木島病院報

ちょっこしいい話

アスレティックリハビリ施設増築記念 増刊号

Vol. 72.5
平成 25 年 6 月 10 日発行
発行：木島病院新聞委員会

無料体験実施中

「健康増進施設スポーツリハビリきじま」がアスレティック・リハビリ棟に引越しをし、リニューアルオープンしました。

広くなったスペースにはフィンランド製の最新式マシンが 8 台（12 種目トレーニングが可能）、有酸素トレーニングをするマシンが合計 8 台設置されています。

空気圧を利用した 8 台のマシンは静かで、安全なトレーニングが可能です。

一人ひとりのトレーニングメニュー（重さ、回数など）が記録されたカードに対応しており、カードを差し込めば自動的に重さを設定してくれる便利なマシンです。

入会されると、医学的チェックと体力測定をした後、健康運動指導士が、一人ひとりの目的と、体力に合わせてメニューを作成し、トレーニングしていただきます。平日は 20 時（最終受付は 19 時 25 分）まで、土・日・祝日は 18 時（最終受付は 17 時 25 分）まで利用できます。

一度見学・体験をしてみませんか？

6 月中は営業時間内であれば、無料体験を実施しています。
室内用内履きシューズとタオルを持っておいで下さい。無料体験や入会案内など、詳しいことはスポリハスタッフまたは病院受付までお問い合わせ下さい。

スポーツリハビリきじま　スタッフ一同

木 島 病 院
TEL (076) 237-9200
FAX (076) 237-9202

きじま在宅介護センター
TEL (076) 237-7111
FAX (076) 237-1199

健康増進施設
スポーツリハビリ きじま
TEL (076) 237-9200
FAX (076) 237-9202

〒920-0011 石川県金沢市松寺町子41番地1
病院ホームページアドレス http://www.kijima-hp.or.jp/

アスレティック リハビリ施設 増築竣工に際して

木島病院　院長　竹内　尚人

御蔭様で 4 月 30 日アスレティック リハビリ施設の竣工式を迎えることができました。更に連休中には既施設の改修も無事行うことができました。工事中は何かとご迷惑をおかけし、お詫び申し上げます。

今回の増築の目的は 3 つありました。まずはスポーツによる外傷・障害の患者さんが増えたことにより、より広い場所でのリハビリが必要となってきたために体育館のような空間が必要になったことです。次に 3．11 東日本大震災をみて緊急災害時に十分な機能を発揮できるように自家発電装置や食料などの備蓄をしておく倉庫の必要性を感じたことです。更には職員の働く環境の向上を図りたいという 3 つの目的です。

健康増進施設スポーツリハビリきじまが新築棟に移ったことにより、従来のリハビリセンターを拡充することができ、待合室を広くしました。今年度はリハスタッフも 10 名以上増員し、「元気になるための病院」としてリハビリ機能の充実につなげていきます。また入院患者さん用の食堂もおしゃれな空間（カフェのイメージ）に改修しました。職員との併用もなくなり、よりゆっくりくつろいで頂けるかなと思います。目につくところではないのですが、手術室の前室や洗濯・乾燥室、更衣室も広げ、ポータブル撮影機や手術待機中のベッド置き場も作りました。物置のようになっていた前室をすっきりさせることができ、手術室前の廊下にも何も置かなくて良いようになりました。

私事になりますが、スポーツ医学に関わって行きたいと整形外科に入局しての夢はスポーツの現場により近づいて行くことでした。体育館のようなアスレティック　リハ施設を実現でき、夢の実現に一歩近づいたかなと嬉しく思っています。これに慢心することなく、より良い医療を提供して「地域の皆様に信頼され、親しまれる病院」を目指して職員一同励んでいきたいと改めて決意しています。これからもよろしくお願いいたします。

体育館を持つ病院

木島病院　スポーツ整形外科医　北岡 克彦

「体育館を持つ病院」は全国的に見てもほとんどない。私がインターネットで調べた限りでは、宮崎市にある野崎東病院のアスレティックリハビリテーションセンターが体育館を併設しているのと、神戸市のあんしんクリニックという 19 床の病院がリハビリ＆スポーツセンターとして体育館のような施設を持っているくらいである。

体育館建設の目的は怪我からの復帰を目指すスポーツ選手に対して、できる限り実際のスポーツ現場での動きを再現しながらサポートできる環境の提供である。もちろん頭では理解していたものの実際に完成した施設を見てその存在感に圧倒された自分がいた、どこからどう見ても体育館である。

