

# 信愛之友

特集

回復期

リハビリテーション

社会福祉法人 信愛報恩会 2019年 冬号 WINTER No.644

## 「しんあいリハビリテーション事始め」

信愛報恩会理事長 桑名 齊



リハビリテーション（以下 リハビリ）医学は、古くは発掘された古代の戦士の骨折した手足に棒が結わえられてあったことや、近代では第二次世界大戦中のアメリカにおいて急速の進歩を遂げたことから分かるように、負傷兵を早く治して再び戦場へ送るという目的のもとに発展してきたのであります。

さて、1963年ごろから生活習慣病（当時は成人病）の増加にともない、信愛病院には脳卒中やその後遺障害の患者さんが多く、重い障害の残った人たちが長期入院を余儀なくされておりました。他の病院からの紹介も自宅へ退院できないケースが多く、たちまち

当院のベッドは満床になり、病棟には寝たきりの患者さんや食事が摂れず、肺炎や床ずれなどの合併症のために点滴が必要な患者さんがあふれておりました。いわゆる、のちに社会的入院の老人病院と非難されるような状況に陥ったのです。そこで、医療よりも介護が必要で家に帰れない患者さんのために1970年（昭和45年）4月、特別養護老人ホーム「信愛の園」（当時100床）を開設しました。しかし、ここもすぐに一杯になり、病院の寝たきり患者さんが減ることにはつながりませんでした。そして1972年、病院改善計画に関する職員集会が行われました（同年、看護婦養成制度も開始）。翌1973年の夏、当時の病院幹部らは、日本のリハビリの先達であった中伊豆温泉病院の施設を見学、病院のこれからについて議論をかわしたのです。

この間1973年10月には成人病センターが落成、心血管造影装置をそろえました。そして1975年9月にはリハビリセンターをつくり、当時としては全国でも数少ないリハビリ医療導入に踏み切りました。続いて1981年には脳神経外科を開設、X線CTや脳外科手術器具も買いそろえて脳卒中センター開設の期待を抱きました。しかし、残念ながらどちらも実現には至らず、周辺の病院に後れをとってしまいました。

それでも、リハビリの多くの人材、訓練室や器具などは残ったので、リハビリを続けることができたことは幸いでした。

当時は、ほとんどが脳卒中後のリハビリだけでしたが、高齢社会にもなう骨折や手術後、さらに食事に関する摂食嚥下や、がん、呼吸器や心臓、その他ほとんどの疾患に対して、生活の質（QOL）を高めるためのリハビリへと変化してきました。国も、急性期だけでなく、回復期や維持期から生活まで一貫したものを想定して、できるだけ早く病院から在宅に戻れることを、リハビリの最大の目標と考えるようになったのです。

リハビリにより完全に元通りにはならないにしても、現状より少しでも改善し、よりよい人生が送れるよう、皆さんとともに歩んでいくことができる喜びを分かち合いたいと願います。これからもリハビリに力を注いでまいります。



# 特集

## 回復期 リハビリテーション

### 回復期リハビリテーションとは？

リハビリテーションは、急性期・回復期・生活期（維持期）の三期に分けられます（下図）。そのうち今回の特集では、回復期リハビリテーションをご紹介します。

回復期リハビリテーションでは、脳卒中や大腿骨骨折などの急性期治療を受けられた患者さまに対して、運動能力や日常生活動作の向上により家庭復帰や職場復帰を目指したりリハビリテーションを行っています。

