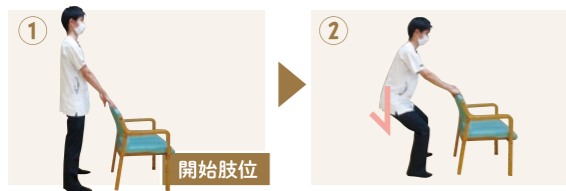


■スクワット



① 椅子の背もたれ等につかまり、両足を肩幅より少し開き背筋を伸ばします。
② 椅子に腰かけるイメージでお尻を下げていき、膝の曲げ伸ばしをします。

注意点 ● 膝がつま先より前に出たり、膝が内側や外側に向いたまへ行くと膝に負担がかかります。● 膝は正面に向けて、つま先より前に出ないように、お尻を後ろに引きながら下げていきましょう。

■フロントラウンジ



① 上体は倒さないよう起こし、片足を一步踏み出し、体重を前にかけて、元に戻ります。
②

注意点 ● 膝が内側や外側に向いたまへ行くと膝に負担がかかります。まっすぐ曲げましょう。● 転倒しないよう、まずは椅子や壁などに手をつけて行いましょう。● 片足を大きく出し過ぎるとバランスを崩してしまう恐れがありますので、少しずつ出していきます。

最近の出来事

第3回写真コンテスト 開催!



岩井真美さん 西岡祐子さん

〈最優秀賞〉西岡 祐子(ケアワーカー)
作品タイトル: コーヒーが冷めないうちに
※写真は本表紙に掲載

〈優秀賞〉岩井 真美(ケアワーカー)
作品タイトル: 初日の出



第3回おおぞら病院写真コンテストを開催しました。今回のテーマは「冬」です。広く解釈できるテーマのため様々な冬にちなんだ内容の作品がありました。多数の応募作品の中から右記の2名の方の作品が選ばれました。(広報企画委員会)

スマイル大使 任命!



辻 好美 看護師
笑顔を忘れず
これからも頑張ります。



関 明日香 看護師
外来の顔としてこれからも
笑顔で頑張ります。

スマイル大使=笑顔の素敵な職員を投票により選出します。今年は上記2名の方が選ばれました。スマイル大使に選ばれた職員は、このバッジを名札につけております! 素敵な笑顔ですので、見つけてみてください。

防災訓練 実施



昨年11月24日、中央消防署の職員立ち合いのもと防災訓練を3階病棟で行いました。23時の発災を想定し、8名の職員で計26名の避難にあたりました。

担送患者には模擬の点滴や胃管などを装着し、避難時の処理方法や搬出方法を確認しました。消防署からは丁寧に患者さんに対し報告もできていたとお褒めの言葉を頂きました。日頃から職員の防火意識を高め、実践に即した定期的な訓練を行うことの大切さを改めて痛感しました。(防災委員会)

令和4年1月4日より「マイナ受付」開始



受付はカードを端末にかざすだけ。

マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになりました。カードのICチップにある電子証明書によりオンラインで医療保険の資格確認がスムーズにできます。

またご本人の同意があれば、手続きなどで高額療養費制度における限度額を超える一時支払いが免除されます。ご不明な点がございましたら総合受付までお気軽にお問合せください。

(医事課)

- 基本方針
1. 患者さん中心の医療 「笑顔であいさつ」を心掛け、患者さん中心の心の通った医療を行います。
 2. 質の高いチーム医療 「専門職としての知識・技術の向上」に努め、質の高いチーム医療を実践します。
 3. 地域に貢献できる医療 「ともに生きる」の精神で、地域の皆さまと共に安心して暮らせるまちづくりに取り組みます。



理念

私たちは、地域の皆さまに親しまれ、信頼され、満足される病院を目指します

特集:
回復期リハビリテーション病棟のQ&A

第3回 おおぞら病院写真コンテスト (テーマ「冬」) 最優秀作品賞: 西岡 祐子 (ケアワーカー)

