

季刊

Midorino  
Rehabilitation  
Hospital



# みどり野

vol.

34

## CONTENTS

- 2P 転籍職員の紹介
- 3P 新任医師紹介
- 4P 訪問リハビリ増員
- 5P 薬剤科&栄養科だより
- 6P ストレッチ体操/イクメン vol.1
- 7P マルちゃんの独り言<sup>®</sup>
- 8P 医療連携室  
病院までのアクセス



医療法人社団 神奈川巨樹の会

**みどり野リハビリテーション病院**

〒242-0007 神奈川県大和市中央林間2丁目6-17

<http://www.midorino-hp.jp>

撮影者:職員

# 内田副看護部長



## 経歴

- 平成12年4月 看護師免許取得
- 平成23年8月 カマチグループ入職  
蒲田リハビリテーション病院
- 平成29年9月 江東リハビリテーション病院 転籍
- 平成30年6月 副看護部長拝命 (病棟師長兼務)
- 令和4年6月 みどり野リハビリテーション病院 転籍

## 出身

広島県福山市



## 好きな食べ物

麺類全般 ※ラーメンが特に好き

## 趣味

料理



## 休日の過ごし方

車を運転して出かけたり、家で過ごすときは海外ドラマを観たりします。

## 当院での抱負

私が常に大切にしていることは、「整理整頓」です。  
環境が整っていないと、集中力がかけることや、業務に影響が出ることがあり、患者様にとっても、職員にとっても良い看護が提供できない環境になってしまうと考えるからです。これまでの看護師としての経験、カマチグループでの経験を活かし、与えられた環境のみでなく、広い視野を持ち、みどり野リハビリテーション病院のチーム力の向上にむけ、また、より良い回復期リハビリテーション医療が行えるよう尽力してまいりたいと思います。  
ご指導のほど宜しくお願いします。

# 新任医師紹介

## 氏名

大高 稔晴 先生

## 経歴

脳外科20年

## 出身

秋田県

## 好きな食べ物

ステーキ  
焼肉

## 趣味

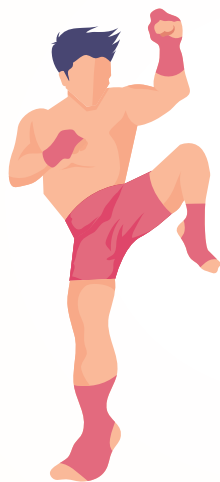
キックボクシング

## 休日の過ごし方

キックボクシング  
読書

## 当院での抱負

高次機能を研究しながら患者様に接して行きたいです。



# 訪問リハビリ増員



須田 正太郎

担当分野

言語聴覚士

ST

一言

患者様と楽しいリハビリを心がけて  
いきます！



鯉江 悠司

担当分野

理学療法士

PT

一言

在宅分野で頑張ります！

# 薬剤科&栄養科だより

## ハンドクリームの使い分け

薬剤科

ハンドクリームの使い分けについてお話ししたいと思います。  
ハンドクリームは「保湿系」「ビタミン系」「尿素系」の3種類に分類できます。



### 1 保湿系

- ①ヘパリン類似物質クリーム  
肌の新陳代謝を促し、弱った肌バリア機能を取り戻すことができる。
- ②ワセリン  
皮膚をコーティングすることで、皮膚から水分が失われてるのを防ぐ。
- ③コラーゲン、セラミド、ヒアルロン酸  
肌の角質層に浸透し、水分をキープ

### 2 ビタミン系

- ビタミンAやB、C、Eなどが配合されている。
- ビタミンAには、乾燥によって乱れた皮膚のターンオーバーを修復する動きがある。
- ビタミンEが血行を促すため、冷えにも効果がある。
- ひびやあかぎれなど、中程度の手荒れのケアにおすすめ

