

熊本リハビリテーション病院広報誌 くまりは！2020年夏号

# KUMAREHIA

2020 Summer

94

TAKE FREE

誕生  
生活リハセンター



Model : 鍬農真美(通所リハビリテーション熊リハ病院／作業療法士) Photographer : 伊藤写真事務所

# 生活リハセンターを創設しました

「地域包括ケアシステム」ということばを聞いたことがありますか？疾病があるても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けること、そしてそれを地域で支えるしくみのことです。

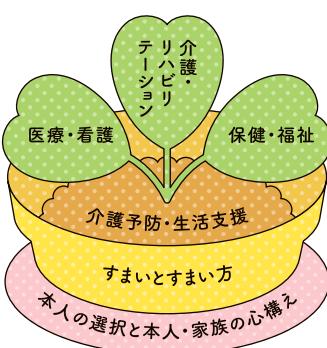
まだそんなことばがなかったころから、当院には患者様の退院後の生活を支えるためのしくみがありました。

2001年、熊本リハビリテーション病院だけでなく、関連する在宅部門の横の連携を強化する目的で「在宅ケアセンター」がスタートしました。リハビリテーション医療の一環である病院の在宅支援部門と介護保険関連事業所である訪問系サービス部門などが協働して、すべてのご利用者様にと題してより良いサービスを提供することを心がけてきました。

そして、2020年度より地域包括ケアシステムをさらに推進するため、「生活リハセンター」を創設しました。

医療・介護・予防・住まい・生活支援に関する相談や支援を一体的に行います。

これまでの訪問診療、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、居宅介護支援事業所での活動に地域や介護予防が加わりました。



医療と介護の垣根を越えて連携することで、自分らしく幸せいに生き活きとした生活を送っていただけるためのお手伝いをさせていただきます。

また、あまり表には出ませんが、地域の医療・介護

職への専門的知識や技術習得

支援をこれからも行います。

病気やけがによる障害を持つ人や介護が必要な人だけでなく、地域住民の皆さんにとっても身近な相談窓口として活動してまいりますので、これからもよろしくお願いします。

## ご挨拶



生活リハセンター長  
やどみ ちかひで  
弥富 親秀

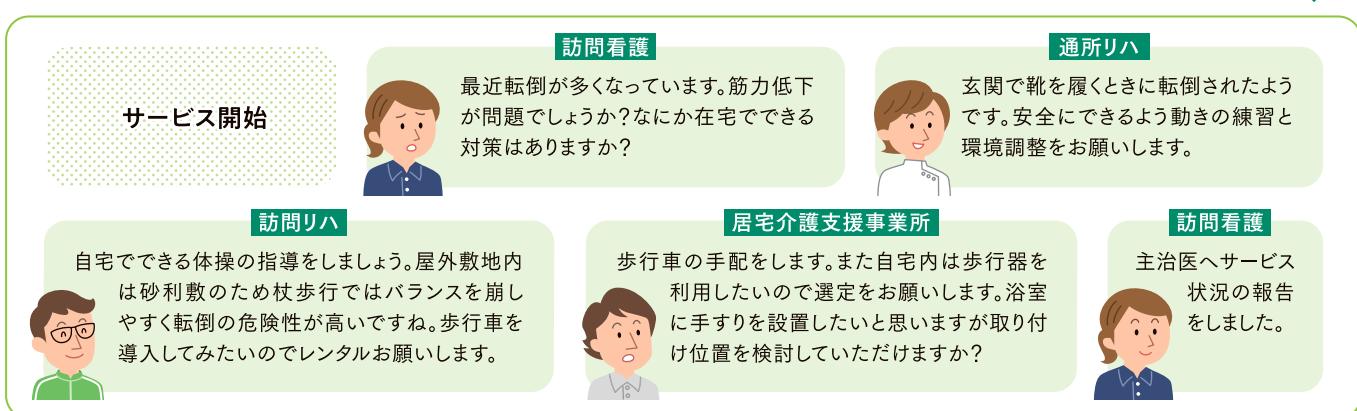
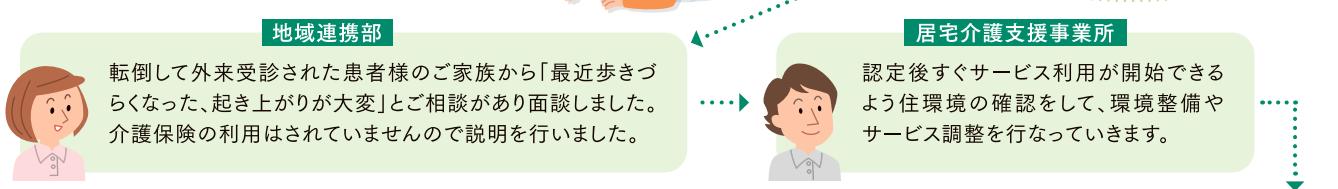
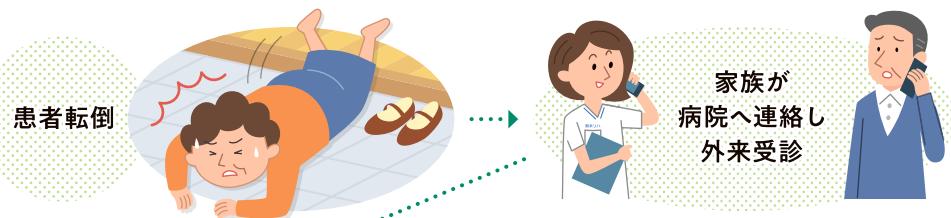
熊本リハビリテーション病院は地域の皆様の健康と生活に役立つサービスを提供してきました。これからも地域の皆様に、入院・通院・訪問でのサービスを通じて皆様のお役に立てるよう努めます。

