

# ECO NEWS



## 『地球温暖化』

昨今、テレビや新聞などで地球温暖化の進行の話題が多く取り上げられ、皆様も環境問題を身近に感じ、エコ活動に対する意識が以前にも増して、強くなってきていることと思います。当院でも前回のエコニュースで紹介したリングブルの収集や、年に数回海岸清掃などを行い、積極的にエコ活動に取り組んでいます。また、最近では夏期間で送迎バスの燃料に「バイオディーゼル」を使用しております。

バイオディーゼルとは、バイオディーゼルフューエルの略で、生物由来油から作られるディーゼルエンジン用燃料の総称であり、バイオマスエネルギーの一つであります。原料は菜種油・オリーブ油・ひまわり油などの植物油や魚油・牛脂などの獣脂、及び廃食用油(いわゆるてんぷら油)など様々な油脂がバイオディーゼルの原料となります。

また、最近では古着の綿からバイオエタノールを生み出す技術も注目されております。現在、当院で使用しているバイオディーゼルは、当院の厨房にて廃油となる食用油を原料に加工したものを使用しております。普通の軽油と比較して、二酸化炭素の排出削減が出来る事に加え、燃料の価格としても10円程安いということで、経済面でもメリットがあると言えます。

## にしまる探検ツアー その7

今回は東棟6階にある和室をご紹介します。和室の横には小さな趣のあるお庭があり、癒しの空間となっております。ボランティア主催のバザーでは和室にてお抹茶と和菓子を患者様やご家族に提供しております。季節に応じて、雛人形や五月人形も展示しておりますので、ぜひ足を運んでみてください！



## 編集後記

雪も解け、春らしくなってきました。新年度を迎え、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

朝晩はまだまだ寒いですが、これから少しずつ暖かくなり、北海道でも桜の開花の時期が近づいてきますね。

今年度も『にしまるやま通信』をよろしくお祈りいたします！

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  
札幌西円山病院 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

医療法人 溪仁会

〔医療法人溪仁会 札幌西円山病院 広報誌〕

# にしまるやま通信

NO.62 2010年  
3,4月号



撮影者：松橋 成典

- リハビリ特集 Vol.12 ● MSW インフォメーション ①
- ロビーコンサート ● ECO NEWS ● にしまる探検ツアー
- 編集後記

## \* \* 札幌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、循環器内科、歯科
- 病床数 869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)

# リハビリテーション特集 Vol.12

## ～応用動作 - (外出する、バスに乗る)～

### 屋外歩行とバスの乗り降りの仕方などの留意点や介助方法について

リハビリテーション部 理学療法科  
山田 さゆみ

今回は応用動作、主に屋外歩行やバスの乗り降りの仕方についてお話しをさせていただきます。リハビリの中で病院内での立ち上がり動作やバランス、歩行練習が安定してくると、次の段階として屋外歩行練習、外出練習へと進んでいきます。一言で「屋外・外出」といっても、整備されたリハビリ室内や病院内を歩くこととは随分違いが生じてきます。たとえば、平坦に見える歩道であってもアスファルトの凹凸があったり、緩やかな坂道であったり、舗装されていない道などなかなか一筋縄ではいきません。また、外出するときにはバスや地下鉄などの公共交通機関の利用も考えなければなりません。

左側に麻痺のある方を例に説明します。坂道歩行の場合は、坂を昇るときは写真1のように①麻痺のない側→②杖→③麻痺側の順で、麻痺のない側の歩幅は通常より少し広めに出します。降りるときは写真2のように①麻痺側→②杖→③麻痺のない側の順で、麻痺側は通常より少し狭く出します。昇降どちらのときも、③の動作時は反対側の足の位置に揃えて出すと膝折れが起こらずに安全に歩行できます。



写真1  
坂道を昇る場合



写真2  
坂道を降りる場合

次に、バスの乗り降りについてです。現在では身体障がい者用のノンステップバスも出てきていますが、やはりステップのあるバスも多く走行しています。バスのステップや段差の昇り降りの手順は、昇り：①手すり→②麻痺のない側→③麻痺側(写真3)、降り：①手すり→②麻痺側→③麻痺のない側(写真4)の順が原則です。バスの場合はステップが普通の段差よりも高いため、先にステップに乗せた麻痺のない側に体重を乗せて手すりを握った手で身体を引き上げることがポイントになります。降りる場合は、地面に降りるときに身体を横向きにして、手すりを側方で握るようにして降ります。バスの乗り降りや段差の昇降、どちらも麻痺側での支持が必要となるため、バランスを崩し転落の可能性があります。介助者は段差を昇る時は後方、降りる時は前方と常に本人の下側にいて、本人が転落の不安を感じないよう介助します。



写真3  
バスへ乗る場合



写真4  
バスから降りる場合



これらの他にも、人や自転車、車が通ることや時間制限のある横断歩道といった普段の私たちの生活では気にならない部分が障がいになる事もあります。さらに、冬になると積雪のため道路条件がさらに悪い環境となります。杖や靴の工夫や歩き方のアドバイスなども踏まえて様々な状況下で歩行能力を高められるようリハビリが関わっていければと思います。

# MSW インフォメーション ①

## 高額介護合算療養費・高額医療合算介護サービス費について

世帯内の同一の医療保険の加入者の方について、毎年8月から1年間にかかった医療保険と介護保険の自己負担(※)を合計し、基準額を超えた場合に、その超えた金額を支給します。

※入院時の食費負担や差額ベッド代等は含みません。

基準額は、世帯員の年齢構成や所得区分により異なります。また、初年度(平成20年4月～平成21年7月)については、特例的な取扱いがあります。

### <夫婦2人世帯の例>(ともに75歳・市町村民税非課税)

- ・1年間で、夫が医療保険で30万円、妻が介護保険で30万円を支払った場合(世帯での年間の負担が60万円)
- 年間60万円を支払った後、支給の申請をすると、基準額(31万円)を超えた金額(29万円)が返ってきます。

◎詳しくは、加入されている医療保険または介護保険の窓口へご相談ください。

# ロビーコンサート

2月27日

節分コンサートが開催され「ムジカムボンテ」の皆様にお越しいただきました。

3月13日

菜の花コンサートが開催されカンテレと言う楽器の演奏を披露していただきました。

