

ECO NEWS



QMS EMS
JIS Q 9001:2000
JIS Q 14001:2004
JSAQ 1001, JSAE 768

知らない人はマナー違反? 「ドギーバック」とは?

みなさんは「ドギーバック」を知っていますか? ドギーバックとはレストランなどで食べ残した料理を持ち帰るための折り詰め箱のことです。欧米では一般的ですが、日本でも最近、普及しつつあるそうです。

農林水産省の調査によると、日本の食糧自給率は約40% (07年度) で、先進国では最も低い数値です。しかし、残飯の量は世界トップレベルだそうです。もちろん日本は高温多湿で食物が傷みやすい環境にあるため、食品衛生法などの法律が厳しいとされています。

そこで残飯を少しでも減らそうと、今年2月に「ドギーバック普及委員会」が設立しました。趣旨に賛同するレストランとともに、再利用できるドギーバックを開発しました。しかしドギーバックの先進国である欧米では、ドギーバックの無駄遣いを減らすために、レストランにタッパーを持参するお客さんも増えているそうです。それほど残飯を減らそうという意識は世界的に広まっているということです。みなさんも自分の食べられる量をきちんと知って、残飯がでないような食生活を心がけましょう。

ロビーコンサート



8月22日、サクソ奏者の千葉亞寛さんをお呼びし、夏の納涼コンサートを開催しました。

9月5日、フラダンスの「ハーウラ・フラ・オーナーレイヒバ」の皆様とウクレレ奏者の本間融さんをお呼びし、ハワイアンコンサートを開催しました。



にしまる探検ツアー その4

～ セイコーマート開店!! ～



院内に長年愛好されていた売店が閉店してから、心機一転セイコーマートが開店しました!

店内には、お菓子やジュース、お弁当類はもちろんの事、その場でお弁当を作ってくれるホットシェフもあり作り立てのお惣菜も食べることが出来る為、毎日賑わっています。

営業時間も18時までとなり、患者様をはじめ面会に来られる方にもより使いやすくなっていますので、是非ご利用下さい。

医療法人 溪仁会

[医療法人溪仁会 西円山病院 広報誌]

にしまるやま通信

NO.59 2009年 9.10月号



撮影者: リハビリテーション部 H.H

- リハビリ特集 Vol.9 ● 病院祭 ● 紅葉バスツアー
- ECO NEWS ● ロビーコンサート ● 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 869床<平成21.11.1より>(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)

病院名変更のお知らせ

西円山病院は、平成21年11月1日より、「札幌西円山病院」に名称変更いたします。地域に根ざした医療を提供していく姿勢を内外に示すため、変更となりました。今後ともよろしくお願いいたします。

編集後記

10月13日、紅葉バスツアーで外に出ると、雪虫が飛びはじめていました。初雪ももう少しかもしれません。山が色づいてきたと思ったら、もうすぐそこまで冬が近づいているようですね。日に日に寒さが増してきています。体調には十分気をつけましょう。

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

リハビリテーション特集 Vol.9

～ 日常生活動作-その3 (衣服を着ること)～ 麻痺のある方の更衣動作の方法や介助方法について

リハビリテーション部 作業療法科
幡鎌 由紀子

更衣とは、衣類など身に着ける物の着脱の事をさし、季節や気温に応じて衣類を替え体温調節したり、ファッションという嗜好によって自己表現する場にもなっています。今回は、上衣とズボンの更衣方法についてお話をします。私たちは、上衣をどのように着ているでしょうか？右袖から？左袖から？頭からかぶってから？正直、私たちの服の着方には決まった順番はありません。ですが、片麻痺の方の場合、麻痺した方の腕が上手く動かせないで、袖を通すことや、服を引き上げておくことが難しくなってしまいます。そこで、着る時には、麻痺側の腕から通すようにすると楽に着る事ができます。まず、前開きの服の着方の一例をご紹介します。(写真1～4)



(写真1)
麻痺側の袖を通す。腕が引き込まれないよう肘から支える。



(写真2)
袖が脱げないよう、肩までしっかり引き上げる。



(写真3)
背中に回す。座位が不安定な方は、介助者が前方にいると安心。



(写真4)
麻痺のない側の方の袖を通す。肩口に余裕を持たせると楽にできる。

更衣動作が自立している方の場合には写真1と3がむずかしいところです。麻痺側の袖を通すときはどうしても上の方だけを引っ張ってしまい失敗することもありますので、手から肘の方向へ麻痺のない側で下側からすくうようにして前腕を通します。衣服を背中に回しにくい場合は少しかがんで行うとうまくいきます。また、服の形などによっても着やすさは変わります。かぶりのものより、前開きのものの方が着やすく、生地が伸びやすく、袖口・袖・身頃がゆったりしているものの方が楽に着る事ができます。脱ぐ時は、着る時とは反対に、①麻痺のない側の肩口をはずす。②麻痺のない側の腕から袖を脱ぐ。③服を背中に回す。④麻痺側の袖を脱がせる、と楽に脱ぐことができます。肩や肘・手指の関節が硬くなっている場合、袖が引っかかりそのまま引っ張ると怪我をする事もありますので、無理をせず、身体の形に合わせながら沿わせるようにするのがポイントです。(写真5)



(写真5)
身体の形に沿わせるように。ここでは、爪が引っかからないよう外側から麻痺側をガイドする。

次にズボンの着方の1例をご紹介します。①座位で麻痺側の足を麻痺のない側に組み、先に麻痺側の足をズボンに入れます。②麻痺側の足を戻します。③麻痺のない側を通します。麻痺のない側を空中に浮かさなければならぬのでバランスに自信のない方は、一度、床にズボンを置いてから麻痺のない方を入れると良いでしょう。④座位で腿のぎりぎり上までズボンを上げます。⑤立ってお尻の部分上げて完了です。介助が必要で、ズボンの裾を通すために足を持ち上げる時は、後方への転倒にご注意ください。これは靴の着脱の際も同様です。

更衣には、予想以上に姿勢を保持する力が必要になってきます。座位が不安定な方は、背もたれのある椅子や車椅子の使用をおすすめします。今回ご紹介した更衣動作は一例で、その方の身体機能によって方法が変わりますのでご不明の際は最寄りの作業療法士までご相談ください。

病院祭

9月13日 病院祭が行われました。

趣味活動教室での患者様の作品展示(生け花・書道・陶芸)をしました。屋上では屋台コーナーを開き、よさこいチームによる踊りの披露がありました。

今年は新しい試みとして、昭和のDVD上映を行い、簡易的な貸衣装で記念撮影会も行いました。セレモニーでは、患者様代表のご挨拶、職員によるピアノ演奏、患者様による詩吟発表などにより会場が盛り上がりました。



紅葉バスツアー

10月13・14・15日、紅葉バスツアーを行ないました。

天気が不安定で雨が降る日もありましたが、乗車中には天気が回復し、無事にドライブ日和となりました。ボランティアの皆様と職員で、患者様が安全に楽しい時間を過ごしていただけるようお手伝いさせていただきました。

紅葉はまだまだこれからという印象がありましたが、バスは旭山記念公園で歌をうたい、リフト車は豊平館を散歩し、久しぶりの外出を楽しく過ごしていただけたと思います。