生活リハセンターは、そのなかでも自宅生活の充実、人との交流のお手伝い、社会との交流を中心にサービス提供を行っています。日本社会の変化：核家族化、人口減少、高齢化などがあり、自宅生活での健康・生活の維持は意識しないと難しい状態です。また生活習慣はひとそれぞれです。ご自分の生活向上についてなんなりとご相談ください。ご要望に沿えるようにしたいと思います。いつまでも将来への好奇心を持ち、家族、まわりの人、社会とつながりのある生活を目指したいと思います。



**生活リハセンターでは下記の部門・事業所が連携を取り、患者様・利用者様の「生き活きとしたその人らしい生活」を支援しています**

利用者の健康状態に気になる点があればすみやかに情報交換し、サービスの拡充や提供時の注意事項として反映しています。



# 生活リハセンターのご案内

お問い合わせは  
裏表紙の各関連施設の  
連絡先をご覧ください。

## 訪問診療

通院が困難な方々を対象に、あらかじめお約束した日時にご自宅や施設を訪問し診療を行っています。急に病状が悪化した場合は医師の判断で当院外来への受診や入院といった対応を考慮します。

またご本人が希望され、ご家族の十分な理解が得られれば訪問看護と連携し「在宅での看取り」にも対応いたします。ご家族の在宅療養でお困りのことがございましたら、地域連携部へご連絡ください。



## 熊本リハビリテーション病院 地域連携部

地域連携部には、社会福祉士7名、退院調整看護師5名が在籍し、専門的な立場から様々なご相談に応じています。入院患者様には、担当者がつき安心して退院できるよう相談支援をおこなっています。

外来では、受診される患者様だけでなく地域の方々の窓口となり、安心して治療や在宅生活が送れるよう様々な相談に応じ、関係機関と連携を図っています。いつでもお気軽にご相談ください。



## 指定居宅介護支援事業所 サンライズビル

当事業所には経験豊富な7名の介護支援専門員(ケアマネジャー)が在籍しています。介護を必要とされている方からの相談や要望に応じ、介護支援計画を作成し、それに沿って適切な介護サービスが提供されるように事業者との調整を行います。

