関越リハだより
PRESENTED BY DEPARTMENT OF REHABILITATION
2026年11月 86号

発行日：2026年11月1日
発行所：関越中央病院リハビリテーション科
アドレス：reha@kan-etsuhospital.com
電　話：027-373-5115
ホームページ：
http://www.kan-etsu-hospital.com/

新米主任としての一歩

当リハビリテーション科では、10月より新たに2名が「主任」に着任しました。そのうちの1名が、私です。

「主任」とはどのような役割なのでしょうか。

当院では、主任は臨床現場の中心となって職員をまとめ、科長の指示のもと、人材管理や業務管理、稼働管理などを行います。また、職員一人ひとりの強みや課題を把握し、それぞれが能力を発揮して、病院や患者さんに貢献できる環境を整えることも大切な役割です。現場の職員と科長をつなぐ立場でもあり、双方の考えを理解しながら調整する難しさもあります。

こうした役割を担うため、私たち2名は5月から、OJT（実地研修）とOFF-JT（職場外研修・座学）を中心とした研修を受けています。

OJTでは、現在の主任から、実際の業務を通じて直接指導を受けています。これまでも一緒に働いていたため、主任の仕事は大変そうだというイメージはありました。

一方、科長が中心となって行う座学では、労務管理や業務管理、リハビリテーション科の質管理、人事考課、職員の評価や面談の方法など、これまで深く考える機会のなかった内容を学んでいます。

特に印象的なのは、視点の変化です。これまでは目の前の患者さんに、より良いリハビリテーションを提供することを第一に考えてきました。しかし、管理する立場になると、業務の効率性や職員全体の働きやすさ、能力を発揮できる環境づくりなど、これまでとは異なる視点も必要になります。また、これまでは評価を受ける立場でしたが、これからは職員を評価し、成長を支援する立場にもなります。研修を通じて、主任という役割の難しさを日々実感しています。



まだまだ新米主任ですが、職員と職場の成長に貢献できるよう、私自身も学び続けていきたいと思います。研修はまだ続きますが、そこで得た学びを日々の業務に活かし、職員一人ひとりが力を発揮できる組織づくりを目指していきます。

そして、より質の高いリハビリテーションを皆さんに提供できるよう、努めてまいります。今後ともよろしくお願いいたします。

文責：髙橋

■ 医療法人　関越中央病院

入院だけでなく外来リハにも対応しております。
主治医にご相談ください。

▶ 施設基準

心大血管疾患リハビリテーション料Ⅰ
脳血管疾患等リハビリテーション料Ⅰ
廃用症候群リハビリテーション料Ⅰ
運動器リハビリテーション料Ⅰ
呼吸器リハビリテーション料Ⅰ
がん患者リハビリテーション料
摂食機能療法



■ 通所リハビリテーション関越中央

1～2時間の短時間通所リハ、6～7時間の長時間通所リハを行っております。
相談員業務をリハ職が行うことにより、利用者様に合わせた最適なプランを提案させて頂きます。

■ 訪問リハビリテーション関越中央

病院で急性期リハを学んだ職員が対応することで、心臓・呼吸に問題のある利用者様も安心してご利用頂けます。



空き状況	月	火	水	木	金
短時間型通所リハ 1クール 9：00～10：15	○	○	△	△	△
短時間型通所リハ 2クール 10：30～11：45	△	△	△	○	○
長時間型通所リハ 9：00～15：15	△	△	○	△	○
訪問リハビリ 13：00～17：00	○	△	△	△	○

○：受け入れ可能　△：要相談　×　受入困難

〒370-3513 群馬県高崎市北原町71
TEL：027-373-5115（代）FAX：027-372-2829　　アドレス：reha@kan-etsu-hospital.com

ひとことコラム 第86回

「呼吸に生じるサルコペニア」

皆さん家で適度な運動はしていますか。運動をせず家で休んでばかりいると、全身の筋肉量、体力が低下してサルコペニアを生じてしまいます。近年ではサルコペニアも細分化されてきています。特に呼吸機能に生じる物を「呼吸サルコペニア」と言い、「呼吸筋力低下と呼吸筋量減少の両方が示唆される病態」と定義されています。呼吸サルコペニアになると換気機能低下、運動耐容能低下、咳嗽力低下、生命予後の悪化に繋がります。また高齢心不全患者では約10％に呼吸サルコペニアを認め、2年以内の死亡率も高率になると言われています。呼吸サルコペニアは、スパイロメーターを用いた最大呼気流量や横隔膜筋厚等を測定することで判定できます。予防策は呼吸筋のトレーニングを全身の運動と合わせて行うことが有効と言われています。皆さんも家で休んでいるのではなく、散歩や筋力トレーニングを週に3回以上行い、呼吸サルコペニアを予防しましょう。

佐藤晋,宮崎慎二郎ら：呼吸サルコペニア　4学会合同ポジションペーパー.Gerlatr Gerontol Int 2023;23:5-15