

ほっと はーと

CONTENTS

- 2 フライングディスク体験会／栃木シティフットボールクラブ
- 3 リハガーデンより
- 4 栄養科通信／薬剤科だより
- 5 リハビリだより
- 6 復職・就労支援代表コーディネーター意見交換会／実績データ
- 7 きずな
- 8 ブチ脳トレ／病院案内



フライングディスク 体験会を開催しました



リハガーデンにてフライングディスク体験会を開催しました。

講師として、障がい者フライングディスク協会から日向野 修さんをお招きしました。日向野さんは全国障害者スポーツ大会のフライングディスク競技において優勝経験のある方で、以前当院に入院されていた経験があり、そのご縁から今回入院患者さまを対象に体験会を開催する運びとなりました。

また、障がい者フライングディスク協会前会長の五味 一彦さんにもご協力いただき、サプライズで参加者の皆さんへミニディスクのプレゼントをいただきました。

天候に恵まれ、日差しが少し強いくらいでしたが、参加された患者さまはよい気分転換になったようで皆さん楽しそうな様子でした。

入院中は閉鎖的になりがちですが、この体験を通じてリフレッシュできた方も多かったと思います。とても良い体験会となりました。 総務課 高瀬



栃木シティフットボールクラブ パートナー契約のお知らせ



この度、当院と栃木シティFCはパートナー契約を結びました！

栃木シティFCは、1947年の創部以来、栃木市をホームタウンとして地域に根差した活動をしているチームです。その活動を、カマチグループ栃木県内3病院（新上三川病院、宇都宮リハビリテーション病院、新宇都宮リハビリテーション病院）で応援することとなりました。オーロラビジョンパートナーとしての契約となっており、スタジアムのビジョン近くに当院のサインが設置されています。スタジアムで応援される際には、探してみてください。当院では栃木シティFCの活動を通して、栃木県が更に盛り上がっていくことを期待しています。興味のある方は、一緒に栃木シティFCを応援して栃木県を盛り上げていきましょう！ 総務課 高瀬

特集 ～リハガーデンより～

上三川ファームの活動報告

上三川ファームの前期の活動として、玉ねぎの収穫、花壇の植え替えを入院患者さまと一緒に行いました。

4月 玉ねぎの収穫

玉ねぎの収穫は、作業予定日前日から「楽しみにしている」という声を頂き、てるてる坊主を作って心待ちにして下さる患者さまもいました。当日はそれぞれ出来る作業を分担しながら協力して行い、約50個の玉ねぎが収穫できました。「こんなに大きい!」「重いね」「おいしそう」「どうやって食べるか」など話は盛り上がり、「参加できて良かった」と沢山の笑顔が溢れました。



5月 花の植え替え

終始作業に集中して取り組んでおりましたが、患者さまからは「できないと思った。自信がなかったけど、こんなにできると思わなかった」「退院が近いけどできて良かった」「家でも庭仕事をやっていきたい」とうれしいお言葉を頂きました。またスタッフからは「リハビリでの機能訓練の他にできることがまだまだたくさんあると発見できて良かった」との意見があがりました。



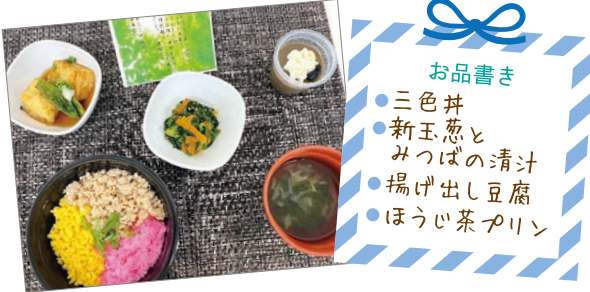
6月からは農園に植え付けてある夏野菜がどんどん実ってきます。引き続き、患者さまの訓練の場、楽しみの場、憩いの場として活動していきます。 リハビリテーション科 作業療法士 福田

5・6月の行事食

季節を感じて頂けるよう旬の食材を使用した料理
や手作りのデザートを提供致しました。

また6月の行事食では、患者さまよりご要望の多
かったラーメンを提供致しました。 栄養科 根岸

新緑感じる和定食献立



お楽しみランチ



患者さまからの

声!



