

# みやりの通信

2023 Summer

Vol.47

## Contents

- ・看護の日
- ・熱中症予防のために!
- ・嚥下用リハ機器のご紹介
- ・むすびプロジェクト
- ・院内旅行
- ・行事食 新緑の和御膳



# 看護の日



毎年5月12日は看護の日です。この日はナイチンゲールの生誕の日で1965年にはジュネーブに本部がある国際看護師協会により、「国際看護師の日」とされた日です。

日本でも誰もが看護の心を育むきっかけとなるようにと「看護の日の制定を願う会」が働きかけ、旧厚生省が1990年に「看護の日」と制定しました。日本では看護及び看護職に対する理解を深めるとともに、その社会的評価を高めていくための記念日として看護週間とともに制定され、1991年より実施されています。

当院でも看護の日にちなみ、5月16日(火)13時から1Fラウンジにて看護の日イベントを開催しました。

近隣住民の方々やご家族様など、15名の方が来院され、血圧測定や手洗いチェッカー、握力測定、各種相談窓口を設けて来院いただいた方々の疑問・相談に応じました。

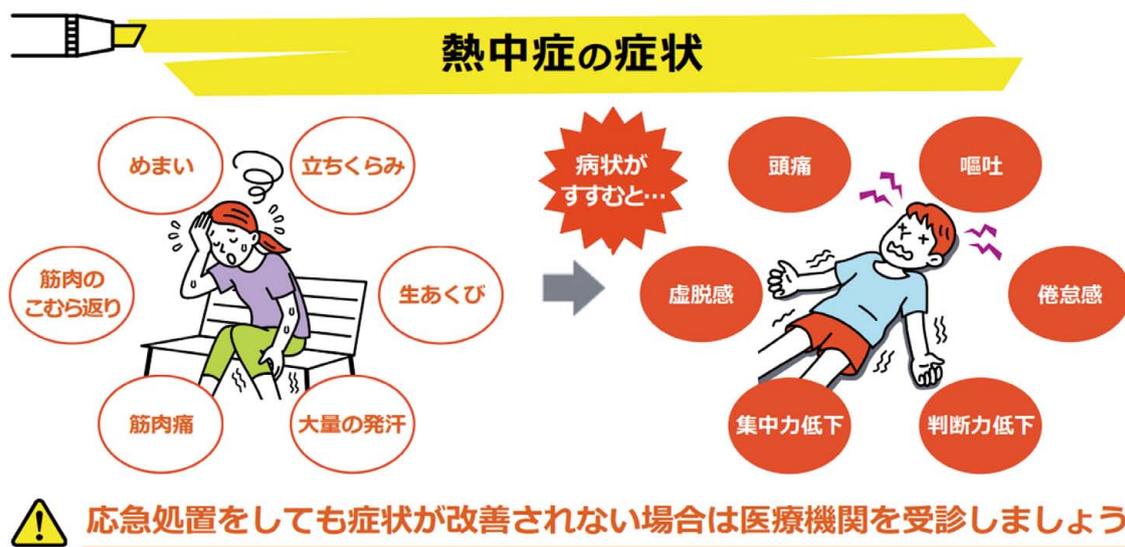
本イベントの案内掲示にご協力いただいた、地域の皆様と近隣業者の皆様に感謝申し上げます。



# 熱中症予防のために!!

『熱中症』は、高温多湿な環境に長く居ることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症については正しい知識を身につけ、体調の変化に気を付けるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう!



## 高齢者や子ども、障がいをお持ちの方は、 特に注意が必要です

- 熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。
- 高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調整機能も低下しているため、注意が必要です。



引用:厚生労働省 熱中症関連情報 普及啓発用資材  
[https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu\\_taisaku/](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/)

# リハビリテーション科では 新しく「ジェントルスティム」が 導入されました!

## 「ジェントルスティム」とは?

飲み込みの問題の改善を目的として行う電気刺激療法の機器です。食べ物や飲み物を飲み込む際に働く喉の神経に作用します。

喉に2ヶ所の電極を張り付けて行い、電流を患部に流します。

これを使用しながら普段の飲み込みの訓練を行うことで、さらなる訓練効果が期待できます。



## 「ジェントルスティム」の特徴!

### ◎痛くない電気刺激療法です。

筋肉に刺激を入れる電流は刺激が強く違和感や痛みを伴うことが多いですが、ジェントルスティムは痛みが生じにくい「干渉波」といわれる電流のため違和感や痛みが少ないです。

### ◎小型であるため、場所を選ばず使えます。

## 実際にリハビリスタッフが 体験してみました!

装着時は緊張しましたが、不快なピリピリした痛みはなかったです。

どんな方でも恐怖心なく、行えそうです。

言語聴覚療法では電気刺激療法の導入は初めてなので、実際に患者様に使用し、訓練効果を感じていただきたいです。



当院にご入院の患者さまへのサービス



# むすび プロジェクト

発足しました!

