

リハビリ通信

第 10 号・11 号

令和 1 年 11 月 17 日

リハビリ通信担当発行

1. 宇都宮農園（植え込み）

今年も例年通り宇都宮農園で野菜と花を作りました。5 月の終わりにミニトマト、普通のトマト、ナスビ、オクラ、ゴーヤ、キュウリ、ピーマン、カボチャ、スイカ、枝豆、あさがお、アスター



を植えました。植えることができる患者さんには集団活動時に植えていただきました。他の方も一緒に、もしくは見ていただいたりしながら植えました。その後、どの植物も順調に成長

し、収穫を迎えました。去年はキュウリとカボチャはうまく育たなかったので天候の影響もあると思いますが、患者さんに教えてもらいながらスタッフの技術も上がってきているのではないかと考えています。



2. 宇都宮農園（成長）

今年はこの植物も順調に成長することができましたが、特に去年うまく育たなかったこともあるので、今回はカボチャとスイカについて紹介したいと思います。



カボチャは 7 月の初めにたくさん花が咲きました。そのうちの



一つの根元が膨らんでいました。それがみるみる大きくなり、1 か月くらいで左の写真のように直径 12 ～15 センチくらいになりました。実が黄色なのはこのような品種のためです。一方、スイカは、もう少

し遅く 8 月の初めにカボチャと同じように最初の実ができました。やはり同じように 1 か月かけて徐々に大きくなり約 15 センチになりました。様子をみているとあ



る日突然ひびが入り割れてしまいました。いつどのタイミングで収穫すればよいかわかりませんでしたが、これをきっかけに収穫して食べることになりました。

3. 宇都宮病院（収穫）

5月の終わりに植えた植物も早いものは1か月程度で実がなり始めました。徐々に収穫量は増加し、7月の終わりには患者さんと一緒に収穫祭と称して植えた時と同じように集まってい



た。小ぶりでしたがお店に売っているものに負けないくらい甘くてとてもおいしかったです。結局、カボチャは2個、スイカは1個収穫することができました。



ただたくさん収穫しました。最盛期には毎日のように少なくとも上の写真の量ぐらい収穫できました。スイカとカボチャはそれから約1か月過ぎたころに収穫しまし



来年はもっともっとたくさん、おいしい実を患者さんと収穫したいと思います。来年もぜひご指導よろしくお願いします。

4. 新砂利道の設置

宇都宮農園がはじまってしばらくたった6月中旬に新しい歩行練習機器が屋外に設置されました。昨年までは木の枠で作成した同じような機器はありましたが雨ざらしのた



め早くも老朽化してしまいました。今回は金属と塩ビで枠を作り、そこに4種類の大きさの違う砂利を入れてバージョンアップを図りました。現在は、さらに横に10

mの人工芝を並べて敷いています。一人でも多くの患者さんに歩行練習していただけると嬉しいです。



5. 七夕

6月の終わりに今年も七夕飾りを設置しました。昨年から病院内にある笹をスタッフで切ってきて形を整えた上で設置して



います。切りに行くと必ず蚊に刺されてかゆい思いをするのですが、これも願いが叶うと思えば何のそのです。去年は2本設置していた



のですが願いを書く方が多く短冊でいっぱいになったので、今年は3本に増やしてそのうちの1本は移動式にしてどなたでも書いていただけるように短冊と

ペンをいつも置いておきました。1週間ほどで七夕らしいカラフルな笹になりました。願いも様々でしたが、病気の回復や平和を願う方が多かったように思います。季節感が良く出てとても楽しいイベントとなりました。



6. リハビリテーション室からの風景

リハビリテーション室は北棟最上階の6階にあり、四方を遠くまで見渡すことができます。まさに天空のリハ室です。以前にも紹介したことがあります。条件が良ければ富士山も見ることができます。それ以外に



も写真のようなきれいな夕日やもやに包まれた筑波山なども見ることができます。また、天気の変化も分かりやすく、この下の写真は



暖かい空気と冷たい空気がぶつかって渦を巻いている写真です。竜巻になってしまうのではないかととてもドキドキしました。この下



の写真は病院の北側にあるゴルフ場に雷が落ちた瞬間の写真です。

30秒に1回程度落ちていたので撮ることができました。ぜひ、皆さんもリハビリしながら一緒に素晴らしい景色を眺めましょう。



7. 花火

今年も恒例の病院花火大会がありました。雨の多い時期に重なり、予定日から 1 週間遅れで開催されました。当日も午前中



に雨が降ったのでできるかなと思っていましたが写真の通りきれい



な花火をたくさん見ることができました。患者さんのリハビリは終了している時間なので患者さんとは一緒に見ることはできませんでしたが多くの

スタッフがリハビリ広場に出て花火があがるたびに歓声を上げていました。色が変わる火柱の花火や打ち上げ花火等、どの花火もとてもきれいでしたが、特にきれいだったのは一番下の写真の流れる滝のような花火でした。また、来年も見られるといいなと思いました。

