

おあしす



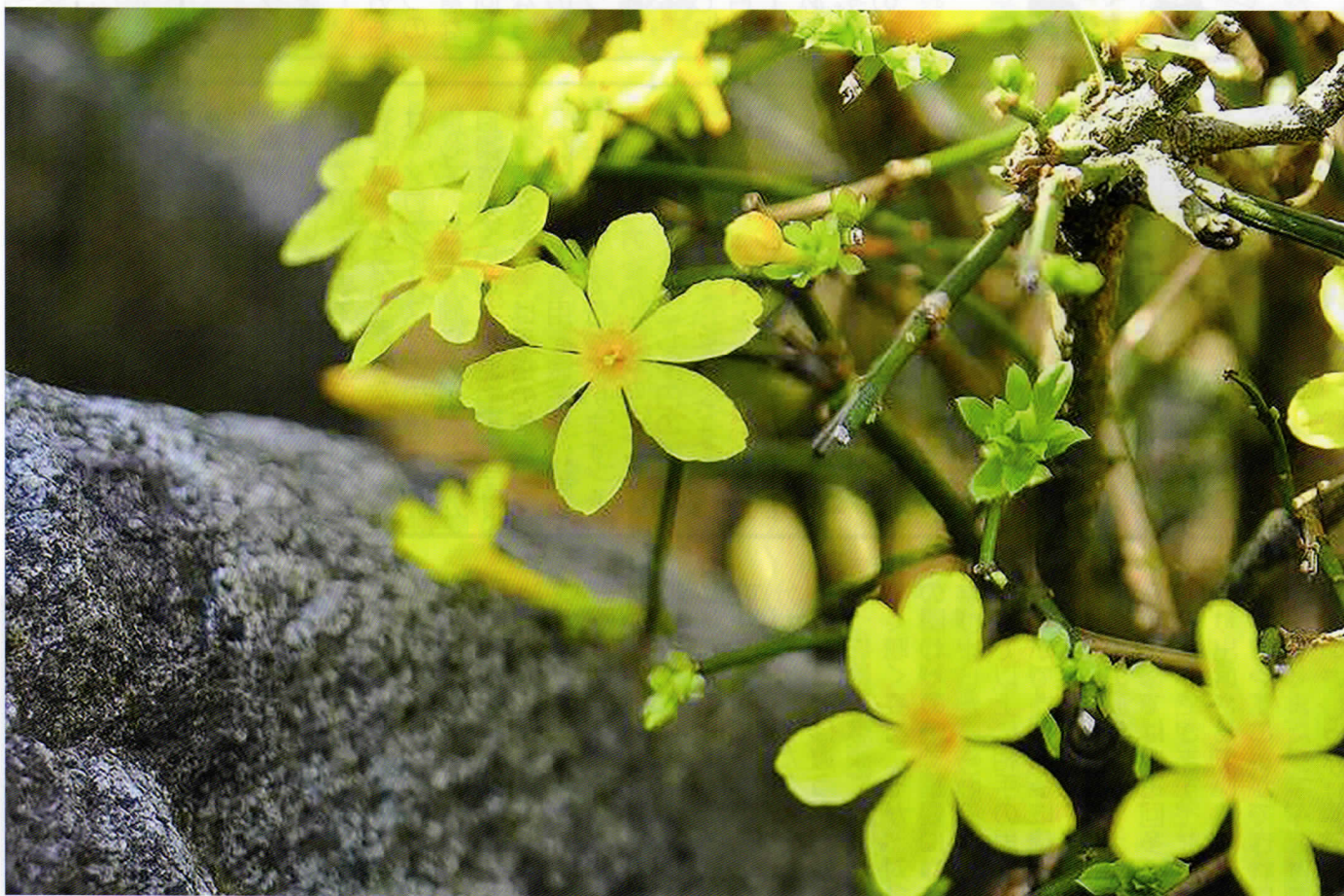
特定医療法人 **南山会**

親切 安心 信頼

峡西病院・峡西老人保健センター・きづな
・アルプス訪問看護ステーション

2017 **2**

第31巻2号
(通巻354号)



