

ぶらっと Kaisrei

回生ニュース 2026

Vol.92

春号

〒600-8814
京都市下京区中堂寺庄ノ内町8-1
医療法人回生会 編集委員会
TEL 075-315-3477
FAX 075-311-6082



デイケアの ご紹介



デイケアってどうやって始める？

デイケアを利用するには「**要介護認定**」「**要支援認定**」が必要です。認定後は担当のケアマネージャーに相談し、(要支援の方は地域包括センター) 実際に見学や体験をしてから契約→利用開始となります。

半日と一日の違いは？

短時間と長時間では、**目的・過ごし方・サービス内容**が異なってきます。

短時間

個別リハビリが中心で運動機能回復がメインです。とにかくリハビリがしたい！という方に向いています。

長時間

リハビリ+日中の生活支援が中心です。食事・入浴(希望者)・レクリエーションなどがあります。

どんなリハビリ(運動)をする？

デイケアを利用される方は自宅での生活を続けられる方が多いため、**身体機能の維持・向上**や **ADL 動作維持の為の動作練習**を中心に運動しています



入浴設備



平行棒



デイケア(通所リハビリテーション)

京都回生病院デイケアセンターでは3~4時間利用の短時間制サービス、6~7時間利用の長時間制サービスをご用意しています。

皆さまのご希望やケアプランに沿って、一人一人のリハビリテーション計画を作成し、個別のリハビリテーション、自立トレーニング、マシントレーニング、健康管理などのサービスを提供することにより、自立支援の援助、心身機能の向上、閉じこもりの防止、ご家族様の負担軽減などを図っています。



スタッフ(職種)は誰がいる？

デイケアには**医療・介護・リハビリ専門職**がチームで関わります

例えば、医師・看護師・リハビリ職・介護職・支援相談員など

リハビリ職

デイケアの中心！

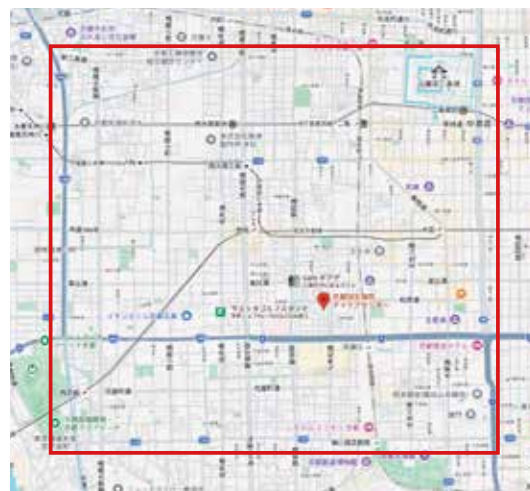
介護職

入浴・排泄の介助、レクリエーションなど、利用者に関わる時間が長い職種！

送迎範囲は？

回生病院から

北：**太子道** 南：**七条** 東：**堀川** 西：**天神川**



※赤枠内が範囲で送迎しています。

デイケアにある トレーニングマシンのご紹介



レッグエクステンション

座って膝を伸ばす動き。
太ももの前(大腿四頭筋)にピンポイントに効く膝周りの筋肉強化にも使われる



レッグプレス

座った状態で足で重りを押すマシン
太もも(前・後ろ)とお尻をしっかりと鍛えるスクワットが苦手な人にもおすすめ



レッグエクステンション

自転車を漕ぐマシン
有酸素運動(脂肪燃焼・心肺機能UP)
膝への負担が少なく初心者でも安心



プーリー

滑車を使ったマシン
胸・背中・腕など全身トレーニング可能
動作のバリエーションが多い



ローイング

ハンドルを引いて背中を鍛えるマシン
背中(広背筋)・腕に効く
姿勢改善や猫背対策に◎

どんな設備がある？

デイケアの設備は「**リハビリを中心にしながら、安全に1日過ごせる環境**」が整っているのが特徴です。

- * 歩行訓練スペース(平行棒)
筋力トレーニングマシン
電気治療機器
- * 入浴設備(一般浴、機械浴)もあり体の状態に合わせて入浴できます



回生ニュース2026春号

ケアセンター回生だより 「のほほん」

安心して過ごしていただくために

当施設の介護DXの取り組み

当施設では、ご利用者の皆さまに安心して日々の生活を送っていただくため、デジタル技術を活用した「介護DX」に取り組んでいます。職員の連携を高めるとともに、ご利用者の安全を守る環境づくりを進めています。

