



“あかりをつけましょ ぼんぼりに〜♪”と、全員での合唱に始まった3月のお楽しみ会は、ノドを慣らすための〈嚥下体操〉という、リハビリ感も盛り込んだカラオケ大会でした。短い時間でしたが、ちょっぴりひな祭り気分を味わっていただけでした。



“音楽DVD鑑賞会”

お楽しみ会

5月22日の昼下がり、お楽しみ会のスタートです。

昔懐かしい歌と一緒に歌って楽しんでいただこうと、あれこれ悩んで選曲し・・・「北国の春」の合唱から始まり、「青い山脈」「憧れのハワイ航路」と、スクリーンに映し出された合唱隊の方々とともに手拍子を打ちながら、患者さまとご家族、そして病院スタッフの歌声が会場一杯に響き渡りました。

会場の壁には、一足早い手作りのアジサイの花に可愛いカタツムリの姿が現れ、彩を添えてとても温かい雰囲気でした。

普段あまり声を出されない患者さまがスタッフとともに嬉しそうに歌ってくださり、企画した私達も頑張った甲斐がありました。次回も知恵と工夫を凝らして楽しいイベントを企画いたしますので、どうぞお楽しみに！！

レク委員 3階看護師 佐々木千奈美



7月より

上尾市各種健診を開始いたします

お手元に、受診券が届いたら、受診券・保険証(診察券)を持って、直接健診受付にお越しください。
※人間ドック・特定保健指導は事前に予約が必要です。



今年度は自己負担金が発生します。お手元に届いた受診券をよくご確認ください。なお、ヘルスチェックについては、上尾市への事前利用申込みが必要です。

〈自己負担額一覧〉

検診種類	対象年齢	自己負担額
大腸がん検診	40歳以上	400円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	300円
骨粗鬆症検診	20〜70歳の女性	500円
肝炎ウイルス検診	40歳以上	700円
ヘルスチェック	20〜39歳男女	900円

※自己負担が無料となる対象の方の受診券には、自己負担額欄が無料と印字されますので、ご確認ください。

医事課 TEL 048-781-1101(代表)
健診担当 TEL 048-781-1902(直通)

今年も脳の健康教室を開催します!!

簡単な読み・書き・計算を行い、他の学習者さんやサポーターとのコミュニケーションを通して、認知症の予防をしましょう。

日時：平成24年10月〜平成25年3月上旬
毎週金曜日 午後
場所：上尾養生病院

《学習者募集》

次の①②に該当する方
①65歳以上の方
②上記期間中週1回、40分程度の学習と、毎日10分程度の自宅学習ができる方

《サポーター(支援ボランティア)募集》

次の①②に該当する方
①概ね65歳以下で健康な方
②9月の事前研修会に参加し、上記期間中協力できる方(期間中約20回)
内容：参加者の学習やコミュニケーションを支援していただきます。

※各募集についての詳細は、広報あけお7月号をご確認ください。申込は上尾市役所高齢介護課へ。
-048(775)4190

上尾市大谷地域包括支援センター



上尾養生病院 理念

私たちは、良質で安全な医療と療養環境を提供致します。

1階病棟科長 鈴木 雅子



私の目指す看護

皆様こんにちは、1階病棟科長・看護師の鈴木雅子です。私が上尾養生病院で働き始めたのは長女が生まれて間もなくの頃で、かれこれ17年になります。いつの間にかこんなに長い在職となったことに感慨もひとしおです。

私が看護師(当時は看護婦でした)になろうと思った理由として二つのことがあります。ひとつは小学5年生の時の学校健診で心音の異常を指摘され、精密検査を受けると心臓に疾患が見つかったことです。すぐに心臓の手術を受けることになり東京の慈恵医科大学病院に入院し、辛い検査や手術・治療を経験しました。自宅から遠く離れた大学病院で一人寂しく入院生活を送ることは、小学生の私にとっては本当に不安なものでした。そんな辛い入院生活に一筋の光を与えて下さったのが、心臓外科病棟に勤めておられた看護婦さんでした。その看護婦さんがいつも優しく私に接して下さいたお陰で、一ヶ月間の入院生活も何とか乗り越えることが出来ました。優しくして下さいた看護婦さんのお名前は今でも忘れていません。「私も将来は優しい看護婦さんになりたい」と、この仕事を意識し始めたのはこの頃からでした。もうひとつは、2歳上の兄が小さい頃から精神疾患を患い、家族で辛い思いをしていたことです。その当時の精神病患者は周りの人達からとても冷たく扱われ、世間から蔑まれて生きていた様に感じていましたし、私自身も周りの同級生などから兄を誹謗する辛い言葉を浴びせられ、子供ながらにとても傷ついたことを覚えています。そんな経験から「将来は兄のような患者さんのために働きたい」と考えるようになり、看護婦になることを夢見て、この道を選択したのです。

印象に残っている患者さんは、私が20歳のころ勤めていたクリニックに肝障害で入院されていた45歳の男性Fさんです。当時の私は准看護学校を卒業したばかりで、これから様々な看護技術を身に付けていかなければならない時期でしたので、そのFさんに「この子は看護学校を卒業したばかりで、まだ点滴をしたことがないのですが、この子に点滴をさせていただけませんか?」と姉長がお願いして下さいました。Fさんにはお子さんがおられなかったもので、「もし子供がいたら私ぐらいの年であつたらう」と私のことをマージコとあだ名で呼びながら、「マージコは将来きっと素晴らしい看護婦になるよ」と毎日私を褒めかわいがって下さいました。そんなFさんでしたが、ある日、肝臓癌であることが分かり近所の大学病院へ転院された後に、亡くなられたことを聞きました。あの時のFさんの励ましの言葉を受けて、私は看護師として歩んでいける自信を身に付けた様に思います。

