

# HUMAN

Vol.286 | 2016.2

医療を通じて人と人とのふれあいを広げる

特集

## リハビリセンター

リハビリセンターセンター長

磯村隆倫

ナース物語

はじめまして。新入職員紹介

訪問リハビリテーション

サークルKミニ オープンのお知らせ

さくらの森通信

さくら総合病院の休日診療

夕方診療

節分と行事食

頭の体操

イベント食

sakura's kitchen レシピ:

福豆とイワシ丸干しの炊き込みご飯

information | インフォメーション



## 特集

リハビリテーションセンター長

磯村 隆倫

# リハビリテーション



日頃より、当リハビリテーションの運営にご協力頂き、誠に有り難うございます。今回は、リハビリテーションについてご紹介させて頂きます。

### リハビリテーションの語源

さて、皆さんはリハビリテーションという言葉の語源を知っていますか？

リハビリテーションという言葉は、実は大変奥深い意味があります。リハビリテーションの語源は、ラテン語で「re(再び)+habilis(適した)、すなわち「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。歴史的にも中世ヨーロッパでは、協会から破門された者が許されて、名誉と権利を回復する事を意味しました。

15世紀、百年戦争末期のフランスを救った英雄的少女ジャンヌ・ダルクがイギリス軍に捕らえられ、宗教裁判によって魔女扱いされ、異端者として火あぶりの刑となった歴史がありました。後に復権訴訟により名誉を回復し、聖女とされました。この名誉回復のためのやり直し裁判は「リハビリテーション裁判」と呼ばれます。

現代では、アルコール依存や覚醒剤依存からの更正・社会復帰の意味でもリハビリテーションという言葉が使われています。

### 日本におけるリハビリテーションの歴史

日本におけるリハビリテーションですが、その歴史は浅く、昭和35年に厚生白書にて、はじめてリハビリテーションが、疾病の予防および治療と並ぶ医療の重要部門として言及されました。

昭和40年に理学療法士および作業療法士法、平成9年に言語聴覚士法が国会にて成立しました。最近では、リハビリという言葉も定着してきましたが、日本においては、まだまだ歴史が浅い分野となっております。

### さくら総合病院のリハビリテーション

歴史の浅いリハビリテーションにおいて、さくら総合病院は小林勝正理事長が早くよりリハビリを取り入れ、また拡大し、現在は理学療法士45名、作業療法士13名、言語聴覚士5名、柔道整復師4名、あんまマッサージ

今後も、リハビリテーションを必要とする  
 全ての患者さんに  
 安心安全な医療が提供出来るように  
 リハビリセンター職員一同、  
 努力してまいります。



ジ師4名、リハビリ助手5名と地域  
 では最大、県内もしくは全国的に見  
 ても有数のリハビリセンターとなり  
 ました。

集中治療室でのリハビリ、急性期一  
 般床病棟でのリハビリ、回復期病棟  
 でのリハビリ、老人保健施設でのリ  
 ハビリ、有料老人ホームでのリハビ  
 リ、在宅における訪問リハビリと、  
 リハビリが関わるすべての分野で  
 活動しています。

現在、当院でのリハビリは、脳梗塞等  
 により麻痺を呈した患者さんに対す  
 る脳血管リハビリ、骨折や人工関節  
 手術後の患者さんに対する運動器リ  
 ハビリ、がん患者さんに対する、がん  
 リハビリ、肩・腰・膝の痛みに対して  
 電気による物理療法やマッサージ治  
 療を中心に行なっています。

さくら総合病院リハビリの  
 今後の展望

平成28年2月には前述のリハビリに  
 加えて、心臓疾患を持った患者さん  
 に対して、事前に検査をして運動負  
 荷量を決めて行なう心臓リハビリ  
 テーションや、肺疾患患者さんに対  
 して、呼吸療法や運動指導を行なう  
 呼吸リハビリを行なう準備を進め  
 ております。

また、福祉部門においても在宅訪問  
 リハビリの強化、大口町とコラボ  
 レーションし介護予防体操指導など  
 地域におけるリハビリテーションも  
 行なっていく予定です。

今後も、リハビリテーションを必要  
 とする全ての患者さんに安心安全  
 な医療が提供出来るようにリハビ  
 リセンター職員一同、努力してまい  
 ります。



**リハビリセンター センター長**  
 理学療法士  
 糖尿病療養指導認定士  
 呼吸療法認定士  
**磯村 隆倫**

経歴 |  
 平成11年～14年 国立療養所 高山病院  
 平成14年～19年 国立名古屋病院  
 (現名古屋医療センター)  
 平成19年～ さくら総合病院