このようなりハビリテーションを行う専門病棟が回復期リハビリテーション病棟で、複数の専門職が共同で、各患者さまに合ったプ



### 急性期

許す限り早期にリハビリを開始し、寝たきりの原因となる廃用症候群にならないための予防を中心としたリハビリを行います

### 回復期

日常生活動作の能力向上や家庭復帰や職場復帰を目指したりリハビリを集中的に行います

### 生活期（維持期）

通所リハ・外来リハ・訪問リハなどを通して、機能や生活の質の維持・向上、寝たきり防止などを目的にリハビリを行います

### 入院の対象となる方（入院期間）

対象患者	発症からの入院	入院期限
脳血管疾患、脊髄損傷、頭部外傷、くも膜下出血のシャント手術後、脳腫瘍、脳炎、急性脳症、脊髄炎、多発性神経炎、多発性硬化症、脳神経損傷叢損傷等の発症後もしくは手術後、又は義肢装着訓練を要する状態	2ヶ月以内	150日
高次脳機能障害を伴った重症脳血管障害、重度の頸髄損傷及び頭部外傷を含む多部位外傷	2ヶ月以内	180日
大腿骨、骨盤、脊椎、股関節もしくは膝関節の骨折、又は2肢以上の多発骨折の発症後、又は手術後	2ヶ月以内	90日
外科手術又は肺炎等の治療時の安静により廃用症候群を有しており、手術後または発症後	2ヶ月以内	90日
大腿骨、骨盤、脊椎、股関節又は膝関節の神経、筋又は靭帯損傷後	1ヶ月以内	60日
股関節又は膝関節の置換術後の状態	1ヶ月以内	90日

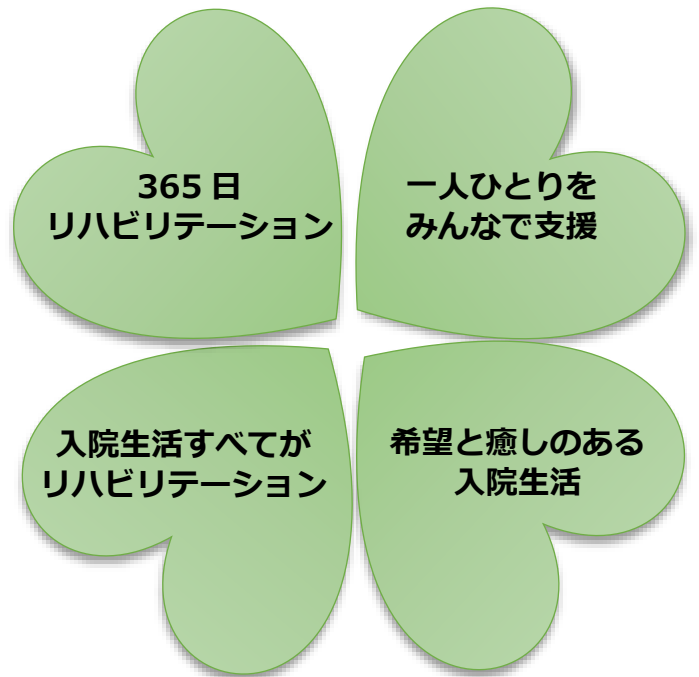
プログラムを作成し、計画的にリハビリテーションを行っています。入院したその日から自宅退院を目標に日曜日や祝日なく訓練を行い機能改善を図ります。医師・看護師・介護スタッフ・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・医療ソーシャルワーカー・管理栄養士・薬剤師・音楽療法士などがチームとして連携をして質の高い訓練プ

プログラムを提供し、また退院後の生活面での利便性の向上を図り、患者さま自身が自立した生活を送れるように支援します。  
**入院の対象となる方**  
回復期リハビリテーション病棟では、希望があれば誰でも入院できるといわけではなく、入院

できる疾患や発症から入院までの日数が決まっています。また、入院できる期限も疾患によって決まっています（左記表）。回復期リハビリテーション病棟への入院を希望される場合は、患者サポートセンター（042-491-3211）にご相談ください。



## あなたの未来と手をつなぐために



### ① 365日

#### リハビリテーション

365日、日曜日・祝日なども関係なく、リハビリテーションを行い、集中的なりハビリで早期の機能回復を目指します。実際のリハビリテーションは、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が、患者さま一人ひとりに合わせて、マンツーマンでリハビリテーションを行います。

### ② 入院生活すべてが

#### リハビリテーション

食事、トイレ、着替え、入浴、歯磨きなど、病院での生活そのものが、家庭復帰というゴールに向けての訓練となります。機能訓練で獲得した動作を、日常生活を通して病棟内で繰り返し、患者さまの能力向上を目指します。安心して家庭での生活が出来るよう、スタッフ一同サポートしていきます。

