



Series 理事長対談  
「病院食を見直す」Part.1 1・2

Report 理学療法士の一日に密着 3・4  
Physical Therapist's Aspect  
装具について 5  
Healthy course  
床からの立ち上がり 6  
Work on 訪問リハビリテーション 8  
Essay 地元の偉人、上野彦馬 10

## Topics グループ「ルンビニー」がコーラスを披露

毎週水曜日、病院近くの大音寺で練習をしているコーラスグループ「ルンビニー」が、病院に美しい歌声を届けてくださいました。

長年練習をされているながら、ほとんど人前で歌ったことがない幻の(?)コーラスグループ。縁あって昨年の秋、病棟でのデビューコンサートが実現し、季節の歌を届けていただくことになりました。



## 祭りの風景をフロアに再現

8月8日、患者さまとご家族を対象に、これまで病棟ごとに行っていたお祭りを病院全体で行おうと、初めての夏祭りを開催。御輿コンテスト、ビンゴや飴食い、ラムネ早飲み、スイカ早食い競争で盛り上がり、ヨーヨー釣り、的当てゲームを楽しみました。

屋台も綿菓子、カキ氷、焼そば、たこ焼きがあり、1階のフロアは人であふれました。



ラムネ早飲み競争



早飲み優勝者



たこ焼き・焼きそばに舌鼓



ヨーヨー釣り

社団法人是真会 長崎リハビリテーション病院 広報誌

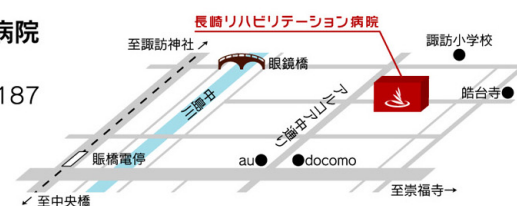
# 銀屋NIKI

Vol.4 平成22年12月15日発行

企画・発行 長崎リハビリテーション病院  
〒850-0854 長崎市銀屋町4番11号  
TEL:095-818-2002 FAX:095-821-1187

長崎リハビリテーション病院 検索

<http://www.zeshinkai.or.jp>



## Information

### 来年2月、長崎で回復期リハ病棟全国大会開催

2011年2月18(金)・19(土)の両日、「全国回復期リハビリテーション病棟連絡協議会第17回研究大会in長崎」が開催されます。長崎の街が幻想的な光で彩られる長崎ランタンフェスティバルは2月17日(木)までですので、前日に長崎に入られるのがおすすめです。登録手続きは1月14日(金)正午までとなっています。お早めにご登録ください。詳しくは「全国回復期リハビリテーション病棟連絡協議会第17回研究大会in長崎」のホームページをご覧ください。  
<http://www.c-linkage.co.jp/kaifukuki17nagasaki/>

### 職員募集

当院では、看護師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士を募集しています。詳しくは、当院のホームページまたは、事務部人事(☎095-818-2002)までお問い合わせください。

### 編集後記

今回の「装具について」の長崎弁は解りましたか? 解りやすい、ほどほどの方言というのは意外と難しいものですね。普段、なにげなく耳にしているテレビや映画の方言の言い回しの陰にはたいへんな苦勞があるのだと、よく解りました。(西)

長崎リハビリテーション病院は、口から食べることを大切にしていますが、その延長線上として、旬の食材にこだわり、患者さまが「おいしい」と言って食べてくださる料理を追求しています。フランス料理界のリーダー、上柿元勝氏と理事長の栗原正紀が、料理の神髄や病院食のあり方について語り合いました。

長崎リハビリテーション病院では、おいしい料理を口から食べていただくことを基本にして、口の徹底したリハビリテーションを進めているほか、月に一度、治療食の制限を緩め、豪華なビュッフェを開催するなど、これまでの病院食の常識を打ち破る挑戦を行っている。

### 開院以来、おいしいと評価される料理を追求

**栗原** 長崎リハビリテーション病院ではオープン以来、患者さまに、おいしい料理を食べていただきたいと願ってきました。

**上柿元** 生きるために、人間は食べるわけですね。高齢の方も、病を患っている方も、食べることによって元気を取り戻す。病を治す医療と同様、

食べ物は形に残りませんが、記憶には残ります。病にかかった人の一番の楽しみは食べ物ではないかと思えます。

長崎リハビリテーション病院では、各階にパントリーを設置しており、患者さまの目の前で、できたての料理を盛り付けるほか、食器類も、家庭と同様に陶磁器やガラスを用いている。

