調査結果
- リハビリ体操 着替え動作上衣編
- 管理栄養士おすすめ!! / 表紙の顔

表紙の顔



新入職員

今年も甲州リハビリテーション病院の次代を担うフレッシュマンたちPT8名、OT5名(中途入職1名)、ST1名、管理栄養士1名、看護師6名、甲州ケア・ホームには介護福祉士1名、介護職員1名およびソーシャルワーカー1名、総勢24名が入職してくれました。

固い笑顔から伺える緊張の中にも、明日へ向かう希望の眼差しが印象的です。皆さんは4月から各持ち場に配属され、一生懸命頑張ってくれています。



医療法人 銀門会 甲州リハビリテーション病院

〒406-0032 山梨県笛吹市石和町四日市場 2031
TEL:055-262-3121(代) FAX:055-262-3727

相談窓口専用 / 0120-374-119 (フリーダイヤル)
相談専用FAX / 055-262-8190
E-mail: koshu@krg.ne.jp

甲州リハ 検索

■ 甲州リハビリテーション病院の理念

私たちは、患者さん一人ひとりのより豊かな人生のために、質の高いリハビリテーション医療を提供し、地域リハビリテーション活動に貢献します。

*地域リハビリテーション活動とは

障害のある人々や高齢者およびその家族が、住み慣れたところでそこに住む人々とともに、一生安全にいきいきとした生活が送れるように、医療や保健、福祉、及び生活にかかわるあらゆる人々や機関・組織がリハビリテーションの立場から協力し合って行う活動のすべてのことです。

■ 甲州リハビリテーション病院の基本方針

1. 患者さんを中心としたチーム医療を基本とし、全ての職員が専門知識や技術の向上を目指します。
2. 患者さんが住み慣れた地域で安心して暮らせるように、地域リハビリテーション関係者との連携を実践します。
3. 患者さんの立場を尊重し、明るい挨拶と誠実な仕事に努めます。

編集後記



新卒採用職員が各署に配属され、新たな風を感じます。何を隠そうこの私も4年ぶりに医療法人銀門会に帰ってきた身ですが、4年前とは様変わりした社会の中で、大きく成長したスタッフと再会し、毎日良い刺激を受けています。

当院でも新型コロナウイルスワクチンの接種を開始しましたが、本誌をお取りくださった皆様の世界が、落ち着いた日常でありますように。

甲州リハビリテーション病院「院内だより」161号

自分の時計
2021年春夏号

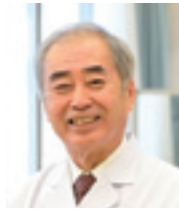
発行: (医) 銀門会
甲州リハビリテーション病院
編集: 2020年度広報委員会
印刷: 株式会社サンライフ企画



日本医療機能評価機構認定病院 リハビリテーション付加機能評価認定病院

医療法人 銀門会 甲州リハビリテーション病院

特集 ① 新年度ご挨拶

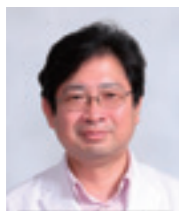


ご挨拶

医療法人銀門会 理事長 中島 育昌

当銀門会には甲州リハビリテーション病院および在宅支援センター甲州ケア・ホームがございます。前者は専門的リハビリテーションの提供を、後者は各種居宅・施設サービス間の連携により高度の機能を発揮できる機能を有し、総勢約600名の職員で職務に当たらせていただいております。この事は県・自治体・大学・公立病院・医師会等の強力なご支援の下に、医療・福祉・保健を遂行させていただいて、56年になっております。笛吹市ばかりでなく県域全体にネットワークを作り、その使命を果たすべく日夜研鑽しながら前へと進んでいきたいと考えております。

COVID-19の影響でご利用に支障が出ないように、職員一同ICT機器を用いてご利用者ならびに家族様と職員との関係を十分に保てるように、運営していく所存であります。皆様のご利用をお待ちしております。