まず、職員同士の連携を強化するためにインカムを導入しています。フロア内で離れていてもすぐに連絡を取り合うことができるため、ご利用者の体調の変化やサポートが必要な場面にも、複数の職員が迅速に対応できる体制を整えています。

また、ベッドに設置する見守りセンサー「眠りSCAN」を活用し、ご利用者の睡眠状態や起き上がりの動きを確認しています。これにより、夜間でも必要なタイミングで職員が状況を把握し、転倒などのリスクの早期発見や安全確認につなげています。

さらに、介護記録には電子記録ソフトを使用し、タブレットなどを活用して職員間で情報共有を行っています。ご利用者の体調や日々の様子をすぐに共有できるため、一人ひとりの状態に合わせたきめ細かなケアにつなげることができます。

これからも当施設では、デジタル技術を適切に活用しながら、ご利用者の安全を守るとともに、ご家族の皆さまにも安心していただける介護サービスの提供に努めてまいります。



作業療法のご紹介

ケアセンター回生では、作業療法の一環として、折り紙や手芸などの創作活動に楽しく取り組んでいます。作品づくりでは、利用者様ご自身が「どう折ろうか」と考えながら、ゆっくりと指先を動かしていきます。そうしたひとつひとつの動きが、脳の活性化につながり、思考力や判断力の維持・向上、そして指先の動きの維持にも役立っています。

今回ご紹介する利用者様は、季節に合わせてお雛様やこどもの日にちなんだ折り紙を丁寧に作り上げておられます。完成した作品からは、季節の移ろいとともに、やさしい温もりが感じられます。現在は、春に向けて桜の花びらをセラピストと一緒に一枚一枚心を込めて制作されています。どのような作品に仕上がるのか、今からとても楽しみです。



向日市北地域包括支援センターだより



令和8年3月18日、京都信用金庫桂川支店にて「しあわせづくりセミナー」を開催いたしました。当日は、地域包括支援センターより介護保険や認知症、口腔ケアについての講話を行いました。また、京都府理学療法士会の阪東美可子先生をお迎えし、健康寿命を延ばすためのポイントとしてフレイル予防についてご説明いただくとともに、「乙訓たけのこほりほり体操」をご指導いただきました。

参加者11名の皆さまには、声を合わせながら楽しく体操に取り組んでいただき、会場は和やかな雰囲気になりました。社会参加や仲間と一緒にやる運動は、心身の健康だけでなく、脳の活性化にもつながります。

向日市では、介護予防教室や地域健康塾などを、お近くの公民館等で開催しております。ぜひお気軽にご参加ください。



クリニック回生

院長 塩山 久美

2026年2月からクリニック回生に院長として赴任いたしました塩山 久美です。

クリニック一階で、皮膚科外来診療を行っております。

1996年福井医科大学(現福井大学)卒業後、福井県や関西各所の皮膚科で勤務いたしました。

皮膚科の病気は慢性的なものも多く、おそらくこの皮膚科へ行っても根本的な解決にはならない事も多いのですが、その患者さんの置かれている環境によって、困り事は様々。

お子さんや高齢の方だと、付き添いのご家族の方も、その病気や、それによって起こる生活上の困りごとを心配されています。

お話をお聞きし、具体的な薬の工夫や生活習慣に関するアドバイスなどで、病気と患者さんに向き合いたいと考えています。

若いうちはご家族や仕事に関する事で忙しく、ご自分に目を向ける余裕もなかった、一生懸命に生きてこられた方も多いと思います。シミはある意味、社会の中で役目を果たしてこられた事を示す勲章の様なものでもありますが、「きれいな自分」になりたいと思うのも、自分をいたわる、大切なセルフケアの一つ。もしよろしければ、当院受診の上、ご相談下さい。

また、若い時期にはニキビや汗など、その年齢ならではの皮膚の悩みがあります。こちらに関しても、もしよろしければ、当院受診の上、ご相談下さい。

クリニック回生では、保険診療以外に、自費診療として

- 帯状疱疹ワクチン(50歳以上 要予約)「シングリックス」(不活化ワクチン)もしくは「ビケン」(生ワクチン)のどちらか選択。年齢によっては行政から補助あり。
- メルスモンやラエンネック注射(メルスモンは、45~59歳女性の更年期障害に対しては、保険適応あり。更年期症状でお悩みの方は、医師にご相談下さい。)
- Qスイッチルビーレーザーによるシミ取り(月、水、金、土曜日限定)
- まつ毛の少ない短い細いなどを改善する塗り薬グラッシュビスタ処方などしております。
- 巻き爪に対するワイヤー療法も導入予定ですので、ご希望の方は、受診の上ご相談下さい(月、水、金、土曜日限定)また、クリニック限定販売の化粧品も取り扱っております。



