



院 是

すべては患者さんのために

南東北春日リハビリテーションシヨン病院
介護老人保健施設 春日リハビリテーション・ケアセンター

小春日和

こはるびより

発行
2013年1月

第98号

新年のごあいさつ



南東北春日リハビリテーションシヨン病院
院長 後藤 恒夫

皆様、明けましておめでとございます。

平成24年は、震災と原発事故の影響を引きずったまま、もやもや感が拭えずに過ぎて行ってしまった気がします。また、政治や経済も大混乱となり、ノロウイルス、インフルエンザが猛威を奮う中、暮れの衆院解散・総選挙、民主惨敗・自民大勝で終わりました。

平成25年はどうでしょうか。自民・安倍政権になって国民の生活や、健康はどうなるのでしょうか。景気対策を優先するのでしょうか。医療に関しては、政府の援助をあまり期待できないかもしれません。そんな中で、私達が頼む所は、地域の方々の信頼、支援であり、職員の団結力です。さらに良い医療、福祉を提供することにより、地域の方々との結びつきを強くし、また職員の力を信じて、色々な困難を乗り越えて行きたいと思えます。本年もどうぞよろしくお願い致します。



職員年男・年女 新年の抱負

病棟 看護師・矢部タマコ

南東北春日リハビリテーションシヨンに入職してから、早いもので4年目にはいります。経験のなかった回復期リハビリ看護を、経験できたことは私の人生の中で、貴重な経験のひとつです。急性期看護では、治療が中心で、患者様個人は置き去りにされるようなこともあります。治療のためなら抑制は必然と、私も考えていましたし、様々な抑制をしてきました。しかし、ここでは抑制をせず、人権を大尊重しています。その工夫は本当に、人権を尊重する上で大切なことだと実感しました。

私の人生において、今年4回目の巳年を迎えます。毎年毎年が、日々新しい経験と学びの連続です。その中で私は、暑い日差し、強い風に立ち向かったときもありました。「柳の木のごとくあれ」という言葉があります。風が吹けば風に任せてなびき、雨が降れば雨が落ちやすいようにうなだれる。自分にも他人にもやさしく、柔軟に対応できる柳のように、強い人間になりたいと私は考えます。これからも多事多難や楽しいことがあるかと思えます。どうぞよろしくお願ひします。

病棟 介護福祉士・福安 利光

今年の目標は、何事も平穏でゆとりを持って行動していきたいと思う。

老健 看護師・石坂 幸江

新年あけましておめでとございます。年女ということで、1年間健康で過ごしたいです。それから、昨年以上に明るく、元気にパワー全開で利用者様に笑顔をお届けする様に努めていきたいと思ひます。今年もよろしくお願ひします。

老健 介護スタッフ・矢吹 都美

私の今年の抱負は、「様々な経験をし、スキルアップできるように行動する」です。自分自身まだまだ、勉強不足な所がいっぱいあるので、良い経験を積んでスキルアップできたら良いなと思ひています。今年もよろしくお願ひします。

通所リハビリテーション 介護福祉士・有我いづみ

あけましておめでとございます。今年の抱負は、「仕事と家庭(育児)の両立!!」です。利用者様と過ごす時間、家族と過ごす時間、どちらもとても大切な時間です。楽しく充実した1年となるよう、「笑顔」の多い1年となるよう、仕事と育児、頑張ります。今年も皆様にとつて、ステキな1年となりますように・・・。

居宅 ケアマネージャー・奥山 明浩

昨年は娘が生まれ、慣れない子育てを通して、子供の日々の成長の早さに感心し、学ぶことも多くありました。今年は年男ということ、娘の成長に負けないように、自分自身も成長できるような良い1年にしたいと思ひます。

リハビリテーション科・五十嵐 誠

今年、「自分の考えをまとめる」を目標に生活してきました。目標に対して自己学習などを中心に活動続けることはできていますが、目標達成には至っていないと感じています。そのため年度は引き続き「自分の考えをまとめる」を目標により一掃自己研鑽に励んでいきたいと思ひます。

リハビリテーション科・長南 聡美

早くも二回目の年女を迎える年となりました。節目の年と新しい年の始まりという事で、仕事も初心を忘れず患者さんの悩みや喜びに寄り添いながら、自己研鑽を怠らず前向きに頑張っていきたいと思ひます。今年も、宜しくお願ひします。

今月の目次

1 ページ 新年のごあいさつ

2 ページ イベントニュース

3 ページ くるみマークってなに??

