



ひかり



成人支援施設 初秋のアートワーク作品

いきいき健康まつり及びミニコンサート中止のお知らせ

本年度も「10月のいきいき健康まつり」は新型コロナウイルス感染防止対策のため、中止いたします。

また、病院ロビーのふれあいミニコンサートも当面の間、中止しています。

楽しみにしていただき

た皆様には大変申し訳ありませんが、よろしくお願い申し上げます。



かがわ総合リハビリテーションセンター

福祉用具展示相談「くらし快適館」がオープン!

令和3年9月9日より福祉センター内に、福祉用具展示相談「くらし快適館」がオープンします。「くらし快適館」には、様々な暮らしのシーンで役立つ福祉用具を展示しご相談をお受けする相談展示室と、それらが体験できる模擬体験室を備えています。高齢者や障害者が、日常生活や仕事、余暇活動等を、快く行えるよう、道具や方法の工夫を一緒に考えます。開館日は月曜日～金曜日(祝休日・年末・年始を除く)時間は午前9時～午後4時です。

お気軽にご相談下さい。



病院からのお知らせ①

超早期胃がんは胃を切除せずに治せる！

かがわ総合リハビリテーション病院 内科部長 藤澤 明彦 医師

胃がんの罹患数は2017年統計では全国で男女合わせて約129,000人と普通によく見つかるがんです。胃壁は5層構造となっており胃がんは内腔の粘膜上皮から発生します(図1)。がんが進行すると粘膜下層から筋層へと深く浸潤し、同時にリンパ節転移も多くなってきます。

早期胃がんのうち、粘膜内だけにとどまるいわば超早期胃がんはリンパ節転移の可能性が極めて低く、内視鏡による粘膜切除術は外科的胃切除術と同等の治療効果が証明されています。内視鏡治療は胃を切除しないため胃機能を完全に残せ、また全身麻酔の必要がなく侵襲が少ないという利点があります。1990年代より開発されたESDという内視鏡治療(図2)により、以前は切除困難であった大きなサイズの胃がんも確実に切除できるようになり、今では適応も拡大されつつあり早期胃がんの6割は内視鏡で治療されています。

しかし、がんが粘膜を超えて浸潤するとリンパ節郭清を伴う外科的胃切除が必要となります。内視鏡治療できる超早期胃がんの状態で見ることが重要ですが、残念ながら超早期胃がんでは症状が出ることはまずありません。症状がないから大丈夫、症状が出てから検査しようと思っておられる方、ぜひ症状がなくても定期的に内視鏡検診を受けましょう。

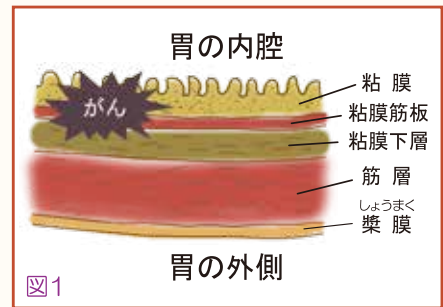


図1

ESD法(内視鏡的粘膜下層剥離術)

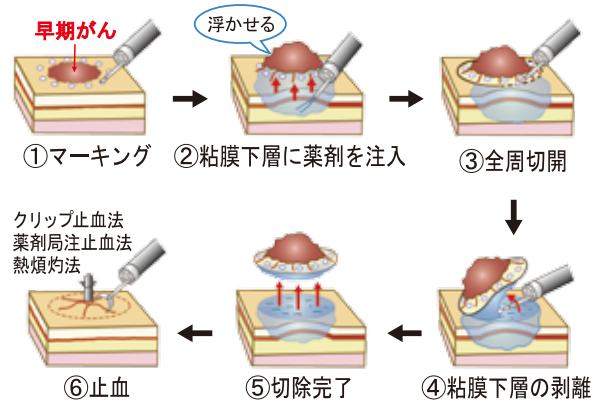


図2

外来診療日一覧

令和3年9月現在

区分	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	藤澤	心リハ 予約制	豊田		香大医師	心リハ 予約制	田中		田中	
小児科	川崎		難波/小谷野		難波/松岡	難波・新患 河田・予約制	河田	難波/松岡	難波/小谷野 河田・予約	心リハ 予約制
整形外科	中塚		高橋		木下	手術	宮地	装具診	中塚	
脳神経外科			河井			河井 (第1・3・5)	河井			
リハビリ テーション科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
眼科	星川	予約診		星川	LV		星川	予約診	星川	予約診
耳鼻いんこう科			藤原				松原/ 西岡	松原/ 西岡		
皮膚科				佐伯/ 大日						
泌尿器科						安元/佐倉 (第2・4水曜)				
歯科	南 芳地	南 芳地 大林	南 芳地	南 芳地	南 芳地 竹山	南 芳地 塚本	南 芳地 (全麻)	南 芳地 三宅	南 芳地	南 芳地

