

療養環境を提供致します。
私たちは、良質で安全な医療と

OASIS

2016年 夏号

愛友会 上尾睦生病院 季刊誌 ●URL <http://www.ageokousei.jp/> ●TEL: 048-781-1101

オアシス

私の目指す リハビリテーション

皆様こんにちは。私は昨年12月より上尾睦生病院のリハビリテーション科に勤務しています、理学療法士の渡邊孝広です。

■理学療法士への歩み

私の中学～高校時代はバスケットボール部に所属し、部活に明け暮れる毎日でした。そのため、足首の捻挫などの怪我を始め、膝や腰の痛みが絶えませんでした。私が理学療法士を志す切っ掛けとなったのは、そんな怪我の痛みで思うようにプレーが出来ず、焦りと不安の日々を送っていた時に一人のリハビリの先生に出会ったことでした。その先生に掛かると一回の施術で痛みが消え、早々に回復したのです。先生の施術は凄いなと思う一方で、「怪我をしても先生に掛かれば何とか治して貰える」と考えるようになった私は、一層部活に力を注ぐことが出来たので、精神面でも救っていただいたことを今でも覚えています。

高校の卒業と同時に、夜間の理学療法士養成校に入学し、昼はリハビリの助手として働き、夜間は学校で勉強に勤しむという生活を4年間送りました。理学療法の知識や技術の習得は、勉強が苦手であった私でさえのめり込んでしまうほど、とても新鮮で楽しい内容ばかりでした。

学生時代から患者様と接していたことで、患者様との関わり大切さや、理学療法士として働いている先輩方の知識や技術の素晴らしさは肌で感じる事が出来ました。また、理学療法士が患者様の身体を動かしてあげることで痛みが改善したり、歩行や日常生活動作がスムーズになっていく場面を経験する度に感銘を受け、自分なりに理想の理学療法士像を追い求めながらの学校生活を過ごすことが出来ました。

リハビリテーション科係長
渡邊 孝広



■今感じていること

専門学校を卒業後、理学療法士となった私は、リハビリテーションの専門病院で5年間勤務しました。ここでは脳卒中や大腿骨骨折の方のリハビリテーションに従事し、在宅復帰に向けた関わりをさせて頂きました。当時は、少しでも患者様の機能改善に繋がれるようにと、夜遅くまで残って技術練習をしたり、外部の研修会に参加したりと忙しい毎日でしたが、その際にお世話になった理学療法士や言語聴覚士の諸先輩からは、多くの貴重なご指導を頂くことが出来ました。それは、「自分が何をしたいのか」という志と、「患者様にとって最善のことは何か」を何よりも大切にするという医療人としての心構えでした。次に勤めた上尾中央総合病院での5年間は、急性期のがんや肺炎などの内部障害の分野を担当させて頂き、様々な病気に対する知識や技術を身につけることが出来ました。その歩みの中では、理学療法や医療の限界を目の当たりにすることや精神的に落ち込むこともありましたが、今になると懐かしい思い出とともに、教えてくださった先輩の方々への感謝の気持ちでいっぱいです。

現在私は、「患者様にとって最善の医療を提供したい」との思いを大切に、医師をはじめとする他職種からなる垣根の無いチームを組んで、回復期や療養期の患者様の機能回復や在宅復帰に向けてのお手伝いをさせて頂いています。また、患者様のご家族の方々と共に、慣れ親しんだご自宅での生活を営むための動作の獲得をはじめ、介助方法の指導なども積極的に行っております。まだまだ未熟な私ですが、スタッフの技術的なレベルアップに力を注ぎながら、皆様のご希望に繋がられるリハビリテーション科を築いていきたいと思っております。どうぞ宜しくお願いいたします。

3月30日 野外での園芸



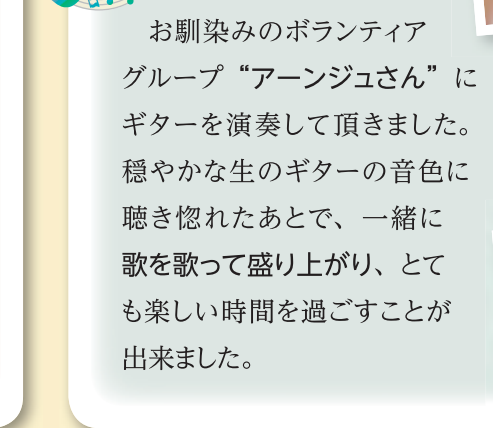
暖かい日差しの中で初の野外レクリエーション「園芸」を開催しました。ボランティアの方にお花の名前や植え方を教えて頂きながら、みんなで大きめな鉢に寄せ植えをしました。外気に触れながらの土いじりは、皆さん時間を忘れてしまうほどに楽しかったようです。出来上がった鉢は、どなたにも楽しんでもらえるようにと、病院の西側に並べて見ましたが、眺めていただけましたでしょうか？

4月27日 合唱会



「春の小川」に始まり「おぼろ月夜」や「ふるさと」、「青い山脈」、そして「北国の春」と手拍子を打ちながら、みんなで合唱しました。歌っているうちに皆さん笑顔になる中、昔を思い出されてか涙ぐむ方もいらっしゃいました。参加された皆さんの胸にはスタッフ手作りの花飾りがプレゼントされて、和やかで楽しい時間となりました。

5月25日 ギター演奏会



お馴染みのボランティアグループ「アーンジュさん」にギターを演奏して頂きました。穏やかな生のギターの音色に聴き惚れたあとで、一緒に歌を歌って盛り上がり、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。

お楽しみ会

特定・後期高齢者健診 各種検診・人間ドック実施中!!