ほうじ茶プリンが
美味しかった。



三色丼の盛り付けが
綺麗でした。



病院でラーメンが
出るとは思わなかった。



紫陽花ゼリーが
美味しかった。



薬剤科
だより

お薬と相性の悪い飲み物

皆さんは薬を水で飲んでいますか？

薬のなかには、水以外の飲み物と一緒にとることで効果が強くなりすぎるものや効果が弱くなるものがあるので注意が必要です。薬はコップ一杯(200ml)の水またはぬるま湯とともに服用しましょう。

以下に例をあげますが、これ以外のお薬でも飲み合わせに注意が必要な薬もありますので、詳しくは医師や薬剤師にご相談下さい。

薬剤科 梅田

睡眠薬など
+
アルコール

睡眠薬とアルコールはどちらも脳の活動を抑える作用があります。また、アルコールが薬の分解を阻害するため、薬の効果が強くなることがあります。その結果、重大な副作用が生じる可能性があるため、非常に危険です。

△絶対にアルコールと飲んではいけません。



ワファリン + 青汁 抗生物質 + 牛乳

薬の効果が弱まる場合がある



降圧剤など
(一部のカルシウム拮抗薬) + グレープフルーツ
ジュース

薬の効果が強まる場合がある



ハンドボールトレーナーとして活躍する理学療法士

私は数年前からハンドボール競技のトレーナーをしております。

今回、関東の各県代表が参加する関東社会人選手権という大会に同行しました。ハンドボールトレーナーとして、普段の練習から怪我をしないための運動指導や選手が困っている動きや症状の聴取、パフォーマンスを最大限発揮できるように栄養面や休養のような要素を提案します。試合の時は、急な怪我の対処や疲労している選手の身体ケア、足がつかないようにテーピングを貼って予防するという事もしています。トレーナーを始めた当初は分からないことも多く、選手の期待に応えられないこともありましたが、現在では選手の方から悩みや要望を伝えてくれ、対処することができるようになりました。上手く対処することが出来、選手から「ありがとう」といわれること、怪我や痛み無く運動できているといわれることにやりがいを感じています。これからも選手に寄り添うトレーナー活動をしていきたいと考えています。栃木県ハンドボール協会のホームページから、栃木県で開催される大会が掲載されることがあるので、興味がある方はぜひ観戦にきてください。

リハビリテーション科 理学療法士 山口



出張健康教室 in 筑西市

令和6年7月17日(水) 茨城県筑西市「ギャラリーおっこの室」にて「ぶらりサロン」という筑西市在住の高齢者や介護保険の関係者の方等が集まる交流の場へ、今回初めて招待をいただき参加しました。内容は「フレイル・サルコペニア」について、講義や体操を通じて予防を図ることの重要性をお伝えしました。また、体の痛みについて、痛みの緩和を図る運動の方法や生活の工夫等、情報交換を行う貴重な機会となりました。

上三川町内だけでなく、近隣地域でのサロン等で当院からの出張健康教室にご興味のある方は、患者支援センターへご連絡下さい。

リハビリテーション科 理学療法士 布川

復職・就労支援

代表コーディネーター

意見交換会に参加しました



当院が所属するカマチグループでは2022年11月より「復職・就労支援代表コーディネーター会議」が開始され、病気や事故等に遭われた患者さまの復職・就労支援をサポートしています。今回は、各病院の代表コーディネーターが集結し、復職・就労支援の質の向上を図ることを目的に意見交換を行いました。内容は主にグループワークです。各病院の課題を共有し、議論ができたことはとても心強く「顔の見える関係」の重要性を感じました。

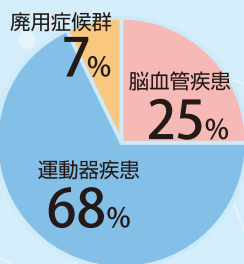
就労支援は復職や就職につなげるだけではなく、その方の人生を左右する大切な支援です。回復期リハビリテーション病院でのリハビリが人生にどのような影響を与えているのか、また患者さまの「働きたい」気持ちを丁寧に聴きとり支援へつなげられているのか、今後も自問自答しながら患者さまと一緒に考えていきたいと思えます。