## むすびプロジェクトとは?

カマチグループのリハビリ病院を退院された患者さまが退院後もその人らしく、生きいきと生活していただけることを願って発足した取り組みです。  
地域にある医療、介護、福祉の力とカマチグループのもつ力をむすびながら、私たち病院職員が一丸となって、患者さまやそのご家族の生活を支えています。

## どんなことをしているの?

公式LINE・生きいきリハ倶楽部(むすび)を開設し、情報発信

サルコペニア  
予防運動  
筋力トレーニング



簡単にできる筋力トレーニングで、運動不足を解消!



サルコペニア  
簡易検査  
指輪っか検査



筋肉の低下が5秒で検査可能!



入院中から退院後まで、ご本人・ご家族が生きいきと充実した生活を送っていただけるよう、医師・リハビリスタッフ・看護師・医療ソーシャルワーカー・管理栄養士等が多職種で連携し、お役立ち情報を定期的に配信致します!

LINEでの友だち登録・情報発信は当グループ病院に入院された方限定とさせて頂いております。

## 復職・就労支援

復職・就労支援コーディネーターを全病棟に配置し、必要な患者さまに関してサポートいたします。  
一般的な回復期リハビリ病院で行われる身体機能面の評価だけでなく、復職・新規就労に必要な専門的な評価シートも活用し、患者さまひとりひとりに合わせたオーダーメイドのリハビリプラン、支援を行っています。

リハビリ科・看護部・医療連携室で行う勉強会や各種研修を通して専門的な知識を学び、有効な情報共有を行うなど、チームの連携とサポート体制の強化に努めています。

# かまちグループ院内旅行

## 沖縄旅行



5/11～5/14で沖縄旅行に行かせていただきました。美ら海水族館や国際通りを観光し、沖縄を満喫することが出来ました。大変良い思い出となりました。また来年も参加したいと思います。

リハビリテーション科 石田真弓



## 伊豆旅行



5/21～5/22に新上三川病院のスタッフと一緒に伊豆旅行に行かせていただきました。美味しいお料理とお酒をたくさんいただき、女子3人で楽しい時間を過ごすことができました。笑えるハプニングもたくさんあり、良い思い出となりました。

かまちグループ院内旅行があることで転籍後も他病院と交流が持てることを嬉しく思います。また来年も参加したいと思います。ありがとうございました。

地域医療連携室 齋藤恵梨佳・阿部視友妃



# 行事食



## 新緑の和御膳

### メニュー

- 青豆ごはん
- お吸い物
- 松風焼
- 焚き合わせ
- 抹茶のババロア



## 栄養科からのコメント

筍、ふきなど旬の食材を使用して「新緑の和御膳」を提供しました。

日常献立で提供されていない青豆ご飯、大きくカットした筍や付け合わせの南瓜、丁寧に盛り付けた抹茶ババロアなど特別感のある御膳に仕上げられたと思います。

入院生活を送る患者様に食事からも季節を感じていただき、より一層リハビリを頑張る活力となるよう、今後も栄養科スタッフ一丸となって心のこもった食事提供を目指して参ります。



## 患者様からの声

- ・ 彩りも良く、ほっこりとする味でした。
- ・ 食事で季節を感じることができて嬉しい。
- ・ 抹茶のババロアにはあんこがのっけていて甘くて美味しかった。



## 出張健康教室についてのお知らせ

出張健康教室では皆様のお住まいの地域へ出向き、転倒予防・介護予防、脳トレ体操などテーマに合わせて座学と実技を無料で行ってまいります。

理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、看護師といった医療の専門スタッフが講師を務めます。小さなグループの集まりから、大人数での講演も受け付けております。

開催内容や日時など、適宜、調整いたします。  
どうぞお気軽にお問い合わせください。



問い合わせ窓口  
地域医療連携室 磯

### 宇都宮リハビリテーション病院 交通のご案内

#### 電車でのご来院

- JR宇都宮駅から車で約15分
- JR岡本駅から車で約5分

#### バスでのご来院

- 関東バス  
JR宇都宮駅東口 岡本駅西口行に乗り  
宇都宮リハビリテーション病院前で下車(0分)
- JR岡本駅西口 宇都宮駅東口行に乗り  
宇都宮リハビリテーション病院前で下車(0分)



## ホームページのご案内

施設紹介や部門紹介、求人情報などたくさんの情報をご覧いただけます。

また、イベントや勉強会など、院内行事の情報も随時更新しています。

是非、アクセスしてみてください。

クリック!!



宇都宮リハビリテーション病院 広報誌



2023 Summer Vol.47 (令和5年6月発行)

企画発行

宇都宮リハビリテーション病院 広報委員会

〒321-0982 栃木県宇都宮市御幸ヶ原町43-2  
TEL:028-662-6789(代表) FAX:028-660-1041