

医療法人 正観会 御野場病院 広報誌



なおみ

第28号

令和2年11月発行

信頼され、選ばれる病院を目指して



INDEX

- 第26回 なんケアの会
- 二渡先生ごあいさつ
- 玄関での検温について
- ほほえみサロン通信
- 理念
- 診療担当医表
- アクセス

高齢者のリハビリテーションについて ～介護予防の観点から～

開催日時:令和2年8月4日(火)18:00~19:15 会場:南部市民サービスセンター「なんびあ」2階 地域文化ホール
参加者:33名(介護事業所関係者20名、地域包括支援センター6名、在宅マッサージ2名、その他5名)

演題

高齢者のリハビリテーションについて～介護予防の観点から～

御野場病院 理学療法士 統括主任 橘 啓明 様

令和2年8月4日(火)に「第26回なんケアの会」を開催いたしました。4月、6月は新型コロナウイルス感染症の影響により開催を見合わせておりましたので、実に半年ぶりの開催となりました。コロナ禍の中、たくさんのご参加をいただき感謝申し上げます。

感染防止の観点から、会場は座席の間隔を十分に空けさせていただき、ご来場の皆さんには検温、マスクの着用、手指消毒のご協力をいただきました。

今回は、当院の理学療法士統括主任の橘啓明氏よりご講演いただきました。テーマは「高齢者のリハビリテーションについて～介護予防の観点から～」です。介護予防とは「要介護状態でない高齢者は、要介護状態になるのを予防し、要介護状態の高齢者は軽減や悪化防止を図ること」であるそうです。要介護が必要になる主な理由として、認知症、脳血管疾患、高齢による衰弱、骨折・転倒によるものが大部分を占めています。これらは、運動や脳トレ、生活習慣病予防、栄養補給を心掛けることで予防につながるとのことでした。

講演の中で、運動しながら頭を使ってトレーニングをする「コグニサイズ」を参加者の皆さんと一緒に体験しました。数字を数えながら足踏みをしたり、手をたたいたり、さらに手と足の動作を組み合わせたり、講演の途中で何度か一連の計算をする場面もあったり…思っていたよりも難しくもありましたが、笑いも

あって和やかな講演でした。

この講演を通して、普段の生活の中にコグニサイズを取り入れることで、楽しく脳を鍛えることができ、自然と介護予防につながることを教えていただきました。

また、高齢者は習慣的に運動をすることが少なくなる年代でもあるため、まずは運動に対する意欲を高め、できる範囲内から始めてみるのが大切。運動負荷を意識し1日40分以上を目標に、頑張った自分自身へのご褒美を考えたりして、達成感を味わいながら行うことが秘訣だそうです。

地域包括ケアシステムが目指す「高齢者が可能な限り地域で自立して暮らし続ける」ために、介護予防は必要不可欠であると理解しました。介護予防の考え方を地域に普及させ実践していくことが、私達の役割といえるのではないのでしょうか。

今、新型コロナウイルス感染予防のために「3密」を避けなければならない中、そのような中で、充実したリハビリ支援は困難な状況にありますが、今後も工夫しながら介護予防に取り組んでまいりたいと思います。

次回のなんケアの会は10月2日(金)を予定しております。しかし、新型コロナウイルス感染症の動向を考慮し、自粛・中止させていただく可能性もございます。変更、詳細につきましては今後当院ホームページにて順次お知らせいたします。

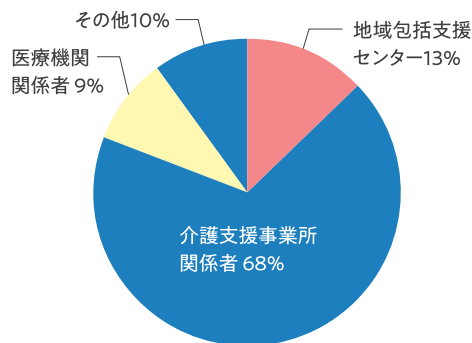
なんケアの会



参加者の皆さんにアンケート

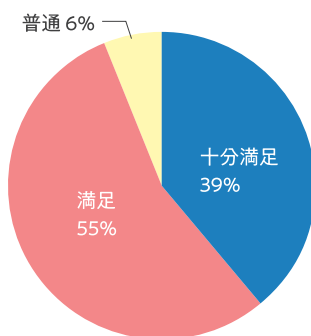
回収率:93.9%(アンケート配布:33名、回収:31名)

Q1.所属を教えてください



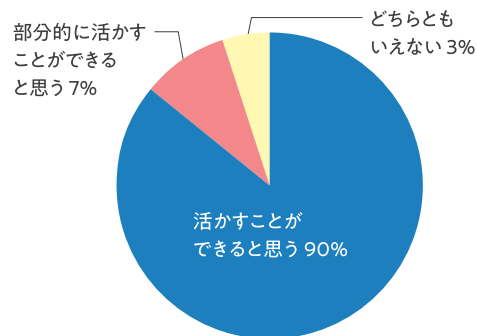
Q2.参加して

いかがでしたか?



Q3.今後、地域での活動に

活かすことができそうですか?



