

発行日 / 2023 年 10 月 15 日 ●発行 船橋市リハビリセンター ●発行責任者 センター長 石原 茂樹
TEL (047) 468-2001 FAX (047) 468-2059 URL <http://www.funabashi-reha.com/>



アンデルセン公園 コスモス祭り

これからの地域包括ケアシステムの充実に向けて



センター長 石原 茂樹 後どのように再構築していくかを考えてみたいと思います。

現在、フランスでラグビーのワールドカップが開催されていますが、前回の日本開催時における日本チームのスローガンは「One Team」と言うことでありました。流行語大賞にもなりましたが、「One Team」は、「(出身地や文化などの違いを乗り越え) 一つに結束したチーム」という意味で使われたとのこと。今年の合言葉は「Our Team」。「Our Team」には、「絆」「勇気」「導く」「ボンド(つながり)」…。厳しい状況下で1つになる言葉をつくり、練習場や宿舍などいたる場所に貼られたということを知りました。

ラグビーは15人で戦うチームスポーツで、メンバー一人一人が、厳しいトレーニングをして、勝利に向かって、それぞれの役割を果たすことが求められます。

病院においてはミッションが明確です。例えば手術室内では、患者さんの手術成功であり、そのために麻酔科医、外科医、看護師たちは共同作業を行っています。病棟においては、急性期であれ、回復期であれ、それぞれの職種がそれぞれの役割を果たし、共同作業を行うことで、患者さんの病状が改善して、退院することができることが、ミッションではないかと思います。このような仕事をチーム医療と呼んでいます。

それぞれの場面での狭い意味での目標は、勝利であったり、手術の成功であったり、退院ということになります。

さて地域包括ケアシステムで、我々が生活期において利用者さんに向かう場合の目標は、何なのでしょう？ 地域包括ケアシステムとは、厚労省の定義では、「重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される」とこととしています。この定義の中で、「自分らしい暮らし」がキーワードと考えます。

自分自身のことを例にしても、年齢と共に衰えた体力や物忘れをする自分であっても、変わらないものが自分らしいということのようですが、自分らしいという言葉はとても難しい言葉です。また、「暮らし」となると、収入や税金のこと、家族のこと、住宅のことなど、生活面で大きな課題が出てきます。

地域包括ケアシステムがうまく稼働することは、住まい・医療・介護・予防・生活支援の中で、誰も取り残さないことです。利用者さんが「自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができる」ことを目指して活動する、ケアマネジャーさんはじめ、多職種からなるチームでは、その人にとっての「自分らしい」とは何かを知ることから支援を始めることが大事だと考えます。

コロナによって、社会生活が大きく変化してしまいましたが、今後、地域包括ケアシステムの充実に向けて、目標やミッションを再確認して、新たな気持ちで、多職種協働作業を続けていきたいと考えています。

輝生会の
基本理念

- 「人間の尊厳」の保持
- 「地域リハビリテーション」の推進
- 「情報」の開示
- 「主体性・自己決定権」の尊重
- 「ノーマライゼーション」の実現

日常生活動作：ADL (Activities of Daily Living の略) は、日常の生活で行う様々な動作のことです。例えば、起床や移動、食事、トイレなどがあります。これらは普段何気なく行っているものですが、障がいがあるや行うことが難しくなります。リハビリ（ここでは機能訓練の意味）では、これらの動作を自分でできるようにするためのトレーニングを行います。このトレーニングの目標は、日常生活動作をできるだけ自立して行えるようにすることです。その評価基準として、FIM と BI という指標が使われます。今回は FIM と BI について簡単にご紹介します。

運動項目										認知項目							
セルフケア					排泄		移乗		移動	コミュニケーション		社会認識					
食事	整容	清拭	更衣（上半身）	更衣（下半身）	トイレ動作	排尿コントロール	排便コントロール	ベッド・椅子・車椅子	トイレ	浴槽・シャワー	歩行・車椅子	階段	理解（聴覚・視覚）	表出（音声・非音声）	社会的交流	問題解決	記憶
計42～6点					計14～2点		計21～3点		計14～2点	計14～2点		計21～3点					
運動項目 計91～13点										認知項目 計35～5点							
合計 126～18点																	