### 普段通りにおいしく食べていただくために

**栗原** 私の体験なんですけど、五十代初めの、かなり重度の脳卒中の患者さまでしたが、奇跡的に意識が戻ったものの、うまく口から飲みこめなかった。しかし、どうしても口から食べたいと訴えられました。食べたいと思うのは、人間の基本的な欲求ですね。

現在、日本では口から食べられない患者さまには、胃に穴をあけて管を通して、直接水分と栄養を補給する医療が増えています。

私どもの病院の役割は、リハビリを通して、患者さまを地域生活に戻すことです。口から物を食べられるようにするために、歯科医の協力を仰ぎ、歯科衛生士や言語聴覚士など専門スタッフを中心に努力を重ねているところです。



おいしい料理を食べていただきたい

栗原 正紀



上柿元 勝

地産地消は、人間が生きていく原点

食も重要です。

**栗原** 人間は成長の過程でおいしいと感じたもの、生まれてから食べてきたものをおいしいと感じるはずなので、地元産の食材を使った、地元産の料理を食べるのがいいのではないかなと思っています。ムツシュが地産地消にこだわる理由を聞かせてください。

**上柿元** 私は、鹿児島のおきな農家の次男坊です。春夏秋冬の野菜はすべて自給自足でした。地産地消は、地域の経済や、その活性化に重要なことですが、最も大事なことは、その土地で採れたものを食べることに、だと思います。

私の師匠アラン・シャベル氏は、リヨンの近くのミヨネーという小さな村で採れる食材を用いていました。これは誰々さんが愛情を注いで育てた野菜、これは誰々さんが釣った魚。そこには、作り手の姿と、その人の作る過程が見え、人との関わりがあります。地産地消という考え方は、地球上の人間にとって、生きていく上での重要な原点ではないかなと思います。

この前、病院の屋上菜園で作られた玉葱とジャガイモをもらいましたが、おいしかったですね。小さい時に食べていた野菜と同じ香りなんです。

リハビリを通して、座って食べられるようになると、次は、もっとおいしく食べていただくというのが、私どもの考え方です。ですから、病院食は、おいしいものでないといけないと思っています。

### 料理人の感性と技術で1プラス1を3にする

**上柿元** 料理は1+1=2ではないですね。われわれ料理人は自分の持っている感性と技で1+1=3にしなければなりません。一般の病院で使われている食器は、

グレーの色をしたプラスチック製だと思えますが、せめて食器の色合いや材質にも気を配ってほしいですね。食べ物には、季節の色合いがとても大事なんです。

**栗原** おいしそうに見えない食器で料理を出しても、食欲はわきませんよね。基本的なものの考え方から一度整理して、医療界の常識に挑戦していきたいと思えます。

**上柿元** 一度、ビュッフェに招待してください。



## 栗原正紀

くりはら まさき 1952年、佐世保市生まれ。長崎大学医学部卒業後、長崎大学脳神経外科講師、十善会脳神経外科部長・同副院長、近森リハビリテーション病院長などを経て、2006年、社団法人是真会理事長、2008年、長崎リハビリテーション病院院長。医学博士。



かみかきもと まさる 1950年、鹿児島県生まれ。1974年渡仏し、パリのレストラン「ル・デュック」、「ジャマン」、リヨンの「アラン・シャベル」など一流店で修業。1981年、神戸ポートピアホテル「アラン・シャベル」グランシェフ、1991年からハウステンボスホテルヨーロッパの総料理長などを経て、2008年、みらい長崎ココウォーク内に「パティスリー・カミーユ」を開店、オーナーシェフを務める。天皇、皇后両陛下をはじめ、モナコ国王などの国内外VIPの晚餐を担当。著書多数。



