



院 是  
すべては患者さんのために

# 小春日和

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

こはるびより

発行  
2017年1月

## 第146号

### 新年のごあいさつ



新年明けましておめでとうございます。皆さまにとつて良い年でありますよう心よりお祈り申し上げます。

昨年は4月に診療報酬改定があり、回復期リハビリテーション病棟ではアウトカム（成果）評価が導入され、よりリハビリの質が高め結果が向上するよう、職員一同研鑽を積み、充実したりリハビリテーションを提供できるように努力してまいりました。また、併設のメディカルフィットネスさくらでは、おかげさまで会員数が増え、少しずつではありますが地域の皆様にも認知されるようになりました。今後もサービスの充実をはかっていきたいと思っております。

今年も地域の皆様が必要とされる病院・施設となれるよう職員一同、努力してまいります。本年もどうぞよろしくお祈り致します。

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 院長 後藤恒夫

#### 一年男・年女の新年の抱負 有我マサ子（看護師）

あけましておめでとうございませう。老健9年目を迎えることになりました。たくさんの方々の利用者様とふれあい、言葉をかけていただき

笑顔をもらいました。自分の出来ることを行い、相手の気持ちになり、痛みを感じ、穏やかに過ごしていただけるよう、知識を身につけて少しでも貢献できるように頑張りたいです。

**五十嵐 由紀子（介護福祉士）**  
通所リハビリでは、リハビリ・入浴・送迎など様々な場面で利用者さんと関わらせて頂いています。今年も通所での仕事が入りますので、信頼される職員になれるよう、日々学習していききたいと思っております。そして初心を忘れず、利用者さんに寄り添う介護をしていきたいです。プライベートでは去年の秋に御朱印帳を購入したので、お寺・神社めぐりをしたいです。

#### 管井拓哉（理学療法士）

社会人3年目に入り、未だ新米ですが先輩も徐々に増え、指導する立場にもなってきました。指導するにあたり、納得してもらえる説得力が必要になってくると感じます。日々の臨床での経験や研修会等を踏まえ、自分なりに考えを導き出し、人を納得させることのできる説得力を身につけることを目標に、1年間業務に励んでいきたいです。

#### 富岡肖子（事務）

4回目の年女となりました。健康診断担当として9年間突っ走ってきましたが、右も左もわからない私を支えてくださった多くの方々に、心から感謝申し上げます。今年も健診を通してより多くの皆様と関わりながら、様々なことを発信できるように視野を広げていきたいと思っております。

#### 浜津優哉（介護福祉士）

今年も春日に勤めて4年目になるので、自分自身の仕事ももちろんのこと、新人職員の教育

も行えるようになりたいと考えています。教えるということは、自分も一緒に成長することが出来るので、2017年はさらなる成長の1年にしたいと思います。

#### 村越雅也（理学療法士）

3回目の年男を迎えて、仕事と家庭の両立を目標に頑張ります。仕事では入職してちょうど10年目となり、より良いリハビリの提供や、やりがいのある職場環境づくりを。家庭では妻と2人の子育てを協力して頑張りたいと思います。

#### 若林雅子（看護師）

新年明けましておめでとうございます。今年も西年で私は年女になりました。そして厄年です。今年も健康第一で心穏やかに過ごしていきたいと思っております。また、周りの人への感謝も忘れず、日々積み重ねていきたいと思っております。今年もよろしくお祈りいたします。



#### 今月の目次

1 ページ

家庭の医学

2 ページ

イベントニュース

3 ページ

リハビリコーナー

4 ページ

メディカルフィットネスさくら通信  
外来診察担当医表

# EVENT

# イベントニュース

## イルミネーションが 点灯開始

12月に入り市内のあちこちでもイルミネーションの明かりが灯り始めました。

当院でも毎年恒例のイルミネーションの点灯を開始しました。東部環状線側に設置中です。お近くにお越しの際はぜひご覧ください。



## 健康診断より



次年度の健診予約受付が開始しております。

市の胃がん検診・企業健診・人間ドック等で胃内視鏡検査

をご希望の方はお早めのご予約をおすすめ致します。

健康診断直通 ☎0248-63-7106

受付時間 (日曜日・祝日を除く 8:30~17:00)

