

～つながり～

Link

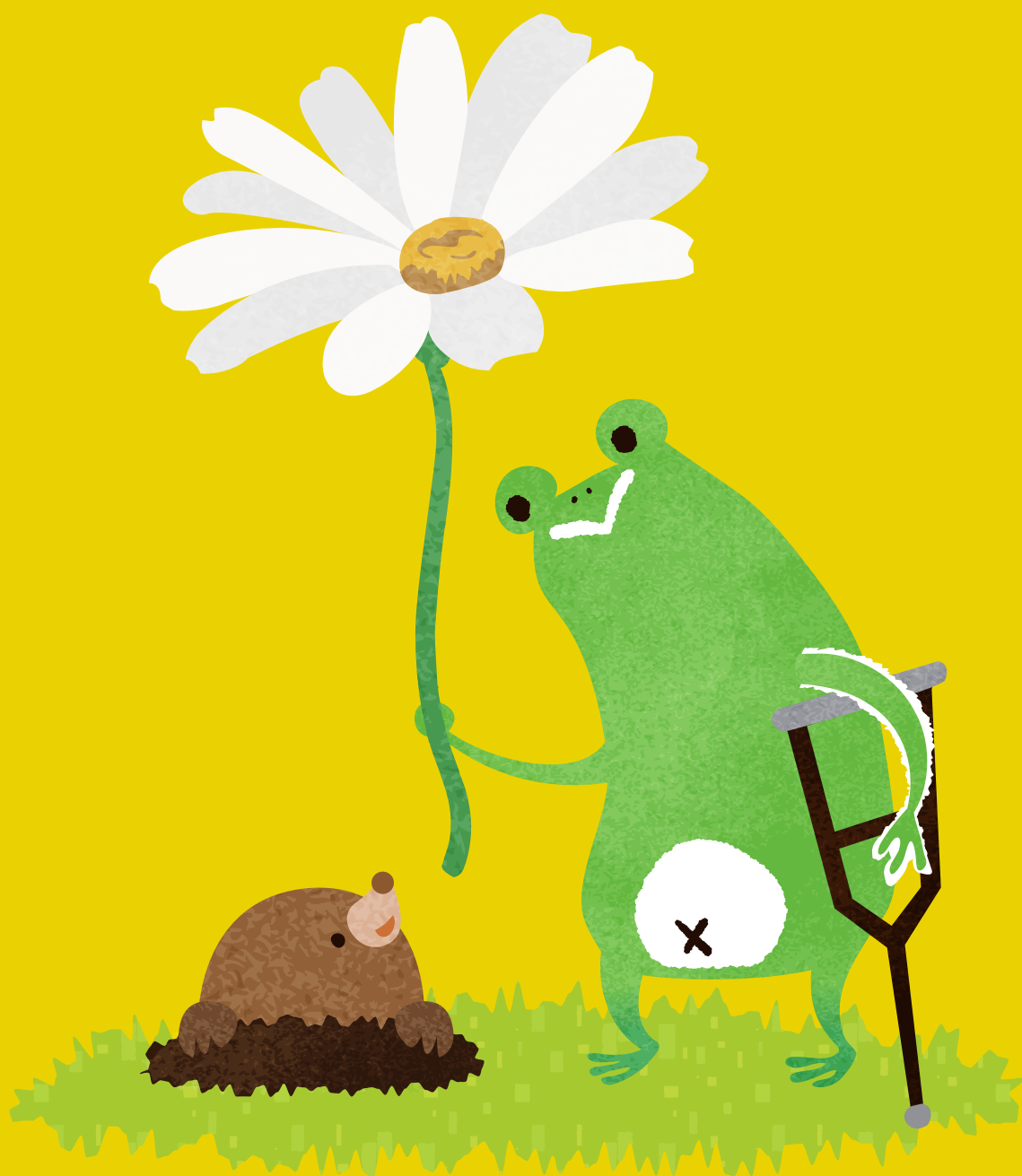
石橋総合病院広報誌

Vol.
28

2026/4

Ishibashi
General Hospital

特集..回復期リハビリテーション病棟





回復期

リハビリテーション病棟

～つながり～

Link

Vol.28 2026/4 発行

Index

特集 回復期リハビリテーション病棟

回復期リハビリテーション病棟紹介	2
リハビリテーション入院から退院までの流れ	6
要支援・要介護とは	8
自宅での転倒防止のポイント	9
担当医紹介	10
私のいち推し店	11