※予約制にて実施しております。事前のご予約をお願い致します。

- 上尾市特定健診・後期高齢者健診
平成28年5月2日～10月31日
- 国保人間ドック・後期高齢者人間ドック
平成28年5月2日～平成29年2月27日
- 大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診・
骨粗しょう症検診・20～30歳代ヘルスチェック・一般健康診査
平成28年5月2日～11月30日



その他、胃の健康度ABC・ピロリ菌・便替血・胸部レントゲンなどの検査もお受けいたしております。
また、個人健診・企業健診・生活習慣病健診・特定保健指導・予防接種も受け付けております。お気軽にお問い合わせください。

受付時間		月	火	水	木	金
ドック	8:40～9:00	○	△	○	○	○
	9:00～11:30	○	△	○	○	○
健診	11:30～13:00	○	△	○	○	○
	13:00～16:30	○	△	○	○	○



—お問い合わせ・ご予約—
048-781-1902・048-781-1101
月～土曜日 9時～17時（祝日を除く）



平成28年度 市民公開講座ご案内

- 第一回 8月30日(火)
腰痛の予防改善について(仮称)
- 第二回 10月15日(土)
緩和ケアについて(仮称)
- 第三回 平成29年2月14日(火)
ひざ痛の予防改善について(仮称)

上記の通り今年度の講座開催を計画中です。詳細はその都度ご案内させていただきますが、多くの皆様のご参加をお待ちしております。

「看護の日イベント」を開催しました。

看護師 神藤 美佐栄

去る5月28日(土)にマミーマート小敷谷店の駐車場をお借りして、「看護の日イベント」を開催しました。健康により関心を持ってもらおうと、ナイチンゲールの生誕日である5月12日「看護の日」に合わせて、毎年5月に行っているもので、今回は久々に院外での実施となり、緊張でドキドキしながらの開催でした。

当日は運よく薄曇りで暑くもなく、屋外でのイベントには絶好のお天気で、マミーマートさんに来店された地域の方々が多数訪れてくださったので、開催時間2時間余りの内に114名もの方の参加をみる事が出来ました。身長・体重、血圧測定を始めに、体脂肪率や酸素飽和度、血管年齢などの測定ブース、そして健康相談と、どのブースも皆さん興味津々なお顔で回ってくださり、普段から健康への関心の高いことを再認識させられました。

「楽しかったよ!」、「とても参考になった」、「血管年齢を知ることができて良かった」、「健康に気をつけて頑張ります」などの声とともに、アンケートにもたくさんの声が寄せられました。「また開催して欲しい」との嬉しいお言葉を頂いたことは、今後の大きな励みになりました。また、地域の皆さんとの交流が出来て、たくさんの笑顔に出会えたことは、私達にとってもとても有意義な時間となりました。



今回のイベントを行うにあたり、会場のご提供とともにご協力頂いたマミーマートさんの方々をはじめとする多くの皆様に、この場をお借りして感謝いたします。ありがとうございました。

患者さまの声 Q&A

A こちらこそ有り難うございます。元気になられてのご退院で喜ばしい限りです。どうかお気をつけられ、ご自宅での生活が楽しいものとなりますように、職員一同、心よりお祈りいたしております。

A ・大変お世話になりました。寝たきりになるかと思いましたが、トイレに行けるほどになって良かったです。食事もお粥など普通食に近づいてきて、本人も喜んでます。安心して入院生活を送ることが出来ました。本当にありがとうございました。(家族)

A ・長い間お世話になった母が元気になりました。これからは転倒しないようにして、日常生活を楽しませたいと思っております。有り難うございました。(家族)

A 誠に申し訳ございません。職員は患者さまに對して病棟のルールを押し付けすぎることなく、一人ひとりに合わせた対応をしております。また、自身の行動を見つめ直し、きちんとした挨拶や言葉遣いができるよう、接遇研修などを通して徹底してまいりたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願いいたします。

Q 食事は必ず食堂で食べる、21時に消灯するといった病棟内のルールを押し付けすぎずに、その患者に合わせた柔軟な対応を願う。接遇の基本的な部分が出来ていない。



AMG バレーボール大会

予選突破ならず!

5月15日、さいたま市記念総合体育館での「AMGバレーボール大会」に参加しました。熱気で溢れかえる体育館で、待ちに待った第一試合が始まると、最初は五分五分でしたが、後半にリードを許してしまいました。私たちがいっそう大きな声で応援すると、声援に応えるかのようにサービスエースが続き、なんと逆転大勝利となり思わず飛び上がって喜んでしまいました。その意気で臨んだ第二試合では応援の声が小さかったのが、無念の予選敗退となってしまいました。医療現場とは違った輝きを放つ選手達と、応援する私達が一体となった感動と興奮の大会でした。皆さん大変お疲れさまでした。そしてありがとうございました。

運動部 看護師 町田 仁美

編集後記

毎日暑さが続いておりますが、皆さまいかがお過ごしですか。

今年の夏はリオ五輪開催ということで、何を思っか出場できない私も日々の筋トレに加え、帰宅後にはジョギングを始めました。三日坊主にならないようにと少し本気で取り組んでみたら、いまだに続いています。さて、健康のためと運動もいいのですが、汗をかき過ぎて脱水症や熱中症を起こしてしまつては元も子もありません。無理をせず徐々に身体を暑さに慣らしながら、涼しい服装で水分や塩分の補給をしっかり行うようお願いいたします。健康的な良い汗をかいて、この夏を乗り切つてまいりましょう。

広報委員 理学療法士
武井 祐輔

