



[医療法人溪仁会 西円山病院 広報誌]

# にしまるやま通信

NISHIMA YAMA TSUSHIN NISHIMARUYAMA TSUSHIN NISHIMARUYAMA TSUSHIN NISHIMARUYAMA TSUSHIN



NO.58 2009年  
7、8月号



撮影者：  
リハビリテーション部 K.M.

- リハビリ特集 Vol.8 ● 西円山病院夏祭り ● ロビーコンサート
- ECO NEWS ● バザーリサイクル ● にしまる探検ツアー
- 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)



## ～ 日常生活動作-その2 (トイレに行くこと) ～

### トイレ動作における留意点、介助方法のコツや手すりの位置などについて

リハビリテーション部 作業療法科  
田辺 義信

今回は、日常生活動作の中のトイレ動作についてお話をさせていただきます。トイレ動作は、他の日常生活動作と比べて、生理的な欲求に関係が深く、また、誰しもなるべくなら人の手は借りたくはないと感じる人間の尊厳に関わる動作です。さらに、トイレ動作は、トイレまでの移動、立つ、ズボンの上げ下ろし、便器に座る、排泄、排泄後の後始末など様々な動作が複合的に合わさっている難しい動作の1つでもあるといえます。

例として、脳梗塞などで片麻痺となり、車椅子を使用している方に対するトイレの環境設定や介助方法について説明します。まず、トイレの出入り口ですが、一般家庭のトイレの入り口幅は60cm程度で、この幅であると車椅子の出入りが難しいことから、75～80cm程度の幅が必要とされます。

また、ドアは開閉の行いやすさからできるなら引き戸にするほうが望ましいでしょう。(写真1)。家屋構造上むずかしいのであれば、開き戸を取りさりアコーディオンカーテンなどを取り付けます。

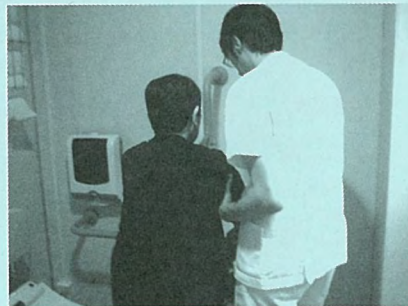
便器へ乗り移る際は、トイレに対し車椅子が横につけられる環境が理想的で、介助者は対象者の麻痺側について立ち上がり、方向転換の介助を行います(写真2,3)。ズボンや下着の上げ下ろしはこの段階で行うと良いでしょう。立位のバランスが低下して方向転換がむずかしい場合は、そのまま壁を向いた状態で一旦便座に横向きに座り、座ってから便座の上で方向転換をして前を向くと安全に介助することができます。動作が自立している方でも、立った姿勢でズボンの上げ下ろしをする動作はかなりバランス能力を必要としますので、車椅子の中であらかじめお尻を左右にずらしながら腰の下辺りまでズボンを下げておき、立ってから短時間で最後まで下げる方が安定して動作を行えます。



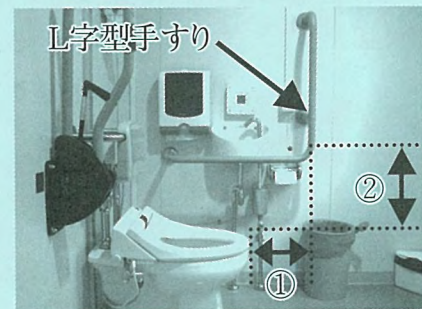
(写真1)



(写真2)



(写真3)



(写真4)

次にトイレで使用する手すりについてですが、立ち座り用の縦手すりと座位保持用の横手すりを合わせたL字型の手すりを使用することが一般的で、横手すりは便座から25cm程度上方(写真4の①)、縦手すりは便器の先端より15～30cm前方(写真4の②)へ設置します。便座の高さが低く、立ち上がりにくい場合は「補高用便座」を便座の上に置いて高さの調整を行います。身長にもよりますが、便座の高さは40cm程度必要となります。

