



## 院長のご近所探訪

## ～牛嶋神社編～

東京スカイツリーから徒歩10分ほどのところにある牛嶋神社には、一般的な狛犬ではなく狛牛が置かれています。その他にも墨田区登録文化財である撫牛があり、自分の治したい部分と牛の同じ部分を撫でると病気や怪我、心の病が良くなると言われています。



## 活動しないということ

私は旅行が好きである。年に1度は空港から国内外へ出かけてきた。「世界はどんどん狭くなる」そんな言葉が行き交う中、にわかにも移動の自由が失われる事件が起きた。最初は2001年のタリバンのバーミヤン大仏破壊だった。テレビに映る大遺跡の爆発に大きな衝撃を受けた。それから同年9月のアメリカ同時多発テロ事件へと続く。以後、海外に行くのはいろいろと窮屈になった。ところが、今、COVID-19感染症対策のため、まるで鎖国になってしまったようだ。緊急事態宣言は解除されたものの、私たちの生活が以前のように自由になったわけではない。ステイ・ホーム中、マスクがない、何か壊れても部品がないなど、いかにお互いの国の行き来の中で生活が成り立ってきたかをあらためて知らされることとなった。感染症対策の行き届いた生活様式をnew normalとして受け入れようとテレビで盛んに言っているのが聞こえてくる。ステイ・ホームは本当に難しい。家にいる≡静かな暮らし、外出する≡活動する、というのが心のどこかにあるのだろう、ずっと狭い家の中にいるだけで閉塞感があり、ステイ・ホームで自分の時間は増えたはずだが、何か漠然とした思いでうまく時間が過ぎせない。

地域リハビリテーションの現場でも変化が起きた。わ

れわれにとって「活動を支える」はキー・ワードである。ところが、今回は「活動しない、ステイ・ホームを支える」ことになった。もともと直接支援が必要な人たちに対し、体を動かしたり、人とのつながりを持つようにリモートで何とかしようと試みているが、手応えは薄い。人との関わりがいかにか大切に、人は社会的存在social beingであるという言葉が頭をよぎる。

パンデミックはわれわれの考え方、行動に大きな変革をもたらした。グローバル化拡大か、ディグローバルイゼーションか、行方はわからないが、世界中、いろいろな分野で、それぞれの立場からこの状況へのチャレンジがなされている。私自身もリハビリテーション医療からはもっとも遠い概念であるはずの「活動しない」を支えるために、新たなことを取り入れていく必要があると考え画策中である。手段のひとつがITCの活用であることは間違いない。この最大のネックは私自身がデジタル・ディバイドされていることだ。ということではわたし自身が周りのIT化に取りかかったところである。新しい生活様式として活用できるか、不安だが期待もしているところである。



医療福祉連携室長 堀田富士子

## 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。



## 当院における 摂食嚥下障害の評価と訓練

リハビリテーション部 言語療法・心理科 主任 言語聴覚士 河村 千映  
主任 言語聴覚士 丸目 正忠

摂食嚥下障害とは、疾病や老化などの原因により、飲食物の咀嚼や飲み込みが困難になる障害を言います。

当院の摂食嚥下障害への関わりは、世間に「嚥下障害」という言葉が知れ渡っていない開院当初にまで遡ります。その頃から言語聴覚士（ST）は、摂食嚥下障害のリハビリテーションを担う多職種チームの中心メンバーとして活動し、多くのノウハウを積み上げ、今日まで受け継いできました。当院には現在16名のSTが在籍しており、脳卒中などの疾患により生じた摂食嚥下障害を持つ方のリハビリテーションを行っています。

「最期まで好きなものをおいしく食べること」は、生きていくうえで希望となるものです。摂食嚥下障害のリハビリテーションを担うSTは、希望を支えるという使命感をもって働いています。

### 評価について

当院では、摂食嚥下障害を評価するために医師によるVFを行っています。VFとはX線透視装置を用いた造影検査で、食物が口から食道までどのように移動しているのかを観察することができます。この検査で、嚥下の問題点を明らかにして、訓練方法や安全な食べ方、食事の形態などを検討することができます。