裏面／外来担当医表



表紙イラスト：『無事にカエル』
回復期リハビリテーションは病状が安定した時期にはじまる、在宅復帰を目指すリハビリ治療。患者さんの皆様が無事日常へ「カエル」ことを願って、今日もリハビリチームは邁進中です！

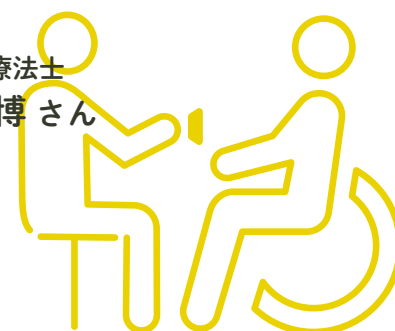
大きな病氣やけがをすると、多くの方はまず「急性期病院」と呼ばれる病院で治療を受けることになりま
す。急性期病院は、命の危機にある患者さんを受け入れ、治療を行い、命を救うことを使命としています。そのため、病状が安定し命の危機を脱すると、次の治療段階へ進むため退院を勧められます。しかしこの時期、多くの患者さんはまだ身体や心への負担が大きく残っており、すぐに元の生活へ戻ることが難しいのが現実です。その結果、患者さんご本人やご家族が不安や戸惑いを感じるケースも少なくありませんでした。

こうした背景から、平成12年（2000年）に「回復期リハビリテーション病棟」が誕生しました。回復期リハビリテーション病棟は、命の危機を脱した後も医学的・心理的な支援が必要な患者さんを受け入れ、心身ともに回復した状態でご自宅や社会へ戻っていただくことを目的とした病棟です。当院では、4階南に42床の回復期リハビリテーション病棟を有しており、医師をはじめ多職種専門スタッフがチームとなって、集中的なリハビリテーションを行っています。

監修医師 高倉 朋和 先生

横浜市立大学医学部 卒 | 日本リハビリテーション医学会 認定リハビリテーション科専門医 / 指導医 | 日本義肢装具学会認定 義肢装具専門医 | 日本スポーツ協会スポーツドクター | 日本パラスポーツ協会パラスポーツ医

監修理学療法士 熊倉 康博 さん



集中的なリハビリの提供

回復期リハビリテーション病棟に入院中はリハビリスタッフによる1日最大3時間の集中的なリハビリを行うことができます。入院中は、起床から就寝までの身支度や食事、トイレ、歩行など、生活そのものがリハビリです。スタッフがそばで支えながら、少しずつ「自分でできること」を増やしていきます。

当院の一日あたりの平均リハビリ時間



平均
2.3時間

令和7年度 平均一日リハビリ単位数=7.1単位(1単位=20分)

