



こもれび

「プラザイムス」は、患者さま、ご家族のみなさまに院内や IMS グループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。



院内デイケア ひだまり

◎ 院内デイケアとは？

みなさん、ディサービスという介護サービスはご存じでしょうか？

自宅での生活を続けるためリハビリやレクレーション、食事・入浴などの日常の支援を通して受けることが出来るサービスです。

院内デイケアとは、このディサービスの病院版にあたるような活動になります。

◎ 入院患者様に院内デイケアを開催する効果

- ベッドから離れて活動することで自然なりハビリとなります。
- 患者同士や職員など、人ととの繋がりや交流があることで喜びや安心が強まります。
- 治療を一時でも忘れて、気分転換やリフレッシュ、楽しみの場となります。
- 日課となることで生活のリズムがつき、退院後のサービス導入がスムーズとなります。

この他にも、様々な効果が期待できます。

◎ 当院の院内デイケア「ひだまり」

火・水・木の週3回、14時～16時で院内デイケア「ひだまり」を開催しています。入院患者様が、それぞれの時間を大切にすることを基本とし、人と人の繋がりを大切に、心地よい暖かな陽の光が差し込むような患者様にとって安心できる安全基地となれるよう「ひだまり」という名前で活動しています。

季節の制作や音楽鑑賞、様々なレクレーション、外部ボランティアさんによる歌謡ショーや水彩画教室など多くの活動を日々企画しています。春に行う花の寄せ植えやお花見、夏の綿あめ作り、コーヒーやお菓子で一息などは特に患者様に喜ばれています。

退院した患者様や地域の方など多くの方がボランティアとして参加をしてくれており、毎日笑顔であふれています。興味のある方いましたら、ぜひお気軽に見学にいらして下さい。



病院理念

地域から必要とされ、愛し愛される病院

患者様とご家族に寄り添い、安心と最良の医療・リハビリテーションを実践し、「愛し愛される病院」を目指して地域社会に貢献します。

基本方針

1	2	3	4	5
地域に密着して最良の医療を提供します。	365日休まず、集中的なリハビリテーションを実践し、	医療人としての自覚と技術向上のための教育を図り、	信頼できるチーム医療を実践します。	患者様を支援します。
患者様の安心・安全・権利を尊重します。	地域から必要とされ、職員も働いて良かったと思う	患者様の安心・安全・権利を尊重します。	信頼できるチーム医療を実践します。	患者様を支援します。
病院づくりに努めます。	地域から必要とされ、職員も働いて良かったと思う	患者様の安心・安全・権利を尊重します。	信頼できるチーム医療を実践します。	患者様を支援します。



お薬に関するご質問にお答えします

薬剤師 マツエダ の

お薬相談

使用期限を、
しっかり守りましょう！！

薬剤師 松枝 むつき

漢方薬と西洋薬の違いは？



一般に、西洋薬は人工的に化学合成された物質がほとんどで、二種類以上の成分が配合された合剤もありますが、多くは一つの成分で構成されています。そのため、アレルギー症状を抑える、血圧を下げるというように、一つの疾患や症状に対して強い効果を示します。原因の特定できる病気や、重症の感染症などには西洋薬が適しています。

一方、漢方薬は、天然の生薬を使用し、一剤が複数の生薬で構成されており、多くの有効成分が含まれています。そのため、多様な症状に効果があるのが特徴です。冷え性や食欲不振、更年期障害症状など、体質に由来する症状、検査や画像診断には表れない不調には漢方薬が向いていることが多いです。

漢方薬は西洋薬に比べ、薬効が穏やかで、副作用がない、少ないというイメージがあるかもしれません。しかし、漢方薬でも副作用が起こることがあります。複数の漢方薬を服用していると、同じ生薬が配合されている場合があり、成分が重複し、副作用が出やすくなることもあります。また、西洋薬と漢方薬で同じ成分が含まれていることもあるので、注意が必要です。薬を飲んで、症状が悪化したり、いつもと違う症状が表れたりしたら、すぐに医師や薬剤師に相談してくださいね。

減塩は、どれくらい血圧を下げるの？

塩分の摂りすぎは高血圧と関係があると言われています。高血圧とは、血圧が慢性的に高い状態（140mmHg/90mmHg以上）を指し、放置すると血管の壁が厚く硬くなり、詰まりやすくなります。

高血圧自体には自覚症状がないことが多いですが、心疾患、脳卒中、腎不全などの原因となるため注意が必要です。上の血圧（収縮期血圧）を10mmHg、または下の血圧（拡張期血圧）を5mmHg下げるだけで、脳卒中や心筋梗塞の発症リスクが低下することが明らかになっています。

