



## 院長のご近所探訪

### ～両国国技館編～

両国駅にある国技館は、相撲だけではなく格闘技や音楽ライブ等にも使用されています。敷地内の相撲博物館は、東京場所開催中以外の開館日に無料で見学可能です。

国技館正面

相撲博物館の展示

## 3つの“みる”

3年前の投稿では、患者さんとの接し方についてお話ししましたが今回は患者さんを治療する上で私が重視する3つの“みる”についてお話しします。

患者さんを治療する上でまず重要なのが、評価です。私が学生の頃教員や実習指導者から何度も厳しく言われたのが、理学療法士の仕事は評価に始まり評価に終わるということでした。すなわち患者さんの評価がしっかり出来ていれば患者さんに対する治療プログラムの立案は容易であるということです。その評価をする上で私が重視しているのが「見る・観る・診る」の三つの「みる」です。

一つ目の「見る」は、外見が主体であり顔の表情、音は聞こえているか、目は見えているか痩せ型か肥満型かまた手足の有無など一見して見える状態です。

二つ目の「観る」は、観察の観る。歩行はどうやって歩いているか杖はついているか車椅子は押してもらっているか自分で動かしているか坐位、立位は出来るか、ベッドやマットへの移乗など動作に関しての観るです。

もう一つの「診る」は、診察の診る。これがすなわち

理学療法士の狭義の意味での評価の部分であるところの診るになります。「筋力はどのくらいか」、「関節はどのくらい動くか」、「感覚は鈍いのか過敏なのか」、「麻痺の程度は、高次脳機能の問題はあるか」など実際に患者さんの現在の身体の状態を診ます。患者さんの治療をする上でどうしても三つ目の診るを重視してしまいがちですが、患者さんは、一人一人違いますから三つ目の評価のデータが同一でも結果はそれぞれです。例えばこの動作が出来る筋力があるのに出来るはずの動作ができないとか逆に出来ないはずの動作が出来てしまうなど、三つ目の診るに頼りすぎると治療の方向性にずれが生じてしまいます。言わずもがな三つ目の「診る」が最も重要なことは重々承知の上ですが、「見る」や「観る」も軽視することなく時間を惜しむことなく、その患者さんにベストな治療を提供することを心がけています。



理学療法科 科長 野口 慎二

## 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。



## 排尿ケアチームの活動について

副院長（泌尿器科医） 鈴木 康之  
皮膚排泄ケア認定看護師 高崎 良子

脳卒中や骨折などの病気・怪我をした場合に病院では、診断に基づいた治療が行われます。病状が軽ければ問題なく治り元の生活に復帰できますが、重い病気や高齢者では体が弱って障害が残ります。この傷ついた体をできるだけ元に戻し人間らしく社会復帰できるように行われる医療者と患者の共同作業がリハビリテーションです。

健康な人にとっては何でもない社会生活も、“病み上がり”には大変な努力を要します。大きく傷ついた体を社会生活へ復帰させるには、多分野の知見と協力が必要になります。このため医師・看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士に加えソーシャルワーカー、臨床心理士や義肢装具士等の多職種連携で医学的リハビリテーションが支えられています。

超高齢化社会となった現代ではリハビリテーションは、医療の最重要分野の1つとなり日夜、研究と改善がすすめられています。そのなかで排泄の問題は、放置できない領域として適切な対応が求められ続けていました。幸いなことに癌治療に一定の成果を上げた泌尿器科医は、“排尿障害”を病気として研究・治療に邁進しつつありました。また、高齢化を問題視した看護師たちは、1997年から皮膚・排泄ケア認定看護師を育成していま

した。さらに、これらの研究を支える学会が熱心に厚生労働省に排泄の保険収載を働きかけた結果、排尿ケアチームによる「排尿自立指導料」が2016年4月より一般病棟で認められました。指導料が認められるということは、堂々と排尿ケアができるということです。この指導料のキーワードは“多職種連携”で、排尿ケアチームには、理学療法士、作業療法士も加わり専門的知識に基づき“包括的排尿ケア”により着実に成果をあげることができます。