家族の応援も大切です。

### 16:30～ フロアーミーティング

患者さまの変化が著しい時や自立度が上がった際にはスタッフみんなに報告し、情報を共有します。

### 16:45～ PTミーティング・報告



交流ラウンジ

### 17:00～ 研修会

研修報告会や症例検討会、研修に来られた方の発表会も開かれています。先輩PTが後輩PTから相談を受け、指導する姿もよく見られます。

### 18:00～19:30

#### 食事介助

食事姿勢などを確認し、分析します。

#### 夜の病棟での練習・トイレ介助

疲れを取り、ぐっすり眠れるようにリラクゼーションやストレッチを中心とした運動をベッドサイドで行います。



### 19:00～ エンドレス?

いつも楽しいPT飲み会  
「仕事の後のビールはサイコー!!」

おはよう  
ございまーす



### 早出業務スタート

### 7:00～ トイレや食堂まで歩行練習



入院フロア

#### 病棟での歩行練習

「杖だけで歩いてみましょうか。トイレや洗面に歩いていくことを目標に始めましょう」歩くことに集中している歩行練習と違い、トイレや食堂へ歩いていく目的のある歩行は姿勢やバランスを保つことが難しい場合があります。正しい歩行姿勢を患者さま自身に意識してもらいます。

### 13:00～16:40

#### 運動・練習

毎週火曜日と金曜日にはブレースクリニク(装具検診)があります。

#### ブレースクリニク

「今日は、装具を製作するための型どりをしています」  
「この前、借りた装具で歩いたら歩きやすかったです」  
「自分のサイズで作った装具をつけたら、もっと歩きやすくなりますよ。色は何にしましょうか」  
「きれいな色が大好きなので、ピンクがいいですね」



アクティブホール

#### 入院時カンファ(協議)・定期カンファ

PTの立場から、患者さまの痛みの変化や病棟歩行の導入について報告します。目標に対する達成度を確認し、他のスタッフとも意見を交わしながら、今後の取り組みについて考えます。

#### 家庭訪問

担当する患者さまのご自宅の状況や周辺環境を確認に伺います。

「浴槽に入るときは、ふちに腰掛けて手すりにつかまればスムーズに入れそうですね」

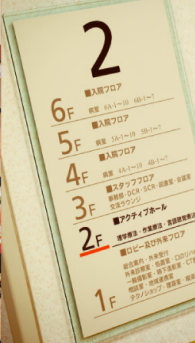


退院後の生活を見据えて、日常生活の動きを一つひとつ確認します。



### Report レポート 理学療法士の一日に密着

50人の資格者が日夜、機能改善に献身  
「リハビリ」といえば運動療法をイメージされる人が多いと思いますが、その運動療法を行うのが理学療法士です。リハビリテーションを専門とする当院では、50人近い理学療法士が働いており、看護師に次ぐ大所帯となっています。今回は理学療法士の一日を追いかけてみました。



### 11:00 遅出業務スタート

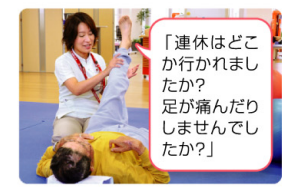
### 12:00～13:00

#### 食事介助

食事姿勢などを確認し、分析します。  
ご飯を食べながらPTミーティングを行うことも。  
(Physical Therapist... 理学療法士)

#### 外来

午前中は、外来でも理学療法を行っています。



「連休はどこか行かれたか? 足が痛んだりしませんでしたか?」

### 9:00～12:00 運動・練習

「〇〇さん、膝が伸ばせるように、しっかり蹴っていきましょう。膝を曲げます。はい、1、2、3、4、5。きついでしょ、あと5回がんばりましょう。1、2、3、4、5。はい終了です」



アクティブホール

### 8:00～8:30

#### 食事介助

食事姿勢などを確認し、分析します。



スタッフルーム

#### 電子カルテで情報収集

1日の予定や運動練習を担当する患者さまの情報を収集。練習の合間に記録などを行います。「定期カンファなのに、まだ入力できてないよ～!」と必死になっている人を見つけました。電子カルテのご利用は計画的に!



