



[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 NISHIMAYAMA TSUSHIN NISHIMAYAMA TSUSHIN NISHIMAYAMA TSUSHIN



〈総合受付前の七夕飾り〉



NO.52 2008年
7,8月号

七夕

各病棟の七夕飾りには患者様の
願いごとが書かれた短冊が下がっています。
皆さんの願いが叶いますように…☆

- 七夕 ● リハビリ特集Vol.2 ● ロビーコンサート
- 体重管理 ● エコニュース ● にこにこコラム ● 編集後記

* * 西円山病院のご案内 * *

- 診療科目 内科、神経内科、リハビリテーション科、循環器科、歯科
- 病床数 875床(障害者施設等入院病棟、医療療養病棟、回復期リハビリテーション病棟、介護療養型医療施設)

ロビーコンサート

【6月 ロビーコンサート】

6月22日、6月のお祭りコンサートを開催しました。今回はミュージカルスタジオで活動されている「うたびあの」の皆様にご発表して頂きました。出演者は、小さい子から年配の方までグループごとに分かれ、子供が12曲・大人が10曲唄って頂きました。出演者の唄声に会場は大いに盛り上がりました。



【7月 ロビーコンサート】

7月6日、7月の初夏のコンサートを開催しました。4月に演奏して頂いたイーストヒルズウィンドアンサンブルのサクソス演奏者4人にお越し頂きました。最近のJポップや懐かしい歌謡曲まで演奏して頂き、会場からのアンコールで「少年時代」を演奏しました。

サクソスの心地良い音色が病院全体に響き渡りました。

体重の管理について

肥満度の判定方法の1つにBMI(ボディ・マス・インデックス)指数での評価があります。

【体型評価BMI】

体重(kg)

身長(m)×身長(m)

*例) 体重60kg 身長150cm

$$\frac{60\text{kg}}{1.5\text{m} \times 1.5\text{m}} = 26.6 = \text{肥満}$$

18.5未満	や	せ
18.5～25未満	標	準
25～30未満	肥	満
30以上	高度	肥満

標準値は22で一番病気にかかりにくい体型です。

過体重の場合は食べるカロリーを減らす必要があります。ただし急激な体重減少は栄養の偏り等を起こし、貧血等の原因になりますので、減量は0.5～1kg/1ヶ月までにすることをお勧めいたします。体重の減少が見られる場合は、ご本人の嗜好に合う味付け、食品の選択を行い、少しでも楽しんでいただけるよう食事内容を工夫することが大切です。

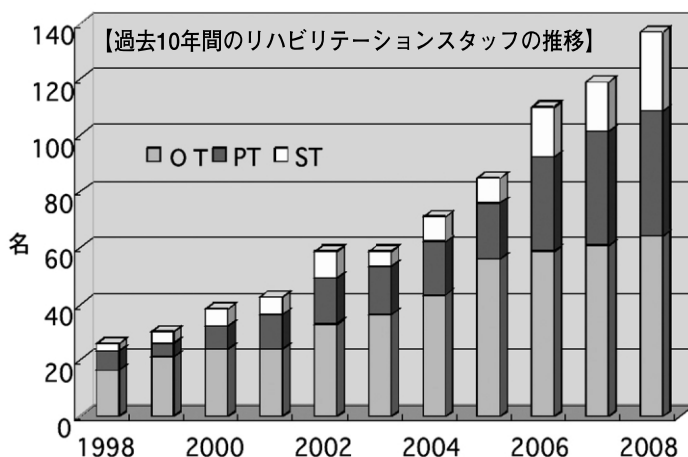
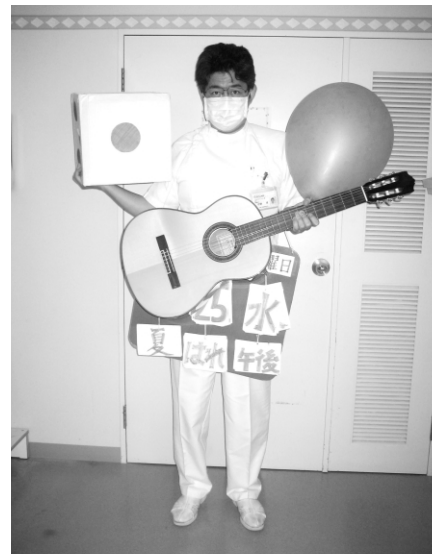


