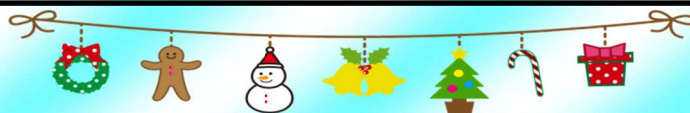


暦の上ではまだまだ寒い日が続いています。寒さと共に乾燥しやすいため水分補給をしっかりと、風邪やインフルエンザに気を付けましょう。今年度も残り 2 ヶ月、1 日 1 日を大切に、楽しく過ごしましょう！

回復期病棟 クリスマス会



12 月 15 日に当院回復期病棟にて患者様とリハビリスタッフによるクリスマス会が行われました。毎年院内で実施されているキャンドルサービスの一環として、一昨年から行われるようになりました。今年のクリスマス会では、リハビリスタッフがサンタクロースやトナカイの仮装をし、きよしこの夜やジングルベルの合唱が行わ

れました。昨年はスタッフがヨーヨーを披露しましたが、今年は二人羽織をして焼きそばを食べたり、化粧をしたりと患者様の笑いを誘い、大いに盛り上がりました。

また、昨年に続いて 12 月 24・25 日に、リハビリテーション科スタッフによるクリスマス仮装を行いました。

患者様やご家族様から「見ていて楽しい」「季節感を感じられるね」など様々なお言葉を頂きました。また仮装を行うことで患者様の笑顔も多く見られました。



リハビリテーション科 忘年会

12 月 22 日にリハビリテーション科大忘年会を行いました。リハビリ職員約 50 人で、新人のダンスによる余興や役職者からのプレゼントをかけたビンゴ大会など、大いに盛り上がりました。中でもバブリーメイクをした有志 4 人による今話題のダンシングヒーローは会場全体を巻き込み、役職者を含めた半数以上がダンスに参加していました。

各セクションの役職者からの挨拶や早川技師長からの一言は、楽しい中でも真剣に話を聞き、メリハリのある忘年会となりました。来年もリハビリテーション科一丸となって病院を支えていくという、意識統一の場にもなりました。



IMS リハビリテーション学会

1月14日、東京ビッグサイトで第6回IMSリハ学会が開催されました。特別企画、演題発表があり参加者は800人を超え、90程の演題数があります。PT、OT、ST各セクションの垣根を越えて、多くの意見交換が行われる場となっています。当院リハビリテーション科では、数か月前から全員対象で各自発表に向けて検討・研究し、科内発表会を行ってきました。その中から当院リハ科代表として、ST早川技師長、PT森さん、小林聡美さん、OT梅澤さんの4名が演題発表をしてきました。リハビリ室リハビリ掲示板にも詳しい内容が記載されていますので、ぜひご覧ください！



風邪予防の豆知識



手洗い・うがいは、風邪やインフルエンザ等の感染症を予防するために、とても効果的です。今回は正しい『手洗い・うがい』の方法を見直し、実践してみましょう！

- ①手のひらを合わせて洗う。
- ②手の甲を伸ばすように洗う。
- ③指先や爪の間も渦を描くように洗う。
- ④指の間も十分に、洗う。
- ⑤親指を手のひらでねじるように洗う。
- ⑥手首も忘れずに洗う。



- ①口の中に水を含み、ブクブクする。
- ②首を後ろに反らせて天井を向き、うがいをする。
(水を飲みこまないように！)
- ③首を正面に戻しもう一度ブクブクする。
- ④首と腰をかがめて水を吐き出す。



リハビリの効果としては・・・



温かいお湯を使うことで、手の循環が良くなり、指・手首の関節可動域向上が期待できます。

頬や口腔内の顔まわりの柔軟性を高めます。また、声帯を閉めることで誤嚥予防に繋がります。