4 ページ リハビリ「ナー」お知らせ 編集後記

イベントニュース

クリスマス会を行いました



12月13日（木）
毎年恒例のクリスマス会を行いました。午前の部は今年も和幼稚園の園児の皆さんが利

用者さんとの交流に来て下さいました。歌や踊り、ジェスチャーゲームを行った後は、利用者さんへのお土産として園児の皆さん手作りのサンタクロースのメ



ダルをいただきました。最後に入所者さんからのお礼の言葉、そしてサンタクロースから

のプレゼントもあり、かわいらしい園児の皆さんの姿に利用者さんは頬を緩ませていました。午後の部は患者さんのピアノ演奏、須賀川高校の合唱部&吹奏楽部のミニコンサートとそして老健職員による出し物を行いました。この日の為に練習した甲斐があつて参加した患者さん、利用者さんにはとても喜んでいただき、賑やかなクリスマス会となりました。



心を込めて年賀状をかきました



なあ」としみじみと書いていた方の年賀状をのぞくと、輝かしい元旦を迎えおめでとございませう。新年も頑張りましょう！とメッセージが書いてありました。

巳年は去年（辰年）に頑張つて蒔いた種が実を結ぶと言う話を聞いた事があります。皆さんの充実した一年を願っています。

元旦に向けて手作りのスタンプを使い、家族の方に向けて年賀状づくりを行いました。今年は巳年という事で、へビのスタンプを牛乳パックで作り、好きな絵の具の色を使って利用者さんと一緒に作りました。緑、橙、紫などの綺麗なへビのスタンプが押され、利用者さんが家族に向けて感謝のメッセージを書きました。「今年ももうおわりだ





くるみんマークってな～に??

くるみんとは、「子育て支援に取り組む企業を認定するマークの愛称」です。

2003年に成立した次世代育成支援対策推進法は、子育て支援のための行動計画の策定と国への届け出を求めています。雇用環境の整備に関し、子育て支援に積極的に取り組む企業には認定マークの使用が認められ、認定マーク（愛称：くるみん）を商品、広告、求人広告などにつけ、子育てサポート企業であることをアピールすることができます。

認定をうけるためには、行動計画の計画期間が終了し、9つの認定基準を全て満たすことが必要となります。

1. 雇用環境の整備について、行動計画策定指針に照らし適切な一般事業主行動計画を策定したこと
2. 一般事業主行動計画の計画期間が2年以上5年以下であること
3. 策定した一般事業主行動計画を実施し、それに定めた目標を達成したこと
4. 一般事業主行動計画についての公表及び従業員への周知を行っていること
5. 計画期間内に男性の育児休業等取得者が1人以上いること
6. 計画期間内に女性の育児休業等取得率が70%以上であること
7. 3歳から小学校に入学するまでの子を持つ従業員を対象とする「育児休業の制度または勤務時間の短縮等の措置に準じる措置」を講じていること
8. 次の①から③までのいずれかを実施していること
 - ①所定外労働の削減のための措置
 - ②年次有給休暇の取得の促進のための措置
 - ③その他働き方の見直しに資する多様な労働条件の整備のための措置
9. 法及び法に基づく命令その他関係法令に違反する重大な事実がないこと

医療法人社団三成会（南東北春日リハビリテーション病院、介護老人保健施設南東北春日リハビリテーション・ケアセンター）は、この度福島労働局から子育て支援に積極的に取り組んでいる企業（子育てサポート企業）として平成24年11月1日付けで認定されました。

平成24年11月20日に福島市・福島合同庁舎で子育てサポート企業認定通知書の交付式が行われ、厚生労働省福島労働局の河合智則局長から当法人の中村喜美子事務局長に認定書が交付されました。

須賀川市はもちろん、福島県内の医療機関では初めての認定です。福島県ではこれまでの認定企業は8社で今回当法人を入れて10社となり、全国では1,377社が認定されています。



平成24年12月11日には、厚生労働省雇用均等・児童家庭局の石井淳子局長が「くるみん認定企業」視察のため須賀川市の当法人施設を訪れ、後藤院長、育休経験のある男性職員ら計6人と短い時間でしたが懇談いたしました。その中で後藤院長から福島県内に若者がもどり子育てと仕事が両立できる環境整備等の要望を石井局長へお願いし、努力するとの返答を頂きました。



リハビリコーナー

脳梗塞の再発を防ぐために

脳梗塞は、再発率の高い病気で、患者さんの約半数が発症後の10年以内に再発しているというデータもあります。脳梗塞再発の要因の1つとして、【生活習慣病】が挙げられます。
 代表的な生活習慣病：高血圧・糖尿病・脂質異常症

