

# おあしす



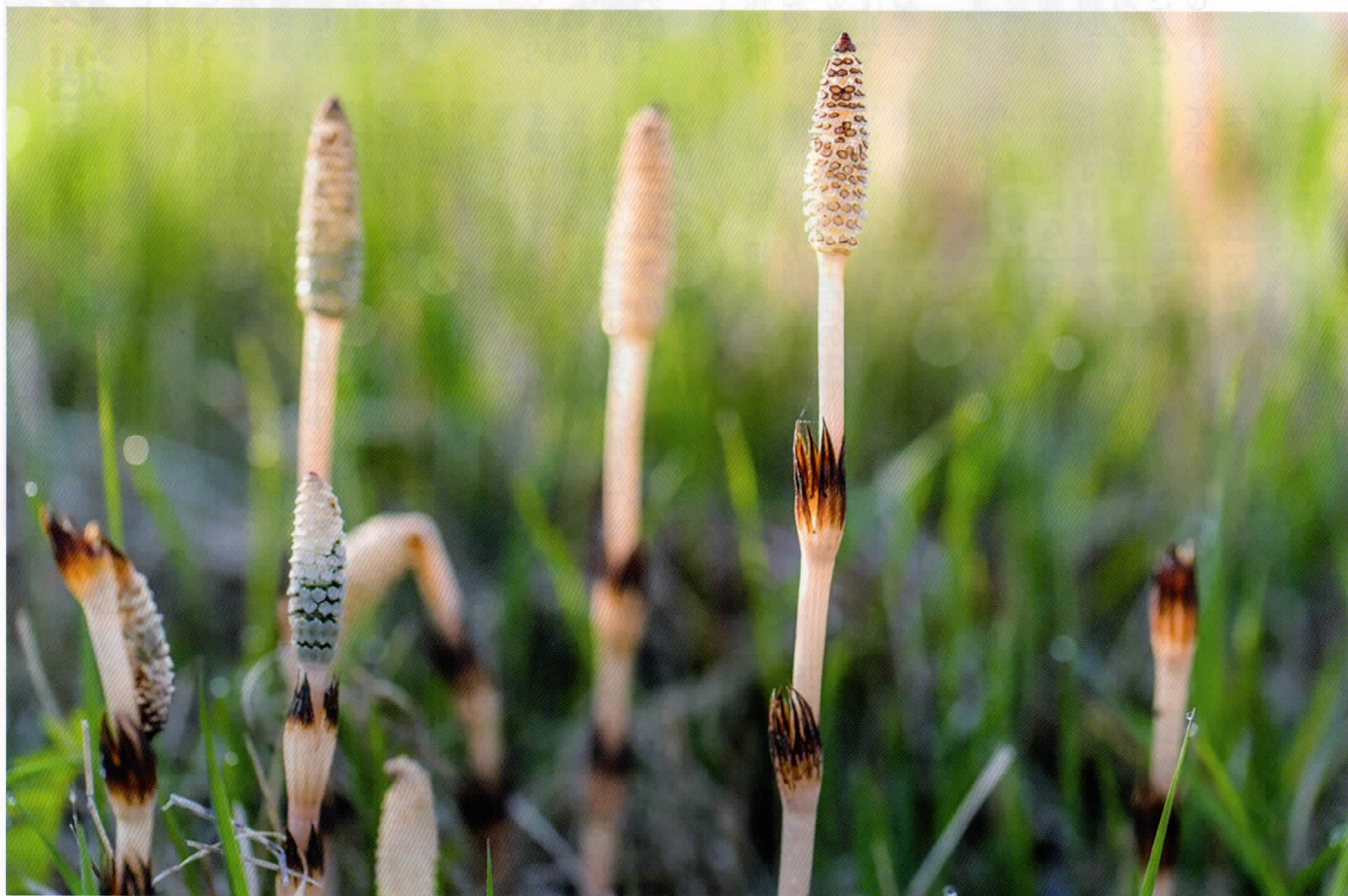
特定医療法人 南山会

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 3

第31巻3号  
(通巻355号)



土筆(ツクシ)は3月頃から野原や川の土手、田んぼの畦道など日当たりの良いところに盛んに生える。何もない地面に、いきなり筆のようなものがにょきにょき生えて来る様子がユーモラスで、いかにも春の喜びを伝えているように見える。野原が子供たちの遊び場だった時代、子供たちは土筆取りに興じ、「ツクシ誰の子スギナの子、お前誰の子コジキの子ォー」などと仲間同士じゃれ合っていた。その通り、土筆は杉菜の子である。スギナはシダ植物で、3億年以上も前の太古の時代から地上に繁茂してきた生命力旺盛な植物で、生きた化石なのだ。土から出たての先の硬いつくしは、湯がいてアクを取った後、おひたし、胡麻和え、からし和え、卵とじなどにして食べると美味しい。



