



# ひかり

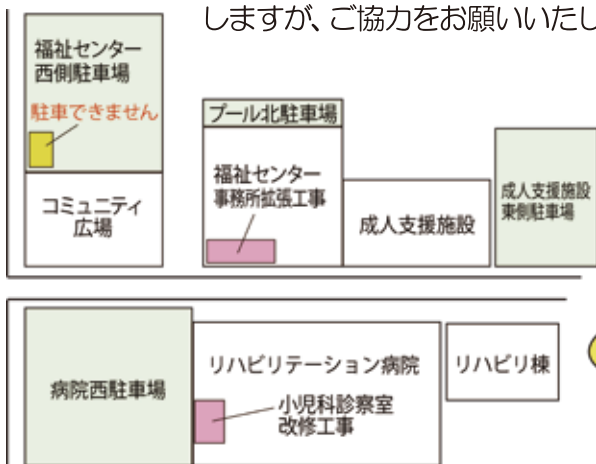


初秋のアートワーク作品



## 令和5年9月以降の工事のお知らせ

当リハビリセンターでは、福祉センター事務所拡張工事及び病院内小児科診察室の改修工事の施工を10月末まで予定しています。その間、福祉センター西駐車場の西南には駐車できません。利用者の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。



## 成人支援施設のご利用は

お問い合わせ TEL 087-867-8422

機能訓練・生活訓練 担当/高木・木村

就労移行支援 担当/六車・諷澤

※見学もできます。お気軽にお問い合わせください。

## 編集部へのお問い合わせは

広報紙「ひかり」の内容について皆様のご質問やご感想をお寄せください。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テーションセンター「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/山本  
高松市田村町1114 TEL:087-867-6008  
✉:koho@kagawa-reha.net





# 病院からのお知らせ①



## 子どもと服薬

かがわ総合リハビリテーション病院 小児科医長 河田 真由美

今回は、子どもが薬を飲みにくい時の工夫について、少しお話ししたいと思います。

まず、全ての子どもに合う万能なお薬の飲ませ方はなく、子どもの年齢、性格、味の好み、行動特性などを踏まえ、内服困難な理由を考え、各々に対する服薬方法の検討が必要です。子どもが内服出来ない場合、「薬が苦いから飲めない」という理由だけでなく、「薬のにおい」や、「ざらざらした感触」、「いつもと違うものは嫌」なども理由の一つかもしれません。子どもの苦みの閾値は大人より低く、その為、わずかな苦みであっても子どもにとっては、強い苦みと感じ、内服が出来なかったり、内服しても嘔吐する事もあります。

次に、酸性の液体で苦みが溶け出す薬剤があり、混ぜる際には、柑橘系のジュース、スポーツドリンクは避けた方がよい場合があります。他にも、溶かした最初の数分は苦くなくても、薬を溶かした後、なかなか内服できず時間がたってしまうと、苦みが溶け出し、ますます飲めなくなる事もあります。

その反面、薬を美味しい味にしまうと、子どもはたくさん飲みたくなって、御家族に隠れて飲んでしまう事があります。前病院に勤務時には、シロップを多量に服用した子どもさんの胃洗浄をした事が何度かありました。

苦さが原因と考えられる場合は、牛乳やカルピスなどの加工乳製品と飲んでみる方法や、溶かすことによって苦くなった場合は、ジャムや甘味の強いヨーグルトなど溶けない食品と一緒に内服する事もお勧めです。ただ、長期間内服する場合には、眠前などは特に歯磨きをしっかりとして下さい。

ざらつきのある場合は、粘度があって水分量の少ない上記のような食品に混ぜ込むと改善する場合があります。

それから、幼稚園や保育所では、家では飲まないお薬が飲めるというお話を聞かれる事もあると思います。お友達がお薬を飲んでいる様子を見て、自分も頑張っって飲む場合もあり、家でも御家族に薬剤を服用している方がおられたら、子どもにその様子を見てもらい、子どもと一緒に内服して頂く事も一案です。また、薬剤は子どもの手の届かない場所に保管して下さい。