早春のわが家の庭で、水仙に次いで花を開くのがオウバイである。黄梅と書くが梅の一種ではなく、ジャスミンの仲間だ。葉の出る前に、小さな筒状の黄色い花を、しだれ桜のように半つる状の枝につける。時には花の上に雪が積もるようなこともあるが、光沢のある鮮やかな花をけなげに開き続ける。旧正月（2月）頃に咲き出すので中国では迎春花と呼ばれているそうだ。戦時中、日本人であることを伏せて歌や映画で活躍した女優・李香蘭に同名の歌がある。西条八十作詞、古賀政男作曲の名曲だ。

「春を知らせる花ならば人の心もわかるはず、今宵かの君なにをか思う、われにささやけ迎春花」



峡西病院の理念

「その人らしさ100%」

峡西病院の方針

1
説明と納得の
医療

2
多職種の連携

3
「こちよさ」の追求

4
社会参加の推進

地域活動支援センター「きがる館」活動紹介

クリスマス・忘年会

平成28年12月24日(土)クリスマス・忘年会が開催されました。毎年恒例の行事となっておりますが、今年初めて参加の方もいらつしやいました。おやつも買い出しやプレゼントの用意など、事前の準備も含めて毎回ドキドキと楽しみな気持ちとなるイベントです。当日は多くの方に参加をしていただき、フライドチキンやケーキでお腹を満たし、ビンゴ大会でプレゼント交換を行い、カラオケに酔いしれるという、とても素敵な1日となりました。



餅つき大会

平成29年1月13日(金)餅つき大会を行いました。例年、年末に行っていた行事ですが、今回は新春に開催となりました。最近では、ノロウイルスなどの感染を危惧して、各地で同様のイベントが自粛されているとの話も聞きますが、きがる館では手指の消毒、マスクと手袋の着用を徹底し、細心の注意を払って行っています。参加された方々の手際がとてよく、薪での火おこしや臼の準備などで大活躍していただきました。いよいよ餅つきとなってからは、デイケア利用者さんも到着し、たくさんの方が交代でぺったん、ぺったん…。柔らかくつきあがったお餅は、お汁粉やきな粉で美味しくいただくことができました。



新任者研修「精神療法について」

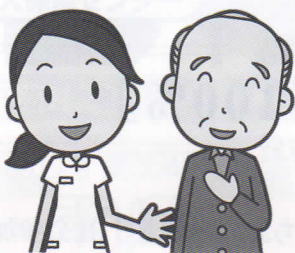
私が入社し、早4ヶ月以上が経過しました。今回で4回目の新任者研修への出席です。

今回は「精神療法について」の新任者研修に出席させていただきました。以前身体障害者領域の病院に勤務していた私にとって、精神療法の講義はとても興味深いものでした。その中でも特に「精神療法のコツ」というお話に心を惹かれました。その中のひとつに「私たちは、相手の話を聴いているつもりでも聴いていない」というお話があり、今まで私は対象者さんの話をしっかりと聴くことができていたのだろうか、思わず息をのみました。この研修で「自分が受け取ったことと相手が伝えたかったことは違う可能性がある」ということを念頭に置き、相手の話をよく聴く姿勢こそが、対象者さんとの関わりの中で重要になってくると学びました。今回の研修を活かし、今まで以上に相手の思いを汲み取ることができるようになり精一杯努めていきたいです。

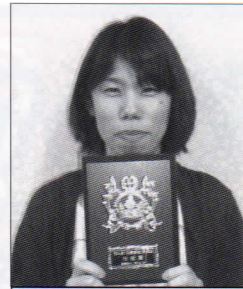
今回の研修でもそうでしたが、新任者研修では、毎回多くのことを学ぶことができます。なので、できる限り出席させていただき、自分の知識を増やすことができると感じています。また、学ぶだけでなく、業務の中でしっかりと実践していきたいです。