# ナース物語

## 看護師になって思うこと

### 4B病棟 看護師

私は短期大学で介護福祉を学び、卒業後は介護福祉士として医療施設で働いていました。

患者さんと接する中で、患者さんから「痰をとって欲しい」と頼まれる事もしばしばありましたが、私は看護師ではないので何も出来ず、そのたびに看護師を呼びに行かなければなりませんでした。そのような毎日を過ごすうちに、いつか自分も看護の仕事がしたいと強く思うようになり、その思いは日増しに膨らんでいきました。そして26歳にして看護学校に入り、准看護師の資格をとりました。卒業後は准看護師として患者さんの看護を行なうことが出来るようになりました。

患者さんに「痰をとって欲しい」とお願いされた時、看護師を呼びに行くという時間のロスが常に発生していましたが、今は自分で痰吸引をする事が出来るようになり、苦しいままの状態を患者さんを待たせてしまう事がなくなりました。患者さんから「ありがとう」とお礼を言われた時には、看護師としてのやりがいと、この上ない喜びを感じました。しかし、看護師として人の健康や命に関わるということは責任が大きいと感じるよう

もなりました。

新卒で知識・技術が未熟な私に看護師の先輩方が、採血の練習にと腕を貸して下さったり、分からない事を優しく丁寧に教えて下さったりしました。先輩方のお陰で、分からない事を分からないままにする事なく仕事が出来ているため、当初感じていた仕事に対する不安は随分和らいでいます。

また、先輩方は自身の業務までこなしています。それに対して、私はまだまだ自身が従事している業務に手いっぱい状態で、周りのことを見渡せる余裕がありません。

今後は周りに気を配り、指示される前に先回りをして確認するなど積極的に行動していきたいと思えます。さらに現状に満足する事なく、患者さんにより良い看護を提供出来るよう、様々な勉強会に参加して更なるスキルアップを図っていきたく考えております。

一日でも早く、職場の戦力として仕事出来る人材になれるよう、日々経験を積み重ねて参りたいと思っています。

自宅で  
リハビリ

いつまでも  
すみなれた我が家で  
暮らすために



リハビリの専門家が  
ご自宅へお伺いします  
(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士など)

医療法人 医仁会 さくら総合病院

訪問リハビリテーション

TEL:0587-95-6711 (内線8344)

お気軽に  
お問い合わせ  
ください



EPA看護師候補者  
リンボ ロジン アギラー

Limbo Rogene Aguilar  
フィリピン人のEPA看護師候補者です。国家試験は難しいですが、これから頑張ります。よろしくお祈りします。



EPA看護師候補者  
デリゾ アダ ハナ オリエル

Delizo Ada Hannah Auriel  
フィリピンから参りました。これからお世話になります。よろしくお祈りします。

はじめまして。  
12月に入職した  
職員紹介



患者さんのためのLibrary  
さくらの森通信

本館C棟2階 脳卒中脊椎脊髄センター前

開室時間 月曜日～金曜日 10:00～12:00 13:00～16:00



今月の図書紹介

東方栄養新書  
体質別の  
食生活実践マニュアル

医学博士・漢方医学顧問  
りょう こう せん かく  
梁 晨 千 鶴 著

本書は体質別の食生活を説く実用書です。  
本書が食生活において大切にすることが二つあります。  
一つ目は体質。東洋医学の臨床体験から成人を6タイプに、老人、小児、妊婦を合わせ、9タイプの体質に分類。体質診断シートや特徴的なイラストで自分の体質が分かるように工夫されています。  
二つ目は食材がもつ、冷やす、温める、潤す、乾かす、発散する、引き締める、等々の自然の性質。  
日常よく使う食材200品目一つ一つについて、その自然の性質、東洋医学的効能を柱に、現代医学的効能、栄養素解説をもまじえ、個々の体質との相性、家庭療法への応用、栄養素の上手な摂り方、簡単レシピの項目などを設けて実用性を備えています。

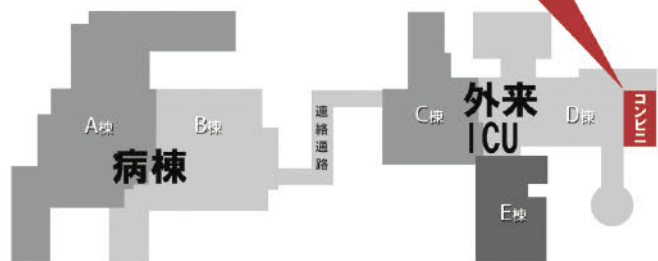


サークルKミニ さくら総合病院店  
本館D棟1階にオープンしました!

