



KOTORIDAYORI

江東リハビリテーション病院

# こうとうりは便り

KOTO REHA NEWSLETTER



## CONTENTS

新人歓迎会

江東リハ園芸クラブ紹介

地域健康教室

『心も体もいきいきと!～認知症とフレイルを防ぐ生活のヒント～』

院内向け健康教室

退院後も安心!『高血圧と上手に付き合うコツ』

漢方で暑い夏を乗り切ろう

医事課よりお知らせ

病棟看護師密着

行事食

令和6年度実績データ

# 新人歓迎会



5月20日(火)に新人歓迎会を亀戸のアンフェリシオンにて行いました。  
 新人の皆さんを始め、医局の先生方や先輩の職員達、総勢100名以上出席し、大変賑やかな会となりました。  
 新人の皆さんも入職式の時のような緊張感はなく、元気な自己紹介や今後の意気込みなども聞かれ、  
 部署を越えて当院の明るい雰囲気にも早く馴染んでいたように思われます。  
 これからも患者さんにより良い医療を提供できるよう、新人の皆さんと一緒に精進していきたいと思えます。  
 総務課 大野

# 江東リハ園芸クラブ紹介



暑い夏を迎える前の6月、当院のリハガーデン園芸エリアで患者さんと一緒に夏野菜を植えました。  
 当院のリハビリでは、自宅に帰るため最大限に患者さんの能力を引き出し、自宅環境と同様の動作訓練を行っています。園芸活動もその一つで、自宅に帰ってお花の世話をする方や、野菜などを育てる方の訓練の一環として活動を行っています。土や植物に触れることで、みなさん自然と笑顔がこぼれ、私たちスタッフも笑顔になります。今は毎日患者さんが水やりを行っています。  
 今年の夏は、たくさんの収穫とたくさんの笑顔で溢れるよう、今から楽しみです。

リハビリテーション科 作業療法士 大竹

## 地域健康教室

# 心も体もいきいきと!~認知症とフレイルを防ぐ生活のヒント~

**認知症とは...**

今までできていた日常生活や社会生活が脳の障害によって持続的に低下し、支障をきたす状態

記憶力や判断力の低下に加え、脳の画像によって診断されるもので、  
**単なる物忘れとは違います!!**

**認知症の病期と重症度**

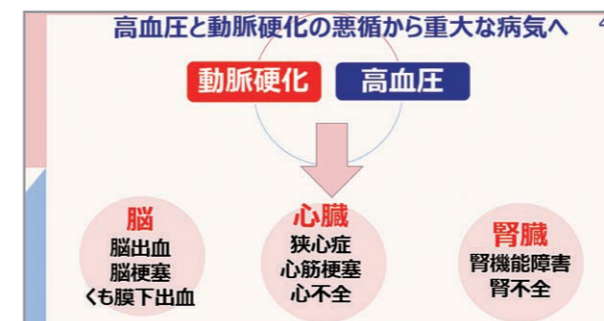
臨床診断	特徴
正常成人	主観的にも客観的にも機能障害なし
正常老化	物の置き忘れ、もの忘れの頻度あり、食生活困窮あり
境界領域	職業上の損傷仕事ができない、熱中症を患う仕事において同僚によって機能低下の指摘がある。新しい場所への旅行は困難
軽度	パーティーの計画、買い物、金銭管理など日常生活における複雑な仕事ができない
中等度	状況に合わせて適切な洋服を選べない、入浴させるために説明が必要になることがある
やや重度	独力で服を正しい順で着られない、入浴に介助を要する、入浴を嫌がる
重度	トイレの水を流し忘れたり、拭き忘れる
極重度	尿失禁
最重度	嚥下機能の低下(嚥下約6割に低下)
	理解し得る言葉は「はい」など、ただ1つの単語
	歩行能力の喪失
	座位保持機能の喪失
	笑顔の喪失
	頭部固定不能、最終的に意識消失(昏迷・昏睡)

ここから先に進行させないことが重要!

6月24日(火)地域の方々を対象に認知症とフレイルについての話をさせていただきました。1時間という長丁場でしたが皆さん真剣に耳を傾けてくださり簡単な予防の体操も笑顔をまじえながら行いました。  
 講義の後にも質問を多くしてくださり、そういった疑問や悩みに応えられるような活動を今後もおこなっていきたいと思います。  
 リハビリテーション科 理学療法士 林

## 院内向け健康教室

# 退院後も安心! 高血圧と上手に付き合うコツ



塩分量これも知っておこう!(主食編)

食品	重量	塩分量
ごはん	150g	0g
乾燥パスタ	100g	0g
冷凍そば	200g	0g
冷凍うどん	200g	0.6g
食パン(6枚切り)	-	0.7g
生中華麺	100g	1.0g