高血圧の予防や改善には、減塩、運動、肥満の解消などの生活習慣の見直しが基本となります。特に、食塩の摂取は血液量を増やして血圧を上げたり、心臓に負担をかけたりするため、減塩が重要です。減塩を心掛けることにより、上の血圧（収縮期血圧）4mmHg、下の血圧（拡張期血圧）2mmHgが平均して下がることがわかっています。

肥満の解消は血圧を下げる効果があり、毎食野菜を多く摂ることも大切です。

血圧を下げるといふと病気のリスクも少なくなる

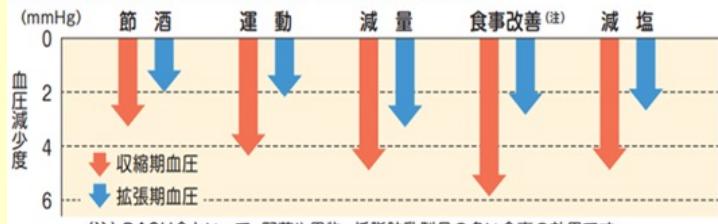


・脳卒中になる確率
約27%減少



・心不全になるリスク
約38%減少

生活習慣の修正でどれくらい血圧が下がるのでしょうか？



参考文献：日本高血圧学会より『一般向け「高血圧治療ガイドライン2019」解説冊子』

Changing blood pressure-lowering guidelines 'could save millions of lives', say experts(オックスフォード大学 2015年12月24日)

2025年4月から病院名称を『イムス札幌リハビリテーション病院』へ変更致しました。2024年7月から全床を回復期リハビリ病棟にし、豊富な人材と最新のリハビリ機器をそろえ、入院中にできる限り機能回復し、少しでも安心して自宅や施設で生活できるように全スタッフが一丸となって今後も支援していきます。

現在、内科・呼吸器内科・循環器内科・リハビリテーション科・整形外科・泌尿器科と幅広い診療科をそろえ、外来も午前中のみですが受診できる体制です。リハビリスタッフは、合計150人を超える、言語聴覚士は15人と市内でも有数の陣容となっておりさらに、リハビリ支援ロボットや天井走行レールなど設備面も充実しています。

病院名は変わりますが、より一層の医療サービスの充実に努めて、地域になくてはならない病院になるように努力していきますので、今後とも変わらぬご愛顧のほどお願い申し上げます。



・ウクレレサークル 「たまうた団」

毎月1度入院患者さま向けにボランティアの皆さんによる演奏会を開催しております。

「たまうた」は、たまり場の歌、たまたま歌う歌、珠玉の歌などの意味をもっています。童謡、唱歌、歌謡曲、フォークなどいろいろな曲をウクレレにのせて、聴いてる人も一緒にみんなで歌います。

コロナ禍の真最中の時は、生動画を手稲老人福祉センターと一緒に、入院患者さまへ演奏会という形で披露していただきました。現在は、院内デイケア「ひだまり」で2か月に1度15曲程を演奏しみんなで手拍子や一緒に歌いながら楽しいひと時を過ごしています。

入院患者さまからは、「感動した」「昔を思い出した」「みんなと一緒に歌えて楽しかった」などの声をたくさんいただいています。

「たまうた団」の皆さんとは、町内会や保育園、お祭りなどの行事など幅広く演奏活動を行っていますので、ぜひご希望の方は手稲老人福祉センターまでお声をかけてみてはいかがでしょうか。



・イムス夏祭り

2025年7月27日（日）にイムス夏祭りを開催致します。

今回で3回目となります。地域住民の皆さまが1,000人程来院されイベントに参加していただいております。

今年度は、北海道科学大学 よさこい（相羅）の皆さん、手稲西小学校＆中学校の合同演奏会、小樽少年少女合唱団の歌唱などを予定しています。小さなお子さまにも楽しめるヨーヨー、輪投げ、型抜きなども無料でご提供いたします。また、看護師による野菜摂取量チェックや血管年齢測定なども行い、自身の健康チェックに役立てていただけます。

ぜひ、地域住民の皆さんはもちろん医療関係者の方々もご来院をお待ちしております。



・社会貢献活動

2025年3月1日よりペットボトルキャップを収集し、売却した利益を寄付、世界の子供達へのワクチン支援に微力ながら協力し、社会貢献活動、環境保護活動に取り組んでいます。地域住民の皆さんからも寄付があり、2ヶ月で1,000個以上集まっています。社会の役に立てるような活動を今後も継続し貢献していきます。

・ベルマーク運動

2025年4月1日より手稲西小学校の開放図書館を運営するPTAの皆さんへベルマークを収集し寄付する活動を始めました。当院では、院内で使用するインクカートリッジや職員のご家庭から出るベルマークを寄付し学校の図書購入に役立てていただきたいと思います。

