

こもれび

Koganei Rehabilitation Hospital INFORMATION



手には**技術** 頭には**知識** 患者様には**愛**を

Contents

- 大忘年会**
看護部だより
- マスクの正しい使い方**
リハビリコラム
- メドマーを導入しました**
栄養科コラム
- その植物食べられますか?**
薬局コラム
- お薬ひとつちメモ**
- こもれびトピックス**
前原町1丁目防災訓練 / ラスベガス研修
後期避難訓練 / 餅つき
御用納め / 起震車体験
- 医療連携室から**
- 病院周辺のご紹介**



大忘年会

今年も立川グランドホテルにて、関連病院や近隣病院の方々など、多くの方にご出席をいただき、大忘年会を開催しました。

来賓挨拶、そして蒲池会長の挨拶の後、毎年恒例の各病棟對抗の余興がスタートし、各病棟、趣向を凝らした余興を披露しました。

大抽選会では、田中名誉院長がハンス王子、今泉看護部長がエルサに扮して司会をし、会長賞や院長賞を始め豪華景品が当たる度に歓声上がり、大変盛り上がりました。

最後は瓜生田関東統括副本部長の閉会の辞の後、蒲池会長による万歳三唱でお開きとなりました。今年も無事に大忘年会を終えることができ、ご協力を頂きました皆様に感謝いたします。

総務課 加藤 秀明



看護部便り

マスクの正しい使い方



まだまだインフルエンザ流行中ですが、ウイルスは直径0.0001mmほどであるため、一般的なマスクの網目よりも小さく、ウイルスそのものをマスクだけで防ぐことは難しいといわれています。しかし、ウイルスを含む水分である飛沫は、直径0.005mmほどとウイルスよりも大きく、マスクの網目にも引っ掛かります。このことから、風邪などに感染した本人が、飛沫を外へ出さないためにマスクを着用することは、周囲への感染予防にも効果があるといえるのです。正しいマスクの付け方で予防しましょう。

つける前には必ず手を洗って清潔な状態に！

1 上下を確認

表裏はメーカーによっても見分け方が異なりますが特にない場合は紐がついている方が裏になる事が多いです。上下の確認方法は、鼻周りにフィットさせる針金が入っている方が上。プリーツなど、折り目がある場合は、プリーツの山部分が下方向になる。

2 鼻・口・顎を覆う

鼻から顎までを覆ったら、マスクの上部を鼻筋にフィットさせてウイルスの侵入を防ぐ。

3 ゴムひもで耳に固定

ゆるすぎず、きつすぎない物がおすすめ！自分に合ったサイズを選ぶ事で、ウイルスの侵入を防ぐ。

装着時に注意したいこと

4 顎にかけない、フィルターを頻繁に触らない

鼻や口元を出す際に、マスクをずらして顎にかけるとはNGです。一度マスクを顎にかけてから戻してしまうと、顎部分に付着していたウイルスなどの飛散物が、マスクの内側、手に移る可能性があります。

