



## 院長のご近所探訪

### ～北斎美術館編～

2016年11月に世界初の葛飾北斎専門美術館として、所蔵1800点のうち常時120点程を展示しています。建築地は北斎が屏風に馬の絵を描いたと言われる大名屋敷跡地で、北斎のゆかりの地になります。

## 脳卒中の麻痺が良くなったら次は？

脳卒中は平穏な日常生活を突然に奪います。高血圧や糖尿病を放置するとその危険性は高くなりますが、健康管理ができていても無縁ではありません。多様な経過をたどる脳卒中ですが、命はとりとめたものの麻痺が残ることが多々あります。このような患者さんには、リハビリテーションとして社会復帰のための動作能力、意思疎通の訓練である理学療法、作業療法、言語療法等が行われます。規定のリハビリテーション期間後に“そろそろ自宅へ”となると、いろいろな不安が頭をよぎります。これからの暮らし、家族、再発、金銭など悩みはつきませんが、なかでもオシッコの問題は人の尊厳に関わります。

ヒトは生きるために、食べたものからエネルギーを作ります。その際に、残リカスが出ます。残リカスの気体は肺から、固体は腎臓で尿に溶かし出されます。つまり、呼吸と同じように尿も24時間休み無く作られるのです。その尿を溜めて適時排泄する機能を持つ膀胱と尿道も脳の指令で動くため脳卒中でその働きが障害されてしまいます。つまり、「適量のオシッコを漏れなく溜めて、出したいときにすっきり全部出す」ことが出来なくなります。

診療報酬は、病院の提供するサービスの対価で病院の収益（生命線）で、その内容は2年に1度改定されます。高齢人口の増加から、個々の医療費は削減されています

が、国は限られた医療費のより有効な使い道を常に模索しています。そのため国は、昨年の改定で人間の尊厳を重視する観点から「排尿自立指導料」を新設しました。報酬がつくことにより病院は社会復帰のためのオシッコの問題解決に邁進するようになりました。

実際の排尿自立指導料算定には、煩雑な事務手続きと多くの職員の労力を必要とします。幸いにも当院には、知識と実践能力に裏付けられた事務方と看護師・療法士に恵まれスムーズに事をすすめることができました。そして、当院ではオシッコに関する意識の高まりとともに排泄関連の医療サービスの質の向上がわずかながらも継続的かつ確実に認められています。その成果は少しずつですが患者さんに実感していただけるものと確信しています。



副院長 鈴木康之



## 当院における 自動車運転再開への取り組み

リハビリテーション部 作業療法科 尾森 優太

自動車運転は生活や仕事、レジャーなどで必要になることがあります。当院に入院される方の中にも退院後に運転の再開を希望される方が少なくありません。脳卒中では、身体以外にも注意力や判断力の低下、視野の障害等、目に見えない症状が生じることがあります。そのため自身の判断で運転を再開することは危険を伴うことがあります。また、現行の制度では脳卒中発症後の具体的な再開基準や手順が整備されていないため、その支援に悩むことが多くありました。

そこで当院では、2008年から運転再開を希望する脳卒中の方に対して支援を行ってきました。その支援として、医学的評価、ドライビングシミュレーター評価、認知機能や身体機能など様々な評価を医師・理学療法士・作業療法士が行っています。その結果を受け、医師が必要に応じ、公安委員会で適性相談に行く際の診断書を作成しています。

また作業療法科では、2011年より入院している患者さんとそのご家族に対して、家族教室を開催しています。家族教室は、運転再開を検討できる目安の時期、運転を控えるべき医学的所見、運転再開の流れやリスク面等、一般的な情報提供の場として活用しています。なお、個別の相談には、家族教室では対応していません。

そして2015年より、入院の方だけでなく、外来の運転再開希望者も対象として自動車運転評価を開始しまし

た（紹介予約制）。当院にて公安委員会へ提出する診断書そのものを作成するわけではありませんが、受診後に医師が評価可能と判断した場合は、入院患者さんと同様の評価を行い、結果を紹介元の主治医へお返しします。外来通院には身辺動作がある程度自立していること、4～5回ほど定期的に通院できることなどいくつか条件があり、さらに紹介状、視野検査の結果などを持参していただく必要があります。詳しい受診方法に関しては当院のホームページに掲載されていますのでご参照ください（左下のQRコードでも確認できます）。

