



令和8年7月発行
 発行：香川医療生活協同組合
 高松協同病院
 発行者：院長 北原孝夫
 編集：高松協同病院 広報委員会
 H P: <https://t-kyodo.com/>



©TAKAMATSU_KYODOU_HOSPITAL

第15回日本リハビリテーション栄養学会

「リハビリテーション栄養で支える『レジリエンス』リハ栄養の真の実践を目指して」テーマの学会に参加しました。珍しいお茶席もあり、金沢らしい学会だと思いました。

主な内容は、GLIM基準の実践と活用、リハ口腔栄養三位一体の推進、がん患者のリハ栄養、認知機能低下者の低栄養に対する栄養介入の最新エビデンス等でした。低栄養の改善、筋力低下のある患者へのリハ栄養介入のポイントを再認識できました。

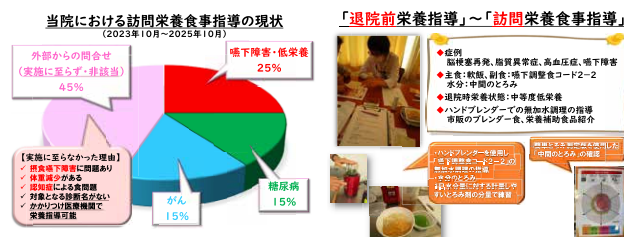
- 入院時栄養スクリーニングが重要
- 栄養摂取だけでは筋量低下を止められない
- 運動強度は「あー疲れた」くらいやらないと筋肥大は起こらない
- 呼吸筋トレーニングは重要（深呼吸、咳、痰の咯出）
- 歩行は、6分間で300メートル目標（0.8～1.0スピード）
- 栄養摂取タイミングは、運動直後が有効

必要栄養量を摂取するための口腔機能、リハビリによる筋力と持久力アップに貢献できるよう積極的なアプローチをしています。



「回復期リハ病棟専任管理栄養士による訪問栄養食事指導（居宅療養管理指導）の現状と展望」をテーマにポスター発表してきました。

回復期リハビリテーション病院を退院した患者さんは、訪問リハや通所リハを利用する例が多く、患者さんの身体状態に応じたリハビリテーション栄養の介入は生活機能の維持や既往症の悪化予防の手法として有効です。入院中は専門職の関わりによって、リハビリテーションに必要な栄養管理ができますが、退院後は入院前の食生活に戻り、脳卒中などの再発、誤嚥性肺炎のリスクが高くなります。特に摂取食嚥下機能に障害がある患者さんは、在宅で必要栄養量の食事を安全に摂取することが困難な場合もあります。退院後も管理栄養士がご自宅を訪問することで、切れ目のない栄養支援を継続することが期待できます。



→発表内容はホームページに掲載しています

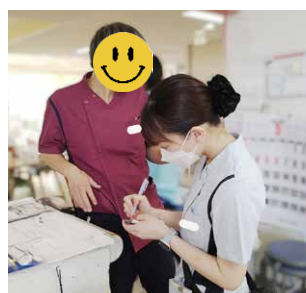
新入看護職員 一歩ずつ成長中！

4～5月高松平和病院の新卒看護師と合同の集合技術研修をおこないました。その後、高松協同病院では先輩たちが作成した“ウエルカムポスター”に出迎えられ、当院での研修がスタートしました。

新入職員を対象に「回復期リハビリテーション病棟や、当病院の役割」を多職種でのオリエンテーション研修で学んでもらいました。

現在は、各病棟で指導者さんと一緒に学んだ技術を患者様に提供するOJT技術研修をし、要介護者・軽症者の部屋持ち研修に取り組んでいます。また、平日日勤業務の自立を目指して奮闘中です。