普段、何気なく行っているマスクの着用ですが、正しい方法でできていましたか？しっかりウイルス対策をして、感染予防しましょう。

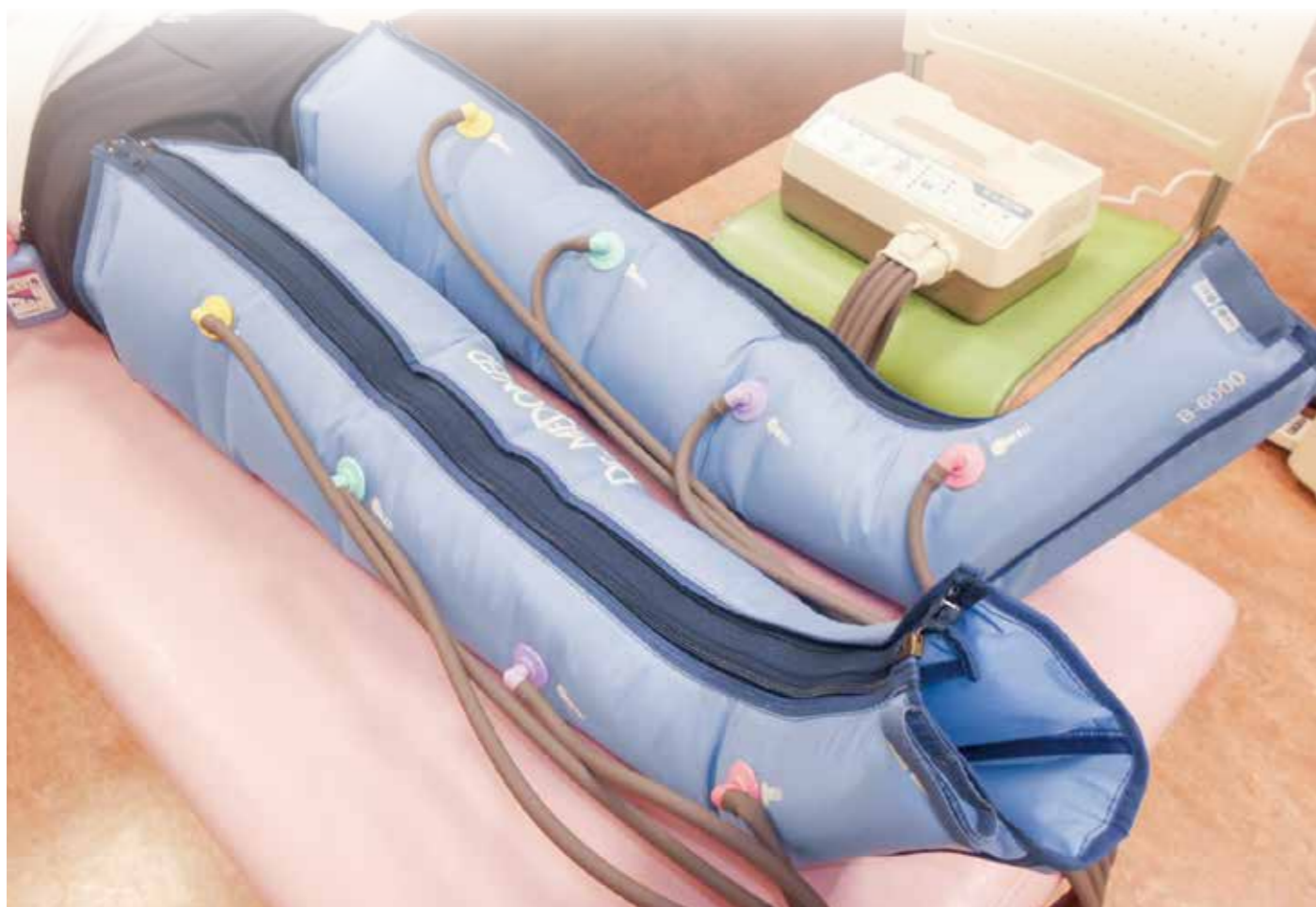
看護部 看護補助者 矢島 さくら

メドマーを導入しました

リハビリテーション科 理学療法士 松園 招訓

リハビリ科では先日よりメドマーという機器を導入しました。メドマーとは、空気圧を利用した波動型のマッサージ器です。ブーツ型の空気袋を足に装着し、機械で空気を送り込み末梢から中心部に向かって徐々に空気圧をかけていきます。手術後の痛みや体力の低下により歩行機会が減少し、血液の環流が低下している方の足の血栓予防や、リンパ性浮腫などによる足のむくみ解消にも効果があります。また、筋肉疲労や筋肉痛、神経痛にも効果があるとされています。デイサービス・デイケア等、このメドマーを使用している施設もあるようです。また、スポーツ界でも導入している選手が多くいるそうです。リハビリスタッフも実際に使用してみましたが、足がほぐされている感覚でとても快適だったという感想が多数ありました。

しかし、患者様の中には身体の状態によりメドマーが禁忌となる方もいらっしゃいますので、当院では医師の指示に合わせて実施をしていきます。



その植物食べられますか??

栄養科 管理栄養士 上田 五彩

植物には食べられるものがある一方で、有毒成分を持つものも多くあります。有毒植物を誤って食べた場合嘔吐、下痢の食中毒症状が発症する場合があります。そうならない為にも栽培した植物を食べる時には注意が必要です。

注意ポイント!