対象者さんに対し、より良いケアを提供させていただければと思っています。

関西老人保健センター
作業療法士 長澤 奏太



平成27年度 目標管理発表会



技能賞
リスタート病棟
平田 愛

行動計画と実施

褥瘡アセスメントシートの作成

6～7月

表の作成（伝達）

6～8月

新規入院患者のアセスメント

6～2月

グループ毎のアセスメント依頼

8月

体交・ポジションニング等の検討

9月

実施・計画

10～11月

中間評価

10月

グループ毎のアセスメント依頼

11月

修正・実施

12～1月

グループ毎のアセスメント依頼

2月

実施・継続

2月

評価

3月

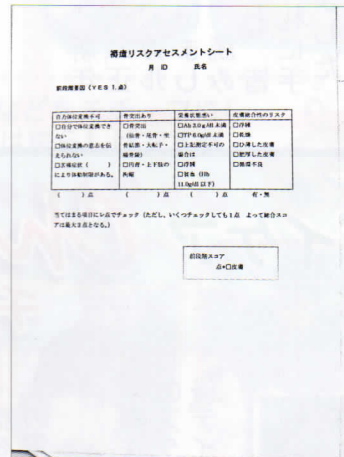
挑戦目標
新規入院者と車椅子レベル患者を対象に、3ヶ月毎の褥瘡アセスメント・予防物品の活用を的確に行い、褥瘡発生率の30%削減を目指す。

理由

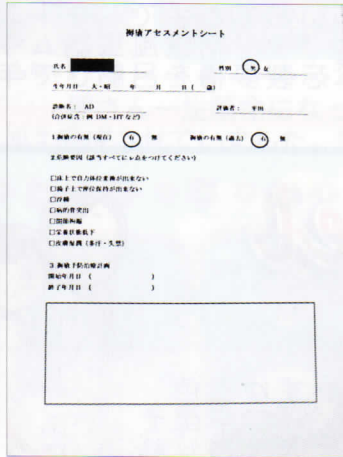
前年度は、寝たきりの方や内科的疾患の悪化で長期間臥床していた方の褥瘡発生件数が多かった。そのため今年度は、褥瘡発生部位の観察を確実に、早期発見・予防をしたと思う。

方法

入院時には、左のようなアセスメントシートにてチェックを行い、栄養状態が悪化している時は3ヶ月毎にアセスメントを行うようにした。



褥瘡発生時は左の表を使用するようにした。自由記載欄には、処置内容や栄養状態、補助食品追加、体位交換などを記入した。



しかし、記入欄の工夫が必要などの意見があり、別の表に変更した。

考察・まとめ

変更したもの（右の表）は、創部を写真で撮り、経過報告を添付して経過をわかりやすくした。



- ・アセスメントシートを対象の方に使用し、修正や工夫を行った。そのため入浴時や排泄時に看護師も介護士も意識を持って皮膚の観察を行なうようになった。
- ・褥瘡が発生した方に使用し、創部の写真を撮り状態が分かるようにした。
- ・褥瘡が発生した方については、車椅子への乗車時の工夫や良肢位保持の方法を統一できた。
- ・徐圧のために、車椅子乗車が多い方は、昼食後の休息をソファでとっていただくようにした。
- ・スタッフの意識向上や積極的な皮膚の観察を行なったことにより、褥瘡発生件数を前年度に比べ62%削減することができた。
- ・今後も積極的にアセスメントと皮膚の観察を行い、発生率の削減に努めていきたい。



2017年 新春



アスピール病棟初詣

1月11日(水)、富士川町の虫切加持、幼児のかんの虫の御札で知られている昌福寺に初詣に行きました。病院を出発するときには風が強く吹着くとなげか風もやみ、穏やかな陽気の中、参拝が出来ました。ガラス戸から仏様を皆でよくよく眺め、ご利益を願いました。

クレル病棟新年会



1月12日(木)病棟新年会で「四つ葉のハッピートーク」「宝船ゲーム」と「とん相撲」を行いました。「四つ葉のハッピートーク」は、四つ葉の上をサイコロが当たったところのお題(今年の抱負など)に答えてもらうゲームです。「健康に気を付ける」と抱負を話された方、是非叶えてください。「宝船ゲーム」はテーブルごとに全員で風呂敷の隅を持ち、中心の宝船にお手玉を乗せるゲームです。やってみると結構難しくチームごとに息を合わせて、夢中になっていました。皆さんもお手製の宝船を一度使ってみてください。忘年会に続き、今回も「とん相撲」を行いました。土俵の叩き加減を研究してきた方も今回もおおいに盛り上がりました。

今回から優勝した方は優勝カップに名前を書いていくことになりました。次の横綱目指して頑張りましょう。

ブリエ病棟新年会

1月17日(火)、新年会が行われました。「正月といえば」で、カルタや福笑いを行いました。カルタでは、読み札の言葉を聞くと、皆さんで素早く絵札に手を伸ばしていました。福笑いは、目隠しをしてパーツを置いていき、出来上がった顔を見て皆で笑いました。最後にお汁粉やお菓子を美味しく食べ、楽しい時間を過ごしました。