ご挨拶

甲州リハビリテーション病院 院長
甲州ケア・ホーム 施設長 佐藤 吉沖

医療法人銀門会は「心をこめ 保健・医療・福祉で地域に貢献」のグループ理念のもとに昭和40年全国的にまだまだリハビリテーション専門病院が少ない時期に石和温泉を利用して石和中央温泉病院として開設されました。時代とともに病院機能は変遷し、現在は回復期リハビリテーション病棟と障害者病棟を開設するとともに在宅療養支援病院となり地域医療を推進しています。回復期リハビリテーション病棟は全ての病棟で最高ランクである回復期1および体制強化加算の基準を満たすとともに、日本医療機能評価機構による病院機能評価の審査も認証され山梨県最高水準の評価を受けています。

地域においても高次脳機能障害者支援センター、笛吹市東部長寿包括支援センターを受託し、地域包括ケアをさらに推進するためこれらの受託事業と地域支援事業を統括する地域包括ケア推進部が結成され活動しています。この部門を中心に山梨県重点項目事業としてのフレイル予防推進事業を東京大学、山梨県、笛吹市等と協力しながら進めています。さらに、日本栄養士会の認定を受けた栄養ケア・ステーションを開設し、栄養士会、歯科医師会、薬剤師会等と協力しながらフレイル予防を意識した地域の健康づくりを推進しています。課題は山積していますが、理念実現に向けて邁進していきたいと思っております。

甲州リハビリテーション病院 医師紹介

整形外科



理事長
中島 育昌



4階病棟専従
吉田 明史



岩野 邦男



3階病棟専従
福元 雄一郎



5階病棟専従
佐藤 英治

内科



院長
佐藤 吉沖



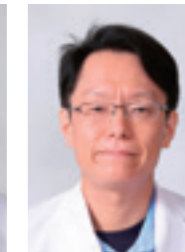
リハビリテーション部長
鈴木 雅也



川口 章夫



副院長
市瀬 祐一



診療部長
小林 史和



加藤 貴之

訪問診療



山田 創吾



許山 隆



今村 直樹



■ 外来診療担当医

【診療時間】 9:00~12:00 (受付8:30~11:30) 土・日・祝日休診

	月	火	水	木	金
内科神経内科	川口 章夫	加藤 貴之	佐藤 吉沖	角田 伸一	(山梨大学) 栗田 尚史
整形外科	岩野 邦男	芦沢 知行	岩野 邦男	(山梨大学) 安藤 隆	中島 育昌

■ 特別外来

外来名	受診について	問い合わせ先	電話番号
高次脳機能障害外来	事前予約制	山梨県高次脳機能障害者支援センター (甲州リハビリテーション病院内) まで 受付時間: 9:00 ~ 16:00	055-262-3121 (代表) ※電話交換手に問い合わせ先をお伝えいただくとスムーズにご案内出来ます。
呼吸リハビリテーション外来	事前予約制	地域連携課 外来担当 まで	
骨粗鬆症外来	事前予約制	病院受付 外来担当 まで	

※詳しくは病院ホームページにてご紹介しております。ぜひご覧ください。



感染管理認定看護師、ご存知ですか？

日本看護協会の認定看護師とは「高度化し専門分化が進む医療の現場において、水準の高い看護を実践できると認められた看護師のことです。」

認定看護師になるには…



看護師として
5年以上の
実践経験



日本看護協会が定める
600時間以上の
認定看護師教育を修了



認定看護師
認定審査に
合格

認定看護師の人数は…

(2020年12月現在)

	認定看護師	感染管理認定看護師
全国	21,847人(21分野)	2,977人
山梨県	244人	23人
当院	4人*	1人

*院内に脳卒中リハビリテーション看護・認知症看護・感染管理の3名、在宅支援部に緩和ケア1名

私は、2019年10月より2020年3月まで北里大学看護開発・研究センターにて学びました。その間、新型コロナウイルス感染症の発生があり、卒業後職場に復帰し、新型コロナウイルス感染対策を中心に、病院・グループ内の感染対策の見直し・検討などを行ってきました。資格試験も新型コロナウイルス感染症の流行により延期となり、11月試験、12月合格となり、晴れて感染管理認定看護師として活動させていただいております。

当院の体制としましても、医療安全・感染症管理室が新設され、室長として就任しました。日々感染対策の見直し・提案、対策実施状況の確認はもとより、新型コロナウイルス関連の対応など忙しい毎日を送っております。