「仕事や毎日の生活で運転が必要だが、脳卒中の影響が気になって運転に踏み出せない、家族も心配している」そんな皆様の不安を少しでも軽減し、自分の能力を適切に理解し、安全に自動車運転ができるように支援していきたいと思います。



外来設置のシミュレーター



OT室での訓練



家族教室の様子

### 🚗 自動車運転復帰関連のおしらせ

自動車運転復帰の  
外来について、  
こちらからご確認  
いただけます。



武原リハビリテーション部長が研究で、  
論文賞表彰を受けました。

学会名 「日本リハビリテーション医学会 論文賞 優秀論文賞」

論文名 「脳損傷者の自動車運転再開に必要な高次脳機能評価値の検討」

当院の脳卒中や脳外傷の患者さんが、退院後自動車運転再開を行うにあたり、安全運転に必要な身体機能、認知機能などをドライビングシミュレーターも用いて検討した結果、当院で行っている運転再開支援方法における、安全運転に最低限必要な高次脳機能評価値を明らかにした。

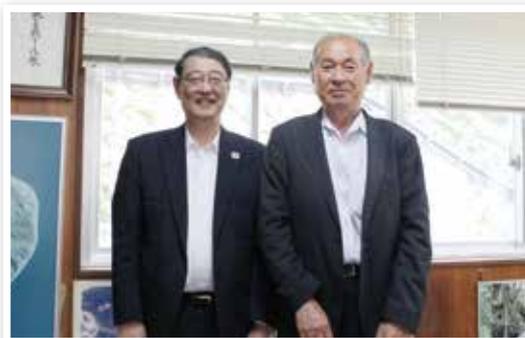
# 御蔵島特集

## 御蔵島への視察について

以前より当院PTを派遣している御蔵島へ一泊二日で視察に訪れました。行きは羽田から飛行機で八丈島に到着後、底土港より大型船さるびあ丸に乗り約3時間で御蔵島港に到着しました。まず診療所を訪ね、常勤医師にお会いして診療所での苦労話を聞きました。次いで村役場に村長さんを表敬訪問し、島の概要や課題について話を伺いました。人口が318名と少なく教員と警察官は東京都から派遣されていること、冬の悪天候時には定期船が到着できず、生鮮食品が3週間も届かないなど、離島生活の厳しさを実感しました。なお、島の周囲にイルカが生息していることは有名であり、観光資源となっています。つぎに福祉保健サービスセンター「仲里」を訪れ、事務局長より予約患者さんは整形外科手術後に症状や麻痺が残存している方が多いと伺いました。島には老

健施設がないため高齢者は皆、在宅療養であり、独居も珍しくないようですが、やはり離島という環境のため人に頼らず生活しているしっかり者のお年寄りが多いようです。翌日はヘリコプターで島に別れをつげ、わずか10分で三宅島に到着、三宅島空港からセスナ機に乗って約1時間のフライトで調布飛行場に到着し、視察旅行は幕を閉じました。

院長 新井康久



御蔵島 広瀬村長と

## 御蔵島村リハビリテーション事業 「リハビリ相談」

理学療法科では、平成19年度より御蔵島村からの保健事業の依頼により、理学療法士を年に4回派遣しています。御蔵島は東京から南へ約200kmに位置する伊豆諸島のひとつです。御蔵島への交通は客船やヘリコプターで、島へ着くには半日かかります。

御蔵島での仕事は、診療所や福祉保健センターでの運動指導とセルフエクササイズの立案、家庭訪問での生活状況の確認や家屋調整の提案、村民や医療福祉スタッフを対象とした勉強会の開催、カンファレンスの実施になります。実際のリハビリ相談では、

腰痛や膝痛を有する者や75歳以上の高齢者を対象とすることが多いです。一回のリハビリ相談で、評価から運動指導、生活指導まで行う必要があり、3ヶ月に一度のリハビリ相談で疼痛を軽減させ、動作能力の低下を予防するためには、普段の生活を把握しているスタッフとの連携が欠かせません。医師や看護師、仲里のスタッフ、役場職員とカンファレンスを通して意見交換を行い、情報を共有していくことが非常に大切です。

