



茜浜から望む朝日

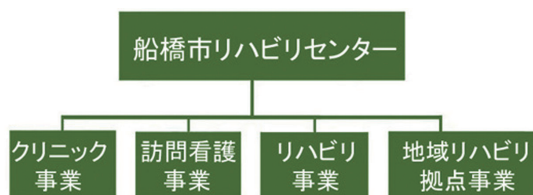


センター長 石原 茂樹

新年あけましておめでとうございます。

～リハビリセンターのさらなる充実を目指して～

団塊の世代が後期高齢者になる2025年が、また1年ちかづいてきました。船橋市では、地域包括ケアシステムを整備するために行政を先頭にとりこんでいきます。船橋市リハビリセンターもその一端を担うべく、平成26年4月に開設し、5回目の正月を迎えました。地域に根差した在宅支援の拠点となるべく活動してきましたが、まだまだ十分な活動ができていないのではと思っています。



船橋市リハビリセンターは上図のように、クリニック事業、訪問看護事業、リハビリ事業、地域リハビリ拠点事業の4つの事業を行っています。ここでは、年の初めにあたり、船橋市リハビリセンターが地域の在宅拠点となれるように、各事業の今後について思いをはせてみました。

クリニック事業では、在宅で過ごされている方を対象に、それぞれの生活を支えることを目的に、外来リハビリ、通所リハビリ、訪問リハビリを行っています。介護保険を利用されている場合、ケアマネさんとの連携を密に対応しています。最近、訪問リハビリを利用される方が増えてきていますので、

サービス提供体制のさらなる充実を目指したいと思います。

訪問看護事業では、病院から退院した直後で医療的処置が必要な方や医療的処置がなくても退院後の生活が安定するまで看護専門職からのアドバイスが必要な方に、利用していただき、24時間・緊急時に対応した訪問看護サービスを提供しています。現状では、「訪問看護って何?」と、普及がまだまだなので、今後の課題と思っています。

リハビリ事業は市内に住む65歳以上の身体機能の低下がみられる方を対象に実施している介護予防を目的とした事業です。パワーリハビリ教室、パワーリハビリフォローアップ、プールリハビリを行っています。健康でありたい、元気にくらしたいという方が多く参加されています。パワーリハビリ教室では3ヶ月の講習を行います。15名定員のところ15名を超える応募者があり、抽選をしています。定員増も検討が必要と思っています。

地域リハビリ拠点事業では、以前、船橋市地域リハ研究会で行ってきた研究大会や市民公開講座、介護職勉強会などを市の事業として行うこととなり、船橋市リハビリセンターが事務局を担当し、「船橋市ひまわりネットワークの中の地域リハ推進委員会」との協働で船橋市におけるリハビリテーションの普及・啓発活動に、積極的に取り組んでいます。出前講座など含め、市民の方へのリハビリテーションの普及活動や実践などで、さらにお役に立てればと思っています。今後とも、ご指導・ご鞭撻よろしくお願いたします。

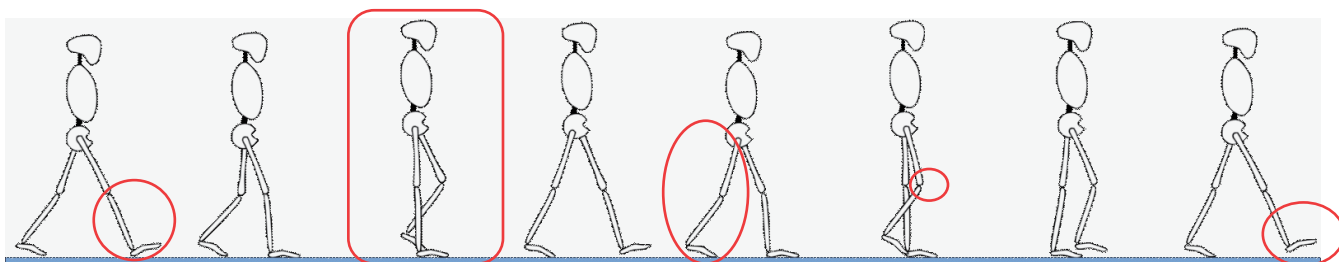
歩くことに違和感を感じたり、障害で歩くことが困難となったときに、「正しい歩き方って何？」と思ったりすることはありませんか。普段は無意識に簡単に歩いているので、そもそも自分がどうやって歩いているのか、どうやって歩いていたのかわかる人はほとんどいません。今回は「正常歩行を中心に」歩行について勉強したいと思います。