塩を入れてゆでなければ塩分0g  
 味付けなしでも塩分あり

今回の院内向け健康教室では、「退院後も安心! 高血圧と上手に付き合うコツ」についてお伝えいたしました。高血圧は放置してしまうと動脈硬化が進んでしまい、脳梗塞や心筋梗塞、腎機能障害など様々な合併症を引き起こしてしまいます。血圧を少し下げただけでも合併症を予防できるといわれ、また、食事や運動など生活習慣の改善で血圧が下がることもわかっています。

### 高血圧症の食事療法のポイント

- 塩分量の多い食品を食べる量や頻度を減らしましょう
- ラーメンなどの麺類はスープを残す、ソースなどの調味料は「かける」よりも「つける」ようにしたり食べ方を工夫しましょう
- 体内の余分な塩分を外に排出してくれる働きがある食物繊維・カリウムなどが含まれている野菜・果物・きのこ・海藻類を積極的に食べましょう

栄養科 小林

薬剤科コラム

# 漢方で暑い夏を乗り切ろう

暑い夏を迎え、“疲れやすい”“だるい”“食欲がない”などの症状はありませんか？  
そんな時に役立つ漢方薬をご紹介します。

### 【役に立つ漢方薬】

- 清暑益気湯  
暑さによる食欲不振、下痢、全身倦怠感、夏やせに。
- 補中益気湯  
胃腸の働きが低下し、疲労感や倦怠感がある方に。
- 五苓散  
下痢、尿量減少、むくみ等の症状があるとき。二日酔いや気圧の低下による頭痛にも。
- 人参養栄湯  
倦怠感や疲労感、食欲低下に加えて手足の冷えや貧血などがある場合。



薬剤科 小池

過酷な夏を乗り切るために活用してみたいはかがでしょうか。

# 医事課より お知らせ



2024年12月2日より、現行の健康保険証の新規発行は終了し、マイナンバーカードを健康保険証として利用する『マイナ保険証』へと移行しました。

マイナ保険証は、過去の受診歴や薬剤情報などが分かり、救急現場での適切な処置につながる等、より良い医療が受けられます。

当院でもマイナンバーカード対応の機器を1F受付に設置しておりますのでぜひご利用ください。



医事課 森

**マイナ受付 対応しています**  
医療機関や薬局で、保険証の代わりにマイナンバーカードを使う新たな方法。それが「マイナ受付」です。

**マイナンバーカードが 保険証として使えます。**

マイナンバーカードを保険証として使うと

- POINT ① より良い医療が実現に！  
従来の健康保険証同様でも、マイナ保険証の普及促進を図り、マイナ保険証の活用が促進されます。マイナ保険証の活用が促進されます。
- POINT ② 手続きなしで保険証以上の利便性が！  
マイナ保険証の活用が促進されます。マイナ保険証の活用が促進されます。

このステッカーが目印！

マイナ受付

事前に登録するだけで利用できます！

詳しくは マイナポータル

# 病棟看護師

密着！看護師の日勤業務を紹介します。

**出勤**

**01 朝礼 情報収集**

**8:35**

**02 食後ケア**  
口腔ケア・整容介助・トイレ誘導・オムツ交換・膀胱留置カテーテル挿入患者さんの尿破棄・個別ケア・シーツ交換。患者さんのニーズに合わせて、離床のためにデイルームへ誘導します。

**9:00**

**03 検温、記録**  
患者さんの体調に異常がないか、安全にリハビリできるか、周囲の環境は安全かなど確認しながら検温に回ります。

**10:00**

**04 点滴**  
点滴が必要な患者さんへ点滴を実施します。

**10:00**

**05 レクリエーション**  
デイルームでの体操を一緒に実施します。

**11:00**

**06 オムツ交換・トイレ誘導・経管栄養・食前処置・昼食後薬の準備**  
気持ちよく、集中して昼食が食べられるよう準備します。

**12:00**

**07 昼食配膳**  
必要な患者さんには食前薬やインスリン投与を行ってから配膳します。

**12:00**

**08 食事介助・配薬**  
食べ終わった患者さんから昼食後薬を与薬します。

**12:30**

**09 食後ケア**  
口腔ケア・トイレ誘導・オムツ交換

**13:30**

**10 日々の勉強会・多職種ミーティング**

**14:00**

**11 環境整備・個別ケア・記録・臨時検温**  
看護師・ケアワーカーで患者さんの部屋を回り、ベッド上の掃除やベッド周囲の拭き上げをします。

**16:00**

**12 オムツ交換・トイレ誘導・個別ケア**

**17:00**

**13 終礼**

3階病棟 看護師 與那嶺



常食  
行事食

令和7年7月7日  
七夕メニュー



- 【お品書き】
- ★ そうめん
  - ★ 鶏肉と夏野菜の梅煮
  - ★ 七夕プリン
- 超軟菜食

★ 患者さんの声 ★

〈全体意見〉

- 錦糸卵がきれいだった。
- ご飯だと食べきれなかったけど、そうめんだったから完食できた。
- 梅味がさっぱりしていて美味しかった。
- 盛り付けが芸術的だった。
- 七夕嬉しいな、そうめん美味しい。短冊書かなきゃ。
- さっぱりしていて美味しいね。
- (煮物) 梅の味があんまりしなかったね。
- つゆは出汁が効いていて美味しいね。

