

地域とともに歩む一年に

新年度を迎え、当院は地域の皆さまの“その人らしい生活”を支え、
安心と温かさのある医療を大切にしながら、
「ありがとう」であふれる病院を目指してまいります。

院長 太田 茂安



腰痛と日常生活 整形外科部長 新谷 和也

“二本足で歩き始めた人間の宿命”と言われるように、腰痛に悩む方はとても多くいます。その原因は様々ですが、いずれにしても腰は重い上半身をしっかりと支えてくれているのですから、私たちも日頃から負担をかけない様な気配りが必要となります。そこで腰痛を予防するために普段の生活の中で心掛けていただきたい事をいくつか挙げてみます。

椅子に座る時

前屈みの姿勢を避け、背筋を伸ばして深く座ります。1時間に1回は立ち上がり、軽く歩いたりストレッチを行うなど、長時間座り続けることは避けましょう。



歩く時、物を持つ時など

胸を張った良い姿勢で、無理のない距離を歩いて下さい。
中腰や前かがみの姿勢で物を持ち上げようとせず、一度しゃがんで、体の近くに寄せてから持ち上げましょう。
長時間のしゃがみ込み(草取り)などは腰に負担がかかり、特に高齢者の方は骨粗鬆症による脊椎圧迫骨折(脆弱性)などを引き起こしたり、その他の腰痛の原因にもなり易いので注意して下さい。
掃除の際には柄の長い道具を使い、前屈みの姿勢を避けるなどの家事の工夫も有効です。



就寝時

自然に寝返りを打ち、姿勢が変わるようにすることが理想的です。
腰を沈めてしまう様な柔らかすぎる寝具は避け、適度な硬さのある物を使用して下さい。



以上のように、不良姿勢や同じ姿勢を長時間続けない事がポイントです。
また、睡眠不足や過労、ストレスなども腰痛の誘い水となりますので、基本的な健康管理も大切となります。日常生活の小さな工夫が予防に繋がりますが、たかが腰痛と油断していると、例えば脊椎圧迫骨折の繰り返しなどで、QOL(生活の質)やADL(日常生活動作)が低下し、健康寿命を縮める事にもなりかねません。以上のような点を日頃にしていただき、これからもお元気で快適な生活をお過ごしください。

お子さまの「できた！」を最大限に引き出す リハビリテーション

リハビリテーション部 主任 言語聴覚士 太田 洋介



幼児期～小学校低学年の時期に大切なのは、新しい動きを「脳と体が覚える」ことです。子どもの脳は変化する力にあふれていますが、せっかく身についた動きも、間隔が空くと忘れてしまうことがあります。

適切な頻度で通い、繰り返し練習することで、お子さまの「できた！」につながります。
また、定期的にお会いすることで、日々の小さな成長に合わせたサポートがしやすくなります。

小児リハビリでは、比較的予約が取りやすい平日午前（10時・11時）の枠をご案内しております。
この時間帯は通いやすく、継続しやすいリズムが作りやすいのでおすすめです。



日々の通院は大変なことあるかと思いますが、お子さまの「できた！」を最大限に引き出せるよう、これからも丁寧に寄り添っていきます！

2月3日 節分 行事食 栄養科

巻き寿司の海苔は噛み切りにくいため、海苔の代わりに柔らかく噛み切りやすい大豆シートを使用しています。

患者さまから「入院中に巻き寿司が出るなんて嬉しいね。」と喜びの声をいただき、食思不振で普段は食事がすすみにくい方も、巻き寿司には手を伸ばされる様子がみられました。

今後も季節を感じる食事、患者様に喜んでいただける食事の提供ができるよう、給食委託会社の皆さまと協力して取り組んでまいります。



献立：巻き寿司・里芋の煮物、すまし汁、
豆乳ブラマンジェ

RPA奮闘記：“私たちの挑戦”

RPA（Robotic Process Automation：ロボティック・プロセス・オートメーション）とは、毎日のルーチン作業や集計業務などをロボットに任せることで、職員がより専門的な業務に集中できるようにする取り組みです。

当院では、2024年11月10日にRPA導入をスタートし、全職種が参加して、日々の業務の中から「自動化できること」を探しながら、DX化を進めています。

まだ始まったばかりの挑戦ですが、現場では試行錯誤しながらも、少しずつ手応えが生まれています。

職員の声：奮闘しながら少しずつ前へ～

🔍 気づき・変化

- 通常業務の中で何が自動化できるのか、意識するようになった。

🚀 期待していること

- 毎日のルーチン作業が自動化されること。
- 正確性（入力ミス防止・ダブルチェックの省略）。
- 各種システムと連携することで更に効率化が進むこと。



🌸 苦労していること

- 複雑な操作になると、チンプンカンプン。
- エラー解消が大変で、毎回ドキドキする。

😊 それでも前向きに

- 難しいけど、結構面白い。
- ロボットがうまく動いた時の達成感が大きい。
- “プチ達成感”が励みになる。
- 研修中は大パニック！でも、みんなで奮闘している時間が楽しい。

※DX（Digital Transformation：デジタル・トランスフォーメーション）
＝デジタル技術を活用して、業務や働き方をより良くしていく取り組み

DXは“人の成長”の物語でもある

RPA導入は単なるシステムの導入ではなく、
「業務を見直す力」
「改善を考える視点」
「新しいことに挑戦する姿勢」
を育てる取り組みでもあります。

まだ始まったばかりのDX化ですが、職員一人ひとりの気づきや挑戦が積み重なり、確実に前へ進んでいます。
これからも、当院らしい“等身大のDX”を続けていきます。



私たちは、
「ありがとう」を贈り、「ありがとう」を頂き、
「ありがとう」であふれる空間を作り続けます。 豊川さくら病院 理念



豊川さくら病院 基本方針

1. 心通う医療や福祉を通じて、心と身体の回復を図れるよう一緒に歩みます。
2. 生活の中で必要な活動に結び付ける回復リハビリテーションを提供することにより、患者様の日常生活機能が向上するように努めます。
3. 社会生活の中で、人が人らしく生きて暮らしていくために、その人らしい社会生活行為の継続が可能となるように努めます。
4. 多職種協働により質の高い医療及び福祉を提供し、患者様利用者様の生活支援に努めます。
5. 地域の医療・福祉関連施設と連携し、それにより生み出される医療及び福祉を、患者様に向けて全力で提供できるように努めます。
6. 私たちと患者様との回復リハビリテーションによる共生の下には、「ありがとう」があることを常に忘れません。