

A O Z O R A

# あおぞら

OKAYAMA REHABILITATION HOSPITAL  
NEWS & TOPICS

Vol.89

夏  
2022/7

リハビリノート  
「歩行補助具について」

医療介護 Q & A  
「『ヤングケアラー』をご存じですか」

あおぞらニュース  
「2021年度  
回復期リハビリテーション病棟の実績」

失語症友の会 コスモス通信  
「退院の日、人生第2章の始まり～12年前の日記から」

あおぞら通信  
「新入職スタッフ紹介、スタッフ ペット通信」

公益財団法人 操風会  
 岡山リハビリテーション病院  
OKAYAMA REHABILITATION HOSPITAL

<https://www.okayama-reha-hp.or.jp/>

# 歩行補助具について

## はじめに

梅雨明けを知らせる白南風が吹き、いよいよ本格的な夏がやってきましたね。さて、今回は安全に歩くために必要な歩行補助具について説明、紹介します。

### T字杖

**特徴：**握り部分を含めた杖全体の形状がT字型であり、最も多用されています。屋内外を始め、幅広い環境において使い勝手の良い物です。

**適応：**軽度歩行障害のある方  
高齢の方



### 多脚杖

**特徴：**杖の先が四脚に分かれ、四脚で体重を支えるため、安全性が高いです。

**適応：**バランスが不安定な方  
歩行練習初期段階の方



レンタル可

### 前腕支持式

(ロフストランドクラッチ)

**特徴：**杖の上部が握りの上まで伸び、前腕カフが付いています。そのためT字杖よりも安定性が高いです。

**適応：**中等度の歩行障害や手の筋力がわずかに低下した方



レンタル可

### ノルディック杖

**特徴：**足腰への負担を減らし、上半身の運動を促すことで効率良く全身の筋肉を使用し、楽に歩ける杖です。

**適応：**腰痛、膝痛のある方



### 松葉杖

**特徴：**松の葉型をした2本の支柱と腋窩支持バーがある杖で、最も重い荷重に耐えられます。

**適応：**足の骨折、捻挫、麻痺の方など



レンタル可

### 固定型歩行器

**特徴：**歩行器全体を持ち上げて前方におろして移動します。非常に安定性の高いものです。自宅内の手すりのない場所でも安全に移動ができます。

**適応：**両手の自由がきく方、骨折などで足の力が低下している方



レンタル可



**ハンドル付歩行器**



**特徴：**固定型歩行器に比べ軽い力で進むことができます。  
**適応：**両手の自由がきき、ある程度歩くスピードをコントロールできる方

**前腕支持型歩行器**



**特徴：**腕で支えることが可能になっているため、足の免荷が可能です。  
**適応：**両足の筋力が低下している方

※レンタル可となっているものは、介護保険（1～3割）の負担でレンタルできます。

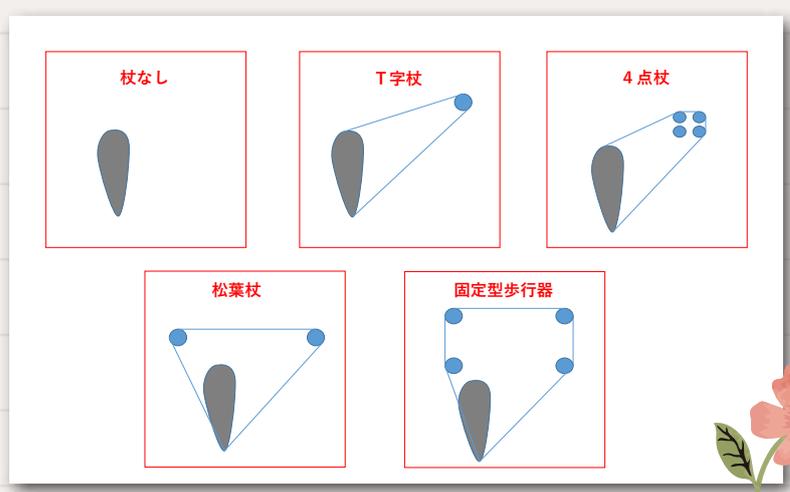
歩行補助具は足の筋力低下など様々な要因で、独歩で歩くことが困難な方が使われています。  
 どうして歩行補助具を使用すると安定するのでしょうか？

「支持基底面」という人や物が支えられている底面、底面が2つ以上ある場合はその間の面積を含みます。広い方が安定し、狭いと不安定になります。

人間は二足歩行で歩いている間に必ず片足立ちになる場面があります。片足立ちは不安定だからの不自由な方やご高齢の方にとっては難易度の高い動作といえます。

右の図のように歩行補助具を使用することで支持基底面が広くなり、歩行補助具を使用していない時と比べて安定性が向上します。

歩行補助具を使用することは支持基底面が広がることだけでなく、バランスを崩した際の支えとなったり、歩行補助具に体重をかけることで足への負担を減らしたりすることができます。