臨床現場の病院では指導料算定開始には業務量の増加等の多くの難関がありますが、当院では職員一同が、その重要性を自覚し収載直後から積極的に活動を支えた結果、対応可能となりました。さらに当院は、指導料が算定できない回復期病棟も対象とし、その結果の解析・検討を行い学会発表もできました。

排尿ケアチームの活動は適切な尿排泄を促し腎機能低下や尿路感染を予防するだけでなく、生きる気力の維持と、（寝たきりにつながる）転倒の予防等で患者さんの社会復帰に大きく貢献するものです。





# 「第15回東京都作業療法学会」を終えて

東京都作業療法学会 学会長 齋藤 正洋  
(医療福祉連携室 地域リハビリテーション科 主査)

平成30年7月1日（日）に首都大学東京荒川キャンパス内で開催された「第15回東京都作業療法学会」は、盛況の内に無事終了いたしました。開催にご協力いただきました皆様、またご参加いただきました皆様、誠にありがとうございました。

当日は、うだるような猛暑にもかかわらず、およそ300名の方々にご参加いただき、実行委員会一同、心から感謝申し上げます。

学会テーマは「強みを活かす～作業療法だからできること～」とし、会員の皆様が作業療法の強みを考え、活かし、熟考できるよう準備してまいりました。

学会では、東京都作業療法士会で重点を置く、4つの委員会（認知症の人と家族の生活支援委員会・子供委員会・地域包括ケア対策委員会・自動車運転と移動支援対策委員会）が設立され、それぞれの委員会でシンポジウムやセミナーを開催していただきました。自動車運転と移動支援対策委員会では、会場が大盛況で立ち見の方も出る中、当院作業療法士の渡邊志保氏による講演も行われました。

今回の学会のなかでも好評だったのが、4名の女性作業療法士によるシンポジウムでした。作業療法士の7割は女性です。女性が働きやすい仕事、職場である必要があります。また作業療法士の職域は広がっています。女性が新しい活躍の場を求めて働くことができる事も作業療法士の“強み”と考え、病院以外で働く女性の作業療法士に、座長とシンポジストになっていただき、自身の仕事や役割、そこで働くうえでの作業療法士としての視点を語っていただきました。我々、作業療法士の先陣をきって、仕事を開拓している女性のコメントに、病院で働くものにとっては、目からうろこが落ちる思いだったのでないでしょうか。

学会の発表演題も基礎的研究から症例発表、介護予防事業など、エビデンスに基づいた多種多様な演題が発表されており、作業療法士として刺激の多い有意義な一日でした。

学会長として一年間、準備の慌ただしさと、いつの間

にか学会を終えたことの安堵感で数か月が経ってしまいましたが、振り返ってみると作業療法の職域の広さと深さをしみじみと痛感いたします。

「作業療法」の考えが、地域の住民にも広く知れわたるようなものになるよう、いっそう切磋琢磨しなければいけないと考えるこの頃であります。

来年度、東京都作業療法学会は、杏林大学で開催されます。興味を持たれた方は是非、一度足を運んでみてください。よろしくお願い致します。



# ご近所ネットワーク



～「みんなでつくる『おたがいさま』のうめわか地域」を目指して～

うめわか高齢者支援総合センター 看護師 松元久美子

私が勤めるうめわか高齢者支援総合センター（地域包括支援センター）は、墨田区の最北部に位置し、堤通・墨田・東向島四丁目を担当地域（以下うめわか地域）としています。東京都リハビリテーション病院も所在するこのうめわか地域は、墨田区内で最も高齢化率が高く、29.3%（平成30年9月時点）。地区によっては、41%を超える地域（堤通二丁目）もあります。しかし、「いつまでも元気でいたい」と介護予防に励んでいる方が多く、人とのつながりや支え合いの意識が強い下町人情厚い地域でもあります。住民一人ひとりの地域を想う強い「気持ち」は、私を含めた専門職の想像を遥かに超えた「力」を秘めており、うめわか地域の「財産」であると日々感じています。

