

すいどうみち

特集

「自分らしく暮らしたい」を叶える
訪問リハビリテーション

はる
の号



五七調の
人生探訪

春の山の

うしろから

煙が出だした

尾崎 放哉
おしき ほうがい

型や季語にとられない自由律俳句を代表する俳人・尾崎放哉。病や挫折を重ねた放哉は、仕事や家庭と距離を置いて過ごし、人生の孤独を率直に詠んだ作品を数多く残しています。

晩年を過ごした小豆島で詠まれたこの句は、放哉の遺作といわれています。穏やかな里山の春、山あいに立ちのぼる煙を一人見つめながら、人々の暮らしの営みの温かさに思いをはせていたのでしょうか。残された人生がわずかであることを悟り、孤独と共に生きたその胸には、何気ない日常への憧憬があったことでしょうか。

繰り返される毎日の尊さを、そつと思い出させてくれる一句です。

医療法人 豊隆会の理念

1. 入院から在宅医療まで、あらゆる生活ステージに合わせた医療・介護サービスの提供に努めます。
2. 高い問題解決意識を持ち、ひとりひとりの患者さまに合わせて問題を解決してゆきます。
3. 我々自身が行う医療サービスを常に理解し、評価し、反省して新しい医療サービス提供につなげてゆきます。



理事長だより

MESSAGE FROM PRESIDENT

我が家の赤いバラと『星の王子さま』

医療法人 豊隆会 理事長

加藤 豊

Profile

1987年に名古屋大学医学部を卒業。その後小牧市民病院
内科医、愛知医科大学講師などを経て、2006年に前身である
医療法人喜浜会 原病院 理事長に就任。



皆さまのお手元にこのお便りが届くのは、梅や桜の咲き始める頃と思います。すいどうみち春号をお届けします。

春になると私が最も楽しみにしているのがバラの花です。香りのよいバラが大好きで、ぎふワールド・ローズガーデン(旧花フェスタ記念公園)には毎年訪れて、会場いっぱいにあふれ返る花の香りを楽しんでいます。私の家の庭にもバラが一株植えてあり、これはホームセンターの片隅で売れ残っていた枯れかけのバラを妻が半額で購入してきたものです。棘が丈夫で香りもなく、花卉もただの赤一色で見た目も地味な花ですが、妻はこのバラのどこが気に入ったのか、土を替えて水をやり、今では立派な巨木に成長しています。私はこのバラをみるたび、『星の王子さま』という童話を思い出します。

『星の王子さま』を読んだことがないという方のために、簡単にあらすじを紹介します。ある星に金髪の少年(=王子さま)が住んでいました。王子さまはその星に生えている口がきける一輪のバラをととても大切にしていました。なぜなら彼はその星のただ一人の住人で、バラがただ一人の話し相手だったからです。けれどバラは寂しがりやのくせにわがままで気位が高く、ある日バラのわがままに耐えきれなくなった王子さま

は星を飛び出して旅に出ます。旅先で王子さまはいくつかの小惑星を訪れますが、そこには「王様」とか「自惚れ屋」、「実業家」といった王子さまから見たら理解できないことを大切にしている人たちに出会います。最後に出会った「地理学者」の助言に従い、王子さまは地球を訪れることにしました。

訪れた地球で王子さまは衝撃を受けます。王子さまの星にいたのと同じバラが大量に植えてあり、口々におしゃべりをしていたからです。自分が大切にしていた物がありふれたものであることを知って彼は深い悲しみにくれますが、その後知り合ったキツネから「大切なものは目に見えない」ことを教わり、自分にとって本当にかげえのないものは、精一杯の世話をした、あの一輪のバラであることに気づきます。バラのいる自分の星に帰る決心をした王子さまは、出会ったへびに囁んでもらい、重い体を地球に残して空に還っていきました。

朝、バラを見ながらこんな話を思い出していると妻から小言をもらいます。「お風呂から出たら換気扇を回してくださいね。風呂場が湿りますから。ビールを飲んだら缶を洗ってから捨ててください。それから、、、」。そんな言葉を聞きながら今夜もこの人のところに帰ってしようと決めました。

法人本部より

『アジアの熱気が名古屋へ — 健康と挑戦の一年に』

今年、名古屋を中心に第20回アジア競技大会が開催されます。アジア各国から集う選手たちの挑戦は、私たち地域に暮らす一人ひとりにも勇気と活力を与えてくれます。スポーツの力は、身体だけでなく心の健康を支える大きな原動力です。当院も地域医療を担う立場として、活気あふれるこの年を契機に、予防医療や健康づくりの発信に努めてまいります。アジアの熱気とともに、健やかな未来へ歩んでいきましょう。

