



南東北春日リハビリテーション病院
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
2010年1月

第62号

「新年のごあいさつ



南東北春日リハビリテーション病院
院長 後藤恒夫

明けましておめでとうございます。

春日ホスピタウン（南東北春日リハビリテーション病院、春日リハビリテーション・ケアセンター）も、6回目のお正月を迎えました。年ごとに近隣地域はもちろん、県内、県外の病院や施設から、春日ホスピタウンでのリハビリテーションを希望される方々が増えてきています。このような方々を失望させないように、春日ホスピタウン全体として新しい知識や技術を積極的に取り入れ、職員のレベルアップを計り、また医療安全対策、感染対策を充実させ、より信頼される組織になるよう努力する所存です。

職員／年男・年女の今年の抱負

病棟 ■ 介護福祉士 大木美美子

明けましておめでとうございます。10代・20代の頃には今のような生活を想像できませんでした。次の年女（40代!!）までには、「こうなるぞ」と夢（目標）を持ち、実現できるよう人生を送りたいです。今年もよろしくお祈りします。

病棟 ■ 介護福祉士 添田明美

明けましておめでとうございます。2回目の年女を迎えました。今年も昨年以上に仕事もプライベートも充実した1年になるよう、頑張りたいと思います。そして中身も外身も磨き、いい女を目指して努力していきたいと思えます。今年もよろしくお祈りします。

リハビリテーション科 ■ 理学療法士 村越未来

2年目になるという自覚を持ち、日々勉強していきたいです。患者さんに必要とされる理学療法士になれるよう努力します。個人的には自転車通勤に挑戦して体重3kg減を目指したいなあと…。

リハビリテーション科 ■ 言語聴覚士 関隆志

今年に入社して2年目になります。みんなに信頼される言語聴覚士になるため、より多くの患者さんの力になるため、日々精進していきたいです。2010年、無限の可能性にレッツ寅イッ!!

介護老人保健施設 ■ 介護福祉士 福田大樹

ケガ、病気がなく健やかに日常生活を送り、笑顔満開で今年1年を楽しく過ごしたいです。

介護老人保健施設 ■ 介護福祉士 遠藤直美

人を思いやり、素直な気持ちを持って仕事や生活ができるようにしたいです。



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・ご案内

3 ページ 介護教室

4 ページ 栄養だより

イベントニュース

クリスマス会を行いました

12月17日、回復期リハビリテーション病棟にて、恒例のクリスマス会が開催されました。今年は午前と午後の2部構成で行われました。午前中は幼稚園児達の慰問があり、その可愛らしい姿に患者さんはとても喜んでいました。午後は職員による合唱があり、患者さんと一緒に歌える曲を選び一緒に歌いました。その後、病院から患者さんへクリスマスプレゼントを渡し閉会しました。今年も患者さんに喜んで頂き大成功でした。今後も患者さんに喜んでもらえるような行事を企画していきたいです。



第26回 市民健康教室の お知らせ

平成22年2月27日(土)、「尿失禁対策について」をテーマに地域の皆さんを対象とした、第26回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22年2月27日(土)
午後2時～3時30分

テーマ●「尿失禁対策について」

講師●菊池富士子 看護管理マネージャー

場所●南東北春日リハビリテーション病院
5階会議室

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。

一般事業主行動計画とは？

次代の社会を担う子どもが健やかに生まれ、育成される環境整備を進めるため、平成15年7月、「次世代育成支援対策推進法」が成立しました。この法律に基づき事業主にも労働者が仕事と子育てを両立させ、少子化の流れを変えるための次世代育成支援対策のための行動計画を策定することが、100人以上の企業において平成23年4月1日以降義務化されます。行動計画には、(1)計画期間、(2)目標、(3)目標を達成するための対策とその実施時期の3つを定めなければなりません。

《当法人の行動計画》

職員が仕事と子育てを両立させることができ、職員全員が働きやすい環境をつくることによって、全ての職員がその能力を十分発揮できるようにするため、次のような行動計画を策定しました。

- (1)計画期間 平成21年9月1日～平成24年8月31日
- (2)(3)目標と対策 目標①／子どもの出生時における父親の休暇取得の促進
目標②／育児休業終了後に現職に復帰できるよう休業取得者の代替要因確保
目標③／年次有給休暇の取得の促進

《当法人の取り組み状況(現在実施中)》

- 育児休業者の復職復帰に向けたプログラムの整備
- 扶養手当、託児補助金制度

昨年10月、職員の雇用環境に対してのアンケート調査が行われました。そのアンケートで出された問題を話し合う場、両立支援プロジェクト会議が設立され、今後の自分自身のあり方について活発なディスカッションが展開されました。性別や年齢には関係なく、職員が持っている能力を十分に発揮できる職場環境の整備のため、今後も毎月会議が開催される予定です

両立支援プロジェクトが スタートしました

当法人は「仕事と家庭の両立」ができる働きやすい職場環境をつくるため、両立支援企業としての行動計画を策定し、福島労働局に提出しました。



清拭(せいしき)について Part 2

準備

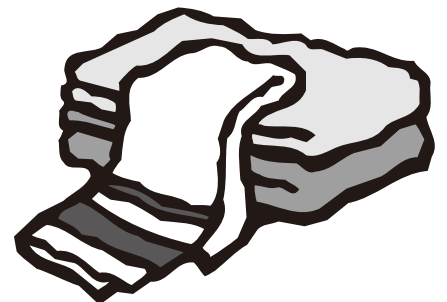
- 1・本人に清拭を行うことへの理解を得るとともに、清拭方法の説明と確認を行います。
- 2・体調の確認を行います。
- 3・着替え等を用意し、手の届く使いやすい場所に必要物品を準備します。
- 4・室温は23～25度ぐらいに暖め、すきま風や直接日光を防ぐための工夫をします。
- 5・排泄を済ませておきます。

