

# miaw<sup>みあう</sup> vol.1

医療法人社団 南淡千遙会 南淡路病院広報誌

## 特集

当院のリハビリテーションをご紹介します

## どんなリハビリを しているの

## コラム

こころとからだをゆっくりほぐす

## お家で出来るストレッチ





# 絶対に見捨てない。

いたい、つらい、くるしい、かなしい。

わからない、しらない、なぜ、どうして。

不安なあなたの手を、どうかさしだしてください。

私たちは必ずその手をとります。

助けを求めるすべての人へ、絶対に見捨てない医療を。



南淡路病院  
MINAMI-AWAJI HOSPITAL

## 医療に困る人をなくすために、 徹底したサポートを行います。

院長 伊井 邦雄

戦後の昭和22年に比べて男性は約30年、女性は約33年も長生きになりました。高齢化とともに罹病者の割合は増加し、現在日本では約98%以上の人が病死しています。これに伴い医療費は毎年約1兆円ずつ増加し、国は医療費抑制のため、急性期医療期間を短縮し、亜急性期から慢性期病院への移行、さらに慢性期病院の入院期間を短縮し、できるだけ早く在宅復帰を進める方針にしており、それができないと医療機関は採算が合わないよう設定されてきております。しかし、こうして病院を出された人達は一体どうなるのでしょうか？これらの人に対して、当院は内科（85床）精神科（85床）介護老人保健施設（100床）サービス付き高齢者向け住宅（36床）のほか、デイケア（通所リハビリテーション）などそれぞれの国家試験を合格した専門家を揃えており、医療センターや病院・診療所との連携、さらに退院後の在宅復帰・施設入所などについても、地域連携室の専門職員がきめ細かく対応しております。また、増加している認知症については、もの忘れ外来と認知症対応のデイケア（ゆづるは）により、地域での生活を全力でサポートしております。

「絶対に見捨てないの強い精神で誠心誠意医療に努めております。どうぞよろしくお願いいたします。」





生活に密着する地域中核病院として、  
患者さんの立場に立った親切・安全な  
専門医療を提供します。

# 外来のご案内

## 心療内科 神経内科 精神科

月～土曜

精神科では不眠・不安・抑うつ・幻覚・パニック症状・強迫などの精神症状や自律神経失調症状などに対し、ヘリカルCTや脳波、心理検査などを併用し精密診断・治療を行います。心療内科では、心理的な要因が身体症状の出現に関与していると思われる心身症など、さまざまな身体症状が出現したときの器質的原因が不明の身体表現性障害に対して、心身相関の観点から全人的な治療を行います。心の問題だからと、症状をかるく考えていませんか？改善できる方法を一緒に探しましょう。

## もの忘れ外来

火・木曜

最近、同じ話を何度もする。急に怒り出したり気分の変化が著しく見られるようになった。日中うとうとし、夜に起きている事が多くなった。散歩に出掛けて、家に帰れなくなった事がある。こんな事が当てはまる場合や以前と様子が違うなど、何か気になることはありませんか？認知症サポート医の研修を受けた医師が、認知症に関する検査・診療・治療を行います。ほかにも治療相談や介護相談なども受け付けています。どんな小さなことでもかまいませんのでお気軽にご相談ください。

## 内科

月～水・金曜

痛みや不調の原因を診断し、対処法を見つけていきます。専門分野にとらわれず、総合診療として疾病を広い視野から診察いたします。必要に応じて適切な各種検査をもとに診断・治療を行ない、さまざまな病気を包括的に管理する事で、安心して在宅生活を送っていただく手助けをいたします。地域のみなさんがもしものに頼れる病院として健康をサポートいたします。体調に変化や不安がある時には、ぜひお気軽にご相談ください。

## リハビリ テーション科

月～土曜

神経・骨・関節・内臓疾患などにより何らかの障害をきたしてしまった患者さんに対し、診断・評価を行い、専門スタッフが治療・リハビリテーションを行います。理学療法士6名、作業療法士9名、言語聴覚士1名が在籍し、機能改善や障害予防、ホームエクササイズ等、一人ひとりの症状・生活に合わせた専門的なリハビリテーションを提供いたします。症状が出る前の状態を目指し、患者さんのQOL（生活の質）が向上できるようスタッフが一人ひとりに合わせてサポートいたします。



# かかわる 人びと

People involved in medical case

看護部のみなさん

看護も子育ても全力投球！  
イキイキワクワクが合言葉です。



看護師長  
阿賀谷 芳子

患者さんやご家族の安心はもちろん、職員が安心・安全に働ける環境作りにも取り組んでいます。一人ひとりの要望を大切に、働きやすい環境作りに努め、専門職としてやりがいを感じながら働けるよう支援しています。柔軟な勤務体制を採用することにより、育児休業後もほとんどの職員が職場復帰を希望するため、新築した無料託児所を利用する事で、復帰後も安心して働ける環境を作っています。今年度より看護学生の実習施設としての役割も担うため、より一層自己研鑽に励み医療の質の向上に努めます。