※ 眼科LVはロービジョン外来です。
 ※ 診療日・時間に関しては変更の場合がありますので詳しくはお電話でご確認ください。
 ※ 歯科は完全予約制です。急患については相談に応じます。

予約 087-867-6008 無料大駐車場完備
 お問合せ <http://www.kagawa-reha.net/hospital.html>



<病院からのお知らせ>

風邪の症状のある方、熱のある方、下痢・嘔吐のある方、匂いがしない・味が分からない方、強いだるさ・息苦しさがある方は**病院内に入る前に必ず087-867-6008までお電話をお願いいたします。**

受付時間 午前 8:30~11:00
 午後 13:00~16:00
 《耳鼻科のみ 13:00~15:00》

雨上がり 二人の今後を決したい(大阪をんば 螢ちゃん)

広報紙「ひかり」では皆様からリハセン流(川柳)を募集しています。随時掲載していきますので、作品をお寄せください。

病院からのお知らせ②

重症心身障害認定看護師の役割について

看護・療育部 重症心身障害認定看護師 永池 由紀子

当院の東病棟には、重度の身体障害と知的障害を合わせもつ重症心身障害児者の入所施設があり、吸引や経管栄養など常時医療的ケアが必要な方が多く入所されています。（こども支援施設は18歳以下。療養介護施設は18歳以上の方が入所されています。）

入所されている方に対し、医療的ケアのみでなく日々の日常生活支援や療育活動も提供し、個々の成長・発達を支援しています。

重症心身障害認定看護師として、専門性・個別性の高い看護を実践すると共に、重症心身障害児者を取り巻く課題に積極的に取り組んでいく必要があります。看護の原点ともいわれている重症心身障害看護において、常に尊厳が守られた環境の中で、入所されている方が何を伝え



ようとしているかなど想いに寄り添い、生活の中に楽しみを多く取り入れ過ごせるよう人生のお手伝いをさせていただきたいと思っています。また、大半の方は先天性の疾患で重度の障害をもちながら生活されています。そのため、入所前に在宅で介護されてきたご家族の想いも大切に考えています。さらには、入所されている方がその人らしく生活が送れる様、ご家族や関わるスタッフと連携をとりながら入所されている方とご家族の力になればと考えています。

ストレッチングって？

リハビリテーション部 理学療法士 森下 桂司

ストレッチングとは筋肉を伸ばす柔軟体操のことで、ストレッチとは「伸ばす」という意味です。身体をリラックスさせ疲れをとったり、ほかにも腰痛や肩こりの予防にも効果があります。

ストレッチングの効果

ストレッチングを行う事で、筋肉の柔軟性が高まる効果があります。日常生活で同じ姿勢が続きたり、運動で同じ動作が繰り返されたりすることで柔軟性が低下し、筋肉が硬くなります。硬くなった部分では動きが制限されるようになります。

例えば脚を開きたいのに太ももの内側の筋肉が硬くてできないという状態は、硬くなった内側の筋肉が関節や骨を引っ張り、動きを制限しているということです。そこでストレッチングを行い内側の筋肉の柔軟性を高めると、スムーズに開脚ができるようになります。柔軟性を高めることは、同時に関節の可動域を高めることを意味します。身体中の筋肉の柔軟性が高ければ、動きが制限されることなく、スムーズに身体を動かすことができます。

ストレッチングの注意点

ストレッチングを行う際の注意点がいくつかあります。

- ①痛みや辛さを感じる強さのストレッチは逆効果です。
- ②ストレッチは呼吸を止めずに無理のない回数でゆっくりと行いましょう。
- ③反動をつけずに、ゆっくりと行いましょう。