## うめわか地域で取り組んでいる「いきいき生きる」ための活動紹介

### ●いきいき生きる ～その① 交流・集いの場～

うめわか地域には男性限定や参加者が100名を超える体操グループ等、様々な活動をしている「交流・集いの場」が多くあります。特に運動の場は他地域と比較しても多く、18か所（平成30年6月時点）あります。

「墨5らくらく体操会」では墨田区の「地域リハビリテーション活動支援事業」を利用し、リハビリ専門職の後方支援を受け、住民主体による体力測定会を昨年度から定期的に開催しています。当初、体力測定の経験がない参加者が半数以上を占めていましたが、この体力測定会をきっかけに、参加者がご自身の能力を知り得た事で、具体的な目標や目安を持った活動につながり、介護予防の意識が高まっています。まさに、リハビリ専門職の視点が地域の活動に加わる事で、より効果的な介護予防の取り組みにつながったといえます。

### ●いきいき生きる ～その② 情報の発信～

民生委員・児童委員や介護予防サポーター、介護事業

所等が集まり、うめわか地域資源マップ作成委員会を開催しています。より多くの方が活動に参加することで、人とのつながりの輪を広げ、楽しみや生きがいを見い出してほしいとの願いから、うめわか地域でどなたでも参加できる交流・集いの場についての情報を掲載した「うめわか地域いきいき集いの場」地域資源リーフレットを発行・更新しています。



うめわか高齢者支援総合センターにて配布しているので、ご活用ください。

### ●いきいき生きる ～その③ 地域包括ケア計画の始動～

うめわか地区地域包括ケア計画（平成30～32年）では、「みんなでつくる『おたがいさま』のうめわか地域」をキャッチフレーズに、「医療・介護」「生活支援・介護予防」「住まい・防災」の3つの分野で推進事業を進めています。子どもから高齢者まで多世代を通じて、「おたがいさま」の気持ちで支え合う地域づくりに向け、住んでいる人だけでなく働いている人を含めた地域全体で取り組んでいます。



### ★「生活支援・介護予防」の推進事業★

#### 【いきいき活動部の創設】

- ◆お誘い隊
- ◆もっと活躍し隊
- ◆交流・通いの場応援団

#### 【ひとりじゃないよプロジェクト】

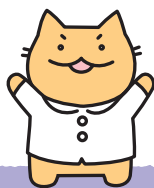
#### 【趣味からつながるプロジェクト】

の3つがあり、人とのつながり、多世代を通じた交流、役割や生きがいの創出を目指しています。歳を重ね、病気や障害を患うことがあったとしても、誰もがこの住み慣れたうめわか地域で、一人ひとり生きがいや役割を持ち生活が続けたいというのが本心ではないでしょうか。きっかけさえあれば、年齢や心身の状態に関係なく「できること」「やれること」は必ずあります。うめわか高齢者支援総合センターでは、一緒に「おたがいさま」のうめわか地域づくりをしたいという仲間を募集しています。興味・関心のある方は、是非うめわか高齢者支援総合センターまでお声掛け下さい。





# 看護部の取組み ~あれ&これ~ご紹介



## 4N病棟：NO～コウソクな病棟です!!

毎月20名前後の入退院がある病棟で、主に整形・リウマチ疾患の患者さんが入院されます。手術目的の患者さんもおり、手術は年間30～40件ほど行っています。病棟スタッフが手術室勤務も兼務しており、術前・術中・術後そしてリハビリから退院にいたるまで一貫した看護を提供しています。

リハビリ目的で入院された患者さんは、早期に在宅復帰できるよう多職種で支援しています。年々、入院患者

さんは高齢化し、認知症の患者さんも多くなっています。危険行動が予測される患者さんに身体拘束をすることがありますが、4N病棟では、その人に見合った方法や対策を講じて、身体拘束ゼロで頑張っています。