VFの画像

VFは有用性の高い検査ですが、頻繁に行えるものではありません。STは、日々の食事場面の観察から、患者さんの摂食嚥下の問題点や変化などを見つけ、対応策を考えます。むせの有無、声や呼吸状態の変化といったことの他にも、普段よりもぼんやりしていないか、食べこぼしが増えていないか、飲み込むタイミングが遅れていないか等、観察すべきポイントは多岐に渡ります。STには「外から見えない」摂食嚥下障害を見抜く力が求められます。

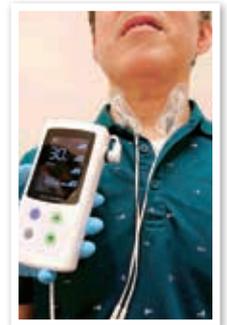
### 訓練について

摂食嚥下障害の訓練は、口やのどの筋肉を鍛える運動や、実際に食べ物を飲み込む練習を行います。近年は、これらの従来の訓練に加え、飲み込む力を強



のどの筋肉を鍛える運動  
「嚥下おでこ体操」

くしたり、飲み込む反応を速くしたりする電気刺激を用いるようになっています。当院でも、昨年度から干渉電流型低周波治療器ジェントルスティム（カレイド社製）を導入し、適応の患者さんの訓練に用いています。干渉波刺激は、強い筋肉刺激がなく、ぴりぴりするなどの不快感も軽減されるので、患者さんにかかる負担が少ないという特徴があります。



電気刺激を用いた訓練

### 今後の取り組み

人は加齢とともに、健康な状態からフレイル（虚弱）という段階を経て要介護状態に向かうとされています。超高齢社会となった現在、高齢期を長く健康に過ごすためのフレイル予防が注目されており、地域ぐるみで「栄養（食・口腔機能）」「身体活動」「社会参加」を三位一体として包括的に底上げしていくことが提唱されています。

私たちSTは、当院に入院された患者さんが、退院後に安心して生活できるように摂食嚥下機能の改善をはかるのはもちろんのこと、食・口腔機能のリハビリテーションに関わる専門家として、住み慣れた場所で、ずっと楽しく食事ができるように、地域と連携して働きかけていきます。

# 看護部の取組み ~あれ&これ~ご紹介

Vol.17



## 感染管理も多職種で!!

5月12日はナイチンゲールの誕生日を記念して「看護の日」に制定されています。

2020年はナイチンゲール生誕200年であり、昨年第72回WHO総会で2020年は「国際看護師・助産師年」とすることが採択され、今年は看護職にとって記念すべき年になるはずでした。ところが、COVID-19感染症のパンデミックにより、違った意味で看護職の力を世の中に知らしめる年になりました。

COVID-19感染症の患者さんを受け入れて治療に当たっている急性期病院の皆さまには感謝しかありません。

当院の役割としては、回復期リハビリテーション病院として院内から感染者を出すことなくリハビリテーション医療を継続することが重要だと思っています。

さて、3月下旬から毎週水曜日に拡大院内感染予防対策委員会（別名コロナ委員会）を開催し、COVID-19感染症の対応を話し合ってきました。COVID-19感染症の情報収集をしながら、当院の対応を考えマニュアルを作成し職員へ周知したり、現場で困っていることなど話し合っています。

COVID-19感染症の対応では「手指衛生」「換気」「正しい防護用具の使用」「ソーシャルディスタンス」「消毒」が求められています。

昨年、看護部では「手指衛生」について臨床研究で「当院職員の手指衛生の現状調査」を6職種（医師、看護師、PT、OT、ST、診療放射線技師）各5名を対象に行いました。

衛生的手洗いの前・後の手指をパームスタンプで培養し、衛生的手洗いの必要性を実感してもらいました。培養結果で一番洗い残しが少なかったのは看護師で看護部長としてはほっとしました。

日々、院内をラウンドしていると、マスクをきちんと装着していない、エプロンを付けたまま廊下を歩いている、手袋を装着してパソコンを操作しそのままベッドサイドに行っている、手指消毒剤があまり使用されていな