### ③ 一人ひとりをみんなで支援

各専門職が密な連携を図り、リハビリテーションの計画を立て、患者さま一人ひとりに合わせたサービスを提供します。

ご家族もチームの一員です。患者さまを中心にチーム一丸となつて、リハビリに取り組むことが早期の社会復帰に繋がります。

また、機能改善の程度を評価するために定期的にカンファレンスを開き、患者さまにとって一番よい援助方法を考えてケアを行います。

### ④ 希望と癒しのある入院生活

リハビリ以外の時間には、土曜コンサートなど、様々なイベントや活動に参加していただくことで、リラクゼーションや他者との



交流などの楽しみを提供します。また音楽療法、アニマルセラピー、アロマセラピーなども行っています。

### 退院後のフォロー

家庭での生活を具体的に評価する為、ご家族・ケアマネージャー等を交え、退院前にスタッフがご自宅を訪問し、家屋改修・福祉用具の検討を行います。

また、退院後も安心して生活が送れるように、生活期リハビリテーションの継続方法や自宅でのケア等のご相談に応じます。







# ～共に歩む～

このページでは、信愛報恩会のスタッフやボランティアさんをご紹介していきたいと思  
います。今回は信愛病院のリハビリテーション科をご紹介します。



科長 三上彩子

こんにちは。信愛病院のリハビリテーション科です。外来～入院、訪問と  
様々な方のニーズにあわせて、リハビリテーションを行っています。PT、  
OT、ST と 37名のスタッフと共に皆様の生活のサポートをしています。

## 理学療法 (PT)

●理学療法士 19名 (非常勤含む)



理学療法では、運動療法をはじめとした各種の治療、  
身の回りの動作や家庭での生活指導等を行います。  
◇ 広い訓練室を生かし、マット上の動作から屋外歩  
行まで、様々なリハビリテーションを行っていま  
す  
◇ 物理療法も行っています。温熱・電気・牽引等を  
用いて痛みの緩和や循環の改善を促します

## 作業療法 (OT)

●作業療法士 10名

作業療法では、いろいろな作業や活動を通してリハビ  
リテーションを行います。

- ◇ 食事・更衣・排泄・入浴等の身の回りの動作や買  
い物・家事等の動作の獲得をめざして、練習や機  
能訓練を行います
- ◇ 手工芸・ゲーム等の活動を通して、生活に必要な  
動作や機能の改善をめざします



## 言語聴覚療法 (ST)

●言語聴覚士 8名 (非常勤含む)

言語聴覚療法では、下記のはたらきについて訓練や環境  
調整等を通して日常生活ができるだけ円滑に送れるよう  
援助しています。

- ◇ 発音や発声・言葉の操作・きこえ等のコミュニケー  
ション機能
- ◇ 注意力・記憶・行為・見たものの認識や空間のとら  
え方・行動の計画実行等の高次脳機能
- ◇ 食べること、飲み込むこと等の嚥下機能



# 信愛報恩会お知らせ



院長いいね！賞

常務理事いいね！賞

匿名様

岩谷 甫香様



「シンプルで季節感があってよいです。」



「ほっこり、アツタカイ 雰囲気が Good!」

第5回絵手紙  
コンテスト  
「いいね賞」  
発表

## 信愛のぞみの郷「あったか祭」を開催しました！！

11月25日（日）のあったか祭では天候にも恵まれ、多くの利用者様や地域の皆様にお越し頂くことが出来ました。開催するにあたり、ボランティアとして地域の皆様にもご協力を頂きました。ありがとうございました。



看護部長いいね！賞

理事長いいね！賞

大内 慧子様

吉成 武子様

「この『ひょうたん』の中にはどんな素敵な世界があるのでしょうか。覗いてみたくなりました。」



「絵がうまい。」

## 人事異動報告

「信愛病院」

1月5日付 牧野 哲也医師が入職





### ◇心不全を知っていますか？

今回は心不全について説明してみたいと思います。さて、心不全とはなんでしょうか？

心不全とは、心臓の力が弱って全身に血液を送ることができなくなったために、身体の調子が悪くなっている状態です。心臓の機能が弱るために、悪い場合は命に関わる場合があります。また高齢者に多い病気のため、最近では心不全が増加傾向にあります。

心不全の症状は、坂道で少し動くと息切れがして苦しくなる。動悸がする。胸が痛く苦しくなる。夜中にセキがでたり、苦しくて眠れない。足や顔のむくみ。なんとなくだるい。などの症状が続くようになります。

### ◇心不全の原因

心臓の力が弱る原因で多いのは、狭心症や心筋梗塞などの心臓の血管が詰まる病気です。狭心症や心筋梗塞は、動脈硬化のために起きる病気です。動脈硬化は全身の血管が硬くなり詰まりやすくなる状態です。動脈硬化は、年齢による変化や高血圧や糖尿病、コレステロールの値が高いなどによってひどくなります。