会場の様子と皆さんからのご意見・ご感想



会場の様子

↑間隔を空けて着席してもらいました



講師の橘 啓明様



当院の理事長

↑質疑応答の様子



↑受付時に検温、手指消毒を
しっかり行いました。

本人の拒否が強く、リハビリにつながらないケースに悩んでいました。今日のお話を聞き、具体的な予防の必要性なども伝えられそうだなと思いました。ありがとうございました。専門的な単語が少なくわかりやすかったです。

介護支援事業所関係者

仕事上、介護予防やフレイル等を伝える場面やセルフケアを勧めているが、高齢者に限らず、自分らも日常生活の中で意識しなければならないと改めて感じました。

介護支援事業所関係者

介護予防について、改めてリハビリの重要性を知ることができました。

地域包括支援センター

ごあいさつ

ふたわたり かつや

診療部長 二渡 克弥

2020年9月1日から御野場病院で働かせていただくことになりました
ふたわたり
二渡 克弥です。よろしくお願いいたします。

生まれ育ちは東京でしたが、大学から秋田に来てすでに40年を超えており、すっかり秋田の人間になり、秋田の空気、自然、山、花、生き物、食べ物、お酒、秋田美人など秋田の魅力にどっぷりついています。

たまに上京すると、あまりの人の多さにめまいがしたり、また、道に迷ったりして、自分が東京で育ったことが嘘のようで、秋田に戻ってくるとほっとします。

前職では急性期の脳卒中や頭部外傷などの疾患を中心として診療していましたが、これからは回復期リハビリテーション病棟にて、スタッフの皆さんとともに患者さんの機能回復、障害の克服、家庭・社会活動への参加等に関して、微力ながらお役に立てるように努めていきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。



玄関での検温について



新型コロナウイルス感染対策のため、正面玄関にて検温を行っておりますが、検温作業で皆さんをお待たせしておりました。そこで、検温時間の短縮のため、カメラによる検温装置を設置いたしました。今後はカメラの前で一度立ち止まっていただくだけで検温可能となります。

設定体温以上を検出した場合はお知らせいたします。一度立ち止まり、モニターに表示されるご自身の体温をご確認ください。

ご来院される皆さんにはご不便をおかけいたしますが、何卒ご協力いただきますようお願いいたします。



ほほえみサロン通信

vol.01
2020.10.1

ほほえみサロンおのぼとは？

「ほほえみサロンおのぼ」は、地域の方々を対象とした無料の公開講座や、気軽に集える場所の提供を目的として平成28年10月より月1回のペースで開催しています。

具体的な内容は、認知症に関することをテーマに、当院のスタッフ、地域包括支援センター職員の皆さん、地域でボランティア活動している方などによる寸劇、脳トレ、リハビリ体操など多彩です。

しかし現在は新型コロナウイルス感染症拡大の危険性を勘案し、残念ながら「ほほえみサロンおのぼ」は当面の間、開催休止とさせていただきます。

次回開催の予定は秋田県内の感染症拡大の動向により流動的ですが、令和3年4月以降となる見込みです。**その際は当院ホームページ、当院内掲示板、本誌等にて事前にご連絡いたします。**

再開の際には再び「ほほえみサロンおのぼ」にご参加いただければ幸いです。よろしくお願い申し上げます。



↑ほほえみサロンスタッフです。
医師、看護師、介護福祉士、放射線技師、管理栄養士、ケアマネージャーなど、さまざまな職種がそろっております。

お悩み事はお気軽にご相談ください。

ほほえみサロン ～これまでの取り組み～



うふふ、
きれいでしょ？

↑スタッフによる認知症の寸劇より



笑顔で体操を
楽しみました♪

↑参加者と一緒に認知症予防体操



再開の際には、
ぜひお立ち寄り
くださいね♪

↑この看板が目印ですよ

ほほえみスタッフのつぶやき

介護福祉士 石田 奈央

マスクが店頭から消えたとき、
お義母さんがたくさんの布マスクを作ってくれました。
おかげで今もコロナに感染せず元気に仕事できています!!



「信頼され、選ばれる病院を目指して」

— 安全・信頼・連携・地域密着 —

私たちは、地域に密着した病院として、他の医療機関や関係の方々との密接な連携のもと、
安全で心の通った医療・保健・福祉サービスを提供し、
患者さんや地域の皆さんから信頼され、選ばれる病院を目指します。

診療担当医表

診療時間	診療科目	月	火	水	木	金
午前 9時～12時	内 科	吉川 晴夫 小田嶋 貢	吉川 晴夫 金谷 有子	皆河 崇志	石黒 英明 金谷 有子	石黒 英明
	神経内科	—	—	—	石黒 英明	石黒 英明
	歯 科	千葉 正明	千葉 正明	—	千葉 正明	千葉 正明
午後 1時30分～3時	内 科	石黒 英明	小林 佳美	吉川 晴夫 市原 利晃 (第2)	皆河 崇志	小林 佳美 小田嶋 貢 (第2・4)
	リハビリ	—	小林 佳美	—	—	小林 佳美
	神経内科	石黒 英明	—	—	—	—
	歯 科	千葉 正明	千葉 正明	—	千葉 正明	千葉 正明

※令和2年11月1日以降 ※午前の受付は11時30分までをお願いします。

※出張などにより、担当医が変更になる場合がございます。指定の医師をご希望の場合は、事前にお問い合わせください。

医療法人 正観会 **御野場病院**
〒010-1424 秋田市御野場二丁目14-1
TEL.018-839-6141 FAX.018-839-5025



- JR秋田駅より車で20分
- バス（秋田市営交通）
御野場団地線／御野場病院前下車

