

報りハギャラリー ～写真で繋がる訪問リハビリ～



TAKAの マラソン報告

訪問リハビリスタッフ作業療法士のTAKAです。心身作りのため趣味でマラソンを行っていましたが、ここ数年のコロナ禍で人が集まって運動することに不安を感じ、軒並みマラソン大会が中止となり、目標を失って走ることを辞めてしまっていました。しかし、引きこもって家でじっとしていても体が動きにくくなるので、コロナに気を付けながらマラソンを再開しました。しばらく走っていないと体も鈍るもので、再開してすぐはなかなか思うように走れず、距離を走れるようになるには時間がかかりました。思うように動けず諦めそうになる気持ちを抱えながらも、自分のペースで自分の目標に向かって無理なく楽しみながら日々の運動を継続することが大切で、まるでリハビリの様だと感じました。これからも自分のペースで楽しく走り続け、リハビリ業務がしっかりとできる心身作りをしていきます。

お願ひます。

西部総合病院
訪問リハビリ
報りハ
2023.01



～みんなで造る・地域を繋ぐ広報誌～



理事長
西村直久

2023年の年頭にあたり謹んでご挨拶を申し上げます。
 昨年は聖光会メディカルケアグループ（以下、当グループ）が1972年8月の創業から50年目という節目の年でした。創業理念である「病める人に対し良き奉仕者たれ」を院是とし、基本理念、基本方針を基に地域に根差した医療・介護サービスを提供してまいりました。
 当グループは、病院、診療所を中心に介護、福祉事業所から株式会社まで多様な事業形態で構成されるようになり、西部総合病院も様々な変化を遂げて今に至ります。
 西部総合病院リハビリテーション部・訪問リハビリテーションでは、職員が基本知識を芯に置き、新しい知識も学びながら技術向上に取り組んでおります。
 リハビリテーションにおける日常生活動作の向上は、皆様のQOL向上に繋がっております。皆様の生活が少しでも豊かになるよう、より良いサービス提供を努めて参りますので、ご質問やお気づきの点、少し言いにくいと躊躇われていることがもしありましたら、まずはお気軽に職員へお声かけいただけると幸いです。すぐに解決できないこともあるかと思いますが、同じ方向をみていけるよう寄り添っていただけたらと思います。
 本年も西部総合病院リハビリテーション部・訪問リハビリテーションをよろしく願ひいたします。

ケアマネジャーさん向け勉強会のお知らせ 2023年3月中旬に第1回目の勉強会を開催します。詳細はホームページをご覧ください。



健康寿命を延ばそう!!

第4回 地域支援個別会議の紹介

地域支援個別会議とは 多様な専門職が協働し、ケアマネジャーへの支援を通じて、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしをいつまでも続けることができるよう、地域全体で支援する会議になります。さいたま市では毎月各区にて実施され、理学療法士、作業療法士、薬剤師、栄養士、地域支え合い推進員、区職員が参加し、自立支援としてのケアプランを立案するためにはどうしたらよいかを一緒に考えています。当院から理学療法士：中島、作業療法士：齋藤が会議に出席し助言を行っています。
 最近では新型コロナウイルス感染症予防のために、外出機会が減り閉じこもりや認知症の症状がでてきている方の事例が多くなってきています。コロナ禍においても、地域に即した自立支援ができるよう、皆様と一緒に考えていきたいと思っています。



桜区での地域支援個別会議の様子です

【地域情報】
 埼玉県が作製したアニメ動画はこちらからご覧いただけます。



できた!! 報告会 No.33 「厚焼き玉子が焼けた」



寿司職人を60年やっていました。入院をして、家に戻ってきてから徐々に体力が戻ってきました。

約1年ぶりに孫たちへの手土産として厚焼き玉子を作りました。孫たちに渡したら、泣いて喜んで食べてくれました。

今度は握りにも挑戦してみようかな



利用者さんコラム 再スタート リハビリ体験①

難病を発症。症状悪化のため、勤めを辞め自宅で療養に専念していたが、発症から5年、誤嚥性肺炎にかかり、治療・手術・リハビリのために3か月の入院を余儀なくされる。現在自宅での療養生活に戻る——これが私のプロフィールだ。

この難病は、自律神経の障害により全身の筋肉が次第に硬直化して、最後は眼しか動かなくなるという何とも気が滅入る病気である。顔面のかすかな歪み、舌の繻れ、手足の違和感などから脳梗塞を疑い、症状を自覚し始めてから約1年後、訪れた都内の大学病院の医師は、診察と検査を終えるとそう病名を告げた。小脳に問題があるという以外、原因は不明で治療法が確立されていないものの、リハビリは有効だとも付け加えた。インターネットで調べると平均余命9年とあった。これは大変なことになったと思った。

私は決して冷静な人間ではない。それどころか、パジャマの上にスーツを着て朝、出勤してしまったこともあるあわて者である。それがどういうわけか、このときは自分でも意外なほど落ち着いていた。驚きはしたが我が身のことは信じられなかったのだ。体はまだピンピンしていた。異変を感じるとはいえかすかだし、日課としていた早朝の10km以上のランニングも続けていた。体力には自信があった。だから、ぼんやりと他人事のように、退職の段取りをあれこれと考えていた。

次号へ続く

できた!! 報告会 No.34 「そうだイオンに行こう」

昨年の2月に怪我をして入院し、手術の次の日からリハビリがはじまりました。

リハビリに取り組むときは「目標をもつと良いよ」とアドバイスをもらったため、毎日のように行っていた「イオンまで歩けるようになる」を目標にしました。退院して、訪問リハビリも週2日受けはじめて1カ月後…イオンに行きました!

久しぶりに外に出たので夢中でしたが、行きは外歩きを楽しみ、帰りは足の痛みと疲れと戦いながら心の内で「ガンバレ容子」と言いながら歩きました。

我が家にたどり着いた時は、体の痛みと歩けた安堵感でホッとしました。

「やった! イオンに行けた! 頑張った私!」

これからもリハビリに励んでひとりでも歩いてイオンに行けるよう頑張ります!



できた!! 報告会 No.35 「編み物の再開」



昔から編み物は好きでしたが、入院してからは出来ないと思ってやらずにいました。退院からしばらく経ち、座る練習を頑張り、座れる時間も長くなってきた頃、娘から「編み物やってみたら?」と声をかけてもらったことをキッカケに再開しました! 今は1日1つを目標に作っています。必要な人にあげた時の喜んだ姿を見るのが楽しみになっています!



ペットボトルのフタを開ける時や、コースター等に使える便利グッズです。