正常歩行とは

正しい歩き方というのは、誰ひとり同じ歩き方はしないため、定義が難しいですが、効率の良い歩き方をもとにした「正常歩行」というものがあります。下図は、一側の足が床に着いてから、もう一度同じ足が床に着くまでの「一歩行周期」の図です。手前に描かれている脚に注目して見ます。カカト接地では膝が伸びてカカトから着き、立脚中期ではそのまま膝が伸びて重心が一番高くなり、立脚後期から振り出し準備では、脚が後ろに流れて、膝が曲がり、振り出し初期・中期で足が振り出され、振り出し終期では膝が伸びてカカトから着きます。

カカトから着く 重心が一番高い 脚が後ろに流れ 膝が緩み 振り出され またカカトが着く



1 カカト接地 ⇒ 2 荷重応答 ⇒ 3 立脚中期 ⇒ 4 立脚後期 ⇒ 5 振り出し準備 ⇒ 6 振り出し初期・中期・終期

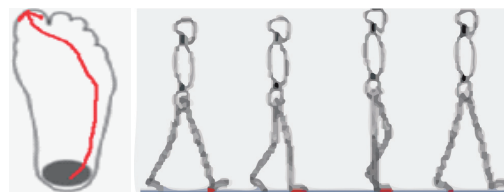
歩行のメカニズム

歩いている、人を避けたり、道を曲がったりするためには、脳での判断が大きく関与しますが、「脚を左右交互に出す」という能力は脊髄と呼ばれる首から腰までの神経で行われているのです。脊髄には「CPG」と呼ばれる歩行パターン発生器というものがあり、この発生器にスイッチが入ると無意識に「脚を左右交互に出す」という運動が起こるとされます。

CPGとは central pattern generator の略で、脊髄に内在する中枢パターン発生器のことで、感覚入力や上位中枢からの神経指令なしに周期的な運動パターンを生成する神経回路網と定義されています。

歩行パターン発生器にスイッチを入れるには

スイッチの入れ方については、色んな研究がなされ、今現在分かっていることは、①右図のように、足裏のカカトから足先に抜ける荷重感覚が入ること、②図のようにカカトが着くことや脚が後ろに流れることで、ふくらはぎや太ももの筋肉が伸ばされること、③リズム良く左右交互に体重移動をすること、などが報告されています。



「もっと膝を曲げようか」、「振り出す前に背伸びするように足先で蹴ろう」と意識しすぎると逆にぎこちない歩きになりかねません。麻痺のために足先が下がってしまう方の場合、カカトから足が着けるように足首の底屈（爪先がしたを向く）を防止する装具を使った歩行を行うことはスイッチを入れるための工夫といえます。

理学療法士からのアドバイス

上手く歩くためのコツとは



鳥居 和雄 PT

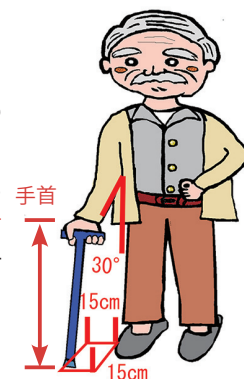
上手く歩こうと意識しすぎると手と足が一緒に出してしまう子供の行進が思い浮かぶでしょうか。途中で直そうとして、どちらから出せばよいか？ 考えると一層混乱してしまうこともありますよね。普段は普通に歩ける人でも「きれいに歩こう」「上手く歩こう」という意識が逆に歩行を邪魔してしまうのです。「無意識」というのが効率良く歩くためには非常に重要な要素なのですが、歩行パターン発生器にスイッチを入れることが、正しい歩きかたにつながりますので、「かかとから足先へ」「リズムよく左右交互に」体重移動し、「腕をよく振る」ことが、上手く歩くためのコツです。

