



医師会病院だより



理念

安心して暮らせる地域づくりを目的とし、益田地域のニーズにあった保健・医療・福祉の提供を行います。

基本方針

1. 公正で安全な医療を提供し人材育成と研修の場を提供します。
2. 患者さま・ご家族さまの人権と意志を尊重した、納得と同意に基づいた医療を提供します。
3. かかりつけ医の支援病院としてきめこまかな病診連携を行います。
4. 在宅を目指した保健予防・リハビリテーション・緩和ケアの充実を図ります。
5. 益田地域全体にわたる保健・医療・福祉のネットワークを構築し、地域医療拠点病院として使命を果たします。

第75号

お役立ち手作り自助具
「こころ大賞」
受賞しました
医療安全対策室から
お知らせ
外来担当表

お役立ち手作り自助具

リハビリテーション科連載記事より

こんにちは。

リハビリテーション科、作業療法士の沖野 文です。

今回は日常生活でよくある悩みを解決してくれる自助具を紹介したいと思います。

はじめに

自助具ってなに??と思われる方もいらっしゃるかと思いますので、少しだけ説明をします。

自助具とは、運動機能などに障害がある人のために、自力で日常生活動作を行えるように工夫して作られた器具・道具を言います。

例えば、背中が掻けない時に孫の手を使う。これも立派な自助具なんです!!つまり、高齢者・障害者の方だけではなく、私たちにも使える人に優しい道具のことなんです。

今回は自助具を実際に作製し、使い方まで皆さんにご紹介したいと思います。

皆さんは「これは一人じゃ難しいなあ。」と、諦めてしまっていた活動はありませんか??

例えば、座った状態で前に屈めない、股関節などに可動域制限があるなどでソックスが履けない方などは結構多いのではないかと思います。

本日ご紹介する自助具は、「ソックスエイド」です。

ソックスを前屈みになりすぎずに簡単に履ける道具です。

では、さっそく作っていきましょう!!

怪我をしないように十分注意して作業してください。

1.準備するもの

- ・紐
- ・フィルムシート(クリアファイルでも良い)

すべて100円均一のお店で購入しました。いらなくなったものでも代用できます。

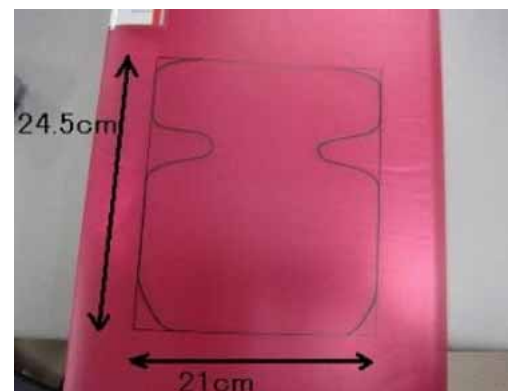


2.道具

- ・ものさし
- ・カッター
- ・はさみ
- ・マジック
- ・鉛筆
- ・キリ(穴あけパンチでも良い)

3.作り方

フィルムシートに図のように型を書きます。(縦24.5cm 横21cm)



型に沿って、カッターやはさみを使って形を作ります。



キリ（穴あけパンチ）で紐を付けれるように穴を開けましょう。あける場所によっては、割れてしまうこともあるので、ビニールテープなどを貼ると良いです。



紐を通して、抜けないように結びます。



完成！！



■ 作った自助具を実際に使ってみましょう！！ 使い方

ソックスエイドを半円に折り曲げてソックスを被せます。



足を前下方に投げ出し、筒の中に足を入れます



紐を自分の体の方へ引っ張っていくと・・・



ご覧のようにソックスが履けました！！



■ さいごに

留意点として、足関節の動きを必要とするため足関節に制限がある場合は使用しても履けないことがあります。また、靴下のゴムが固い場合も使用しにくいです。

自助具を使用するにはコツや練習はつきものですが、こういった便利グッズも簡単に作製することができたり、最近では100円均一にも販売されています。ぜひ皆さんも参考にしてみてください。

「こっころ大賞」受賞しました

島根県では、子育て中の従業員を積極的に応援する企業に対し「しまね子育て応援企業（こっころカンパニー）」として認定する制度がありますが、

その中から優れた取り組みを実施している企業として「しまね子育て応援賞（こっころ大賞）」を受賞し溝口島根県知事から表彰されました。当院では職員が結婚や出産後も安心して働き続けられるよう24時間365日対応可能な職員保育所の設置を始め、各種制度の充実など様々な職場環境の改善に取り組んでいますが、昨年、島根県看護協会の「看護職のワーク・ライフ・バランス推進ワークショップ事業」へ参加したのをきっかけに院内にWLB推進プロジェクトチームを立ち上げ全職員対象に仕事と子育ての両立やワークライフバランス実現への支援活動を開始しております。