明けましておめでとうございます。コロナの影響で、行動や生活などの暮らしの変化で大変ですが、家族が健康で幸せな1年になるように願っております。さて、事務部の運営につきまして、3つの視点で、取り組みたいと考えております。第一は、地域に密着した回復期病院としての役割を果たすため、「要望」や「ご意見」に積極的に対応、また常に変化する医療ニーズには柔軟性をもって取り組み、情報管理の司令塔になる事です。第二は、働き方改革への対応が急務となります。改革の流れの中、労務の諸問題を解決する知識が必要であり、法律の専門家でなくとも「これはおかしいぞ」と思う「感度の良いアンテナ」が欠かせません。第三は、医療業界においても、デジタル化の波が加速すると思っております。デジタル化はタイムリーな人材育成が可能となりますが、一方、現場では主体的に自由な発想で行動する職員が必要です。「とりえず満足している」では、今後の医療業界を乗り切ることはできないと思っております。以上、医療スタッフから信頼され、働きやすい職場環境づくりに、微力ながら、取り組んでいく所存です。

事務部長 竹内 正弘



回復期リハビリテーション病棟のQ&A

4F回復期リハビリテーション病棟は「生活すべてがリハビリ」を合言葉に「患者さんの生きていく力、生活していく力」を引き出しつづける、看護・リハビリを目指しています。

4F



- ① スタッフステーション
- ② リハビリテーション室
- ③ 食堂兼談話室
- ④ 特殊浴室(介護浴)
- ⑤ 一般浴室
- ⑥ 言語療法室



日中は活動的な生活を送るようにしています!



【病棟訓練】



【起立訓練】



【リズム体操】



【レクリエーション活動】



【健口体操】



【自主訓練】

身体を動かして
体力をつけましょう!



Q. 回復期リハビリテーション病棟はどのような病棟ですか?

看護部

A. 骨折や脳血管疾患など急性期で治療を受けたあと、集中的にリハビリを行う患者さんが入院しています。以前の生活と同様もしくは少しでも近い日常生活を可能にいくための継続的、実践的な訓練をしていく病棟です。



Q. 入院期間はどのくらいですか?

リハビリ部

A. 当院では、大腿骨などの骨折の治療後は平均40日間、脳梗塞などの脳血管疾患は平均80日間入院されています。リハビリの目標を決め到達すれば退院となります。

Q. 1日どのくらいリハビリを行うのですか?

リハビリ部

A. 1日2~3時間、土日祝日関係なく365日リハビリに励みます。体調に応じてリハビリの内容や運動量、リハビリ時間などは調整させていただきます。



副院長による病棟回診

Q. 入院中のお風呂はどのように入るのですか?

看護部

A. 浴室は、特殊浴室(介護浴)と一般浴室の2種類あり、患者さんの状態に合わせて、それぞれ入浴となります。特殊浴室では、介助椅子に座ったまま浴槽に入ることもでき、専用の機械浴槽での入浴となります。一般浴室は、普通の一般的な浴槽での入浴となります。

入院中も安心して
清潔に過ごせます。



Q. リハビリ以外の時間で取り組んでいる事はありますか?

看護部

A. 患者さんの状態に合った身体を動かす訓練を行っています。
①起立訓練:午前、午後に食堂で起立訓練(各50回)を実施しています。個人の程度に合わせて手摺を使って起立したり、回数に合わせて声出しや挙手をしています。
②病棟訓練:看護師と一緒に杖や歩行器での歩行訓練を行います。
③自主訓練:屋上にある「そらにわ」での歩行や階段昇降など自分でできる訓練を行います。その他にも、リズム体操や健口体操、レクリエーション活動と日中は常に体を動かせるようなイベントがあります。

Q. 病院の食事は味が薄いと聞きますが本当ですか?

栄養士

A. 当院の食事塩分量は、基本は1日8gとなっております。塩分制限が必要な方の減塩食は、薄味仕立てですが、昆布や魚のだしをきかせたり、献立や材料の工夫で、患者さんにも「減塩食でもおいしい」と好評です。また温冷配膳車を導入しており、厨房からの温度を維持したままの食事を提供しています。



温かいお食事を
もちします!



Q. 感染対策としてどのようなことに取り組んでいますか?

看護部

A. 感染拡大防止のため市内の感染状況によって、患者さんへの面会制限等を行う場合があります。ご希望があればオンラインによる面会等も用意しております。

オンラインで元気な
お顔を見せる事も。