また、その他の心不全の原因で多いものは、弁膜症と言う病気です。弁膜症は心臓の弁（扉）が壊れて心臓が弱る病気です。以前は弁膜症が原因の心不全が多かったのですが、最近では動脈硬化が原因のことが多くなってい

**「心不全チェック」**

思い当たる症状を✓してみましょう

- 階段や坂道を歩くと息切れがする
- 夜中に咳が出たり、苦しくて眠れない
- 足や顔がむくむ。
- 食欲が落ちてきた。
- 体重が急に増えてきた。(2~3 キロ以上)
- 手足が冷たい。
- 横になると苦しくなる (起きると楽になる)

上記のような症状がある場合は、医師に相談をしてみましょう。

### 「心不全予防」

- 禁煙
- 適度な運動  
→バスに乗っていた代わりに歩いたり、自転車に乗る エレベーターやエスカレーターを使わず、階段を使うなど
- 十分な睡眠
- バランスの取れた食事
- ストレス管理



ます。弁膜症がひどい場合は悪くなった弁を取り替える手術を行います。

診察して心不全を疑った場合は、心電図や胸のレントゲン写真、採血検査を行い、心不全かどうかを判断します。

心不全の治療は、具合の悪い心臓を休めてあげることが目標になります。まず、身体を安静にして、心臓を休めてあげます。次に、心不全の時は水分や塩分のとりすぎはいけないので食事や水分に気をつけます。そして心臓を助けてあげる薬を使います。心不全がひどい場合は入院して酸素や点滴で治療を行います。

心不全の患者さんの日頃の注意は、まずは安静、水分を控えること、塩分を控えること、きちんとお薬をのむことになります。心臓が回復してきたら軽い運動をすることは良いことです。でも、あまり頑張らないで生活しましょう。

### ◇心不全にならないために

心不全にならないためには動脈硬化をひどくしないことです。しかし動脈硬化は血管の老化現象と言われており、完全に予防することができません。なんとか動脈硬化を進めないためには、禁煙と健康的な生活（適度な運動、十分な睡眠、バランスのとれた食事、ストレス管理など）、高血圧や糖尿病の治療、コレステロールの治療になります。





# 100年時代を生きる



## 「百年区切りで眺めてみれば」

このコラムも最終回。そこで、長くも短くも感じるこの「100年（間）」を一区切りにして、現れる登場人物とともに眺めてみたいと思います。

私は昭和24年、1949年生まれ。同年生まれの著名人には、村上春樹、矢沢永吉、ビリー・ジョエルなど、現在も活躍中の方々が。そしてそこから100年前に遡り、つまり、1849年に亡くなった有名人を挙げてみますと、葛飾北斎とフレデリック・ショパンがいます。どうでしょう、こうして100年単位でみると、歴史上の人物をととても身近に感じます。「人生50年」といわれた江戸時代に、数えて90歳の最晩年まで精力的に画業を尽くした北斎。「ピアノの詩人」としてその楽曲が、現在でも多くの人々に親しまれているショパン。また今年、2019年の100年前(1919年)生まれには、ナット・キング・コール、やなせたかし、と私も時代を共にした人々がいる一

方、その年亡くなった著名人には、松井須磨子やルノワールなどの名前があります。

こうして振り返ると、絵画や音楽など芸術作品が、100年も200年も超えて今の私たちの人生に潤いを与えてくれていることがわかります。

古稀を迎える私はいま、過去の偉大な作曲家、画家、文学者の作品に触れるとともに、映画という近代芸術を黒澤や小津作品などを通して楽しんでいきます。これからあと100年後の2119年、村上春樹やカンヌ受賞の是枝監督などの作品群、そしてビリー・ジョエルやビートルズのナンバーなどが、その時代に生きる人々の「人生の糧」として、輝き続けていると思うとなんだかワクワクします。

鏡 勉 (信愛報恩会常務理事／認知症予防専門士)



音楽の美は、その一瞬の短さにおいて生命に似ている。 ～三島由紀夫～

本日の音楽利用法は、「**最期の音楽**」



### ① 音楽は心の中で音楽になる

音は、自然界では「音波」として存在しています。音は波となって伝わり、私たちの聴覚を通して、音として伝わります。そして、音の様々な組み合わせによって、人間は音の結晶を「音楽」として認識します。「音楽」は、記憶や感覚などに影響し、人間は感情が動きます。つまり、「音楽は心の中で音楽」になるのです。