患者支援センター 山崎

患者受入総数

1086名

疾病別内訳



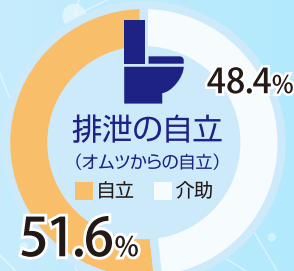
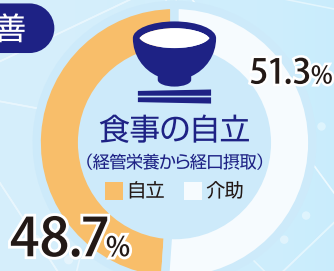
在宅復帰率

96.2%

入院患者さんの平均年齢

74歳

ADL改善



新上三川病院

実績
DATA

令和5年4月1日～
令和6年3月31日



きずな

記憶に残ったエピソード



放射線科 大島

私は入職して技師1年目の時に、まだ知識や技術が浅く自信を持てずに患者さまの撮影をしていました。そんななかある患者さまから、自分を見て不安な気持ちもあったと思いますが、そのような素振りは一切見せずに、撮影が終わる際、「ありがとうございます」と感謝の気持ちを言っていたことがあります。未熟で不慣れだった私に向けられたありがとうございますの言葉には患者さまの思いやりを感じました。その一言がとても嬉しく今でも覚えています。3年目になった今、任される仕事も増え、できることが多くなってきました。患者さまとの関わり方にも慣れてきた中で初心の気持ちを忘れずこれからも業務に努めていきたいと思っています。

Q&A

Q1 この仕事を選んだ理由を教えてください。

私は中学生の頃、怪我をしてレントゲンやCTの検査してもらったことがあり、その時に子供ながらにどうやって体の中にある骨や臓器を見ることができるのかとても不思議に思っていました。そこから興味を持ち調べていく中で放射線技師という職業を知り、画像を撮ることを専門として患者さまの役に立つ事ができるこの仕事に憧れ技師の道に進みたいと思いました。

Q2 どうして新上三川病院を選んだのですか？

初めて病院見学に行った際に、病院で働いている職員の皆さんが患者さま1人1人に寄り添っている姿が見られ、とても印象に残っており私も同じくこの新上三川病院で患者さまに寄り添える技師になりたいと思い入職しました。

Q3 仕事をする上で大切にしたいことはありますか？

患者さまが少しでも楽な姿勢で撮影を行う事ができるように、腰や膝に負担がかからない最適な姿勢、時間をかけずスムーズに撮影する事など、患者さまの気持ちに寄り添って行動できているかを大切にしています。

Q4 患者さまへのメッセージをお願いします。

患者さまの怪我、病気の発見に繋がる質の高い画像、より良い診断に有用になる画像を提供できるよう日々勉強し、安心して病院に来ていただけるよう努力していきたいと思っています。

my

マイトレンド

最近ハマっていることをご紹介します

trend



1年ほど前からゴルフにハマっています。友人からの誘いをきっかけに始めたのですが、最初は上手くボールを打つことが出来ず、とても難しいスポーツだと感じました。ですが練習をしていくうちに、少しずつ打てるようになり、うまく打てた時の気持ちよさがたまらなくなりました。友人だけでなく、母や兄、今年80歳になる祖母もゴルフをやっているので休日は家族や友人とゴルフをするのが楽しみの1つです。ゴルフは性別、年齢に関係なくみんなで楽しめるスポーツなのでぜひ興味のある人はゴルフを始めてみてください。

基本方針

病院 手には技術
理念 頭には知識
患者様には愛を

- ① 安心・安全な医療
学問的、技術的に高い水準の安心・安全な医療を提供します。そのために必要な施設・設備の整備拡充に努めます。
- ② 段階別の医療を提供 急性期・回復期リハビリテーション医療
患者様 家族と医療情報を共有し、整形外科疾患患者様においては急性期治療から、その他リハビリを必要とする疾患患者様には回復期リハビリテーションから在宅までを支援するチーム医療を提案します。
- ③ 地域医療
地域の医療・福祉施設と密接な連携を図り、寝たきり「ゼロ」と在宅復帰を目標に、誰でも安心して利用できるリハビリテーション病院を目指します。

