



サンタ通信

Vol.18
winter

- 02 院長のお話
- 03 特集・・・当院での治療
- 05 PDNセミナー
- 06 消防訓練・第32回学術発表会
- 07 ワクチン接種の取り組み
- 08 当院の感染対策
- 09 ご近所様企業訪問・・・(有)ワーク
- 10 わたしのおススメ
- 11 もみのき通信

留萌セントラルクリニック



留萌セントラルクリニック

社会医療法人孝仁会留萌セントラルクリニックがお届けする医療・福祉の情報誌

ご自由にお持ちください

～院長からのお話～

特集：当院での治療

Vol.18のサンタ通信をお届けします。

パンデミックを起こしたコロナ感染症がまだ続いており、以前の日常が早く戻るように願っております。

今回のテーマは、～当院での治療～リハビリテーションに焦点を当てました。リハビリテーションとは、身体の障害や機能の低下した状態を、残存する機能を最大限活用する事を目標とします。当院では、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士がこの仕事に従事しております。運動機能を訓練したり、日常生活の獲得を支援したり、言語機能や嚥下機能を改善させる訓練を行います。

患者様によって、訓練により順調に改善していく人はリハビリテーションが楽しく待ち遠しい方もおりますし、なかなか改善が認められず悩んでおられる方もおります。最終的には、本人のモチベーション（やる気）が持続するかにかかっています。リハビリテーション担当するセラピストはもちろん、当院スタッフ全員が持続する気持ちが断ち切れないように笑顔で応援するように心がけています。とは言っても、やはり家族の力が最も大事であることは間違いありません。コロナ禍で、面会が制限する中家族の力を発揮できないことは歯がゆい事と思います。リモート面会やリハビリテーションでの動画などを駆使しておりますので活用していただければ幸いです。



特集：当院での治療

前回・前々回と当院での手術について紹介してきたので、今回は当院の手術後の治療について紹介します！
当院では手術後に投薬・点滴・リハビリテーションを主に行っております。
そこで当院のリハビリテーションについて、実際の患者様を例に挙げながら紹介していきます！

リハビリテーションって何？

リハビリテーションとは、ケガや障害を持った患者様に対して **理学療法** **作業療法** **言語聴覚療法** を用いて、身体機能・能力の向上を図り、社会復帰できるよう支援することを指します。

理学療法

立つ・座る・歩くなどの基本的な動作のリハビリを主に行っています。皆様がイメージされるリハビリの印象に一番近いと思います。



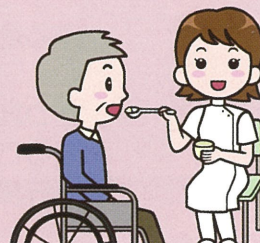
作業療法

家事をする・お風呂に入るなどの応用的な動作や、運転中や仕事中等の注意力・判断力など高次脳機能と言われる脳のリハビリを主に行っています。



言語聴覚療法

話す・聞くなどのコミュニケーションや、食べ物や飲み物の飲み込み、顔面・口の動きにくさについてのリハビリを主に行っています。



近年では、入院から2～5日以内・手術または急性増悪から48時間以内のリハビリ開始が推奨されています。脳卒中に関しては早くにリハビリを始めることで、退院時の身体機能が良好で、約1年の経過で死亡率・施設入所率が低く、介護が必要となる時間の軽減、自宅復帰率が高いと報告されています。厚生労働省の調査では、入院後3日以内にリハビリを開始している割合が75%と報告されており、当院でも入院後2～3日以内でリハビリを開始しており、早期退院・早期機能向上を目指しております。

実際のリハビリテーション紹介 ①

70代/女性

病名：腰部脊柱管狭窄症

(脊柱管を構成する骨や靭帯の肥厚、椎間板の突出などにより脊柱管が狭窄し神経が圧迫される病気)

