

## 新型コロナウイルス感染拡大防止策と 面会禁止中のビデオ通話サービスについて

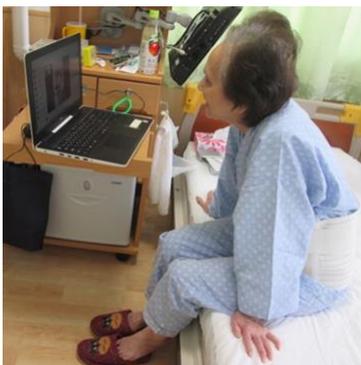
今年は新型コロナウイルス感染症の蔓延が、世界的に大きな問題となっております。

三好病院でも玄関前での検温や各医療機器や物品の消毒など感染対策を徹底しております。また3月9日(月)からは、入院患者様に対し面会禁止を開始いたしました。入院されている患者様やご家族様におかれましては、断腸の思いとお察しいたします。ご不便をおかけいたしました、申し訳ございません。

そこで当院では患者様とご家族様、スタッフとのコミュニケーションが図れる場として『ビデオ通話サービス』を始めました。不安やストレスに駆られる中、ご家族とのビデオ通話では患者様に笑顔がみられることが多く、改めてご家族の大切さを感じております。またスタッフ手作りのマスク、フェイスシールド、防護服を準備するなど、予想される第2波に備えて、法人全体で感染防止対策に取り組んでおります。

まだまだ、落ち着く状況ではありませんが、引き続き感染対策への柔軟な対応に務めていきたいと思っております。

今後ともご理解とご協力を賜りますようよろしくお願いいたします。



## 令和2年度入社式が開催されました

4月1日(水)令和2年度入社式が開催され、新たに8名の新社会人が当法人に入職いたしました。新鮮で活気に満ちた新人スタッフと働けることは、職員にとって楽しみであり、新しい風に期待を膨らませております。

当法人の理念を理解し、一丸となって良質な医療が提供出来るよう研修を重ね、職員一同研鑽に努めてまいります。



## 嚥下内視鏡 (VE) 検査を始めました

5月より城彩会歯科の歯科医師に依頼し、<sup>えんげ</sup>嚥下内視鏡 (VE) 検査ができるようになりました。VE検査とは、鼻腔から細いファイバースコープを挿入し、<sup>いんとう</sup>咽頭部の形や動きの状態を直視下で観察し、患者様がうまく飲み込みが出来るかをチェックする検査です。

普段目には見えない部分をカメラで確認することで、リハビリの治療にも活かされ、現在の食事内容の適性や吸引の必要度などを考慮するための指標となります。

お問い合わせは、地域連携室 (☎06-6709-3456) まで。



## 通所リハで園芸療法がスタートしました

5月から通所リハビリで園芸療法を始めました。



利用者様より園芸の知識を教えて頂きながら、準備段階より一緒に取り組むことができました。



ひまわり、朝顔などの夏の花、なすやオクラなど野菜を植えました。スタッフや利用者様同士の交流や手を

動かしながら、立ったまま動作を行う事で、心身共にリハビリを行うことができます。みなさんと収穫する日が楽しみです。

## 自宅でできるトレーニングメニューを郵送

新型コロナウイルスの影響で、通所リハビリの利用を一時休止される利用者様がいらっしゃいました。そこで利用を再開される時に、元気なお姿でお会いしたいとの思いから、健康の維持・向上を目的とし、一人一人の痛み・悩み改善に合わせた運動メニューを作成し、お手紙と一緒に郵送しました。

利用者様からは、喜びのお言葉や近況報告のお電話、利用再開時には直接たくさんのお声を聞かせて頂きました。今後とも、皆様の笑顔と健康を守れるようスタッフ一同努めてまいります。

**自主トレーニングメニュー**

※ストレッチ※

～肩回し～  
手を肩の上に置き、肘で円を描くように大きく回す。  
回数：10回

～足の裏～  
手を片足を伸ばし、膝を前にゆっくりに倒す。  
回数：15～20秒 2回

※床に座って行う方法  
足にタオルを掛け、膝を後ろに倒す。

太ももの筋肉を伸ばす運動  
方法：椅子に座って両足を伸ばし、膝を曲げたまま太ももを上げる。  
回数：右足 10回  
左足 10回

膝の曲げ伸ばし運動  
方法：椅子に座って両足を伸ばし、片方の足を曲げて伸ばし、片方を伸ばす。  
回数：右足 10回  
左足 10回

腹式呼吸  
方法：息を吐く時に両腕をへこませ、息を吸う時に両腕を膨らませる。  
回数：10回

両膝を閉じる運動  
方法：仰向けに寝て両膝を閉じる。はたき足を開く方向へ力を入れる。  
回数：10回

お尻を上げる運動  
方法：膝を曲げてお尻を上げる。  
回数：10回

つま先上げかかと上げ  
方法：膝を曲げたままつま先上げかかと上げ。つま先上げ下げ。つま先上げ下げ。つま先上げ下げ。  
回数：10回  
210回

※お尻を上げるときに、息を吐きながら、つま先上げかかと上げを繰り返す。



## 通所リハの新しい相談員です！



宇多崇浩

1日でも早く皆様に、信頼されるよう努力して参りますので、これからも三好病院通所リハビリテーションを宜しくお願い致します。



## 医療と健康コラム

### 「足指じゃんけん」

足裏には体を支えバランスを保つのに重要なセンサー機能があることをご存じですか？

外出や運動機会が減ると同時に、そのセンサー機能も低下し、ふらつきや転倒へつながってしまいます。「足指じゃんけん」を行う効果として筋力向上、ストレッチ、血流(冷え性・むくみ)改善があります。足指や足裏に刺激を促すことで立つ姿勢や歩くといった動作を安定させ、転倒予防にも繋がります。

他にも、運動には食欲増進と共に免疫力アップ、精神的リフレッシュと良い効果が期待できます。この運動は、テレビをみながらでも行える運動ですので、ぜひ継続して行ってください。

新垣拓哉 (当院理学療法士)



※足指をゆっくり大きく動かして下さい。

## 看護師が退院後訪問に取り組んでいます

入院患者様が入院中に退院後の生活をイメージするには限界があります。そこで院内の看護師が退院後に自宅訪問をすることで、自宅に戻られてからの必要な支援や多職種との調整の質を高めることができると考えています。具体的には、ケアマネとの連絡調整、家族様への指導（胃ろう管理など）、家屋調査、往診医や訪問看護師の調整など多岐にわたります。ご自宅が平野区以外の場合は、地域を越えての調整となります。

三好病院では、この取り組みを強化することで、患者様を病院だけではなく、地域で支援していく体制作りの一翼を担っていきたいと考えています。

### こんにちは！三好病院 地域連携室です

私たち地域連携室は、患者様の入退院の支援や外来患者様の他院への紹介などを主な役割としています。入院時には、治療や入院生活のなかでの困りごとを一緒に解決させていただきます。また退院時は、介護保険制度など各種必要な制度の利用など地域でその人らしく生活できるようお手伝いをいたします。地域のクリニックや施設、ケアマネジャーからのレスパイト入院も受け入れています。

当院の患者様に限らず、地域で医療・介護に関わる困りごとがある場合は気軽にお声掛けください。



塩月 藤本 伊原

■ TEL : (06) 6709-3456(直通)

■ FAX : (06) 6718-5153

■ 月曜～金曜 9時～17時

土曜 9時～13時（日祝は休み）