

A O Z O R A

あおぞら

OKAYAMA REHABILITATION HOSPITAL
NEWS & TOPICS

Vol.71

冬

2018/1

リハビリノート

「**自助具のご紹介**」

医療介護Q&A

「**交通事故での受診**」について

栄養部通信

「**白味噌仕立てのお雑煮**」

岡山失語症友の会 コスモス通信

「**コスモスの2017**」

あおぞらニュース

「**文化祭**」

「**ゴスペルフラダンス**」

私のふるさと紹介

「**愛媛県新居浜市**」



一般財団法人 操風会

岡山リハビリテーション病院

OKAYAMA REHABILITATION HOSPITAL

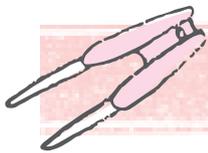


「^じ自^{じょ}助^ぐ具のご紹介」

操作やすく、
楽しく食事ができるよ！
使ってみてね！

あけましておめでとうございます。お正月はゆっくりで
きたでしょうか？

今回は「自^じ助^{じょ}具」のご紹介をさせていただきます。国の
文化によって違いますが日本では箸を使って食事をします
よね。ですが病気や怪我で上手く食事が出来なくなることも
あります。そんな時に自^じ助^{じょ}具を使うことで、自力で食^じべ
ることが出来るようになること以外にも、時間が短縮され
たり、動作が楽に出来るようになったり、疲れにくくなっ
たりと、楽しみながら食事出来るようになることがあります。



自^じ助^{じょ}箸

脳梗塞やリウマチによる変形があったり、利き手が使えなくなった方など、
箸が合わせづらい方に用いるのが『自^じ助^{じょ}箸』です。

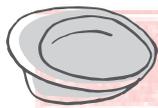
種類としては、ピンセット箸やクリップ箸、箸ぞう君があります。

ピンセット箸



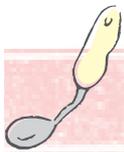
箸ぞう君





自助食器

片手しか使用できず、食器を押さえることが出来ない方や、すくにくい方のために考えられたのが、縁がそりあがったタイプや滑り止めが付いている自助食器です。



自助フォーク・スプーン

握力低下や片手しか動かせないなど、利き手の使用が困難になり、普通のスプーンでは持ちにくかったり角度を合わせづらい人のために柄が太いタイプや、先が曲がっているタイプのスプーンです。

ふとえ
太柄
(取り外し)



軽曲げ
スプーン



自助具は、福祉用具販売店やネット通販などで購入可能ですが、介護保険の適応外になります。
興味のある方や悩んでおられる方は、当院の作業療法士・理学療法士にお気軽にお声かけください。

「交通事故での受診」について



Q 交通事故でケガをしたとき健康保険が使えますか？

A 交通事故のように第三者（他人）の行為によって、起こったケガや病気は、その第三者である加害者が治療費や休業補償費を支払いますが、加入されている健康保険により「協会けんぽ」や「市町村」に届出をすることで、健康保険を使って治療を受けることができます。ただし、仕事や通勤中のケガの場合は健康保険は使用できませんが、労災保険を使用することはできます。

Q 届出が必要な書類は？

A 加入されている健康保険によって必要な書類は異なりますが、主に以下ようになります。

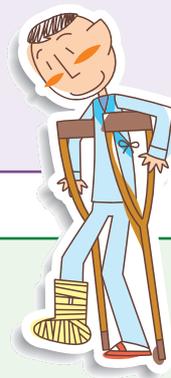
協会けんぽ

1. 第三者行為による傷病届（用紙は「協会けんぽ」にあります）

- ① 交通事故・自損事故・第三者（他人）等の行為による傷病（事故）届
- ② 負傷原因報告書
- ③ 事故発生状況報告書
- ④ 念書
- ⑤ 損害賠償金納付確約書
- ⑥ 同意書

2. 交通事故証明書

交通事故証明書は、各都道府県の「自動車安全運転センター事務所」へ届出することで交付が受けられます。岡山県では岡山県運転免許センター内にある自動車安全運転センター岡山県事務所です。



国民健康保険

1. 第三者行為による傷病届（用紙は「市町村」にあります）

2. 交通事故証明書（「協会けんぽ」と同様）

Q 交通事故で健康保険を使うとき、なぜ第三者行為の届出が必要なのですか？

A 交通事故等の第三者行為によりケガをしたときの治療費は、本来、加害者が負担するのが原則です。しかし、健康保険を使って治療を受ける場合は、加害者が支払うべき治療費を保険者が立て替えて支払うこととなります。保険者が後日、加害者に対して健康保険給付した費用を請求する際に「第三者行為による傷病届」が必要となるためです。