患者さんも職員も

## 職員をサポート

### 職員専用無料託児所あります

建物近くには走り回れる広場があり温かみのある木目の室内では専任の保育士がしっかり子どもたちをサポートしています。年齢別のお昼寝スペースもあるので、小さいお子さんも安心して預けていただけます。



【お問い合わせ】

0799-53-1553

受付時間 月曜～土曜 午前9:00～午後0:00/午後3:00～5:30

## 日常生活に関連する 作業活動

朝起きた時の着替えや歯磨き、日中を過ごす際に起きた身辺処理など、基本的な動作についてのリハビリテーションを行います。1日を通して専門スタッフがサポートしながら取り組んでいきます。少しずつできることを増やしていき、日常生活に対する自信を取り戻せるよう活動していきます。



## 仕事・家事に関連する 作業活動

調理活動・家事活動・買い物など、生活をするうえで必要な活動を中心にリハビリテーションを行います。不規則になってしまった生活のリズムを取り戻したり、仕事への興味・習慣・適応力を高めます。



精神科リハビリテーションでは、「その人」らしい人生を全うする支援を行います。精神科の病気にかかる仕事や日常生活が以前のように出来なくなることがあります。これらの活動制限(障害)の回復を支援し、社会参加とQOL(生活の質)の向上をサポートするため、作業療法士などの専門スタッフが、患者さんとともに日常生活全般において「できる」事を探し、主体性を持って生活を送れるようリハビリテーションを提供いたします。専門スタッフは患者さんがその人らしさを見つけるまでの架け橋としてご協力をさせていただきます。

どんな？  
リハビリを  
しているの

## 余暇関連（楽しむ） 作業活動

何かを作ったり考えたりといった創作的なリハビリテーションや身体を動かす活動的なリハビリテーションを行います。創作作業は、自分のイメージや気持ちを表現したり、気分転換を図ったり、趣味や社会性を高めていきます。身体運動活動は自律神経系の賦活作用により、人に快適な情動を引き起こし活動性を高めます。



## 退院支援サポート

定期的に医師・看護師・介護職員・相談員など多職種が集まり、ご家族を交えての面談を行っております。患者さんの生活歴や価値観、病前はどのような人であったかを話し合い、現在の希望や想いを受け止めます。

患者さんの生活を支えるには、ご家族に成り代わるのではなく、ご家族を支え、ご家族とともに患者さんらしい生活が送れるような関わり方が大切と考えています。退院後、無理のない安定した生活を再構築していくために、多職種が連携し積極的に情報共有を行います。



＼ 退院後もサポート ／

## 外来リハビリテーションを ご利用ください。

退院後もリハビリテーションが必要な時は、外来リハビリテーションをご利用ください。機能改善や障害予防、ホームエクササイズ等、一人ひとりの症状・生活にあわせた専門的なリハビリテーションを提供いたします。



【お問い合わせ】

 **0799-53-1553**

受付時間 月曜～土曜 午前9:00～午後0:00/午後3:00～5:30



積極的な治療とリハビリテーションで、  
在宅復帰・退院後の生活をサポートします。

## 医療療養病棟

- 85 床 -

高度急性期病院での治療が終わったものの、症状が安定せず、すぐに在宅復帰できない患者さんを受け入れます。集中的な治療と積極的なリハビリテーションを施すことで症状を安定させ早期在宅復帰をサポートいたします。

### ここが特徴！

- ・長期の療養が必要であれば、透析や人工呼吸器が必要な方を除くほとんどの疾患・状態の患者さんの受け入れ
- ・在宅介護を受けており、ご家族の休養のために短期入院（レスパイト入院）を希望される方の受け入れも可能
- ・精神科との共診により、中長期的な治療を必要とされる患者さんの受け入れ



# 入院のご案内

## 精神科病床

- 85 床 -

認知症が原因による中核症状や周辺症状などで、一般病院、慢性期病院、介護施設、在宅などでの対応が困難な患者さん、統合失調症やうつ病など、急性期治療後に引き続き治療・療養が必要な患者さんの在宅復帰をサポートいたします。

### ここが特徴！

- ・認知症患者さんの心と身体の健康の維持・回復を図るための短期集中的なリハビリテーションを提供
- ・重度認知症患者さん用デイケアを用意しており、在宅で生活されている患者さんやご家族をサポート



／ 私たちがお答えします！ ／



病院について気になることを  
何でも解決します！  
分からないことがあれば、  
いつでもお気軽にお声掛けください。

☎ 0799-53-1553

受付時間 月～金曜 午前 10:00～午後 4:00

教えて！

# 地域連携室

入院には何を  
準備すればいい？

入院時にご準備していただく物として、印鑑（認印可）・健康保険証・老人医療証・公費負担証・身の周りの必要な物（寝巻き等着替え・入れ歯・飲水用コップ・ティッシュ・ペーパー・電気がみそり・運動靴等）などが必要となります。