症状：右座骨神経痛、右足のしびれ、歩行中の痛み、痛みによる不眠・趣味活動の制限

術式：第3/4/5番腰椎に対する椎弓形成術

リハビリの流れ

手術前日 右脚・足の指にNRS9程度のしびれ
連続歩行距離20～30mで症状出現

手術翌日 寝返り・起き上がり・立ち上がり動作確認
NRS3～5程度のしびれ

2日目 歩行練習・筋力トレーニング開始
NRS7～8程度のしびれ
連続歩行距離170m

9日目 連続歩行距離240m
NRS2程度のしびれが足の指に限定し残存

12日目 退院

症状の程度は「NRS」という基準で(弱)0⇔10(強)と表現してます



19日目～ 手術創部周辺のリラクゼーション
自主トレーニング指導
趣味活動再開
を目標に1回/週外来リハビリ開始

65日目 連続歩行距離1km以上可能となり、
目標であった趣味活動の再開もできたため外来リハビリ終了

特集：当院での治療

実際のリハビリテーション紹介 ②

60代/女性

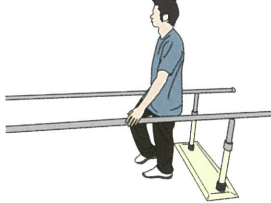
病名：脳腫瘍

(頭蓋内にできた腫瘍の総称。種類は原因により様々で、場所、種類により症状も異なる。)

術名：脳腫瘍剔除術、未破裂脳動脈クリッピング術

症状：右マヒ（右手足の動かしにくさ）、構音障害（口の動かしにくさ）、失語症（うまく言葉がでない）

～リハビリの流れ～

手術翌日	言葉の練習開始	20日目	トイレ動作が可能に!!
4日目	起き上がる練習開始	24日目	杖歩行、階段練習開始
7日目	座る練習開始	26日目	歩行器・杖を使わないで歩く練習開始
11日目	立つ練習・トイレ動作練習開始 座ることが可能に!!	28日目	調理練習（実際に料理をする）実施
15日目	平行棒内歩行開始	32日目	退院
16日目	歩行器歩行、筋力トレーニング開始 起き上がりが可能に!!		外来リハビリ開始 言葉のリハビリ継続
18日目	歩行器練習開始 つかまり立ち可能に!!		階段・歩行動作安定・体力UP を目標に1回/週外来リハビリ開始
		4か月	本人の自信がついたため終了

～患者様へインタビュー～

1. 手術前と手術後の様子はどうでしたか？

高齢だったので不安だったが、手術をして良かった。

先生の説明に安心感もあり「そうなのか。頭を切るのか。」と冷静に受け入れることができました。手術後も、麻痺はありましたが不安や焦りが全然起こらなく、「これからリハビリだ。」と思いました。

2. 退院後の生活について入院前と変化した点はどこですか？

無理に動くと痛むことはあるが、以前からみると楽になった。

生活習慣のスピードは遅くなったが、できることが楽しいと感じている。入院前と全く同じとまではいかないが、友人の助けもありウォーキングストックで買い物も行けている。

3. リハビリテーションを行う前と後の、リハビリテーションに対するイメージを教えてください。

「無理な事があるのかな」と思っていたが、リハビリで色々な事を受けて楽しかった。

脳トレや歩行練習、体幹練習など事細かに教えて頂いた。リハビリを終えて、毎日励みになる時間だったと実感。患者さんの痛みを我が痛みとして細かに接して下さる事に感謝です。お話も楽しかった。

4. 入院（手術・入院生活・リハビリテーション）の感想を!!

親切で良かった。

担当の先生方ありがとうございました。何の不安も持たずに過ごした私、リハビリをしっかりと実践していると退院できるとの思いでした。



オンラインセミナーの開催

～PDNセミナー～

「高齢者の栄養管理—より良い栄養介入を目指して—」

令和3年10月27日（水）午後19時からWEB会議サービスZOOMを使用し、PDNセミナーが開かれました。コロナウィルスの影響で、講演やセミナーの中止が相次いだ昨今、院長の強い意志によりオンラインセミナーを開催することが決定いたしました。

PDNとは、NPO法人PDN（Patient Doctors Network）は、経腸栄養法のひとつであるPEG（経皮内視鏡的胃瘻造設術）および関連する栄養療法全般についての情報提供を行うNPO法人です。

大塚製薬工場様が情報提供のもと、座長を留萌セントラルクリニックの鈴木進院長が務め、特別別講演者として、留萌市立病院外科の星智和医師が講演を演じてくださいました。

今回のテーマは
「高齢者の栄養管理—より良い栄養介入を目指して—」

高齢者が増加の一向を示す現在の日本では健康年齢を上げていくことが目標となっています。そのために食事は健康には欠かせない3大欲求の1つであり、今回のセミナーでスタッフたちに高齢者の栄養に対する知識向上を図りました。胃瘻について、造設後の高齢者の栄養状態の良好性や現在の胃瘻患者の割合傾向等を中心にお話をいただき、様々な観点から胃瘻の知識を学ぶことができました。