【杖の使用法について】

杖の持ち方が分からず、逆に歩きにくくなっている方も時折みかけます。今回は杖の長さの調整方法と杖を持つ手についてお伝えします。

杖の長さは、杖を使う時に履くであろう靴を履いた状態で足の小指から前15cm、外側15cmのところに杖先を付いて、肘が20度～30度と軽く曲がっている状態が適切とされます。また、直立時の手首の高さも基準となります。

杖は、足に麻痺のある方や足に痛みのある方は健側や痛みのない手で持ちます。バランスを取るのが難しい方や長距離を歩くと疲れる方は、利き手や持ちやすい手で持ちます。




外来・通所・訪問リハビリを希望される方は、船橋市リハビリセンター（047-468-2001）までご相談ください。



・おしっこが近い（頻尿） ・おしっこが漏れる（尿漏れ） ・急にトイレに行きたくなくて我慢できない（切迫）
 ・おしっこが出にくい（排尿困難） ・おしっこが残っている感じがする（残尿感） このようにおしっこの悩みは色々あります。 **今回は、頻尿について考えてみようと思います！**

頻尿の原因

	原因	対策1	対策2
① おしっこの量が多い	<ul style="list-style-type: none"> 水分摂取の量が多い 内服薬の影響（利尿剤・一部の降圧薬など） 糖尿病、心不全、腎不全などの疾病の影響 	⇒水分の量を調整し、適度な水分を取りましょう！ 	お薬やご病気に関連する頻尿は医師にご相談を
② 膀胱に問題がある（ためられない・出しきれない）	<ul style="list-style-type: none"> 膀胱炎や過活動膀胱 脳血管疾患、骨盤周囲の手術等、脊椎損傷などの後遺症 	⇒膀胱炎や過活動膀胱は内服治療で改善する方がいます。	「排尿日誌」をつけて医師へ相談を。
③ 尿道の問題	<ul style="list-style-type: none"> 前立腺肥大（男性のみ） 婦人科の病気の影響（骨盤臓器脱） 	⇒内服薬や治療で改善する方がいます。	医師へ相談する際は、こちらも「排尿日誌」をつけましょう。
④ 心因性的の問題	<ul style="list-style-type: none"> 緊張するとトイレが近くなる 乗り物に乗ったり外出するとトイレが気になる 	⇒夜はトイレに起きることなく眠れるが、日中このように頻尿になる方は心因性のタイプと思われます。	膀胱や尿道自体には問題がないため、ゆったり過ごすよう気持ちの切り替えがあるとよいでしょう。

自分のおしっこの回数 分かりますか？

	確認する項目	一般的な状態
排尿について	一日の排尿回数	4~8回
	就寝後の排尿回数	就寝後は1回以下
	一回の排尿量	200~400ml
	一日の排尿量	1200~2000ml
水分摂取について	一日の水分量	1000~1800ml
	水分摂取状況	飲み方に偏りはなか (内容・時間)

① **排尿日誌**：病院やインターネットで無料で手に入れます。「排尿日誌」で検索してみましょう

【頻尿・切迫性尿失禁の日記記入例】

※記入例を参考に、あてはまるもの等を記入してください。

2009年 1月 20日 (火)

起床時間 午前 7時 00分
就寝時間 午前 11時 00分

1日目

時間	排尿 (C:尿)	尿量 (ml)	切迫尿 (C:尿)	尿漏れ (C:尿)	備考
7時00分	○	220			
8時30分	○	80			いっしょに排便
9時00分	○	100			
13時00分	○	100			手を洗った時にもれた
14時00分	○	50			
16時00分	○	100			
18時30分	○	120			トイレまで間に合わず
19時00分	○	40			
20時30分	○	80			
21時30分	○	50			

