

KOTORIDAYORI

江東リハビリテーション病院

ことうりは便り

KOTO REHA NEWSLETTER

Autumn
Vol.33

CONTENTS

- 開院8周年記念
- 院内旅行
- 夏祭りイベント
- マリンバ演奏
- 第8回カマチグループ医療連携会
- 江東区民祭り
- 第23回関東KG学術大会(看護部)
- 第23回関東KG学術大会(リハビリ科)
- 院内向け健康教室
『排便コントロール薬を学ぼう』
- 地域向け健康教室
『高齢者のための健康睡眠』
- 開院記念行事食

江東リハビリテーション病院

祝 開院8周年

お祝いのコメントと特別メニュー



昼食

- LEOC極みカレー
- 蒸し鶏のサラダ
- きのことベーコンのスクランブルエッグ
- デザート



開院8周年おめでとうございます。

極みカレーは普段ではあまり味わうことのできないような奥深い味で大変美味しくいただきました。私自身も、病院と同じく入職8周年を迎えました。総務課として日々の業務に携わる中で、直接患者さんと接する機会は多くはありませんが、病院全体が円滑に機能するよう、これからも職員が安心して働ける環境づくりに努めてまいります。

総務課 大野

院内旅行

院内旅行の季節となりました。栄養科は恵比寿にありますウェスティンホテル東京のインターナショナルレストラン「ザ・テラス」へ食事に行きましたので紹介させていただきます。ビュッフェ形式でお寿司やローストビーフ、ケーキ、ワインなどご馳走揃いでした。私は大の甘党なのでジェラートとチョコフォンデュの往復でした。何歳になってもチョコフォンデュにはテンションが上がります。

日常の生活を忘れるラグジュアリーでウェルビーイングに溢れる空間でした。

栄養科は1人1病棟配属のため科内の皆さんとゆっくりお話しできる機会はあまりないのでとても有意義な時間でした。

栄養科 村松



令和7年10月1日で開院8周年を迎えました。当日の食事は特別メニューにて無料提供されました。職員の皆さん、1年間お疲れ様でした。

開院8周年記念

夏祭りイベント



毎年恒例の院内での夏祭りを、今年も無事に開催することができました。

離床委員会メンバーを中心とし、射的や輪投げなど5個のブースを用意し、患者さんにスタンプラリー形式で周っていただきました。中には、ご家族さんと一緒に参加して下さる方もおられ「良い息抜きになった」「たまには楽しい事もないとね!次はいつ?」と温かいお言葉を頂戴しました。

今後も、季節感を感じていただき、記念写真を部屋に飾るなど認知機能面の賦活にもなり、何より皆さんに楽しんでいただけるような企画を考えていきます。

リハビリテーション科 作業療法士 山野内

マリンバ演奏



9月28日(日)にリハビリテーション室をお借りして30分間のマリンバの演奏会を実施しました。

私は病棟ではたらく看護師ですが、趣味でマリンバを習っているのでこのような演奏会の機会をいただけて感謝しています。伴奏を言語聴覚士の井上さんをお願いして、8曲演奏させていただきました。私の大好きなマリンバの柔らかく深い音色をたくさんの患者さんに聴いていただけたことをうれしく思います。「上を向いて歩こう」の演奏ではたくさんの患者さんが笑顔で一緒に歌ってくださって、音楽のすばらしさを実感しました。

もし歌や楽器、音楽が好きで演奏にも興味がある方がいたら、ぜひいつか一緒に患者さんのための演奏会が出来たらと思っています。お気軽に声をかけてください。

4階病棟 看護師 池本

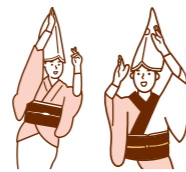
第8回カマチグループ医療連携会



令和7年9月18日(木)に帝国ホテルにて、第8回カマチグループ医療連携会が開催されました。カマチグループ東京地区・埼玉地区の7病院が、日頃よりお世話になっている医療機関・介護福祉サービス関係者の方々をお招きし、直接お会いする機会を持つことができました。各機関のご担当の方々と顔の見える連携を図る事ができ、地域の医療・福祉の繋がりをより強固なものにできたのではないかと思います。また、グループ病院間で協力して連携会を実施することで、グループ間で連帯感を持つことができました。