**さいごに**

ご本人様に合った物を使用するようにしてください。  
 合わない物の使用は転倒の危険性を高めてしまう可能性があります。  
 歩行補助具のことでわからないことやお悩みのことがあれば、リハビリスタッフにお気軽にお尋ねください。

# 『ヤングケアラー』をご存じですか

厚生労働省は令和4年度から6年度までの3年間を、ヤングケアラーの社会的認知度の向上に向けた「集中取り組み期間」とし、中高生の認知度5割を目指し広報啓発を実施しています。

チェックポイント



### 《医療機関の場》

- ・平日に家族の受診の付きそいをしている姿を見かける
- ・来院時本人の身なりが整っていない、虫歯が多い
- ・往診時等に家族の介護・介助をしている姿を見かけることがある

### 《地域の場》

- ・毎日のようにスーパーで買い物をしている
- ・学校に行っているべき時間に、学校以外で姿を見かけることがある
- ・ゴミ問題の発生
- ・毎日のように洗濯物を干している

### 《教育の場》

- ・遅刻や早退、欠席が多い
- ・本人の健康上の問題はなさそうだが、不登校である
- ・幼い兄弟の送迎をしていることがある
- ・提出物が遅れたり服装が乱れている

※厚生労働省によるR2年調査では、中学2年生17人に1人がヤングケアラーという結果となっています。  
<https://www.mhlw.go.jp/young.carer/>

## ヤングケアラーかな？と思ったら・・・

子どもは、自分の家庭しか知らず客観的な視点は持ちにくい上、家庭の事を知られたくないと思っている事も多く、自らサポートを求める事が難しいと考えられます。ヤングケアラーがおかれている状況や認識は様々であり、万人に共通する支援の型を決めることは現実的ではありません。また、「何か特別な支援をしなければならない」と難しく捉える必要はなく、それぞれの立場で何ができるかを考えてみる事が大切です。少しアンテナを広げ、ヤングケアラーの存在に認識を持つことが支援に繋がっていきます。

### ヤングケアラー相談窓口

名称	電話番号	所在地
東山中央福祉事務所管内児童こども相談センター	(084)205-1828	東山中央福祉事務所1-1-1
東山北福祉事務所管内児童こども相談センター	(084)201-6821	東山中央福祉事務所2-5-23
東山南福祉事務所管内児童こども相談センター	(084)201-7224	東山中央福祉事務所11-41
西宮福祉事務所管内児童こども相談センター	(084)944-9121	東山中央福祉事務所14-23
西宮南福祉事務所管内児童こども相談センター	(084)201-9432	東山中央福祉事務所1
西宮東福祉事務所管内児童こども相談センター	(084)201-7127	東山中央福祉事務所1



# あおぞらニュース



## 岡山リハビリテーション病院 2021年度回復期リハビリテーション病棟の実績

① 入院患者数	② 退院患者数	③ 平均年齢	④ 発症～当院入院までの期間	⑤ 平均在院日数 (入院期間)	⑥ 在宅復帰率	⑦ 平均病床稼働率	⑧ リハビリテーション実施単位数
585人	596人	74.9歳	32.1日	74.9日	88.3%	91.5%	患者1人1日あたり 6.5
				脳血管疾患 82.9日 運動器疾患 62.2日 廃用症候群 49日			

※①～③ 有効入院患者数 584人 (※回リハ入院料施設基準に準ず)

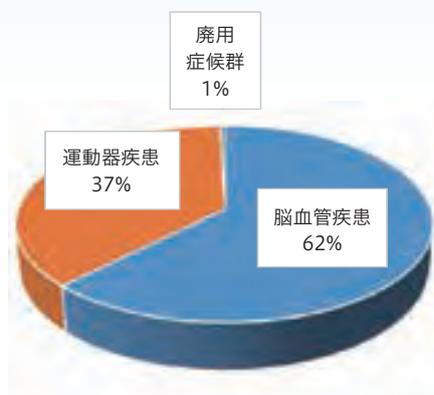
※④～⑦ 有効退院患者数 556人 (※回リハ入院料施設基準に準ず)