### ② 最期に聴く音楽とは・・・



「聴覚」は五感の中で最後まで残ると言われており、いくつかの研究でも、証明されています。最期の時が近づくと、まぶたを開けたり、うなずいたり反応することは難しくなってきますが、その方の大切な音楽が流れると、呼吸が安定したり、涙を流すことがあります。その姿を見て、聞こえているのではないかと家族は思います。

残念ながら、その音楽がどうなのか感想を聞くことはできませんが、音楽が最期までであることによって、ご家族の悲しみをやわらげるサポートとなることがあります。

私は最期の時、子供達の泣き声ではなく、子供達の歌声が聴きたいと思います。

北川 美歩 (信愛報恩会 音楽療法士)



## 「神共にいまして」

牧師 竹前 治

「『見よ、あどめが身こもって男の子を産む。その名はインマヌエルと呼ばれる。』この名は、『神は我々と共におられる』という意味である。」  
(マタイによる福音書1:23)

皆さんにとってクリスマスとはどのような意味があるのかを考えたことがありますか？クリスマスというサンタさんが来て、プレゼントがいただける。またはケーキを食べる。大切な人と過ごす日などだと思います。ですが、クリスマスの本当の意味はクリスマスに分けて考えます。クリスマスとはキリ

### 「礼拝のご案内」

主日礼拝 日曜日  
○信愛病院 外来ロビー  
9:20～  
○教会礼拝堂 10:30～

正午礼拝 木曜日  
○教会礼拝堂 12:35～  
※礼拝はどなたでも参加できます。

ストを意味します。キリストとはメシア、救い主という意味です。ではマスとはなんでしょう。マスとは礼拝と言う意味です。ですから、クリスマスとは救い主を礼拝するという意味なのです。なぜ救い主を礼拝するのか、それは救い主は神様からのプレゼントだからです。この世には様々な事があります。喜び、悲しみ、苦しみ、どのような時においても神様はあなたと共にいますという喜びの知らせなのです。

## チャプレンだより

多くの方々のお祈りと神様の召しにより、日本基督教団の正教師(通称牧師)として按手礼(あんしゅれい・正教師任職式)において受按頂きました。心より感謝致します。「按手」とはイエスの時代から続く「手を置くこと」を意味し、聖霊の注ぎと神様の賜物の授与を示す象徴として祈りと共になされ、按手を受ける事によって正式に牧師になります。この大切な按手礼の日に、私の出席教会(教区外)の行事と重なってしまい、教会の方々に按手礼に来て頂けなくなり、この事態を大変悲しんでおりました。

この状況を「寂しいです」と、清戸の里の聖書と賛美の会でお話しますと、九十歳半ばの信徒の方が「その方が輝けますよ！」と笑顔で仰られました。この信仰の大先輩の深いある素敵な一言に、一瞬にして私のたましいが輝き励まされました。

按手礼当日、多くの先輩牧師から力強い按手を受け、その重みに深く感動しました。当法人の鑑常務理事をはじめ、思いがけず清瀬信愛教会の方々や当院の看護師さんも来て下さり、神様は私の思いを超えて祝福を備えて下さっていました。

今年からは正教師(牧師)として、神様の御用を成すため、皆様と共に輝きたいと思えます。

(チャプレン 今村 愛喜)

編集 後記

## 信望愛

AI(人工知能)化が進むことで、仕事がなくなる人がたくさん出る。そんな記事をよく目にする。「自分の仕事がなくなりそうで不安です。」そういう声をよく聞く。本当にそうなるだろうか？

人生はとても短い。人生100年時代と言っても、やはりあつという間である。あつという間の人生なら、その時しかできないことをしたいと思う。今を生きる。そう願ったときに、誰でもできる仕事をしたと思うだろうか？今を精一杯生きようとしたとき、誰でもできる仕事はAIに任せよう。そのときほくらの仕事がなくなるわけではない。

自分らしい仕事だけが残る。人と人が出会わないとできないような仕事が残る。だから医療・介護の世界はおもしろい。これからもっとおもしろくなる。自分でなくてよいものはすべてAIにまかせ、ほんとうに楽しい仕事をしよう。(石尾)

社会福祉法人 信愛報恩会

〒204-0024  
東京都清瀬市梅園 2-5-9  
TEL 042-433-4300  
FAX 042-433-4301  
honbuad@shin-ai.or.jp

編集発行人：鑑 勉  
信愛の友編集委員会  
次号は、4月後半予定  
※信愛報恩会創立110周年  
記念の特別号となります。