

ちゅうざん



「ちゅうざん病院」は沖縄市松本にあるリハビリテーション専門病院です

令和5年度 新入職オリエンテーション

看護部長 浜里まゆみ

新年度を迎え、当院では39名の新しい職員が仲間入りしました。昨年は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を鑑み、在宅でオンラインによるオリエンテーションを実施しましたが、今年度は2年振りに集合でのオリエンテーション開催を実施することができました。1日目、入社式から始まり、病院の理念や基本方針、当院の役割、チーム医療、各職種の役割を学びました。新入職者の約8割が社会人経験のない新卒者であり、社会人において「主体性が重要であること」「質問する勇気をもつこと」「報告・連絡・相談ができる人になること」を意識し、チームの一員としてたくさん学び、経験を積むように各講師が熱いメッセージを送りました。2日目は、病院の設備、接遇や身だしなみ、感染対策についての講義を行い、職業人として倫理観や感染管理の大切さを伝えました。3日目の医療安全では、患者様の安全を守るために、危険予知トレーニングをグループワークにて実施し、事故対策についての意識を高める内容となりました。4日目は、39名が3つのグループに分かれ、病院案内・感染対策（ガウン・マスク・手袋の着脱実技）・BLS（一次救命処置）心肺蘇生法の実技をローテーションで学びました。

看護師、介護士、療法士、医療相談員、栄養士など職種は様々ですが、4日間のオリエンテーションを終え、グループワークなどで交流を通し、チーム医療を行うなかでのチームワークの大切さを学んだと思います。今後、病院全体で大切に育て、大きく成長してくれることを期待しています。





情熱！エキスパート！

Q1. 看護師になろうと思ったきっかけを教えてください

親の勧めです。自分をよく知る親が言う事だったので、チャレンジしてもいいかなと思い目指しました。正直、自分自身病院が嫌いで、小さいころから「病院は何をされるかわからない怖い場所」というふうに認識していました。そんな自分が今、病院で働いているのはおもしろいなと感じますね。

Q2. 患者様を看護していく中で一番意識していることを教えてください

患者さんの気持ちになって考えることです。業務が忙しく忘れがちなことですが、患者さんの想いをしっかり聞いて、それができるように多職種などに働きかけたりするなど、患者さんの気持ちや想いを一番に考えて業務していくことを意識しています。

Q3. 趣味や仕事以外に興味があることを教えてください

車が好きです。乗るのも見るのも好きです。ジャンル問わず好きですが、特に80年代～90年代の国産スポーツカーに興味があります。自分の車も、毎回自分で洗車してキレイを維持しています。洗車してキレイになった愛車でドライブするのがサイコーですね。

Q4. 働いている中で一番やりがいを感じる時はどのような時ですか？

普通かもしれませんが、ありがとうと言われた時です。普段の業務の中で患者さんに言われると、この仕事をやっていて良かったなと感じます。他にも、患者さんが今まで出来なかったことが出来るようになるのを見た時にも、この病院に勤めて良かったと感じます。

<プロフィール>

名前：比嘉太志（ひがたいし）
出身校：ぐしかわ看護専門学校
趣味：ドライブ



【病院紹介】

ちゅうぎん病院は、昭和59年に沖縄ではじめてリハビリテーション病院として開設され、現在では回復期病床216床を有するリハビリテーション専門病院として、高齢者や、障がい者の人たちが、安心して生活できるような、医療・介護を提供しています。

スタッフのチームワークと熱意によって身体の障害、あるいは慢性疾患を持った患者様により良い心の通い合う医療をモットーに専門的なりハビリテーション、看護・介護を行い、患者様の社会復帰家庭復帰を目指しています。

<アクセス・問い合わせ>

〒904-2151 沖縄県沖縄市松本 6-2-1 TEL:(098)982-1346

【編集後記】

4月は新入職員も入り、さらに活気のあるリハビリテーション病院となりました。今年度も「広報誌ちゅうぎん」では様々な情報を発信していきます。よろしく願いいたします。（中山）

発行責任者：田島 文博

編集長：千知岩伸匡

編集員：中山雄稀、前田ひかり



ドクターズ・リレーコラム

第6回 野川 裕史 医師

「リハビリテーション科の専門性」

「リハビリテーション科医って何をしているんですか？」大学病院勤務時に学生さんや研修医の先生からよく受けた質問です。リハビリテーション科を目指す医師は年々増えてきており、広島大学病院でも新入局者数8人と多くなっていますが、世間的にはまだよく知られていないのが現状だと思います。消化器の先生は消化器を、呼吸器の先生は呼吸器を、眼科の先生は眼を専門にみえています。ではリハビリテーション科医は何を専門にみえているのでしょうか。

そもそもリハビリテーションの語源はラテン語のRe(再び)+habilis(適した)から来ており、再適合化、原状回復などと訳されます。欧州では他にも「権利の回復」、「犯罪者の社会復帰」、「協会破門の取消」等の意味も含

み幅広い分野で用いられます。日本ではリハビリテーション医学会が3つのキーワードを提唱しており、①機能を回復する、②障害を克服する、③活動を育む、となっています。これらのことから分かるようにリハビリテーション科医は患者さんの機能、障害をみることを専門としているのです。多くの患者さんは入院期間よりも退院後の生活の方が長く、疾患外傷の治療はもちろんですが、どこまで機能を回復できるか、障害をどう克服するか、どういった生活を送っていくかは非常に重要です。私たち医師だけでなく医療従事者の皆様には是非、疾患ベースの考え方にプラスして機能や障害といった面からもアプローチして頂きたいと思います。