中医協 検一2-2参考 29.11.10 引用

Functional Independence Measure (FIM) による ADL 評価

「運動 ADL」13 項目と「認知 ADL」5 項目で構成され、各 7～1 点の 7 段階評価（合計：126 点～18 点）されます。

自立	7 点	完全自立
	6 点	修正自立
部分介助	5 点	監視
介助あり	4 点	最少介助
	3 点	中等度介助
完全介助	2 点	最大介助
	1 点	全介助

FIM (Functional Independence Measure の略 フィム) は、日常生活動作 (ADL) の介護量を評価する指標で、信頼性と妥当性が高く、医療・介護現場で広く利用されています。あらためて動作テストを実施せずに、患者さんや利用者さんの日常の行動を観察して評価することで、普段の日常生活での動作を重視しています。検査項目は、運動項目ではセルフケア、排泄コントロール、移乗、移動の能力を、認知項目ではコミュニケーション能力と社会的認知の能力を評価します。運動項目はさらに 13 項目と認知項目は 5 項目に分かれ、計 18 項目と評価項目が多く、それぞれ 1～7 点の 7 段階で評価します。この 7 段階の評価により、患者さんや利用者さんが実際に行っている日常生活動作の状態における介護量を細かく把握でき、評価することができます。満点は 126 点です。FIM は「**している ADL**」を評価します。

BI (Barthel Index の略 バーセル インデックス) では、食事、移乗、整容、トイレ、入浴、歩行（移動）、階段昇降、更衣、排便、排尿の 10 項目の評価項目があり、それぞれの項目に対して自立度に応じて 15 点、10 点、5 点、0 点で採点します（右図）。この採点方法は 100 点満点で示され、満点は 100 点で全自立を示し、60 点が部分自立（カットオフ）、40 点が大部分介助、0 点は全介助を意味します。

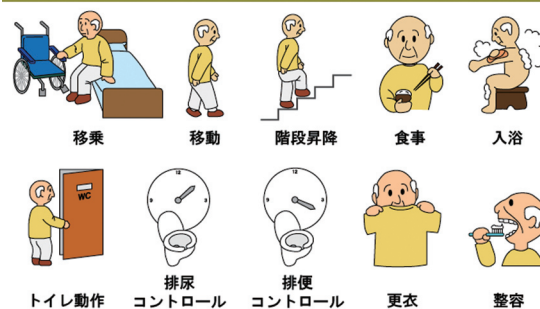
BI の利点は、採点の基準が簡便で時間がかからず、分かりやすいことです。また、この評価方法は見た目でもわかりやすく、医療従事者や介護職員だけでなく、利用者さんやご家族にも理解しやすいようです。

BI は「**できる ADL**」を評価するものです。しかし、細かな生活動作の評価が難しい面もあります。

メモ 現在のところ、FIM は回復期病棟で主に使われ、FIM 利得は（退棟時の運動項目 FIM）－（入棟時の運動項目 FIM）で示され、FIM 利得を在院日数と原因疾患で補正したものを実績指数として、回復期病棟のアウトカム評価に使っています。（除外例を除いて算出）

BI は、平成 30 年の介護報酬改定で、通所介護のアウトカム評価の評価指標として採用されています。

Barthel Index (基本的 ADL)



点数が高いほど自立していることを表す。

（出典：Mahoney et al: Functional evaluation: The Barthel Index. Md. State. Med. J. 1965; 14:61-65より）

項目	15点	10点	5点	0点	計
食事		■	■	■	
移乗	■	■	■	■	
整容			■	■	
トイレ動作		■	■	■	
入浴			■	■	
歩行	■	■	■	■	
階段昇降		■	■	■	
着替え		■	■	■	
排便コントロール		■	■	■	
排尿コントロール		■	■	■	

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。



むくみとは・・・

何らかの原因によって、皮膚ないし皮膚の下に水が溜った状態です。血液中の水分が血管の外に異常に浸み出した状態で、「浮腫（ふしゅ）」ともいいます。腫れ、むくみは、日常でよくみられる症状ですが、腫れやむくみに、もしかしたら病気が隠れているかもしれません。



