泰らぎ

Vol.64
2023年
夏号

～各病棟の壁面飾り～

P1　表紙・目次

P2　【髙田事務課長のご挨拶】
研修の紹介
～ボディメカニクス勉強会～

P3　【精神療養病棟より】～排便体操～
【認知症治療病棟より】 ～お化粧療法～

P4　【活動の報告】
～病院内の常食紹介～

温故会

日本医療機能評価機構
認定第 JC1555 号

温故会
直方中村病院
http://www.onkokai.jp/nakamura/
編集・発行　直方中村病院広報委員会

ご挨拶 ～髙田事務課長より～

直方中村病院の事務課長の髙田でございます。

コロナが5類感染症へと移行しましたが、皆さま方には日頃ご来院時にマスク着用と、手指消毒のご理解とご協力を頂きまして、誠に有難うございます。

現在、当院では日本医療機能評価機構が実施する病院機能評価の4回目の更新受審を来月に控え、各部署が医療の質向上を目指し“一致団結”して取り組んでいます。今年4月より、新しい院長を迎え新体制となりました。今年の法人目標、“一致団結”“Change”の旗印のもと心機一転で業務に臨んでいます。チーム医療の中で“自分の役割とは”何かを、常に自問自答しながら一歩一歩あゆんで行く所存でございます。これからも奉仕の精神をもち、たゆみなき研鑽に励んでまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

事務課長　髙田和典（医療経営士　施設基準管理士　MOS Expert　ITパスポート取得）
座右の銘『斃而后已』

研修の紹介【ボディメカニクス勉強会】

医療現場で、毎日の業務として職種関係なく必要とされることが「介助」。患者様も身長や体重、身体機能、動作の障害など、様々な要因があり、関わる職員はいつも腰や膝などに負担がかかっている状態です。

そこで3病棟にて、身体の仕組み「ボディメカニクス」を理解し、患者様だけでなく、介助者にも負担のかからない介助が出来るよう、勉強会を実施しました！💪

講師は、認知症治療病棟担当の作業療法士、金さんです。😍👈

ボディメカニクスの基本となる8つの項目を伝え実戦形式で勉強してもらいました。••まずはお手本を見せます。そして、参加者も実践！細かいところは金さんのアドバイスが入ります。👍

また、今回金さんが作成した資料には、現在当院で働かれている外国籍職員さんの母国語（ベトナム語・ネパール語）も載せています。

ベトナム国籍の職員さんに伺うと、実際に「読める！」とのことでした。

実は今回の研修は病棟内だけの勉強会だったのですが、噂は広まり他部署の職員（特に新人さん）も参加されていました！やはり、実践に勝るものはなし！ですね。😊

ボディメカニクスの8原則
8 nguyên tắc của cơ học cơ thể
शरीर मेकानिक्स को 8 सिद्धान्त

1. 支持基底面を広くとる
   mở rộng cơ sở hỗ trợ
   समर्थन को आधार फराकिलो
2. 重心を低く保つ
   giữ trong tâm thấp
   गुरुत्वाकर्षण केन्द्र कम राख्नुहोस्
3. 重心を近づける
   đưa trọng tâm lại gần hơn
   गुरुत्वाकर्षण केन्द्र नजिक ल्याउनुहोस्
4. 体を小さくまとめる（捻じらない）
   Giữ cho cơ thể của bạn nhỏ (không vặn)
   आफ्नो शरीर सानो राख्नुहोस् (मोड नगर्नुहोस्)
5. 身体全体を使う
   sử dụng toàn bộ cơ thể
   सम्पूर्ण शरीर प्रयोग गर्नुहोस्
6. 水平移動する
   di chuyển theo chiều ngang
   तेर्सो सार्नुहोस्
7. 押さずに引く
   kéo mà không cần đẩy
   धक्का बिना तान्नुहोस्
8. てこの原理を利用する
   Sử dụng đòn bẩy
   लाभ प्रयोग गर्नुहोस्

精神療養病棟より【排便体操】

腹式呼吸の練習です。

排便体操は2病棟だけが行っている体操です。
排便を薬だけに頼らず、腸の蠕動運動を促すための運動です。
もう何年も継続されています。

笑顔で
取り組まれています。

まずはお腹に手を当てて腹式呼吸をします。
腹式呼吸は　なかなか難しいのですが
お腹に手を当てる事で呼吸がわかりやすくなります。

両手を広げ、身体をねじります。

そして、身体をねじる運動、足挙げ運動、挙げた足の下で手を叩く運動と続きます。
座ったままの体制で足を挙げるのは結構きついです。

眠い人も覚醒を促し参加して頂いています。
排便体操のあとはラジオ体操。

両手両足を振り上げます。

身体を温めたところで午前中のOT活動が始まります。
お腹の調子改善だけでなく生活リズムが崩れやすい入院生活において生活リズム改善も目的としています。

認知症治療病棟より【お化粧療法】

梅雨時期、雨がしとしと降るなか何か楽しめることはないかな❗❓と女性患者さん対象に、お化粧レクリエーションをこの夏🌴始めてみました。💗
🔊お化粧療法は、お化粧をすることで脳が刺激されて気持ちが前向きになったり、人に会うときに自信が持てたりと精神的にも良い影響を与えます。また、お化粧をするときの動作によって肩から指先にかけてのリハビリになり、身体的にも良い効果があるといわれています。★はじめに、化粧水と乳液を塗ってスキンケアから始めます。😊患者様の肌の色に合わせたファンデーションをぬりぬり・・・ファンデーションが肝心です。

ご自分で行うことが難しい患者様は、女性のスタッフにお手伝いしてもらって・・・・((^∀^*))ヨイショッヨイショッ
眉毛もきれいに描いていきます💛💚
色とりどりのアイシャドーを塗って・・・💙💛💚💙💜💗仕上げにピンクや赤色の口紅をひいたらぁ～～～～～💋完成💖💗
今では、なかなかお化粧をする機会が減りましたが、さすがは女性💗
お化粧の仕方は身に沁みついているようです！！
「女はいくつになっても女よ。」
まさにその言葉通りだと実感ッッ！！！🌈
私自身も気が引き締まります・・・😅💦
患者様が鏡に映った自分を見つめ、沢山の笑顔がこぼれていました。😊💕

活動の報告【病院内の常食紹介】

患者様のご協力のもと常食をカメラに収めることが出来ました😊
♪ヤキソバ（又は焼きうどん）＆ぜんざい　♪水曜日の麺類＆お好み焼き
♪10の付く日はカレー　♪一日はお赤飯…
（当院の管理栄養士である田中さんは新人の時、慌てて小豆を買いに走ったこともあるそう😅）
これが直方中村病院の定説です。　七夕には七夕らしい献立です。
ナゼにこの組み合わせ？？？ですが、長い患者様（職員にとっても）
「これぞ中村」な、メニューなんですよ😁

手前味噌ですが、なかなか美味しいと評判良い👌

「食欲不振」で、入院されたはずの患者様が、当日から全量摂取…直方中村病院の謎は深まるばかり。
田中栄養士さんが、何かの魔法をかけてるかもですね😉
職員一同、毎日美味しい給食に感謝です明日も頑張れます

栄養課の皆様に、感謝です💞

泰らぎ　2023年 夏号　No.64　発行所／医療法人社団温故会　直方中村病院　〒822-0002　直方市頓野993-1　TEL:0949-26-1522　発行日：2023年9月1日