※⑧ 1単位 20分

(参考文献) 回復期リハビリテーション病棟の現状と課題に関する調査報告書 2022年2月

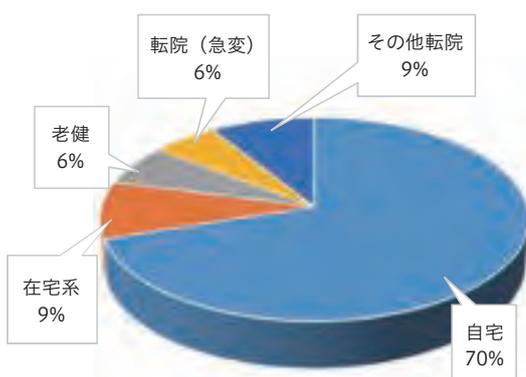
### 疾患別入院患者数 有効 584人

当院では、脳血管疾患は脳梗塞、運動器疾患は大腿骨骨折が最も多いです



### 在宅復帰率 有効 556人

在宅復帰率は約9割となっています



在宅復帰率：70.0% (全国：66.5%)

在宅復帰率：88.3% (全国：79.0%)

在宅系：退院先が、2018年度から自宅、特別養護老人ホーム、居宅系施設、養護老人ホーム、障害者施設の患者に加え、介護医療院を含む。

## 退院の日、人生第2章の始まり

## ～12年前の日記から

妻は53歳の時に脳出血で倒れ、失語症と右半身マヒの回復のため岡山リハビリテーション病院に入院しました。12年前の事です。当時の日記を久々に読み返してみました。下記の文章は、退院した日のものです。

6月8日 9時前に病院に行く。最後の言語リハに同席する。11時いよいよ退院。H先生をはじめ、病院の皆さんが見送ってくれる。完治しての退院とはならなかったが、半年という長い間のお世話に感謝し、病院を後にした。

その夜、妻が就寝した後入院中のいろいろな事が思い出された。

熱が出てリハが休みになると「回復が遅くなる」と悔しがって泣いたこと。何かにつけよく泣くようになったこと。

ある日、トイレの前で泣く車いすの女性を見て、「私と同じだ」と言い、言語の課題の日記に、何度も涙をぬぐいながらその女性の事を綴り、最後に「いつも笑顔でいて下さい。顔で笑って心で泣いて下さい。ほんの少し先輩からの一言です」と書いたこと。

3か月たった頃、動かない右手を見て、「現実を直視するのは難しいな」とつぶやくなりひと時泣き、しばらくして少し笑みを浮かべ「ファイティン」とこぶしを握ったこと。

言語の課題プリントが難しく、「こんなんできん！」と癩癩を起こし、握りつぶして床に投げ捨てたこと。職場の後輩の見舞いの後、自分がみじめに思えたのか、寂し気にベッドで横になっていたこと。

背中が痛くて眠れないと訴え、背中や腰に「青大将」（抱き枕？）や三角形のマットを当てるなどOTさんに色々試して貰い、やっと快眠が得られるようになったこと。

会社から、有給休暇の消化と療養休暇の期間が経過したため解雇とするとの通知が来たが、しばらく妻には伝えられなかったこと。などなど。

とにかくこれから私たちの人生第2章が始まる。頑張るしかない。

退院の日から暫くは混乱の日々でした。自分の意思が伝わらない妻のいら立ちと、その反射としての私の腹立ちのぶつかり合いでした。

そんな中、失語症友の会コスモスに出会い、女性の友達ができ、妻は穏やかになってきました。今はなんとか、まずまずの第2章です。 (文責：織田)

コスモスは、失語症者の社会復帰と雇用支援に向けて、これからも頑張ります！

# 新入職スタッフ紹介

岡山リハビリテーション病院の新しいスタッフです！よろしくお願いします！

- ① 出身地
- ② 趣味
- ③ 性格・自己PR

理学療法士 (PT)



## 平尾 美玖

- ① 香川県
- ② 映画鑑賞
- ③ いつも笑顔を決やさず、1日でも早く慣れるように一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。



## 井本 和希

- ① 岡山県
- ② キャンプ、サウナ、革靴収集
- ③ とてもポジティブな性格で人を笑わせることが大好きです。どんな無茶振りにも面白く答えることができます。



## 小坂 幸慶

- ① 岡山県
- ② 休みの日の朝散歩
- ③ 真面目な性格です。サッカーが好きです。よろしくお願いします。



## 小川 七海

- ① 広島県
- ② ショッピング、ライブ鑑賞
- ③ 緊張しやすいですが話すことは大好きです。よろしくお願いします。



## 川崎 凌弥

- ① 広島県
- ② サウナ、スノボ、筋トレ
- ③ 明るく元気に頑張ります！！よろしくお願いします！



## 井上 さくら

- ① 岡山県
- ② 韓流ドラマと映画の鑑賞。バレーボールやスノーボード
- ③ 人とお話しするのが大好きです。患者さんの心に寄り添いながら全力で頑張ります。よろしくお願いします。