【原因】

一過性のむくみの原因

- 同じ姿勢で過ごすことが多い
- 塩分の摂りすぎ
- アルコール
- ホルモンの変化
- 睡眠・運動不足
- ストレス



慢性的なむくみの原因

- 心臓、腎臓、肝臓などの疾患の疑い
- 食事の偏りによる栄養失調
- 下肢静脈瘤
- リンパ浮腫



【予防】

- 体を動かす：体の血行を良くする。階段を使う、できるだけ早足で歩く等足を動かすことを意識する。
 - 塩分を摂りすぎない：塩分を摂りすぎると、体内の濃度を一定にする為、水分を溜め込んでしまいます。
 - 塩分排出を助ける栄養素：利尿作用があるカリウムを多く含む食材（キュウリ、小豆、バナナ等）を摂る。
 - アルコールは飲み過ぎない：喉が渇き水分過多となる。つまみで塩分過多となる。
 - 弾性ストッキングを着用する：ふくらはぎや足首を圧迫し、血液やリンパ液を戻し易くする。
 - 体を締め付ける服は避ける：体を締め付けてしまうと、血行を妨げてしまう。
 - 体を冷やさない：体が冷えると、血行が悪くなってしまう。
- 特に、足首からふくらはぎを冷やさない。



【解消法】

- ストレッチやエクササイズ：膝の曲げ伸ばし、足首をまわす。つま先立ちでかかとの上げ下げをする。
- マッサージ：心臓に向かって遠い部分から、手でマッサージをし血液やリンパの流れを良くする。
- むくんだ部位を上げる：重力で水分が下に溜らないようにしたり、心臓に戻り易くする。
- 湯舟に浸かる：血流促進、水圧で滞った水分が流れていく。難しい場合は、足浴でも効果あり。
- カリウムの多い食材を摂る：塩分を尿として体外に排出する。

※腎機能が低下している場合には、カリウム摂取制限があるので、主治医へ相談が必要です。



※ほとんどのむくみは、その日におさまります。何日も何週間も続いているという場合には何らかの病気が原因になっていることが考えられます。慢性的なむくみがある場合には、受診をお勧めします。

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。

地域リハビリ 拠点事業

～活動報告～

「地域リハビリテーション拠点事業」では、関係機関と協力し様々な活動を行っています。

第 36 回地区勉強会

2023 年 6 月 19 日(月) きららホール

参加者 88 名

今回のテーマは、「再入院を防ぐために 多職種の視点を知ろう！！『転倒』による再入院のケースを考える」と題し、久しぶりに対面形式で行いました。

事例

80 歳台女性。ご主人とお二人暮らしです。1 年前に脳梗塞で入院し、半年後の 1 月に退院されましたが、その 1 か月後に自宅で転倒し、再入院してしまった方です。

再入院を防ぐために何ができたか、今回の退院時にできる支援は何かについて、多職種による視点でのグループワークを行いました。

活動量の低下	寒い時期の退院で、外出機会が減少
環境整備の不備	階段の両側に手すり設置の検討、階段に滑り止め、センサーライトの設置、寝室を 1 階へ移動する等
内服薬	眠剤・糖尿病薬の副作用の確認と内服内容の相談
全身状態	体重減少、食事の偏り、尿量・糖尿病コントロール
情報共有	食事・内服・病状の変化等のリスク伝達が家族や関係者に十分に行えていたか
心理的影響	2 階での過ごし方について、本人の意向を充分確認し、入院中から階段動作訓練を増やす等
栄養不足と歯	義歯が合わなくなり→食事量が低下→体重減少となった。歯科医と相談、ヘルパーと共に調理する等



活発なグループワーク



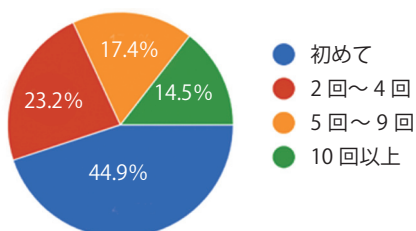
グループ発表

更なる入院を防ぐための対策として、上記対策の他に、本人の気持ちの十分な把握と家庭内で役割が果たせるような提案、本人の趣味であるガーデニングができるようになるための評価とリハプログラムの実施、関係者（本人・家族・入院スタッフ、在宅スタッフ）との情報共有等が挙げられました。

久々の対面でのグループワークとなりましたが、初参加の方も多く、参加された方からは、「多職種の方と積極的な意見交換ができました」「久々の対面で楽しかったです」等嬉しいコメントをいただきました。