排尿回数・排尿量
頻尿かどうか、判断できます

起床時間・就寝時間
起きてるときと寝ているときを区別することで、病態がより詳細に把握できます

切迫感・もれ
急に起こる強い尿意や尿もれがあるか知ること、尿もれのタイプ分けができます

おしっこの勢い
排尿困難かどうか、わかります

水分摂取量
排尿量と飲水量とのバランスをみます

排尿時の状況
どんな時に頻尿や尿もれが起こるか傾向をみたり、尿もれのタイプ分けが可能になります

気付いたことを記入しましょう。

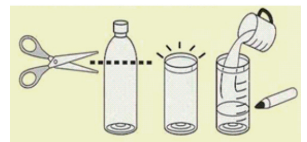
排尿日誌をつける利点は

- ①状態を正確に医師や看護師に伝えられ、受診する際に効率よく検査や治療を受けられます。
- ②自分でも対応がしやすくなります。
(どんな時に漏れやすいか・頻尿の時間帯が分かれば水分の取り方の工夫や、前もってトイレに行くなどができます)

排尿日誌には、(1) トイレに行った時間、(2) 尿量（紙コップやペットボトルを半分に切ったものなどを使って、だいたいの尿量を測る）記載し、(3) 起床時間、就寝時間、(4) 尿意切迫感・尿漏れの有無、(5) おしっこの勢い、(6) 水分摂取量（飲んだ物と量）、(7) 排尿時の状況などを記入します。
排尿日誌をつけると、自分の排尿の様子を客観的に見ることができて、それまでわからなかった問題点に気づくことがあります。

② 尿量測定のカップ

- ・市販の計量カップ（100円ショップなどにあります）
- ・ペットボトルをカットし目盛りをつけて使用



排泄の悩みはなかなか人には言いにくいことですが、1日に何度も行う大事な事です。

原因も様々ですので、医師に相談する際に正確な情報が伝えられることは、速やかな治療に繋がります。

受診の前にぜひ排尿日誌をつけて活用してみてください。



★今回は「尿漏れ」について考えてみたいと思います！

訪問看護を必要とされる場合、訪問看護ステーション：所長 横山恭子 またはソーシャルワーカーまでお気軽にお電話（047-773-0319）ください。

リハビリ事業 (介護予防)

介護予防を図る目的で

市内に住む 65 歳以上の身体機能の低下がみられる方を対象に、実施している事業が「リハビリ事業」です。



「リハビリ事業」では、パワーリハビリ教室、パワーリハビリフォローアップ、プールリハビリをしています。

転倒予防体操 (転倒予防のためのストレッチ、運動を紹介)

リハビリ事業スタッフ (江頭、小林、森本、仲里) が講師として

2018年9月27日(木)

船橋市リハビリセンター B1F

今回、地域リハビリ拠点事業の一環として、転倒予防のための講演会を開催しました。日常生活で気をつけるべきことをアドバイスしたり、椅子を使って自宅で簡単にできる転倒予防体操を紹介しました。



参加者の声

今年1月、身体のバランスを崩し転んで右手を骨折してしまいました。ギプス生活6週間、手だけではなく身体全体が衰えリハビリに通っていたところ、今回の転倒予防体操に参加することが出来とても良かったと思っています。特に足の衰えが目立ち、イスに座ってのもの上げ下ろし運動は20回がやっとでした。また、片足バランスも難しく、10秒位しか出来なかったもので、家に戻ってからこの2つの運動を毎日欠かさず行っています。この成果が少しでも早く表れてくれるのを楽しみにしています。(遠藤 恵子 様)

常日頃、転倒して怪我または骨折して病院にお世話になり、その後寝たきりになってしまいました等の会話を多く聞くようになり、私も転倒には十分注意しなくてはと思っていたところに、転倒予防体操の勉強会があるとの事、早速申し込み参加させて頂きました。

椅子に座っての運動、立位での運動、ストレッチ等懇切にご指導いただき本当に感謝です。毎日プリントを見ながら少しずつ覚え習慣にして、転ばないように残された人生を精一杯元気に過ごせたらと思う今日この頃です。本当に、参加出来て良かったです。ご指導頂いた先生方有難う御座いました。(四宮 紀美子 様)

私は、僅かな段差に躓いて、足の小指を2回も骨折したり、転んで肋軟骨にひびが入った事もあります。そんな折、船橋市リハビリセンターで転倒予防体操の講演会があり、有意義なお話を聞くことが出来ました。早速、家中を点検して、ケーブル類の整理と、階段下に豆電球を設置しました。