介護の事で自宅での生活に不安を感じられることがありましたら、お気軽にご相談ください。



## 訪問看護ステーション ひまわり

3事業所(本局)菊陽・西原方面(渡鹿サテライト)熊本市・益城方面(泗水サテライト)菊池市・大津方面から、看護師16名、理学療法士7名、作業療法士7名、言語聴覚士2名が、病気や障害をもちながら、在宅で生活されている方々と介護されているご家族の皆様が安心して毎日の生活が送れるよう、主治医やケアマネジャー等と連携をとりながら、訪問看護、訪問リハビリを提供しております。



## 熊本リハビリテーション病院 訪問リハ部

病院を退院される方へは継続したリハを、また周辺地域で療養されている方へは、自宅や屋外で歩きたい、環境を整えて安全に移動したい、介護をどうすれば良いか知りたいなどのご希望に対して自宅に伺いリハを行います。

また生活リハセンターの各部署といち早く情報交換を行い、安心して過ごしていただける連携に努めています。



## 菊池地域リハビリテーション 広域支援センター

菊池地域リハビリテーション広域支援センターは熊本県より指定を受け、菊池圏域を中心に医療・介護専門職員向けの研修会(介助方法、介護予防体操の指導)や介護保険事業所、住民の方々のリハビリテーションに関する相談(介護予防体操、住宅改修に関する相談など)支援を実施しています。リハビリテーションでお困りのこと等ありましたら、気軽にご連絡いただければと思います。



## 通所リハビリテーション 熊リハ病院

ご自宅で生活をされている方が施設に通い、リハビリテーションを行います。専門多職種のスタッフが多く配置されており、利用者様お一人おひとりの目標やケガ・ご病気の影響による生活上の問題に対して、個別リハビリテーション、集団活動等を通して支援します。ご利用者様の『やってみたい!』や『できるようになりたい!』が達成できるよう、お手伝いさせていただきます。



**ただいま!**  
在宅復帰支援システム

series  
5

ただいま!在宅復帰  
支援システムとは

患者様が住み慣れたご自宅で、その人らしくいきいきと生活が送れるように、  
入院時から退院後まで切れ目ない医療・介護・福祉の連携を図る取り組みです。

## 病棟カンファレンス編 (2週に1回開催)

病棟カンファレンスとは、患者様がこれから2週間で目標を多職種で話し合う場です。目標を持つことで患者様は意欲が増し、また各専門職はより効率的に専門性を発揮でき、早期社会復帰に繋げることができます。(※多職種・各専門職:主治医、リハスタッフ、看護師、地域連携スタッフ、社会福祉士等)

熊谷リハ太郎さん(70代・男性)は自宅で転倒して、右股関節を骨折しました。

### 入院して2週間…《病棟カンファレンス 1回目》

#### 本人様から希望を聴取!

リハ太郎さんがご入院されて、2週間が過ぎました。ますますできるようになりたい希望はありますか?



主治医



今は車椅子で生活しているので、歩けるようになりたいです

#### チームで協議!

リハ太郎さんは、1人で歩けるようになりたいそうです。今はどうですか?



今は平行棒の中で歩く練習中です

杖で歩けるようになったら、病棟でも取り組んでみますね

#### 協議内容を説明・確認!

2週間後には『食堂まで1人で往復できる』ことを目標に、足の筋力強化をしながら歩く練習をしましょう



主治医



わかりました!転倒に気を付けて頑張ります!

#### ただいまリハビリ中!



しっかり足をあげるように心がけましょう!上手になってますよ!



お部屋からトイレまで歩けるようになつきましたね!

一緒に歩いてくれるから安心だなあ



食堂までもう少し!頑張って!

ありがとう!頑張ります!

### それから2週間後…《病棟カンファレンス 2回目》



病棟内は1人で歩けるようになりました!退院したら、畠の様子を見に行きたいなあ~

それでは屋外を歩けるように練習しましょう!