他医療機関よりご紹介の患者さんは紹介状および退院証明書、現在服用中のお薬がある方はそちらもあわせてお持ちください。

## 入院までの流れ

### 1 お問合せ・お申込み

患者さんの担当医、もしくは担当ソーシャルワーカーから当院の地域連携室あてにご相談ください。

### 2 必要書類の確認

入院相談に必要な書類は、お電話をいただいた際にお伝えいたします。

### 3 入院相談

看護師がご家族と面談し、退院後の方針やご希望をうかがったうえで当院での治療についてご説明いたします。

### 4 入院日の決定

後日、入院可能日時をご案内いたします。入院当日は、指定の時間に当院へ到着していただけますようお願いいたします。





vol.1

## レビー小体型認知症

お話：大塚 泰則 先生



見えない子どもと飴玉

レビー小体型認知症は、幻視が特徴的な認知症である。その患者さんが開口一番話された。

「子どもが来とったのに、  
いつのまにやらおらん。  
飴やろう思っとたのに……。」

民俗学者の柳田國男が発表した民話に『遠野物語』がある。岩手県遠野地方に伝わる民話を集めたもので天狗や河童もでてる。河童は川で泳いでいる人を水中に引き込み溺れさせる。こつした伝説は溺れる人がいたなかで、それを戒めようと人々が創造し伝承したに違いない。他にも座敷童子という妖怪が話にでてくるが、その子どもは奥座敷に立つて

おり、居るとその家が栄え、居なくなると没落するらしい。遠い昔、長生きした高齢者が見えない子供をさも居るかのようにつ話したことが座敷童子のモチーフになったのかもしれないと、その患者さんを見て、ふと思った。

—— 虫や動物の幻視は

治療で消えても、

子どもは愛嬌があるから

見えるのもいいかもなあ。

子どもを探すその手に握られた飴玉を見つめた。メルヘンの世界に一瞬、入り込みながら、笑顔になっている自分に気がついた。



ここからだをゆっくりほぐす

お家で出来る

# ストレッチ

リハスタッフと心療内科が共同監修！

vol.1

## 寝る前の リラックストレッチ

多くの方が経験したことのある肩こり。

長時間同じ姿勢をとることによって起こりやすくなり、

時には頭痛を引き起こすことも。

意識してゆっくり行うことで、肩の血行が良くなりすっきりします。

1



肩の上げ下げをします。  
しっかり肩をすくめたあと、  
力を抜きます。

2



体の後ろで両手をつなぎ、  
ゆっくりと持ち上げます。  
肩甲骨どうしを寄せるイメージ。

3



肩を大きく回します。  
肩甲骨も一緒に動かすように  
意識しましょう。

息をこらえず、運動はゆっくりと行ってください。

関節の疾患などをお持ちの方は、かかりつけの医師にご相談のうえ行ってください。痛みなど、異常がある場合は運動を中止してください。

## ワンポイント アドバイス

one point advice

からだを温めながらやってみましょう。

お風呂上りなどに行うとさらに効果的です。

蒸しタオルなどを肩にあてて血行を良くすることもおすすめです。

やけどには十分注意してくださいね！

## 外来担当表

平成 28 年 7 月 1 日現在		月	火	水	木	金	土
総合診療科	午前	伊豆	伊井	伊井	—	米田	—
	午後	—	—	—	—	—	—
精神科	午前	中山	大塚 (もの忘れ外来)	小山	大塚 (もの忘れ外来)	中山	山崎
	午後	中山	大塚 (もの忘れ外来)	小山	大塚 (もの忘れ外来)	中山	—

### ■ 基本理念

地域の中核病院としての役割を果たすべく患者さんの立場に立った親切で安全な医療を提供致します。

### ■ 基本方針

- ・専門多職種によるチーム医療の確立
- ・患者さん中心の保健・医療・介護・福祉の連携
- ・在宅療養支援の推進
- ・生活リハビリテーションの実践
- ・安全で良質な医療の提供

### ■ 患者権利憲章

- ・すべての人は差別なく適切な治療を受ける権利があります。
- ・担当の医師・病院を自由に選びまた変更できます。
- ・病状、医療内容、今後の見通しなどについて、十分な説明を受け理解し納得した上で、治療方針に同意し、あるいは治療方法を選ぶことができます。
- ・患者さんのプライバシーや個人情報は保護されます。
- ・苦情、相談がありましたらお申し付けください。



- 診療科目 内科・心療内科・神経内科・精神科・リハビリテーション科
- 診療時間 月～金曜 午前 9:00～12:00  
午後 3:00～5:30  
土曜 午前 9:00～12:00  
※曜日によって変動があります
- 休 診 日 日曜祝日・年末年始



〒656-0516 兵庫県南あわじ市賀集福井560  
Tel.0799-53-1553 Fax.0799-53-1554  
www.minamihp.jp info@minamihp.jp