参加人数は76人というたくさんの医療、介護関係者等の参加がありました。このセミナーで関係者の栄養療法の知識向上を図ることともに、地域の胃瘻、栄養療法の情報提供を進め健康寿命を高めていければ良いと思います。



消防訓練

11月10日消防訓練が行われました。年に2回実施しており、今回は“午前3時1階ボイラー室から出火”を想定。

留萌消防協力のもと、通報訓練として119番へ実際に通報するところから開始。今年度購入した布担架で、患者さん役の職員を運ぶなどの訓練を行い、無事に終了しました。



訓練、訓練…
こちら
留萌セントラルクリニック…



使用した
布担架は
こちらです。

令和3年度 第32回学術講演会

社会医療法人孝仁会では、毎年12月に知識と質の向上のため法人内すべての医療機関・介護施設・事業所が参加し、学術発表を開催しております。

留萌セントラルクリニックでは居宅部門が12月4日（土）発表者16名の中、演題「新型コロナ対策における地域事業者との連携」の発表行いました。

行政と協力して新型コロナワクチン接種の支援を行い、新型コロナワクチン感染に備え、各事業所間の情報共有や連携体制の構築を目標に行った内容について発表をしました。



留萌セントラルクリニックの新型コロナワクチン接種の取組について

— 昨年の1月に国内で新型コロナウイルス感染者1例目発生からコロナ過の状況は2年が経過しました。昨年の4月～5月末にかけて北海道・留萌市とのワクチン供給、接種体制等の協議を経て、医療従事者等と介護施設入所者等を対象として当院でのワクチン接種がスタートしました。

その後、留萌市保健福祉センター（はーとふる）での一般市民を対象とした集団接種（5月28日～9月24日）に当院から院長と看護師2名での接種協力と並行して当院での個別接種（7月3日～10月20日）を実施いたしました。

◎当院がワクチン接種に協力した月別の接種延人数は下記の表のとおりです。

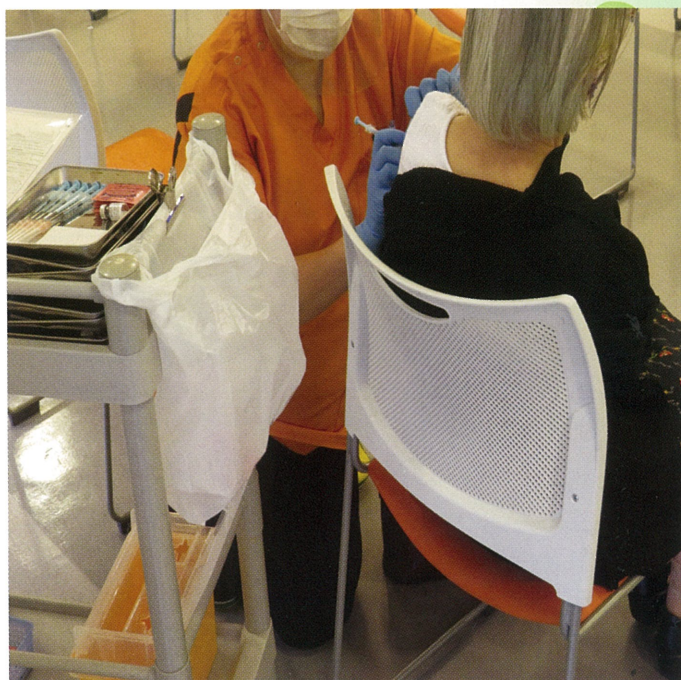
1) 新型コロナワクチン接種者（延人数）

（単位：人）

区分	接種会場	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	合計
医療従事者等	留萌セントラル	18	88						106
介護関係		75	75						150
個別接種(7/3～10/20)					282	516	546	311	1,655
集団接種(5/28～9/24)	はーとふる		81	321	409	352	458		1,621
計		93	244	321	691	868	1,004	311	※ 3532

※留萌市の10月末時点人口19,818人(12歳以上18,441人)で、2回目ワクチン接種済延数33,600人(接種率91.1%)に対し当医療機関が協力した延人数3,532人(10.4%)