デイケア Channel チャンネル



今月のデイケア活動紹介

プログラム名 絵画グループ

活動日 水曜日 午前 (月2回)

活動内容

それぞれ自分の好きなぬり絵を選び、色塗りに取り組んでいます。集中力の向上や指先の運動、気分転換などを目的にゆっくりとした雰囲気の中で活動しています。完成した作品は、グループ内で発表し、デイケア内でも掲示を行います。参加者の作品作りへのやる気や達成感につながっています。

参加者の声

- ・楽しい。ゆっくり話をしながらできていい。
- ・話をしながらするから楽しい。絵も自分の気に入ったように塗れるから楽しい。

問い合わせ

興味のある方や参加希望の方はお近くのスタッフまでお知らせください。その後デイケアスタッフがご案内致します。



ろうけん Times★

まだまだ寒い日が続いているこの頃ですが、老健では新年会や大正琴鑑賞会・絵馬作りそして合同餅つき大会・・・と、様々な催しが開かれていました☆

1 F：『大正琴鑑賞会』 利用者様のご協力のもと、大正琴鑑賞会が開催されました。皆さんうっとりとした表情で大正琴の音色に聞き入っていました♪



2 F：『新年会』 新年会と銘打ちカラオケ大会が開かれました。自慢のノドを披露する方や、他の方がマイクを握って歌っている時も手拍子を送る方など、大いに盛り上がりました！



3 F：『絵馬作り』 皆さん一生懸命になって、今年の干支などをモチーフにした絵馬に色を加え完成させていました。完成後の記念写真は誇らしげです☆



『餅つき大会』
フロア合同での餅つき大会をしました。本格的な杵臼でつく迫力満点の様子に皆さん、食い入るように見入っていました！！



統合失調症ってどんな病気？

今回は、精神科の病気のひとつ「統合失調症」について医師の平野雅己先生に質問してみました。

Q. 統合失調症ってどんな病気でしょうか？

統合失調症はその原因や詳細な発症のメカニズムが未だに明らかにされていない病気です。しかし「統合失調症の患者ではドーパミンなどの脳内神経伝達物質の不均衡が生じており、脳の機能不全から精神機能のネットワークがうまく働かなくなっている」ことがこれまでの研究の成果から推測されています。そのため、さまざまな情報や刺激に過敏になりすぎてしまうと、それらを統合して感情や思考をまとめてあげることができなくなり、「実在しない人の声が聞こえる」などの現実にはないものがあると感じる幻覚などが現れたり、「周りから自分の悪口を言われている」と思いこむ被害妄想が出たり、あるいは「臨機応変に対応しにくく日常生活に困難を生じる」などさまざまな症状が出現するようになります。この状態が統合失調症です。

Q. どのような治療の方法がありますか？

統合失調症の治療は薬物療法（抗精神病薬）と心理社会的療法が中心となります。幻覚や妄想（陽性症状）などの激しい「急性期」には薬物療法が必須です。最近では、月一回程の投与（注射）で効果が得られQOLが維持される持効性抗精神病薬の使用が再評価されています。陰性症状や認知機能障害のために日常生活に困難を生じる「慢性期」では維持的薬物療法に加えて心理社会的療法も必要です。心理社会的療法には社会生活技能訓練（SST）、精神科デイケア、認知行動療法、家族療法などがあります。心理社会的治療は、患者の心理面や社会面にアプローチし生活能力を回復させます。加えて、自分の症状を偏見や誤解なく理解できるようにし、陽性症状を自分でコントロールできるようにしたり、再発の兆候に自分で気付けるようにすることも目指しています。

Q. 家族は日ごろどうしたらよいのでしょうか？

統合失調症は、家族の接し方によって再発率が大きく異なってくるというデータがあります。また、幻覚や妄想が発症してしまった時に自分が「病気だ」という認識を持ちにくい病気であり、周囲の気付けやサポートがとても大切になってきます。紙面の関係上多くを記せませんが、意識しておきたいポイントについていくつか箇条書きにしたいと思います。