Q 病院にはどのような手続きが必要ですか？

A 相手のある事故の場合で、相手方の保険会社と話し合いをされている場合は、その保険会社から病院に連絡をお願いします。支払い方法や診断書の発行などについての確認を行います。



あけましておめでとうございます。

日本には古くからお正月にお雑煮を食べる習慣がありますが、その由来や地域による違いを知っていますか？

餅は昔から日本人にとって、お祝い事や特別な日に食べる「ハレ」の食べ物でした。

年神様に供えた餅や野菜を、その年の最初に井戸や川から汲んだ水と一緒に、新年最初の火で煮込み、元旦に食べたのが始まりだと言われています。

雑煮の語源は「煮雑ぜ（にまぜ）」で、色々な具材を合わせた事からきています。

◆ 餅について

関西地方では、昔から「円満」を意味する縁起物の丸餅が主流ですが、関東周辺や寒冷地では、角餅が多い傾向にあります。これは、江戸時代に人口が集中していた関東周辺では、ひとつずつ手で丸める丸餅では手間がかかり、一度に多く作れる角餅が使われるようになったからだと言われています。

◆ 汁について

関西地方は白味噌仕立て、近畿を除く西日本と関東ではすまし汁仕立てが主流です。

◆ 具について

大根・人参・ネギなどの一般的な野菜に加え、その土地の産物が入ります。例えば、東北では山菜やキノコ類、新潟では鮭やイクラ、千葉では海苔、島根ではハマグリ、広島では牡蠣などです。

今回は、関西地方で主流の白味噌仕立てのお雑煮を紹介します。下記の材料以外にも好きな具材を入れて、自己流にアレンジしてみてもいいでしょうか？

Recipe レシピ

白味噌仕立てのお雑煮

1人分

■エネルギー：174kcal

■塩分：0.7g

【材料】(2人分)

- ・切り餅…………… 2枚 (100g)
- ・かつおだし……… 2カップ
- ・里芋…………… 2個 (70g)
- ・大根…………… 2cm (90g)
- ・人参…………… 1/3本 (60g)
- ・白味噌…………… 大さじ1杯
- ・削りがつお……… 適量

【作り方】

- ①里芋・大根・人参は皮をむき、食べやすい大きさに切る。
- ②①とかつおだしを鍋に入れ、火にかける。具材が軟らかくなるまで煮る。
- ③②に餅を加え、軟らかくなるまで煮たら白味噌を入れ、ひと煮して味をなじませる。
- ④器に盛り、削りがつおを乗せたら出来上がり。

「栄養と料理」2016年1月号より



岡山失語症友の会 コスモス通信

コスモスの2017

今回は、岡山失語症友の会「コスモス」の1年間の活動報告をいたします。

新春いろはかるた大会 (1月21日)

子どもに選ってかるた取りに興じました。



「ひなげしの会」(女子会)の

ランチ会 (5月29日)

福山まで足を延ばし、
美味しい料理に舌つづみを打ちました。



健康教室「薬のはなし」(7月15日)

専薬剤部長から、
正しい薬の服用について勉強しました。



言語まつり (8月27日)

県内の言語聴覚障害者が集う会で、
コスモスの活動を紹介しました。



コーラスグループ

「こんぺいとう」の音楽鑑賞 (10月21日)

美しい歌声を愉快的な進行で楽しく鑑賞しました。



年忘れ大ビンゴ大会 (12月9日)

ビンゴマシンから出てくる数字に一喜一憂し、
大いに盛り上がりました。



毎月の例会

言葉ゲームや当事者同士での会話を楽しみました。



あおぞらニュース

文化祭

2017年10月28日(土) 16:00~17:00

秋の恒例行事『文化祭』が今年も開催されました。毎月「音楽の広場」を開催して下さっている講師の坂井郁子先生と一緒に、可愛い子供たちが来てくださり、ピアノやバイオリンの演奏をととても上手に披露いただきました。緊張しながらも一生懸命演奏している子供たちの姿に、見にこられた大勢の患者さまやご家族の方々は、とても癒されたと喜んでおられた様子でした。

この他にも毎月様々なイベントを開催しております。どうぞお気軽にご参加ください。



心安らぐダンスで癒されました ゴスペルフラダンス

2017年11月18日(土) 14:00~14:45

今回は、結成10年目を迎える、教会の賛美歌を中心にフラダンスで賛美(ゴスペルフラダンス)をしているクリスチャンのグループの方々に「いつくしみ深き」や「ふるさと」などの多くの方に広く知られている音楽に合わせて「ゴスペルフラダンス」をご披露いただきました。

多くの患者さまにお越しいただき、「何日も前から楽しみにしていた」「ゴスペルフラダンスを見るのは初めてで感動しました」といった声が聞かれ、心安らぐダンスで

音楽に合わせ、手拍子や歌詞を口ずさんでおられました。

とても楽しく、心癒されるひと時を過ごすことができ、患者さまも大変満足されていました。また機会があればお願いさせていただきますと思います、ありがとうございました。



私のふるさと紹介

リハビリ部 理学療法士 桑原

愛媛県新居浜市

皆さん、お祭りはお好きでしょうか?好きだとすると、どんなお祭りが好きでしょうか?

