

医療公開講座

当院では、開院より38年間培ってきた老年医療のノウハウを地域の方々に少しでも役立てたいと考え、月に1回、医療公開講座を実施しております。様々な職種が同じテーマでそれぞれの専門的な立場からお話しさせていただき、地域の皆さまの健康増進に寄与できればと考えております。

10月の開催予定は以下の通りです。

【お問い合わせ先】 電話：011-642-4121(代表)

担当：企画課・藤田、稲垣

メール：fujita-tor@keijinkai.or.jp

○医療公開講座 会場／かでる2・7(札幌市中央区北2条西7丁目)
時間／13:30～15:30 参加費／無料

回	日時	会議室	講座テーマ
第31回	10月14日(土)	820研修室	息・苦しくないですか？ ～COPDのリハビリテーション～

ロビーコンサート

7月初夏のコンサート



7/2(日)に初夏のコンサートが開催され、「コーラスサークル・チェリーズ」の皆様にお越しいただきました。

多くの患者様やご家族様がコンサートをご覧になられ、チェリーズの皆様の力強い合唱や、オカリナによる懐かしの名曲の演奏、鮮やかな手品に、コンサートは大変盛り上がりおりました。初夏の蒸し暑さも忘れ、患者様も大いに楽しむことのできた、素敵なコンサートになりました。



にしまるやま通信 2017 編集後記

今年の夏も終盤を迎えつつありますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。これから秋にかけて徐々に気温が下がってくるかと思いますが、まだ暑い日があるかもしれませんので、お体には十分お気をつけください。マメなうがい・手洗いを心がけ、秋の行楽シーズンを楽しみましょう。



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
札幌西円山病院 地域連携推進室内
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

発行日 2017.9.1

No.106



季節の写真リレー 撮影者/T.K

- ニューアシスト免荷装置 ● 簡単レシピ
- 医療公開講座 ● ロビーコンサート
- 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 650床(障害者施設等一般病棟、医療療養病棟、回復期リハビリテーション病棟)

最新!! 2017年6月導入「ニューアシスト免荷装置」

リハビリテーション部 和田 来緒

当院では現在数種のリハビリテーション支援機器(図1・2)を保有していますが今回は今年6月に導入された「ニューアシスト」についてご紹介したいと思います。



図1: HONDA 歩行アシスト



図2: IVES



図3: ニューアシスト

ニューアシスト(図3)は使用者の体重をバランスよく支えることで運動効率を高めることが可能とされています。広い範囲の疾患や症状に応用できるとされており例えば「膝や腰が痛くて動けない」、「歩く時に足が前に出ない」等といった場合に適用できます。当院ではトレッドミルと併用することで脳卒中や神経内科疾患の方の歩行能力、姿勢改善を目的に実施し効果を科学的に検証している最中です。

【魔法の杖】

ある講習会で講師の方から投げかけられた質問です。「沢山の患者さんを良くしたいと考えたとき、1つだけ願いの叶う魔法の杖を手に入れたとしたらどんな魔法をかけたいですか?」。200名中9割の方が同一の回答でした。それは…「**看護師や介護士、リハビリスタッフ等、多職種の考えたことや伝えたいことがいつでも、どこでも共有できる**」というものでした。これは単に「情報の共有」ではなく「ひと」との繋がりを表しているのかと私は感じています。どんなに高価な機器や技術、沢山の人がいたとしてもリハビリスタッフだけでは患者さんは決して回復しません。患者さんや御家族、各医療スタッフが「ひと」として繋がりが共通の目標に向かっていくことが良くなる秘訣だと考えています。こういった学びを生かし、回復期リハビリテーションセンターでは情報共有の場を多く設け、朝礼や終礼、カンファレンスや症例検討など頻回に実施することできめ細かいケアやリハビリテーションを提供できるように取り組んでいます。

【制度の壁】

平成28年度回復期リハビリテーション病棟では大きな変化がありました。患者さんを短い期間でより良くした施設に対し評価するというものです。一見とても良い変化に感じますが、ご高齢の方は回復の程度や速度が遅い傾向にあります。当院では患者さんの状況に合わせオーダーメイドのリハビリテーションを提供し、最後まで寄り添い治療していく所存です。



食物繊維たっぷり! 炊飯器で簡単

雑穀さつまいもごはん

<材料> 米2合分

- 米 2合
- 雑穀米の素 1袋(個包装のもの)
- さつまいも 200g
- 塩 小さじ1/2
- 酒 大さじ1
- 黒ゴマ 適量 ※お好みで

1人分(お茶碗1杯分)の栄養量

- エネルギー 207kcal
- たんぱく質 3.7g
- 食物繊維 2.1g

<作り方>

- ① さつまいもを一口大に切り、水にさらす。
ポイント:<さつまいもの煮崩れ防止対策>
1.皮つきにする。
2.皮をむいた場合は、水にさらす時間を15分くらいにする。
- ② お米をといで通常通りの水を入れる。雑穀米、塩、酒を入れてかるく混ぜ、さつまいもをのせて炊飯器のスイッチオン!
ポイント:酒を入れることで風味が増し、よりおいしくなる。入れなくてもOK
- ③ 炊き上がったらかるく混ぜる。盛り付け後、お好みで黒ゴマをふってできあがり♪



栄養科 尾形 のぞ美

<効能>

さつまいも・雑穀米ともに炭水化物ですが食物繊維が豊富です。食物繊維には血糖値の上昇を緩やかにする働きや整腸作用があるため、太る原因の防止や便秘予防・排便促進効果があります。

ほかにもビタミンやミネラル、ポリフェノールを多く含んでいるため、老化防止も期待できます。

おいしいものが多い季節です。ひと工夫を加えて食欲の秋を健康に過ごしましょう。