今まで手術を行った患者さんの競技復帰を見ることは自分にとってかけがえのない喜びであり、再受傷や復帰できない選手を見ると限りない無念と責任を感じてきた。その原因の１つがスポーツ現場でのパフォーマンスを医療現場において確認できていないことであり、それゆえ体育館の完成は医療現場と選手達のスポーツの現場をつなぐ架け橋になることは間違いない。しかしながら最も大事なものは施設や道具ではなくそれを使う人である。この素晴らしい体育館に負けない技術の習得に再び邁進しなければならない。

アスレティックリハビリ施設の建築について ― デザインの考え方

株式会社　竹中工務店　設計部　新村　岳広（１級建築士）

2011 年９月より約１年８か月にわたって計画してまいりました「アスレティックリハビリ棟」が竣工する運びとなりました。竹内院長よりいただきました計画の骨子は以下の３点でございました。

①スポーツ選手を含めた機能回復を臨床できる新しい医療空間の創出。
②患者様、利用者様、スタッフ様の快適性・利便性の向上。
③豪雨・地震時の災害避難場所の提供を含めた地域共生の推進。

これらの実現に向けて、膨大なデータを駆使し、様々なアイデアを盛り込んでまいりました。小職が現在、当計画に関して保管している電子データは、構造計算や設備関係のデータを含まずに、図面にして約２万枚分に及んでいます。それら一つ一つを連ねますと、紙面がいくらあっても足りませんので、小職が担当いたしました建築デザインの極々一部についてご説明させていただきます。

まず、外観ですが厳選した材料を用い、シンプルで端正なたたずまいを目指しました。建築材料には決まった規格や運搬・施工ができるサイズの制限があり、手を抜くと継ぎ接ぎだらけの雑然とした表情になってしまいます。「シンプルさ」＝「単純な設計」ではなく、複雑な詳細検討を行い、現在のシンプルな外観を実現しています。

建物内部については、静的な外観とは印象を異にし、「明るく」「溌剌とした」空間を目指しました。加賀友禅に用いられる「加賀五彩」をモチーフにした５色のキーカラーを作成し、「金沢」のもつ地域性や伝統と、木島病院様の革新性や挑戦が融合する表現を試みました。藍、臙脂、黄土、草、紫の５色は各室のサインとなり、室内の壁面の色と対応しています。基調としている「白」は、江戸時代から作られてきた金沢銘菓「金花糖」のカラフルな色彩が映える鮮やかな雪白をイメージの下敷きにしています。また、非常に微細なデザインですが、自動ドア等には、ガラスが嵌っていることを示し、衝突を防止するシールを貼っております。その形は加賀藩の家紋であった「加賀梅鉢」を基に、その花芯に木島病院様のロゴマークをあしらったものとしています。これらのデザインや空間をぜひご利用いただき、体験・体感いただければと思います。

建設には多くの時間やエネルギーがかかりますが、建物の寿命は長く、建物運用にかかわるエネルギーはその４～５倍といわれています。建物は竣工いたしましたが、建物の理想の姿はこれからご使用いただく多くの方々により実現されていくものと考えております。ぜひ、末永く楽しく様々な活動や活用を行っていただき、大切な建物として成長させていただければ幸甚です。

小職の至らない点が多々ある中で、竹内院長をはじめスタッフの方々には、計画・施工の長期間にわたり、大変お世話になりました。院長の新棟への熱い想いと終始一貫した姿勢に非常に感銘を受けました。また、このような寄稿の機会をいただきまして、あらためまして御礼と、木島病院様の今後、益々ご発展なさいますよう、心からお祈り申し上げ、結びとさせていただきます。

スポーツリハビリきじま

健康運動指導士　大崎　正則

平成 18 年２月「健康づくりのためのメディカルフィットネス」をテーマに『健康増進施設スポーツリハビリきじま』がオープンして ７ 年。このたび新しく完成したアスレティック・リハビリ棟に引っ越しをしました。

これまでの空気圧を利用した７台の筋力トレーニングマシンは、すべて新しくなり、さらに背中を鍛えるマシンが１台増えました。

カードを差し込むと自動的に設定してくれる機能は変わりませんが、重さ、回数などを表示する画面は大きくなり、とても見やすく、操作しやすくなりました。

また「クロストレーナー」（有酸素トレーニングマシン）が１台導入され、自転車エルゴメーターも新しくなりました。

スペースも広くなり、会員の皆様はより快適にトレーニングできるようになりました。

只今、スポリハでは会員を募集しています。

運動不足の方から、トレーニングをはじめようと思われる方など、健康運動指導士が一人ひとりの目的と体力に合わせてサポートさせていただきます。新しくなった施設で、『元気になるための』トレーニングを始めてみてはいかがでしょうか。