感染対策は、一人だけでは実現ができません。病院全体のスタッフ一人一人が実践することはもちろん、患者さんやご家族の協力も不可欠となります。今後も病院感染予防対策委員会や看護部感染症管理委員会などと協力し、安心・安全な医療が提供できるよう、感染対策面で尽力していく所存です。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



晦日 浩二

リハビリテーション部の感染対策

リハビリテーション室でのリハビリは病棟毎の使用としております。またベッド等の配置を一部変えて、ソーシャルディスタンスを保てるような環境にして実施しています。

リハビリスタッフはマスク・アイガードを着用してリハビリを実施しています。消毒液を常時携帯し、リハビリ前後での手指消毒を実施しております。また共用のリハビリ機器などにつきましても使用後の消毒を実施しております。患者さんにもマスク着用とリハビリ前後での手指消毒をお願いしています。

今後も新型コロナウイルス感染症の感染予防を徹底しながらリハビリの質と量を確保するように努めていきます。



フェイスシールドを使用している言語訓練



感染予防対策をしながらのリハビリ

リハビリテーション部 元木 雄一郎



リモート面会 ご利用ください！

現在、新型コロナウイルス感染症対策のため、ご入院中の患者さんご家族と直接お会いになれません。当院ではリモート面会機器をいち早く導入し、これまで多くの患者さんご家族にご利用頂き、ご好評の声を頂戴しております。少しでも患者さんの励み・癒しとなるよう、今後も継続して参ります。ぜひご利用ください！



ご利用時間
14:00
~
16:00

面会希望日の
3日前までに電話にて
ご予約ください。

患者さん1名につき
1週間に1回、
ご家族さま1名での
ご利用となっております。

予約はこちらから！
055-262-3120
(ダイヤルイン)
内線2101・2102まで

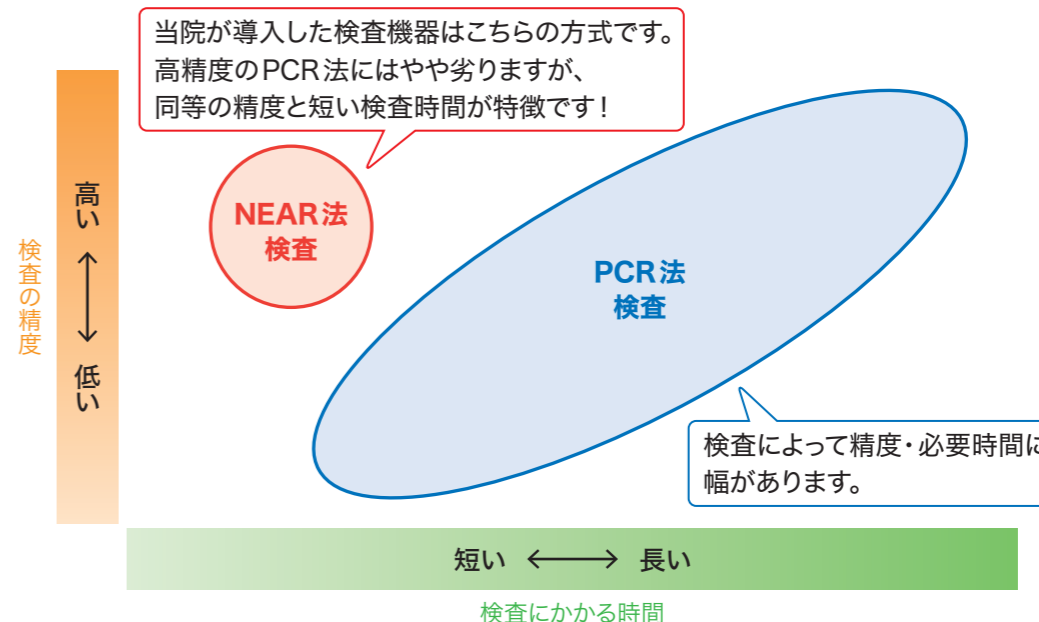
※院内の保守業務等によってはご利用になれない場合がございます。また、ご利用方法・ご利用時間は変更になる可能性があります。詳しくはホームページをご覧ください。