日本一のフレンドリーなお店を目指します!  
是非、お気軽にご利用ください。



院内コンビニ (D棟1階)



営業時間 | 平日 8:00～18:30 土曜・祝日 8:00～13:00  
日曜日 定休日

夕方診療

専門の医師による各診療科の外来

月曜日～金曜日  
17:00～19:30

お仕事・  
学校帰りや  
日中お忙しい方に

夕方診療は  
待ち時間も短く、  
スムーズに受診できる場合も  
多いため、お忙しい方におすすめです。  
各科の診療時間につきましては、  
受付またはホームページで  
ご確認ください。

平日も休日も  
いつも、あなたのそばに  
さくら総合病院  
の休日診療

発熱

ケガ

急病

異変

さくら総合病院なら  
休日(日曜・祝日)も  
診療いたします

お問い合わせ TEL:0587-95-6711

<http://www.ijinkai.or.jp/patient/tantoui.html>

# 節分と行事食

節分の豆まきは災いをもたらす鬼を追い払い、福を呼び込むための行事です。この豆は福豆といい、節分の夜に自分の歳より一つ多く食べると身体が丈夫になるといわれています。

## ◆ 節分の行事食いろいろ

最近では、恵方巻きも定着してきました。その年の恵方（今年では南南東）を向いて食べることで、前年の厄払いと新年の幸運を祈り、豆まきと一緒に食うようになってきています。その他、こんにゃく、イワシ、けんちん汁を食べる地域もあるそうです。

## ◆ 福豆が食べきれないときは福茶で

福茶は「よろこぶ」の昆布、松竹梅の梅、そして福豆を吉数の3粒を入れていただく縁起のいいお茶です。1年間「まめまめしく働ける」という意味もあり、豆がお湯にふやけて美味しくいただけます。



### 材料

湯のみ  
1杯分

- 福豆……………3粒（豆まきの豆）
- 塩昆布、または昆布の佃煮……適量
- 梅干……1粒（種をとっておきます）
- 熱湯…180cc（緑茶でも構いません）

### 作り方

材料すべてを湯のみに入れ、熱湯を注げば出来上がり。  
昆布と梅干が良い出汁となり、福豆がふやけてきた頃が飲み頃です。  
梅干をつぶして召し上がってください。



## ◆ 大豆のパワー

大豆は「畑の肉」といわれるほど栄養価が高く、良質のタンパク質・カルシウム・ビタミン・食物繊維や鉄分も豊富で、イソフラボンやサポニンなども含まれています。大豆から作られる食材は、しょうゆ・味噌・納豆・豆腐など、毎日の食事に欠かせない重要な役割を担う成分を多く含んだ、優れた栄養食品です。



# 頭の体操

## 数独 (ナンバープレース)

### 数独の 解き方

- 1) タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 2) 太線で区切られた3×3の枠内（マスは9個）にも1から9までの数字が1個ずつ入ります。
- 3) タテ・ヨコ、枠内で同じ数字が重複して入ることはありません。

### 問題1 難易度★

		2		4	5	8		
	7	9	6		3		1	
8		3		2		6		4
7		6					2	8
	2		1	6		3	7	
		1			9	4		
	6		3	5	7			1
1			4			2		5
9	4	5	8		2		6	3

### 問題2 難易度★★

	4			5		2	6	
2		5		9				
	6		8		2		4	5
8				4	5			2
	1		6		3		7	
6		4		2		8	5	3
		8			4	7		6
3	7		1		8		2	
4			2		9			1



Event Menu

**献立**：まぐろ丼、八幡巻、菜花の辛子和え、豚汁、和菓子

**日時**：3月10日(木) 12:30～  
コンドル館B棟1階病棟・B棟2階病棟  
3月11日(金) 12:30～  
コンドル館B棟4階病棟

**金額**：お一人様 ¥1,000 (税込)

**申し込み〆切日**：平成28年2月29日(月)

【案内状・申込み用紙は診療費の請求書に同封します】

\* 献立内容・金額：一部変更になることがあります。  
\* 当日のキャンセルはキャンセル料が発生いたします。ご了承ください。

栄養相談室では、糖尿病、脂質異常症、胃切除を受けた方などの栄養指導【外来・入院】、食に対して不安を感じている患者さんに対する栄養相談を随時行なっています。お気軽にご相談ください。

療養病棟・回復病棟に入院中の患者さんを対象にイベント食を実施しています。今回はちらし寿司の上に醤油漬けのまぐろの刺身をのせた「まぐろ丼定食」を企画しました。皆さんに人気のまぐろを楽しんで頂きたいと思います。