アンケート 結果

船橋市地域リハ活動（研究大会・勉強会等）に参加されるのは何回ですか？ 69 件の回答

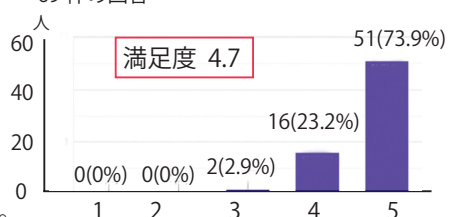


・今回の勉強会に参加された方の参加回数は、初めての方が 31 名 (44.9%)、2～4 回 16 名 (23.2%)、5～9 回 12 名 (17.4%)、10 回以上 10 名 (14.5%) でした。

・勉強会の満足度は 5 評価：51 名、4 評価：16 名、3 評価：2 名でした。

・満足度の理由として、久しぶりに対面でディスカッションできて有意義でした。他の職種の意見が聞けたので参考になりました。地域の方と交流できて、大変勉強になりました。という意見がありました。

この勉強会全体の満足度はどのくらいですか？ 69 件の回答



第 20 回摂食栄養サポート勉強会

2023 年 9 月 25 日 (月) WEB 開催

参加者 90 名

今回は「**食べることに関わる多職種を知ろう**」をテーマに、「食べること」に関わる 6 名の専門職の方に、それぞれの役割についてお話いただきました。皆さん様に、多職種で連携して患者さん・利用者さんを支援していく必要があると述べられていました。（発表内容は QR コードで御覧下さい。）



1 歯科医師

船橋市かざぐるま休日急患・特殊歯科診療所



歯科は何ができる？

- ・失った噛み合わせを回復する（被せ物、入れ歯、インプラント等）
- ・入れ歯を修理、新製し口に馴染ませる
- ・歯周病治療、虫歯治療などで口の中の痛みや不快感を解消する
- ・歯をきれいにし社会的参加を促す
- ・薬剤の内服状況を確認する（嚥下障害の原因の探索）
- ・ミールラウンドの取り組み
- ・摂食嚥下機能の評価が行える
- ・近年では管理栄養士さんを配置した歯科医院がみられるようになっている



田代 晴基 氏



歯科医師は、治療により、口の中の痛みや不

快感を解消し食べる機能の回復を目指します。それだけでなく、痩せたり、表情に活気がなくなったことに気づき、歯科治療だけでなく摂食指導など、様々なアプローチで社会的参加を促すとのことです。

2 言語聴覚士

船橋市立リハビリテーション病院

評価

唾液・水分・食物を飲み込む・食べる能力がどのくらいあるか？
さらに細かい部分のどこがどのくらい悪いのか？

自然な場面の観察→自然な場で唾をのみ込んでみるか

→流涎（よだれ）があるか

→認知機能はどのくらい？

声を聴く

→音が漏れている声

義歯が入っていない構音

舌や唇の動きが悪くなっている構音

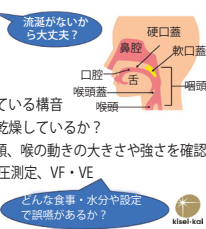
口の中を観察

→唾液がたまっているか？乾燥しているか？

口や喉の動きを観察・触ってみる

→唇、舌、顎、喉の動きの大きさや強さを確認

検査→反復唾液飲み検査、水飲み検査、舌圧測定、VF・VE



橋本 美奈子 氏



言語聴覚士は、食べる・飲み込む能力

を詳細に評価し、安全に食べられる方法の検討や食べる力の改善に向け機能訓練を行います。患者さんの能力だけでなく家族のサポート力や環境要因に合わせ、現実的で継続可能な食事設定を検討するとのことです。

3 薬剤師

日本調剤滝不動産薬局

薬局で日々確認していること

- くすりはちゃんと飲めていますか？
- （例えば）痛みはよくなっていますか？
- 胃がもたれることなどないですか？
- 食事はとれていますか？



薬の効果と副作用の発現がないか、さらに薬への食事の影響も確認しています。
在宅訪問では 食事・睡眠・排泄・運動・認知機能等の ADL を確認します

永井 葉子 氏



薬剤師は、

薬局に患者さんがいらした際、薬を飲めているかとともに、食事はとれているかも確認します。薬の効果を強めたり、弱めたり、食欲に影響したり、食事と薬は影響しあっているためです。薬剤師が訪問して薬剤指導を行うこともあるとのことです。

4 管理栄養士・栄養士

いけだ病院

栄養士の仕事



管理栄養士は病気を持っている方や、高齢で食事が取りづらくなっている方、健康な方、ひとりひとりに合わせ専門的な知識と技術を持って栄養指導や給食管理、**栄養管理**を行います。栄養士は主に健康な方を対象にして栄養指導や給食の運営を行います

