

再びその人らしい生活に

# ふれあいひろば

2018年 夏号 Vol.85

愛仁会リハビリテーション病院

三島圏域地域リハビリテーション  
地域支援センター

- 住所：高槻市白梅町5番7号
- 電話：072-683-1212
- URL：http://ajinkai.or.jp



- 1面 わかりやすいリハビリテーション教室
- 2面 愛仁会ふれあい広場のご紹介 (連載) チーム医療活動のご紹介⑤
- 3面 地域クリニックとの連携の中で⑩ 排尿回診
- 4面 患者さまだより⑩ / 在宅サービスセンターだより



## わかりやすい

# リハビリテーション教室



地域医療部医療福祉相談科 退院支援看護師 中村利都子

当院では、脳卒中を発症された患者さま・ご家族さまに対して、退院後の在宅生活に向けて、再発予防を目的とした「わかりやすいリハビリテーション教室～脳卒中編～」を毎年開催してまいりました。今年度からは地域住民の方にも参加していただけるよう、3階の愛仁会ふれあい広場で7月7日～8月4日の毎週土曜日10時から5回シリーズで開催しております。

脳卒中は、厚生労働省の人口動態統計による死亡原因の第4位となり、人口の高齢化に伴い年々増加しています。発症すると手足の麻痺などの後遺症で介護が必要になる可能性が非常に高く、再発リスクも高い病気です。この教室では、「脳卒中という病気」・「再発の予防」・「日常生活のコツ」・「在宅サービス」等について、専門の医師・看護師・薬剤師・理学

療法士・作業療法士・言語聴覚士・栄養士・医療ソーシャルワーカー・ケアマネジャーが担当し、動画や実演を交えた勉強会を開催しております。今年度は、本誌やホームページ・他病院や施設への案内も行い、患者さま・ご家族さまだけでなく、多くの地域住民の方のご参加があり、健康に対する意識の高さがうかがえました。参加された方からは、「これからどうすれば良いのか、何が大切なのかよくわかりました」「日常生活の注意点、血圧のコントロールについて理解出来ました」などの感想をいただいております。

今年度は11月頃にも開催予定をしております。脳卒中疾患以外の事でも、ご自宅や地域社会で過ごされる中で不安な事など相談できる機会にもなるのではないかと考えておりますので、お気軽にご参加下さい。

参加費  
無料



- 開催日時：平成30年7月7日～8月4日 毎週土曜日(10時～11時)
- 場所：愛仁会リハビリテーション病院3階  
愛仁会ふれあい広場
- 申し込み方法：ホームページや愛仁会ふれあい広場の申込用紙によるFAXか愛仁会ふれあい広場内に設置の「スマイルボックス」に投函

開催日	内容
7月 7日(土)	脳卒中ってどんな病気? ＜講師＞砂田一郎 副院長
7月 14日(土)	脳卒中とうまく付き合おう(再発予防) ＜講師＞前岸知香 脳卒中リハ看護認定看護師 / 奥西美奈 薬剤師
7月 21日(土)	日常生活のコツ(飲み込みや食事内容) ＜講師＞石井和樹 言語聴覚士 / 岡本泰幸 管理栄養士
7月 28日(土)	日常生活のコツ(移動・更衣・排泄) ＜講師＞阿河由巳 理学療法士 / 小澤大地 作業療法士 / 前岸知香 脳卒中リハ看護認定看護師
8月 4日(土)	在宅を支えるサービスについて ＜講師＞細川美穂 社会福祉士 / 田中剛 ケアマネジャー

# 愛仁会ふれあい広場



コンセプト ふらっと・ぷらっと・まなんでささえる 健やかプロジェクト

4月より愛仁会リハビリテーション病院3F(旧高槻病院外来受付)で、地域交流スペース『愛仁会ふれあい広場』がオープンしました。『ふらっと・ぷらっと・まなんでささえる～健やかプロジェクト～』をコンセプトに、地域住民の方々や(法人の職員を含む)医療・福祉に従事する方が集い、語らいやコミュニケーションを通じて互いに学べる場、地域の文化が醸成できる場所づくりを目指しております。

『愛仁会ふれあい広場』の開放時間は(土)・(日)・(祝日)含む朝9時～17時となっております。

- ①愛仁会高槻地区各施設からの地域に向けた情報発信(講演会・学習会等)の場として
- ②行政・地域団体との協働の場として
- ③地域に開放した活動(ボランティアの集い・患者会など)の場として

運用してまいります。通院や買い物後にふらっと・ぷらっと立ち寄りいただけると幸いです。

また、地域にお住まいの皆さまが、『愛仁会ふれあい広場』において研修会等の開催でご利用頂くことも可能です。まずは愛仁会ふれあい広場・事務局(高槻地区事業統括室)まで、ご連絡頂きますようお願いいたします。