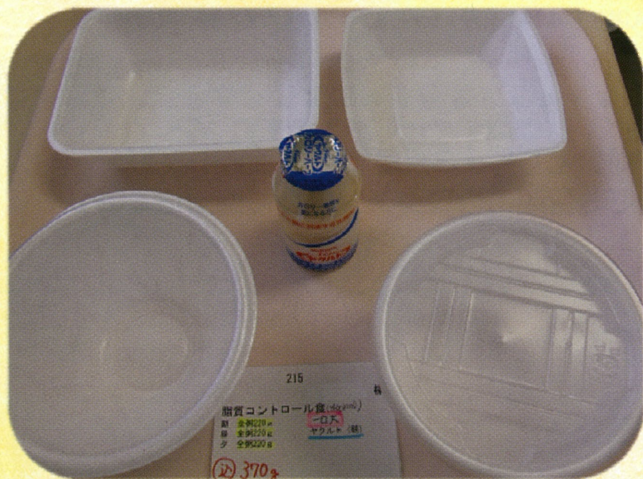
今後も留萌市では2回目のワクチン接種を終えた方を対象として、3回目接種（2回目接種から概ね8か月以上経過してから）が始まりますので当院でも留萌市のワクチン接種に協力していきたいと考えております。



当院の感染対策

居宅サント

訪問時はマスク・フェイスシールド装着して行っています。また、携帯アルコールを持参し訪問前後に手指消毒を行っています。事務所内では室内消毒・換気をこまめに行い、業務内容として電話対応が多いため、電話機は使用後に消毒を行っています。



栄養科

安全な食事提供のため、食品や食器の衛生的取り扱いはもちろんの事、厨房内・移動式台車等の消毒の徹底を行っています。

入院時に発熱症状等が見られた患者様へは、使い捨て食器・紙食札への切り替えを行い、厨房内へのウイルスの持込みを行わない等の対策を行っています。

グループホーム もみの木

職員と入居者様のマスクの着用と、病院へ通院する際にはフェイスシールドの着用を行っています。施設内では換気・スイッチや手すり、テーブルやキーボードなど手が触れやすい所の消毒を徹底し、デイホールでは対面にならない席配置・手洗い手指消毒の実施・毎日の体温確認・面会制限等の対策を行っております。



第7回 ご近所さま企業訪問

有限会社 ワーク 様

私たちが日ごろからお世話になっている企業様を紹介させていただくコーナーです。今回は、当院のリハビリ等の福祉用具を取り扱っている「有限会社 ワーク 八幡様」にお話をお伺いしました。

Q:ワーク様はどのような会社ですか？

A:旭川、留萌を中心として介護保険、補装具を取り扱っています。医療、介護にかかわる施設や病院、また在宅の方を訪問し、状況に合わせた提案や対応を行っています。

Q:どのような商品を取り扱っていますか？

A:電動車椅子、車椅子、介護ベット、歩行器、自助具など福祉用具全般を取り扱っています。各メーカーとの直接契約も多く、修理等を含めた細かな部品についても対応しています。

Q:お忙しい所ありがとうございました。最後に何か一言ありましたらお願いします。

A:利用者の方が福祉用具を利用しながら安心して日常生活ができるサービスの提供ができるように日々心掛けています。ちょっとした相談でも気軽に声をかけていただきたいと思います。

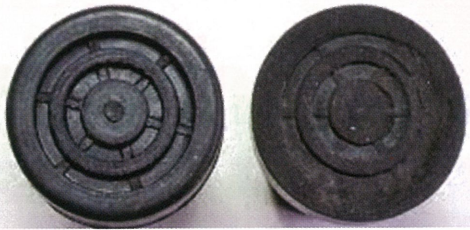
主な取り扱い商品



わたしのおすすめ ～ 杖メンテナンス 編 ～

加齢による筋力低下や疾病の後遺症等により、転倒予防のために杖を使用する方は少なくないと思います。購入後のメンテナンスがなかなかできていない方もいらっしゃると思います。そこで今回は、杖の先端のゴムキャップ（以下、「先ゴム」といいます）の交換について紹介していきます。

交換の目安はおおむね1年半位と言われています。使用頻度にもよりますが、写真のように①底面（溝）ゴムの減り、②ヒビ等の劣化を定期的を確認し、交換してください。劣化した杖先ゴムはケガの原因となりますので、自動車のタイヤと同様に杖先ゴムも定期的にチェックすることをおすすめします。