日本医療機能評価機構

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

## 院内研修 「接遇事例研修」

峡西病院には、接遇委員会という組織があります。委員会は、発足から12年が経過し、これまで患者様満足度向上と接遇改善指導を目的に活動しています。メンバー構成は看護師を中心に、多職種で構成されており、病院全体で接遇改善に取り組んでいます。

2月9日、その接遇委員会で院内向けの研修会を開催しました。実際の場面を想定し、患者さんと看護師のやり取りを接遇委員会所属男優女優が熱演しました。

場面は、早朝の朝食時。病棟の東側ホールは早番の職員が1名で対応。西側ホールには食事介助が必要な方が3名いるため、西側ホールでは夜勤のスタッフ2名が対応しています。

主な舞台は、西側ホールです。そこにいる患者さんが、スタッフの見えない時に周りの方の食べ物を食べてしまします。それに気が付いたとき、どのようにスタッフが対応するのか。スタッフ2名と患者さんとのやり取りを中心に場面を演じました。

演技終了後は、ナレーターより解説があり「出勤しているスタッフの人数が少ない時間帯で、食事介助をしている最中の急な出来事という設定でした。『短時間で患者さんを納得させなければいけない』というスタッフ側の思いがあり、忙しい中で制止しようとする、言葉が強く

なってしまう。また、同じことを繰り返す患者さんの場合は、さらに口調も厳しくなってしまうかもしれません。『言葉の暴力・虐待』を意識し、日ごろの言葉使いに気を付けましよう」と話がありました。

以下は、接遇委員でもある筆者の接遇に対する想いです。

自身が日常生活の中で、お客様の立場として体験する様々なことを職場でいかに応用するかという視点を大切にしてください。できれば素晴らしい体験をたくさんしてください。そうすれば、自身がサービス提供者側になった場面で、お客様にどう接すれば喜んでもらえるかがわかります。逆に嫌な体験をしたら、どういうことをされたらお客様として不愉快なのかということがわかります。日常で体験するすべての事が、接遇能力を高めるトレーニングになります。一言でいうと「自分がそうして欲しいように、他人にしない」

さい」というのがサービスの極意です。自分が他人から優しくしてほしい。自分から他人に優しくすればよいのです。このことを念頭に置いて人と接すれば大抵のことはうまくいきます。最後に改めて「接遇」について確認しておきます。「接遇」を辞書で引くと「こころからのおもてなし」と書いてあります。マナーはそれの中に含まれる接遇の一部です。

接遇とは、「接して遇すること」です。お客様は自分自身がどういう接遇を受けているかということを、接する側の言葉や態度、表情、動作などで判断します。

したがって「あなたは私にとって、とても大切な方です」ということが、言葉や態度のすべてに現れる接し方が、よい接遇の仕方だと考えます。



## 院内研修

## 「こころの科学」

2月15日には「こころの科学」というテーマで、当院の川崎医師から講義がありました。

研修の前半では、川崎医師より、こんな話がありました。

私たちは「心はどこにあると思いますか？」と質問されたとき、どこを指さすでしょうか。多くの人は、胸の辺りを指さすかもしれませんが、同じくらい多くの人が頭（脳）を指さすかもしれません。現代に生きている私たちは「人間は脳で思考している」ということを知っています。そのため「心のある場所」として脳をイメージします。しかし、古代からそうに考えられてきたわけではなく、現代のような認識が形成されるまでには様々な解釈があり、その末に「心と脳には関連がある」、ひいては「心の病（精神疾患）」の原因は脳にある」という認識が広まってきた、という話でした。その後、脳機能の働きと精神疾患の関連についての最新情報など、様々な話がありました。

「そもそも『知能』と『知性』の違いとは何なのか？」「ロボットは『知性』を持つのか？」など、哲学的な内容も含んだ大変濃密な研修でした。

# 平成27年度 目標管理発表会



**技能賞**  
外来  
武富 文美子

## 設定した目標

外来患者の入院・退院時において、問題点の明確化と退院支援に向けたスクリーニングシートを作成する

そのために、病棟スタッフ・多職種との連携・共有化を円滑にする。患者の個別的な問題点を明確化する。退院後に継続的な援助が図れるようにする。

## 方法

シート作成にあたり、いろいろな資料を参考とし、当院にあったものを作成していく。シート作成後は病棟スタッフに説明し協力してもらい伝達方法は統一化を図る。

退院支援マネジメントのガイドラインを参考とし、当院が活用できるように認知と精神とに分類し2つのシートを作成する。

## 実施

### 《精神のシート内容》

- ・ 環境面・社会資源
- ・ 病気に対しての認識
- ・ 家族の理解度
- ・ 内服管理状況
- ・ 身体面などの医療行為が必要か
- ・ 入退院を繰り返しているか
- ・ 家族間に問題があるか