主治医

畠でも移動できるバランスが必要ですね



家では畠で野菜を作っていたそうですね

『屋外庭園を1人で歩くことでできる』を目標に、一緒に外を歩いて、外での環境に慣れていくましょう!



主治医



わかりました!外に出られるようになると、畠の様子を見る楽しみができます!

その後のリハビリテーションにより、外を安全に歩けるようになったりハ太郎さんは、無事ご自宅へ退院されました。

リハビリテーションにおいて、チーム医療は欠かせません。チーム医療の要である病棟カンファレンスにより、1つ1つの目標を患者様とともに達成し、退院後の生活が安心・安全になるよう取り組んでいます。



# 入院中に多職種で行う栄養管理： 栄養サポートチーム

Nutrition Support Team:NST



サルコペニア・低栄養  
研究センター長  
リハビリテーション科副部長  
よしむら よしひろ  
吉村 芳弘

## 1 なぜフレイルか？－生物学的寿命と健康寿命を考える

私が診療しているリハビリテーション科では年齢が80歳半ばの高齢者が増えている。正確に言うと患者の高齢化が進んでいる。私が研修医のときはここまで高齢化を意識したことはあまりなかった。

この傾向は今後も継続し、2045年には高齢者人口が3,935万人とピークを迎えるものの高齢化率は低下せず、2060年には38.1%に達し、実に2.5人に1人が高齢者の時代が到来する。高齢者がマジョリティーとなる時代である。高齢者の健康維持・増進や高齢者を支える社会づくりは日本における喫緊の課題であり、世界から注視されている。

一方で、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間である「健康長寿」は、男性72.14歳、女性74.79歳と報告されている。平均寿命と健康寿命には約10年の乖離がある。男性は乖離が短縮傾向にあるが、女性はほぼ横ばいである。

## 2 長く生きるからよりよく生きるへ

表1は高齢者に何を期待するかを調査したアンケート結果である<sup>[1]</sup>。いずれの回答でも上位には「病期の効果的治療」、「身体機能の回復」、「QOL(生活の質)の改善」がある。医療を受療する側と提供する側のニーズが合致している。

注目すべきは、「死亡率の低下」がいずれの回答でも最下位にランクされていることである。必ずしも生命予後の延伸を目指した医療が優先されることはないとする考えが共通していることがうかがえる。

これまでの医療の目覚ましい発展は疑いようもなく「生命予後の延伸」であった。しかし、高齢者医療の現場のニーズは必ずしも生命予後の延伸ではなさそうだ。長く生きるからよりよく生きるへ、とニーズが大きく変化している。

[表1] 高齢者医療の優先順位に関する意識調査

質問：高齢者医療に何を期待しますか？

順位	地域高齢者※ (n=2637)	デイケア利用者 (n=795)	老年病専門医 (n=619)
1	病気の効果的治療	身体機能の回復	QOLの改善
2	家族の負担軽減	病気の効果的治療	利用者の満足
3	身体機能の回復	家族の負担軽減	病気の効果的治療
4	活動能力の維持	QOLの改善	活動能力の維持
5	問題の解決	活動能力の維持	身体機能の回復
6	精神状態の改善	精神状態の改善	家族の負担軽減
7	QOLの改善	利用者の満足	問題の解決
8	利用者の満足	問題の解決	精神状態の改善
9	資源の効率的利用	資源の効率的利用	資源の効率的利用
10	地域社会の交流	地域社会の交流	地域社会の交流
11	施設入所の回避	施設入所の回避	施設入所の回避
12	死亡率の低下	死亡率の低下	死亡率の低下