医療連携室 市川

江東区民祭り



江東区民まつり砂町地区大会のパレード(流し踊り)に当院スタッフが参加させていただくのも恒例となりました。今年も地域の皆さんに、おまつり前から浴衣の着付けや踊りの練習に協力いただきました。

当日の10月5日(日)は前日の雨も上がり秋らしい空気を感じながら地域の皆さんと心地よく楽しく参加できました。沿道の皆さんからの温かい声援や拍手を嬉しく感じながら踊りきり、一体感や達成感を味わい素敵な時間を共有できました。

これからも温かな地域の皆さんに見守られていることを忘れず、よりよい看護が提供できるよう努めていきたいと思ひます。

4階病棟 看護師 山本

第23回 関東KG学術大会

看護部

令和7年9月20日(土)に第23回関東KG学術大会に参加しました。

看護部からは、「KTバランスチャート®を用いた経鼻胃管抜去までの事例報告」という演題を発表し、金賞という喜ばしい結果を頂くことができました。

発表はとても緊張しましたが、皆さんが見守って下さり安心して臨むことができました。

テーマは自由だったので、様々な発表があり多くの学びがありました。

今回の経験を励みに今後の医療に活かしていきたいと思ひます。

4階病棟 看護師 小松



リハビリテーション科

令和7年9月20日(土)に八千代リハビリテーション学院にて開催された第23回関東KG学術大会に参加しました。

演題は「大腿骨近位部骨折患者における回復期リハビリテーション病院退院時の実用的な歩行速度に関連する因子の検討」について発表し銀賞を受賞することができました。

今回は日常的に繰り返す頻度の多い「移動」という動作に「実用的」という付加を取り入れた場合、獲得可否に影響を与える因子を明らかにしました。

引き続き、患者さんの健康に寄与できる可能性のある研究を継続していきたいと思ひます。

リハビリテーション科 理学療法士 佐久間

院内向け健康教室

排便コントロール薬を学ぼう



まずは生活習慣の改善を！

- 1. 規則正しい食事**
1日3回、定期的な食事をしましょう。
- 2. 食事内容の改善**
食物繊維や乳酸菌等の摂取の有効性が認められています。
- 3. 十分な水分摂取**
十分な水分を摂取することは便秘改善に有効です。
- 4. 適度な運動**
適度な運動を生活化し、便が腸内を通過する時間を短くすることができます。
- 5. 朝の排便を習慣づける**
毎朝、トイレに座る習慣をつけることが有効とされています。

便秘薬の種類

便を柔らかくする薬
浸透性下剤(マグミットなど)、上皮細胞変容薬(アミティーザなど)

刺激で出しやすくする薬
刺激性下剤(センノシド、ピコスルファートなど)、浣腸、灌腸

便の量を増やす薬
膨張性下剤(ポリカルボフィルなど)

腸内環境を整える薬
整腸剤(ビオスリーなど)

令和7年9月18日(木)に院内向け健康教室を開催しました。今回は「排便コントロール薬を学ぼう」というテーマで便秘薬の種類や調節の仕方について解説させていただきました。

中には10日間便秘が続いていたという方もいらっしゃり、真剣に資料をめくる姿が印象的でした。

薬だけで解決するのは難しいかもしれませんが、快適な生活を送るためのヒントとしてお役に立てれば幸いです。

薬剤科 薬剤師 小池

地域向け健康教室

高齢者のための健康睡眠



就寝前のリラクセス習慣

ぐっすり眠るためのコツ

おすすめする習慣

- ぬるめのお風呂
寝る1時間前に入ると体が温まって眠くなります
- 温かい飲み物
温かい牛乳やハーブティーでリラックス
- 深呼吸
ゆっくり深く呼吸して心と体をリラックス
- 読書
穏やかな本を読んで心を落ち着かせます