### 《高齢者のシート内容》

- ・ 介護保険などの社会資源の活用はされているか？
  - ・ ADL状況はどうか？
  - ・ 経済面・内服管理状況はどうか？
- あとは精神のシートとほぼ同じ項目である。備考欄は個人に必要とされる情報があれば記述。

## 結果

記載したシートは、カルテの裏ポケットに入れてもらうことで統一

できた。  
入退院後の患者の問題点が明らかとなった。  
個別の指導や今後の対策として対応の共有化が図れた。

多職種に必要な情報は事前に伝達することができた。  
継続的なかわりが共有できるようになった。

### 《みてきたこと》

患者の支援は一人一人違う。個々の問題点や支援援助は様々であり個別のなかかわり方が少しずつではあるがみてきたように思った。支援援助が以前は必要とわかっていても、どのような形で援助をしていけばよいのかわからないことが多かったが、シートを活用することで明確となった。  
《外来の役割として、点から線へ繋げる》  
患者が入院から退院していくプロセス

スの中で継続的関わりが大切である。  
そこで：直入・退院前の患者に対し、外来スタッフが病棟に出向き顔を合わせることで、安心感もてるように「退院後は私たちがお手伝いさせていただきます」といった内容を患者に伝えるようにした。退院後も患者が安心して外来通院ができるよう外来職員で今後も支援活動をしていきたい。

## 今後に向けて

現在、入院時のパスシートはあるが、入院前後の情報が不足していることを改善していくためにも退院支援シートは今後も必要ではないかと考えた。

今後は急性期治療病棟以外でも活用していけるようなシステムを構築していきたいと思っている。

(退院支援スクリーニングシート) (精神)

患者氏名; ID( ) 性別; 男 女  
生年月日 年 月 日  
入院日 年 月 日

☐ 独居 ☐ ☐ 社会資源の活用状況

☒ 本人の病識がない ☐ 家族が病気に對しての理解がない  
☐ 経済面に問題あり (備考)

内服管理 ☐ 自己管理 ☐ 家族管理 ☐ 医療スタッフ管理 (備考)  
☐ 拒薬傾向

☐ 退院後に医療行為が必要である

☐ 入退院を繰り返している

☐ 家族間に問題ある (備考)

(備考欄)

退院支援スクリーニングシート (精神)

し点がひとつでもあれば支援対象とみなす

# 節分会



節分とは本来「季節を分ける」つまり季節の分かれ目で、なかでも「年の分かれ目」には「邪気」が入りやすいと考えられ、鬼を追い払う邪気祓いの行事が行われるようになりました。

2月2日(木)クレル病棟では、ペットボトルに自分で作った鬼の面を貼ったものにめがけてボールを投げて倒し、風邪落としでは、ピコピコハンマーで段ボールを落とし、最後に黒ひげゲームで剣を使い、黒ひげをやっつけ、いろいろな鬼を倒し邪気を追い払い、1年の無病息災を願いました。

2月9日(木)リスタート病棟でも、節分会が開かれました。職員と作業療法実習生が扮した鬼とともに踊りを踊り、大きな箱で出来た赤鬼と青鬼めがけて「鬼は外 福は内」と言いながらボールを投げました。また、この時期絶対阻止したい「風邪 インフルエンザ」と書かれた段ボールは、クレル病棟同様ピコピコハンマーで倒してもらいました。熱気ある邪気祓いができました。

# OT だより

## チョコフォンデュ



2月14日のバレンタインデーに先立ち、2月10日、クレル病棟ではチョコフォンデュ会が開かれました。

愛の告白はせず、各自白パンやバナナをチョコレイトタワーから流れるチョコに自分でつけて食べました。あまーいチョコレイトがパンやマシヨマロ、バナナに染みてとてもおいしかったです。

# 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〕 お唄の会とコーラス

〔活動日〕 月 各1回ずつ金曜日 午後

### 〔活動内容〕

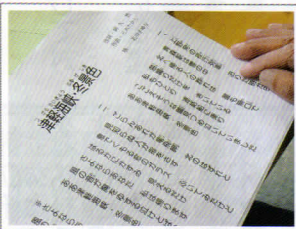
お唄の会はDVDを利用して歌を聴き、コーラスはピアノの先生の演奏に合わせて歌い、和気あいあいと行っています。自分の生きてきた当時に懐かしみ脳の活性化や気分転換を図り、心を豊かにします。また、大きな声で歌うことで発声訓練にもなり、身体機能の維持向上に繋がります。

### 〔参加者の声〕

好きな歌をリクエストでき、聴くことを楽しみにしています。また、先生の生のピアノの演奏で歌う事も楽しいです。

### 〔問い合わせ〕

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



# ろうけん Times★

だんだんと暖かな陽気が増えてきて、春の訪れを感じさせてくれるこの頃になりました。  
今回は、『節分会特集!!』と題して、それぞれのフロアで開催された節分の様子をお伝えします☆

スタッフが扮した鬼に豆まきをしたり、利用者さん自ら鬼のコスプレを楽しんだり、工夫を凝らしたゲームを開いたり・・・と各フロアともに大いに盛り上がりました!!