〈超軟菜食の方〉

- 七夕らしい献立ですね。
- しいていえば、ネギがほしいな。薬味があるといいね。
- 毎月の行事食楽しみです。
- プリンかわいいね。一番美味しかった。
- 短すぎてそうめんって感じなかった。
- 久しぶりのそうめん嬉しかったです。



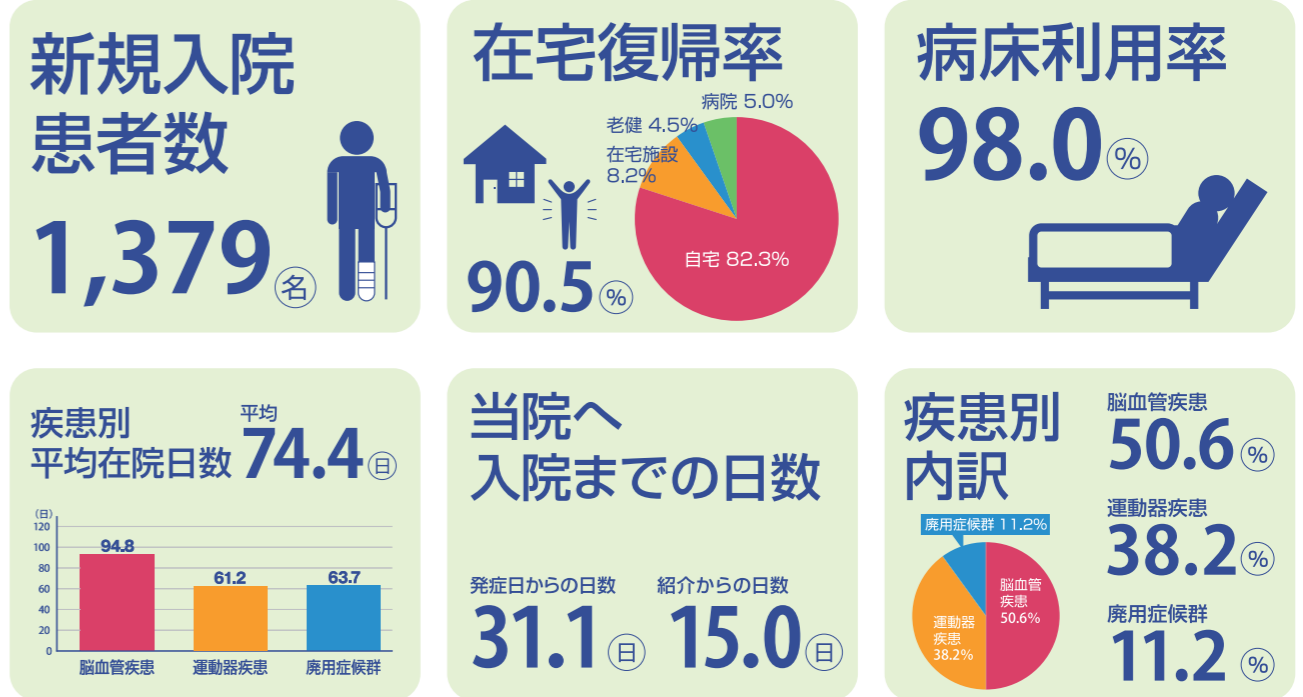
七夕にそうめんを食べる由来…古代中国で熱病が流行した際に、7月7日に索餅(小麦粉料理)を供えて祀り一年間の無病息災を願う風習が日本に伝わりそうめんを食べる風習へ変化したそうです。

今回、普段は麺を提供していない患者さんにも召し上がって頂けるよう献立の工夫を行いそうめんを提供しました。暑い日が続いているため、夏ならではのそうめんです少しでも涼しさを味わっていただけたかと思います。