* 共通した行動特性を理解する（正しい病気の理解）

「陰性症状」と「甘え」「サボり」は違うなど。

* 適切な治療を受ける後押しをする

難色を示しても、できる限り説得を重ね導入する方向に持っていく必要があります。家族の後押しで治療の導入率は大きく変わります。

* 再発のサインを見逃さない

「いつもと違う」様子に気がついたら再発の可能性を疑ってすぐに主治医に相談する。

「いつもと違う」とは…

- ・眠れない日が続くようになる
- ・イライラや攻撃的な態度が見られる
- ・うつ状態になり、考え込んでいたり、自虐的な言動が見られる
- ・突然行動的になり仕事を探したりする
- ・焦りや不安の訴えが多くなる
- ・発症時の体験を昨日のように語るようになる
- …など。

統合失調症の治療は長期にわたります。人は、長い期間ずっと頑張り続けることはできません。ご自分の息抜きを忘れないようにすることも大切です。

特定医療法人南山会は常によりよい医療を行うことによって、地域社会に貢献することを目的として設立されたものである。職員は常に技術の向上に心掛けるとともに、知性を磨き品性を養い、自己の人間形成に努めるべきである。

■ 職業倫理

1. 患者の人格の尊厳と権利を尊重し、心のこもった対応をして信頼を得ること。
2. 最善の医療を提供するために、常に学術的知識と技術の習得に努めること。
3. 自らの義務と責任を自覚して人格を高めること。
4. 職場内外の医療専門職の権利を尊重すること。
5. 医療の公共性を重んじて地域社会に貢献するとともに、法規範を遵守すること。
6. 良質の医療を提供するために、自ら心身の健康保持と増進に努めること。
7. 精神障害者に対する理解を深め、精神障害者とその障害を克服して社会復帰をし、自立と社会経済活動への参加をしようとする努力に対して協力すること。

万華鏡

「ぎなた読み」

私等の子どもの頃の遊びには懐かしい物が結構ありました。

以前、ある雑誌で懐かしい遊びを見つけた。題名にもした「ぎなた読み」です。その後すっかり忘れていたのですが、昨年の職員旅行で奈良に行ったとき、ある人が読み間違いをしたという事を聞き思い出しました。

近頃ではトンと聞かれなくなった「ぎなた読み」ですが、単純な言葉

趣味ではないのですが、映画を見る
ことが多いです。内容より、むしろ英語を聞くためです。せっかく頑張つて勉強したので、忘れないように見ていました。最近はその時間が、息抜きできる大事な時間になっています。今は、映画を見るほどの時間が取れない時は、ドラマやアニメを30分でも1時間でも、できるだけ時間を取って耳に入れる様にしています。

私の趣味

よく時間を忘れてしまいます。本当は、書いたりする方が忘れないのかも知れませんが、元々、映画が好きなのもあるし、見ているほうが楽なので、結果、楽な方を選びました。

何で英語が好きなのか説明はできませんが、好きなことって無理にでも時間を作りたいと思えるものだと思います。

これからも映画の時間は、続けていきたい私の好きな時間のひとつです。

栄養グループ 久保田 亜紀

遊びです。この言葉の元ともなった「弁慶が、なぎなたを持って」と読むべきところを「弁慶がな、ぎなたを持って」と読んでしまったという話で、文の区切りを間違えて読んだ結果におこる事。

有名な文では、「ここではきものをぬいで下さい」が「ここでは着物をぬいで下さい」とも「ここで履物をぬいで下さい」とも二通りに読める例です。他にも「しんだいしゃ、手配頼む」なども皆さん一度は聞いた事があるかと思えます。

今回ある人が読み間違えたのは「上は有頂天より下は奈落の底まで響けよかしと念じて静かに…」の「響けよかし」と読まなければならぬ文を「響けよ、彼(かれ)」と読んでしまったとの事でした。余程、彼の事を思っていたのではないでしょ

うか。そう言えばこんな言葉も子どもの頃流行りました。「ねえちゃんて風呂入った？」これは「ねえ」でわざと一呼吸おいて話し、相手が「うん」と言ったら、しめたもの。「お前、姉ちゃんと風呂に入ったんだ」とからかう。