新型コロナウイルス核酸検査『ID NOW』について

新型コロナウイルス感染拡大が続いている中、当院でも迅速な診断をするために2021年3月、Abbott社の検査機器 ID NOW を導入しました。

◆PCRとは違うの？

ID NOWは、NEAR (Nicking Enzyme Amplification Reaction) 法を用いた等温核酸増幅法による検査です。PCR法との比較は以下の通りです。



※グラフは当院が導入したNEAR法検査と一般的なPCR法検査の精度・時間を比較した際のイメージです。

主に、自宅からの入院患者さん等に検査を実施しております。院内への新型コロナウイルスの持ち込みを防ぎ、安全で充実したリハビリテーション医療の提供を心掛けています。

今回、みなさんへ“フレイル”についてご紹介します!!

『フレイル』って何だろう?

フレイルとは? 年をとって心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態を「フレイル」と言います。フレイルは「虚弱」を意味する英語「frailty」を語源としてつくられた言葉です。多くの人が健康な状態からこのフレイルの段階を経て、要介護状態に陥ると考えられています。「外出の機会が以前より減った」「おいしいものが食べられなくなった」「活動的ではなくなった」という人は、フレイルの危険信号が灯っていると考えられます。フレイルの兆候を早期に発見して日常生活を見直すなどの正しい対処をすれば、フレイルの進行を抑制したり、健康な状態に戻したりすることができます。

当院のフレイル予防に対する取り組み



フレイル予防のためのアレンジダンス『ゴリラパンダ フレイル予防バージョン』発信!



昨年、山梨県内に爆発的な人気を博した「ゴリラパンダ」ダンス!
YBS山梨放送さんとの夢のコラボ企画で、楽曲はそのままに、「ゴリラパンダ フレイル予防バージョン」は、我ら「甲州リハビリテーション病院 若手リハビリボランティア集団「甲州新鮮組」」がダンスアレンジし地上波へ発信されました。
これまで数多くの投稿動画がYBS山梨放送で紹介されました!

山梨県からの委託事業『フレイル予防推進事業』

2020年度から山梨県より、「フレイル予防推進事業」を当院が受託しました。この事業は、山梨県の各市町村で実施されているフレイル予防関連事業が、より効果的な取り組みとなるようアドバイスし、住民の皆さんにフレイル予防を実践していただくことが期待されています。今年度は、山梨県内の5つの市町村を対象とし普及啓発活動などの伴走支援を行なっています。



市町村事業の共有会議



住民へのフレイル予防講演会

特集3 病院のお仕事 Vol.12

薬剤師

薬剤師とは?

医薬品全般における幅広い知識を持つ、薬の専門職です。調剤のほか、服薬指導や医薬品の管理と情報提供などの業務を行います。



薬剤師 功刀 進

薬剤師の功刀 進です。今年度より当院では院内処方から院外処方への切り替えを推進しており、入院患者さんの服用している薬に関わる時間が増えてきました。多職種間で患者さんの情報を共有しながら、病棟では担当薬剤師が専門性を活かし様々な業務を行っています。今回はおもに病棟での薬剤師の業務についてご紹介します。

入院時

入院患者さんの持参薬を確認します。

- 持参薬の日数は?
- 同種同効薬のチェック
- 代替薬は何かあるか?
- 減薬は可能か? etc



入院中

朝会やミールラウンド・カンファレンスに参加し、多職種間で情報を共有しています。



服薬指導

退院後も安心して薬を服用していただけるよう、説明を行います。



これからも私たち薬剤師はより安心できる薬物療法を提供するとともに、薬の専門家として患者さんが安心して入院生活を送れるようサポートしていきます。



地域包括ケア推進部 地域開放事業担当の専門職が贈る
日常生活に役立つ専門知識 ~YouTube!~

令和2年度は、コロナ禍で地域向けのイベント開催が叶いませんでしたので、YouTubeでの情報発信を準備して参りました。初めてのチャレンジですが、地域で生活されるお体が不自由な方の参考になれば幸いです。下記のQRコードまたはURLから是非ご視聴ください。

