医療法人喬成会　花川病院　広報誌

つながる手と手

～はなかわからのメッセージ～

第７号

もくじ

●院長就任のご挨拶
●第 13 回　石狩リハビリテーション・地域連携懇話会
●感謝祭のご報告
●いしかり医療と福祉のまちづくりフェスタのご報告
●出張講座 in 高齢者クラブ　憩会＆新琴似6番通り第3町内会
●「はなカフェ」のご案内
●くろ散歩　ご近所さん訪問～石狩市民文化祭～
●「つるし雛プロジェクト」第 1 号が完成しました

●平成 27 年 11 月 12 日発行　●発行人：憲克彦　●編集長：金子宏美　●企画・製作：花川病院地域連携相談センター
医療法人喬成会花川病院　〒061-3207　石狩市花川南 7 条 5 丁目 2 番地　代表電話（0133）73-5311
花川病院ホームページ　http://www.hanakawa-kyouseikai.or.jp/

院長就任のご挨拶

10 月 1 日就任
憲 克彦（のり かつひこ）院長

当院は 1982 年、当時まだ石狩町であったこの地に“高齢者医療を中心に明るい声・優しい心をモットーとした、地域に信頼される病院、”を旗頭に開院し、約 35 年の月日が経ちました。

その間も、社会情勢・医療環境など様々な変化があり続けていますが、変わらないのは疾病や障害を負われても患者さんの“住み慣れた自宅（地域）で、自分らしい生活を続けたい”思いだと考えます。

そのニーズに答えるべく、現在ではリハビリテーション病院として道内有数の 120 床の回復期リハビリ病棟を持ち、脳血管疾患で障害を負われた方や大腿骨近位部骨折など運動器疾患の方が、自宅復帰を目指し集中的リハビリテーションが出来るようチームアプローチ（医師・看護介護職・リハ専門職・医療ソーシャルワーカー・薬剤師・栄養士など）でお手伝いをさせて頂いております。また、新しいリハビリ手技やリハビリ機器も徐々に充実してきており、患者さんの機能回復の更なる一助となると考えております。他にも慢性期の患者さんが医療処置を受けながら療養される医療療養病棟もあり、そこでも維持期リハビリとして対応させて頂いております。

今後も、患者さん・ご家族のニーズを第一に考え、社会・医療情勢なども見据えながら更に信頼と安心を提供できる病院をめざし進んでまいりたいと思いますので、何卒宜しくお願いいたします。

第 13 回 石狩リハビリテーション・地域連携懇話会

10 月 26 日、ホテルガーデンパレス札幌において第 13 回石狩リハビリテーション・地域連携懇話会を開催しました。今回は北海道大学大学院保健科学研究員機能回復学分野教授の遠山晴一先生をお招きし、「膝ＯＡの保存療法～エビデンスに基づく治療と効果～」と題してご講演いただきました。

«講演会内容»
【変形性膝関節症に対する保存療法の臨床エビデンス（OARSI 勧告）】
①症候性の膝関節 OA 患者では非ステロイド性抗炎症薬(NSAIDs)を最小有用量で使用すべきであるが、長期投与は可能な限り回避する。消化管障害リスクの高い患者では選択的 COX-2 阻害薬または非選択的 NSAIDs とともに消化管保護のためプロトンポンプ阻害薬もしくはミソプロストール（サイトテック）の併用投与することを考慮する。

SOR:92%、推奨度 A。②OA の至適な管理には非薬物療法（運動療法、減量、教育など）と薬物療法の併用が必要である。SOR:94%、推奨度 A。③情報提供（治療の目的と生活様式の変更、運動療法、歩調、歩行速度の調整、減量および関節への負担軽減する方法）および生活指導を行う。SOR:97%、推奨度 A。④症候性の膝関節 OA 患者においては疼痛緩和および身体機能を改善するための適切な運動療法について理学療法士による評価と指示助言を受けさせることが有益である。SOR:89%、推奨度 B。⑤膝関節 OA 患者に定期的な有酸素運動、筋力強化訓練および関節可動域訓練を実施しかつこれらの継続を奨励する。SOR:94%、推奨度 A。⑥経皮的電気神経刺激療法(TENS)は膝関節 OA 患者の一部において短期的な疼痛コントロールの一助となりうる。SOR:46%、推奨度 C。⑦グルコサミン、コンドロイチン硫酸の投与は膝関節 OA 患者の症状を緩和させる場合があるが、6 ヶ月以内に効果がみられなければ投与を中止する。SOR:41%、推奨度 I。