## ◆『愛仁会ふれあい広場』事業実施時の様子(写真)

高槻市長寿介護課主催『初心者向けますます元気体操』

その他、高槻中央地域包括支援センター主催『介護予防教室』、『歌ってスマイル(講師:音楽療法士)』、地域のボランティアさんによる『笑いヨガ』や患者による患者会(脳血管疾患・糖尿病)も開催しております。

## ◆愛仁会ふれあい広場開放時間

9時～17時【(土)・(日)・(祝日)含む】



## スマイルボックス

『愛仁会ふれあい広場』内に設置しておりますアンケートボックスとなります。『愛仁会ふれあい広場』に関する地域の皆さまからのご意見をお待ちしております。



お問合せ  
窓口

## 愛仁会ふれあい広場 事務局 担当: 巽(たつみ)

電話:072-683-1212 『愛仁会ふれあい広場事務局』へ  
FAX:072-683-1282

※『愛仁会ふれあい広場』の備品は、机(3台)・椅子(100席)・ホワイトボード(1台)と限られております。備品等につきましては、事前に事務局までご確認頂きますようお願いいたします。尚、飲食につきまして、原則食事は禁止とさせていただきます。

## イベントカレンダー▶

イベントスケジュール・内容情報はカレンダーにして愛仁会ふれあい広場に掲載しております。お立ち寄りの上、ご確認ください。

# (排尿自立支援ケアチーム)

置(リリアムα-200)を使って早くパターンが分かるようになりました。

排尿日誌は1回の排尿量、排尿時間、膀胱に尿がたまっている時間、出ない時間、水分量との関係、1日の排尿量などが分かります。リリアムα-200を24時間装着すると排尿日誌の内容が自動的に記録され最大3日間の状態を知ることができます。尿意を訴えられない人も排尿のタイミングが分かります。

タイプに合わせ、看護師は排尿誘導、時間ごとの導尿、飲水量の調整などの生活支援を行います。作業療法士はトイレ動作訓練、導尿など自分で行う訓練を行い、理学療法士は座位、立位、歩行訓練を行い、生活動作の獲得を目指します。医師は排尿障害の改善薬の調整、膀胱造影や膀胱エコーで膀胱機能を検査します。患者様の排尿の自立を目指し、安心してご自宅へ退院できるように、病院全体のチームで取り組んでいます。



資料②リリアムα-200で測定の結果



# おかざき内科クリニック

〒569-0823 高槻市芝生町1丁目1-12  
TEL.072-679-3501

診療科目  
内科  
循環器内科

訪問診療等でお世話になっているおかざき内科クリニック岡崎英明院長にインタビューさせていただきました。

## Q 開業されたきっかけを教えてください

**A** 大学卒業後病院勤務医として診療を行ってききました。内科医として高齢者の肺炎や脳梗塞、脳出血の後遺症の患者さんを診療する中で、より身近な医師として患者さんの健康を支えられる医師でありたいと思い、開業に至りました。

## Q クリニックの特徴を教えてください

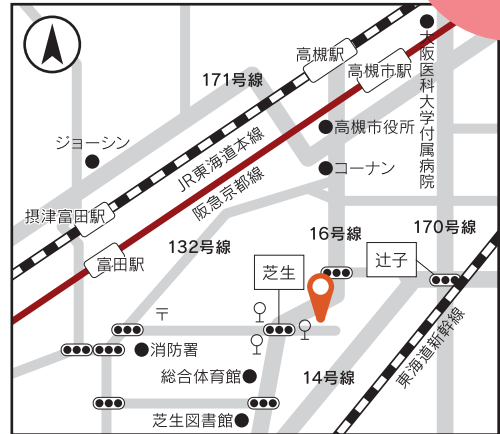
**A** 体の不調など困ったことがあった時に気軽に来てもらえるような雰囲気のあるクリニックです。採血や検尿、レントゲン、心電図など一般的な検査は可能ですが、病院での検査、治療が必要な患者さんには、症状に合わせて適切な病院をご紹介します。また、訪問診療も行っております。がんや心不全、高齢者など通院が難しい患者さんには訪問看護師などと連携し、ご自宅へ伺い診療させて頂いています。訪問頻度は月に1~2回程度ですが、症状に合わせて相談させて頂きます。

地域住民の方々が困った時に頼ってもらえるようなホームドクター、クリニックでありたいと考えております。

岡崎院長ありがとうございました。クリニックは明るく落ち着いた印象で、院長含めスタッフの方々が非常に丁寧に対応して下さい、安心感が持てる印象を受けました。愛仁会リハビリテーション病院を退院される患者様にも通院が難しい方がおられるので、訪問診療等様々な場面でお世話になります。今後ともよろしくお願い致します。



岡崎英明院長▶



高槻市営バス「芝生住宅東口」バス停よりすぐ

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	—	○	○
16:00~19:00	○	○	○	—	○	—

【休診日】木曜日・土曜日午後・日曜日・祝日



排尿日誌 (Bladder diary)

