

# 花 はな 水 みず 木 き



【ご自由にお持ち帰りください】

リハビリテーション部特集

## 病院理学療法士が提案する 優しいセルフリハビリ



千里病院リハビリテーション部です。

吉田技士長の下、理学療法士・作業療法士・言語療法士がそれぞれの専門分野を生かしながら患者さんの機能回復に努めています。高度な専門技術や知識を持ちながらも、優しく馴染みややすく患者さんの気持ちも回復できるようにリハビリを行なっています。

行動規範 : 心のこもったチーム医療を行う。

使命

1. 私たちは、生活困窮者への医療を積極的に支援します。
2. 私たちは、地域医療・救急医療に貢献する急性期病院を実現します。
3. 私たちは、ひとりひとりに最適な医療を心を込めて提供します。
4. 私たちは、対等な立場でお互いを尊重し、理解を深めるように努めます。
5. 私たちは、自ら想像し、チャレンジし、創造していきます。

将来のありたい姿 : 職員がやりがいと成長を楽しめ、地域に信頼され、喜ばれる急性期病院となる。

価値観

: 「やさしさ」「笑顔」「利他」「チームワーク」

やっぱりいいね!セルフリハビリで健康維持!

好評!

# 市民健康講座



冬紅葉が鮮やかさを増し、美しい季節になりました。

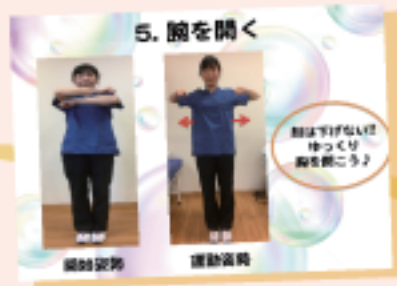
新型コロナウイルス感染拡大及び蔓延防止の影響もあり、今年度の吹田市民健康講座は6月12日は伊藤勇基理学療法士によるオンライン開催で「腰痛体操」、11月6日は松山卓也理学療法士により吹田市北千里公民館で「自宅でできる体操」の講演をさせて頂きました。下記に一部紹介させて頂きます。

11月6日の講演では、自宅療養期間の増加による「サルコペニア」を紹介しました。この予防策として、筋肉量増大及び活動量拡大していくことを推奨しています。今回は、これからの自宅時間が楽しくなる運動方法の一つとして、音楽に合わせた体操を紹介しました。ラジオ体操から発展し、現在ではどんな曲にも振り付けを決めて、繰り返し運動を行うことで、運動効果が認められています。地域の方の笑顔を拝見しながら運動を実践できて、非常に有意義な時間となりました。

これからも皆様の健康にお役に立てるように、運動提供を行っていきます。身体の動かし方や運動方法でお悩みの方は、病院ホームページで紹介する企画を考えていますので、そちらをお楽しみに!!

一日も早く平常な暮らしに戻れるように、地域で手を取り合い、助け合っていければと思います。





## 咽喉をぐいと拭った綿棒に百万人の死の炎 (ほむら) 見ゆ

犬養 楓 「前線」

医師であり、歌人である犬養 楓さんの「前線」という本にはコロナ禍で医療従事者が感じたこと、垣間見たことが短歌で詠まれています。犬養 楓さんから【短歌で伝えたかったこと】として「はなみずき」に寄稿いただきました。



短歌とはわずか31文字の文学です。しかし、平安時代から千年以上も続く持続可能な文学です。その伝統的なリズムや短さゆえに散文では伝えられないストレートな思いが伝わるのではないかと考えています。世界がコロナ禍に否応なく突入してじき2年が経とうとしています。私にとって短歌とは、そのコロナ禍における医療従事者の声にならない声を伝えるための道具でした。医療従事者に対するエールと同時に差別意識も問題となった時期に、そしてまた感染の収まらない状況で現

場の何もかもが逼迫して心が折れそうになる時に、短歌を詠むことでそのやりきれなさが少し報われる気がするのです。

そして誰かがやらなくては前に進めない状況で、使命感を尽くして疲弊する看護師たちの存在に多くの人が心を打たれたでしょう。その無限に見える優しさに現在も甘え続けている世の中の状況に対して、医療従事者の心の声をストレートに伝える必要があると感じ、私は歌を詠んでいるのです。



広報担当者の

つぶやき

吹田市立青山台中学校から本当に嬉しい応援メッセージとちぎり絵を頂きました。コロナだけでなく、これからも新しい病気との戦いは医療者の宿命です。私たちは地域に貢献し、応援も頂けるそんな使命を背負って、これからもずっとずっと頑張ります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



FM千里での配信も続けています。こちらもお待ちのリスナーさんが増えているとのこと、当院を様々なところでご紹介できればと思います。

FM千里では視聴者の皆様からご質問を受付しています。

FAX : 06-6832-8370 / E-mail : nocorin@senri-fm.jp まで。

「体のことは千里に聞こう」質問フォーム



## 土曜休診と祝日通常診療のご案内

予約は祝日も千里！



当院は土曜休診となっています。  
ただし、歯科口腔外科は予約診療をしております。

今年度下記祝日は通常診療を行います。

1/10(月)・3/21(月)

来年度下記祝日は通常診療を行います。

4/29(金)・7/18(月)・9/19(月)・9/23(金)

10/10(月)・11/23(水)

令和5年 1/9(月)・3/21(火)

### 《臨床研修病院について》

当院は臨床研修医に対する教育病院（臨床研修病院）です。指導医の指導の下、日々研鑽を積みながら患者さんの診療に当たっております。臨床研修医に対し、お気付きの点があれば、何なりとご意見をお寄せ下さい。



地域医療支援病院 大阪府がん診療拠点病院

社会福祉法人

恩賜財団

# 大阪府済生会千里病院

〒565-0862 大阪府吹田市津雲台1丁目1番6号

TEL:06-6871-0121 FAX:06-6871-0130

ホームページ <http://www.senri.saiseikai.or.jp/>



アクセス

- ▷電車……………阪急千里線「南千里駅」下車すぐ 北大阪急行線「桃山台駅」からバスで約10分
- ▷車……………院内駐車場をご利用ください(有料)

駐車場の利用料金については、当院ホームページでご確認いただくか、来院時に受付でお訪ねください。