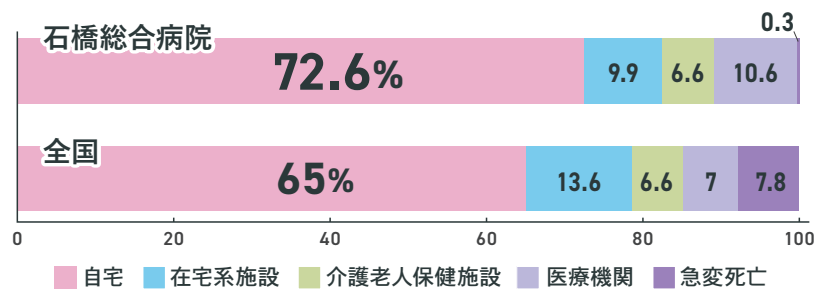
高い在宅復帰率・実績指数の維持

全国の回復期リハビリテーション病棟と比較しても高い在宅復帰率を維持しています。

在宅復帰率

退院された患者さんの人数のうち、自宅退院またはそれに準じる施設に退院された方の割合

72.6%



※本誌に記載の数値は2025友志会回復期リハビリテーション病棟 年報から抜粋
※当院の一日あたりの平均リハビリ時間のみ、R7年4月～R8年3月のデータ



リハビリ
テーション室



平均を上回る
リハビリテーション実績指数

リハビリテーション実績指数

リハビリテーションを提供したことによる改善を示す数値。数値が高いほど改善されたことを表す

石橋総合病院

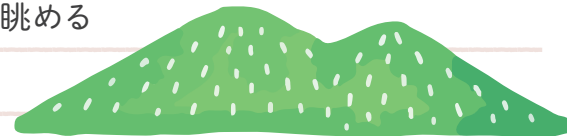
50.3

全国平均

46.6



当院4階南側にある回復期リハビリテーション病棟は窓からの景色も良く、晴れた日には筑波山や日光の山々を眺めることができます。

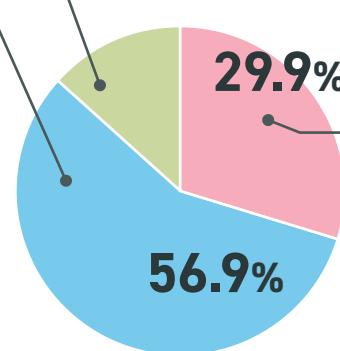


運動器疾患

大腿骨近位部骨折	39.7%
脊椎関連	25.6%
圧迫骨折	16.7%
骨盤骨折	6.4%
変形性膝関節症	4.5%
椎間板ヘルニア	3.2%
その他	3.8%

廃用症候群
13.2%

当院における 疾患構成 (R6年度)



脳血管疾患

脳梗塞	61.7%
脳出血	24.7%
脊椎損傷	6.2%
その他	7.4%

③ 廃用症候群
(長期寝たきりによるADL低下)

② 運動器疾患
(大腿骨骨折など)

① 脳血管疾患
(脳梗塞・くも膜下出血など)

回復期リハビリテーション病棟は入院可能な対象疾患・状態が、厚生労働省により定められています。

入院できる疾患

365日、毎日2～3時間、専門職によるマンツーマンの
良質なリハビリテーションをご提供いたします。

在宅生活

デイケア施設や訪問リハビリなどを
利用し、在宅生活を維持



理学療法

生活における基本動作
の回復と維持を支援



作業療法

食事、入浴、書字など、
応用的動作を支援



言語聴覚療法

言葉、聞こえ、嚥下機能
の訓練を支援



リハビリカンファレンス

各専門のスタッフが、患者さんの能力や希望、
退院後の生活を多角的に検討し、ケアやリハビ
リの目標・計画を策定します。



MUROソリューション

筋肉の微弱な活動を検知し、それに応じた電気刺激を
与えることで、リハビリを効
果的に進めます。



嚥下内視鏡・造影検査

安全に食事をとっていただく
ため嚥下機能検査を行います。

入院中



装具診

麻痺や筋力低下がある場合
必要に応じて装具を製作し
ます。



看護師の取り組み

残存機能を最大限に活用で
きるよう、入院生活そのもの
がリハビリと考えて生活の
サポートをします。

入院から

退院までの流れ

入院時



入院時動作確認

入院された日の午前中、医師・
看護師・介護士・理学療法士・
作業療法士・医療ソーシャル
ワーカーが日常動作を確認し
ます。

転院

前向きな思いで機能回復を
目指せるよう、心理的支援
にも取り組んでいます

治療

発症直後の治療や手術
など「命と身体を守る治療」
が行われる

急性期病棟

大学病院や当院3階
急性期病棟など



発症

退院前



家屋評価

ご自宅とその周辺の環境を評価
し、患者さんの運動能力に合わせ
た家屋改修計画を提案します。



栄養士の取り組み

患者さんの栄養状態や食事の様
子を確認しながら、嗜好や嚥下
機能などを考慮した栄養プラン
を個々に作成します。



退院支援

看護師や社会福祉士などの多職種チームが、患者さ
んの退院を支援します。退院後の生活を見据え、最適
な療養環境を多角的にご提案。また院内の「在宅介護
支援センター」と連携し、入院から在宅まで切れ目なく
サポートします。