現在の私は、褥瘡・人工肛門の管理を専門に行う皮膚・排泄ケア認定看護師としての役目も担っています。特に寝たきりとなってしまわれた方の床ずれによる創は、良くなるも悪くなるも私たちの看護の力が大きく左右するところです。目の前の患者さんに対し、今自分に出来ることを精いっぱい行うことが私の使命と思って、日々努めています。こうした皮膚・創傷や排泄に関してお困りのことがございましたら、いつでも遠慮なくご相談いただければと思います。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。

私たちは言語聴覚士です！

皆様こんにちは。暑い日が続きますが、皆様の体調管理は如何でしょうか？

リハビリテーションといえば、多くの方が「身体を動かす」「歩く練習をする」「動かない手足を動かしてもらおう」といった、身体機能の回復をイメージされるかと思いますが、これらはリハビリの中の理学療法と呼ばれる分野で、他に作業療法、そして私たち言語聴覚士が行う言語聴覚療法があります。しかし、言語聴覚療法といわれても殆どの方が良く分からないのが実情かと思っておりますので、今回は私たちの担当する内容をご紹介します。

■言語聴覚療法って何をやるの？

普段、私たちは言葉によって気持ちや考えを相手に伝えて生活をしていますが、言葉によるコミュニケーションには言語、聴覚、発声、発音、認知などの各機能が関係しています。この各機能に関係するところが言語聴覚療法の対象であり、言葉が出ない、理解が出来ないなどの脳卒中後の失語症をはじめ、聴覚障害、言葉の発達遅れ、発声や発音の障害など、高齢者から小児まで幅広いものとなります。また、顔面や舌、のどなどの細かい動きが低下して起こる、食べられない、飲み込めないなどといった摂食や嚥下の問題も治療の対象となります。

言語聴覚士は、言葉によるコミュニケーションや摂食・嚥下に問題がある方に専門的サービスを提供し、自分らしい生活を構築できるよう支援する専門職です。具体的にはこういった方が抱えておられる問題の本質や発現メカニズムを明らかにし、必要に応じて訓練や指導、助言、その他の援助を行います。もちろん言語聴覚士だけで支援を行うのではなく、医師・看護師・理学療法士・作業療法士などの医療専門職と、ケースワーカー・介護支援専門員などの保健・福祉専門員の皆さんと連携しながら必要な医療行為を提供してまいります。



■言葉が出にくくなってしまったら？ 食事がとれなくなってしまったら？

もし、このようなことになってしまったら？ その時は私たちにご相談ください。言語聴覚士がリハビリを通して、コミュニケーションや食事の場面から皆様が豊かな生活を送れますよう支援させていただきます。ただ、目に見えない部分でもあり、身体の機能に比べて改善・回復には時間を必要としますので、周りから見てその程度がなかなか分かりにくいかと思います。大切なことは、あせらずにゆっくりとコミュニケーションをとってあげることで、また食事の形態を変えてみるなどの少しの配慮で改善に向かい易くなることもあります。長い目で見て頂きたいと思っております。

当院の言語聴覚士は私を含めて6名が在籍しています。私たちはコミュニケーションや嚥下に問題がある方々の社会復帰をお手伝いし、自分らしい生活をして頂けるよう支援していきたく願っています。言葉の障害や飲み込みに不安を抱えておられることがありましたら、リハビリテーション科にご相談ください。どうぞよろしくお願いいたします。

リハビリテーション科 言語聴覚士 小林 穂



2012年
夏号

通巻
54号

平成24年7月15日発行

編集人
藤澤和彦

上尾睦生病院広報委員会発行

AMG バレーボール大会 報告!

運動部員 作業療法士 菱木勝郎

去る平成24年5月20日、北本市体育センターでAMGバレーボール大会が開催された。48チームが16ブロックに分かれ3チームの総当たり戦を行い予選を勝ち抜いた上位1チームのみが決勝トーナメントに進出する大会であった。

私たち上尾睦生チームは、短期間で結成されたチームに加えて大会当日は主力の2選手を欠いた状態で試合に臨むことになった。80名近い応援団の熱い声援をいただきながらも想像を超える体育館の熱気と本番の緊張感から、選手たちは本来の力を発揮出来ないまま2敗を喫し、予選突破は叶わなかった。この悔しい敗戦から学んだのは連携の重要性だった。連携の精度を高めていくことで、来年はミスの少ない安定したチームに甦るだろう。そして歓喜の涙をコートの内外で分かち合いたいと密かに誓った。



試合結果

上尾睦生：7 - 15
：上尾中央看護専門学校II科
上尾睦生：13 - 15
：ケアセンター八潮

編集後記

■今年も暑い夏が巡ってきました。皆様いかがお過ごしですか。当院では、クールビズの導入や西側の窓によしずを掛ける、冷房の設定温度を下げ過ぎないなど、病院全体として、また職員個々でできることからの節電に取り組んでいます。夏の電力不足が懸念されておりますが、体調を崩さない程度の“できることから”の節電で、この暑い季節を上手に乗り切りましょう。

広報委員 小林智美

