



ゆのはな

すべての人が地域で
しあわせに生活できる社会の実現

第30号

2025年8月

BRCだより

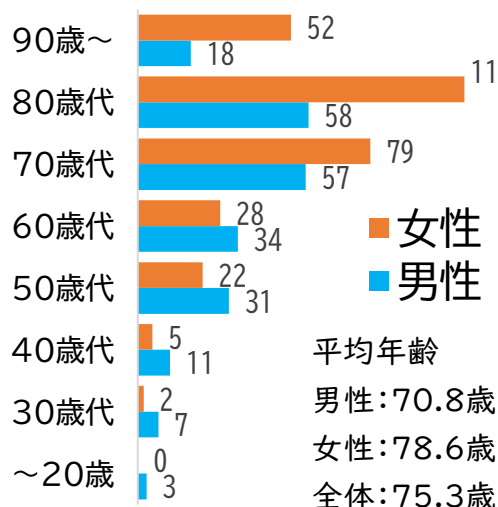
〔ゆのはな 第30号 目次〕

- 回復期リハビリテーション病棟 2024 年度 実績
- 集団レクリエーション ～ 絵葉書 & 風船バレー ～
- 夏野菜を植えました
- 緊急時対応訓練を実施しました(診療支援部)
- 腰痛でお困りの方へ 簡単エクササイズ 腰痛と筋膜について

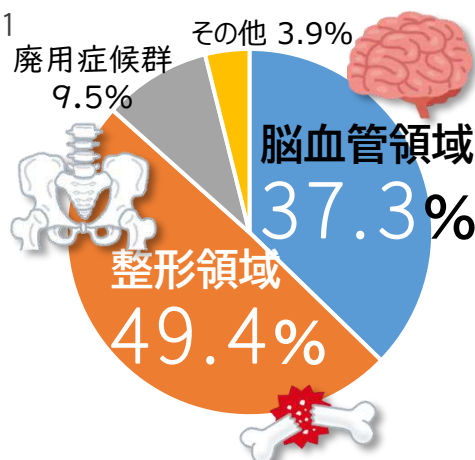


回復期リハビリテーション病棟2024年度実績

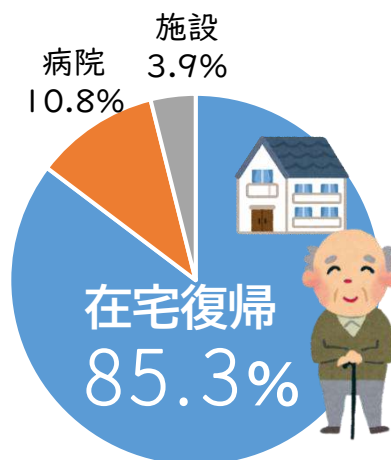
年齢・性別



疾患分類割合

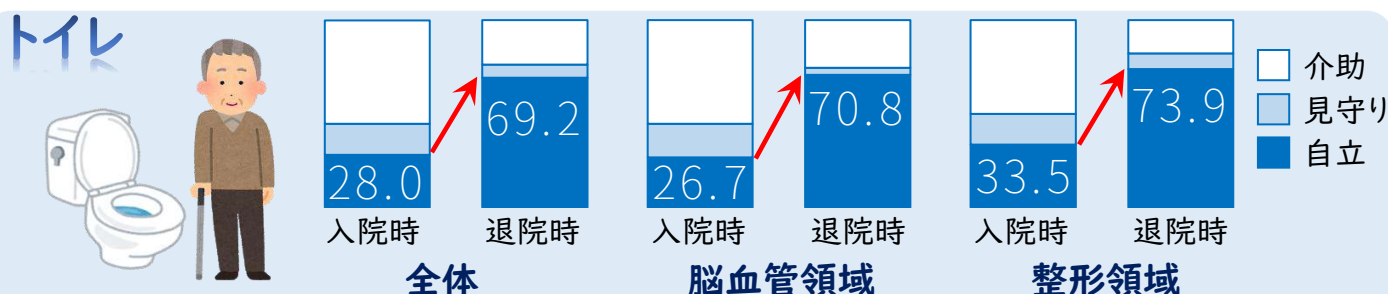
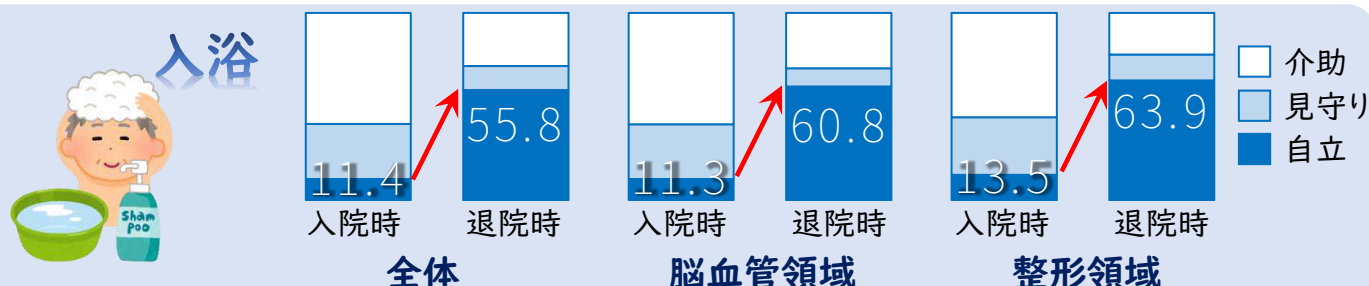
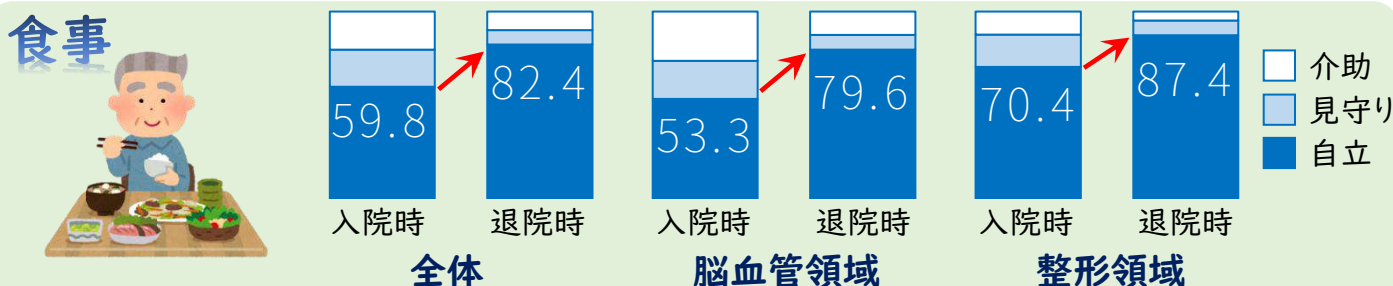