最後に、毎回は難しいかもしれませんが、基本的に、服薬時は、子どもに笑顔で語りかけ、薬を口に入れ、飲む事が出来たら笑顔で褒めてあげてください。子どもは見えていないように見える時も、御家族の表情を見て、褒めてもらう事を嬉しく感じ、安心感を得ていると思います。

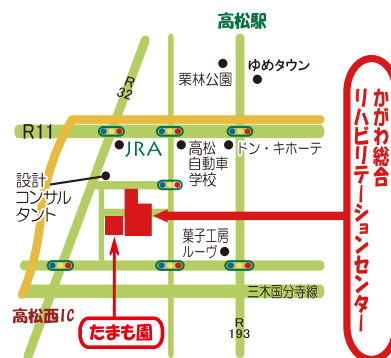
参考文献：小児科外来 薬の処方プラクティス/中山書店 子どものかすり便利帳/南山堂

### 外来診療日一覧

令和5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		戸田・ 北代(交代 診療)	心リハ 予約制	田中		田中	心リハ 予約制
小児科	川崎		難波 小谷野	難波 松岡	難波・新患 予約 河田・予約制		河田	難波/松岡	難波/小谷野 河田 新患 予約	
整形外科	中塚		高橋		木下	手術	宮地	装具診	千田	
脳神経外科			河井			河井・ 丸尾(交代 診療)	河井		丸尾	
リハビリ テーション科	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制
眼科	星川	予約診		星川	L V	予約診	星川	予約診	星川	予約診
耳鼻いんこう科			藤原				松原	松原		
皮膚科				佐伯/ 第1のみ香大						
歯科	伏見	伏見 大林	伏見	伏見	伏見 竹山	伏見 中井	伏見 松尾(全麻)	伏見 三宅	伏見(全麻)	伏見

※ 変更の場合がありますので、お電話でご確認ください。



### <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》

予約お問合せ

☎087-867-6008

<https://www.kagawa-reha.net/hospital.html>



無料大駐車場完備

秋風を膝で感じる お年頃(屋島西町)つらいよ変形性膝関節症

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。随時掲載してまいりますので、作品をお寄せください。

# 病院からのお知らせ②

## ティー こども支援施設のTボール



こども支援施設 児童発達支援管理責任者 中井 彩

こども支援施設は、病院であるとともに医療型の障害児入所施設です。

身体障害が重度の児や、知的障害やてんかんを合併している児童が多く、重症心身障害児が多数を占めています。

入所期間が長期に渡る児童が多いため、健康管理に努めるとともに成長発達に合わせて、生活経験の拡大や楽しみが持てるような生活支援を行っています。その1つとして、こどもクラブでTボールの練習を行っています。



Tボールは野球やソフトボールに類似した競技で、バッティングティーにボールを乗せ、止まったボールを打ちます。

特別ルールを設けるなどの工夫で、障害を持っている方でも楽しめる競技です。

大きな声を出しながら思いっきりバットを振ったり、職員と一緒に塁に向かって移動したりして楽しんでいます。

## かなめ 腰は身体の要です



リハビリテーション部 理学療法士 十鳥 遥

腰痛の原因には様々なものが考えられますが日頃の姿勢や生活習慣が招く筋疲労や身体の歪みゆがみも大きく関与しています。長時間同じ姿勢を続けていると腰の筋肉が緊張した状態が続いて痛みを生じたり、足を組む、いつも片脚に重心をかけて立っているなどの癖により生じる身体の歪みも痛みの原因となります。

日本人の8割が腰痛を経験したことがあると言われています。立っている状態の背骨にかかる圧を100%とすると座位は140%負荷がかかると言われ、実は立位よりも座位のほうが腰に負荷がかかっています。そのため良い姿勢で座るということは腰を守ることにつながります。