入会等は病院受付、スポリハスタッフ等にお問合せ下さい。

今年の春、木島病院の歴史に新たなページが加わりました。

木島病院リハビリテーション部主任　作業療法士　桂　靖典

僕が木島病院に就職して 9 年目を迎えました。この間にリハビリセンター棟の増築に続き、作業療法室開設、回復期リハビリテーション病棟開設、そして今年 4 月末にアスレティックリハビリ棟が増築されました。アスレティックリハビリ棟が増築されたことで何が変わるでしょうか？自分なりに考えてみました。

1 つ目は、当たり前ですがリハビリを行う場所が増えたと考えています。今までは会議室を使用していたため投球練習やダッシュなどを行う十分なスペースがありませんでしたが、アスレティックリハビリ棟では心おきなく運動が可能となりました。その結果、競技に即したより実践的なリハビリが可能となり、競技復帰後もサポート出来るようになったと考えています。

2 つ目は有事の際、避難施設として使用出来るようになったと考えています。(この点に関しては実際に利用されないことが一番ですが．．．。)

3 つ目は患者さんの満足度が上がるのではと考えています。CS (Customer Satisfaction：顧客満足度)を上げるためには、ES(Employee Satisfaction：従業員満足度)も重要な要素だと思います。アスレティックリハビリ棟には職員用の設備もしっかりと整備され快適に過ごせるようになり、またアスレティックリハビリ (運動室) は木島病院サッカー部始め各部活も使用が可能です。このように自分の環境に充実感を感じている職員は、心に余裕ができ、患者さんにもより良い医療を始め、丁寧な接遇を提供することが出来、結果として患者さんの満足度も向上していくのではと考えています。

このようにアスレティックリハビリ棟増築が一石二丁ならぬ一石三丁以上の効果を、もたらすことを皆様も期待して頂ければと思います。竹中工務店様には最高の建物を作って頂きました。この建物を生かすも殺すも私たち木島病院の職員だと思います。竹中工務店様のご期待以上の結果を残せるように、また、これからも地域の皆様に親しまれる病院を目指し、リハビリテーション部一同は精進して参ります。

最後になりましたが、竹中工務店様に厚く御礼を申し上げ、擱筆させて頂きます。

より高いパフォーマンスでの早期復帰を目指して

柔道整復師・日本体育協会認定アスレティックトレーナー　木村　慎之介

ここ数年木島病院ではスポーツ患者の増大に伴い、私たちリハビリスタッフの中では患者様のニーズに合致した最高のリハビリが提供できているのかという疑問がありました。題にもつけた、より高いパフォーマンスでの早期復帰に導けているかということです。

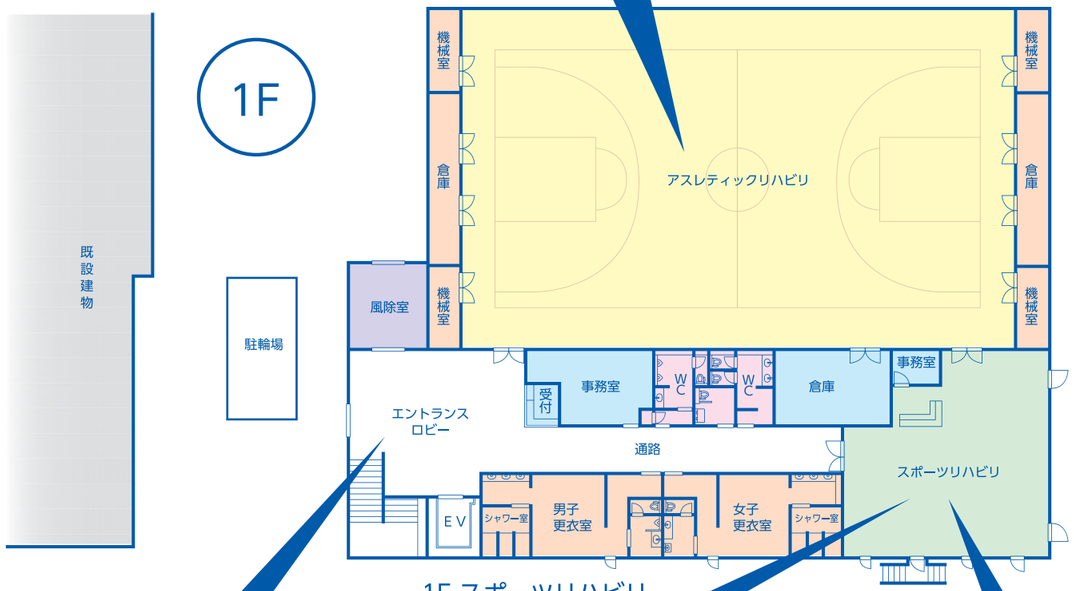
そこでひとつネックになっていたことにスペースの問題がありました。現在はリハビリ室、会議室の小スペースでリハビリをおこなってきました。しかしそれでは実際の動きをみて問題点を抽出することは難しい状況です。私も現場に出る機会が多いのですが、現場で実際の動きをみて、リハビリ室ではみつけられない改善策をみつけることは多くあります。しかし、県外の患者様も多いことからすべての患者様の現場に出向いて動きを確認することは不可能で、話をしながら、競技動作をみれない状態で、静的な動作を中心にみるだけで、リハビリの段階をあげていたのが現実です。