外来医師診療予定一覧表

令和6年4月～

		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	高德 賢三 金谷 裕司 柳澤 健太	大上 仁志 関矢 仁 二部 悦也	金谷 裕司 笹沼 秀幸 倉林 寛 上本 宗唯	高德 賢三 金谷 裕司 樋貝 保弘	大上 仁志 柳澤 健太 鈴木 貴大	当番医
	午後	高德 賢三 (関節専門) 澤村 英祥	関矢 仁 (関節専門)	大上 仁志 (脊椎専門) 木村 明德	高德 賢三 (関節専門)	関矢 仁 (関節専門)	
内科	午前					鶴岡 秀一	熊谷 雄治
	午後	大森 司 益子 真史			大垣 圭太郎	青山 泰	
脳神経内科	午前			宮田 五月			
	午後						
泌尿器科	午前		山口 圭一	宮内 義史			
	午後						
形成外科	午前						
	午後				古川 航多		
物忘れ外来	午前				星野 雄哉		
	午後						
リウマチ	午前						
	午後	(隔週) 増淵 正昭					
痛風	午前						(第1週のみ) 近藤 清明
	午後						



問題
日本の世界遺産と
県名を線でつない
でみましょう!
**正解は、3P下に
掲載しています。**

- 富岡製糸場・
姫路城・
屋久島・
知床・
平泉・
原爆ドーム・
日光の社寺・
富士山・
白神山地・
白川郷・
- 北海道
青森・秋田
静岡・山梨
岩手
岐阜・富山
広島
群馬
鹿児島
兵庫
栃木

患者支援センターから

患者支援センターでは、入院相談だけではなく、患者さま、ご家族さまのお困りごとについてのご相談窓口を設けております。お一人で悩まずに、ぜひご相談ください。

ご相談をご希望の方は
患者支援センターまでお電話ください。
TEL 0285-56-7111
FAX 0285-56-2028



一般社団法人 巨樹の会

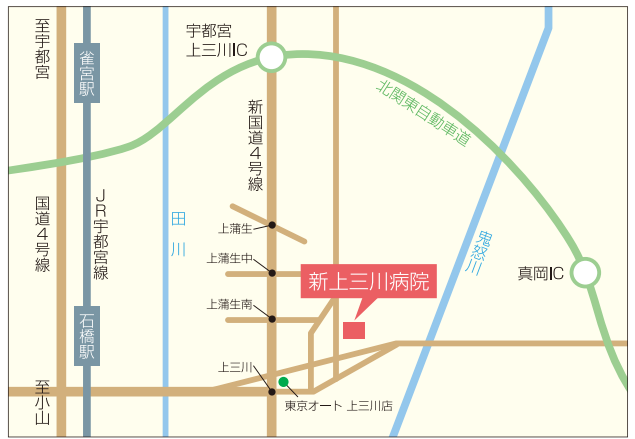
新上三川病院

〒329-0611 栃木県河内郡上三川町上三川2360
TEL 0285-56-7111 FAX 0285-56-7165
<https://www.kaminokawa-hp.jp/>

- 診療科目** ●整形外科 ●リハビリテーション科 ●内科
●泌尿器科 ●麻酔科 ●放射線科 ●形成外科

診療時間のご案内

月～金	午前	午後
受付時間	8:00～11:30	13:00～16:00
診療時間	9:00～12:00	14:00～17:00
土曜日	午前	午後
受付時間	8:00～11:30	休 診
診療時間	9:00～12:00	休 診
休診日	土曜日午後・日曜日・祝祭日・年末年始	



- JR宇都宮線石橋駅下車
関東交通バス
新上三川病院前で下車
徒歩1分
- 新国道4号線
上三川交差点を真岡方面
(県道47号)へ1.3Km
付近交差点を北へ約400m