【変形性膝関節症に対する運動療法の効果】

・疼痛および下肢機能の短期的な改善に有効である。変形性膝関節症の進展を抑止するためには長時間にわたる運動療法の継続も必要。したがって、運動療法では継続性が最大の問題である。DVD ビデオなどの視聴覚機器に着目し、運動療法の継続性が容易な DVD ビデオプログラムを作成し、DVD を用いた運動療法介入が身体機能に与える効果の結果は、大腿四頭筋筋力は症状側および非症状側ともに介入前と比較し有意に増加した。月に 1 回でも指導者が関わることが重要である。

«関節軟骨欠損に対する再生医療»

【高純度アルギン酸ゲルを用いた無細胞移植軟骨再生治療の実用化に向けて】

科学技術復興機構(JST)による産学協同実用化開発事業の採択を受け、高純度アルギン酸ゲルの許可のための臨床研究を北海道大学病院にて開始予定である。

今回の懇話会には 109 名の方にお集まりいただくことができ、皆さん熱心に先生のお話に耳を傾けられていました。講演後の質疑応答や懇親会においても遠山先生を囲んで質問されており丁寧に答えてくださいました。変形性膝関節症保存療法おけるエビデンスに基づく治療と効果についてご講演いただきリハビリテーションとエビデンスの重要性について再確認し、より効果的なリハビリテーションについて再考することができました。

北海道大学 教授 遠山晴一先生

次回は 2 月に開催を予定しております。どうぞご期待ください。（PT おかもと）

感謝祭のご報告

今年で７回目となる花川病院の「感謝祭」が９月 19 日に開催されました。今年のテーマは「笑顔の花を咲かせよう」で、職員全員で院内に飾るお花を手作りする等、装飾づくりから設営まで、前日の夜遅くまで準備をしました。

当日はランチタイムコンサートとして、SIO　UNIT さんの素敵なジャズ演奏が流れる中、当院のフレンチシェフである始閣調理長が地産地消にこだわった食材を使いフランス料理を提供しました。

ランチタイムコンサートの様子（上）
感謝祭特製フランス料理（右）

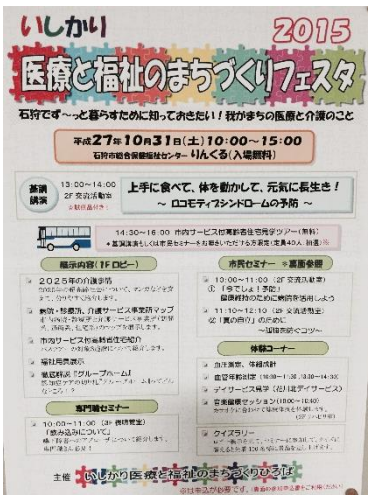
次々に運ばれる美しく盛り付けられた料理を目の前に、患者さんやご家族からは「入院中にこんなに本格的なフレンチを頂けるなんて」「とっても美味しいです」など、喜びの声が聞かれ、たくさんの笑顔がみられました。食後のミニコンサートでは、北海道を代表する津軽三味線演奏者の忍弥～NIYA～さんの力強い演奏に、感情が揺さぶられ、涙が止まらなくなった患者さんもいました。病院１階ホールでは「喫茶ありがとう」が開催され、昭和を懐かしむ漫才の映像や駄菓子屋さんを再現しました。患者さんやご家族から「懐かしいね」「あの頃は～」など目を輝かせながら昔話しに花を咲かせていました。

また各病棟では職員による YOSAKOI が披露され、患者さんから何度も「アンコール」の声が出るほど大好評でした。その他、薬局・歯科の相談ブースやハーブティーの試飲・保育所の園児による病棟訪問など、それぞれの部署で患者さんやご家族に楽しんで頂けるような企画を行いました。