私が生まれ育った愛媛県新居浜市は都会ではなく、ものすごく田舎でもなく、閑静な地方都市といったイメージの町です。しかし、年に1度10月の秋祭りには30万人の観光客が見物にくる「太鼓祭り」で大いに賑わいます。太鼓祭りとは太鼓台と呼ばれる、高さ5.3m、長さ11m、重さ3トンの御神輿(おみこし)を150人程度で担いで練り歩くお祭りです。見所はこの太鼓台が30台ほど集まって、どの地区が一番長く担ぎあげておくことが出来るかを競う「統一担ぎ比べ」です。しかし最も盛り上がる瞬間は別にあります、そ



れは「鉢合わせ」という偶発的に起こる太鼓台同士のぶつけ合いであり、太鼓祭りが別名ケンカ祭りと言われる所以です。そんな中あえて私がお勧めしたいのは夜にライトアップして練り歩く夜太鼓です。金糸が光に照らされ純粋に美しい幻想的な風景を楽しめるのではないかと思います。このように太鼓祭りは賑やかさも、激しさも、荘厳さも楽しめるお祭りです。さまざまなタイプのお祭りが好きな方にもハマる瞬間があるのではないかと思いますので、ぜひ1度は愛媛県新居浜市へ!!



● 当院へのアクセス

● 岡電バス

岡山駅前バスターミナル・
天満屋バスターミナルより
「岡山ふれあいセンター」
「三幡南」「新岡山港」行き乗車
→「操南団地入口」停留所下車すぐ。

● お車の方

国道2号線倉田交差点より
県道45号線を南へ100m
岡山空港から… 約40分
岡山駅から… 約20分
新岡山港から… 約10分
岡山ICから… 約30分
早島ICから… 約20分



● 院是

しんせつな態度 ていねいな言葉

● リハビリテーション基本理念

- 1 私たちは、患者さまにそれぞれの疾病・障害に合った支援を可能な限り行い、さまざまな活動の質を高めることに努めます。
- 2 私たちは、亜急性期から維持期までの幅広いリハビリテーションサービスの提供を行います。
- 3 私たちリハビリテーションに携わる職員は、患者さまの情報を常に共有しチームアプローチを行うことで、患者さまだけでなく患者さまを取り巻く家族や社会も考慮し可能な限りサポートいたします。
- 4 私たちリハビリテーションに携わる職員は、常に新しい医療知識・技術の習得に努めます。

● 看護介護部の理念

おもいやりの心、親切な態度、温かい言葉・笑顔で自立をうながす看護・介護をめざします。

● 患者さまの権利

- 1 人間尊重の権利
患者さまは、「人格」を尊重した、思いやりのある医療を受ける権利があります。
- 2 安全な最良の医療を平等にうける権利
患者さまは、安全な最良の医療を継続して平等にうけることができます。
- 3 診療情報に関する権利
患者さまは、当院で行われたご自身の診療に関する情報を提供されます。
- 4 インフォームドコンセント(十分な説明に基づく同意)と自己決定権
患者さまは、医療の内容・治療方法・検査内容・危険性などわかりやすい言葉で説明を受け、理解し、納得のもとに適切な医療を受ける権利があります。
また、医療方針について、他の医療機関での医師のセカンドオピニオン(主治医以外の医師の意見)をうけることができます。そのために診療情報を請求することができます。
- 5 プライバシーの保護と秘密保持
患者さまは、当院での可能な範囲で、他人に侵害されない権利があります。
- 6 ケア(医療と介護)の連続性を求める権利
患者さまは、自分のケアの連続性を期待し、病院がどのような保健・医療・福祉機関や教育機関と連絡がついているかに関する情報を受け取ることができます。

通所リハビリテーションの
お問い合わせは…

一般財団法人操風会 岡山リハビリテーション病院内 通所リハビリテーション事務所(責任者/川崎まち子)
TEL.086(274)7020 FAX.086(274)7031

岡山リハビリテーション病院での
ボランティアの受付は…

〒703-8265 岡山市中区倉田503-1 (一財)操風会 岡山リハビリテーション病院内 ボランティア受付
(担当/事務部 企画情報管理室) TEL.086(274)7001 FAX.086(274)7010



〒703-8265 岡山市中区倉田 503-1

TEL.086(274)7001 FAX.086(274)7010

ホームページ <http://www.okayama-reha-hp.or.jp/>