リハ専門職のいない御蔵島で個々人の身体機能や日常生活動作能力を維持・向上させるため、今後も定期的に事業を継続し、村民の健康増進・介護予防を推進していきたいです。

理学療法科 主任 島村亮太

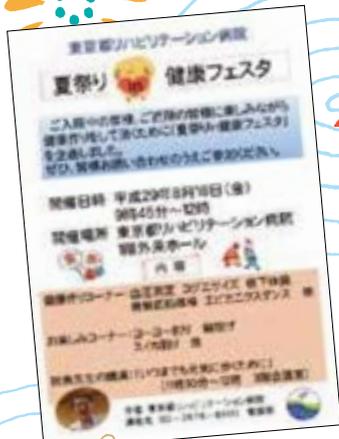


診療所



診療所でのカンファレンス

# “夏祭りin健康フェスタ”を開催しました!!



「患者さんに少しでも楽しんで頂けるイベントができればいいね。」との職員の提案から当院で初めて“夏祭りin健康フェスタ”を開催しました。

「お楽しみコーナー」と「健康作りコーナー」としてそれぞれ趣向を凝らした催しを実施しました。「お楽しみコーナー」ではヨーヨー釣り、ダーツ、輪投げ、スイカ割り（ビーチボールですが…）「健康作りコーナー」では血圧測定、尿失禁のお役立ちとして骨盤底筋体操、誤嚥性肺炎予防の嚥下体操、頭と体を使うコグニサイズ、そしてエビカニクスダンス、盆踊りを行いました。

それから、新井院長による「いつまでも元気に歩くために」の特別講演も行いました。

職員は浴衣を着て当院オリジナルのうちわを配り、お祭りムードを盛り上げました。

うめわか高齢者支援総合センターの皆さんのご協力もあり、参加者総数は150名以上と大盛況でした!!

中学生、高校生のボランティアや小さいお子さんも参加してくれました。

参加された方から「とても楽しかった」「地区住民との交流をさらに活発にしてほしい」「院長先生の講演が素晴らしかった」「来年も希望する」等の声がありました。



## 当院が事務局となる学会についてのお知らせ



日本リハビリテーション看護学会  
平成29年11月10日(金)・11日(土)  
日経ホール

日本リハビリテーション看護学会の中で当院の鈴木副院長が市民公開講座を行います。時間は下記のとおりで参加費は無料です。

〔市民公開講座〕

日 時：平成29年11月11日(土)  
10:30～(1時間)

テーマ：

「排尿の悩みを解決しましょう」

場 所：日経ホール

第2回 日本安全運転・医療研究会  
平成30年1月21日(日)  
日経ホール



# ご近所ネットワーク

～うめわか地区での「イスからつながるプロジェクト」の取り組み～

NPO法人 チームうめわか 代表 副田 行夫

## 立ち上がりまで

私は、墨田2丁目に住み、墨田5丁目で薬局をしている薬剤師である。

昨年（平成28年）の初夏、医療職と介護職の連携を目的とした、多職種連携研修が墨田区役所で開催された。医療と介護は、同じようだが、微妙に考え方が違う。地域の民生委員を加えたその席で、高齢者が元気に外出できるには、どうしたらよいか、とみんなで頭を悩ませた。墨田5丁目のイスには、高齢者がよく座っている。そこがヒントとなり、町中にイスを設置したらよいのではないか、という考えで一致した。

今振り返れば、この会議で「イスからつながるプロジェクト（イスプロジェクト）」は産声をあげたのだった。



イスプロジェクトのロゴマーク

## 試作品の設置と チームうめわか誕生

防災団地や介護保険事業所では、すでにイスが設置されているところもあったが、上記の会議後すぐに、墨田5丁目で誰でも座ることのできるイスを置いた。

イスプロジェクト試作品第1号である。イスを観察してみると、座るのは高齢者ばかりではなく、小中学生、コーヒーを飲む背広の紳士達だった。イスの設置効果は、

地域全体に影響することもわかってきた。この頃から、毎月のように会議を開くようになり、医療職、介護職ばかりではなく、地域の方々に仲間に加えていった。「チームうめわか」の誕生である。そして「イスプロジェクト」は誰でも座ることのできるイスを着々と増やしていった。