〈法人本部〉

「自分らしく暮らしたい」を叶える 訪問リハビリテーション

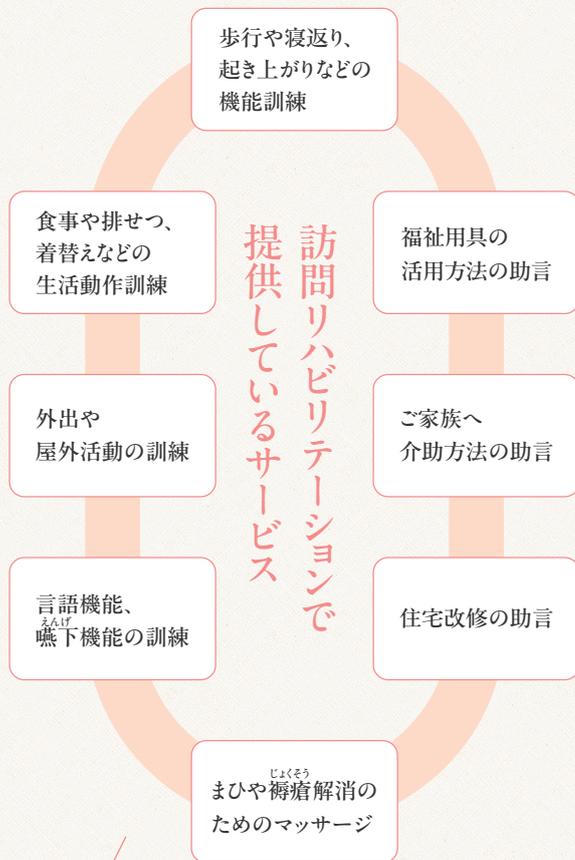
❁ 訪問リハビリは、どんな方が対象の どのようなサービスですか。

桑原さん 訪問リハビリテーションは、通院が難しく在宅医療を利用されている方を対象に、理学療法士や作業療法士がご自宅や施設を訪問して行うリハビリです。医療保険または介護保険を利用し、主治医の指示のもとで開始されます。

実際の生活環境そのものがリハビリの場になるので、自宅のトイレやベッド、台所、玄関、階段などを使いながら患者さまの「今の生活で困っていること」「これからできるようにしたいこと」に直接アプローチします。1回の実施時間は40分程度で、週1～2回行っています。また、訪問開始時と3カ月から半年に1回程度、患者さまに関わる多職種が集まって担当者会議を開き、リハビリの進捗や生活状況を共有しています。

❁ ちくさ病院の訪問リハビリは、 どのような特長がありますか。

桑原さん ちくさ病院はもともと訪問診療に力を入れており、2014年に地域包括ケア病棟を開設した際に、訪問リハビリ事業をスタートしました。医師とリハビリスタッフが同じ院内にいたため連携しやすく、患者さまの安心につながっていると思います。当院を退院された患者さまへ訪問リハビリを実施する際は、スムーズに引き継ぎができます。



課題や目標、リハビリ期間をご家族と共に検討し、生活する上で必要な動作や心身の機能維持・向上に必要なリハビリをご自宅や施設の環境に応じて行います。



主任 杉山 成明さん
作業療法士

部長 桑原 博聡さん
理学療法士

水谷 優太さん
理学療法士

訪問時に心がけていることや、 訪問先で感じることを教えてください。

杉山さん 1対1で向き合うからこそ、患者さまに信頼されることが大切だと感じます。こちらから自分の話をする、相手も心を開いてくれることが多いです。



リハビリの際に「私」が主語になる「アイメッセージ」を心がけています。「必ず手すりを使ってください」と伝え、指示されたと感じる方もいらっしゃいます。そこで「安全に移動してほしいので、手すりを使ってもらえませんか」とお願いすると、前向きに受け止めてもらえることがあります。

常に患者さまをサポートする伴走者でありたいと思っています

リハビリでできることが増えると、生活が本当に変わります



水谷さん 相手の話を聴く「傾聴」を大切にしています。最初は距離があった方も、何気ない会話を積み重ねるうちに信頼関係が生まれていきます。また、リハビリの目的を理解してもらうため、なぜこの動作をするかをしっかりと説明するこ

とも心がけています。

3~4カ月のリハビリで介助負担がぐっと軽くなった方や、デイサービスを諦めていたのに、階段を上れるようになり再び通い始めた方もいらっしゃいます。リハビリの効果を感じると、やはりうれしいです。