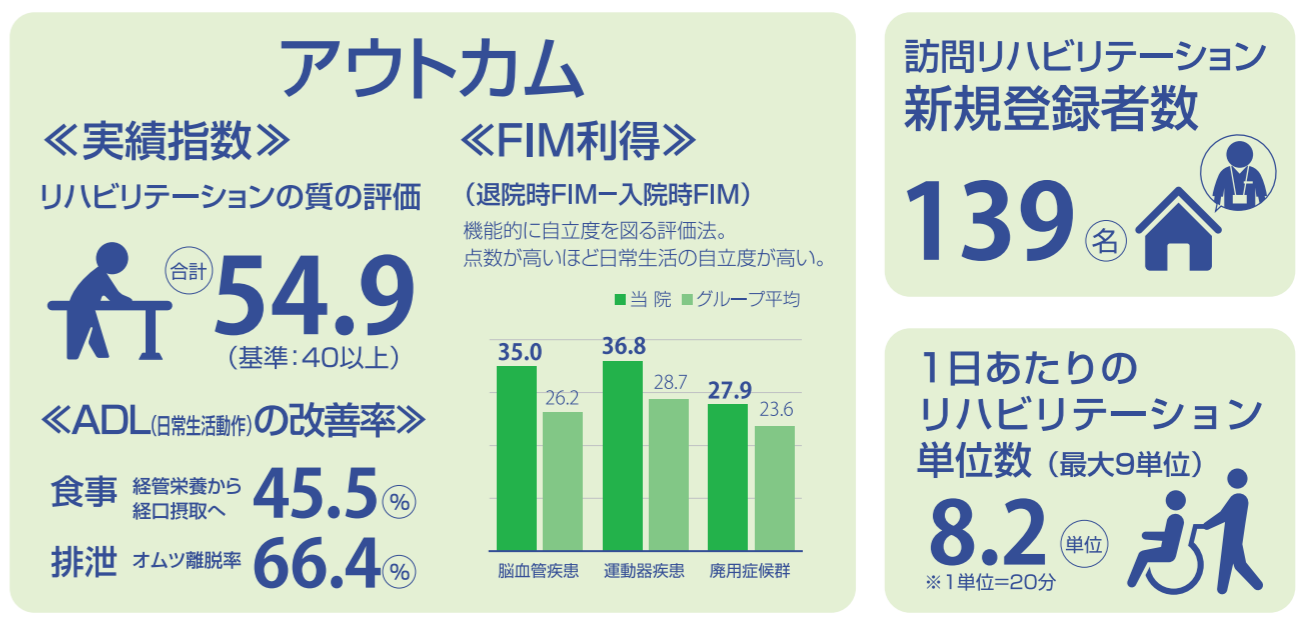
今後も患者さんに季節感を感じていただけるような食事の提供に努めてまいります。

栄養科スタッフ一同

実績DATA1 令和6年度(令和6年4月1日~令和7年3月31日)



実績DATA2 令和6年度(令和6年4月1日~令和7年3月31日)





学校法人巨樹の会  
**令和健康科学大学**  
 REIWA HEALTH SCIENCES UNIVERSITY

〒811-0213 福岡市東区和白丘2丁目1番12号  
 TEL 092-607-6701 (代表) FAX 092-607-6740  
 HP: <https://www.rhs-u.ac.jp/>



看護学科 SCHOOL OF NURSING | 理学療法学科 REHABILITATION / PHYSICAL THERAPY | 作業療法学科 REHABILITATION / OCCUPATIONAL THERAPY

# むすび♡プロジェクト



「むすびプロジェクト」は当グループのリハビリ病院を退院された患者様が、  
 その人らしく生きいきと生活していただけるよう、支援するための取り組みです。  
 今回はその取り組みのひとつをご紹介します。

**第22回 関東KG学術大会 むすびプロジェクト活動の報告**

令和7年2月22日(土)に第22回関東KG学術大会が八千代リハビリテーション学院で開催されました。関東KG学術大会とはカマチグループに所属する関東地域の各病院が研究成果を発表する場です。今回のテーマは「生活期の患者支援について」でした。一般演題として17件、学術顕彰として5件の発表が行われました。学術大会の中で八千代リハビリテーション病院・理学療法士河合大介と原宿リハビリテーション病院・看護師黒木博文が「LINE」「復職・就労支援」「心の交流会」を中心としたむすびプロジェクト活動報告を行いました。

多くのスタッフにむすびの活動内容を広く知っていただく良い機会になり報告後は活動に対して賛同する意見もいただきました。大会総括として座長のリハビリテーション関東統括本部長稲川利光先生が生活期の患者支援についてのご大切さを話されました。この学術大会で得た学びを活かし退院支援の質の向上に取り組んでまいります。



▲黒木博文看護師(左)・河合大介理学療法士(右)



▲むすびプロジェクトメンバーで集合写真

## ACCESS MAP



※敷地内は全面禁煙です

### 交通のご案内

西大島駅(都営新宿線)徒歩8分  
 都営バス 大島1丁目・北砂3丁目から徒歩3分



医療法人社団 巨樹の会  
**江東リハビリテーション病院**

TEL 03-6880-1555



〒136-0073  
 東京都江東区北砂2丁目15-15  
 FAX 03-6880-1556