当院のリハビリテーションの歴史と 現在の取り組み

リハビリテーション部
部長 伊藤 隆

今回は当院のリハビリテーションの歴史についてお話をさせていただきます。1987年にPT・OTの2科でスタートしましたが、当時はスタッフが少なく1000人近い患者様にほとんど対応できていない状態でした。リハビリを行っている患者様は軽度の方が多く、重度の方にはほとんど行えていませんでした。そこで、このスタッフ数で何ができるのかを考えました。当時はまだ寝たきりの方が多く、そのことにより二次的に廃用(不活性な状態により筋力や心肺機能が低下してしまうこと)を引き起こし、苦しんでいる方が沢山いました。そこで「寝てはおられんぞー」とばかり病棟での集団リハビリを開始しました。写真が当時の集団リハビリ出陣時の出で立ち(再現)です。この格好で院内を回るわけですから目立ちたくなくても目立ってしまうので、これはこれでリハビリの良い宣伝にもなりました。歌あり、運動あり、遊びありで、兎に角、患者様とコミュニケーションを取っていこうという気持ちだけは強かったことを覚えています。前号でリハビリはPT・OT・ST揃って一人前と書きましたが、当時はまだ3科バラバラで、「一つ屋根の下」という状況ではありませんでした。これをまとめようということで2004年にリハビリテーション部を立ち上げました。

回復期リハビリ病棟や神経内科病棟には専従のスタッフを配置し「顔の見える関係」の中でチームとしてリハビリを実践できるようになりました。スタッフ数も140名近くなり入院患者様の約85%にリハビリを提供できるようになってきました。同時に在宅部門にも進出し、通所リハビリ・訪問リハビリにおいてもサービスの提供を行えるようになりました。東北以北では最大のスタッフ数を抱えるまで成長しましたが、今後は量に質が伴えるように努力していきたいと考えています。



【これからも頑張ります!】

浜仁会グループエコ活動報告 ～子供たちに、きれいな海を～

私たち、浜仁会グループでは、地域貢献とグループ職員全体の環境活動を実践することにより、職員一人ひとりの環境意識を高めることを目的として、去る6月7日おたるドリームビーチの清掃活動を実施いたしました。参加者は職員をはじめ、その家族合わせて110名程で、午前中いっぱい、よい汗を流しました。

タイヤ・ベッド・洗面台・テレビ・車のボンネット等様々な物が砂浜に捨てられており、深い憤りを感じながら、参加者全員でゴミ拾いが始まりました。約1時間経過した段階で成果が目に見えて分かるようになり、天候も曇り空から日が差し、ますます活動に力が入り、あっという間に予定の2時間半が経過しました。45Lのゴミ袋で220袋、重量にして約3tのゴミを回収することができ、砂浜はすっかり綺麗になりました。環境活動で一番重要なのは、いま起こっている現状の問題点についての意識を共有することであり、これが次の行動に繋がっていくのではないのでしょうか？

最後に、「やっぱり、よい事をすると気持ちがいい～！」



にこにこコラム

北海道の短い夏もいよいよ本番を迎えようとしていますね。暑い日に食べるアイスは格別に美味しいように思います。週末にドライブで、長沼方面にあるアイス屋さんに行ってきました。アイス屋さんの周辺は農地だけで建物が無いのに、そのお店だけアイスに45分待ちという大賑わいでした。このアイス屋さんはベースのアイスを選んで、チョコやハチミツ、ドライフルーツ、ドライナッツなど自分の好みのトッピングを好きなだけ選びアイスに混ぜてくれるので自分だけのオリジナルアイスを食べる事ができます。美味しくてついつい沢山食べてしまいますが、お腹を壊さないようにこの夏を乗り切りたいと思います。



バザーリサイクル品募集

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用品がございましたら、是非ご寄贈くださいますようお願いいたします。

リサイクル品として受け付けているものと受け付けていないものがございますので、ご了承ください。

■受け付けているもの

贈答品、引き出物、石鹸、コップ、コーヒー、紅茶、皿、洗面用具

■受け付けていないもの

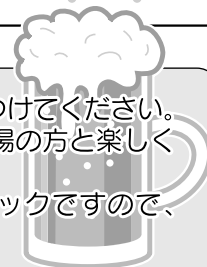
靴、書籍、食べ物、衣類、布団、汚れや破損の著しいもの



編集後記

暑い日が多くなってきましたね。みなさん体調管理には十分気をつけてください。そんな暑い日には、大通公園でのピアガーデンに行って、友人や職場の方と楽しくビールを飲みたいと思っている方も多いのではないのでしょうか。

また、北京オリンピックも始まりますね。4年に1度のオリンピックですので、みんなで日本を応援しましょう。がんばれ！日本！！



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