い等多くの課題が見うけられています。

そこで看護部では、まず全看護師に「手指衛生」と「衛生的防護用具の使用」について研修をしました。研修ではグリッターパグ（手洗評価キット）で自分の手洗い状況を確認してもらい、衛生的手洗い方法、効果的な手指消毒剤の使い方を再学習してもらいました。防護用具ではエプロンと長袖ガウンの着脱方法を演習形式で行いました。ほとんどの看護師が長袖ガウンの着脱は初めて教わったとのことでした。

次に患者さんと密着して訓練を行うPT・OT・ST・心理の全職員を対象に研修を行いました。第1弾として「感染予防の基本」（日本看護協会編）に沿って、感染の要因、感染経路、標準予防策等について、第2弾として看護師と同様の「手指衛生」と「正しい防護用具の使用について」という内容で研修を行いました。この研修には診療放射線技師も参加してくれました。

グリッターパグで自分の手洗い状況を確認してもらおうと「こんなに洗い残しがあってショック」「よく洗ったはずなのに」など感想が聞かれました。

研修は感染管理担当看護師長が講師を務め、全職員に受講してもらうために同じ研修を5回から8回程行いました。

感染管理はそこに関わる職員全員が正しい知識と技術を持って行わなくてはなりません。

今回のCOVID-19感染症のパンデミックでは、感染管理の基本である標準予防策の重要性を当院の職員に教育することで当院の感染管理の問題を少なからず解決できたと思います。今後もCOVID-19感染症だけでなく様々な感染症に対応することになるでしょう。常に感染管理の取り組みを継続し、モニタリングする必要があります。

ナイチンゲールは「NOTES OF NURSING」（看護覚え書き）の中で「看護の第一の根本原則、看護師が注意を向けるべき最初で最後の事柄、患者にとって第一の不可欠の要素」として「換気と加温」を記しています。ナイチンゲールの生誕200年の今年、ナイチンゲールの偉大さを再認識した次第です。

看護部長 竹下礼子

## 研究のすすめ (2)

慶應義塾大学理工学部 名誉教授 (臨床研究アドバイザー)

富田 豊



前号に引き続き、研究のすすめの第2弾です。

わくわくする研究をお手伝いするために、9月入学を意識したわけではありませんが、9月から毎月1~2回臨床研究セミナーを開きます。今年度の内容は、研究って何？PCの基本操作、エクセルを利用した統計の実践、プレゼンテーション技法、研究の倫理的配慮などです。来年度申請される方のための研究計画書、倫理申請書、インフォームドコンセントのための説明書、同意書の書き方も年度の終わりごろに実施します。

また、セミナー当日の前後の時間に研究相談の時間もあります。研究計画、実験方法、実験装置の試作、アンケートの作り方、アンケートの集計方法、データ整理の方法、統計学的検討など何でも受け付けます。

ここから少し硬い話です。

「臨床研究」とは何でしょう？当院の医療現場に携わる医療関係者が行う、再発防止・診断・治療に関連する医療機器の有効性を確認したり、いくつかの医療手段の優劣を判断したりすることです。これは実験を遂行するうえでの危険性や個人情報が流出するなどのリスクがある場合もあるので、注意が必要です。他には新薬の薬効を確かめる「治験」やカルテ情報やアンケートから病気

の予防や治療に関する情報を集めて、医療の改善につながる新たな知見を発見する「観察研究」があります。観察研究は実験による危険性はありませんが、情報量が多いので、個人情報管理に気を付けなければなりません。それには個人情報を管理するために、ランダムな番号とその患者さんの検査結果などのデータを書いたシート（紙情報でもデジタル情報でも）と患者さんの個人名とランダムに与えられた番号を書いたシート（同上）を作ります。これを連結可能匿名化といいます。番号とデータが書かれたシートは研究参加者が誰でも見ることができますが、患者さんの個人名と番号の書かれたシートは研究責任者しか見ることができませんので患者さんを特定することはできません。