## 高橋 杏奈

- ① 岡山県
- ② 映画を見ること
- ③ 人見知りですが話すことは大好きです。一生懸命頑張ります。



## 平野 七海

- ① 岡山県
- ② LIVEに行くこと
- ③ 何をしてもとても緊張してしまいがちですが、焦らないようにしっかり落ち着いて仕事を丁寧にごこなせるように頑張ります。

作業療法士 (OT)



## 大見 友里子

- ① 広島県
- ② 家で映画を観ること、裁縫
- ③ 緊張しやすい性格ですが、早く慣れて沢山のひととコミュニケーションが取れるよう頑張ります。



## 山本 柊斗

- ① 岡山県
- ② 喫茶店で読書
- ③ 明るく元気に患者様ひとりひとりに合ったリハビリを行えるよう務めて参りますので、よろしくお願いします。



## 大塚 佑樹

- ① 岡山県
- ② 釣り、ギター
- ③ 一人ひとりの出合いを大切に明るく元気に頑張っていきたいと思っています。よろしくお願いいたします。



## 岩本 朱加

- ① 島根県
- ② カフェ巡り、映画鑑賞、ギター
- ③ 緊張しやすい性格ですが、皆様に笑顔と元気をお届けできるよう、一生懸命頑張ります。

言語聴覚士 (ST)



## 金定 雄貴

- ① 岡山県
- ② 散歩
- ③ 少しでも早く人の役に立つことのできる人間になりたいです。



看護師 (3F)



## 古村 優子

- ① 岡山県
- ② 温泉
- ③ 回復期リハビリ病棟は初めてなので分からないことが多いですが、早く仕事に慣れるよう頑張ります。よろしくお願いします。



## 横山 玲奈

- ① 香川生まれ岡山育ち
- ② 備前焼作り、料理
- ③ 常に笑ってお話しが好きです。要領が悪く、すぐにテンパってしまうので落ち着いてお仕事をやっていきたいです。新卒なので看護師の仕事が覚えられるように一生懸命頑張りますので宜しくお願いします。



## 小野 由依

- ① 香川県
- ② カフェ巡り、お菓子作り、漫画を読むこと
- ③ 負けず嫌い、マイペースな性格です。患者さま、そのご家族の望むゴールに進めるよう1人1人の個性を考えて看護が実践できるように頑張っていきたいです。よろしくお願いします。



## 佐藤 里佳

- ① 広島県
- ② 筋トレ
- ③ 1日でも早く仕事を覚えられるよう精一杯努力していきます。

看護師 (4F)



## 西村 志保

- ① 香川県 (大学は岡山、前の職場は広島でした。)
- ② 寝ること
- ③ 性格は慣れるまで少し時間がかかるタイプです。大学から車椅子バスケットボールをしており、現在は社会人チームのマネージャーをしています。職場の環境に慣れるまでたくさんご迷惑をおかけすると思いますが、早く慣れるよう頑張りますのでよろしくお願いします。

外来看護師



## 出淵 洋子

- ① 岡山県
- ② 家庭菜園
- ③ 性格はのんびりしています。一日でも早く仕事に慣れるよう頑張ります。よろしくお願いします。

## スタッフ ペット 通信

### 十河院長のペット

名前：心 (ココ)  
 ラブラドルレトリバー  
 10歳  
 おだやかでやさしい性格。  
 飼い主に似て食いしん坊です。



### 鼠尾副院長のペット

名前：おもち  
 フレンチブルドッグ  
 2歳  
 少しビビリで甘えん坊な性格です。



## ● 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  
岡山桃太郎空港から… 約60分  
岡山駅から…………… 約20分  
新岡山港から…………… 約10分  
岡山ICから…………… 約40分  
早島ICから…………… 約30分



### ● 経営理念

- ❶ 安心して、生命をゆだねられる病院
- ❷ 快適な、人間味のある温かい医療と療養環境を備えた病院
- ❸ 他の医療機関・福祉施設と共に良い医療を支える病院
- ❹ 職員ひとりひとりが幸せで、やりがいのある病院

### ● 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

- ❶ 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。
- ❷ 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。
- ❸ 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。
- ❹ 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。

### ● 看護部の理念

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

### ● 患者さまの権利

- ❶ 人権尊重の権利  
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。
- ❷ 公正な医療を受ける権利  
患者さまは、差別することなく、公正な、最良の医療を受けることができます。
- ❸ 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。
- ❹ 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・治療方針・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、医療方針として、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)を受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。
- ❺ 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。
- ❻ 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…

公益財団法人操風会 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  
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 (公財)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 ボランティア担当) TEL.086(274)7001 FAX.086(274)7010



公益財団法人 操風会  
**岡山リハビリテーション病院**  
OKAYAMA REHABILITATION HOSPITAL

〒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 <https://www.okayama-reha-hp.or.jp/>