覚えることはまだまだ多く大変ですが、患者さんからの“ありがとう”や“あなたと一緒になら（立ち座り）してもいいよ”の声を励みに日々研修に取り組んでいます。



みんなで笑顔！病棟運動会

黒南風が頬をなでる6月23日、病棟運動会が開催されました。

「病院で運動会？」不安混じりな表情が見てとれます。そんな中患者様代表者の選手宣誓が響き競技がスタートしました。

パン食い競争、第二競技のチーム対抗リレーはさすが運動会の花形競技、気付けば応援の声と共に熱気が広がり、ゴール時には大歓声に包まれていました。

いよいよ最終競技は玉入れです。始まりの合図とともに一斉に玉を投げつけます。勢い余って椅子から落ちそうになったり、力が入りすぎてとんでもない方向に飛んでいったり、一投一投に力が入ります。玉を数える瞬間は水を打ったように静まりかえり、最後の玉が数えられると割れんばかりの歓声と拍手が広がりました。みんなでひとつのことに取り組むことで普段以上の力や動きを発揮する姿に、私たちも大きなエネルギーをもらえた熱い一日が無事に終わりました。



そのストレッチ、本当に臨床推論に基づいていますか？

神戸国際大学リハビリテーション学部の武内孝祐先生（PhD、理学療法士、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー）をお招きし、「そのストレッチ、本当に臨床推論に基づいていますか？—ストレッチに関するエビデンス—」をテーマに院内研修会を開催しました。

研修では、静的ストレッチの即時効果・長期効果、ROM改善と筋スティフネス・伸張耐性との関係、筋出力やパフォーマンスへの影響について、最新の研究知見をもとにご講義いただきました。特に、可動域が改善する背景には筋・腱の硬さだけでなく、伸張感に対する耐性も関係すること、また目的のないストレッチはパフォーマンスを低下させる可能性があることなど、臨床での判断に直結する内容を学びました。

さらに、アスリート現場での実践例も交えながら、ストレッチの目的、実施時間・頻度、介入後の動作練習や筋力トレーニングへのつなげ方について理解を深めました。当日は医師やセラピストが多数参加し、講義と実技を通して、ストレッチを「なんとなく行う介入」ではなく、評価・病態・動作課題に基づいて選択する治療手段として再確認することができました。日々の臨床に直結する、非常に有意義な学びの機会となりました。



げんき会(患者会)遠足

高松協同病院回復期リハビリテーション病棟は、2002年9月の病院開設以来、退院された患者様7500人を超えました。

「げんき会」は病気やけがを乗り越え、もう一度「自分らしい生活」を取り戻そうと歩んできた退院した患者様たちやご家族が集う会です。

遠足やクリスマス会などの季節行事を通して、笑顔で語り合い、励まし合い、回復の先にある人生を楽しむ時間を大切にしています。

今回、「げんき会」は、徳島県へ遠足に行ってきました。伝統芸能の人形浄瑠璃「傾城阿波の鳴門」を鑑賞しました。引き裂かれた母娘の情愛を描いた切なくも心に残る物語に皆さん引き込まれていました。その後は海鮮ちらし寿司をいただき、道の駅ではお買い物や足湯も楽しみました。ゆったりとした時間の中で近況を語り合いながら交流も深まり、笑顔あふれる楽しい1日となりました。

これからも「その人の人生に寄り添う回復」をげんき会の皆様とあゆみ続けていきたいと思っています。



組合員さんと「頭と体の体操」

「第15回はやし支部総会」にお邪魔しました。はじめにご挨拶させていただき、約20名の組合員さんと一緒に総会開始の準備運動？（笑）として「頭と体の体操」を行いました。コグニサイズも取り入れたものでしたが、皆さん積極的に参加して下さり、元気な声も聞くことができ、嬉しかったです！

高松協同病院を支えてくださっている組合員の皆さんが、地域のなかまと一緒に健康で元気に楽しく生活していけるように、私たち職員も一緒に頑張っていきたいと思います！次の機会ではもう少し難易度を上げていきたいな～と思います。



2026年度原水爆禁止国民平和大行進

原水爆禁止国民平和大行進・香川三木コースの一行がこの日のゴール地として当院に到着され、行進者とお出迎えの方々を含め約40名で終結集会を行いました。天候が心配されましたが、小雨程度でどうにか持ちこたえてくれました。集会では宮西事務長が『命の尊さを誰よりも知る医療従事者として、私たちは皆様の「核兵器のない、平和な世界を」という訴えに、深く共感し、強く賛同いたします。命を守る場である病院だからこそ、平和の大切さを地域の皆様とともに発信し続けていかなければなりません。』とあいさつされました。