体操は、スクワットを中心に、パンフレットを見ながら行っており、これらが生活の一部となるよう続けていきたいと思っています。(木谷 たけ子 様)



先日、転倒予防体操の募集があり参加致しました。私もそういう年齢になりましたので、願ってもない講習会でした。熱心におしえて頂き、スタッフ手作りのパンフレットは私の教科書になりました。毎日一度は、この転倒予防体操のストレッチを行い、転んで怪我をしないように願っています。(遠藤 治郎 様)

スタッフより

高齢になってからの健康管理といえば、生活習慣病などの病気を予防する事が重要と考えてしまいますが、いくら健康診断の結果が良くても「転倒」という思わぬ伏兵に足をすくわれ、要介護状態になってしまう事が少なくはないのです。今回の転倒予防体操の参加者の多くはリハビリ事業利用者でした。転倒予防への関心は高く、参加された皆様は真剣にメモを取り、自宅でも実践されているようです。



募集について パワーリハビリ教室の募集は年に4回(2/15・5/15・8/15・11/15) 船橋市の広報にて募集しています。プールリハビリの募集は随時しています。

<利用の手続き> 船橋市リハビリセンター 電話番号 047-468-2001 へお問い合わせください。

第 27 回船橋市地域リハビリテーション地区勉強会（南西部）

2018 年 11 月 19 日（月）
船橋市中央公民館

テーマ『繰り返す骨折を防ぎながら本人の望む生活を実現するために多職種でできること』



高橋 真子 氏

27 回目となる地区勉強会では骨粗鬆症を軸にした勉強会となりました。高齢であれば多くの
方が知らない間に発症している可能性があり医療・福祉に関わる専門職としてはその治療法や
関わり方を知っておく必要がある疾患であるとの話し合いから今回のテーマとなりました。

総合司会は高橋真子氏（JCHO 船橋中央病院 看護師）、開会の挨拶は深澤元晴氏（JCHO 船橋
中央病院 副院長）、ミニレクチャーは『意外と知らない骨粗鬆症のホントのこと』という演題
で、山下正臣氏（JCHO 船橋中央病院 医師）にお願いしました。

ミニレクチャーの中では、船橋中央病院で始めた再骨折予防
を目的とした骨粗鬆症リエゾンチームについての紹介や「いつ
のまにか骨折」という気づいた時には骨折しているという事例
についてなど多岐にわたりお話いただきました。また、治療継
続の難しさについても話されていました。原因としては自覚症
状が乏しいことやリスクを把握しきれていないことが挙げられ
ています。



深澤 元晴 氏



山下 正臣 氏



小林 順子 氏

グループワーク司会は小林順子氏（JCHO 船橋中
央病院 看護師）にお願いし、事例紹介をしていただ
きました。事例は、何度も
骨折を繰り返す高齢女性で、
今回のテーマでもある再骨
折の予防について考えなが
らも、ご本人の望む生活
を実現するために専門職同士、

チームとなり互いに出来る事は何かを話し合いました。

全 10 グループのうち、4 グループの方々に支援方法を発表してもらい、1つのグループだけではたどり着けない本人への
配慮や性格を考慮したアプローチなども共有することができ、大変有意義な勉強会となりました。

今回のような勉強会で、専門職が「骨粗鬆症」の恐さを知り、利用者・ご家族さまに伝達していく事の重要性を共有しました。



第 70 回 介護職勉強会

2018 年 10 月 30 日（火）

船橋市立リハビリテーション病院

「寝返り・起き上がり・体位変換について」

第 70 回をむかえた当勉強会では、ベッド生活から離れるための
第一歩、すべての動作の基本となる寝返り、起き上がりについて
の介助を学び合いました。介護する方が現場でもよく直面してい
る介助かと思います。



起き上がり時の重心移動として前から、後ろからの
2パターンを紹介しながら実技練習

寝たままの姿勢での視界というのは、天井し
か見えません。寝返りができると視界が広がり
ます。起き上がると部屋全体が見渡せます。そ
ういった見える世界が変わる事で、もっと動き
たい！ベッドから離れたい！！という気持ちが
芽生えて活動的な生活に繋がることもあります。