喫茶ありがとう　駄菓子コーナー

敬老の日を迎えるにあたり、患者さんとご家族、そして職員が笑顔あふれる１日となり、思い出深い「感謝祭」となりました。（と）

いしかり医療と福祉のまちづくりフェスタのご報告



10 月 31 日(土)に石狩市りんくるにて、いしかり医療と福祉のまちづくりフェスタ 2015 を開催しました。3 回目を迎えるフェスタは、石狩市内の医療と介護に携わる他職種がメンバーとなり「いしかり医療と福祉のまちづくりひろば（通称いしまちひろば）」という会を作り、企画・運営を行っています。花川病院からはソーシャルワーカーと保健師がメンバーとして月に一度の打ち合わせに参加し、2025 年に迎える超高齢者社会に向け、「石狩市でず～っと暮らすために知っておきたい！我がまちの医療と介護のこと」をテーマに予防について市民の皆さんと一緒に考えていける内容としました。

基調講演では、株式会社明治の管理栄養士宇井氏からロコモティブシンドローム・低栄養の予防についての講演。市民セミナーでは、①株式会社こころみの神山氏から会話や交流を増やし要介護や認知症の予防する方法について。②市内の病院より看護師、放射線技師、臨床心理士、検診担当者から生活習慣病や脳ドック、健康診断について話しをしてもらいました。

また、市内の医療・介護マップやグループホームの解説を展示したり、デイサービス見学、サービス付き高齢者住宅の見学ツアーも実施しました。さらに、現在の体調を知ってもらうために、血圧測定、体組成計、血管年齢測定なども設置し、いざという時に病院や福祉・介護サービスを活用してもらえるよう工夫した内容となりました。

花川病院からは、総看護師長が市民セミナーで生活習慣病について講演し、専門職セミナーでは言語療法科科長が「飲み込みについて」すぐに役立ててもらえる安全に食事摂取ができる方法などについて講演。参加者から「在宅でみている利用者さんが、口から舌が出てしまい上手く飲み込めないがどうしたらよいか」という質問があり、入れ歯の必要性や姿勢の見直しについてアドバイスをしていました。また、12 月 1 日にオープンするサービス付き高齢者住宅「花ぴりか」の見学案内もし、20 名の方が来訪されました。

市民セミナーの様子

寒空の中、110 名の方にご来場頂き、石狩市内の医療や介護のこと、困ったことがあれば相談できる場所があることを知って頂き、身近に感じられ有意義な時間となったと思います。

来年も、石狩市内の病院や福祉・介護サービスについて知ってもらえるような内容を考え、開催したいと考えています。お楽しみに！

（こぎ）

出張講座 in 高齢者クラブ 憩会＆新琴似６番通り第３町内会

10 月 10 日、花川南地区 3 町内会合同高齢者クラブ『憩会』の例会で、「これから来る冬に備えて」というテーマでお話させていただきました。

例会には 54 名もの地域の方々にお集まりいただき、花川病院の近所という事もあってボランティアに来ていただいている方の姿もありました。

講座の中では、筋力低下予防としてスクワットやバランス感覚を維持するために片足立ちという体を動かす内容も交えて行いました。身体を動かした直後の会場のからは「片足立ちって思っていたよりもできないのね」や、「これなら家でもできそう」などの声があがっていました。安全のために椅子や机に掴まったうえでの片足立ちでしたが、中には「掴まらなくてもできそうだ」という方もおられました。

冬道で転びやすい場所や転んだ時にけがしやすい場所などを、データとともにお話しさせていただいた時にはうなづいている方もいらしており、皆さん熱心に聞き入っていました。（いけだ）

10 月 22 日、新琴似６番通り第３町内会婦人部の方 19 名対象に「腰痛・肩こり予防改善」というテーマで出張講座を開催いたしました。

肩こり・腰痛については、永遠のテーマかもしれません。現代は健康志向の時代。体操から食べ物まで自分に良いものなど目に触れ試すことができる機会が多くあります。しかし実際専門職が手取り足取り動き伝える機会はまだまだ少ないと感じます。セルフチェック、痛みのメカニズムまで一連の内容を瞬時にご理解いただける内容となり、大変ご好評いただきました。健康・医療・介護など何か心配なことやご興味あることなどございましたら、ご連絡ください。お待ちしております。（地域連携相談センター　担当：かねこ　0133-76-2727）

