



## 病棟レクリエーションについて

村立東海病院の2階病棟には、リハビリをやって在宅への復帰を目指す高齢の患者さんが入院しています。そこで、療養生活の中でも、楽しみながら持てる力を発揮できるように、病棟レクリエーションを企画しています。今回は、病棟レクリエーションについてお話します。

### ■レクリエーションの意義

レクリエーションとは、ゲームやダンス・スポーツ等の体を動かすものから、音楽鑑賞や絵画・歌唱等の文化的活動までさまざまなものがあります。ではなぜ、レクリエーションが必要なのでしょう？

人の1日の生活時間は大きく3つに分けることができます。1つは「自由時間」で、これはテレビを見たり本を読んだり、自分の意のままに費やす時間のことです。2つ目は「生活必需時間」といって、全ての人が必ずしなければ生きられない行動をまとめた時間のことです。簡単にいうと睡眠・食事・排せつ行動に費やす時間のことです。3つ目が「社会的拘束時間」といって、現代の社会生活を営むための社会的基盤をつくる時間のことです。例えば、仕事をする時間であったり、家事や育児に費やす時間であったり、学生ならば学業に励む時間のことをいいます。

これらの3つの「時間」が、時に重なり合って1日の生活時間を構成しているのです。ところが、高齢者には「社会的拘束時間」がありません。その時間を埋めるためにもレクリエーションは有効なものなのです。

### ■病棟レクリエーションの紹介

病棟でのレクリエーションは、病棟スタッフとリハビリ科の作業療法士の協力を得て運営しています。毎年行う季節の行事は「書き初め」「桃の節句」「端午の節句」「七夕」となっています。さらに週替わりで毎月2～4回さまざまな企画をして運営しています。例えば「クイズ」や「歌の会」「輪投げ」等を行なったときは、表情の乏しかった方が、生き生きとした表情を見せたり、私たちの知らなかった知識を披露してくれたりと、患者さんの新たな一面を発見することもあります。



▲「七夕」の短冊作りの様子

### ■楽しい療養生活

入院生活では、一般的に高齢者ほど刺激が少なく、認知症を発症したり、症状が進んでしまうことがあります。そんな中、少しでも楽しみを持って療養生活を送ってもらいたいとスタッフは考えています。病棟レクリエーションがその手助けになれるよう、これからもスタッフ一同で職務に励んでいきます。



▲クイズ「今日は何の日」の模様

### 「村立東海病院 第2回秋空コンサート ～心にビタミン～」

9月29日、台風17号の影響で延期の心配もありましたが、晴天に恵まれ、当院にて東海南中学校吹奏楽部の生徒の方々の演奏による「村立東海病院 第2回秋空コンサート ～心にビタミン～」を開催しました。

演奏は、患者さんの聞き慣れた曲目を選んでいただき、患者さんも当院スタッフも楽しく鑑賞していました。演奏後は、鑑賞していた方々全てがスタンディングオベーションで吹奏楽部生徒をたたえており、大変深く感銘を受け、心のゆとりや潤いを持たたと感じます。今後も、当院での秋空コンサートを開催していきたいと考えていますので、村内の皆さんにも足を運んでいただき、心にビタミンを与えられたら幸いです。今回秋空コンサートに携わっていただいた東海南中学校吹奏楽部の生徒の皆さん、校長先生、顧問・副顧問の先生方に、この場を借りまして深く御礼申し上げます。



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)