当院では、これら全ての研究は臨床研究審議会で審査されます。研究の新規提案、継続を問わず、毎年審査され、審査を通過した研究が遂行されて院内や国内外の学会で発表されたり論文として専門誌に掲載されたりします。

自分の名前が学会のプログラムや抄録集、論文に載るのも「えらくなった」（研究者として認められた）ようで嬉しいものですよ。

### 令和2年5月29日(金)当院から見たブルーインパルス



ブルーインパルスが医療従事者のために快晴の東京上空を飛行してくれました。当院からもその華麗な姿をベランダから見ることができ、感動と勇気をもらいました。



# 医療福祉連携室だより



## 墨田区在宅リハビリテーション支援事業がリニューアルしました。

墨田区の無料の事業です

平成20年度に開始された「墨田区在宅リハビリテーション支援事業」は墨田区医師会のサポート医の先生方にご協力いただき、修了者は120名を超えました。利用者からは定期的なサポート医の助言・指導が運動習慣作りにつながったという感想を多くいただきました。先生方には、この場をお借りしまして御礼申し上げます。

この事業の利用者の中には、運動が習慣化されない方や途中でリタイアされる方もいらっしゃいました。そういった方々の背中を押すような支援を、PT・OT・STが行う方式に事業変更できないか検討いたしました。そこで4月より、生活機能の低下が軽度である方を対象とした「訪問リハビリサポート事業」、要介護者を対象とした「在宅療養リハビリサポート事業」と事業名・事業形態を一新します。そして所定の研修を受け墨田区に登録されたPT・OT・STを“在宅リハビリサポートコーディネーター”として新事業で活動していただくこととなりました。

まず、「訪問リハビリサポート事業」では、定期的に在宅リハビリサポートコーディネーターが利用者宅にお伺いし、ホームプログラムの指導や生活指導、評価を行います。

また、「在宅療養リハビリサポート事業」は要介護状態の重度な方を対象に、在宅での活動・環境・介護方法について在宅リハビリサポートコーディネーターが助言や介入をいたします。

事務局は当院地域リハビリテーション科です。お気軽にお問合せください。



### 《問い合わせ先》

東京都リハビリテーション病院  
墨田区在宅リハビリテーション支援事業 事務局

☎ 03-3616-8399 (専用電話)  
月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

- 事業委託者：公益社団法人墨田区医師会
- 事業主体：墨田区保健計画課保健計画担当  
☎03-5608-1305

墨田区在宅リハビリテーション支援事業  
**訪問リハビリサポート事業**  
利用についてのご案内 (令和2年4月～)

**無料** 運動習慣づくりでいきいきと暮らしてみませんか?

対象者：墨田区民  
介護保険や医療保険でリハビリを利用できない方

この事業には **3つのメリット** があります!

**メリット1** あなたのためのトレーニングメニューを作ります  
体の調子に合わせて、無理なく自宅で続けられるあなたのためのトレーニングメニューを作成します。

**メリット2** 定期的に自宅でトレーニングを指導します  
「ひとりでできるかしら?」と不安な方も大丈夫。在宅リハビリサポートコーディネーターが定期的に訪問し、直接トレーニングメニューを指導します。(6か月で4回訪問)

**メリット3** かかりつけ医へトレーニング成果を報告します  
運動プログラムを作成するにあたり、事前にかかりつけ医から情報をいただきます。また、6か月間のトレーニングの成果もかかりつけ医へ報告いたします。その情報は診療に活かされます。

※1 在宅リハビリサポートコーディネーター：  
病院の研修を受け、墨田区に登録された理学療法士 (PT)・作業療法士 (OT)

墨田区在宅リハビリテーション支援事業  
**在宅療養リハビリサポート事業**

対象：墨田区にお住まいの方で、要介護状態にある方  
ただし、介護保険や医療保険でのリハビリを優先していただきます。

**無料** リハビリサポート医と在宅リハビリサポートコーディネーターによる訪問リハビリサービスが提供できます。在宅で活動・環境・介護などで困っていることはありませんか。

※1 所定の研修を受け、墨田区に登録された理学療法士 (PT)・作業療法士 (OT)・言語聴覚士 (ST)