前の病院で身体拘束されていた患者さんでも、当病棟に入院されると身体拘束はしないので、退院アンケート等で患者さん・ご家族の方々から感謝やお褒めの言葉を多くいただいています。これを励みに今後も患者・家族に寄り添った心温まる看護を提供していきたいと思ひます。



4N病棟 看護師長 五十嵐美千代

## 5階病棟：チーム力で奮闘中!

5階病棟は、48床の回復期リハビリテーション病棟です。医師、薬剤師、看護師、リハビリスタッフのチームワークを大切に、患者さんの疾患や退院後の生活を見据えた看護の提供に努めています。

リハビリ訓練の場で獲得した移動・食事・更衣・排泄などの能力を日常生活場面で使えるよう、医師やリハビリスタッフと常に情報共有しながら病棟で訓練をしています。

また、前年から開始された3人夜勤体制と業務改善の結果、病床利用率が平成28年度95.8%、平成29年度94.3%と院内でトップの実績でした。そして平成30年6

月には、ついに100%を達成!!

今年度は、病棟の環境整備に力を入れ、患者さんにとって過ごしやすく、スタッフには働きやすい環境づくりを目指して改善を進めています。

これからも、元気に退院される患者さんの笑顔喜びに、スタッフ一同頑張っていきます。



5階病棟 看護師長 梁清姫

## メイクボランティアさんが 来てくれました!!

9月6日(木) 社団法人「顔と心と体研究会」会員の方がメイクアップをしてくれました。

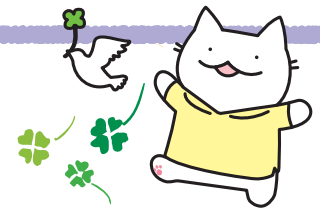
参加した患者さんは14名で男性も2名参加してくれました。「久しぶりのメイクで若返った」「気持ちが明るくなった」「きれいになった」とにこやかに話されていました。



外来 看護師長 田山理恵



# 医療福祉連携室だより



## 介護技術研修会「歩行・移動の介助方法及び福祉用具」の開催について

日時：平成30年7月12日（木）13:30～16:30 会場：東京都リハビリテーション病院 大会議室等  
(事務局：地域リハビリテーション科)

今回は、区東部（墨田区・江東区・江戸川区）在勤で施設介護や居宅介護に携わっている方を対象に、介護技術研修会を開催しました。

前半は、堀米PTと大場OTが講義を担当し、後半は福祉用具業者のYAMAHA、アビリティーズ、セリオ（順不同）の方々にご協力いただき、最新の電動車イスや福祉用具等の介助方法を実際に体験し、学びました。

研修会には、21名の方々にご参加いただき、アンケートでは、「3時間があっという間でした。最新の車イス等の体験や、自分が介助されたり中身の濃い時間でした（介護職）」「内容がとても良く、もう少し長く体験してみたかった！（介護職）」「介助実技、車イス体験はとても勉強になりました。患者さんの気持ちも今までより理解した上で介助出来ると思います。（看護助手）」とたくさんのご感想をいただきました。

実際に自身が体験することで、身体が不自由な方の気持ちをより理解することができる貴重な研修会になったかと思えます。参加者の皆さんには、今後の業務に役立てていただけたら幸いです。開催にご協力いただいた皆様、本当にありがとうございました！

### 《当院担当セラピストの感想》

○お忙しい中、多くのケアマネジャーや介護福祉士の方々に研修会にご参加いただき、感謝申し上げます。参加者からは「電動車イスを見たことはあるが、自分自身が乗ったことや使ってみたことが

ない」とおっしゃっており、今回の介護技術研修会が、患者さんの「自立支援」や「尊厳の保持」につながるきっかけになったと思います。今後もこのような研修会を開催いたしますので、是非ご参加ください。（齋藤OT）