監修：理学療法士
熊倉 康博

日常の転倒リスクを減らそう！ 自宅での転倒防止のポイント

その1 体を鍛える

- 足の筋肉を強くする運動
(スクワットやかかと上げ)
- バランスをとる練習
(片足立ちやかかと・つま先歩き)
- 歩き方の練習
(歩幅を広げたり、リズムよく歩く)



- 目や耳の検査を受ける
- 立ち上がる時はゆっくり行い、水分をしっかりとる
- 薬の見直し(飲みすぎに注意)



その3 行動や気持ちのサポート

- トイレの時間を決めて誘導する
- ゆっくり動く習慣をつける
- 適度に体を動かす
- 睡眠環境をよくする
- 心のケアをする



その2 家の環境を整える

- 段差をなくしたり、滑り止めマットを使う
- 夜間の照明を増やす
- かかとがしっかり固定できる靴を履く
- トイレやお風呂に手すりをつける
- 家具の配置を安全に見直す

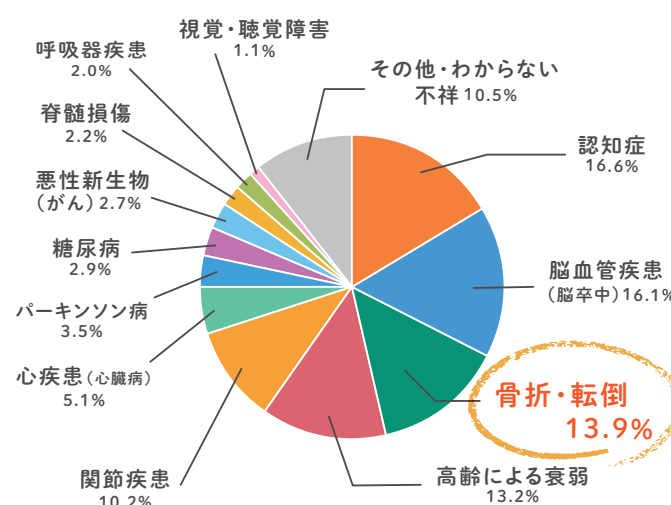
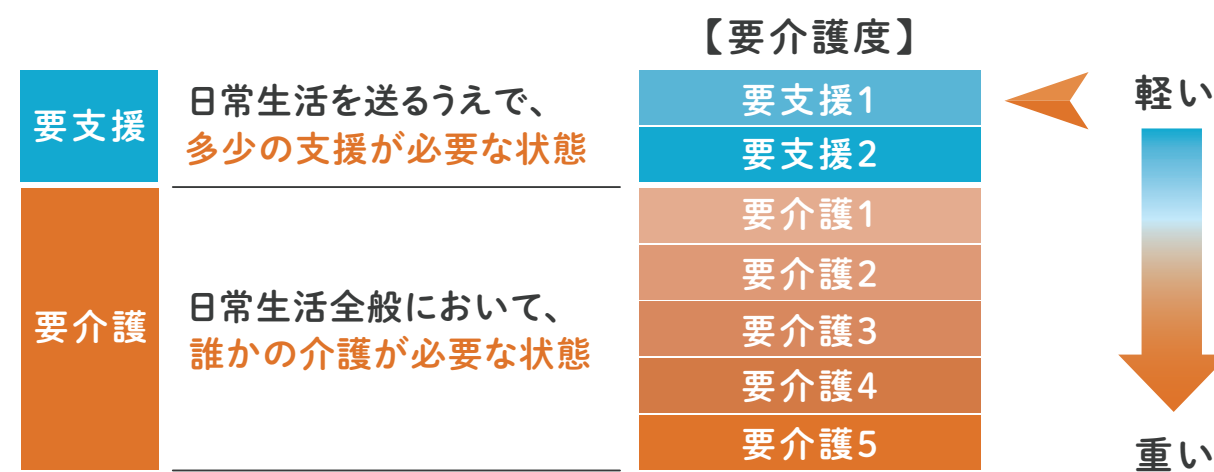
転倒予防チェック