## 相談室より

今回は、確定申告の際に提出することで税金を安くしたり、税金の還付を受けることができる医療費控除についてご紹介したいと思います。  
医療費控除とは、医療費を多く支払った人に対して、税負担を軽くする制度で、自分と生活を共にしている家族(生計を一にする)が支払った医療費が対象となります。

①実際に支払った医療費の合計額

ーマイナス

②保険金などで補填される金額

ーマイナス

③10万円

＝イコール

医療費控除

医療費控除を受けるときには、確定申告書とともに領収証と医療費明細書などの添付が必要ですので、大切に保管し領収書がない場合はメモ書きでもよいので記録していくと良いかと思えます。

また、医療費控除の対象になるものは幅広くあり、病気や入院などで支払った料金以外にも、介護保険制度の下で介護サービス事業者から要介護者や要支援者が提供を受ける居宅サービスや施設サービスのうち、療養上の世話に相当する部分の金額は控除の対象になります。  
具体的な控除対象となる医療費は以下の通りです。

### 【控除の対象となる医療費】

- ①医師又は歯科医師による診療・治療費
- ②治療又は療養に必要な医薬品の購入
- ③あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゆう師・柔道整復師による施術費
- ④保健師・看護師・准看護師又は特に依頼した人による療養上の世話の費用
- ⑤傷病により6ヶ月以上寝たきりで治療を受けている場合、必要があると認められた時のおむつ代(医師が発行したおむつ証明書が必要)
- ⑥助産師による分娩介助費用
- ⑦通院費(ただし、自家用車のガソリン第や駐車料金は対象になりません)
- ⑧介護保険制度の下で提供された一定の居宅・施設サービスの自己負担額(例)居宅サービス↓訪問看護・訪問リハビリ・通所リハビリテーション等施設サービス↓指定介護老人福祉施設・介護老人保健施設・指定介護療養型医療施設等

※これら以外にも、内容によって対象となる場合があります。

確定申告の際の時間を考えると、なかなか手続きまで至らない場合もあつたかと思えます。これを機に、ご自身やその家族が年にどれくらいの医療費を支払っているのか見直してみることが、これからの生活に活かしていただける機会になればと思います。

申請先は各税務署です。国税庁のホームページからインターネットを利用して電子申告をすることも可能です。

# 「片麻痺における着替え方の一例」

今回は脳卒中などにより片麻痺となった方の着替え方の一例を紹介します。

難易度は衣服の形態によって異なりますが、今回はかぶりシャツを用いて説明を行って行きます。

※写真と説明は右片麻痺（斜線部）を想定しています。

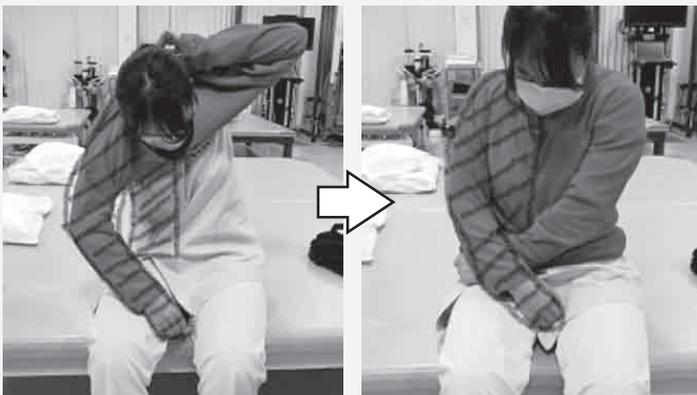
①膝の上に背中部分が上にくるように置き、麻痺のない手で麻痺側の手を先に入れます。



②麻痺のない方の手を入れます。



③シャツの首元をつかんで頭を通してからシャツの前後を引っ張り、服を整えます。



※脱ぐときにはこれと逆に行います。

今回は麻痺のある方のかぶりシャツの着方を紹介していきましたが、最初は出来るだけ大きめの服、もしくは伸縮性のある服から脱ぎ着する練習を行うとよいと思います。

また、前開きのシャツの場合は、ボタンやジッパーなど片手で操作が難しい場合もあるので、その際にはベルクロテープなどで服の前部分を止めやすく改良することも一つの方法になります。

