

昭和大学附属烏山病院だより

# あおぞら

〔発行責任者〕病院長 岩波 明  
〔編集責任者〕広報委員長 常岡 俊昭  
〔住所〕〒157-8577 東京都世田谷区北烏山6-11-11  
〔電話〕03-3300-5231(代表)

第198号

〔2024年2月29日発〕

## B4 病棟運動会

作業療法士 熊谷 なつめ

「思いっきり走りたい」と言う1人のB4病棟入院中の患者さんの一言から、看護師さんより、「OTの時間を使って病棟を走らせる事はできないか」と相談を受けました。その場にいた常岡先生からも「良いじゃん！どうせなら運動会とかにしちゃいなよ！」とお言葉を頂き、一瞬OTは心の中で「え？運動会？病棟で？」とリスク面などが頭をよぎり、焦りましたが、何事も挑戦、患者さんの為になればと思い、「やってみます」とお返事をしました。すぐに常岡先生は「じゃあもう日程を決めよう！」と言いだし、あれよあれよという間に開催日の決定をしました。

体育館や運動場などあれば良いですが、大人数で思いっきり動き回れるような場所は当院になく、安全面を考慮した中で、の競技を考えました。

始めはストレッチから行い、自然とスタッフと患者さんが輪になって体操を行う事ができ、一体感を感じられました。

1つ目の競技は借り物競走です。「走りたい」と仰った患者さん向けに行いました。当日は、看護助手さんや看護師さんにも借りられる要員として協力頂き、一緒にゴールを目指して走ってもらいました。

2つ目の競技はドッジビーです。これは、お馴染みドッジボールのボールをスポンジのfrisbeeに替えたものです。ホールにコートを引き、チーム分けをして行いました。途中医師の先生方も参戦してもらい、盛り上がりを見せました。

3つ目は、バランス棒です。棒を手のひらに立てて、倒さないようにするバランスゲームです。サバイバルマッチを行い、最後の二人は長期の戦いを見せました。

初めての試みでしたが、大変盛り上がり、「またやってほしい」と言ってもらったため、今後、入院生活という閉鎖的な空間で、少しでも開放的に動ける環境を提供していきたいと思いました。

また、開催までの準備期間の段階から同日の設営まで自主的に手伝ってくれる患者さんが多く、初めてのことでしたが、とても安全にかつスムーズに執り行うことが出来てよかったです。



# VR を活用したリハビリテーションを準備中です！

作業療法士 小林 崇志

VR (Virtual Reality : バーチャル・リアリティ) という言葉を耳にしたことがありますか？「人工現実感」や「仮想現実」といわれ、写真のような VR ゴーグルを装着し、ゴーグル内に視界を覆うような 360° の映像を映すことで「仮想的な空間を“あたかも現実であるかのように”疑似体験できる」ものになっています。通常のビデオや動画と違うところはやはり 360° の映像になっているところでしょう。例えば「森の中」という仮想空間では、頭を右に動かせば右側の景色、左に動かせば左の景色を見ることができます！



今回は“FACE DUO”という製品を活用し、従来から効果が報告されている“SST”を中心とした応用を計画しています。SSTは、例えば“相手にお願い事をする”“誘いを断る”“自分の感情を伝える”といったコミュニケーション能力を、「場面設定」「ロールプレイ」「お互いのフィードバック」等を通じてトレーニングする方法です。実際の場面に近ければ近いほど効果が高まるとされており、いかに“リアリティ”を再現するかが重要なポイントのひとつとなります。FACE DUOには“上手になりたいコミュニケーション”に合わせたいくつもの場面映像が用意されており、ひとたびゴーグルを着用するとあたかも目の前に人がいるように感じられます。その仮想空間の中では、話しかけるタイミングや推奨される問いかけ方、返答方法等が提示され、ガイドに合わせて行動をすることでトレーニングを行うことができます(本当にリアルです！※乗り物酔いがひどい方は不向きと言われるほどでした)。

今後、作業療法 (OT) を中心とした活用を検討しておりますので、またお知らせさせていただきます。もっと詳しく知りたい方向けに QR コードを記載しますのでぜひ読み込んでご参照ください！



## デイケア活動 プロジェクトK

K.0さん

年明けから一月いっぱいまで、デイケアプログラムの一環として、手製の絵馬を飾るイベントを、イベント企画プログラム・通称「プロジェクトK(以下、プロK)」が開催しておりました。

絵馬を模した用紙を台紙に張り付けていったことで、無機質な壁面が参加者各々の願いや抱負で彩られていくのは壮観でした。

以下は取材に応じてくれたプロKメンバーの発言です。

——プロKの方々が考案してくれた絵馬のイベントですが、どのような思いがあったのでしょうか。

メンバーA：我々プロKは昨年の12月より年明けを見越して正月らしいイベントの企画をと協議した結果、絵馬をかいてもらうことを思いつきました。絵馬の木枠の代わりに台紙を貼り、絵馬を模した画用紙を絵馬代わりにしてもらおうといった手作り感あふれる代物でしたが、それでもデイケアに通うメンバーの手によって、掲示用の台紙が新年の抱負や願い事で埋まっているのを見るのは、イベント一冥利に尽きるものでした。残った問題は書いてくれた絵馬をどうするかでしたが、これに関しては、絵馬を書いた人たちに返却することにしました。

この言葉を聞いて筆者は、ややもすれば季節の感覚が喪失されてしまう昨今、デイケア内で新年らしいイベントを自発的に発案してくれた事に、感謝の念を持ちました。



# 季節の献立 七草粥

栄養科

七草粥の由来について、ご紹介します。

年に5回の季節の変わり目のことを「五節句（人日の節句）」いいます。

その1回目が1月7日であり、その日は七草の若い芽食し、食物がもつ生命力をとり入れ、無病息災願う習慣と、もう一つが、クリスマス、お正月とごちそうが並ぶ時を過ごした胃はお疲れ状態、そんな「胃腸を休める」タイミングで七草粥を食することは、とても理にかなっ

ていて、現代でもこの風習が根強く残っているのは、こちらの方が由来と思っている方が多いのではないのでしょうか。当院でも、1月7日の朝食時は、普通食で主食がご飯の患者さんにも、行事食として、七草粥を提供しています。（\*写真は今年の物です）



## 総合サポートセンター

～受診・入院のご相談～

受付：月曜日～金曜日・8時30分～17時

土曜日 8時30分～13時

電話：月曜日～金曜日 03-3300-5329

土曜日 03-3300-5231

◎初診受付：月曜日～金曜日・8時30分～14時

土曜日 8時30分～12時

◎休診日：日祭日・本学創立記念日・年末年始

《1月》 入院(前月) 外来(前月)

◆延患者数 8,758(8,555) 6,414(6,662)

◇一日平均患者数 282.5(276.0) 278.9(277.6)

◆診療実日数 31(31) 23(24)

広報委員会では、皆様のご意見ご感想をお待ちしております。連絡先は [k-kouhou@ofc.showa-u.ac.jp](mailto:k-kouhou@ofc.showa-u.ac.jp) となります。

こちら当院のホームページのQRコードとなります。ぜひご覧ください。



## 【編集後記】

2月も終わろうとしています。  
皆さんはどんな一年度だったでしょうか？

3月になれば別れがあって、4月になれば新しい出会いがあります。

寂しくて落ち着かない時期でもありますが、狭い日本、一度別れたと思っても別の形で再会する事もあるかも知れません。その時に自分に自信をもって再開できるように、日々の生活も少しずつ頑張っていると良いな～って思っています。



(広報委員 常岡)