節分が残った福豆とイワシの丸干しを炊き込んだ、冷え症にも効果のあるご飯です。

## 福豆とイワシ丸干しの炊き込みご飯

【材料：2～3人分】

- 米……………1合
- 福豆……………大さじ2
- イワシ丸干し……………1尾
- 人参(千切り)……………20g
- 生姜(千切り)…薄切り2～3枚
- 白だし……………大さじ1
- 水……………適宜

【調理方法】

1. 米を洗ってザルに取り、水をきります。福豆は水に浸し戻します。米と福豆をそのまま30分置いた後、福豆の水をきります。
2. グリルでイワシをしっかり焼き、はらわた(内臓)を取り除きます。
3. お釜に米・白だし・水・人参・生姜・福豆を入れ、かるくかき混ぜたらイワシをのせて炊きます。
4. 炊き上がったらイワシを取り出します。頭と骨を取り除き、かるく身をほぐしたらお釜に戻し、かるく混ぜて出来上がりです。

【ポイント】

1. 焼いたイワシの内臓は丁寧かつ綺麗に取り除きましょう。

ひとことアドバイス  
【イワシと生姜の豆知識】

イワシは脳の機能を高めるDHAや、血行を促進し代謝を高めるEPAを多く含んでいます。生姜は魚の臭みをとるほか、身体を温める働きもあり、冷え症の予防に役立つメニューです。

sakura's  
kitchen

さくら's キッチン

さくら総合病院 栄養科監修  
美味しい&ヘルシー  
レシピ

# Information 2016.2

インフォメーション

2/27

土曜日  
13:00-13:40

## 第46回 健康を守る教室

### 音楽療法について

音楽療法士より音楽療法についてご説明いたします。  
セラバンドを使った体操の実演もありますので、お気軽にご参加ください。

[参加費] 無料・予約不要  
[場所] さくら総合病院コンドル館A棟1階  
皆様お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

2/2.3

火・水曜日

## 成田山名古屋別院大聖寺 節分まつり

開運厄除けを願う豆まき式と、特別年男・年女および有名人による豆まき式が開催されます。

[会場] 犬山市犬山北白山平5  
犬山成田山本堂内 特設会場  
[料金] 一部有料

2/21

より開催

## 大縣神社梅園 梅まつり

大縣神社のしだれ梅の見頃にあわせて「梅まつり」が開催されます。  
期間中、毎日曜は週替わりで大正琴演奏、能の披露、お茶会、朝市などが催されます。

[期間] 2月21日(日)～3月21日(月・祝)  
[場所] 犬山市字宮山3

私たちと一緒に働きませんか?

# 求人募集

詳細をチェック!

さくら総合病院 求人 検索

## 看護部門

- 看護師
- 准看護師
- 訪問看護師(常勤 | 非常勤)
- 訪問准看護師(常勤 | 非常勤)
- 夜勤専従看護師・准看護師
- パート看護師・准看護師

## 診療支援部門

- 薬剤師(常勤 | 非常勤)
- 診療放射線技師(常勤 | 非常勤)
- 臨床検査技師(常勤 | 非常勤)
- 理学療法士
- 作業療法士

## さくら総合 福祉センター・ スタッフ

- ケアマネージャー
- ケアスタッフ(常勤 | 非常勤)
- 訪問介護スタッフ(常勤)
- デイケアセンター御嶽(常勤 | 非常勤)
- デイケア・スタッフ主任候補
- 入浴介助スタッフ(非常勤)
- 入浴介助スタッフ[御嶽](非常勤)

## 数独の解答

### ■ 問題1

6	1	2	9	4	5	8	3	7
4	7	9	6	8	3	5	1	2
8	5	3	7	2	1	6	9	4
7	9	6	5	3	4	1	2	8
5	2	4	1	6	8	3	7	9
3	8	1	2	7	9	4	5	6
2	6	8	3	5	7	9	4	1
1	3	7	4	9	6	2	8	5
9	4	5	8	1	2	7	6	3

### ■ 問題2

9	4	1	3	5	7	2	6	8
2	8	5	4	9	6	1	3	7
7	6	3	8	1	2	9	4	5
8	3	7	9	4	5	6	1	2
5	1	2	6	8	3	4	7	9
6	9	4	7	2	1	8	5	3
1	2	8	5	3	4	7	9	6
3	7	9	1	6	8	5	2	4
4	5	6	2	7	9	3	8	1

数独の答え合わせは山折

## さくら総合福祉センターからのお知らせ

ご病気や冠婚葬祭、ご旅行などで  
今日からでも一時的に介護ができなくなった場合などに  
ぜひご利用ください。

ショートステイ 太郎と花子

ご予約受付中

ショートステイ専用 TEL:0587-95-0134