ズボンや靴下の場合は、麻痺のある足を麻痺のない方の足に組ませ、麻痺のある側から穿いていきます。着替えの時のポイントは、『着る時は麻痺のある方から、脱ぐときは麻痺のない方から』です。

しかし、個人によって方法が異なる場合があるので、お困りの際はリハビリスタッフにお声かけ下さい。

<参考文献> ADL とその周辺 評価・指導・介護の実際 第2版

## 感染対策委員会からのお願い

インフルエンザ・感染性胃腸炎の流行時期となっています。院内感染の防止のため、次に該当する方は面会をご遠慮下さい。

○発熱、せき、のどの痛みなどがあり、体調不良の方

○下痢、嘔吐などの症状がある方

○同居中の家族がインフルエンザ・感染性胃腸炎と診断された方

○所属する学校や職場でインフルエンザ・感染性胃腸炎が流行している方

※流行時期の面会をご家族のみとさせていただきます、中学生以下の方の面会は原則禁止とさせていただきます。

また、面会時の手指消毒及びマスクの着用をお願い致します。

院内感染防止のため、皆さまのご理解とご協力をお願い致します。



# メディカルフィットネス さくら



## ワンコインイベント実施しました

12月1日から12月30日まで、ワンコインイベントを実施しました。

今回のイベントは、実施した分の筋トレや有酸素マシン、スタジオをポイントとして記録していきます。消費カロリーが多いトレーニングほど、ポイントを高く稼ぐことができます。

今回はイベントを達成すると、ビジター券（1日利用券）もしくは20分間のマンツーマンストレッチをプレゼントさせていただきました。2016年最後のイベントということもあり、皆さんいつも以上に一生懸命取り組まれていました。

メディカルフィットネスさくらは1月で2周年になります。今年も皆さんの健康をスタッフ一同でサポートさせていただきます。

健康面で何かご不安がありましたら、お気軽に体験・見学にいらしてください。お待ちしております。



**メディカルフィットネス さくら 会員募集中!!**  
 ☎ 0248-63-7252 営業時間 / 10:00 ~ 21:00 (日・祝日を除く)

### ■外来診察担当医表

※日本大学工学部と総合南東北病院の共同研究の一環として診療を行っています。

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科 <small>消化器科/循環器科/呼吸器科</small>	午前8:30~12:00	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8:30~12:00	後藤 恒夫		後藤 恒夫	専門外来/ 脳健康外来※	専門外来/ 脳健康外来※	
	午後2:00~ 4:30						小鹿山 博之
形成外科・皮膚科・美容外科	午後1:30~ 4:00			北原 正樹			
眼科	午後1:30~ 4:00					小林 奈美江	

**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>

**眼科の診療を行っています**

**禁煙治療を行っています**

**皮膚科の診療を行っています**

■発行/医療法人社団 三成会

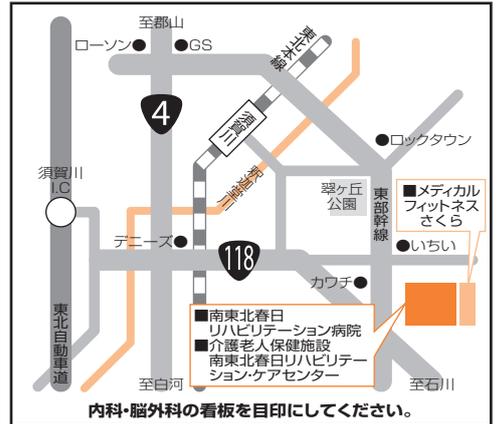
南東北春日リハビリテーション病院 TEL.0248-63-7299  
 介護老人保健施設 南東北春日リハビリテーション・ケアセンター TEL.0248-63-7279

南東北春日居宅介護支援事業所 TEL.0248-63-7297  
 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 南東北春日リハティ石川 TEL.0247-56-3711

所在地: 福島県須賀川市南上町123-1 <http://www.kasuga-rehabili.com>

■印刷/石井電算印刷株式会社 南東北 春日



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。