アクティブホール

### 毎週木曜日 7:50～8:15 自主勉強会

眠い目をこすりながら...と思っていたら、真剣な眼差しでした。

### 日勤業務スタート

### 8:30～9:00 フロアーミーティング

夜勤スタッフや早出スタッフから患者さまの体調などの情報を収集。担当する患者さまへ挨拶し、時間を連絡。

# 「床からの立ち上がり」 ～立ち上がるためのポイント～

日常生活動作が自立して歩いての何の支障もない高齢者でも、一度床に座ってしまうと立ち上がるのが難しくなります。力の弱った人や障がいのある人であればなおさらです。住み慣れた和式の環境で生活し続けていただくためにも、「床から立つ」という動作を考えてみました。

## ○ 楽な立ち上がり方

**1** ひざを伸ばして座ります

**2** からだをねじって斜め後ろへ

**POINT**

**3** 這う姿勢に

**4** ひざを立てる

**5** 腰を上げて上体を起こしたら床から立ち上がる

**Check!**  
ひざを伸ばしたままからだをねじるのがポイント！腰をねじりながら、からだを横に向けて這う姿勢になっていきます。この「ねじり」が、立ち上がりを助けてくれます。

**3→4**  
この姿勢から上体を起こすのにちょっと不安定になる場合は、高さ40cmほどの台を使って立ち上がります。台に手を着けば状態が安定して、無理なく立ち上がれます。

台を使いましょう！

### 介助者のポイント

床から立ち上がれない人の中には、単に力が弱だけでなく、からだの向き、力を入れる方向などの感覚自体を忘れていたりもいます。介助者はからだの感覚を思い出すように、腰を持って要所要所で次の動作を声かけしながら誘導していきましょう。

## × これでは立ちづらい!!

腰が…

イタタタタ

後ろから引き上げる

重たい…

イタタタタ

前から引っばる

参考文献: 大田仁史、三好春樹著  
『完全図解 新しい介護』(講談社:2003)

# Physical Therapist's Aspect 器具について (ブレースクリニク)



てんでけてけて、  
てん、てん♪

器具を用いた「器具療法」は歩行に必要な機能や能力を改善するうえで、とても大切なアプローチです。当院では、火曜日と金曜日の週に2回、13時から「ブレースクリニク」という、器具や義足の検討を行う時間を設けています。この場では、理学療法士が患者さまの麻痺や障がいの度合いに応じて、治療や機能改善を目的とし、必要な器具作成の提案を行っていきます。

その提案をもとに、医師、社会福祉士、義肢器具士と一緒に、器具作成の検討を深め、医師の処方のもと、家族へ説明し、同意を得て製作しています。

脳卒中の片麻痺では、下肢器具の使用により約70%程度に歩行改善が見られるといわれています。私たちは患者さまの将来性を考え、理学療法を進めていくうえでも、器具の知識を高める努力をしています。

理学療法士 児玉 敬

是實会亭 永田  
リハビリ亭 佐熊

さて、今日は、器具に悩む理学療法士の佐熊が、先輩の永田にアドバイスをもらっている場面をおひとつ。



**佐熊** 「すみません(すみません)。〇〇様の器具を考えているんですけど、相談してよかですか(いいですか)」

**永田** 「よかよ(いいよ)。まず、その前に器具は何のために作るか、器具の役割(役割)を言ってみて」



**永田** それでっ、〇〇様の器具はなんば(何を)考えると(考えているの)?」

**佐熊** 「僕は、短下肢器具で足首の動きが出やすかとかよか(出やすいの)がいい)と思ってるんですけど…」

**永田** 「〇〇様の生活様式とかは確認したと(確認したの)? 本人の最適の器具を選択するにはね、病態、機能障害の程度、経過、性別、年齢、職業、生活様式、心理状態、経済状況もきちんと考えたうえで、決めんといかんばい(決めないといけなよ)」

**佐熊** 「なるほど。解りました。もう一度考えてみます。あざ～す(ありがとうございます)!!」

**永田** 「まあ、がんばって」



**佐熊** 「え～っと、歩きやすくすることと、変形を予防すること、それから、え～っと、あぁ～…」

**永田** 「はい、終了～! 器具には、歩行機能を良くすることとか、変形を予防・矯正することのほかに、日常生活を活動しやすくすること、病気(病気を)治療したり、障がい(障がい)を予防することもできるとばい(できるんだよ)。役割はしっかりと押さえておこう(押さえておこうよ)!!」

