

こんにちはリハビリテーション科です Vol1—理学療法部門の紹介。

みなみ野病院 リハビリテーション科は、理学療法士28名、作業療法士16名、言語聴覚士5名の49名体制で運営しています。今回は理学療法部門のご紹介します。

理学療法とは、けがや病気、老化現象など、さまざまな原因で身体に障害を持った方を対象に、一人一人の“カラダ”の状態をみて、残された能力を最大限に引き出すことで、寝返り、起き上がり、また、立つ、歩くなどの基本動作を獲得し、実用的な日常生活を促していくことをいいます。

私たちは対象の方とともに新たな生活を考え、社会復帰までご支援させていただき良きパートナーでありたいと考えています。



理学療法士リーダー
天野 毅

リハビリテーション科
科長 荒尾 雅文

マメ知識

ひざ関節痛と悪化予防の運動について

ひざ関節には平地を歩いているとき、体重の3倍、走っているときには約10倍の過重がかかります。このようにひざ関節には大きな衝撃が加わるため、傷害が発生しやすい関節です。何もしていないのにひざの内側がいたい、立ち座りや歩き始めがいたいけれど、少し歩くと痛みが減る人は変形性ひざ関節症の疑いがあります。日常生活上の注意点として、正座は控える、立ち上がる際は何かにつかまる、杖を使用してひざの負担を軽くする、靴に中敷きを入れるなどの対策が有効で、また正しい食生活と無理のない運動で、過度の負担をかけないことも必要です。

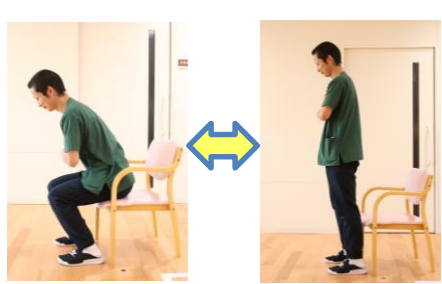
ストレッチや立ち上がり練習、軽いスクワットなどをおこない、太ももの筋力を向上させることがポイントとなります。

＊ひざの痛みが強くなるようなことがあれば、無理をせず、お近くの病院にご相談ください。

太ももの裏、ふくらはぎのストレッチ



太ももの筋肉向上



シャトルバス運行中

みなみ野病院では、東京医科大学八王子医療センターと、永生病院との間でシャトルバスを運行しております。ぜひご利用ください。JR八王子みなみ野駅での乗り場はバス乗り場ではなく、**タクシー乗り場の方**です！お間違えなく！



医療法人社団永生会 みなみ野病院
〒192-0916 東京都八王子市みなみ野5-30-3
TEL 042-632-8118 (代)
TEL 042-632-8154 (入院相談)



ご自由にお持ち帰りください

はーとふる みなみ野

医療法人社団永生会
みなみ野病院広報誌
2019年10月発行
Vol 4
Take Free



新舞踊(峯の会)



吹奏楽(共立女子第二中学)



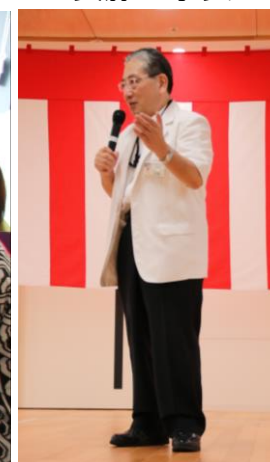
古武道演武(立田医師)

第2回みなみ野病院フェスティバルが開催されました。新舞踊や古武道、共立女子の吹奏楽部なども参加してくださり、にぎやかな会となりました。



飯田院長

安藤理事長



コンテンツ

- ドッグセラピー・アロマセラピー
- ボランティア募集！
- 病棟行事の紹介

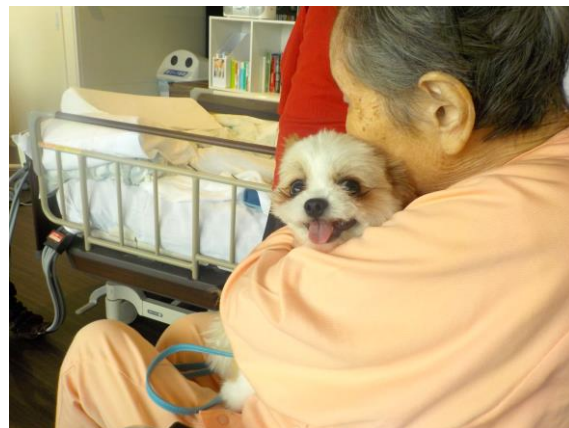
- 学生のインターンシップ
- 「こころのケア」サポートスタッフ
- リハビリテーション科のご紹介