毎日のお薬、正しく飲めていますか？お薬の効果を最大限に引き出し、副作用を防ぐためには、飲み方やタイミングに大切なルールがあります。コップ1杯の水で飲む理由から、お薬手帳の意外な役割まで、安心して治療を続けるために知っておきたい基礎知識をまとめました。日々の健康管理に、ぜひお役立てください。

1 | なぜお薬はコップ1杯の水で飲まなければならないのですか？

コップ1杯は180ml～200mlとされています。薬を効率よく溶かし吸収を高めたり、食道で滞留することでおこす食道潰瘍等の副作用を防ぎます。



2 | なぜお水なのですか？お茶やコーヒー、ジュースはダメなんですか？

飲み物により薬の効果が強くでたり、弱くでたりします。有名なお薬の例とし血圧やコレステロールの薬はグレープフルーツジュースと服用することで3日程度影響が出るとされ、薬の効果が強く出すぎてしまいます。

3 | 病院で処方される目薬は消費期限ってあるのですか？

目薬をさす際、目に触れたり、空気中の雑菌が目薬内に混入することもある為、開封後1か月が使用期間の目安となります。目薬は原則1回1滴が目には保持できる量とされています。5ml/本の目薬であれば100滴に相当します。例) 5ml/本の目薬で両目1日3回の場合、約16日分です。

4 | お薬手帳ってなんですか？何のためにもつのですか？

他院で処方されたお薬と当院のお薬の飲み合わせ・重複の確認をしています。また昨今電子化となっていますが、紙のお薬手帳を持つことで災害時にも自分の服用薬がわかり、自己の医療にも繋がります。



5 | 薬はいつ飲めばいいのですか？

薬の飲み方とし、毎食後(前)・食直前(後)・食前(後)・食間などがあります。
毎食後：食事終了20～30分まで
食直前：食事5分前～お箸をもつ直前
食前：食事20～30分前
食間：前の食事から2～3時間後
を指し、薬の効果を十分に出す為、薬によって服用タイミングが異なります。

6 | 症状がなくなったら処方されている薬はもう飲まなくていいのですか？

医師の指示があるまでお薬を服用する事が大切です。薬によっては自己判断で中止することで副作用の出る薬もあります。他にも、途中で服用をやめる事で薬に耐性ができてしまい、治療の際必要な効果が出なくなることもあります。


回生会に新しい職員が加わりました！

新入職員のご紹介



この度、当院に16名の新しい仲間が加わり、ますます活気に満ちあふれる職場となりました。彼らは、それぞれの専門性や能力を発揮し、医療現場に貢献してくれることでしょう。早速様々な研修をはつらつと受けて頑張っています。ここでは、16名の新入職員について、ご紹介いたします。

質問

- 
- ①好きな食べ物
 - ②入職して思ったこと、感じたこと…
 - ③将来の目標



看護部

看護師・クラーク



久富 楓花

①ラーメン・生ハム②温かい人がたくさんで働きやすそうなところだと感じました！！③知識と技術を身につけて、患者様に優しさや安心感を与えられる看護師になること！

寺嶋 はるか

①お寿司(サーモン)②院章がシンプルでかっこいいなと思いました③てきぱき働いて頼れる人になる

山本 明日香

①エビフライ②先輩も同期も和やかな雰囲気だと感じました③地域の皆さんの役に立てる看護師になりたいです

村井 めぐみ

①茶碗蒸し②初めてのことがばかりで不安も多いですが、皆さんすごく優しく、今後大変だと思いますが頑張っていきたいと思います③根拠をもって行動できる看護師になりたい

田中 桃花

①カステラ②病院全体が温かい雰囲気だと思いました③患者様に安心を届けられる看護師になりたいです

木下 愛佳

①オムライス②職員さん皆さん優しくそうだった③看護師として働き続ける

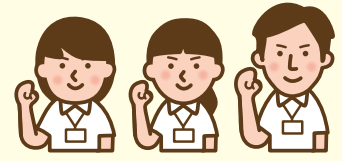
今井 萌乃(クラーク)