イスプロジェクト第1号のイス

## 今後の課題

イスを設置したことによる効果の判定や、イスを置くのに適した場所を調べることも大切だ。さらに、イスの老朽化やシールの劣化への対応も今後の課題となるだろう。雨や日光にどの程度イスが耐えられるか未知なのだ。

そして、地域の誰もが、気持ちよく安全にイスを利用するためにどうすればよいかを地域全体で検討していくことも必要だ。

色々な課題はあるものの、この地域での急激な高齢化に少しでも役に立てるように、今後も「チームうめわか」は地域の方々とともに存在していきたい。



オレンジのイス（東向島4丁目）



## 平成29年度 地域リハビリテーションセミナーの開催 テーマ：『地域ケア会議（模擬）を見学しよう！』

日時：平成29年7月31日（月）18:30～20:45 会場：すみだ産業会館 会議室4  
（主催：区東部地域リハビリテーション支援センター\*1）



研修会の様子

当研修会は、区東部（墨田区・江東区・江戸川区）を中心としたリハビリ専門職と看護師を中心に、全7回シリーズで開催し、今シリーズの最終回でした。

今回は、初めての試みとして、「模擬」の地域ケア会議を2事例で開催し、参加者の方に、会議の様子を傍聴していただきました。

“個別課題検討の地域ケア会議”は、当事者である「本人」を中心に総合的なアセスメントを行った上で、その人らしい生活をマネジメントするために、専門職間で丁寧に検討する場です。地域関係者が一堂に会し、支援内容や地域課題を検討することは、互いの顔と名前と役割を知り、新たな繋がりが生まれ、ネットワーク構築に欠かせない第一歩となります。

当日は、68名に上る方々にご参加いただき、アンケートでは、“個別課題検討の地域ケア会議”に参加

（見学）したのは、「今回がはじめて」という方が60%でした。「是非また地域ケア会議（模擬）を見学したい」とのご意見を多くいただきましたので、後期のシリーズで、第2回目の開催を検討中です。

今回、事例を提供して下さった、こうめ高齢者支援総合センター、うめわか高齢者支援総合センターの担当者様、助言者の皆様、セミナーの開催にご尽力いただき、誠にありがとうございました。

最後に、区東部地域リハビリテーション支援センターとして、地域の介護・福祉・保健・医療に従事される皆様へより良い研修会を開催し、地域リハビリテーションの普及・啓発に努力して参りますので、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

\*1 区東部地域リハビリテーション支援センターとは

東京都では、地域リハ提供体制の連携強化を目的として、二次保健医療圏ごとに地域リハビリテーション支援センターを指定しています。区東部（墨田区・江東区・江戸川区）では地域リハビリテーション支援センターの拠点として東京都リハビリテーション病院が指定され、地域における様々な形で実施されているリハビリテーション事業を支援するため、研修会など地域リハビリに関する各種事業を実施しています。

## 区東部地域リハビリテーション支援センター 研修会 開催予定

### ① 第2回 高次脳機能障害専門職向け症例検討会

テーマ 平成29年度 高次脳機能障害支援普及事業「専門的リハビリテーションの充実」事業

事例発表 地域活動支援センターはるえ野 松本 直之 氏

対象者 墨田区・江東区・江戸川区にて、医療・福祉・保健・介護・行政・関係団体などで、高次脳機能障害者への支援を行っている方々 日時 平成29年11月16日（木）18:45～20:40 会場 ティアラこうとう 中会議室 定員 50名