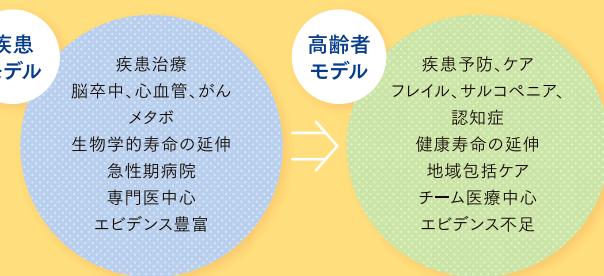
※ 65歳以上の地域在住高齢者で要介護認定なし

文献より著者改変引用

## 3 フレイルは高齢者医療の中心概念

老年医学では疾患ごとのガイドラインに盲目的に従うと、高齢者に断片的で不完全な治療が多数提供されてしまい、高齢患者の転帰は必ずしも好ましいものにならないことが多く報告されている。その背景要因の1つは加齢によるフレイルである。特に後期高齢患者は多病であることが知られており、多病を専門領域ごとに管理していると加齢による虚弱が見逃されやすく、時には相反する治療が提供されている場合もある。高齢者医療ではフレイルと、その主因であるサルコペニアや低栄養を中心に見据えた臓器横断的、職種横断的な管理が求められる(図1)<sup>[2]</sup>。フレイルには身体的フレイル、認知的フレイル、社会的フレイル、オーラルフレイルなどがある(図2)<sup>[2]</sup>。

[図1] 超高齢社会に求められる医療のパラダイムシフト



次号の連載では、フレイルによる負の影響、2020年から開始されたフレイル検診などを解説します。

[図2] フレイルの

多様な要因



【引用文献】 [1] Akishita M, et al. Priorities of health care outcomes for the elderly. J Am Med Dir Assoc. 2013 Jul;14(7):479-84.

[2] 吉村芳弘, 他: 熊ハラ発! エビデンスがわかる! つくれる! 超実践 リハ栄養ケースファイル. 金宝堂, 2019

## 新任醫師紹介

はじめまして!!



リハビリテーション科  
かなば しゅんじ  
**金場 俊二**

ですから、構わず声をかけてみてください。  
元々自分は外科・小児外科医として  
大学病院や熊本市民病院・熊本赤十字  
病院で勤務してきました。9年前に  
メスを降ろして熊本市内の病院に移  
り、そこで初めてリハビリテーション科  
に携わることになりました。

ところがそこでリハビリテーションに  
嵌まり込みました。患者さんの能力を

今回リハビリテーション科の専門医を目指した研修医として赴任させてもらいました。聞き慣れない苗字でしようと、熊本生まれ熊本育ちです。研修で東京に1年間赴任した以外は、ずっと県内で過ごしています。『キンバ』『キンジョウ』と呼ばれる事にも慣れていました。

定職医の資格まで取得できました。それに飽き足らず、更に『リハビリテーションをもっと知りたい』という思いで、48才になりながらも改めて研修医として再度勉強を志すことにしました。

方の診断評価法や治療方針の建て方を学びながら、また整形外科・脳神経外科・循環器内科・泌尿器科の各科の先生方と連携して、専門的な評価・治療を指示頂きながら治療に励んでいます。

1年間しっかりと学びながら、患者さんの方の声を聴いて、学んだ知識を次の患者さんに返していくればと思つて います。どうぞよろしくお願ひします。

すんなり「いいよ」と返事が返って来て、  
それから間もなく我が家に  
やって来たのが詩子（以下、  
うたちゃん）です。

飼育本を暗記するほど読み込み、書いてある通りに躊躇なく専念し、ちょっとでもいつもと様子が違えば動物病院に駆け込み、「子犬はあつという間に大きくなるよ」と聞いていたので、寝る間を惜しんで触れ合う。など、完全にうたぢやん

中心の生活を送る事になりました。  
毎日、数え切れないほど「うたちゃん、  
可愛いね、おりこうさんだね。」と声を

掛け続け、気づけば  
シニアと言われる  
7歳になった頃、  
「この先、うたちゃんが  
いなくなる人生なんて  
考えられない、少しでも  
血が繋がっている子を迎  
えたい。」と考えるようになり、やつて来た  
のが姪っ子の奏(かなで)。ところがこれが  
悪夢の始まりでした。