- ⚠ 食用植物と観賞用植物は区分けし、離して植える様にしましょう。
- ⚠ 種が飛んで来たり、以前に植えていた植物が再び生えてくる場合もあるのでどこに何を植えたのか必ず目印をつけておきましょう。

確実に“食用”と判断出来ない場合は…

採らない!

食べない!

売らない!

あげない!



お薬ひとくちメモ

薬剤科 薬剤師 大西 知子

今回はポリファーマシーについてです。

ポリファーマシーとはポリ(poly=多数の)ファーマシー(pharmacy=薬)という造語で多剤併用による有害現象を表します。

有害現象とは薬が多いことによる飲み間違い、飲み忘れ、残薬問題、薬の副反応による「ふらつき」「転倒」、不要な処方や重複処方などが上げられます。超高齢化社会に直面している日本では薬物治療の需要はますます高まるでしょう。多剤服用がすべて悪いというわけではなく症状に必要な薬を見極める事が重要です。当院でもこの問題に取り組んでおります。





こもれび トピックス



前原町防災訓練

【令和元年11月30日】

近隣にある小金井市立南小学校で行われた防災訓練に当院から9名参加をしました。

小金井消防署の方に初期消火のための機材の使い方を学びました。今回は消火器の他に小型の可搬式ポンプとスタンドパイプの使い方も教えていただきました。

これらは消火器と違ってあまりなじみがなく、めったにできない良い経験ができたと思います。

この経験を病院や地域の防災に生かしたいと思います。

総務課 井上 俊介

スタンドパイプ



小金井市立南小学校校庭にて。近隣の方々と消火訓練。



餅つき

【令和元年12月27日】

昨年12月27日に東京品川病院にて行われた、餅つき大会に当院から10名参加をしました。他のグループ病院からも多くの参加があり、餅つきと餅の成形作業を行いました。

餅つきは想像以上に大変であり、気付けば他病院の方と声を掛けあいながら餅をつき、休憩時は他病院のスタッフと交流も図ることが出来ました。ついた餅は当院の鏡餅として1Fエレベーターホールに飾られ、スタッフには紅白のもちが、その日に行われた御用納めに振る舞われました。貴重な経験をさせて頂きました。

リハビリテーション科 理学療法士 廣瀬 直喜



ラスベガス研修

【令和元年12月5日～5泊7日】

令和元年12月5日(木)から5泊7日の日程で、アメリカ研修に参加させていただきました。パワースポットであるセドナや、グランドキャニオン、アンテロープキャニオンをまわりました。映像で見るとよりも素晴らしく、どこまでも広がる景色に圧倒されました。

ホースシューベンドは、15分ほど歩いて行く必要がありましたが、景色を見た瞬間に疲れが吹き飛びました。高所から見下ろすので怖さも感じましたが、吸い込まれるような美しさでした。

ラスベガスではストリップのきれいな夜景や、迫力のあるショーを楽しむことができました。

今回の研修でアメリカの歴史や文化の違いを実感し、とても貴重な体験をさせていただきました。

看護部 部長室クラーク 大森 えみか



御用納め

【令和元年12月27日】

毎年恒例の御用納を行いました。

お寿司やピザ、オードブルを囲み、一年間を振り返る貴重な時間を過ごすことができました。

たくさんの方々への感謝の気持ちを忘れずに、来年も地域に根ざした医療をめざして、職員一同頑張ります。どうぞよろしくお願いたします。

総務課 中村 亜砂美



後期避難訓練

【令和元年12月16日】

今回は、2階病棟の201号室から出火という想定で避難訓練をしました。

私は、入職して初めての避難訓練で、患者様役として参加させて頂きました。

職員視点では火災が発生した際の職員の動きを確認することができ、患者様視点では誘導時、気をつけることや介助方法の改善点等を見つけることができました。

小金井消防署の方から講評をいただいた後は、消火器による消火訓練も体験し、使用方法や消火のコツも教えて頂き大変勉強になりました。非常時も慌てることなく今回学んだことを活かして冷静に対応していきたいです。

