

# 神戸リハビリテーション病院だより

第1号 平成30年3月1日 発行

神戸リハビリテーション病院は、回復期リハビリテーション専門病院として、一人でも多くの患者さんが自立し、住み慣れた地域や自宅に帰って心豊かな生活が送れるよう、医師・看護師・セラピスト・介護職・ソーシャルワーカー等のチーム医療により、在宅復帰を目指しています。

## 「こころのアート展」神戸リハビリテーション病院特別展を開催しています

「こころのアート展」は、日ごろから熱心に芸術活動に取り組まれている障がいを持たれた方たちの作品展です。芸術分野に才能のある方たちの個性豊かな作品の魅力を多くの市民の方にも知っていただき、活躍の場を拓くことを目的としています。

神戸リハビリテーション病院特別展では10名の作者の作品を展示しています。作品は、着想、技法、完成度のいずれの面でも非凡なものを感じさせてくれます。それぞれの作品を通じて作者の人柄や温かさ、作品の持つ力を感じていただければと思います。ご来場を心からお待ちしております。

期間：1月15日（月）～3月30日（金）（最終日は午前のみ） 場所：1階廊下



## 院内コンサートを開催します♪

日時：3月2日（金）17時20分～17時40分

場所：1階理学療法室

出演：ボランティアグループ アンサンブルはむたまご

皆さんも一緒に歌って楽しんでいただけますので、ぜひご参加ください！



## フルート演奏会を毎月開催しています♪

フルート演奏家 平川慧富（ひらかわ けいふ）さんによる演奏会を毎月開催しています。

〔3月の予定〕

〔曲目〕

3月7日（水）12時20分頃～ 第2病棟 「おぼろ月夜」「お楽しみ♪」

3月14日（水）12時20分頃～ 第3病棟 「春がきた」

3月22日（木）12時20分頃～ 第4病棟



## 売店がヤマザキショップになります！ 3月20日（火）オープン（予定）

売店がリニューアルし、新たに「ヤマザキショップ」としてオープンいたします。おにぎり、パン、菓子、デザートをはじめ豊富な品揃えで皆さまをお待ちしております。乞うご期待ください！



※写真はイメージです

発行：神戸在宅医療・介護推進財団

住所：神戸市北区しあわせの村1番18号

電話：078-743-8200

FAX：078-743-8211



車椅子の多くは移動手段として使われており、最近では街中で色々な種類を見かけることが多くなりました。車椅子の種類は大きく分けて、

### ①標準タイプ（自走用、介助用）

施設や在宅などで最も多く使用されている車椅子。利用者本人が操作する自走用タイプと、介助者が後ろから押して移動する介助用があります。



①

②

③

### ②モジュールタイプ

座面の高さや、車輪、座幅など、一部のパーツのみ調節可能な車椅子。

### ③リクライニング・チルトタイプ

座位姿勢を保つのが難しい利用者用に、背もたれや座面が傾いたりします。

当院に入院されている患者様の多くも車椅子を利用されており、身体状況に合わせて①～③の車椅子を使用いただいています。入院生活では車椅子で日常生活動作（食事・更衣・トイレ・洗面）を行う事が多くあるため、車椅子の乗車姿勢や駆動姿勢も評価しています。なぜなら傾いたりすっこけたような座り方になっていると、お尻や腰の一部に圧がかかり痛みの原因になります。また、そのような姿勢で日常生活動作を行うと、動作のやりにくさにつながり、転倒にもつながります。

では、どのような乗車姿勢が良いのでしょうか？一般的には正面から見た時に、手・足・体が左右対称で、横から見た時はお尻の上に頭がある状態と言われています。

しかし、ご自分で座っている事が困難な患者さんや円背の方は、このように座れないこともあります。その場合は背中や側方にサポートクッションをいれたり、座面にクッションを入れたりして楽に車椅子に座っていただけるように調整しています。利用者の身体状況や使用環境、目的に応じて車椅子を選んでいただくのはもちろんですが、さらに車椅子の乗車姿勢にも少し目を向けていただければと思います。

退院時、車椅子が必要な方は介護保険でレンタルできます。その時は、私たちがアドバイスします。

健康に生活していくために、「塩分の摂りすぎに気をつけましょう！」という言葉を目にした方も多いと思います。では、1日の食塩摂取量はどのくらいを目標にすれば良いのでしょうか？

厚生労働省推奨の食塩摂取量の目標量は、成人男性で8g未滿、女性が7g未滿です(2015年)。これは調味料だけではなく、魚や肉などの食材料に含まれている食塩も含まれます。

高血圧の治療を必要とされる方は「食事療法」として6g以下とされています(高血圧治療ガイドライン2014年版)。ちなみに世界保健機関(WHO)の一般成人向けガイドラインの減塩目標は5gですので、日本は古くからの食習慣の影響でまだまだ食塩摂取量の目標を低く定められていないのですね。

当院の食事の塩分は、日本が掲げている目標に沿って一部の治療食を除き1日7.5g未滿(月平均)としています。退院後のご家庭での食事の参考にして頂ければと、限られた塩分量の中で少しでも皆様に美味しく食べていただけるよう栄養管理に努めています。



ピーマンの肉詰め



患者様から頂いた絵です♡

クリスマスのお食事



お正月のお食事