①冷麺②職員の方の雰囲気が優しくそうで安心した③将来はナースとして患者様に寄り添い安心していただける看護を提供できるようになりたいと考えてます。そのために業務を通して医療現場での基礎をしっかりと身につけ、知識や経験を積み重ねながら看護師国家試験の合格を目指して努力していきたいです





リハビリテーション科 理学療法士・作業療法士



児嶋 陸斗 (PT)

①オムライス②技術だけでなく患者様とのコミュニケーションが非常に重要だと感じた。不安な気持ちに寄り添い、信頼関係を築くことで前向きな気持ちになり、開腹にも良い影響を与えられた。③身体面と精神面の両方を支えられる理学療法士になること

小西 日向 (OT)

①みんなで囲む鍋②スタッフの方々が全面、全力でサポートして下さる③患者様に安心感と自信を与えられる作業療法士になる

友田 耕太郎 (PT)

①バナナ②事務の方々など、とても接しやすいと思った③幅広い分野で様々な疾患をみられる様になりたい

田中 優登 (PT)

①寿司、海鮮系②入社してまだ日が浅くわからないことの多さを実感するとともに、講義を通して学ぶことの重要性と責任の大きさを感じています③将来的には幅広い分野に対応できる理学療法士になり、多様な患者様に適切なリハビリを提供できるようになりたい

山本 紗也 (PT)

①ピーマンの肉詰め②感染対策必要③視野が広がるようになりたい

森 美妃那 (PT)

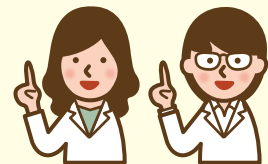
①お米②手洗いなど日ごろの感染対策は大切！③質の高い技術を持って信頼できる理学療法士になること

上村 楓 (OT)

①もも②いろいろ不安はありますが頑張ります③結婚



管理栄養士



田嶋 萌愛

①麺類②先輩方が優しい③一人一人の患者様に合わせた栄養管理ができる一人前の管理栄養士になること

白子 栞羽

①さば②親身な方が多くて働きやすそう③患者様主体の栄養指導ができるようになる

リハビリテーション ニュース



院外で行った学会発表についてご紹介させていただきます。2026年3月28日にリーガロイヤルホテルで行われた第38回下西集談会にて当院の下西主馬作業療法士が学会発表を行いました。発表は脳性麻痺患者の特別支援学校卒業後の受け入れ先としてのリハビリテーションについて学会発表を行いました。



リハビリテーション 通信



当院リハビリテーション室には個別リハビリ以外にも様々なリハビリ機器や設備があります。今回は当院に設置されているリハビリ機器についてご紹介させていただきます。



けんいん 牽引(首)

慢性的な頸の痛み、肩こり、腕の痺れを緩和する物理療法です。主に、変形性頸椎症、頸椎椎間板ヘルニア、頸椎症性神経根症などがあります。

利用には主治医の指示が必要となります。
診察の際にご相談下さい。



おうちでできる 簡単ホーム エクササイズ

冬が終わり過ごしやす季節となって参りました！
冬は寒さから運動をサボり気味だった人も暖くなった今こそ運動の
始め時です。ウォーキングやランニングなど外で季節を感じながら
行う運動もいいですが今回は室内できるトレーニングをご紹介します！
いただきます！

お尻上げ(大殿筋トレーニング)

- 1 仰向けの状態で両膝を立てる
- 2 そこからゆっくりと両膝を立てたままお尻を上げて5秒キープ
- 3 ゆっくりとお尻を下ろし①に戻る

これを10回行います。
大殿筋は歩行時の推進力や椅子からの立ち上がりなどに関り、大殿筋の筋力が落ちてしまうと背中が丸くなり、立った時の姿勢に崩れが生じるともいわれています。



踏み込み体操

- 1 身体をまっすぐ伸ばしたまま片足を前に出す
- 2 前に出した足に体重をかけるように踏み込む
- 3 足を元の位置に戻す

これを片方ずつ左右ともに10回を目安に行います。
このトレーニングは効率よく下半身の筋肉を鍛えることができ、バランス能力の向上に繋がります。
難しい方は固定されたものを支えにして行うようにしてください。