言語聴覚士が贈る

VOL.1 日常に潜む食事の危険

摂食嚥下障害に関する知識や予防方法について紹介します。
<https://youtu.be/R7LDPfKjKUM>



理学療法士が贈る

VOL.2 嚥下リハビリテーション

家庭でできる嚥下や呼吸リハビリテーション・食事の時の正しい姿勢を紹介します。
<https://youtu.be/WjO5M3xmv0l>



管理栄養士が贈る

VOL.3 摂食嚥下障害がある方の食事のポイント

摂食嚥下障害のある方へ、食事を食べやすくするための調理のポイントを紹介します。
<https://youtu.be/VtJAsYqMceo>



看護師が贈る

VOL.4 窒息時の対応

窒息の予防から窒息の判断と対応について紹介します。
<https://youtu.be/maRiOwivlIQ>



作業療法士が贈る

VOL.5 車椅子背張調整編

円背(猫背)がある方に対して、車椅子の背中のシートが調整できるものを使って、簡単に身体へ合わせる方法を紹介합니다。
<https://youtu.be/DxOX8k9zqHE>



社会福祉士が贈る

VOL.6 車椅子介護保険制度編

在宅で車椅子を使用される方へ、介護保険制度を中心に紹介します。
<https://youtu.be/KVPAITMYcGQ>



作業療法士が贈る

VOL.7 外出を支援しよう! 作業療法士より

外出の重要性と、お身体の不自由な方の車の乗り降りについて紹介します。
<https://youtu.be/N5jb10k7-yA>



認知症カフェ (甲州カフェ) 紹介

甲州カフェとは

銀門会では、2018年8月から2か月に1回のペースで「甲州カフェ」と名付けた認知症カフェを開催しています。認知症カフェは、県内に46カ所、市内には3カ所あり、全国的にも公的サービス以外の居場所として増加しています。

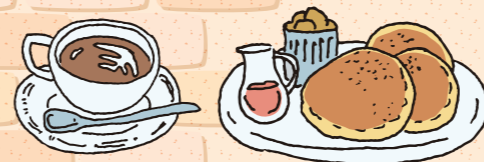
甲州カフェでは、専門職が揃っているという利点を生かして、「学べる」「語れる」「相談できる」「体験できる」という4点を特徴に据え、ミニ講座や座談会、相談コーナーや体験コーナーを設けて活動してきました。管理栄養士が作る美味しいスイーツも大変喜ばれています。



甲州カフェのあゆみ

初年度は、座談会やミニ講座を中心に行い、入院・入所中の方やご家族が中心に参加して下さいました。

2019年度からは、体験コーナーも始め、アロマ小物作りや書道体験、おやつ作りなどを企画し、周辺住民の方々も参加して下さいました。ほのぼのの祭りでもメイン会場でカフェイベントを行い、認知症クイズなどを行いました。



コロナ禍の活動と今後

2020年度は、新型コロナウイルス感染予防のため、集合型のカフェ開催を控えることとなりました。コロナ禍でも、地域に向けてできること、また相互交流的にできることをしたいと考え、甲州カフェ新聞の発行とチャレンジ企画を行いました。これまで、塗り絵チャレンジ、川柳・俳句チャレンジ、グルメレポートを行い、いづれも多くの方の投稿を頂いています。