費用 無料 ※参加には事前のお申し込みが必要です。定員を超えてしまい、ご受講できない場合のみ、その旨連絡いたします。

## 平成29年度 地域リハビリテーションセミナー【後期】 開催予定

対象者 墨田区・江東区・江戸川区のリハビリ専門職・看護師・地域包括スタッフ等

	日 程	時 間	テーマ（仮）	会場 （すみだ産業会館）	費用	定員
第1回	平成29年10月30日（月）	18:30 ～ 20:30	失敗しないための地域ケア会議	会議室4	無料	65名
第2回	平成29年11月22日（水）		健康生成論に基づいた地域リハビリテーション	会議室4		65名
第3回	平成29年12月 4日（月）		グループワーク	会議室1,2		85名
第4回	平成29年12月18日（月）		訪問リハに役立つ呼吸管理ケアの知識	会議室1,2		85名
第5回	平成30年 1月15日（月）		通所施設利用者のアパシー、やる気、意欲について	会議室4		65名
第6回	平成30年 1月31日（水）		高齢者の“生きる”を整えるポイント～看護師の視点～	会議室4		65名
第7回	平成30年 2月23日（金）		第2回地域ケア会議（模擬）を見学しよう！	会議室1,2		85名

※参加には事前のお申し込みが必要です。開催日が近くなりましたら、関係施設様へのご案内をFAXにて通知いたします。今までFAXによる開催案内の通知がなく、ご参加希望される場合やお問い合わせがある場合は、区東部地域リハビリテーション支援センター事務局（TEL:03-3616-8600 内線376）までご連絡下さい。

# おもしろ体験記

Vol.3

アーチェリー  
あるある



初めまして！リハビリテーション部理学療法科の  
新人・田上慶と申します。

今回は私が中学生時代から続けているアーチェリーについてご紹介したいと思います！

まず「アーチェリーやりました」と言うと「あ～～弓矢ね！」とか、たまにあるのが「あ～～弓道の！」と言う返し。アーチェリーと言っているのに…。

「弓道の！」と言ってしまいそうになった方に簡単にアーチェリーと弓道の違いをお話すると、狙いを定める照準器、弓の反動を抑える安定器が付いていること。これらによりの精度が格段に高まることです。アーチェリーでは、試合の中でなんと最大90m離れた的を狙います。オリンピック選手はそんな離れた距離からCD1枚分の面積の的に矢をバツ

シバシ当てます。

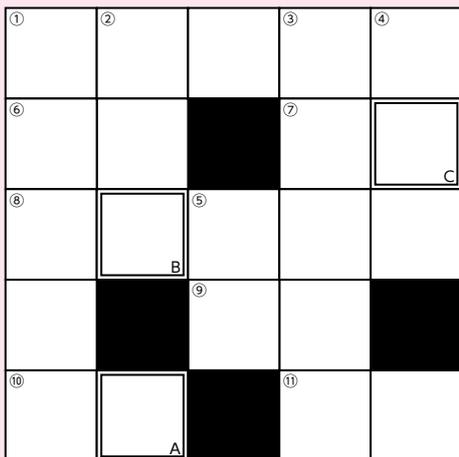
近年オリンピックでの日本代表選手のメダル獲得で以前より認知度が上がりました。また、TBSのオールスター感謝祭でアーチェリーを芸能人がやっている姿を見かけた方も多はず！おかげで徐々にアーチェリーが世間に浸透してきました。

そんなアーチェリーの魅力はなんとと言っても、ゴルフと並ぶ生涯スポーツであること、お年寄りから子供まで同じルールのもと競技を楽しめます！最近では障がい者スポーツとしても注目を集めています。2020年東京オリンピック・パラリンピックを控え、もっと多くの方にアーチェリーを知って頂ければと思います！

理学療法科 田上 慶

## ほっとりハ クロスワード パズル Vol.8

ヒントをもとにマス目を埋め、  
二重マスの文字をつなげてください



### タテのかぎ

- ①第18回五輪夏期大会はここで開催されました
- ②長く久しいこと
- ③美輪明宏が作詞作曲した唄です
- ④昔の人は「買ってでもしろ」と言いました
- ⑤万物を潤し、育てる雨

### ヨコのかぎ

- ①他と特に異なっているところ
- ②〇〇心あれば水心
- ③これのない世界は想像できません
- ④ピラミッドのことを日本語で
- ⑤十二支の7番目の動物
- ⑥昆虫が蛹や幼虫から成虫になること
- ⑦音響(りんしょく)とも言います



答え：

A  B  C



多数のご応募ありがとうございました

【応募方法】 はがきに①答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤ご意見、ご感想をお書きのうえ、次の応募先へお送りください。正解者の中から抽選で10名様にQUOカードをプレゼントいたします。

【締 切】 平成29年11月2日(木) 当日消印有効  
※正解は次号に掲載いたします

【応募先】 〒131-0034 東京都墨田区堤通2丁目14番1号  
東京都リハビリテーション病院 ほっとりハ編集部係宛

非公認キャラ リハにゃんが行く!