### 3 尿素系

- 尿素が配合され、水分を保持する効果がある。ひじやひざ、かかとなど、皮膚が角化している部分を柔らかくする働きがある。手のごわつきが気になる場合のケアにもおすすめ!
- ただし、あかぎれなど傷があるところに使うと、刺激になって症状がひどくなる恐れがある。

## 秋の食材で美味しく、体の中から健康に

栄養科

季節はだんだんと秋めいてきましたね。秋は実りの秋とも言われ、穀物や果物の収穫が多くなる季節です。旬の食材は香りや旨味が他の季節よりも豊かに感じられ、栄養価も高いです。ぜひ旬の食材を取り入れ、心も体も元気に過ごしましょう!



### おすすめ食材 1 秋刀魚

#### 栄養ポイント

- EPAやDHAが豊富! 血液をさらさにして動脈硬化を予防する動きがあります。
- ビタミンDで強い骨づくりビタミンDは腸でカルシウムの吸収を助ける働きをします。ビタミンDは脂溶性ビタミンなので、油と一緒に摂ることで吸収率が上がります。



### メニュー紹介

- さつま芋ご飯
- 秋刀魚の揚げ浸し
- まなす
- たっぷりきのこ汁
- 栗羊羹

### おすすめ食材 2 さつま芋

#### 栄養ポイント

- ビタミンCで免疫力アップみかんに匹敵するほど豊富に含まれており加熱しても壊れにくい特徴があります。



# ストレッチ体操

## 1 お尻のストレッチ



足を伸ばして座り、片方の足をもう一方の足の外側につくように交差する。伸ばしている足の方の手で膝を外側にゆっくり押す。

## 2 股関節のストレッチ



足の裏を付けるように股を開き膝のあたりをゆっくり押す。



# イクメン

VOL.1

**A** **Q**

最後に愛する家族へ一言！  
気づいたら、弟か妹がいるかも

**A** **Q**

将来はどんな大人になってほしいですか？  
元気で不自由なく、  
迷惑をかけなければなんでも

**A** **Q**

普段はどんなパパ？  
(長女・次女より)勉強に関して厳しくて、  
お化けより怖いけど、優しい時は、  
全力で一緒に遊んだり  
ドッキリをしかけてくる面白いパパ

**A** **Q**

家事・育児をしているのか？  
ゴルフしてます！(家事・育児も…)

**A** **Q**

お子さんの年齢・性別  
〈9才〉女の子 〈7才〉男の子  
〈5才〉女の子 〈3才〉男の子



看護師 タダキ トシヤ 但木 俊也

# マルちゃんの独り言



## MT車



新聞によると、最近ガソリン車のマニュアル車 (MT車) の駆け込み需要が、起きているそうです。

電動車へのシフトが予想され、購入に関しては、最後のチャンスだとか。

最近の車業界は、若い人の車離れ、運転免許の取得率の低下などが、響いて、車の販売数も下降傾向の様ですね。

私の勤務している病院でも、若いリハスタッフで運転免許を所持していない人もいます。訪問リハなどに影響が出ることもあります。患者さんの家に訪問してリハビリを行うのですが、患者さんの家まで、電車、バスやタクシーで訪問するわけにはいかないのです、困ります。

さて、MT車の話題に戻しましょう。現在、車の免許市は、AT限定 (オートマ限定、1991.11～) の免許証も有ります。きくところによると、自動車教習所の技能講習は、3時間AT車が、少ないようです。

新規免許取得者では、男性の72%は、MT

車の免許、女性の83%はAT限定免許を取得するようです。

私の免許も限定なしです。約50年前、軽免許 (16歳で取得できる軽自動車限定の免許 (確か、1968年廃止) を、廃止直前に取得しました。その頃の自動車教習所の教習車は、マツダのキャロルという車でした。もちろん、MT車です。MT車に付きもののエンスト、坂道発進の失敗などを繰り返しつつ、なんとか、免許は、取得できました。当然、それからは、両親のアッシー君として、活躍 (?) しました。