遠い昔の話ですが、こういう遊びを今の子ども達はどう思うだろうか。

私も今年で古希となります。先日、南山会で一番の年寄りだと言われました。昔の事ばかり懐かしがっているようでは、もうそろそろ身を引く頃だと考えている今日この頃です。

峡西老人保健センター

内藤 全之輔

こちら編集室

「こちら編集室」は、広報委員が持ち回りで書いています。5か月に1回順番が回ってくるのですが、たまには書くのが嫌になる月もあります。今月は調子悪いな、何を書いたらいいかわからないな、休みたいな、パスしたいな、さぼっちゃおうかな、もつどうでもないや、と思つ月もあるのです。まさに今月はそんな月です。気持ちの問題で、体調や天気や、お日柄、バイオリズムとは関係ないのです。そんな気持ちで、何かおもしろいネタはないかな、うまい落ちはないかな、エピソードは…、などと考えていても何も思い浮かびません。とうとう原稿の締切日になってしまいました。

というわけですが、この後を白紙のままにはできません。文字数が足りない時の鉄則。イラストで埋めてしまえばいいのです。娘の画いたイラストでも載せておこう。

(七)



今月の予定

2月

- 1日 褥瘡委員会
- 9日 院内研修
「接遇研修」
新任者研修
「栄養管理について」
- 15日 院内研修
「こころの科学」
教育委員会
- 16日 防災委員会



- ◆出身地：甲府市
- ◆特技：ピアノ・エレクトーン
- ◆好きな食べ物：お寿司、苺



水谷 佳代
管理栄養士
(栄養グループ)

- ◆座右の銘：一意専心奮闘努力
- ◆好きな場所：道の駅
- ◆好きな有名人：オペラユニット「レジエンド」



志村 照子
調理員
(栄養グループ)

新入社員紹介

おあしす広場

今月もおあしすに素敵な作品が寄せられました。



ふぶきかな雪がこんこん寒い年

渡辺 暁

雑煮食べ腹こしらえて初詣

羽村 茂

ひとつまた重ねるとしやお正月

塚原 光明

正月に雪が降る咲く花水仙

阪本 みずほ

淋しきや何時までたっても子規忌かな

今福 和人

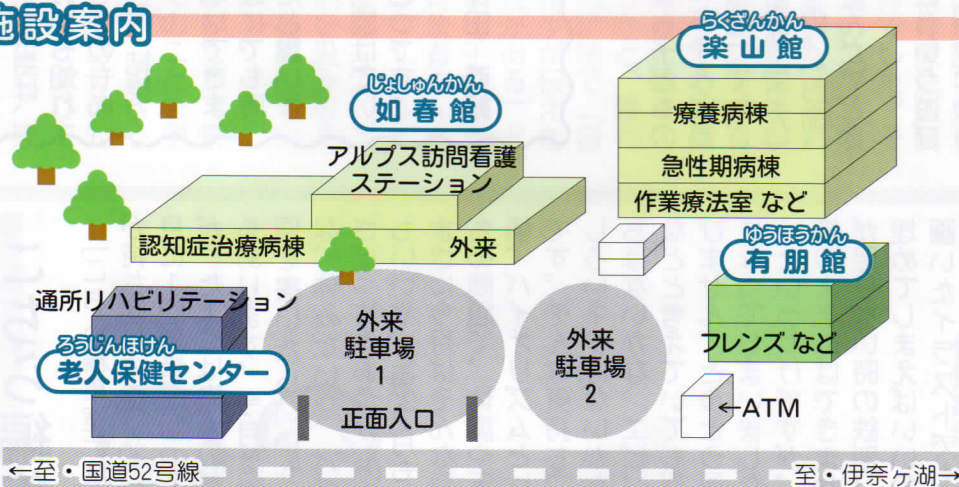
早や七日七草粥を食べており

芦川 厚子

初雪や雨に変わりて消えにけり

※掲載は五十音順です。

施設案内



交通案内

- JR中央線
甲府駅より車で40分
- JR身延線
東花輪駅より車で15分
- 中央高速
甲府昭和ICより車で30分
- 中部横断道
南アルプスICより車で5分
- 山交バス
甲府-南アルプス市甲西支所行き (十五所経由) 鯉沢営業所行き (西野経由) 鯉沢営業所行き 小笠原下仲町バス停徒歩5分

月刊おあしす第354号 1987/9/5創刊

発行所 〒400-0405 山梨県南アルプス市下宮地421
TEL 055-282-2151 FAX 055-284-4886
URL <http://www.nan-zan.or.jp>

特定医療法人 南山会

* 広報委員会 *

若杉 雄司、川口 敦、坂本 幸廣、近藤 忠彦
埜村 麻美、佐藤和加子、内藤修一郎、齋藤 由布

次回355号も
お楽しみに!