とにかく部屋中におしつこ、おしつこ、  
大量のおしつこ!私は、毎日夜中に起きて  
奏をトイレ誘導し、にも関わらず起床後、  
おしつこまみれの床を拭き、仕事から帰つ  
ても最初に部屋中の床を拭き、あゝ、一生  
これが続くのかと泣きそうな気持ちにな  
りながらも覚悟を決めかけた1年後、  
なんとトイレでできるようになりました。

それから平和にわんこ2匹への愛が止  
まらない毎日を送る中、

今年の2月にご縁があつ  
てお迎えした初の男子和  
夢(なごむ)君。これが、本当になごむの  
です。今は、毎週末3匹を連れてお出かけ  
し、楽しく走り回る姿に癒されながら、  
わんこ生活を楽しんでいます。



左目が白内障の  
詩ちゃん(10才)



『看護部長』／佐藤並子



奏ちゃん(3才)



# ながら運動のすすめ

いつでもどこでも短時間で効率よく効果が得られるながら運動第5シーズンが始まりました。

初回はストレッチ前の呼吸法なので《0》としました。

**腹式呼吸(リラクゼーション)の紹介です。**

## 【方 法】

背もたれから体をはなし、右手は胸に、左手はおなかの上におきます。口から吐く時におなかをへこませます。鼻から吸った時におなかをふくらませます。終わったら両手をひざの上におきます。

### ✿きく筋✿

#### ・呼吸筋群(横隔膜など)

呼吸をコントロールすることで全身のリラックスが図られ、心身の調子を整えることができます。



自分のペースで10回



✿まめ知識 悠久の自律神経の調整ができ、寝る前に行うと寝つきがよく、ぐっすり眠れます。又、血流が良くなるため、冷え性対策になります。

令和元年11月1日をもちまして法人名称を、社会医療法人令和会へ変更しました。



社会医療法人令和会  
**熊本リハビリテーション病院**

〒869-1106 熊本県菊池郡菊陽町曲手760  
TEL.096-232-3111 FAX.096-232-3119

院 是 病める人に愛と奉仕を  
己の仕事に誇りと責任を  
組織の中に英知と秩序を  
そして理想の医療に向かって  
一歩一歩前進しよう

病院 基本理念  
1. 地域ニーズに応えうる  
高機能の総合リハビリテーション病院を目指します  
2. 患者様の権利を尊重し  
満足して頂ける医療サービスを提供します  
3. 保健・医療・福祉の連携を推進し地域社会に貢献します

## 診療科目

- 整形外科
- リハビリテーション科
- 内科
- 循環器内科
- 呼吸器内科
- 消化器内科
- 代謝内科
- 総合診療科
- 脳神経外科
- 脳神経内科
- 形成外科
- 泌尿器科
- 麻酔科
- 放射線科
- 血管外科
- 心臓血管外科
- 歯科
- 歯科口腔外科

## MAP



## 関連施設

- 熊本整形外科病院 〒862-0975 熊本市中央区新屋敷1丁目17-1 TEL:096-366-3666
- 介護老人保健施設サンライズヒル 〒869-1106 熊本県菊池郡菊陽町曲手760 TEL:096-232-5656
- 南郷谷リハビリテーションクリニック 〒869-1602 熊本県阿蘇郡高森町高森2186-1 TEL:0967-62-3351
- 訪問看護ステーションひまわり (熊本リハビリテーション病院併設) TEL:096-232-3113
- 指定居宅介護支援事業所サンライズヒル (熊本リハビリテーション病院併設) TEL:096-232-3115
- 通所リハビリテーション 熊リハ病院 (熊本リハビリテーション病院併設) TEL:096-232-3970
- 通所リハビリテーション南郷谷 〒869-1602 熊本県阿蘇郡高森町高森2186-1 TEL:0967-62-3351
- 熊本リウマチセンター (熊本整形外科病院内) TEL:096-366-3666
- 菊池地域リハビリテーション広域支援センター (熊本リハビリテーション病院内) TEL:096-232-3194
- 事業所内保育所くまりハッキズガーデン 〒869-1106 熊本県菊池郡菊陽町曲手760 TEL:096-233-2720