今後の展望を教えてください。

桑原さん 国全体で在宅医療への移行が進む中、訪問リハビリの需要はさらに高まると考えられます。ちくさ病院では体制を整えながら、必要としている方を取りこぼさない支援を目指しています。現在は理学療法士と作業療法士による訪問を実施していますが、需要があれば言語聴覚士による対応も可能です。退院後の生活で「困りごとがある」「通院が難しい」という方には、ぜひ訪問リハビリを利用していただきたいです。ご自身が利用できる対象か分からない場合は、まず主治医に相談してみてください。私たちはケアマネジャーなどの他職種とも連携していますので、訪問リハビリが難しい場合は別の支援方法を含めた提案をさせていただきます。

生活の場で実践できるのが、訪問リハビリ最大のメリットです



訪問リハビリでの 各職種の役割

訪問リハビリでは、各職種が連携を取りながらサービスを提供します。患者さまが何を望んでいるかによって、どの職種が何回訪問するかが決定されます。



理学療法士 (PT)

寝返る・立つ・座る・歩くなどの基本動作を支援するほか、身体機能の改善や維持を支え、生活の中の目標と一緒に考えながらリハビリを進めます。福祉用具や住宅改修への助言も行っています。



作業療法士 (OT)

食事・トイレ・入浴・着替え・家事・買い物など、日常生活に直結する動作のほか、最近はスマートフォン操作や金銭管理の支援なども増えています。生活動線への助言なども行っています。



言語聴覚士 (ST)

話す・聞く・食べるに関する機能訓練を行っています。コミュニケーション訓練に加え、食事(嚥下)のリハビリによって生活の質の向上を目指します。ご自宅の食事環境に合わせた支援が可能です。



病気予防のひと工夫

TIPS TO PREVENT ILLNESS

季節の変わり目に要注意！ 生活習慣を整えてめまいを予防

① 見逃さないで めまいは体からのサイン

「立ち上がったときにふらつく」「突然ぐるぐる回るような感覚に襲われる」など、めまいの症状に悩まされていませんか。季節の変わり目は寒暖差が大きく、気圧の変化の影響を受けやすいため、めまいを起こしやすい時期といえます。

めまいには、ぐるぐる回るように感じるものや、ふわふわと浮くように感じるものなどさまざまなタイプがあり、耳のバランス機能の乱れや自律神経の不調、血圧の変動などが原因の場合や、睡眠不足や疲労の蓄積、急な立ち上がり、水分不足などをきっかけに起こる場合もあります。

② 今日から始めたい 日常生活でできる予防習慣

めまいの原因はさまざまですが、日々の生活習慣を整えることで予防できるケースも少なくありません。まず意識したいのが、栄養バランスの取れた食事です。鉄分不足による貧血はめまいの原因になることがあるため、赤身の肉や魚、緑黄色野菜など、鉄分やビタミンB群を含む食品を意識して取り入れましょう。

春から夏にかけて、ぐんぐんと気温が上昇する時期に気を付けたいのが脱水です。特に運動時や気温が高い環境では体内の水分が失われやすいため、のどの渇きを感じる前に、こまめな水分補給を心がけましょう。アルコールやカフェインの取りすぎも脱水を助長するため注

意が必要です。

睡眠不足や不規則な生活、ストレスは自律神経の乱れにつながります。毎日できるだけ同じ時間に寝起きするなど、生活リズムを整え、リラックスできる時間を持つことが心げきましょう。さらに、ウォーキングやストレッチといった無理のない運動を日常に取り入れると血行が促され、体調管理にも役立ちます。

また、めまいの背景にはさまざまな病気が隠れている可能性があります。めまいに加えて強い頭痛や手足のしびれ、ろれつが回らないなどの症状がある場合は、迷わず、医療機関を受診しましょう。

寝起きのめまいを防ぐセルフケア

起床時は血圧が変動しやすく、自律神経のバランスが乱れやすいため、めまいが起こりやすい状態です。セルフケアを取り入れて、朝を快適に過ごしましょう。

セルフケア
のポイント



- ✔ ポイント1 目覚めても急に起き上がらずに、布団の中でゆっくりと深呼吸
- ✔ ポイント2 まずは横向きになって、肘を使ってゆっくりと起き上がる
- ✔ ポイント3 就寝中は汗をかいているため、常温の水をコップ1杯飲む
- ✔ ポイント4 首や肩を大きく回すストレッチで血流を促進