～ご家族の皆様へ～ 転倒・転落事故防止についてご協力とお願い

病院の環境は住み慣れた家庭とは異なり、その生活環境の変化に病気やケガによる体力や運動機能の低下が加わり思いがけない転倒・転落事故が起こることが少なくありません。

高齢者の方は特に注意が必要です。突然の環境の変化と体力の低下・加齢に伴う認識力や運動機能の低下が加わって、結果として深刻な事態を招く恐れがあります。高齢者の寝たきりを引き起こす原因の多くは、転倒・転落による骨折です。当院では、生活環境を整備しながら転倒・転落の予防に十分注意しておりますが、入院時に転倒・転落の危険性の評価をさせていただいております。評価の結果は患者さん、ご家族に看護師が説明いたします。また評価によっては、体動センサーを使用させていただくこともありますので、ご理解をお願いします。ご家族の面会は患者さんの励みになると共に、自宅と同じような環境作りに大変役立ちます。さらに安全を高めるためにご家族の協力をお願いします。

入院時の転倒・転落のための具体的注意事項

- ・メガネなど、愛用のものをお持ちください。
- ・杖などは先端が滑らないものにしてください。
- ・履物のご自宅でお着用されているもので、かかとの低い、ゴム製の運動靴をお持ちください。
- ・室内スリッパはご遠慮ください。
- ・パジャマの裾は体にあった長さにしてください。
- ・普段、ベッドを使用していない方は特に注意してください。
- ・洗面場やトイレのぬれた所は避けて滑らないようにしてください。
- ・用事がありましたら、遠慮なくナースコールを押してください。
- ・必要な方には、トイレ等の移動時に看護師が介助・同行します。

医療安全に関する患者相談は医療安全対策室にて専従の医療安全管理者が担当しております。
どうぞ、お気軽にご相談下さい。

- 医療安全対策室 -

益田地域医療センター 医師会病院 外来診療担当医一覧表

平成23年12月1日より

診療科	診察	月	火	水	木	金	備考
内科	午前	狩野 稔久	古田 晃一郎	井上 実緒	岩田 芽久美	小川 哲生 (6番にて)	内科一般
					狩野 稔久 (再診のみ6番にて)	古田 晃一郎 (再診のみ)	
循環器内科	午前		足立 正光 (9:00~12:00)				循環器科
外科	午前	服部 晋司	林 彦多	榎野 好成	五十嵐 雅彦	水本 一生	消化器外科・呼吸器外科 小児外科・肛門科 一般外科
					山野井 彰 (胆・肝・膵外科)	五十嵐 雅彦 (再診のみ7番にて)	
肛門外科	午前				服部 晋司		第1・3・5木曜日 服部医師 第2・4木曜日 林医師
					林 彦多		
皮膚科	午前				水本 一生		皮膚外科・皮膚血管外科 外来も含む
整形外科	午前	交互診療	守屋 淳詞	大中 博司	大中 博司	守屋 淳詞	整形外科一般
麻酔科	午前		島大麻酔科			島大麻酔科	交互診療 (斎藤 豊田 今町・三原・橋本・太田・ 平出・石田・蓼沼)
リハビリテーション科	午前	新垣 美佐	柿木 伸之	新垣 美佐	中島 暁美 (9:30~12:00)	柿木 伸之	リハビリテーション科全般
リウマチ科 (電話予約制)		近藤 正宏 角田 佳子 (9:00~15:00)					膠原病専門外来 近藤・角田の交互診療 電話による完全予約制
呼吸器外科	午前		岸本 晃司 (9:00~12:00)				第2・4火曜日 呼吸器疾患全般 二次健診後のフォロー
循環器外科	午前			末廣 章一			第1水曜日 (心臓・血管外科)
特殊外来	脳神経領域	午前			山崎 達輔		
	頭痛外来	午前			石崎 公郁子		完全予約制
	放射線治療	午前				川口 篤哉	第4金曜日
	乳腺外来	午後		榎野 好成			14:00~16:00
	緩和ケア	午前				五十嵐 雅彦 服部 晋司	第1・3・5木曜日
	セカンドオピニオン外来	午前					田島 義証 (島大消化器総合外科教授)

初診受付 午前8時30分～11時00分 再診受付 午前8時30分～11時30分

但し、急患の場合はこの限りではありません。

セカンドオピニオン外来 (完全予約制) のご案内

当院では完全予約制でセカンドオピニオン外来を実施しております。セカンドオピニオン外来では、現在いずれかの主治医におかかりの患者様を対象に現在の診断・治療に関して島根大学の専門家が意見を提供いたします。その意見や判断を、患者様のご自身の治療法を選ぶ際の参考にして頂くことが目的です。

相談日

月1回第3金曜日 (完全予約制)

必要書類、料金等詳細についてはお問い合わせ下さい。窓口：地域連携室

発行：益田地域医療センター 広報委員会

〒699-3676 島根県益田市遠田町1917-2 TEL：0856-22-3611(代表) FAX：0856-22-0407

E-mail：info@masumi.shimane.med.or.jp 医師会病院URL：http://hp.masuda-med.or.jp/