外出ができなくて困っている  
介護ヘルパー  
訪問看護  
患者さんの活動・社会参加・家族の介護負担についてなど  
利用者のケアプランについて専門職に相談したい

介助方法に困っている  
家屋環境の評価・福祉用具について  
通所リハ  
在宅ケア計画

お申込み・お問い合わせは  
**東京都リハビリテーション病院**  
☎ 03-3616-8399  
8:30～17:15 (直通)  
※「在宅療養リハビリサポート事業」についてとご連絡ください。

●事業主体：墨田区保健計画課保健計画担当 ●事業委託者：公益社団法人墨田区医師会

## 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

今後の研修会については、決定次第、区東部地域リハビリテーション支援センターのホームページに掲載いたします。▶ [http://www.tokyo-reha.jp/shien\\_center/](http://www.tokyo-reha.jp/shien_center/)



都リハ病院では

どんな食事支援を  
しているのニヤ?

患者さんの状態に合わせて  
塩分や食べる量について

アドバイスを行う  
栄養指導を実施しているよ

さらに退院前には  
都リハ病院の



レシピ集

嚥下食レシピ集を  
お渡ししているんだ

てっぺん

料理かあ...

手がかかって  
めんどくさそうだニヤ...

このレシピ集では  
自宅で無理なく実践できる  
メニューを紹介しているよ

例えば  
これ!



豚肉の  
しょうが焼き

こっちは!!



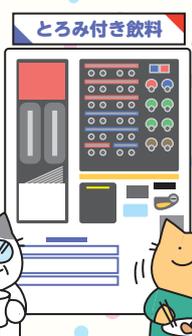
見た目も味もお肉  
なのに歯茎でも噛めるくらい  
柔らかいニヤをて...

おかわりは?

介護者の負担が  
少しでも減るように  
調理法を工夫  
しているんだよ

他にも患者さんに安心して  
好きな飲み物を飲んで  
いただけるよう

院内には  
とろみ付き飲料が買える  
自販機を導入しているよ

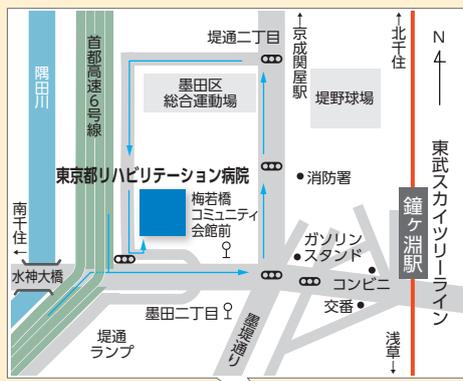


ニヤるほど!  
食材や調理法を工夫すれば  
味も見た目も美味しい食事を  
安全に食べることが  
できるんだニヤ...  
美味しかったニヤ...



都リハのこと  
また少し  
詳しくなったニヤ〜

交通案内



- JR山手線
- JR総武線快速
- JR中央線・総武線各駅停車
- JR中央線快速
- 東京メトロ千代田線
- 東京メトロ半蔵門線
- 東武スカイツリーライン
- 東武亀戸線
- 京成本線



南千住	都営バス	10分	梅若橋コミュニティ会館前	徒歩	2分
錦糸町	都営バス	25分	墨田二丁目	徒歩	4分
浅草	東京メトロ半蔵門線	12分	鐘ヶ淵	徒歩	7分
亀戸	東武亀戸線	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
京成上野駅	京成本線	12分	京成関屋駅	徒歩	15分

東京都リハビリテーション病院

※東京都リハビリテーション病院は、東京都が設置し、公益社団法人 東京都医師会が指定管理者として運営を行っている病院です。



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/



UD FONT  
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。

新型コロナウイルスの影響で自粛期間は外出を控え、身体を動かすことができない状況が続きました。私は趣味であるバスケットボールができずに運動不足になりましたが、家の中でも行えるトレーニングにより、なんとか健康管理を意識した生活を送っています。

2020年7月1日(水)発行