杖の太さによって先ゴムのサイズも変わりますので購入時はお気を付けてください



ゴムの溝がすり減ると危険！



杖先ゴム

定期的に交換を！

当院売店でもご購入できます。
(営業時間 10:00~13:00)



元気ゴハン

★身近な材料で一品！簡単レシピ★ ～豆乳のほくほく玉子コロッケ～

さて、今回はじゃが芋と豆乳が主役の一品です。

じゃが芋はサラダ、煮物、汁物、揚げ物等幅広いメニューに活用される万能食材の一つですね。おなじみの男爵やメークイン等に加えて、その品種は年々増えているようです。今回はおなじみのコロッケの変わり種！豆乳を加えて煮たじゃが芋に、挽き肉ではなくゆで玉子を加えて揚げたものです。是非お試し下さい。



【材料】4人分

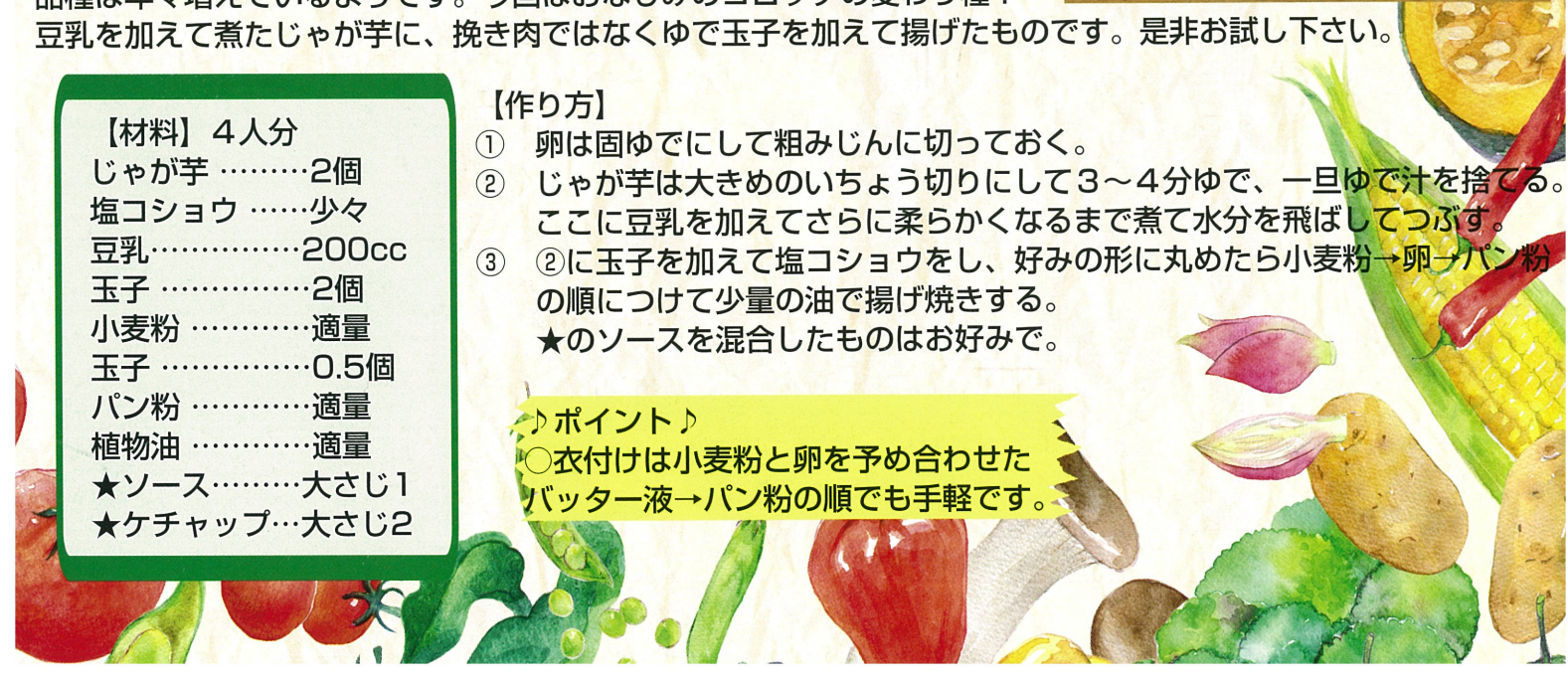
- じゃが芋 ……2個
- 塩コショウ ……少々
- 豆乳 ……200cc
- 玉子 ……2個
- 小麦粉 ……適量
- 玉子 ……0.5個
- パン粉 ……適量
- 植物油 ……適量
- ★ソース ……大さじ1
- ★ケチャップ ……大さじ2

