

# こんにちは！ MED 村立東海病院です



## 大好評です！『リハビリ菜園』

暑い日がまだまだ続きますが、朝夕には秋の気配をすぐそこに感じる季節となってきました。実りの秋が近づいてきているのでしょうか。今回は、当院で取り組んでいる「リハビリ菜園」について紹介します。

### “リハビリ”と“菜園”とは？

当院では、リハビリ(作業療法)の一環として、野菜作りをしています。不思議な組み合わせと思われる方も多いと思いますが、“園芸療法”というものもあるほど、野菜作りはリハビリの手段の一つとして注目されています。特に、農業を営んでいる方の多い東海村では、より効果的なリハビリの一つであるといえます。



### 五感を生かす作業療法

作業療法では、患者さんに日常生活を通して運動してもらうことが多くあります。「リハビリ菜園」もその一つで、なじみのある野菜作りを通して、心も体も元気を取り戻すことが目的です。ここで、「リハビリ菜園」を愛用している患者さんからの声を紹介します。

- ・「しびれが強くて、細かい作業が嫌だったけれど、不思議と土いじりはできたよ」
- ・「トイレでは立てなかったけれど、トマトを採るために立ち上がったんだ」
- ・「収穫して、料理もできた。腰が痛まずに取り組み、退院に向けて自信がついたね」

このように、“心が動けば、体も動く”のです。入院中の高齢の患者さんにとっては、季節を感じたり、昔を思い出したり、人と話したりすることも大切な精神活動であり、これもリハビリになります。そうした効果を期待し、下記のような患者さんには、リハビリ菜園をお勧めしています。

- 退院後、農作業を再開したい方／もともと農業をされていた方
- 体力だけではなく、気持ちが落ち込んでいる方
- 楽しみが欲しい方や気分転換がしたい方

「できないことを強化する」、「できることを生かす」、どちらもリハビリです。後者は忘れがちですが、楽しく元気を取り戻せることが一番です。今回の記事を通して、リハビリを少しでも身近に感じてもらえたらうれしく思います。



村立東海病院作業療法士 おおうち やすお 大内 康雄

### 健診室からのお知らせ

今回は、人間ドックのオプション検査、「ピロリ菌検査」を紹介します。

**【ピロリ菌検査】** ピロリ菌(ヘリコバクターピロリ)は、胃の強い酸の中でも生きることができる菌です。胃潰瘍や十二指腸潰瘍の原因の90パーセント以上を占めているといわれ、胃がんにも大きく関係していると考えられています。便中のピロリ菌の有無を検査することで、現在ピロリ菌に感染しているかが分かります。除菌をすることで、胃のリンパ腫や胃がんの発生が減少するとされています。費用は3,090円です。ご希望の方は、人間ドックと同時に申し込んでください。

- 問い合わせ 村立東海病院健診直通(☎282-2614)

問い合わせ●村立東海病院(☎282-2188)、保健年金課地域医療担当(☎287-0899)