JR北海道バス時刻表

【イムス札幌リハビリテーション病院行き】

平日 朝・午後 ④時 ⑤時 ⑥時 ⑦時 ⑧時 ⑨時 ⑩時 ⑪時								
時間	生便便便便		JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き		信免便便			
	生便便便	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き	生便便便	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き	生便便便	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き	生便便便	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き
5	-	-	-	-	-	-	-	-
6	50	-	30	45	-	-	-	-
7	30 15 50	05 15 50	10 30 15 44	30 15 44	2 15 27	02 15 27	-	-
8	04 15 29	04 15 29	09 15 50	09 15 50	-	-	-	-
9	10	10	55	58	-	-	-	-
10	15	18	55	58	-	-	-	-
11	15	18	55	58	-	-	-	-
12	15	18	55	58	-	-	-	-
13	15	18	55	58	-	-	-	-
14	15	18	55	59	-	-	-	-
15	15	19	55	59	-	-	-	-
16	15	19	59	59	-	-	-	-
17	19	19	59	59	-	-	-	-
18	19	18	56	48	13	08	-	-
19	16	07	52	48	09	08	-	-
20	12	07	48	47	07	07	-	-
21	07	06	-	-	-	-	-	-
22	-	-	-	-	-	-	-	-
23	-	-	-	-	-	-	-	-

平日 朝・午後 ④時 ⑤時 ⑥時 ⑦時 ⑧時 ⑨時 ⑩時 ⑪時				JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き		
時間	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き			信免便便		
	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き	JR手稲駅・札幌駅・地下鉄宮の沢駅行き
5	49	-	-	49	-	-
6	38	09 15 49	38	38	09 15 49	38
7	15 15 53	15 15 58	-	-	-	-
8	38	38	-	-	-	-
9	10 10 50	10 10 50	-	-	-	-
10	50	50	-	-	-	-
11	50	50	-	-	-	-
12	50	50	-	-	-	-
13	50	50	-	-	-	-
14	50	50	-	-	-	-
15	50	50	-	-	-	-
16	50	50	-	-	-	-
17	51	51	-	-	-	-
18	33	33	33	33	33	33
19	-	-	-	-	-	-
20	10	10	10	10	10	10
21	-	-	-	-	-	-
22	-	-	-	-	-	-
23	-	-	-	-	-	-

地下鉄宮の沢駅よりご乗車

のりば
バスター・ミナル5番
「57」「宮57」
イムスリハビリ病院前行き



JR手稲駅よりご乗車

のりば
手稲駅南口1番
「57」「宮57」
イムスリハビリ病院前行き



JR札幌駅よりご乗車

のりば
北4条西4丁目周辺14番「57」
イムスリハビリ病院前行き



外来診療案内

内科・呼吸器内科・循環器内科

受付時間

平日 午前 8:30 ~ 11:30
土曜 午前 8:30 ~ 11:00

泌尿器科

受付時間

木曜 午前 8:30 ~ 11:30

リハビリテーション科・整形外科

受付時間

火曜・水曜 午前 8:30 ~ 11:30

☆自動車運転外来（完全予約制）

火曜日 午前 8:30 ~ 11:30

※担当医が変更になる場合がございます。

外来担当医	月	火	水	木	金	土
午前	地主	岡	高橋	加藤	小林	佐藤 (1・3・5週) 加藤 (2・4週)

外来担当医	月	火	水	木	金	土
午前	-	-	-	横尾	-	-

外来担当医	月	火	水	木	金	土
午前	-	★大森	前田 (1・3・5週)	-	-	-

病院受診・入院・介護施設選びに困ったら
イムス総合サービスセンター(GSセンター)へ



- STEP 1 相談
- STEP 2 情報提供
- STEP 3 受診決定

GSセンターにお電話かHPのメールフォームでご相談を！
相談窓口専任スタッフがみなさまのお悩みをお伺いします。

IMSグループ医療機関の選定、医療機関・制度などの情報提供。
GSセンターで可能なコーディネート内容の紹介など。
ご希望とマッチングした際、IMSグループ医療機関へ受診決定！
【外来受診】受診希望施設へ受診日・時間(予約含む)
対象者さま基本情報等の連絡
【入院(所・居)・転院】希望施設の医療福祉相談室担当者を紹介

好評配信中
疾患別セルフチェック

健康セルフチェック [検索]



gscenter@ims.gr.jp

0800-800-1632

※「050」からはじまるIP電話および固定電話からはご利用いただけません。

受付時間／平日 8:30~17:30 土曜日 8:30~12:30(日祝年次休暇除く)

IMS 総合サービスセンター
<http://www.ims.gr.jp/gscenter/>

広報誌 こもれび Vol. 36
発行／イムス札幌リハビリテーション病院
地域広報委員会
発行月／2025年5月

iMS イムス グループ 医療法人社団 明生会



ホームページ

イムス札幌

リハビリテーション病院

〒006-0049

北海道札幌市手稲区手稲金山124番地

TEL.011-681-2105 FAX.011-683-5370

<https://ims.gr.jp/sapporo-naikareha/>