○ご参加頂いた皆様には、心より感謝申し上げます。参加者の方から「介護する仕事をしているけれど介護される側の体験ができて、その気持ちが分かった」という感想を伺いました。介護技術はもちろん大切ですが、まずは介護される人の視点に立ち、共感する姿勢が大切であると改めて痛感しました。次年度もよろしくお願ひいたします。（大場OT）

○今回実習時間を多くとることで、たくさんの方に触れ、体験をして頂けたので良かったと思えます。私自身初めて触れる最新の福祉用具もあり、実際に乗車・操作することで、介護をする方・される方の思いも見えてきました。ご参加、ありがとうございました。（堀米PT）



研修会の様子

## 平成30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30年10月15日(月)	18:45 ～ 20:30	地域ケア会議について	会議室4	無料	65名
第2回	平成30年10月29日(月)		終末期リハについて	会議室1,2		85名
第3回	平成30年11月12日(月)		認知症について	会議室1,2		85名
第4回	平成30年12月 5日(水)		小児在宅診療について	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.7



## 子育て奮闘記 Vol.2

私は家庭の事情で第2子の育児に参加するために、6ヶ月間の長期育児休業を、当院の男性職員として初めて取得しました。平成28年度に育児休業を取得した人は女性の81.8%に対して男性は3.4%だそうです。本稿では育児の現場で男性がどのくらい少数派なのか、私の肌で感じた経験をお伝えします。

育児休業中に赤ちゃんと一緒に保護者が集まる場は予防接種で病院、定期健診で保健センター、長男の送り迎えや保護者会で保育園でした。地域によっても異なるとは思いますが、実際に私が参加した6ヶ月乳児検診では2～30人の保護者に保健師さんやスタッフさんも含めて、付き添いのパパさんが1人いただけで、他の全員が女性でした。保育園の保護者会

では50人ほどの中で私1人だけが男性ということもありました。平日の14時や15時から始まるので、ある程度男性が少ないとは予想していましたが、現実にはさらに孤独でした。そういう場では、主語が「ママさん」で当然のように話が進んでいくので、心の中で「ここに私もいますよ～、よろしくね～」とつぶやいていました。女性の輪の中で自然と打ち解ける男性もいるのですが、私は育児について気軽に話せるようなママ友やパパ友には巡り合えませんでした…(残念)。はじめましての場で女性同士は話がすごく盛り上がりやすいのですが、そこに割って入っていくのはなおさら難しく感じました。その代わりに、男性が赤ちゃんを連れていていると目立つのか、外出先や移動中に見知らぬ年配の女性からよく話しかけられました。「かわいいわねー、えらいわねー、でも私の時代は……(うんぬん)」と、そんな時に日頃の会話不足を解消していたのは良い思い出です。

理学療法科 主任 廣澤全紀

## “第2回 夏まつりin健康フェスタ”を開催しました!!

厳しい暑さが続いた8月17日(金)の午後に“夏まつりin健康フェスタ”を開催しました。お楽しみコーナーとして、ヨーヨー釣り、輪投げ、盆踊り、アロマハンドマッサージなどを行いました。ヨーヨーは100個用意し、全部捌けました。患者さんがヨーヨーを釣る小さいお孫さんの様子を嬉しそうに見ていたのが印象的でした。

アロマハンドマッサージは前回、大人気でしたので、アロマセラピストを2名から3名に増やしました。健康づくりコーナーとして、コグニサイズやポールウォークを行いました。また、昨年同様にうめわか高齢者支援総合センターの皆さんが相談コーナーを担当してくださいました。フェスタの最後に新井院長が「筋肉って大事!!!」と題して講演をし、講演後、理学療法士と一緒に筋力UPの運動をしました。

