



[医療法人溪仁会 西円山病院 広報誌]

にしまるやま通信

NISHIMAYAMA TSUSHIN SHIMAZUMAYAMA TSUSHIN NISHIMAYAMA TSUSHIN NISHIMAYAMA TSUSHIN

第2回銀の舟ボランティア研修会開催

NO.40 2006年
8月発行

6月27日、南棟7階研修室にて「第2回銀の舟ボランティア研修会」を行いました。24名のボランティアさんが参加し、昼食会を行った後、10病棟の加賀谷師長より「高齢者と上手にコミュニケーションをとる方法」と題してスライドを使い講義頂きました。講義では、ボランティアの皆さんに専用ゴーグルを掛けて頂き、白内障患者の実際の視覚を体感して頂きました。また、高齢者の身体の変化、接し方等を学んで頂き、ボランティアさん一人一人より師長へ質問や感想を述べて頂き、非常に有意義な研修会となりました。研修会後もボランティア休憩室で意見交換され、ボランティア活動を見つめ直す機会にもなったようです。



- 「銀の舟」ボランティア研修会開催
- 認定証、受給者証のお知らせ
- 「京都議定書」発効後の札幌は？
- 歩行のための補助用具
- バザーリサイクル品募集
- にこにこコラム

西円山病院 外来のご案内

| | |
|-------|-----------------------------|
| ■診療科目 | 内科・循環器科・リハビリテーション科・神経内科・歯科 |
| ■診療 | 午前9:00～12:00 午後2:00～4:00 |
| ■休診 | 土曜日・日曜日・祝日 |

歩行のための補助用具

歩行補助具とは、歩行時に使用される自助具のことで、いろいろな機器があります。今回は杖、歩行器、歩行車、の代表的な物をお話します。それらは主に歩行バランスの安定を図るものですが、その他に体重の一部支持、歩行効率の改善を図ります。一方、それらは地面に固定されているものでないので使い方を間違えると転倒へとつながりますので取り扱いには注意が必要です。



T字杖



四脚杖

【杖】

T字杖は片側に麻痺や損傷があり少し歩行が不安定な方が適応となります。使用時には身長や姿勢によって高さの調整が必要となります。比較的手軽に持ち運べるので屋内外を始め色々な環境で使えますが、体重を掛けすぎると不安定となるので注意が必要です。四脚杖はもう少し歩行の不安定な方に使用します。形状的に大きくT字杖よりは使える環境は少なくなります。凸凹道、斜面、階段、屋外では不安定となるので注意が必要です。

【固定型歩行器】

固定型歩行器は両手で操作するもので杖よりはバランスの安定、体重支持が得やすい事が特徴です。片側の足の筋力低下や痛みのある方が対象となりますが能力にあわせて交互型歩行器、二輪型歩行器などがあります。ただし前方に寄りかかりすぎたり歩行器を手前に引いたりすると不安定となりますので注意が必要です。主に、屋内で使用します。

【四脚四輪歩行車】

四脚四輪歩行車は前腕で体重を支持するタイプで下に車輪が付いています。前述した歩行器では歩行の安定が難しく全身の筋力低下や立位バランスが不安定な方が対象となります。留意点は前方に寄りかかりすぎたりすると急に動く危険性があり、屋外では不向きです。形状も大きいので家の中には不向きで、初期の歩行練習時や施設内での使用に向いています。



固定型歩行器



四脚四輪歩行車



四脚四輪歩行車

訪問リハビリテーション開設のお知らせ

今年6月に西円山病院に訪問リハビリテーション科が開設致しました。札幌市全域に8名の作業療法士と1名の言語聴覚士が訪問して在宅でのリハビリテーションのお手伝いを致します。ベテラン

のスタッフが多いので安心して信頼されるサービスを提供できるようにがんばっていきたく思いますのでどうぞ宜しくお願い致します。

リハビリテーション部
伊藤 隆

リハビリテーション部
理学療法科
奥山昌弘



老人医療の限度額適用・標準負担額減額認定証

認定証をお持ちの方で、引き続き非課税であれば、役所より自動的に送付されます。しかし前々年度が非課税であり前年度が課税となれば、認定証ではなく、結果通知が届きます。また前々年度まで課税であり、前年度が非課税となれば、特に通知はありません。このような条件に該当される方は役所へご確認願います。有効期間が**8月1日から翌年7月31日まで**となります。

重度心身障害者医療費受給者証

受給者証をお持ちの方で引き続き対象となる方は、役所より自動的に送付されます。対象とならない場合は送付されませんので、これまでお持ちだった方で送付がなければ、役所の医療助成係へご確認願います。有効期間は**10月1日から翌年9月30日まで**となります。

※受給者証は下記のように4種別に分かれています。

- 障初
- 障課
- 老初
- 老課

新しい認定証、受給者証がお手元に届きましたら、4階総合受付へご提示願います。尚、ご不明な点がございましたら、ソーシャルワーカーもしくは役所の医療助成係へお問い合わせ下さい。

有効期間を確認して下さい。

バザーリサイクル品大募集!!

