



◆トピックス ー実施した行事、イベントなどをお伝えしますー

令和元(2019)年度栃木県立リハビリテーションセンター患者満足度調査結果

栃木県立リハビリテーションセンターでは、よりよいサービスの提供を目指して、日頃から皆様の御意見・御感想をいただいております。この調査は、運営改善や職員の意識改革のため毎年実施しているもので、今年度は12月に実施し、外来で82名、入院で31名の方から回答をいただきました。その結果の概要を報告します。※回答数が10件以上の項目が対象。

【外来】回答数82名

満足度の高かった項目		満足・やや満足の割合(%)	満足度の低かった項目		満足・やや満足の割合(%)
1	トイレ・洗面台の整備	94.6	1	診療までの待ち時間	44.5
2	院内の室温	93.2	2	放射線技師の対応	73.3
3	医師の言葉づかい	92.5	3	看護技術	75.6
4	院内の清掃	91.9	4	看護師のプライバシーの保護	78.6
5	臨床検査技師の対応	91.6	5	リハビリの満足度	81.6
			5	自身のリハビリの意欲	81.6

質問20項目のうち16項目について8割以上の方から「満足・やや満足」との回答がありました。満足度の低かった「診療までの待ち時間」の短縮など改善に努めてまいります。

【入院】回答数31名

満足度の高かった項目		満足・やや満足の割合(%)	満足度の低かった項目		満足・やや満足の割合(%)
1	自身のリハビリ意欲	89.7	1	食事の温度	58.6
2	リハビリの満足度	89.6	2	食事の味	62.0
3	看護師の話しやすさ	87.1	3	食器について	63.3
4	リハビリ技術	86.7	4	デイルームの雰囲気	64.5
5	看護師の説明のわかりやすさ	86.6	5	食事のメニュー	65.5

質問30項目のうち13項目について8割以上の方から「満足・やや満足」との回答がありました。満足度の低かった食事の温度については、適切な温度管理を行い、皆様に御満足いただけるよう改善に努めてまいります。なお、自由意見でいただきました環境整備やスタッフの対応に対する御意見・御要望についてはサービス向上に反映させていただきます。

障害者文化祭に行ってきました！

令和元年11月2日（土）、秋晴れの青空の下、今年も『栃木県障害者文化祭カルフルとちぎ2019こころのつどい』に行ってきました！



障害者自立訓練センター（駒生園）作品コーナー

障害者文化祭には、利用者の皆さんが創作活動で制作した日光彫りや籐編み、習字等を展覧しています。展示コーナーで自分の作品を見つけた時の利用者さんの表情といたら、なんとも言えない素敵な笑顔を見せてくれます。それ以上に笑顔が溢れるのが、焼きそばやパン、クッキーに大判焼きなど各施設の出店でお昼の食べ物を購入した時です。屋外テントに置かれたテーブルで、他施設の参加者たちと一緒に並んで食べる昼食は、日頃と違う味わいを感じさせてくれました。帰りのバスの中では「カレーが美味しかった」「スタンプラリー、体験してきたよ」等、参加された利用者さん皆が楽しそうに話されていました。



フレイル予防には、まずロコモ対策

令和2年4月から75歳以上を対象としたフレイル健診が始まります。フレイルとは虚弱という意味で、足腰が弱る身体的、うつ傾向等に陥る精神心理的、引きこもり等になる社会的の3つに分類されます。本稿で取り上げる身体的フレイルの主因はロコモです。

ロコモは日本が世界に先駆けて提唱した概念で、運動器の障害により歩きにくくなった状態を指します。自己チェックができ、40cmの台（椅子）から片足で立ち上がる事ができない場合等をロコモ度1とします（図1）。ロコモ度1は40歳代22%、50歳代30%にみられ、つまりロコモは若年から始まり、加齢と共にその程度が進行し、高齢になり身体的フレイルに至るのです。

若年のうちからロコモを理解し、運動を習慣とする事が予防策として有用です。高齢者ではロコモが進行しフレイルとならないための対策が必要で、その一つとして3分ロコトレ（図2）を紹介します。毎日3回、ロコトレを1か月継続すると足腰がしっかりしてきます。運動習慣を身につけて、いつまでも自分の足で歩ける健康長寿を謳歌しようではありませんか。