転帰先



入院患者の約50%は整形外科疾患、約40%は脳血管疾患の方でした。患者さんが自宅に戻られた割合である在宅復帰率は85.3%で、これは例年とほぼ同じ水準を保っています。リハビリの効果は、グラフに示す通り大きく改善して退院されていることが確認できました。

リハビリテーション効果 < 入院時 → 退院時 機能的自立度評価 >



集団レクリエーション ～ 絵葉書 & 風船バレー ～



リハビリテーション訓練の余暇時間を使って、集団レクリエーションをおこないました。白い葉書に向かって、思い思いに筆を走らせ、夏らしい爽やかな絵葉書が次々と完成しました。



風船バレーはチーム戦です。暑い夏の熱気にも負けず劣らず皆さん熱気を浴びた戦いです。手を高く更に高く上げて風船をはじき返し合い勝っても負けても笑顔いっぱいでした。



～夏野菜を植えました～

患者さんと職員が一緒に夏野菜の苗を植えました。土と肥料の混合に「もっとよく混ぜて」と指示を出される方も。夏の日差しを浴びて夏空に向かって大きく育ちますように…。



緊急時対応訓練を実施しました！

診療部（医師）および診療支援部（メディカルスタッフ）において、緊急時対応訓練を実施しました。訓練実施後には、指導医も交えて、緊急時手順の通りに実施できたか、課題はないか、AEDパッド装着のコツや胸骨圧迫等の再確認もおこないました。



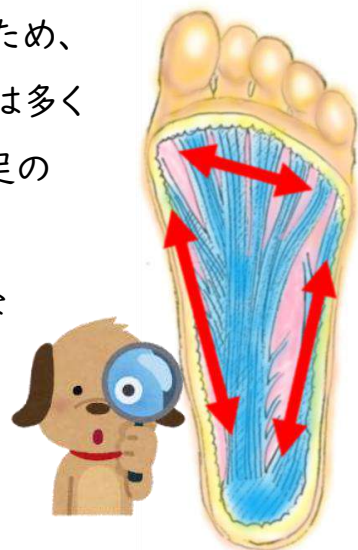
腰痛

でお困りの方へ

腰痛と筋膜について

筋膜と腰痛の関係、そして足裏ケア

- ◆ 最近よく耳にする「筋膜」とは、筋肉を覆い体全体に張り巡らされている膜のことです。猫背などの悪い姿勢が続くと筋膜が歪み、腰痛や肩こりを引き起こす原因になります。
- ◆ 特に、足の裏の筋膜は体の後ろ側にある筋膜とつながっているため、腰痛と深い関係があります。人間は二足歩行なので、足の裏には多くの情報を受け取る感覚受容器があり、扁平足や外反母趾など足のトラブルは全身に悪影響を及ぼす可能性があります。
- ◆ そこで今回は、腰痛改善のための足の裏に焦点を当てた簡単なセルフケアエクササイズをご紹介します。



ステップ

- ① テニスボール(硬式用)を準備します
- ② 図に示すラインに沿って転がします
- ③ 3分間を目安に左右行ってください

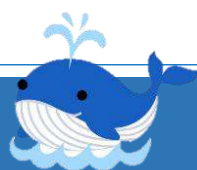


「たったこれだけ」の運動ですが、腰痛が改善される可能性があります。ぜひお試しください。



社会福祉法人 農協共済 別府リハビリテーションセンター

日本医療機能評価機構認定病院 / 日本リハビリテーション医学会認定研修施設



製作: 回復期リハビリテーション病棟
医療サービス向上委員会

〒874-8611 大分県別府市鶴見1026-10
TEL:0977-67-1711 FAX:0977-67-1712
URL:<https://brc.or.jp>