活動に繋がることを意識しながら参加者の皆
さんと学ぶことができました。



両膝を立てて目線に向けて寝返りを楽に介助



両脚を固定しながら腰部の体位変換を練習

地域リハビリ拠点事業のホームページは船橋市リハビリセンター HP 内にあります。

この URL で直接アクセスできます。

活動状況の閲覧、勉強会の申込書などが格納されていますので、ブックマーク登録してご利用ください。

地域リハビリ拠点事業
ホームページ QR



第7回ふなばし福祉フェスティバル

2018年10月20日(土)

会場：VIVIT 南船橋



10月20日、「第7回ふなばし福祉フェスティバル」がvivit南船橋で行なわれました。リハビリセンターでは、船橋市立リハビリテーション病院と協力し、リハビリテーションの普及・啓発を目的として、平成26年より、毎年「ふなばし福祉フェスティバル」に参加しています。当日は、介護・福祉等の30団体が出展し、大いに盛り上がりを見せました。

私たちは、血圧、握力、体組成、バランスなど、ご自身の身体について知っていただく体験型のブースを出展しました。お立ち寄りいただいた115の方に、少しでもリハビリテーションに興味・関心を持っていただけたのなら嬉しいです。

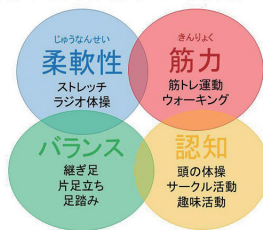


大穴地区 しらさぎ自治会 まちづくり出前講座

2018年11月7日(水)



船橋市が行っている「まちづくり出前講座」にて、大穴地区のしらさぎ自治会館に伺いました。初めてこのような会を開かれるとのことでしたが、お天気にも恵まれ、30人の方【動ける身体作りの4要素】がいらっしゃいました。普段から身体を動かしておくことや栄養をとることの重要性について、体操を交えて感じていただきました。



【生き生きとした生活を続けるために】



「まちづくり出前講座」は、市の事業や施策を説明する事業で、今年度は105講座用意されています。市内在住、在勤、在学の10人以上の団体・集まりであれば申し込みます。(窓口は船橋市教育委員会生涯学習部 社会教育課です。)



ミニデイ 二宮・飯山満地区

2018年10月27日(土)

船橋市リハビリセンター

二宮・飯山満地区にお住まいの方を対象にしたミニデイが船橋市リハビリセンターで開かれました。当センターから3名のセラピストが参加し、「健康でいきいきと過ごすために」と題し、転倒予防体操、認知症予防体操、口腔体操に関する講義を行い、各々の体操の正しい実施方法を、実技を通して指導しました。当初は、「難しい!」と感じた動作でも、ゆっくり行ったり、少しずつ負荷をかけることで、徐々にスムーズにできることを実感して頂きました。



転倒予防体操 PT: 井上沙理奈氏
認知症予防体操 OT: 高田友理氏
口腔体操 ST: 伊藤明子氏

スタッフより

PT 井上さんから：皆さんが近くの方々と楽しそうに運動している姿を間近で見ることが出来てとても楽しく参加させていただきました。実施後に皆さんから感想や身体のお悩み等をお寄せいただき、勉強になりました。このような場にどんどん参加していきたいです。

OT 高田さん：お一人ではなかなか運動や頭の体操など取り組めないこともありませんが、皆さんと一緒に運動している姿を見ることができ、「集団の力はすごい」と思いました。このような機会を通して地域の皆様と関わっていききたいです。

ST 伊藤さん：当日は、参加された方々のお元気に圧倒されました。皆さんをお手本にして、明るく楽しい社会が築けるよう、専門職としてだけでなく、地域社会の一員としても、率先して集会に参加していきたいと思っております。

PT：理学療法士 OT：作業療法士 ST：言語聴覚士



委員会より

サービス向上委員会



私たちの取り組み 「接遇と私」

輝生会では「よりよい接遇をめざして」を合い言葉にして、日々の業務に取り組んでいます。当センターでは、毎朝ミーティングをしておりますが、特に月に1回スタッフの接遇への取り組みを話してもらうことにしています。その内容は「足跡」ファイルにまとめています。