- ☒ 床や通路に、新聞・雑誌・電気コードなどが置かれていない
- ☒ マットやラグは、ずれたりめくれたりしていない
- ☒ 玄関・廊下・トイレ・浴室に、つかまれる場所がある
- ☒ 家の中は明るく、夜間も足元が見やすい
- ☒ 夜のトイレまでの通りに、足元灯や照明がある
- ☒ 室内でも、かかとがあり足に合った履物を履いている
- ☒ いすやベッドから立ち上がる時は、ゆっくり動いている
- ☒ 最近、ふらつきや立ちくらみを感じる事が少ない
- ☒ 外出やリハビリで、足の筋力を保つ意識をしている
- ☒ 「ここは危ないかも」と思う場所を把握している

要支援・要介護とは？

加齢や病気、けがなどにより、日常生活の中で何らかの支援や介護が必要な状態を要支援・要介護状態と呼びます。食事や入浴、移動といった動作が一人では難しくなり、介護保険サービスを利用しながら生活をしていく段階です。その重さにより要支援1～2・要介護1～5に分類されます。

自立 日常生活を送る上で、介護サービスなどの支援が必要ない状態



要支援・要介護状態になるきっかけはさまざまですが、その第三位が「骨折・転倒」であることを「存じましょうか。さらに、その転倒の多くは屋外ではなく、住み慣れた自宅で行っているといわれています。」「長年暮らしてきた家だから大丈夫」と思っている、筋力やバランスの低下、ちょっとした段差や床のすべりやすさが重なることで、転倒のリスクは高まります。

そこで今回は、日頃から多くの患者さんの動きを見ている理学療法士に、自宅で転倒しないためのポイントを聞きました(次ページ)。毎日の生活の中で今日からできる工夫を知り、安心して自分らしい暮らしを続けていきましょう。

実は身近な介護要因
「骨折・転倒」

私の いち推し店

ブーランジェリー・リール
Boulangerie Rire

季節に合わせて内容が変わる、小さなパンの詰め合わせセットです。いろいろなパンを少しずつ楽しみたい方におすすめです。

オススメ：ランチボックス（価格は内容により変動）



JR自治医大駅から車で約5分。2005年のオープン以来、下野地域に愛され続けているのが、今回の「押し店」Boulangerie Rire（ブーランジェリー・リール）さんです。店名はフランス語で「笑顔のパン屋」を意味し、作り手もお客様も皆が笑顔になれるようにという願いが込められています。「パンを日常の食卓に広めたい」との想いから、誰もが親しめる味を目指しています。



扉を開けると、対面式のショーケースに並ぶ約100種類のパンやサンドイッチ、焼き菓子が迎えてくれます。一般的なパン屋のようにトレイで取るセルフ式にしないのは、会話を楽しみながら、食べるシーンに合わせた提案をしたいというこだわりから。本場フランスのものより外側を薄く仕上げたフランスパンは、ほどよい食感で食べやすいのが特徴です。もうひとつのこだわりが、まだ国内でも少ない急速冷却機の導入。焼き立てのパンをあえて急速に冷ますことで、水分や香りを閉じ込め、時間が経ってもしっとりとした美味しさを保つことができます。



推し人オススメのランチボックス

店内にはイトインコーナーもあり、コーヒーや紅茶、スムージーなどのドリンクとともに楽しめます。あれもこれも食べたい！という方には、数種類のミニサイズのパンを詰め合わせた「ランチボックス」もおすすめです。日々の食卓を少し豊かにしてくれる、とっておきの一品を探しに足を運んでみてはいかがでしょうか。

ブーランジェリー・リール
Boulangerie Rire

所在地 栃木県下野市薬師寺2291-6
TEL 0285-48-5230
営業時間 10:00 ~ 18:00
定休日 月・日曜日 ※Instagramでご確認ください。