最後に今回の内容は、あくまで一般的なものであり、利用者の状態や住環境により異なりますので、詳細については、最寄りの作業療法士などにご相談ください。







## 平成21年度 西円山病院夏祭りが開催されました!!

今年の夏は曇りや雨が多く、なかなか晴れた空を見ることのできない日が続いていましたが、8月7日の夏祭りは暑い日差しと心地よい風の吹く中、多くの患者様・ご家族様に参加して頂きました。

ゲームコーナーには輪投げやヨーヨー、魚釣りが並び、食べ物ではかき氷やわたあめ、ババロア、プリンケーキをご提供することができました。大変暑くなったこともあり、かき氷やジュースの人気も高く、麦わら防止やタオルを持って体調に気をつけていらっしゃる方も多く見られました。ご家族様、ボランティアの皆さんのご協力で、何事もなく無事に夏祭りを終えることができました。

さて、今回の夏祭りの目玉と言え、毎年ボランティアさんに踊っていただいている盆踊りはもちろんですが、病院内で犬と触れ合うことのできる初めての試み、「ワンワン広場」でした。入院生活では、なかなか動物と触れ合う機会がありません。この企画では、犬と触れ合う患者様がいつもとは少し違う、明るい笑顔を見せてくれたことが大変印象に残りました。今後も患者様に良い刺激のある企画が増えるよう、夏祭りを考えていければと思います。



## ロビーコンサート



◀6月27日、フィオーレ合奏団の方をお呼びし、バイオリンコンサートを開催しました。

▼7月5日、左手のピアニストとして活躍中の新澤隆志さんをお呼びし、初夏のコンサートを開催しました。



◀7月13日、ピアニスト・ボーカリストとして活躍中のいまむら直子さんをお呼びし、ジャズ・ミニコンサートを開催しました。



## ～魚は減り続ける～

数年前から、職場の仲間が、釣りに行っても釣れた話を聞かなくなりました。それは、現在、漁業が行われる場合、その漁法や漁獲量による生態系への影響を調べることは義務付けられていません。漁業規制は、非常にゆるいのが現状だからです。

魚が再生産する自然の能力をはるかに超えた近代的な漁法が許されているのが、現代の漁業の現実です。最新式のソナー魚群探知機を用いた巨大船団は、魚群をすばやく、しかも正確にピンポイントでとらえることができます。近代漁船には、洋上に浮かぶ巨大工場と呼べるような設備が備えつけられ、魚の加工およびパッキング工場、巨大な冷凍システム、そして、大きな漁具を海の中で引きずりまわすことのできるパワフルなエンジンが、装備されているのです。これでは、魚は減る一方です。近い将来、私たちの食卓から魚が……！

## 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18日に予定しております。

それに伴いまして、今年も多くのリサイクル品の寄贈をお願い致しております。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、ご協力のほど宜しくお願い致します。

### (○)リサイクル品として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



### (×)リサイクル品として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

## にしまる探検ツアー その3

～今回は食堂・喫茶室をご紹介します！～



東棟5Fに食堂・喫茶室があります。ともに営業時間は11:00～15:00(平日)です。

食堂では美味しくてリーズナブルなお食事を提供しています。時間外も開放しておりますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

喫茶室では、軽食やケーキなどのスイーツ、紅茶やコーヒーなどのお飲み物を提供しています。札幌の街並みを眺めながらブレイクタイムをお楽しみください。

## 編集後記

早いものでもう8月も終わりました。海やビアガーデンなど夏を楽しむことはできましたでしょうか。季節も変わりはじめましたが、秋といえば…食欲の秋、「読書の秋」、「スポーツの秋」など、様々な楽しみ方がありますね。みなさんはどのような秋を過ごすのでしょうか。季節の変わり目ですので体調管理をしっかりとし、秋を楽しみましょう!!

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