今回の体験を通して訓練の重要性を改めて実感することができました。今後も万が一の時に備え、職員として患者様の命を守ることができるよう訓練を重ねていきます。

看護部 医療連携室 MSW 今井 夏帆



起震車体験

【令和2年1月15日】

1月15日に起震車を体験させて頂きました。起震車の流れは、①揺れを感じたらすぐにテーブルの下に潜り脚につかまって頭を隠す。②揺れが収まったときに、周囲の環境を確認して逃げ道を確保する。③ブレーカーを切って外に出る。この流れを担当者の方から説明がありました。実際に体験すると揺れを感じた時には何もできないことを実感しました。今後、首都直下型地震が大きな確率で起こると予測されています。いつ起こるかわからないため、日頃からの備えが必要だと感じました。

看護部 外来看護師 田浦 弘之



医療連携室から

医療連携室は現在、看護師3名、社会福祉士の資格を持つ医療ソーシャルワーカー10名、事務1名が在籍し、患者様と地域との懸け橋となる病院を目指しております。患者様やご家族様が安心して入院生活が送れるよう、入退院に関わるご相談をお伺いし、必要に応じて介護保険制度や障害福祉制度等の福祉サービスや施設を含めた社会資源の情報提供を行い、地域の様々な機関と連携を取りながら日々業務を行っております。ご不明な点がございましたら、いつでもお気軽にご相談ください。

- 相談窓口 / 1F受付
- 受付時間 / 9:00~16:30(月曜日~金曜日) 9:00~12:00(土曜日)



小金井リハビリテーション病院 医療連携室 TEL 042-316-3100 / FAX 042-316-3222

小金井リハビリテーション病院 周辺のご紹介

小金井ファーマーズ・マーケット

JR武蔵小金井駅南口から徒歩6分にあるJA東京むさし小金井ファーマーズ・マーケット(ムーちゃん広場)は2019年6月に移転オープンした直売所です。

新鮮な地場産農作物、精米、精肉、地酒、植木、花、お菓子、アイスクリーム等の豊富な品々を取り扱っています。

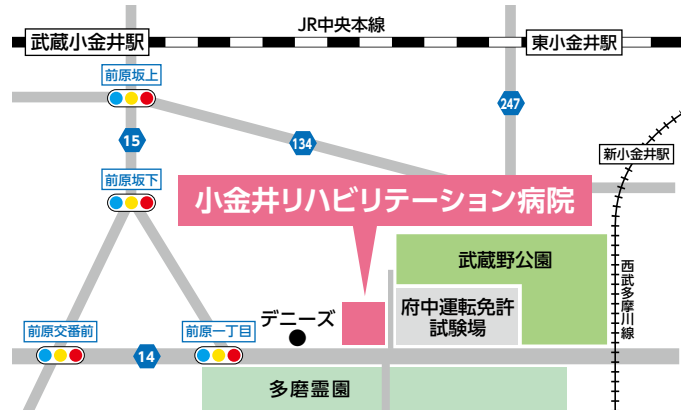
また、ぶどう祭りや柑橘祭り、肉の特売日など季節毎のイベントも数多く開催されています。

医事課 寺嶋 香織



小金井ファーマーズ・マーケット
東京都小金井市中町4-16-22
TEL 042-385-3281
【営業時間】 9:00~17:00
【定休日】 なし
(休業日:3月・9月の最終平日、年末年始、夏季休業)

小金井リハビリテーション病院 アクセスマップ



一般社団法人 巨樹の会

小金井リハビリテーション病院

TEL 042-316-3561 / FAX 042-316-3562

〒184-0013 東京都小金井市前原町1丁目3番2号

http://www.koganei-rh.net/ info@koganei-rh.net

小金井リハビリテーション病院 検索

看護師・看護補助者入職お祝い金制度あります!

看護師

の方は、採用させていただいた場合、

入職祝金 **30万円** (税込) ※日勤のみの場合は20万円を支給いたします。

看護補助者

の方は、採用させていただいた場合、

入職祝金 **10万円** (税込) を支給いたします。

詳しくは上記HPより〈求人情報→看護師募集中・看護補助者募集中〉からご確認ください。

※但し、紹介業者からの紹介の場合はこの制度は除外とさせていただきます。