留意点

- 介護者の手を温めておき、加減しながら適度な圧力で拭きます。
- 末梢から中枢部へ向けて拭いていきます。
- 自分でできるところは拭いてもらいます。(特に顔や陰部など)
- 食事の前後1時間ぐらいは避けましょう。
- プライバシーの保護に努めます。(拭く部分以外はタオルケット等をかぶせておきます)
- 常に顔色や全身状態をチェックしながら行います。
- 安楽な体位で疲労させないためにも、無駄に何度も体を動かさないようにしましょう。
- 室温に注意し、冬期などは日中に行います。
- 感染予防と介護者自身の衛生管理に配慮します。
- 終わった後は、水分を補給し休養をとってもらいましょう。

方法

- 1・拭く部分を蒸らすように温めます。タオルを厚めに重ねるとよいでしょう。絞ったタオルの温度がぬるめだったり熱すぎないように注意します。お湯は50～55度のものを準備しましょう。
 - 2・清拭タオルを手に巻き、泡立てた石けんをつけて拭きます。
 - 3・蒸したタオルで石けん分を丁寧に拭き取ります。(二度拭きする)
 - 4・乾いたタオルで水分を拭き取ります。
- ※多量の蒸したタオルをつくるには、電子レンジを利用すると早くて便利です。





栄養だより

病院や老健の食事のご紹介

寒くなってきましたね。秋から冬にかけてりんごがおいしい季節です。りんごにもポリフェノールが含まれているのをご存知ですか？りんごの皮をむいてそのままおくと茶色に変色してしまいますが、これはりんごのポリフェノールの一種である「エピカテキン」が酸化するためです。変色を防ぐためには塩水につけたり、レモン果汁をつけたりすると良いでしょう。そのまま食べてもおいしいりんごですが、今回はおろしりんごを使ったムースを紹介します。

リンゴムース

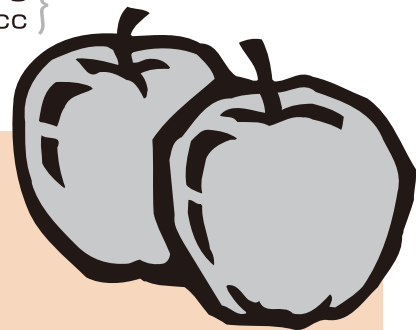


～材料(12個分)～

- プレーンヨーグルト・・・240g
- 牛乳・・・・・・・・・・・・80cc
- おろしりんご・・・・・・・・40g

- 生クリーム・・・・・・・・40g
- 砂糖・・・・・・・・・・・・60g

- 粉ゼラチン・・・・・・・・8g
- 水・・・・・・・・・・・・80cc



作り方

- ①ゼラチンを分量の水でふやかす。
- ②生クリームを泡立て、砂糖を少しずつ加え、角が立つまで泡立てる。
- ③ヨーグルト・牛乳・おろしりんごを合わせる。
- ④①のゼラチンを湯せんにかけて溶かし、③に加える。
- ⑤④に②の生クリームを加え、泡が消えないようにサックリと混ぜ合わせる。
- ⑥バットや流し缶に流し入れ、冷やし固める。

栄養管理科 有我 三千代

■ 外来診察担当医表 ※形成外科の診療は1月29日、2月5日・19日の金曜日です。

診療科	診療時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前8:30～12:30	大越 透	高木 秀峯	大越 透	高木 秀峯	佐藤 哲夫	大越 透
	午後1:30～ 5:00	大越 透	大越 透	大越 透	樋口 健弥	大越 透	高木 秀峯
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～ 5:00						後藤 恒夫
眼科	午後1:30～ 4:00	小林 奈美江					
形成外科	午後1:30～ 4:30					※	
リハビリテーション科 (理学療法 作業療法 言語聴覚療法)	午前8:30～12:30	後藤 恒夫		後藤 恒夫		後藤 恒夫	

ニコチン依存症管理を行っております。

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

編集後記

あけましておめでとうございます。みなさんいかがお過ごしでしょうか。私は最近ジムに通ってダイエットを始めました。2010年の目標は体重を適正体重に近づけることです。となると、マイナス20kg…。長い道のりですが頑張って目標達成したいと思います。

2010年が皆さんにとって良い一年になるよう祈っています。(デコボン)

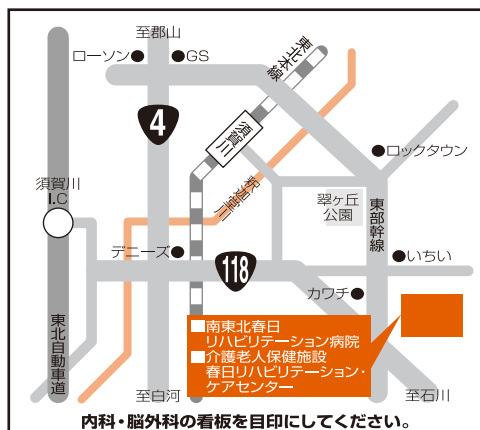
■発行/医療法人社団 三成会

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 春日リハビリテーションケアセンター TEL.0248-63-7279
春日居宅介護支援事業所 TEL.0248-63-7297	春日訪問看護ステーション TEL.0248-63-7278

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更しました http://www.kasuga-rehabili.com](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。

内科・脳外科の看板を目印にしてください。