下田 久美 氏



管理栄養士は病気を持っている方や健康な方に栄養指導、給食管理、栄養管理をします。栄養士は、主に健康な方を対象に栄養指導や給食の運営をします。医療保険や介護保険で訪問栄養指導を行うこともあるとのことです。

5 訪問介護

ひだまりの家ホームヘルプサービス

介護保険の中の調理の考え方（老計 10 号）

【身体介護の調理】

特段の専門的配慮をもって行う調理

- 嚥下困難者のための流動食等の調理
- 医師や管理栄養士からの指導を受け、カロリー計算や特段の配慮をもって行う調理

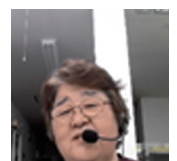
自立生活支援・重度化防止のための見守りの援助

- 利用者と一緒に手助けや声掛け及び見守りしながら行う調理、配膳、後片付け（安全確保の声掛け、疲労の確認を含む）

【生活援助の調理】

- 一般的調理……一般的な常食、食べやすい大きさや硬さを配慮した調理、成人病予防等を配慮した調理（塩分、糖分、油、カリウムなど・薬との禁忌）

久保田 恵子 氏



介護保険の調理は、一般的な調理を行

う「生活援助」での調理と、特段の専門的配慮をもって行う、あるいは自立支援・重度化防止の為の見守りの援助である「身体介護」の調理があります。利用者さんの生活全般をよく見て援助しているとのことです。

6 看護師

船橋市立リハビリテーション病院

嚥下障害の看護

- ・回復期リハビリ棟でも訪問看護でも観察項目は変わらない
⇒身体アセスメントは看護師がする！！
- ・訪問時の小さな変化を見逃さない
⇒限られた時間内で、できることは全て行う！！
（直接ケアだけでなく、患者家族からの情報収集も）
- ・おかしい？を他職種と共有し、フォローしてもらう
⇒多職種とタイムリーに情報共有することが大切！！

梅原 啓子 氏



看護師は、入院中も訪問

看護でも、発熱有無や肺音、痰の量や性状、呼吸数といった身体症状をよく観察します。訪問看護では、限られた時間の中で、活動量や食事内容・量、排泄状況などを把握し、多職種と協力し、生活を支援するとのことです。

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 QR コード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活用ください。

地域リハビリ拠点事業
ホームページ QR



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、プールリハビリを行っています。利用料金はそれぞれ 350 円です。飯山満駅・薬園台駅・東船橋駅から巡回バスも運行しています。

バランストレーニング

20 ～ 30 秒静止した状態を維持します

今回は平行棒を使用したバランストレーニングを紹介します。転倒予防に効果のあるバランストレーニングですが、体幹と下半身の筋力向上も期待できます。自宅で行う場合は手すり、柱、机、壁など安定した物を握り、転倒に十分注意して行いましょう。

片足立ち
(両手支え)
難易度：★



片足立ち
(片手支え)
難易度：★★



片足立ち
(支えなし)
難易度：★★★★★



ポイント

目線は足元を見るのではなく前方を見ます。
軸足のお尻を硬く締め重心を高く保つと体軸が真っすぐになります。同時に足の指で地面を握るイメージで踏ん張ると更に姿勢が安定します。
最初は両手支えで行い、30 秒以上出来た場合は片手支えに移行します。同様に 30 秒以上出来た場合は支えなしに移行しましょう。

足前後一列
難易度：★★



ポイント

横方向への安定性を高めるバランストレーニングです。
前後の足のつま先から踵のラインを一直線に保ち、20 ～ 30 秒静止します。
この際、左右にグラグラしますので両手を横に開いてバランスを保ちます。足を前後入れかえて 2 セット行いましょう。

かかと上げ
難易度：★★★★



ポイント

前後方向への安定性を高めるバランストレーニングです。
踵を浮かせて 20 ～ 30 秒静止します。
この際、前後にグラグラしますので両手を前に出してバランスを保ちます。
難しくければ少し膝を曲げて良いです。踵を高く上げるほど難易度も高くなるので、最初は踵を 1cm 浮かせる程度で行いましょう。

<利用の手続き>

パワーリハビリ教室：年に 4 回、3 カ月おきに船橋市の広報にて公募（2/15・5/15・8/15・11/15 の号にて掲載）
プールリハビリ：随時受け付けています。