# 都リハ病院 いいとこメダネ<sup>その①</sup>



## リハビリテーション専門医 8名\*

リハにゃん：都リハ病院には「リハビリテーション専門医」が、いっぱいいるって本当かニャ?

医師：東京都内に勤めるリハビリテーション専門医は、169人\*しかいません。8名の専門医がいる当院は、都内の大学病院や専門病院の中で、一番多くの専門医がいる病院です(2位の病院は5名)。

リハにゃん：全国にも少ないリハビリテーション専門医が多いと、どんな良い面があるのかニャ?

医師：「全人的復権を目指した医療」が実現できます。

リハにゃん：??? ニャーなんだか難しくて分かりませーん。もっとわかりやすく教えて欲しいニャ。

医師：専門医はその経験を生かし、的確な障害診断や予後予測に基づき、多職種によるチーム医療へ貢献します。また、最上のADL(体の動作)・QOL(生活の質)を目指(想定)しながら、円滑な在宅復帰を実現できるよう努めます。

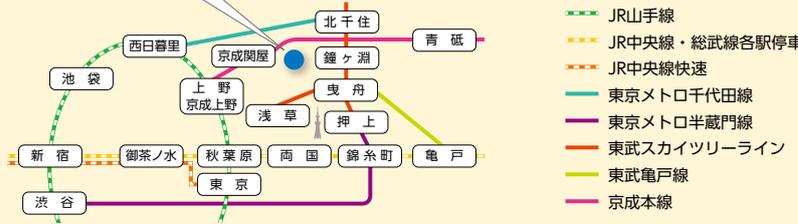
リハにゃん：ニャーるほど、リハビリテーション専門医がいっぱいいるってことは、自宅に復帰するにも重要なんだニャ。今日はリハビリのこと少し詳しくなったニャー。

\*日本リハビリテーション医学会のホームページ掲載情報(29年9月1日現在)

### 交通案内



南千住	都営バス	10分	梅田(会館前)	徒歩	2分	東京都リハビリテーション病院
錦糸町	都営バス	25分	墨田(古)	徒歩	4分	
浅草	東京メトロ半蔵門線	曳舟乗り換え 12分	鐘ヶ淵	徒歩	7分	
亀戸	東武スカイツリーライン	10分	鐘ヶ淵	徒歩	7分	
北千住	東武亀戸線	曳舟乗り換え 20分	鐘ヶ淵	徒歩	7分	
北千住	東武スカイツリーライン	5分	鐘ヶ淵	徒歩	7分	
荒茂	京成本線	12分	京成門前駅	徒歩	15分	
北千住	都営バス	10分	梅田(会館前)	徒歩	2分	
錦糸町	都営バス	25分	墨田(古)	徒歩	4分	
浅草	東京メトロ半蔵門線	曳舟乗り換え 12分	鐘ヶ淵	徒歩	7分	



### 運営理念

リハビリテーションを通して  
患者さんが生きる喜びと希望を抱き、  
充実した人生をおくられるよう、  
医の原点に立った心温まる医療を提供し、  
福祉・介護との連携推進をはかる。



平成29年10月1日(日)発行

### 東京都リハビリテーション病院 広報委員会

〒131-0034 東京都墨田区堤通2-14-1  
TEL: 03-3616-8600 FAX: 03-3616-8705  
<http://www.tokyo-reha.jp>



見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。



北斎美術館の一風変わった意匠は、数々の建築賞を受賞している妹島 和世氏によるデザインで、美術館の近隣にあるヨシダ印刷東京本社も同氏の作品です。近隣の両国駅周辺には「江戸東京博物館」や「両国国技館」、「YKK60ビル」、「刀剣博物館 (H30.1開業予定)」等もあり、意匠をこらした建物が多いためです。食欲の秋、「ちゃんこ」に舌鼓を打ちつつ、建物探訪をしてみたいはいかがでしょう?