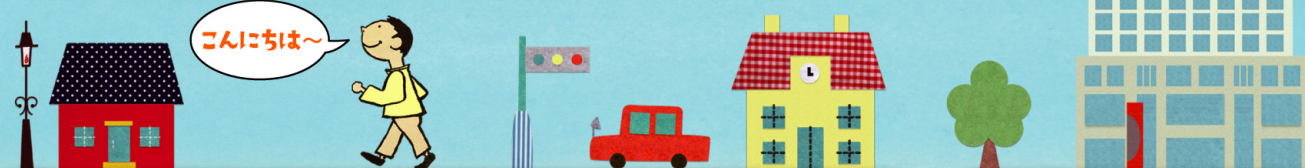


Work on  
病院の取り組み

## ご家族の不安も解消します「訪問リハビリテーション」

現在、理学療法士5人、作業療法士2人がご自宅を訪れ、リハビリテーションサービスを提供しています。ご本人との運動練習だけではなく、ご家族や他の在宅支援スタッフへも介助方法を伝達します。他の利用施設にも訪問して利用者さまの様子

を確認したり、施設のスタッフと情報交換し、関わる内容が統一されるようにお願いしたりすることもあります。また、外出の機会が増えるように、病院が行うイベントはもちろん、いろいろな催し物をご案内して参加を呼びかけています。



1 軒目



1 まず、体温や血圧などを測りながら、体調を確認します。ご家族にも日常の様子を尋ねます。自宅での介護はご家族の協力が大切です。話をしながら、ご家族の体調の確認や、不安に思われていることへの対処も訪問リハビリならではの重要な役割です。



2 バランス練習

「左足にも体重をかけてみましょう。転倒なく過ごせていますね」

3 屋外での歩行練習

「引越されてまだ間もないですが、家での動きや、家の周りの様子には慣れましたか？」

「家の中は慣れましたが、玄関を出たら坂が急なので、外にはなかなか行きません」

「歩く速さや歩幅も早くなりましたし、歩き方も力強くなってきていますよ。少しずつ距離を延ばしていきましょう」



2 軒目

日常生活動作を確認

実際にいつも行っている方法で動いてもらい、その動作を確認します。



1 家事動作の確認

「シンクに寄りかかって体を支えるようにしましょう。毎日少しでも良いので、実施していきましょう」

2 公園までの歩行練習

自宅から少し離れた場所までの歩く練習を行い、外出につなげます。

「外出が楽にできるようになりたいですし、階段や坂道も歩けるようになりたいです」

「階段は、1段ずつゆっくり上りましょう。慌てないでいいですよ」



8月8日に当院が行った夏祭りでは、訪問リハビリテーションを利用されている方々にもご案内し、多くの方に参加していただきました。「お元気な顔を入院時の担当スタッフにも見せてくださいね」



訪問リハビリテーションのスタッフ

「どこかで見た顔？ 本誌の健康講座を担当しています」  
訪問リハビリテーションに関するお問い合わせは当院(095-818-2002)の本田憲一まで。

Developers  
病院を支えるブレインたち

## 美味しく感じる料理づくりに挑むレオック西日本

美味しいものを食べると自然と笑みがこぼれます。けれども味の好みは人それぞれ。ましてや、体調が悪くて入院中の患者さまの食欲をそそり、美味しく感じる料理を作るということは難しいことではないでしょうか。その難題に挑んでいるのが、レオック西日本のスタッフです。

口からおいしく食べることを大切にしている当院では、レオック西日本に対して、次のような要請をしています。

- ✓ 和食なら和食、中華なら中華といった統一感があるメニューにすること
- ✓ 冷凍物は使わず、旬の食材を使用すること
- ✓ 国産、しかもできるだけ地元の食材を使うこと
- ✓ 無農薬、減農薬、有機農法などの安全な食材を使うこと
- ✓ 盛り付けや彩りを大切にすること
- ✓ できたてを提供すること
- ✓ 制限食であっても、できる限り普通の食事に近く、おいしいものであること、等々

これらをすべて勘案しながら、全ての栄養価やカロリー、原価も計算して毎日3食分の常食、軟菜食、嚥下食のメニューを作り、さらに塩分、糖分、カロリーや脂肪などのコントロール食を準備する。夕食のメニューひとつに頭を痛めている私たちには、想像もできませんね。

また当院では、できたての一番おいしい状態で食べていただくために、厨房で調理した食材を各入院フロアの食堂横にあるパントリーに運んで料理の最終仕上げをしています。全



厨房で調理



てを厨房で作り上げることと比べて、かなり労力があるのでは?と



仕上げは入院フロアのパントリーで

尋ねると、「厨房の中だけではわからない、患者さまの反応が直接見られますし、『美味しかったよ。ごちそうさま』と声をかけていただいたりするので、やりがいがあります」という答えが返ってきました。