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。

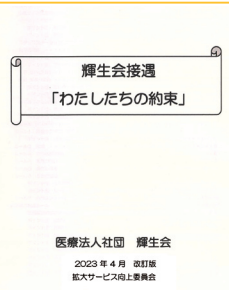
委員会より

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、接遇ルールブック『私たちの約束』をもとに日々の業務に取り組んでいます。

当センターでは、特に月に1回、『私たちの約束』の定着を目標に接遇について、各スタッフが心がけていることを話してもらうことにしていました。今は中断されていて、代わりに、定期的に接遇目標を提出してもらっています。



今回は「足跡」に掲載された理学療法士 月舘祐香さんの「TPO に合わせ声のトーンや表情に注意しています」を紹介します。



私は特に TPO に合わせ声のトーンや表情に注意しています。集団体操や筋トレを行う際は明るく元気に対応できるよう心がけ、利用者様の悩みや不安な点について話を聞く時はしっかりと目を合わせて、親身に話を聞くことを意識しています。上記を実践することで、1人でも多くの利用者さま・ご家族・ケアマネジャーの方々に信頼して頂けることを目指しています。

感染対策委員会

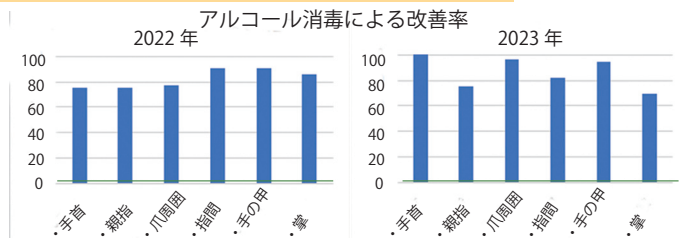
2023 年度も手洗い評価を行いました。

手洗い評価のために準備したもの：2WAY ブラックライト・暗室 BOX・手洗いチェッカー専用ローションです。



- ①『手洗いチェッカー専用ローション』を手洗い専用ローションを1プッシュ手に取り、まんべんなく伸ばす
- ②いつもの石鹸の手洗いを実施し、手を拭く
- ③ ブラックライトスイッチ ON
- ④ のぞき穴から洗い残しをチェック！

◆ 2回目の作業は、手指消毒剤（ハンドジェル）を2プッシュ取り、まんべんなく伸ばし、特に1回目の洗い残し部位を重点的に行い、汚れの残っている部位をチェックしました。

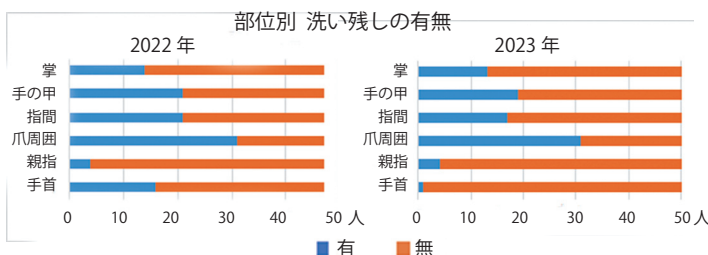


【評価を終えての感想とまとめ】

爪周囲、手の甲、指間が前年同様、洗い残し部位トップ3でした。洗い残しやすい部位であることはわかっていても、毎年、同じ結果が出るという事は、手洗い結果のフィードバックの仕方や洗い残しのない手洗いを行うことへの取り組み意識が低いのではと思われます。

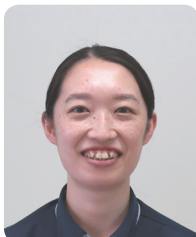
この結果を踏まえて、これからの手洗いでは、洗い残し部位を意識した手洗いを励行すること。また、アルコール消毒は洗い残しを補ってくれますので、アルコール消毒を併用することをお勧めします。

定期的に手洗い評価を行い、自分の癖を見直したり、効果的な手洗い方法を習得する事は大事な感染防止対策です。来年度も手洗い評価は実施予定です。



スタッフ紹介

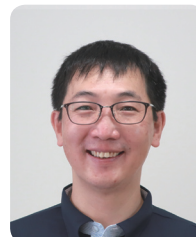
* PT: 理学療法士



- ①千葉県袖ヶ浦市生まれ。幼稚園から岩手県久慈市で9年間過ごし、袖ヶ浦市に戻り、今は船橋市にいます。
- ②野球観戦：プロ野球、高校野球が好きで、たまに球場にも行きます。
温泉：お気に入り草津と鬼怒川温泉（吉野 菜津子 PT）泉。週末もよく銭湯にいきます。
- ③心がけていることは接遇です。安心して身を任せてもらえる理学療法士になりたい。また、利用者さまの不安や悩みなどを支援していきたいです。