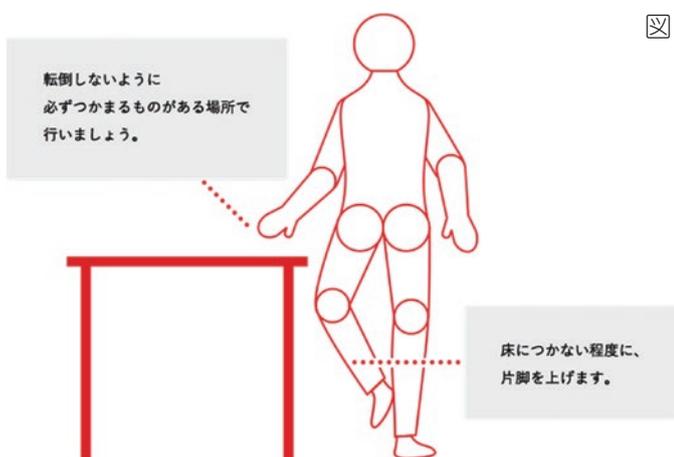
栃木県立リハビリテーションセンター理事長 星野 雄一

図1：トライ！フォーティ（40cm）

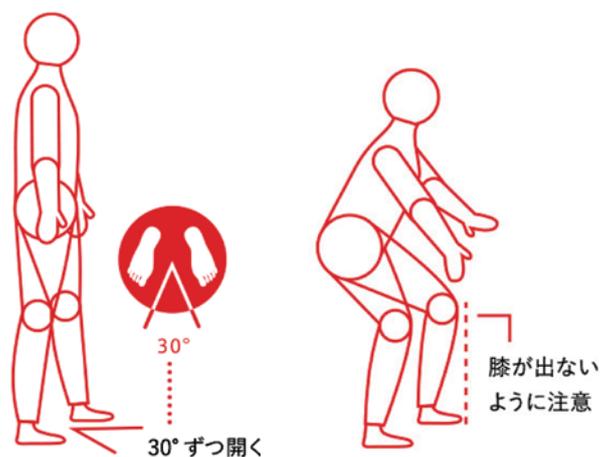
これができない場合、ロコモ度1と判定します。



図2：ロコモーショントレーニング（3分ロコトレ）
片足立ち（左図）を1分間続ける。両足で2分。



ハーフスクワット（下図）1回を8秒でゆっくり。これを7～8回で約1分。



インフォメーション

出前講座の募集

栃木県立リハビリテーションセンターでは、出前講座を行っています。
当センターの職員が直接出向いて、分かりやすい説明を行います。ロコモティブシンドロームや介助の支援、食事についてなど、15の講座を設けています。

○対象者

栃木県内の介護・障害福祉サービス関係者、保育・教育関係者等

○時間

原則として土日祝日を除く平日の10時～16時で1時間程度とします。

○費用

職員の派遣費用は、無料です。

会場費用は、申込者の負担となります。

資料代は、原則として無料ですが、あらかじめ原稿をお渡しし、コピーをお願いすることがあります。

○申込み方法

当センターホームページからお申込みいただくか、下記連絡先までご連絡ください。

出前講座のメニュー

No.	テーマ	講座内容	講師
1	介助の支援	介助する家族の支援	認定看護師
2	食事の工夫	食べやすい調理の工夫や低栄養の予防	管理栄養士
3	摂食・嚥下	食事の姿勢、介助のポイント、嚥下体操	言語聴覚士
4	安全な歩行	歩きやすい、歩かせやすい介助、安全な歩行介助	理学療法士 認定看護師
5	清潔に保つ	口腔衛生、入浴や更衣（着脱）の方法	認定看護師
6	移乗介助	上手な車いす移乗介助とそのポイント	理学療法士 作業療法士 認定看護師
7	車いすの使い方	上手な使い方、車いす上の良い姿勢・悪い姿勢	理学療法士
8	快適な住まい	車いす、杖など状況に応じた改修のポイント	作業療法士
9	手すりの設置	効率的な手すりの設置方法	作業療法士
10	起居動作	寝返り起き上がりと周辺動作	理学療法士
11	失語症者の支援	症状や要因、適切な働きかけ方	言語聴覚士
12	不明瞭な発話への支援	コミュニケーションの方法や食事の工夫	言語聴覚士
13	発達障害児への支援	発達段階に応じた関わり方の工夫	心理士
14	ロコモ	ロコモティブシンドロームについて	医師
15	脳卒中再発予防	脳卒中の一次予防・二次予防	認定看護師

※上記15講座以外のご希望にもできるだけ対応いたしますので別途ご相談ください。



お問い合わせはこちらまで
 栃木県立リハビリテーションセンター
 地域医療連携室 担当：齋藤
 TEL：028-623-7051
 URL：<https://tochigi-riha.jp/lecture/>

○職員募集案内

当センターでは、一緒に働く職員を募集しております。
 職場見学も歓迎です。ご応募お待ちしております。

詳細は、当センターホームページ
 「採用募集情報」(<https://tochigi-riha.jp/>) をご覧ください！



ナイチュウ

(発行) 地方独立行政法人
 栃木県立リハビリテーションセンター
 管理部総務課

〒320-8503 宇都宮市駒生町3337-1
 TEL 028-623-6101 (代表)
 FAX 028-623-6151
 ホームページ <https://tochigi-riha.jp/>