今回アスレティックリハビリ棟完成によって、より復帰に近い段階でも実際の競技動作をやってもらい問題点をみつけ、それに応じたダイナミックな動きのあるリハビリメニューを提案できるのではないかと思います。またケガ前より高いパフォーマンスでの競技復帰のためには、多角的なアプローチが必要であり、いままではできなかった、大きいスペースを使ってのダイナミックな準備運動からラダー、ミニハードル等を使った、スピード＆アジリティドリル、ジャンプ、メディシンボール投げなどのパワー系のトレーニング、フリーウエイト機器をつかった早期からの患部外トレーニング、そして患側も段階があがっていった際の高重量の筋力トレーニング、また持久力の低下を最小限に抑えるための、有酸素機器も導入し、術後早期から多角的アプローチを行いより高いパフォーマンスでの競技復帰が可能になるのではと考えています。しかしそのためには私たちリハビリスタッフも今まで以上の知識、技術が必要になります。

現在５年目以下のスタッフに対してはオリンピック等にも帯同している外部講師を招き短期研修を行っていくことも決まっています。

患者様の努力に負けないように私たちも努力を重ねレベルアップし、より高いパフォーマンスでの早期復帰をお手伝いできればと思います。

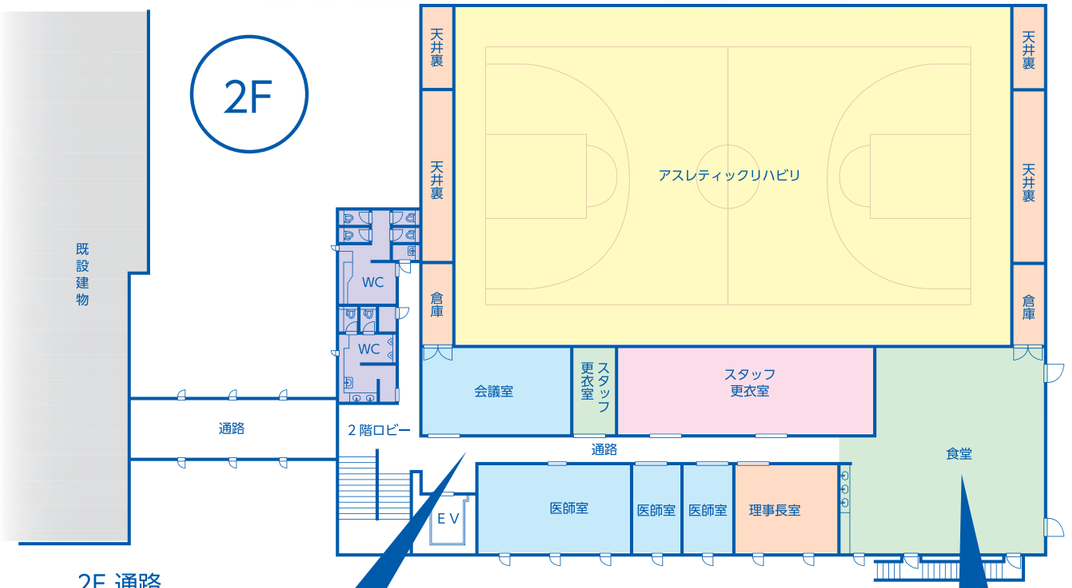
アスレティックリハビリ



1F エントランスロビー

1F スポーツリハビリ

1F スポーツリハビリ



2F 通路

2F 食堂