さらに、おいしい食事を提供するために、10日に一度、献立ミーティングを行い、反応が良かったメニュー、悪かったメニューについて話し合い、盛り付けや、大きさ、切り方などを検討します。月に一度はランチビュッフェ、季節の行事に沿った食事も組まれます。嚥下障害で飲み込みが難しい方にも、できるだけ普通の食事に近いものを出したいと、肉を軟らかくする方法を他の病院に勉強に行って研究を重ね、鶏肉や豚肉、薄切りなら牛肉も、そのままの形で提供できるようになりました。

「美味しいものを食べてほしい」という、この努力こそが、おいしさの秘密ですね。屋上菜園用のコンポストに入れる残飯を貰いに行き、量の少なさに驚きましたが、その理由がよくわかりました。

株式会社レオック西日本

〒810-0062 福岡市中央区荒戸2丁目1番5号 大濠公園ビル8階  
TEL092-762-2121 FAX 092-762-2122

また、人物撮影にも苦労はつきもので、撮影されるとキラシタンパレレンの魔法で魂を抜かれると信じていた人々は恐れをなし、医学伝習所の師である松本良順に

彦馬がこうして得た化学の知識は、明治の学制改革まで化学の教科書として用いられた「舎密局必携」としてまとめられ、近代日本の化学・薬学に影響を与えることになりました。

上野彦馬は、亡くなるまで写真撮影の研究を怠らず、67歳でその生涯を終えました。今では風頭公園の龍馬像の近くにムラ夫人や愛妾お蝶と共に眠っています。

頼み、ようやく人物撮影を行ったようです。日本の近代西洋医学の発展に多大な貢献をした松本良順が、先を集めるために顔を真っ白に塗られ、じっと動かずにいる姿を想像するだけでも楽しいですね。



上野彦馬撮影「明治初期の中島川風景」(長崎大学図書館所蔵)

そして、彦馬が24歳の時、中島川のそばに上野撮影局を開業しました。当初は撮影する日本人は少なく、財産を削りながら生活していたようですが、坂本龍馬のほかに勝海舟、伊藤博文、桂小五郎、高杉晋作、トーマス・グラバー、アメリカ合衆国第18代大統領グラント將軍、ロシア皇帝ニコライ二世(当時皇太子)などを撮影しています。



### とんかつ 文治郎

住所 長崎市東古川町4-3 TEL 095-821-1811  
営業時間 ランチタイム11時30分~17時 店休日 なし  
17時~21時30分(ラストオーダー)

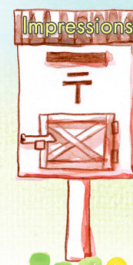
## 知ろうde銀屋

Essay エッセイ

### 日本人初の職業カメラマン

龍馬伝ブームで坂本龍馬の写真を目にする機会が増えました。その有名な写真を撮影した上野彦馬生誕の地は、長崎リハビリテーション病院のむかいにあります。

## 聞いてみゅうde 患者さまの声



当院では、退院される患者さまとご家族にアンケートをお願いしています。今回は退院時アンケートに寄せられたご飯に関するご意見を紹介し、その改善策をお知らせします。

### 「ご飯が硬かったり軟らかかったり、炊きムラがあるので、改善してほしい」



調査いたしましたところ、同じように炊いても炊きムラが発生していることが分かりました。

厨房でも検討を重ね、炊飯器メーカーにも問い合わせ、幾度も点検してもらいましたが、残念ながら、炊きムラの原因はハッキリしませんでした。そこで、美味しいご飯を提供するために、全てを見直すことにいたしました。

早速、米のランクや品種、精米方法、

浸水時間、蒸らし時間、炊飯器を変えたものを炊き比べ、試食会を開きました。2度の試食会の結果、炊飯器を変更し、昔ながらの自然農法で作られているお米を使うことにしました。そのおいしさを引き出す炊き方にも検討を重ねています。

ご飯がさらにおいしくなったことにお気づきでしょうか。



当院では、大地といのちの会会長の吉田俊道先生の指導のもと、無添加で作られた味噌・醤油を使用しています。また、野菜なども有機農法、減農薬で作られた地元の旬の食材をとり入れるようにしております。