●生活習慣を改善するにはどうする？●

(食生活)

- ・ 摂取エネルギー量を適正にする
- ・ 動物性脂肪をとりすぎない
- ・ 1日の食塩摂取量は6g未満を目標にする
- ・ 野菜をたくさん食べる

(運動)

- ・ 1日30分を目安に体を動かす

(たばこ)

- ・ 喫煙している人は必ず禁煙する

(脱水)

- ・ 水分を制限しすぎない
- ・ 寝る前にコップ1杯の水を飲む



生活習慣を見直して改めていくことは、再発予防に大きな効果があります。大切なのは、1つの病気の検査値ではなく、生活習慣病を管理していくことです。そうすることで再発のリスクを低下できます。

市民健康教室のお知らせ
 地域の皆さんを対象とした市民健康教室を開催します。参加希望の方は会場までご案内しますので、当日受付にてお声をかけください。たくさんの皆さんのご参加をお待ちしております。参加費は無料です。

日 時●平成25年1月26日(土) 午後2時～午後3時
 テーマ●健康教室茶話会 健康についての意見交換
 講 師●看護管理マネージャー 菊池富士子
 その他●健康チェック ○骨密度 ○血管年齢 ○血圧 ○体脂肪測定
 ※テーマが変更になる場合があります。ご了承ください。

■ 外来診察担当医表 (予定) 眼科は当面の間休診となります。

診療科	診療時間	月	火	水	木	金	土
内科 消化器科/循環器科/呼吸器科	午前8:30～12:30	大越 透	大越 透	大越 透	大越 透	佐藤 哲夫	大越 透
	午後1:30～ 4:30	大越 透	大越 透	大越 透	樋口 健弥	大越 透	
脳神経外科	午前8:30～12:30	後藤 恒夫		後藤 恒夫		後藤 恒夫	
	午後1:30～ 4:30						後藤 恒夫
形成外科・皮膚科	午後1:30～ 4:00			北原 正樹			
リハビリテーション科 <small>(理学療法・作業療法 言語聴覚療法)</small>	午前8:30～12:30	後藤 恒夫		後藤 恒夫		後藤 恒夫	

禁煙治療を行っています

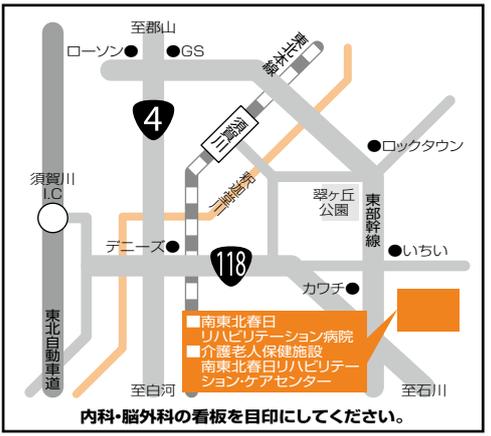
皮膚科の診療を行っています

健診 ●一般健診 ●人間ドック ●胃がん検診 ●内視鏡検査
 ●協会けんぽ健診(旧政府管掌)〈生活習慣病・予防健診〉

編集後記
 1月といえばみなさんは何を思い浮かべますか?あるインターネットでのアンケート調査によると、初詣、お年玉、箱根駅伝、センター試験などが上位になっていました。その中に「書初め」という言葉はランク外でしたが、書道を知っていた私としては思い浮かぶ言葉のひとつです。最近では馴染みのない言葉になってきましたが、年明け(一般的には1月2日)早々、めだたい書や絵をかい、どんと焼きなどで燃やすことで字がうまくなるといふ伝説があります。現在は学校でも日常でも毛筆を使うことは少なくなりましたが、日本人として心豊かに親に向かい、筆をとるといふならわしは、なくしてほくありませんね。

■発行/医療法人社団 三成会
 南東北春日リハビリテーション病院 TEL.0248-63-7299
 南東北春日居宅介護支援事業所 TEL.0248-63-7297
 介護老人保健施設 南東北春日リハビリテーション・ケアセンター TEL.0248-63-7279
 南東北春日訪問看護ステーション TEL.0248-63-7278
 通所介護事業所 南東北春日リハビリ石川 TEL.0247-56-3711
 所在地：福島県須賀川市南上町123-1
 ホームページアドレスが変わりました http://www.kasuga-rehabili.com

■印刷/石井電算印刷株式会社 南東北 春日 検索



個人情報保護法施行により、紙面に掲載されている写真は、本人の承諾を得て掲載しております。