石橋総合病院

担当医紹介

リハビリテーション科

高倉 朋和 Tomokazu Takakura

横浜市立大学医学部卒
日本リハビリテーション医学会専門医・指導医
日本義肢装具学会専門医
日本スポーツ協会スポーツドクター
日本パラスポーツ協会パラスポーツ医



リハビリテーションという言葉の由来、中世ヨーロッパのラテン語「rehabilis[re-（再び）+ habilis（適した、ふさわしい状態にする）]」にあります。現代では、病後・怪我からの回復のみならず、本来の身体機能・活動状態を取り戻すための一連の治療を指す言葉として広く用いられています。回復期リハビリテーション病棟にご入院される患者さんは、手術などの急性期治療を乗り越えてきた間に、基礎的な体力が

リハビリテーションには栄養・運動・休息と薬剤調整が重要

大きく低下してしまっていることも多いです。体力向上・身体機能向上を図るには、栄養・運動・休息が欠かせません。特に栄養管理面では、タンパク質・糖質・脂質にビタミン・ミネラルを含めた5大栄養素をバランスよく補充することが重要です。また複数疾患に対し、多数の薬剤を内服している状態（ポリファーマシー）の患者さんも多く、副作用によるふらつき・摂食嚥下障害・夜間せん妄（不眠）が回復の妨げとなることもあり、治療の進捗状況に応じて可能な限りお薬を減らしてゆくことがあります。そのため、治療経過に応じて薬剤を適切に見直していくことも大切です。ご入院期間中の、栄養管理や薬剤調整もしっかり行いながら、体力向上を図り最大限の身体機能・活動向上が得られるようにお手伝いをしています。

法人のロゴが変わりました

当院の運営法人である友志会が、令和7年10月に社会医療法人へと法人格を移行したことを機に、友志会グループのロゴマークをリニューアルしました。

従来のマークより花のモチーフを踏襲し、3枚の花びらで3法人を表したほか、医療・介護・子育ての連携と地域との繋がりをリボンで表現しています。ハートを思わせる意匠には、親身なケアと関わり合いを大切にする想いを込めました。新しいロゴマークと共に、誰もが安心して暮らせる地域づくりに向け、気持ち新たに努力してまいります。



