

生活の工夫

外へ出かけよう！
電車編

シリーズ @家 あっとは〜む vol.3①

「お出かけしたいけど、車椅子だから・・・」「歩行器を使用しているから・・・」と外出を諦めていませんか？
車椅子や歩行器を使用していても安心して外出できるように、今回は電車の乗り方についてご紹介します。

路面電車の乗り方 ~広島電鉄株式会社の場合~

▶路面電車に車いすや歩行器で乗るには？



上のマークは障害がある方も利用できることを示しています。

車いすや歩行器で乗る場合は、**低床タイプ**がおすすめです。

介助が必要な場合や低床ではない電車に乗車する場合は、乗務員さんに声を掛けましょう。

※混雑状況や車両の種類によっては乗車が難しい場合がありますので、事前に最寄りの営業所等へお問合せすることをおすすめします。

▶低床タイプの電車がいつ来るかを知るには？



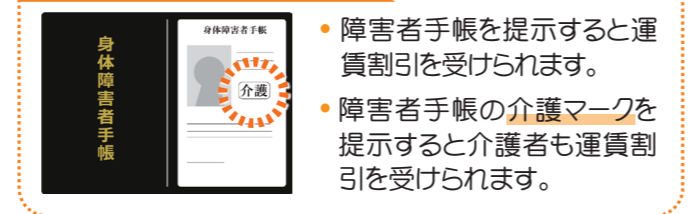
広島電鉄のホームページから、ご利用の駅・電停付近の電車に低床タイプがあるかどうか調べられます。

検索方法ごとに、低床タイプの有無を確認することができます。



ホームの表示で低床タイプの電車が来るかどうか確認できます。

障害者割引について



▶ 障害者手帳を提示すると運賃割引を受けられます。

▶ 障害者手帳の介護マークを提示すると介護者も運賃割引を受けられます。

ワンポイントアドバイス！

誤嚥のサインに注意！

誤嚥を疑う食事の様子

- 飲み込んだ時にむせる、咳が出る
- 吐き出した痰に食べ物のかすが含まれている
- 飲み込むときに強い力がある
- 食事時間が伸びた
- 食後、湿ったガラガラ声になる

ブローイング運動

準備するもの...500mlの空のペットボトル (柔らかいもの)

準備

- 大きく息を吸う。
- ペットボトルをしっかりと口に合わせる。
- 約5秒間、できるだけ強く口から息を吹き続ける。

※5セット繰り返す。

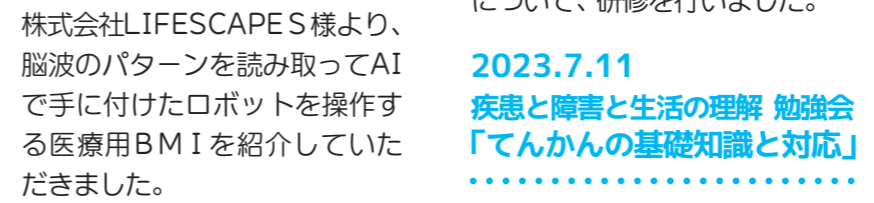
ペットボトルの材質を変えたり、ガムテープを巻き付けると、より抵抗が強くなり、トレーニングのレベルがアップします。

参考：日本摂食・嚥下リハビリテーション学会；第3分野 摂食・嚥下障害の評価、MTPSSE 第3巻 レジスタンス運動プログラム 監修：言語聴覚士

ニュース

2023.7.3 BMI (ブレン・マシン・インターフェイス)

株式会社LIFESCAPES様より、脳波のパターンを読み取ってAIで手に付けたロボットを操作する医療用BMIを紹介していただきました。



2023.7.7 回復期・生活期 合同症例検討会

40回目となる今回は、自宅退院後、当法人の訪問リハビリを利用されている嚥下障害のある方の事例を基に検討会を行いました。より良い支援や連携を目指し、情報共有を行いました。



2023.7.26 手指運動リハビリテーションシステム MELTz (メルツ)

株式会社メルティンMMI様と住友ファーマ株式会社様より、手の動きをAIが解析し、動作をサポートするMELTzを紹介していただきました。



2023.6.26~7.7 防災研修

「災害の記憶を伝える」をテーマにリスクの把握、避難行動や備えについて、研修を行いました。

2023.7.11 疾患と障害と生活の理解 勉強会 「てんかんの基礎知識と対応」

てんかんの基礎知識や発作の初期対応などについて研修を行いました。



採用・昇進

7月の辞令です。よろしくお願いします。

採用

つの ともこ
津野 智子
(看護師)
本館 2階

くぼた ひろこ
久保田 寛子
(介護福祉士)
西館 2階

よねだ みか
米田 美佳
(保育士)
びよびよ園

※ 令和5年度 新入職員31名が本採用になりました。

[発行・編集]
(財)日本医療機能評価機構認定病院 西広島リハビリテーション病院 事業局
〒731-5143 広島市佐伯区三宅6丁目265番地
TEL : (082)921-3230(代) FAX : (082)921-3237
https://www.welnet.jp E-mail: wel@welnet.jp

8月	行事についての詳細は院内掲示をご覧ください。職員にお問い合わせください。	
1 火		友引
2 水		先負
3 木		仏滅
4 金		大安
5 土		赤口
6 日		先勝
7 月		友引
8 火		先負
9 水		仏滅
10 木		大安
11 金	山の日	赤口
12 土		先勝
13 日		友引
14 月		先負
15 火		仏滅
16 水		先勝
17 木		友引
18 金		先負
19 土		仏滅
20 日		大安
21 月		赤口
22 火		先勝
23 水		友引
24 木		先負
25 金		仏滅
26 土		大安
27 日	西リハ 家族教室 感染拡大防止対策のため 当面の間、家族教室は中止しております	赤口
28 月		先勝
29 火		友引
30 水		先負
31 木		仏滅