項目	00	00	00	00	00	00	00	00
尿量	00	00	00	00	00	00	00	00
尿回数	00	00	00	00	00	00	00	00

時間	尿量 (ml)	尿回数	排尿時 尿意	排尿時 尿量	排尿時 尿色	排尿時 尿臭	排尿時 尿温
1 7:00	100	1	あり	100	黄	あり	37.0
2 8:00	150	1	あり	150	黄	あり	37.0
3 9:00	200	1	あり	200	黄	あり	37.0
4 10:00	250	1	あり	250	黄	あり	37.0
5 11:00	300	1	あり	300	黄	あり	37.0
6 12:00	350	1	あり	350	黄	あり	37.0
7 13:00	400	1	あり	400	黄	あり	37.0
8 14:00	450	1	あり	450	黄	あり	37.0
9 15:00	500	1	あり	500	黄	あり	37.0
10 16:00	550	1	あり	550	黄	あり	37.0
11 17:00	600	1	あり	600	黄	あり	37.0
12 18:00	650	1	あり	650	黄	あり	37.0
合計	3600	12	あり	3600	黄	あり	37.0
平均	300	1	あり	300	黄	あり	37.0

資料① 排尿日誌の記録

## 連載 チーム医療活動のご紹介 ⑤ 排尿回診

愛仁会リハビリテーション病院では平成29年6月から、排尿の自立支援を目的に週に1度回診を行っています。病気の治療のために尿を出すための管を膀胱に入れ尿を出し(尿道カテーテル留置)、治療が終わると尿道カテーテルを外し、自分で尿を出すようになります。しかし、尿道カテーテルを外しても、自分で尿を出せない、すっきりと出せない場合(排尿障害)、尿回数が増えずに尿意が起こる場合(畜尿障害)尿が漏れ出してしまう場合(尿失禁)などがあります。

このような排尿、畜尿障害があると他者との交流が苦手になり、外出を控えたり、と生活が思うようにできなくなることがあります。そのため専門の医師、看護師、理学療法士、作業療法士、感染管理者がチームになって、各部署のスタッフと共に排尿自立に向けた支援を行っています。

支援方法は看護師が排尿日誌(時間ごとに排尿状況、飲んだ水分量を記録)をつけ、排尿障害のタイプを確認します。排尿日誌の記録と膀胱内の尿量が簡易に測定できる膀胱用超音波画像診断装

INTERVIEW  
患者さまだより<sup>19</sup>  
インタビュー



光瀬智洋さんは19歳のときに胸髄損傷を受傷され、当院で約半年間入院されました。

退院後、パワーリフティングで素晴らしいご活躍をされているとお聞きし、インタビューさせていただきました。

当院退院後、自立生活訓練センター・職業訓練学校を経て、外資系企業の方に就職されました。もともと体を鍛えるのが好きで、就職後もジムでトレーニングをつんでおられました。2020年東京パラリンピックに向けて選手を発掘して育成する東京ナショナルトレーニングセンターで行われたNTIDでパワーリフティング・陸上・フェンシングにエントリーしたところ、パワーリフティングの育成指定選手に選ばれました。そして今年の5月におこなわれた大会では、全日本指定強化選手としてアジア選手権日本代表に選考されました。

光瀬さんは25歳とパワーリフティングの世界では若く、東京パラリンピックはもちろん2024年パリのパラリンピックも狙える将来有望な選手です。今後の活躍からますます目が離せません！



## 愛仁会高槻 在宅サービスセンターだより

Tさんは27歳と31歳の時に脳の動静脈奇形による脳出血を発症されました。国立循環器病研究センターで高度医療を受けられたあと、愛仁会リハビリテーション病院へ転院し懸命にリハビリに取り組みられご自宅へ退院されました。退院前のカンファレンスでサービスの調整が行われ、在宅サービスセンターからは、訪問看護ステーションの看護とリハビリが開始となりました。退院当初は、自力では思うように動くことができず、車椅子への移乗も2人での介助が必要でした。また、食事は胃瘻からの栄養注入が主で、口からは食べ物を楽しむ程度でした。その後、訪問による指導でトイレ等の生活動作の獲得と、デイケアでの訓練も前向きに取り組みられた結果、現在は胃瘻も外れ、キザミなど形態は変えてですが、ご家族と同じものを口から1日3食食べられるようになり、自力でトイレへ行くことも可能に



### 自分の可能性を信じ頑張っているTさん 訪問看護ステーション愛仁会高槻 片山 由美子

なっています。ここ数年、各地で発生している震災から「逃げ遅れないよう自分の足で非難したい」との思いを持ち、更なる治療やリハビリに対する意欲的に取り組まれています。幸い、先日の地震では大きな問題はありませんでした。髪型をアレンジする等オシャレも楽しみながら、持ち前の明るさで、ご家族全体を明るい空気に包み、日々を過ごされているTさんを応援していきます。

眩しさから目を守るために、サングラスを使用されています。トレードマークになっています。