参考:健康長寿ネット「めまい」 <https://www.tyojyu.or.jp/net/byouki/rounensei/memai.html>



もう悩まない！高齢者介護

STOP WORRYING! ELDERLY CARE

vol.48

相談内容

名古屋市 57歳 Yさんからの質問

80歳の母は、最近自分で足の爪を切るのが難しいようです。

見かねて私が手伝おうとするのですが、嫌がります。無理に切るのも心配で、どう対応すればよいのか悩んでいます。

安全のために大切なフットケア
時には専門のサービスを
利用してみましょう



高齢者介護や認知症について
ベテランケアマネジャーが皆さまの
疑問にお答えします。

高齢になると視力の低下や前かがみの姿勢が取りにくくなり、手先の力が弱くなるため、足の爪を自分で手入れするのが難しくなる方が少なくありません。無理に切ろうとして深爪や出血につながるのも心配です。手入れをしないで足の爪が伸びたままの状態では靴に当たって痛みが出やすく、無意識に足をかばった歩き方になってしまうことがあります。歩幅が小さくなったり、重心が不安定な歩き方になったりすると、つまずきや転倒のリスクが高まります。足の爪のケアは、単なる身だしなみだけではなく「安全に歩き続けるための大切なケア」でもあるのです。

とはいえ「自分のことは自分でしたい」という気持ちから、家族に爪を切られることに抵抗を感じる方も多く、無理に説得しようとするとかえって拒否感が強くなることあり

ます。そんなときは「きれいにするため」「伸びているから」という伝え方ではなく「痛みを防ぐため」「転ばずに過ごすため」など、生活の安全や快適さを守るためであることを伝えてみましょう。それでもご本人が強く嫌がる場合や、爪が変形して切りにくい場合は、専門家に任せるのも一つの方法です。かかりつけ医や皮膚科に相談できるほか、訪問看護でフットケアサービスを提供している事業所もあります。家族ではなく第三者の専門家であれば、素直に受け入れてくれるかもしれません。

足の爪のケアは、日常生活の質や安全に直結する大切なポイントです。無理に切ろうとせず、お母さまの気持ちを尊重しながら、お互い気持ちよくケアできる方法を見つけていきましょう。

参考:健康長寿ネット「白癬」 <https://www.tyojyu.or.jp/net/byouki/hifushikkan/hakusen.html>



病院・施設のご案内

INFORMATION



有料老人ホーム
アジア上飯田
 名古屋市北区上飯田南町3-15
 ☎052-919-7050
 住宅型有料老人ホーム／訪問看護
 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

高齢者向け住宅
アジア浄心
 名古屋市西区浄心1-6-36
 ☎052-522-7710
 サービス付き高齢者向け住宅／訪問看護
 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

特定施設
アジア八田
 名古屋市中村区横井2-141-1
 ☎052-414-4631
 介護付有料老人ホーム／訪問看護

特定施設
アジア港いろは
 名古屋市港区築盛町106-1
 ☎052-304-8070
 介護付有料老人ホーム／訪問看護

高齢者向け住宅
アジア吹上
 名古屋市千種区今池3-17-21
 ☎052-745-3130
 サービス付き高齢者向け住宅／訪問看護
 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

病院
ちくさ病院
 名古屋市千種区今池南4番1号
 ☎052-741-5331
 名古屋市二次救急医療体制病院(外科・内科)
 時間外・夜間救急対応
 機能強化型在宅療養支援病院
 地域包括ケア病棟53床

複合型サービス
アイリスちくさ内山
 名古屋市千種区内山2-13-16
 ☎052-741-7857
 住宅型有料老人ホーム／訪問看護
 看護小規模多機能型居宅介護

有料老人ホーム
ちくさ翠香邸
 名古屋市千種区今池南2番12号
 ☎052-745-0002
 住宅型有料老人ホーム／訪問看護
 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

複合型サービス
アジア覚王山
 名古屋市千種区川崎町1-48
 ☎052-757-5700
 看護小規模多機能型居宅介護／訪問看護
 グループホーム／サービス付き高齢者向け住宅



春号の表紙

東谷山フルーツパーク(名古屋市)

3月下旬から4月中旬にかけて、ヤエベニシダレをはじめ約1,000本のサクラが園内を彩り「シダレザクラまつり」が開催されます。サクラのほかにも、3月から4月にかけてウメやアンズ、スモモ、アーモンドなど、さまざまな春の花を楽しめます。

すいどうみち

2026年春号 vol.69

発行 / 2026年3月
 発行者 / 医療法人 豊隆会
 連絡先 / 名古屋市千種区今池南4番1号

広報誌「すいどうみち」へのご意見・ご感想、
 その他配布に関するお問い合わせなどはFAXでお寄せください

FAX 052-741-5333