今後は、コロナ禍でも活動できることとして情報発信や相互交流以外に、出張型などの方法も模索していきたいと考えています。

地域リハビリテーション推進課 認知症カフェ担当
 森 彰司

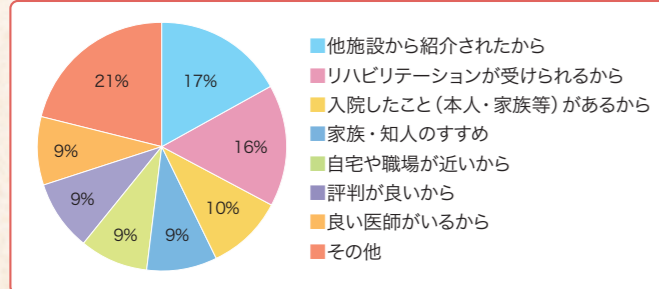


2020年度 満足度に関するアンケート 結果について

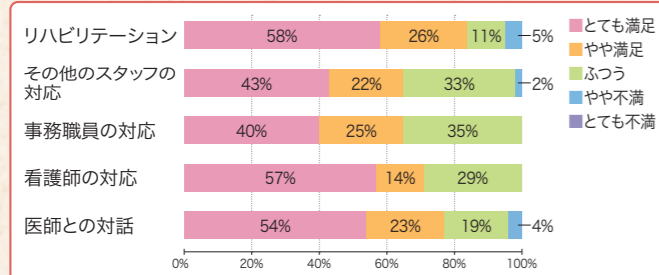
外来

2020年9月1日～10月31日までに外来を受診された患者さんや、そのご家族の方などにアンケートにご協力いただきました。
配布数：111 回収数：52 回収率：46.8%

■当院外来を選択した理由



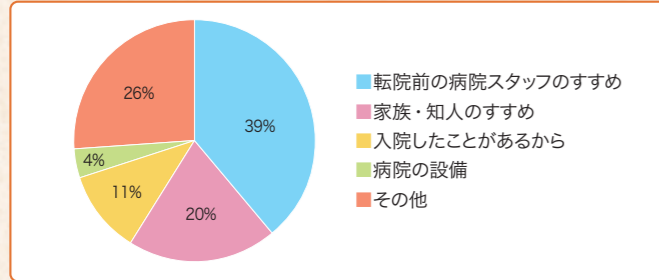
■対応に関する満足度



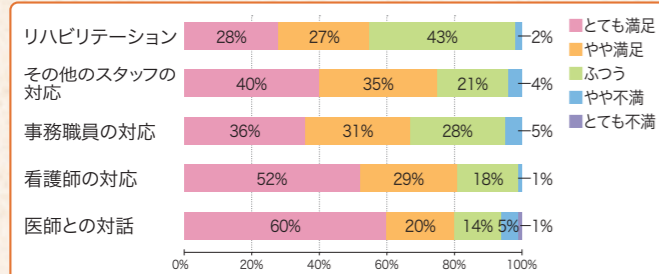
入院

2020年10月1日現在ご入院されていた患者さんやそのご家族の方などに、アンケートにご協力いただきました。
配布数：174 回収数：110 回収率：63.2%

■当院を選択した理由



■対応に関する満足度

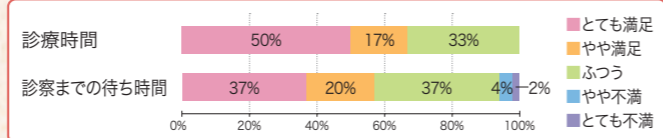


院長から皆様へ

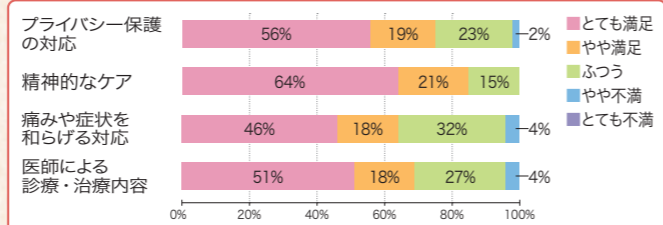
満足度調査に関するアンケートにお答えいただきありがとうございます。「満足」とお答えいただけない項目が見受けられ、改善の余地が多々見受けられることは承知しています。リハビリテーションスタッフにおける満足度が低かったことに対しては、職員教育を進め質の改善を進めていきます。また、食事内容についても満足度がさらに上がるように努力をしていきます。医師や相談部門の増員を進め、昨年度より満足度が上昇傾向にあり、今後も診療の質を高める努力を併せて進めてまいります。今回、紙面の都合で掲載することができませんでしたが、自由記載欄においても多くのご意見をいただきました。ご要望いただいた点につきましては各スタッフが真摯に受け止め、関連施設とも共有し連携を進めながら具体的に改善をしたいと存じます。これからもよろしくお願ひ申し上げます。