YUSHIKAI GROUP
友志会グループ

INFORMATION

石橋総合病院外来診療担当医表

（2026年4月現在）

科名	曜日	月		火		水		木		金		土
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
内科（新患）	☆三好祐頭 ☆三室淳	☆林ゆめ子	☆平野道基	野口篤人	☆星野孝文 ☆三室淳	—	☆長彦彦	☆林ゆめ子	佐藤理華	佐藤理華	☆三好祐頭	
腎臓内科	—	—	—	—	—	☆藤田和己	—	—	—	—	—	—
消化器	—	—	—	—	☆星野孝文	☆星野孝文	☆長彦彦	三枝充代	—	—	—	—
内分泌 （糖尿病・甲状腺）	☆齋藤孝子	—	☆武井祥子	—	☆武井祥子 小飼貴彦	小飼貴彦	☆武井祥子 加藤嘉奈子	☆齋藤孝子	☆笠井貴久男 海老原千尋	—	—	—
リウマチ	—	—	新井聡子	新井聡子	—	—	—	—	—	—	—	—
呼吸器	☆三好祐頭	☆林ゆめ子	—	☆三好祐頭	坪地宏嘉 （第1・2・4・5）	坪地宏嘉 （第3のみ）	—	☆林ゆめ子	—	☆林ゆめ子	—	—
循環器	☆平野道基	—	☆平野道基 菊池達郎	—	大谷賢一	新島聡	☆平野通基	—	—	小栗淳	—	—
脳神経内科	—	—	—	小出玲爾 （第2・4）	澤田幹雄	澤田幹雄 （第1・3・5）	—	—	池口邦彦	—	—	—
血液内科	☆三室淳	—	大嶺謙	野口篤人	☆三室淳 海野健斗	海野健斗	☆三室淳	—	蘆澤正弘	蘆澤正弘 和泉透	—	—
外科	☆大塚紳 ☆森和亮	—	☆大塚紳 ☆清水徹一郎	—	☆清水徹一郎	—	☆清水徹一郎 ☆森和亮	—	☆大塚紳 ☆森和亮	—	—	—
整形外科	☆秋原秀 ☆渋谷花観	—	☆安食孝士 ☆木村敦 齊藤寿大 初診受付11:00迄	—	☆安食孝士 ☆堀井倫子 秋山達	—	☆萩原秀 安藤治朗 初診受付11:00迄	—	☆堀井倫子 ☆渋谷花観	—	下記参照	—
<専門外来> 脊椎外来	井上泰一	—	—	—	—	—	—	—	☆木村敦	—	—	—
<専門外来> 骨粗鬆症外来	—	—	—	—	—	—	—	杉本直哉 （第1・3）	—	—	—	—
<専門外来> スポーツ外来・ 肩関節外来	—	—	—	—	—	飯島裕生 （肩関節） （第1・3）	高橋恒存 （膝関節）	高橋恒存 （膝関節）	—	—	—	—
<専門外来> 肩・肘外来	—	—	—	—	—	—	—	—	—	笹沼秀幸	—	—
脳神経外科	—	☆小黒恵司	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
形成外科	—	—	—	—	—	—	—	森田侑平	—	—	—	—
泌尿器科	☆中野一彦	—	☆中野一彦	—	藤村哲也	高岡栄一郎	渡辺美穂 （第1・3・5）	—	森田辰男	—	—	—
婦人科	—	—	坂本尚徳	—	—	—	—	—	—	—	—	—
耳鼻咽喉科	☆田中利明	—	☆田中利明	福原隆宏	☆田中利明	—	橋本研	非常勤医師	☆田中利明	—	—	—
<専門外来> 嚥下外来 （完全予約制）	—	—	—	—	☆田中利明	—	—	—	—	—	—	—
<専門外来> 補聴外来 （完全予約制）	—	—	—	—	—	—	—	—	☆田中利明	—	—	—
眼科	妹尾正 診察11~13時	—	☆高山良	☆高山良	—	☆高山良	☆高山良	☆高山良	☆高山良	☆高山良	—	—
皮膚科	—	神谷浩二	—	—	—	—	塚田鏡寿	—	—	—	—	—
リハビリテーション科	—	—	☆堀井倫子	—	—	—	☆安食孝士	—	—	—	—	—

☆は常勤医師

【土曜日診療担当医表】

総合内科		整形外科									
毎週土曜	☆三好祐頭	第1土曜	西村貴裕	第2土曜	☆木村敦	第3土曜	倉林寛	第4土曜	高橋恒存	第5土曜	☆非常勤医師

受外来 時間診療

月～金	午前	8:30～12:00
	午後	13:30～16:00
土	午前	8:30～11:00

注）土曜日の診療は、内科・整形外科のみとなります。

※初診の方は受付終了30分前までに受付をお済ませください。

（左記以外）

■ 泌尿器科	午前	8:30～11:00 10:30まで*
■ スポーツ肩関節外来 第1・3水曜日	午後	13:30～18:00 17:00まで*
■ 肩肘外来	午後	13:30～17:00 16:00まで*
■ 整形外科	火・木曜日 11:00まで*	
■ 眼科	月曜日	8:30～13:00 12:30まで*

完全予約制外来

- 嚥下外来
- 補聴外来

※初診の方の受付時間

【休診日】 土曜午後・日曜・祝日・年末年始（12月30日～1月3日）

※当日以外の予約変更は平日14時～16時にお電話ください

【面会時間】 平日／14:00～19:00 土日祝／13:00～19:00

※詳細は病棟スタッフにお問い合わせください

外来診療担当医表は都合により休診、変更となることがあります。診療日時の詳細については受診される前日までに院内掲示、お電話またはホームページのお知らせ等でご確認ください。

社会医療法人友志会 石橋総合病院地域連携部（栃木県下野市下古山1丁目15-4）

代表	Tel.0285-53-1134 Fax.0285-53-3957
地域連携部直通	Tel.0285-53-1136 Fax.0285-53-7799

広報誌に関するみなさまからのご意見・ご感想をぜひお聞かせください。
（右のQRからアンケートフォームをご利用ください▶）



～ご準備ください～

保険証はマイナンバー
カードをご利用ください



マイナカードと保険証の紐付けがお済でない方は当院でも設定が可能です。