ではよい姿勢とはどのような姿勢でしょうか。まず椅子は足の裏全体が床につく高さで座面の奥行きは膝が直角になるくらいが丁度良いです。

椅子に深く腰をかけ、猫背にならないように注意しましょう。耳・肩・骨盤が一直線上に位置する姿勢が好ましいです。場合によっては腰椎のS字カーブを保持するために腰にタオルやクッションを入れると腰に優しいです。また休憩をとったり同じ姿勢にならないよう適時身体を動かすことも大切です。

身体の要、腰をいたわるために姿勢を見直してみてもうでしょうか。





福祉センターからのお知らせ

最新情報はホームページで  
ご覧いただけます。



お申込み  
お問合せ

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

福祉用具展示相談「くらし快適館」NEWS

第2回くらし快適館セミナー開催!

今年2回目のセミナー「障害児への福祉用具の活用～支援機器の紹介と香川県内のサポート体制について」を開催します。

日時 令和5年10月7日(土) 13:00~16:00

場所 福祉センター第1・2研修室

講演 『ライフステージに応じた可能性を広げるための福祉用具の選定と支持者の関わり』

講師 下元佳子氏(一般社団法人ナチュラルハートフルケア 代表理事、理学療法士)

参加費 無 料

対象 PT・OT・ST、NS、CW、小児分野に関わる支援者など

協力 一般社団法人日本福祉用具供給協会香川県ブロック、株式会社モリトー

※事前の申し込みが必要です。詳細はセミナーチラシをご参照下さい。

オシャレな保護帽のご紹介

株式会社特殊衣料様のご協力で、『abonetシリーズ保護帽』を新たに展示しています。“通気性がよく室内でも快適”、“スタイリッシュ”で生活場面に合わせ、ファッションの一つとして選べます。

安全快適で誰もが日常生活で違和感のない、オシャレな保護帽を、ぜひ見に来てください。



2023年中期スポーツ・文化教室 参加者募集中!



詳細、申込方法はホームページやQRコードから! 別途参加費が必要な場合があります。

講座名	健康講座
コメント	ライフステージに合わせた、暮らしの中で役立つ用具の情報や使い方等を知り、楽しく充実した生活を送りましょう。
開催日時	こども支援企画 ② 9/17(学習) 全年齢企画 ③ 10/15(住宅) ④ 11/19(靴) (いずれも日曜日) 10:00~11:30 ※複数日受講可
場 所	福祉センター2F第1研修室
対象者	障害のある方、ご家族、支援者
定 員	8名程度
講 師	福祉センターPT・OTほか

講座名	知っとこ!できる・わかる・ICTとeスポーツ体験
コメント	「マリオカート」と「太鼓の達人」を簡単に操作しやすい入力スイッチ等を用いて、みんなで遊んでみましょう。好きなゲームについてもみんなで話しましょう。
開催日時	①10/21 ②11/18 (いずれも土曜日) 13:30~15:00 ※複数日受講可
場 所	福祉センター2F第1研修室
対象者	肢体不自由のある方、ご家族、eスポーツに興味がある支援者(PT、OT、Ns等)
定 員	5組程度
講 師	福祉センターPT・OTほか



第11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。

①40歳以上の男性、②40歳以上の女性、③40歳以下の男女、④家族・介護者の4クラスに分かれて、16ホールの合計打数で順位を決定します。

日 程 令和5年11月12日(日)9時30分~13時00分

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

申込締切 10月29日(日) 必着



福祉センター文化・芸術活動情報

日本障害者リハビリテーション協会主催「第38回障害者による書道・写真コンテスト」の香川県での応募取りまとめを行います。

応募要項はHP、窓口でご確認ください。皆さんの力作をお待ちしております。



応募締切 9月22日(金) 必着



福祉センター受付場所変更について(～10月31日まで)

事務所拡張工事の為、くらし快適館で受付を行っています。ご不便をおかけします。

日大の改革始める たった今(絶つ大) (東京都世田谷区) ルンルン理事長)

入籍の相手の話題? はニュース(宮城県仙台市) 匿名はゆずりません)