【作り方】

- ① 卵は固ゆでにして粗みじんに切っておく。
- ② じゃが芋は大きめのいちょう切りにして3～4分ゆで、一旦ゆで汁を捨てる。ここに豆乳を加えてさらに柔らかくなるまで煮て水分を飛ばしてつぶす。
- ③ ②に玉子を加えて塩コショウをし、好みの形に丸めたら小麦粉→卵→パン粉の順につけて少量の油で揚げ焼きする。
★のソースを混合したものはお好みで。

♪ポイント♪

○衣付けは小麦粉と卵を予め合わせたバター液→パン粉の順でも手軽です。



もみの木通信

令和4年1月発行
発行元：
グループホームもみの木
住所：
留萌市栄町1丁目5番地27号

～管理者たちからの挨拶～

新型コロナウイルス感染者が徐々に減少傾向にはありますが、未だに先が見えなく油断できないのが現状の中、感染予防対策を引き継ぎ継続しております。

ご家族様方からの面会も地域の段階を組み行っており、コロナ禍の状況次第ですが面会を通しご家族様との触れ合いが出来るよう願っております。グループホームの魅力といえば家庭的な環境で生活を送れること、少人数制で1人1人にゆっくりと心のこもったケアに当たり利用者様同士でも気心の知た友人のような関係が持てる事です。生活しやすい環境を整え、自尊心を保ち、心を癒す生活の場を目指して参ります。



リハビリ
&
お手伝い



コロナ禍ということもあり、外出支援もなかなか難しいため、もみの木では、歩行運動・立位運動・口腔体操・棒上げ等リハビリを実施しています。お手伝いは残された機能を最大限に引き出し、役割活動を見つけだし、職員の見守る中で、エプロン・洗濯干し、洗濯たたみ等取り組んでいます。

行事紹介

もみの木では、書道・水彩画・お誕生日会・おやつ会・クリスマス会など毎月様々な催しを行い、入居者様に楽しんでもらえるよう取り組んでいます。



☆お誕生日☆



☆書道教室☆



☆ハロウィン・こいのぼり作成☆



☆敬老会☆



マスク・手洗い・うがい・消毒を徹底して行い、入居者様の体調・健康管理を職員一同行って参ります！

診療案内

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前 8:00~11:30	○	○	○	○	○	△
	午後 16:00~18:00	○	×	×	×	×	×
循環器科	8:00~13:00	×	×	×	○	×	×

★診察開始は、受付時間の30分後になります ★循環器科の診察開始は10:00からになります。

★緊急手術により休診になる場合があります。ご了承ください。

★土曜日の脳神経外科が出張医の場合があります。★受付時間外での受診に関しては電話でお問い合わせください。

～夕方診療の受付時間～

新患の方 16:00~16:30 ※救急や症状ありの場合は都度受付致します

再来の方 16:18:00 (診察のみの方) / 16:00~17:00 (検査がある方)

◎休診日：日曜・祝日・年末年始(12/30午後診療休み~1/3)

※脳神経外科の診療は緊急手術等にて休診になる場合があります。

※ご不明な点はお電話にてお問い合わせください。

留萌セントラルクリニック ☎0164-43-9500

(+八+八+八+)

○募集案内○ (皆様の応募をお待ちしております)

医療・介護スタッフ募集中

※医師 ※看護師・准看護師 ※理学療法士 ※作業療法士 ※言語聴覚士 ※放射線技師
 ※臨床検査技師 ※臨床工学士 ●社会福祉士 ●介護支援専門員 ●保育士 ●ヘルパー

介護職員急募中！！

皆様の応募お待ちしております

※印：奨学金制度あり

詳細は事務長 村井まで
 託児所完備しております

社会医療法人 孝仁会 <留萌地区>

留萌セントラルクリニック

通所リハビリテーション

訪問リハビリテーション

サンタ託児所

グループホームもみの木

居宅介護支援事業所サンタ

シェアハウスノエル

マンションノエル