注意点を守って安全に効果的なストレッチングを行いましょう。



福祉センターからのお知らせ

※新型コロナウイルス感染拡大により開催中止や内容を変更することがあります。

地域スポーツ教室参加者募集

障害のある方とご家族・介助者を対象とした教室です。身近な地域でスポーツを楽しみましょう。定員を超えた場合は、各市にお住まいの方を優先します。

●丸亀市みんなでレクスポ教室

日時 9月18日、10月16日、11月20日、
12月18日、第3土曜日 10:00~11:30
場所 ひまわりセンター 他 定員 10名

●観音寺市わくわくスポーツ教室

日時 毎月第4土曜日 14:00~15:30
(10・12月はお休み)
場所 観音寺小学校 他 定員 若干名

●坂出市スポーツ教室

日時 12月19日、1月30日、2月20日
日曜日 14:00~15:30
場所 坂出市中央公民館 他 定員 15名

※三豊市、東かがわ市でも開催しています。

第9回 香川県障害者グラウンド・ゴルフ交流大会 参加者募集

グラウンド・ゴルフはルールが簡単で、年齢に関わらず楽しめるスポーツです。できる限りの新型コロナウイルス感染症防止対策を行い実施します。

主催 かがわ総合リハビリテーションセンター
協力 香川県グラウンド・ゴルフ協会、
さぬき空港公園指定管理者香川県森林組合連合会、アイアン倶楽部

日程 令和3年11月3日(水・祝)
9:30~13:00

会場 さぬき空港公園内 イベント広場

参加資格 障害のある方とその家族
および介助者

定員 70名(先着順)

参加費 一人500円

参加申込切 10月20日(水)(必着)



リハ enjoy プログラムの紹介

福祉センターで行う、新しくスタートするリハビリ・文化・生活・教養をテーマにしたプログラム!!

対象は障害のある方、相談員等から紹介のあった方及びそのご家族です。

参加費は障害のある方は無料、その他の方は250円です。

教室名	リハビリプログラム		土とふれあうプログラム	日曜のあさ活プログラム	四季を楽しむプログラム
	こころとからだを動かそう!	健康チェック・ストレッチ教室	ミニミニガーデンに花を咲かせよう!	木にふれる・しる・つくるワークショップ	冬支度クリスマスカードづくり
内容	体操やストレッチ、脳トレでこころとからだを活性化!	身体・体力測定とストレッチを行い、自分にあったリラククス方法を学ぶ。	コミュニティ広場で種まき、水やり、草抜きとーからガーデンをつくります。	木にさわって木のことを知る!好きな木をカンナで削ってMyお箸づくり。	絵手紙の技法を使い、少し和風なオリジナルクリスマスカードをつくります。
開催日	9/7(火)・14(火) 10/5(火)・7(木)・12(火) 11/2(火)・4(木)・19(金)	9/24(金)	10/22(金) 11/12(金)・26(金) 12/10(金)・24(金)	10/17(日)	11/9(火)
時間	13:30~15:00		初回 13:30~15:30 2回目~ 13:30~15:00	10:00~12:00	13:30~15:00
回数	計8回(1回完結) どの回からでも参加可	1回	計5回 どの回からでも参加可	1回	1回
対象詳細	脳卒中・頭部外傷の既往歴がある方			小学生以上	
定員	8名程度		5名程度	8名	7名
材料費・資料代	資料代等として100円程度必要		花を持ち帰る場合は費用が別途必要	500円	200円
講師	福祉センター作業療法士等		HTプランニング(株) 山田益男氏 福祉センター作業療法士等	なかよしライブラリー 三豊工場長 濱田和行氏	福祉センター絵手紙教室 講師 伊賀美帆氏

お申込みお問合せ

〒761-8057 高松市田村町1114番地
かがわ総合リハビリテーション 福祉センター
TEL:087-867-7686 FAX:087-867-0420

編集部からのお知らせ

広報紙「ひかり」では皆様の声やご感想も掲載していきます。どんどんご意見やご要望をお寄せください。また、欄外に載せるリハセン流(川柳)や医療・リハビリに関する質問も募集しています。

かがわ総合リハビリセンター「ひかり」係までメールもしくはハガキにて住所、氏名、ペンネームをご記入の上、ご連絡ください。お便りや川柳が採用された方には抽選でオリジナルリハちゃんグッズを進呈いたします。

かがわ総合リハビリテーションセンター「ひかり」編集部
高松市田村町1114 TEL:087-867-6008
✉:koho@kagawa-reha.net

成人支援施設のご利用は

お問合せ TEL 087-867-8422
機能訓練・生活訓練 担当/上川・亀山
就労移行支援 担当/六車・諏澤
※ 見学もできます。お気軽にお問合せください。