ドッグセラピー アロマセラピー



緩和ケア病棟では、月1回ドッグセラピー、月2回アロマセラピーのボランティアに来ていただいています。

ドッグセラピーは小型のセラピー犬が来院し、患者様やご家族様とふれあい、楽しいひと時を過ごしています。ワンちゃんたちは皆おとなしく、患者様だけでなく、ご家族様やスタッフの癒しにもなっています。



アロマセラピーは、希望される患者様に対して、主にハンドマッサージを行っています。数種類の香りの中から、その日の患者様に合った香りを選び、優しくマッサージを行います。マッサージの後には、「気持ちよかった。」「眠くなった。」という患者様の声。心身を癒すリラクゼーションとして、入院生活のひと時の安らぎになっています。



ボランティア募集！

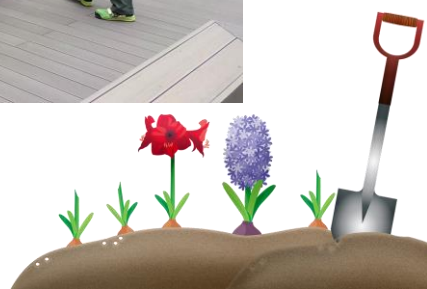
みなみ野病院では、患者様により快適でぬくもりや安らぎのある入院生活を送っていただくためにボランティア活動をしていただける方を募集いたします。ボランティア活動にご興味がある方はお気軽にご連絡ください。



- ◇ 活動内容 ◇
- * 患者さまのお話相手
 - * 病棟イベントのお手伝い
 - * 敷地内の草刈り、ガーデニング
 - * 車いすの清掃・整備など

- ◇ 活動日 ◇
- 月曜日～金曜日(祝日を除く)
※時間は要相談

- ◇ お問合せ先 ◇
- みなみ野病院 事務部
TEL 042-632-8118
月曜日～金曜日(祝日を除く)
9:00～17:00



病棟レクリエーション・行事の紹介

7月は七夕飾り。各病棟で笹に願いごとを書いた短冊をつるし、ゆれる笹に祈りとともに心とまかせてもらいました。また療養病棟ではカラオケ大会を開催。職員の歌を皮切りに患者さまの歌声対決がなごやかにこなわれました。

8月は暑い日が続きましたが、療養病棟でミニ縁日を開催。かき氷や綿菓子、ノンアルコールビールで談話室はステキなお祭り会場に。そのほかにも、通所リハではたこ焼きパーティ、緩和ケア病棟ではパンケーキ・焼きそばパーティを開催しました。



学生のインターンシップ

夏休みを利用したインターンシップの中学生、高校生を7月・8月の5日間で延べ8名を受け入れました。看護師のお仕事だけでなく、病院で働くさまざまなスタッフの役割や連携を知ってもらうため、多職種のお仕事の見学や、体験として血圧測定・聴診器の使い方・患者さまとのお話などさまざまな体験をしていただきました。この経験が進路決定への一助となることをを願っています。



「こころのケア」 サポートスタッフ

みなみ野病院では、心の健康づくりのために、入院している患者さまと働いている職員の「心のケア」サポート体制を整えています。緩和ケア病棟では、看護師の資格を持った僧侶の玉置妙憂氏が、患者さまの心の寄り所となるべく、話をじっくり聞いてくれます。また職員については、カウンセラーの原田慶子氏が、悩みの有無にかかわらず、心の整理をする場として、一人ひとり充分時間を設けてくれています。



原田慶子氏



玉置妙憂氏