主な働き	摂取タイミング	食材料
トリプトファン	寝る1時間前に入浴後、トリプトファンを多く含む食品を摂取する	バナナ、鶏肉、卵、チーズ
ビタミンB6	トリプトファンを多く含む食品と一緒に摂取する	魚、にんにく、ヒマワリ油
マグネシウム	寝る1時間前に入浴後、トリプトファンを多く含む食品と一緒に摂取する	ひよこ豆、アーモンド、豆類
グリシン	寝る1時間前に入浴後、トリプトファンを多く含む食品と一緒に摂取する	豚足、コブ、さけ(鮭)
GABA	寝る1時間前に入浴後、トリプトファンを多く含む食品と一緒に摂取する	大豆、トマト、バナナ
メラトニン	寝る1時間前に入浴後、トリプトファンを多く含む食品と一緒に摂取する	ブルーベリー、ナス、トマト

令和7年9月30日(火)に開催した地域健康教室では、「高齢者のための健康睡眠」をテーマに、加齢による睡眠の変化や、質の良い眠りを得るための環境整備・生活習慣についてお伝えしました。寝室の温度・湿度管理、光や音の工夫、就寝前のリラクセス習慣(ぬるめの入浴・温かい飲み物・読書など)に加え、睡眠に関わる栄養素の摂取タイミングについても紹介し、特に自然な眠気を促す働きについて説明しました。「できることから一つずつ始めましょう」というメッセージのもと、参加者が自分に合った睡眠改善のヒントを得て、毎日を元気に過ごすきっかけとなれば嬉しく思います。

5階病棟 看護師 亀谷



開院記念日

令和7年10月1日



- ～ お品書き ～
- 赤飯
 - お吸い物
 - 天麩羅盛り合わせ
 - 菜の花としめじのお浸し
 - 抹茶ケーキ
 - 水羊羹



～ 患者さんの声 ～

- 彩りが綺麗ですね。
- お赤飯美味しいですね。
- 衣が硬かった。
- 天麩羅冷めてちぎりにくいね。
- ケーキ美味しかったです。
- 入院してから一番美味しい食事です。
- 天麩羅好きだから嬉しいです。
- 今日は豪華だね。
- 百点満点です。
- 良い日に入院してきた。
- 衣が硬かったね。外して食べちゃった。
- 天麩羅具沢山だね。
- 久しぶりのお赤飯嬉しい。
- 抹茶ケーキかわいいね。
- 天麩羅は塩があったら嬉しかったな。



令和7年10月1日、当院は開院8周年を迎えることができました。入院中の患者さんへ感謝の気持ちを込めて開院記念日特別メニューを提供いたしました。

皆様からの温かい声かけや助言をいただきながら、今後も美味しい食事の提供に努めていきたいと思っております。

どうぞよろしくお願い申し上げます。

栄養科スタッフ一同

未来の健康を守るのは、私だ。

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



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/>



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。

福祉と医療の連携について ~列島会・あきの会施設見学の実施~

令和7年6月28日、令和健康科学大学において「福祉と医療の連携を考える会」が開催されました。本会は、列島会・ゆとり・あきの会の3法人が主催し、医療や福祉の現場で実際に行われている支援の取り組みが発表されました。発表では、利用者一人ひとりの個性を尊重した多様な支援のあり方が数多く紹介されました。

今回の会に先立ち、私達は列島会およびあきの会の各施設を見学する機会をいただきました。列島会では、全国でも受注売上が高く、規模の大きな就労支援事業所を展開しており、とりわけ障がいの特性を活かした芸術活動が印象的でした。現在は4名のアーティストの方々が、それぞれの感性を活かして創作に取り組んでいます。あきの会では、「障害児医療生活支援ホーム 虹の家」を運営しており、特に「在宅療養児一時受け入れ支援事業」に力を注いでいます。併設の「なないろ診療所」では、施設利用中に受診や薬の処方も可能で、ご家族のニーズに寄り添った支援が行われている点が大変印象的でした。見学を通じて、患者さんが病院を退院された後の「生活期」にこそ、継続的であたたかな支援が必要であることをあらためて認識する機会となりました。

今回学んだことを今後の活動に生かすために、むすびプロジェクトでは「地域を支え、人に寄り添い、人生を応援する」という理念を大切にしながら、これからも活動を続けてまいります。

ACCESS MAP



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

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