※急な運動は怪我にも繋がるためこれらは運動を週に2~3回を目安に無理のない範囲で行いましょう。
しんどいと感じられましたら回数を減らしたり、負荷量を調整してください。

京都回生病院

京都市下京区松原通七本松西入ル 〒600-8814
TEL(075)311-5121(代) FAX(075)314-1843

- 訪問看護ステーションかいせい
TEL(075)323-2585 FAX(075)323-3233
- 京都回生病院 デイケアセンター
TEL(075)314-2021 FAX(075)314-2133
- 京都回生病院居宅介護支援事業所
TEL(075)321-6365 FAX(075)323-2586
- 訪問リハビリテーションかいせい
TEL(075)323-0533 FAX(075)323-9006

在宅介護支援センター 京都回生病院

京都市下京区松原通七本松西入ル 〒600-8814
TEL(075)321-6365 FAX(075)323-2586

介護老人保健施設

ケアセンター回生

京都府向日市物集女町中海道 19-5 〒617-0001
TEL(075)934-6888(代) FAX(075)934-7513

- 訪問看護ステーション 第二かいせい
TEL(075)934-6886 FAX(075)934-7050
- ケアセンター回生 デイケア
TEL(075)934-6905 FAX(075)934-7513
- ケアセンター回生居宅介護支援事業所
TEL(075)935-2018 FAX(075)934-7050
- 訪問看護ステーション第2かいせい かいで出張所
TEL(075)950-0802 FAX(075)950-0803

向日市北地域包括支援センター

京都府向日市物集女町中海道 19-5 〒617-0001
TEL(075)934-6887 FAX(075)934-6910

クリニック回生

京都市中京区御幸町通錦小路上ル 〒604-8051
TEL(075)255-0253 FAX(075)255-0254

- 訪問診療
TEL(075)229-6272 FAX(075)229-6273
- 訪問リハビリテーション クリニック回生
TEL(075)255-0273 FAX(075)255-0291
- アンチエイジングリハビリテーション回生
(通所リハビリテーション)
TEL(075)255-0275 FAX(075)255-0292
- 居宅介護支援事業所 クリニック回生
TEL(075)255-0350 FAX(075)255-0301

回生歯科クリニック

京都市下京区中堂寺庄ノ内町 1-78
TEL(075)323-3222 FAX(075)323-3225

- 訪問歯科
TEL(075)323-3228 FAX(075)323-3225

募集中!!



薬剤師
看護師 介護士
准看護師 看護助手
介護福祉士 社会福祉士

詳しくは回生会本部
採用係まで

TEL 075-315-3477(直通)
0077-23-511238(無料)

◆ 患者様の権利 ◆

1.良質な医療を公平に受ける権利があります

患者様は、個人として常にその人格を尊重され、病院がなし得る最善・適切である良質な医療を公平に受ける権利があります。

2.説明や情報を得る権利があります(インフォームド・コンセント)

患者様は、病気、治療、検査、見直しなどについて、十分な説明と情報提供を受ける権利があります。

3.選択の自由と自己決定権があります

患者様は、十分な説明と情報提供を受けたうえで、治療方法などを自らの意志で選択し、決定する権利があります。又、他施設の医師の意見(セカンドオピニオン)を希望される場合には、当院で受けた診療に関する情報を求める権利があります。

4.個人情報及びプライバシーを保ってもらう権利があります

患者様の個人情報やプライバシー等については、保ってもらう権利があります。

5.診療情報の開示を求める権利があります

患者様は、申請によりご自身の診療記録等の開示を求める権利があります。

6.研究途上にある治療方法や薬剤の投与(治験)を行うことは致しません

◆ 患者様の責務 ◆

1.自ら健康に関する情報を正確に医療者に伝える責務があります

良質な医療の提供を受けるために、ご自身の健康状態について、正確に提供する責務があります。

2.病院の規則に従い他者への迷惑にならないように努める責務があります

すべての患者様が等しく適切な医療を受けられるようにするために、他の患者様や病院職員に支障を与えないよう配慮する責務があります。

3.治療等に関してご自身の意思を明らかにする責務があります

適切な治療方針を決めるために、ご自身の意思や意見を伝える責務があります。

4.ご加入の保険を正確に伝え、受けた医療に対する医療費をお支払いいただく責務があります

医療法人 回生会は、患者様が公平な医療を受けられることなどを尊重し、患者様と医療提供者がお互いの信頼関係に基づき、協働して良質な医療の提供に努めます。