その後、何台か乗り換えていますが、ずっとMT車でした。まだ、AT車は、今とは逆で、AT車の方が高価でした。何台か乗り継ぐ中には、AudiQuattroの前進6速、後進1速の車もありました。もちろん、左ハンドルでしたので、右手でゴアの操作です。いつ頃か忘れてましたが、AT車に乗り換えました。

AT車も乗り始めは、左足の無駄な動きが、多かったですね。クラッチ・ペダルがないのに、クラッチを踏む癖がついているので、ついつい左足で踏み込んで、空振りしてしまうのです。

今は、AT車で通勤しています。AT車の良いところは、運転が非常に楽なところですね。渋滞や坂道発進もスムーズです。もう、MT車には、戻れないかな。

しかし、今でも、MT車の運転はできると思います。時々、ダブル・アクセル、半クラッチやヒール&トーなど、MT車に付きものの言葉や手技を思い出します。

# 医療連携室

医療連携室では、現在8名体制(看護師1名、ソーシャルワーカー7名)で患者様のサポートをさせていただきます。

患者様やご家族様より入退院に関わるご相談をお伺いし、解決に向けてお手伝いいたします。ご不明な点がございましたら、いつでもお気軽にご相談ください。

相談窓口 / 1階受付

受付時間 / 9:00~17:00

(月曜日~土曜日)

みどり野リハビリテーション病院  
医療連携室

(代表) TEL 046-271-1221  
FAX 046-271-1220



## 健康な未来を 令和健康科学大学

〒811-0213 福岡市東区和白2丁目1番12号 TEL:082-687-8700

看護学部 看護学科 定員80名  
リハビリテーション学部 理学療法学科 定員80名  
リハビリテーション学部 作業療法学科 定員80名

令和健康科学大学は、令和1年4月に開学する新しい大学です。本学は平成2年4月開校の福岡看護専門学校と平成19年4月開校の福岡初級リハビリテーション学院の教育理念である「人間愛・自己実現」を引継ぎ、高い教養と協働性、探究心に基づいた実践力を兼ね備えた新専門職者を養成する大学として、福岡市東区和白に新たに設置されました。

看護学部看護学科では、最新の医療機器、設備を配したシミュレーションルームなどの実習室で学び、高い専門性を土壌にして、科学的根拠に基づく知識と専門的な実践力を身につけた、生涯にわたる健康の担い手となる看護のエキスパートを育成することを目標としております。

リハビリテーション学部理学療法学科では、運動療法・物理療法などの治療介入手段を用いて体力と健康の維持および向上を図り、対象となる人々が質の高い生活をサポートするために必要な医学と理学療法

の知識や技術を修得できます。地域に貢献できる理学療法士を育成することを目標としております。

リハビリテーション学部作業療法学科では、あらゆる作業を通して、心身機能の回復を促し、対象となる人々の質の高い生活をサポートするために必要な医学知識や技術を修得し、地域に貢献できる作業療法士を育成することを目標としております。

大学の専攻として、1~4年次まで一貫した「専門職連携教育(DFE)」と、ICTツールに活用した効率的かつ効果的な教育が上げられます。さらに開始者の「すべての人に対して、24時間365日、患者のための医療を行う」との思いを基本として、最も緊急に対応する福岡初級病院をはじめ、多くのグループ病院を中心とする実習施設の協力を得て、高度な最先端の医療から地域医療まで、幅広い実習を行ってまいります。

お問合せ先

0800-888-0053 広報専用フリーダイヤル  
TEL:092-687-8700 reiwahs-u.jp



### 病院周辺マップ



みどり野リハビリテーション病院 広報誌

## 季刊みどり野 vol. 34

企画発行 みどり野リハビリテーション病院  
広報委員会

〒242-0007 神奈川県大和市中央林間2丁目6-17  
TEL 046-271-1221(代表) FAX 046-271-1220

ホームページ  
はココ