今回のアンケート結果をふまえ、職員一同、さらなるサービス向上に努めてまいります。ご協力いただきました皆様方、誠にありがとうございました。

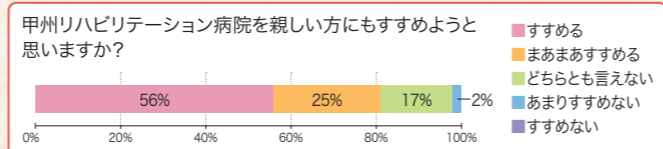
■時間に関する満足度



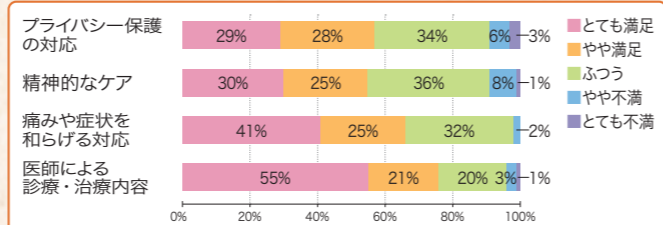
■診療に関する満足度



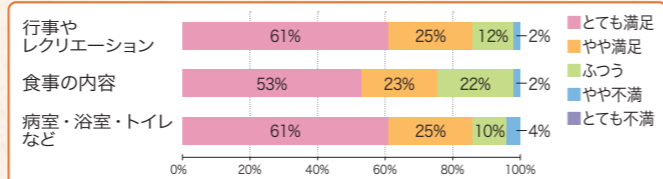
■総合評価



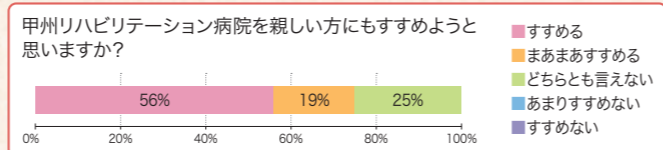
■診療に関する満足度



■設備等に関して



■総合評価



自宅でできる！ リハビリ体操 着替え動作上衣編

服が着にくい…脱ぎにくい…

着替えが大変に感じている方にオススメ！



作業療法士 仲村 真里菜

今回の体操を担当させていただきます、作業療法士の仲村真里菜です！
前回に引き続き、日常生活の動作が少しでも楽に行える体操を紹介します。今回のテーマは『着替え動作 ～上衣編～』です。シャツなどの着替え動作は羽織る動作と袖を通す動作に分けられます。そこで、洋服を羽織りやすくする肩回りの体操や、ボタンが掛けやすくなる指先の運動も紹介します！

1 洋服を羽織りやすくする運動

1. 両手でタオルの両端を持つ
2. 頭の左側から右腕を回し、首にタオルをかける
3. 頭の右側から左腕を回し、もとの位置に戻す

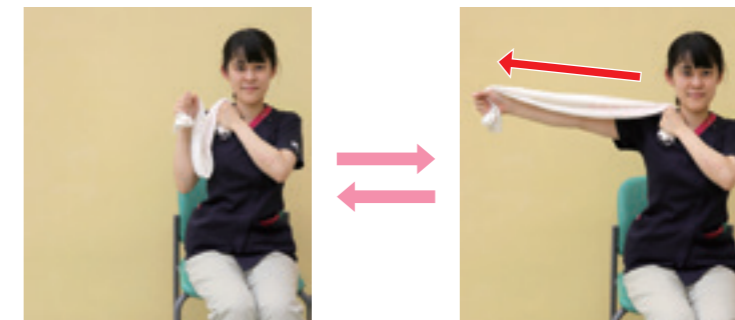
左回り・右回り
各5回ずつ



2 袖に腕を通しやすくする運動

1. 両手でタオルの両端を持つ
2. 右肩に両手を当て、左手を肩に当てたまま右手のみを横に広げる
3. 右手をもとの位置に戻す

左右
各10回ずつ



ワンポイント！

実はリハビリの中でも、折り紙を折る、箸を使うなどの動作を、手指の運動として用いる場合があります。ゴルフボールを手の中で転がす運動は、手のひらや指全体をまんべんなく動かすため、指先が使いやすくなり、ボタンの掛け外しが行いやすくなります。



リハビリ体操の動画を、自分の時計読者限定配信で見られます！

リハビリ体操QRコード <https://youtu.be/MpbPblavPm4>