新入・異動スタッフに質問

- ①生まれた所・育った所
- ②趣味など
- ③専門職として心がけていること



- ①香川県丸亀市生まれ、親の転勤の為、一都二府八県に住み、23回引越し。千葉には18年います。
- ②大学時代ボート部。今はカヌーで海釣りを楽しみ、物作りが好きで、レザークラフトで財布やバッグ、木工でウッドデッキなど作っています。
- ③話をしっかりと聞くこと、身体面・精神面・環境面など含め、細かなことに気付けるようによく観察するなどして、利用者さまに寄り添っていけるように心がけています。

地域の施設紹介

院長 紹介



酒井 真人 先生



専門は泌尿器科ですが、この地域で生活を営む皆さまの様々な問題に対して、治療のみならず、予防・健康維持なども含めて対応していきたいと考えています。

スタッフ全員でしっかりお話を伺います。お気軽にご相談ください。

薬園台さかいクリニック

〒 274-0077 千葉県船橋市薬園台 6-6-2 2F
TEL:047-490-1515



薬園台さかいクリニックは、新京成線薬園台駅北口から徒歩3分（西友薬園台店の敷地内）の場所に位置しています。薬園台さかいクリニックは平成22年に開院しました。院長の酒井真人先生は、国立山形大学医学部を卒業後、東京大学医学部附属病院に入局、同大学からの派遣という形で様々な高度医療機関で勤務されてきました。泌尿器科が専門ですが、専門医療だけでなく、総合診療、在宅訪問診療、癌の緩和療法などのご経験も積まれています。クリニックでは、風邪症状や気管支炎、消化器疾患といった内科全般、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病など幅広く診療されています。

酒井先生は、“ありふれた”病気を過不足なく治療することや、背後に隠れた重大な疾患を見逃さないことが重要とおっしゃっています。また、独居や介護などの医療のみでは解決できない社会的な問題も増加していることから、家族を含めた地域社会との連携の必要性も感じているとのこと。そのため、スタッフの皆さんが患者さんの話を傾聴することが診療の始まりと考えており、遠慮なく相談していただきたいとのこと。



利用者さんの声から

体力が落ちないようにがんばる

畠山 美佐子 さん

平成30年3月に急性心筋梗塞の合併症である心室中隔穿孔との診断で緊急的に心臓手術を受けました。とても大変な手術でしたが、病院の先生方のお陰で、一命をとりとめ、その後、回復期リハビリを行い7月に自宅退院しました。

退院後は自宅で息子のサポートの元、生活を始めましたが、入院で体力が落ちてしまっていて、今後の生活の不安もあり、しっかり歩けるようになり、外出したい。家事が出来たらいいということを目指し、8月からリハビリセンターの通所リハビリでお世話になることになりました。現在6年目です。

この間、歩こう会や筋トレ教室にも参加して、体力が

落ちないように頑張ってきました。外出は、千葉市の妹のところへ電車に乗って行くことができたり、病院受診の帰りに船橋の東武で買い物ができるようになりました。掃除はクイックルワイパーでする程度ですが、今後は掃除機をかけられるようになりたいと思っています。

これから年々体力が落ちるばかりと感じていますので、気持ちとしては、散歩が続けられたり、近くの美容院にいければ良いと思って、日々頑張っています。

これからもよろしくお願い致します。



船橋市リハビリセンター 案内図



【編集後記】コスモスの写真を撮りに、アンデルセン公園にゆき、風車の修繕の場に接する機会を得ました。経年劣化するものを修繕することで長く使い続けることの大事さを感じました。巻頭言では、地域包括ケアシステムの充実について考えてみました。今号では日常生活動作評価として使われているFIMやBIの紹介、むくみの予防と解消法、対面で行われた地区勉強会・「食べることに関わる多職種を知ろう」として開催された摂食栄養サポート勉強会報告、その他、バランストレーニングの紹介、手洗い結果報告、薬園台さかいクリニック紹介、体力が落ちないように頑張る畠山さんなど、多彩な内容となりました。（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