今回は、患者さんがリハビリスタッフと同伴で立ち寄ってくれたり、ご家族と一緒に来ていただいたりしました。

また、「このために来たのよ。」と地域の方も参加してくださいました。

多くの方の参加があり、大変盛り上がりました。

「入院中にこのようなイベントがあり楽しめました。」「浴衣の方が多くいて良かった。」「院長先生のお話のように食事、運動に気をつけて頑張りたいと思います。」等々の嬉しい感想をいただきました。皆さまのご協力に感謝致します。



外来 看護師長 田山理恵



都リハ病院

いろいろな設備編

その5

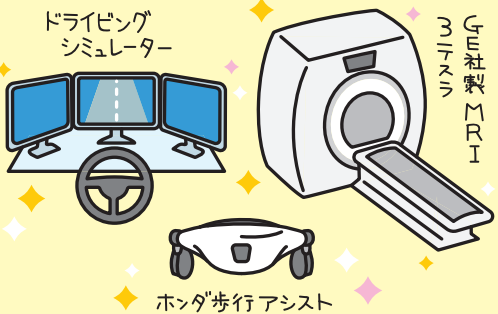
都リハには



いろいろな設備があるって本当かニヤ?

リハにやん

MRIをはじめ、ホンダ歩行アシスト、ドライビングシミュレーターに高精度骨密度測定器



患者用冷蔵庫など...多くの設備が揃っているよ

ホンダ歩行アシスト

またまたそんなこと言ってるんじゃないでしょ?

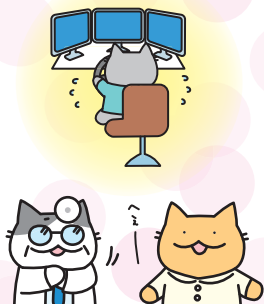


例えば高精度のMRIは、脳卒中の診断や脳の血流、



関節や韧带等を調べるのにとても有用なんだ

ドライビングシミュレーターはあえての健常者用なんだ



一般公道では一般ドライバーと同じ条件で運転しなければならぬので、この仕様で運転能力を判定しているんだよ

それより医師ニヤンくん...患者用の冷蔵庫というのはい



どの病院にもあるのが普通じゃないかね?

よく聞いてくれました! 当院の床頭台トコガしらについては冷蔵庫はなんと!!



無料で使えるのです!!

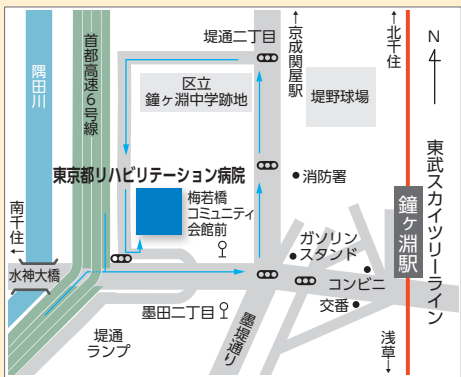
たいへんよくわかりました

ま、まさかのものすごく小さなイとこ...ともあれ都リハ病院にはMRIのような大きな設備から、患者さん用の小さな備品まで充実しているんだニヤ~

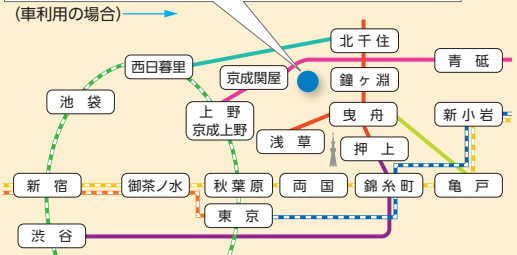


今日も都リハ病院のこと少し詳しくなれたニヤ!

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



路線	乗車時間	乗り換え	徒歩時間
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	東武スカイツリーライン	10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



平成30年10月1日(月)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: 03-3616-8699  
<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。



吹く風に秋を感じるようになり、ようやく酷暑から開放された今日この頃、「暑さ寒さも彼岸まで」とはよく言ったものです。本格的な秋に向けては、「美しい紅葉」や「美味しい食べ物」など心も体も嬉しい季節! 体調に気をつけながら、楽しみたいですね。