皆さんと一緒に体操をします

「はなカフェ」のご案内

「はなカフェ」が 9 月より月 2 回の定期開催となりました。毎月第 2・4 水曜日の午後、無料でコーヒーを提供し、石狩市内のパン屋さん「フルールドゥペーシュ」の焼き立て絶品のパンを 1 個 100 円で提供しています。回を重ねるごとにご利用者も増え、また新聞や広報誌に取り上げて頂く機会が増えました。今後もくつろげる、和むひと時を患者さん、ご家族、地域の方に大切にして頂こうと開催していきます。お役立て頂けるプチ情報などもご用意しております。お近くへお越しの際は、是非お立ち寄りください。（か）

くろ散歩　ご近所さん訪問～石狩市民文化祭～

スタッフいしぐろのご近所散歩記（？）です。

10 月 16 日、石狩市民文化祭にお邪魔しました。会場は当院の隣にある花川南コミュニティセンターです。

当院では月に 2 回、患者さんに向けて「はなカフェ」とは別に「喫茶」を開催しており、地域のボランティアさんにご協力いただいています。いつもお世話になっているボランティアの I さんからお茶席にお誘いいただきました。

普段とは違って金屏風を背に穏やかな雰囲気のなか、たくさんの市民の方がお茶を楽しまれていました。I さんに飲み方を教わりながらいただお茶は、ふわっとしていてとてもおいしかったです。

展示場にはたくさんの作品が所狭しと並んでいます。作品を見ていると「私が作ったんです」と、材料や作り方を丁寧に教えていただきました。この場所ならではの出会いですね。なんだか「ほっこり」しました。たくさんの作品に触れ、市民の皆さんの芸術に対する意識の高さに感動し刺激をいただきました。

芸術の秋、食欲の秋、そして冬に向けて皆さんも心と体のリフレッシュを兼ねて何か取り組んでみてはいかがでしょうか。（いしぐろ）

「つるし雛プロジェクト」第１号が完成しました

7 月から始動しました「つるし雛プロジェクト」。いったいどんなプロジェクトかと申しますと…お雛様の季節に院内につるし雛を装飾して、入院中の患者さんに季節を感じて楽しい時間を過ごしていただこう。そして、そのつるし雛を地域のボランティアさんの力を最大限にお借りして製作しよう。これがつるし雛プロジェクトです。

毎月第 2・4 火曜日の 13：30～15：30 に活動しています。活動中にリハビリをしている患者さんが立ち寄って「何を作っているの？」「かわいいね。いつから飾るの？」と、ボランティアさんとの交流が多く見られるようになりました。そして、ついに記念すべき第 1 号が完成しました！

一つ一つの飾りをとても丁寧につくってくださいました。皆さんの優しさが伝わってくるような作品です。お顔の表情は作る方によってそれぞれ違っています。とてもかわいいんです。お雛様の季節を待たずに早速装飾したところ、患者さんやご家族が立ち寄って「すごいね～、よくできてる。もっと増えるの？楽しみ。」とご好評いただいております。

ボランティアさんが作ってくださった第 1 号のとなりには花川南睦美町内会女性部の皆さんからいただいた「うさぎさんつるし雛」を装飾しました。先日開催された石狩市民文化祭に展示されていたうさぎさんたちです。会場でご覧になった方も多いのではないでしょうか。6 羽のうさぎさんを当院にプレゼントしてくださいました。本当にありがとうございます。小さい玉と一緒につるしてみました。「うさぎさんつるし雛」の人気も高いようです。つるし雛は今後も第 2 号、3 号と増えていくことでしょう。お雛様の季節が楽しみです。ボランティアさんもまだまだ募集中です。お裁縫が得意でご興味のある方、ぜひご参加くださいね。（お問い合わせ先　0133-76-2727 地域連携相談センター　担当：いしぐろ）

編集後記

冬の便りがすぐそこまで届いているそんな季節となって参りました。

さて、第7号は日頃の当院の取り組みを中心にご紹介させていただきました。患者さんの笑顔を引き出し、ご家族・地域住民、そして職員一人一人がワクワクするような病院づくりを目指して日々取り組んでおります。次回号もご期待ください。（かねこ）