今回は「足跡」に掲載された理学療法士の岸本淳志さんが話された内容「会話の話題を探す」を紹介します。

当センターを利用されている方は、リハビリはもちろんですが、スタッフや他利用者との会話を楽しみにされている方も多いです。利用者様によって興味のあるジャンルは様々です。堅苦しいリハビリの話だけでなく、何気ない会話も楽しんでいただく為に、私はできるだけ、夜と朝はニュースを欠かさず見ています。スポーツや政治、災害の事など、できるだけ当日リハビリのある人の好みのジャンルを想像しながらニュースから情報を得ています。当たり前のことかもしれませんが、少しでもリハビリの時間が楽しい時間になるように工夫しています。

感染対策委員会から

風しんについて



Q1. 風しんとはどんな病気ですか？

風しんは風しんウイルスによって引き起こされる急性の発疹性感染症です。風しんの免疫がない集団では、1人の風しん患者から5～7人にうつす強い感染力を有します。症状は**発疹と高熱**です。

不顕性感染から、重篤な合併症併発まで幅広く、特に成人で発症した場合、高熱や発疹が長く続いたり小児より重症化する事があります。

Q2. 感染経路は？

風しんの感染経路は**飛沫感染**です。上気道粘膜より排泄される風しんウイルスの飛沫が飛散し、比較的近距离にいる人がそれを吸い込むことにより感染します。

Q3. ワクチン接種を受けた方がよいのはどのような人ですか？

定期接種の対象者は、1歳児、小学校入学前1年間の幼児ですが、定期接種の時期にない人で「風しんにかかった事がなく、ワクチンを1回も受けた事のない人」はかかりつけの医師にご相談ください。

Q4. 風しんの予防接種を受けていない世代は？

- ・昭和62年10月2日から平成2年4月1日生まれの男女
- ・昭和54年4月2日から昭和62年10月1日生まれの男女
- ・昭和37年4月2日から昭和54年4月1日以前生まれの男性
- ・昭和37年4月1日以前生まれの男女

※必ずしも全員に当てはまるものではありません

Q5 先天性風しん症候群とは？

免疫のない女性が妊娠初期に風しんにかかると、風しんウイルスが胎児に感染して出生児に障害を引き起こす事があります。3大症状は先天性心疾患、難聴、白内障です。それ以外にも糖尿病、発育遅滞、精神発達遅滞など多岐にわたります。

※風しんの免疫の有無を確認するための抗体検査を希望される方は、まずは居住地域の保健所にご相談ください

サポーター部紹介



サポート部は、医師、看護師、リハビリスタッフ、その他のスタッフとともに、チーム医療の一員として、当センターの活性化と地域の皆様に信頼されるような施設づくりに取り組んでいます。

仕事の内容は、患者さんや利用者さんを直接サポートするクリニック受付業務、また事務所にての電話対応、医師の診療や療法士によるリハビリ後の診療・介護報酬請求事務や、必要物品の購入や契約を含む経理、勤怠管理などの人事管理、施設の保守・修繕などの施設管理など、リハビリセンターのスタッフサービス、施設サービスを幅広く担っています。

特に、患者さんや利用者さんが来院して初めに訪れる受付は、施設の評価につながる大事な場所ですので、緊張しながらも、「笑顔で対応する」ことをモットーにして、お一人お一人へきめ細やかな対応をすることを心掛けています。



神津 章弘 サブマネジャー 細谷 穂^{やすか}さん 高橋 誠 部長
熊谷 麻美さん 野田 由美さん 佐野 友紀子 サブマネジャー



地域の施設紹介

所長紹介



(朝比奈 正人 先生)



脳神経内科は、神経内科ともいいますが、2018年に日本神経学会は脳神経内科に統一する声明を出しました。対象となる症状は、しびれ・痛み、頭痛、脱力、ふるえ、けいれん、ふらつき、めまい、たちくらみ、意識消失、多汗などです。これらの症状をおもちの方は脳神経内科津田沼にご相談ください。また、脳卒中（脳梗塞、脳出血）の再発予防のため、危険因子である脂質異常症や高血圧症の治療や禁煙外来も行っています。