今年も恒例となっております「銀の舟主催文化祭兼バザー」の開催を10月に予定しております。それに伴い、今年も多くのリサイクル品の寄贈をお願いいたしております。ご家庭にリサイクル可能な品物や不要品等がございましたら、資源の再利用と整理整頓を兼ねて是非ご寄贈くださいますようお願いいたします。

★受付しているもの

贈答品・引き出もの・石鹸・コップ
コーヒー・紅茶・皿・洗面用具



★受付していないもの

靴・書籍・食べ物・衣類・ふとん・その他
汚れ破損の著しいもの等



※寄贈品受付締切りは
10月11日(水)までと
させていただきます。

お問合せ
西円山病院 医療福祉課(東棟4階)
直通電話番号 011-644-1380まで

「京都議定書」発効後の札幌は？

皆さんご存知の方が多いと思いますが、1997年12月に地球温暖化防止京都会議が京都市で開催され日本を含む先進締約国に対して、法的拘束力にある二酸化炭素等6種類の温室効果ガスの排出削減目標を定めた「京都議定書」が採択されました。その内容は、2008年度～2012年度間での間に、1990年の二酸化炭素排出量に対して、日本は△6%削減するというものでした。「京都議定書」は、昨年2005年2月16日に発効されましたが、その動向を調べてみると、日本全体では、12%増で、札幌市は16%増で、削減するどころか増えているのが現状です。さて、硬い話はこの辺にしておきまして、以前も掲載しましたが、「身近に取り組める地球温暖化防止対策」を以下のように纏めましたので、是非チャレンジしてみてくださいは如何でしょうか？私達の取組みが、環境保全にも寄与でき、そして家庭の節約にも繋がります。

- ①冷房の温度を1℃高く、暖房の温度を1℃低く設定する。⇒約31kg/年の二酸化炭素削減効果
- ②週2日往復8kmの車の運転を控える。⇒約185kg/年の二酸化炭素削減効果
- ③シャワーを1日1分家族全員が減らす。⇒約65kg/年の二酸化炭素削減効果
- ④炊飯器やポットの保温をやめる。⇒約31kg/年の二酸化炭素削減効果
- ⑤ テレビ番組を選び、1日1時間テレビ利用を減らす。⇒約13kg/年の二酸化炭素削減効果

にこにこコラム

「札幌夏の風物詩」!

FIFAワールドカップ大会が終わり、8月からはFIBAバスケットボール世界選手権がスタート。夏の甲子園もはじまり、今年は冷夏というもののテンションは上がりっぱなし。

そして夏の風物詩、大通公園でのビアガーデンが今年も開幕。3週間で100万人以上が来場するのは国内最大規模のよう。さっそく我が医療福祉課でも行ってきました！まだまだ夏本番とはいえない気温でしたが、満席で大変なにぎわいでした。コールに合わせて、みんなで何度も乾杯したのでした☆(M・T)



編集後記

あっという間にもう8月。足早に終わる北海道の夏が到来しましたね。こんなボカボカ暖かいと外出したくなりませんか？海水浴に行ったり、キャンプをしたり、外でバーベキューしたり、花火大会に行ったり……夏になると楽しいことがたくさんありますね～。私は、車で行ったことのない場所へ旅行するのが好きなので、今年の夏は旅行したいと思っています。皆さんも北海道の短い夏を存分に味わいましょう(M・T)!!

すべての
お問い合わせは

郵便 〒064-8557
札幌市中央区円山西町4丁目7-25
西円山病院 医療福祉課内
広報誌「にしまるやま通信」編集事務局

お気軽にお問い合わせ下さい!

電話 (011) 644-1380
FAX (011) 642-4347

● 無料送迎バスのご案内 ● (平成14年12月)

| | 8時 | 9時 | 10時 | 11時 | 12時 | 13時 | 14時 | 15時 | 16時 | 17時 | 18時 | 19時 | 20時 | 21時 |
|--------|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------------|-----|-----|------------|-----|-----|
| 地下鉄駅発 | 55 | 35 | 15 | 10 | | 10 | 30 | | *00 *40 | *50 | *30 | *10 *50 | *30 | *35 |
| 西円山病院発 | | 15 | 50 | 30 | 10 | | 10 | 40 | 20 | 30 | 10 | 30 | 05 | 25 |
| | | 55 | | | 50 | | | | | | 50 | | | |

※のバスは地下鉄円山公園駅⑤番出口出発、その他はすべて①番出口となります。