<ドクタープロフィール>

野川 裕史(のがわ ひろふみ)

専門分野:リハビリテーション医学

所属:広島大学リハビリテーション科

現在ちゅうざん病院に勤務



教えて管理栄養士さん

管理栄養士 平良 康子

「お米のお話」

日本人は昔からお米を主食として食べていますが、農林水産省の報告では年々摂取量が減っていると情報があります。また、近年はダイエットで糖質制限のためお米を控えている方もいらっしゃいます。今回お米の栄養について情報をお届けしたいと思います。

○お米の栄養について

お米の主な成分は炭水化物です。これは生きるために欠かせないエネルギー源です。また、からだをつくるたんぱく質、体の調子を整えるビタミン・ミネラルなども含まれています。



○白米と玄米

お米の外皮は「米」に健康の「康」と書いて「糠」といい、栄養が詰まっています。精米度合いで、白米→7分つき米→5分つき米→3分つき米→玄米となり、玄米に近いほど栄養料が高くなります。特に糖質の代謝に欠かせないビタミン B1 が豊富に含まれているので、他の淡水化物より効率よくエネルギーとして利用しやすくなります。玄米が固くて苦手な方は、押し麦や雑穀などを足すとビタミンやミネラルを強化し栄養アップすることができます。



お米で日本を元気に！～お米・米粉の魅力～ 引用

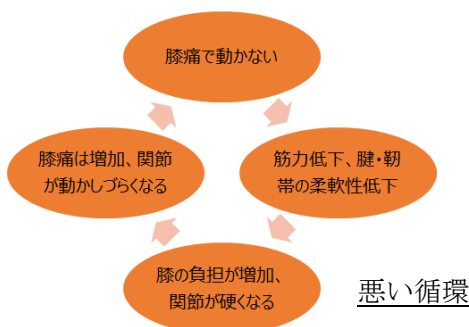


セラピスト・健康講座

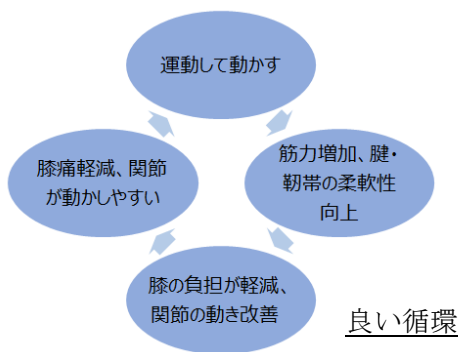
理学療法士 宮城拓也

「加齢に伴い、膝の痛みにお悩みはないですか？」

「足に体重をかけると膝が痛い」「膝の曲げ伸ばしでギシギシする」といった経験はないですか？変形性膝関節症は早期予防することで、発症や進行を防ぐ事出来ます。変形性膝関節症は、いわゆる退行変性疾患と言われ、加齢に伴い膝の軟骨が少しずつ減少し、関節の変形や骨が擦れ痛みが出現することで、歩きにくくなるなど生活で困ったことが多くなる疾患です。症状としては、「膝の痛み」や「膝に水が溜まる」、「こわばり」などが生じます。変形性膝関節症の発症と進行の危険因子には、加齢、女性、肥満、職業(重量物を持つ仕事)などが挙げられます。



この疾患の予防や進行を緩やかにするためには、①日常生活指導(減量、負荷のかかる動作の回避、杖の使用 etc.)、②運動療法(筋力増強運動、有酸素運動、ストレッチ)、③装具療法(膝装具、インソール)などの手段があります。中でも、大腿四頭筋(太ももの前の筋肉)の筋力増強、大腿四頭筋・ハムストリングス(太ももの裏の筋肉)のストレッチ、体重減量のための有酸素運動が推奨されており、膝関節痛の緩和や歩行の改善によく行われています。変形性膝関節症は、変形があっても必ずしも痛みを伴うわけではありません。日頃の適度な運動や環境・生活の工夫で、膝へかかる負担を減らし各々の生活の質を高めていきましょう。



部署の取り組み紹介

看護部 浜里まゆみ 部長

「看護部の取り組み紹介」

当院の看護部は、看護師 98 名、准看護師 8 名、介護福祉士 12 名、介護士 20 名の合計 140 名が在籍しています。看護部の理念として、患者様の主体性・自立性に基づいた自己決定を尊重し、生活機能の回復と QOL の向上を目指した看護・介護を提供することとしています。急性期での治療を終え、当院で集中的なリハビリテーション治療を受ける上で、疾患のリスク管理、合併症予防、自立を目指した身の回りのお世話、精神的な支え、在宅復帰に向けた支援を行う看護師の役割は非常に重要です。

看護部では、リハビリテーションで獲得した「できる動作」を、実際に生活の場で「している動作」に近

づけるためにはどうしたらいいか、在宅で患者様が望む生活になるにはどうしたらいいか、「考えるリハビリテーション看護」を実施しています。そのなかで、年々新入職員も増えており、「教育」が重要となります。看護師の経験度に区分けをして、集合研修や実技・グループワークによる意見交換などを行い、新人も先輩も一緒に育つ「共育」に取り組んでいます。また、今年度より「急変時の対応の教育」に特化したチームを結成し、新人も急変時に対応できることを目標に教育計画を立てています。当院の基本方針である「患者様のために」を第一に今後も看護師の教育に取り組んでいきます。