脳神経内科津田沼 を訪ねて

〒274-0625 千葉県船橋市前原西 2-14-5

榊原ビル7階

TEL : 047-470-0500、FAX:047-470-0511 脳神経内科津田沼 QR



脳神経内科津田沼は、JR 津田沼駅北口すぐそばにある脳神経内科のクリニックです。6名の日本神経学会認定脳神経内科専門医（常勤3名と非常勤3名）と1名の日本アレルギー学会認定アレルギー専門医（非常勤）が診療をされています。診療時間は月・火・水・金・土の午前9～12時と午後2～5時で、受診は予約制です（初めての方は電話で予約をお入れください）。脳神経内科は脳、脊髄、末梢神経、自律神経などの病気を診る科です。頭痛、認知症、てんかん、脳卒中後遺症、パーキンソン病、末梢神経の病気、自律神経の病気（多汗症、失神、起立性低血圧、神経因性膀胱）などが多い病気で、神経難病など稀な病気の治療も行っています。また、アレルギー外来ではアトピー性皮膚炎などを治療されています。院内でできる検査には神経伝導検査、自律神経機能検査、残尿測定、呼吸機能検査などがあり、MRIと脳波は同和会千葉病院で行うとのことです。施設の詳細は <http://shinkeinaika-t.or.jp/> をご覧ください。



名誉所長
服部 孝道 先生



水谷 智彦 先生



湯浅 龍彦 先生



神田 武政 先生



杉本 和夫 先生

利用者さんの声から

100歳になって

浦上 千鶴子さん

2018年11月3日で満100歳になった。

何年か前に、船橋市はデンマークのオーデンセ市と姉妹都市を結んだ。その縁でアンデルセン公園とケアハウス市立船橋長寿園が設立された。北欧の木材で暖かい感性が伝わって、1階のリハビリセンターの室内ドア、椅子、廊下の手すりみな手に温かさを感じる。住居者の室内も木材で温かさを感じる。私は入居して20年を過ごさせて頂き、皆様も輪になって、自分なりに年を重ねて、老いてゆく衰えとの闘いです。それぞれ、いろんな人生をあるいて来た人たちで、やっと生きながらえての現在です。

私は流れもので、京都で生まれ京都で育ち、あまり他のことは知らないでいた。縁あって鎌倉に住む様なことになった。夫になる方は劇作家で脚本など書く人で、私には全く世界の違う人で、あらゆる事を教えられた。そのうち、戦争がはじまり招集されたときに女の子が生まれ、軍隊へと。

大東亜戦争で何年も帰還しなかった。シベリア抑留7年目に帰還した。又脚本活動をはじめると同時に女性関係がいつもつきまとい自分で劇団を結成した。自宅が稽古場になり女性が離れに住みつく様になった。話し合ったがだめで、作家の堀辰雄さんの奥さまに相談した。私が出た方がよいとのことで、船橋に弟が居るのでと行く先まで手配して頂き、船橋に二人の子供連れで住民になった。

あれから何十年、男の子供も66歳に、女の子は73歳となり、私はケアハウスで100歳を迎えた。この間、皆様に支えられ、何度も病気したり倒れたりして100歳になった。今が一番充実した日々で、生きている喜びに感謝の一日一日です。100歳万歳と叫びたくなるこの頃だ。



船橋市リハビリセンター 案内図



【編集後記】一年の計は元旦にあり。リハビリセンターの更なる充実に向けて、表紙に朝日の出を掲載。クリニック事業では歩行を特集し、正しい歩き方、杖の使い方をまとめてみました。訪問看護部門では排尿のトラブル（頻尿）、リハビリ事業では転倒予防体操をとりあげました。地域リハ拠点事業では地区勉強会で骨粗鬆症の勉強をし、介護職勉強会、出前講座などの、実施場面を紹介しました。委員会からは流行している風しんをとりあげ、風しん症候群の危険性を説明しました。患者さんの声では100歳になられた利用者さんに、エッセイを書いて戴きました。100歳うらやましい限りです。（石原茂樹）

船橋市リハビリセンター 〒274-0822 千葉県船橋市飯山満町 2-519-3 TEL (047) 468-2001 FAX (047) 468-2059