



病棟4階厨房からの出火?! 避難訓練を行いました



当院では、病院全体での大規模な避難訓練を1年に2回行っています。当事業所では、新型コロナウイルスの影響もあり、全体で行う避難訓練への参加は初めての事となりました。そこで、「災害時対応の問題点の抽出と課題の共有」を今回の目的とし、開所時間を想定して避難訓練を行いました。

より具体的な問題点を抽出する為、実際に通所されている利用者様になりきった職員を、浴室やトイレ、リハビリ場所などの各所に1人ずつ配置し、可能な限り開所中に近い状況を設定しました。

マニュアルの確認や事前打ち合わせを行う事で、避難経路や避難場所、避難誘導の順番などに迷う事なく、スムーズな避難誘導を行う事が出来ました。利用者役の職員は利用者様の普段の動きを模倣して行った為、より具体的な問題点を挙げる事ができました。



打ち合わせ中



なりきって待機中



避難誘導中

職員の意見、色々ありました

- 👤 車椅子やマットなどの備品が不足している
- 👤 入浴中(裸)やトイレの真っ最中は、どうしたらいい?
- 👤 送迎中の場合は1人で対応していかないといけない
- 👤 マニュアルにおける避難場所の指定が「できるだけ遠く」と曖昧
- 👤 職員への連絡手段として、スマホも必要だった(職員の連絡先登録がされています)

振り返りの様子



など、リハビリ職員・介護職員、それぞれの視点で意見が出されました。

利用者様の身体機能や、利用中の活動内容は多岐にわたります。加えて、災害時に「誰が」「どこで」「何をしているのか」は、その瞬間まで分からない事であり、予測もしないトラブルも起こります。

今回の振り返りで出された意見について、改善できるよう話し合いを行い、**次回の避難訓練は利用者様と一緒にやりたいと考えています。**
「安心して利用できるデイケア」を目指し、安全対策に取り組んでいきます。

■ 医療法人 関越中央病院

入院だけでなく外来リハにも対応しております。
主治医にご相談ください。

▶ 施設基準

心大血管疾患リハビリテーション料Ⅰ
脳血管疾患等リハビリテーション料Ⅰ
廃用症候群リハビリテーション料Ⅰ
運動器リハビリテーション料Ⅰ
呼吸器リハビリテーション料Ⅰ
がん患者リハビリテーション料
摂食機能療法



心臓リハ部門 主任
津久井亮

病院リハ部門 主任
丸山あすみ 松下知史

■ 通所リハビリテーション関越中央

1~2時間の短時間通所リハ、6~7時間の長時間
通所リハを行っております。
相談員業務をリハ職が行うことにより、利用者様
に合わせた最適なプランを提案させていただきます。

■ 訪問リハビリテーション関越中央

病院で急性期リハを学んだ職員が対応することで、
心臓・呼吸に問題のある利用者様も安心してご利用
頂けます。



介護リハ部門 主任
狩野和子 田口裕一

空き状況	月	火	水	木	金
短時間型通所リハ 1クール 9:00~10:15	○	○	○	○	○
短時間型通所リハ 2クール 10:30~11:45	△	○	○	○	△
長時間型通所リハ 9:00~15:15	△	△	○	△	△
訪問リハビリ 13:00~17:00	△	△	△	△	△

○：受け入れ可能 △：要相談 ×：受入困難

〒370-3513 群馬県高崎市北原町71

TEL：027-373-5115 (代) FAX：027-372-2829

アドレス：reha@kan-etsu-hospital.com

ひとことコラム 第57回

「目を閉じて、脳疲労から解放」



長時間集中した作業を行うと「なんだか疲れた・・・」と感じることがあると思います。実はそれ、脳がオーバーヒートを起こしている状態で、**脳疲労**と呼ばれています。脳が疲労すると、脳の集中力・記憶力・意思決定といった認知能力に関係する領域である**前頭前野の血流低下**がみられるという報告があり、集中力が続かなかったり、ミスが増えたりします。

ある研究では、**光を遮断した部屋で5分間目を閉じて安静にしていることで脳血流の増加**が見られたという報告があります。疲れた時、目をつぶると少し楽になるのは、気のせいではない事がわかりました。

「なんだか頭が疲れたな」と思ったら、手で顔を覆い、目を閉じてみてください。
道具いらずで脳の疲れが取れると思います。

参考：今泉敦美他:脳疲労と脳血流の関係性、Vol.43 Suppl. No.2 (第51回日本理学療法学会大会 抄録集)