## 健康情報コーナー

## 高血圧－食事のコツ

今回は、生活習慣病として知られている高血圧について、管理栄養士の酒井さんに聞きました。

## Q. 高血圧の方は、1日何グラムの塩分をとっていいですか？

高血圧や腎・心疾患を患っている方は、1日の塩分摂取量の目標量は、6g/日となっています。そうでない方は、男性8g/日 女性7g/日が目標量となります。

## Q. 食品に含まれる塩分はどのくらいですか？

| 食品名   | 目安量      | 塩分量 (g) | 食品名     | 目安量      | 塩分量 (g) |
|-------|----------|---------|---------|----------|---------|
| 食パン   | 6枚切り1枚   | 0.8     | 和風だし    | 小さじ1     | 1.2     |
| おにぎり  | 1個 (具あり) | 1.1~1.4 | ちくわ     | 1本       | 0.6     |
| ウインナー | 2本       | 0.6     | いわし丸干   | 2尾       | 3.0     |
| チーズ   | 三角チーズ1個  | 0.8     | 塩鮭 (甘口) | 1切れ      | 2.1     |
| 信州味噌  | 大さじ1     | 2.4     | たくあん    | 3切れ      | 1.3     |
| ポン酢醤油 | 大さじ1     | 1.5     | カップ麺    | 1個 (汁あり) | 5g      |

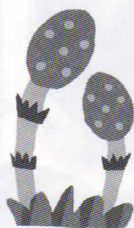
この表から考えると、おにぎり2個と、たくあん3切れ、塩鮭1切れに、味噌汁で1日量になってしまいます。

## Q. 減塩の調理のポイントは？

- ・味噌汁などの汁物は、煮干・昆布・かつお節・干しいり茸等で濃い目に出し汁を作ります。汁物を具たくさん（野菜・海藻類・きのこ類）にすれば、ナトリウムの代謝を促すことができるので、カリウムを多く含む食品を摂取出来るようになります。
- ・味付けには、酢や柑橘類やスパイス・香辛料を利用します。

## Q. 生活習慣を是正することで改善されますか？

減塩や減量、節酒や運動、禁煙を心がけて、規則正しい生活を送ることで血圧の改善を図れる場合もあります（状態によっては、医師への相談も必要です）。



◆趣味…古着屋めぐり  
◆好きな食べ物…コーヒ  
◆好きな有名人…  
ジャニーズ



竹村 香織  
看護師  
(外来グループ)

新  
入  
社  
員  
紹  
介

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。

## ■ 臨床倫理

1. 精神障害者を扱う医療機関として、患者様の人格尊重や意思の尊重、自己決定権の尊重を最大限配慮した医療を展開いたします。
2. 患者様の機能的状態や病状に対する説明、診療内容、必要な事項の説明を、わかりやすく丁寧に行います。
3. 当院での医療が納得して受けいられるように、患者様が他医療機関でセカンド・オピニオンを求める機会を支援いたします。
4. 当院での医療にとどまらず、かかりつけ医療機関・福祉介護施設・障害者社会復帰施設などとの連携を深めて、患者様の生活の場を重視した医療とケアを目指します。

## 冬の星空観察

この1年、小学生の長男が星の勉強をしていました。

先日、担任の先生の好意で、冬の星空観察会が行われました。最初は「こんなに寒いのに嫌だな」と少し思っていたのですが、オリオン座、冬の三角形など、とてもきれいに見ることができました。

よく見ると、星それぞれに色や大きさが違ってることがわかりました。その中でも『すばる』という星団があり、肉眼では6個くらいしか見えない

## 私の趣味

のですが、望遠鏡で見ると、なんと数百の星が集まっていたのです。それは、ため息の出る美しさで「すごい！こんなに星があるんだ！」と子供たちと一緒に感動しました。

自分が小学生の頃は、それほど興味がなく勉強しただけでしたが、大人になつてから改めて、空を眺めてみるのもいいなと思いました。

最近では、プラネタリウムや星の観察イベントも多数あるということなので、参加してみたいと思います。

栄養グループ 土屋 孝子

## 万華鏡

家族ぐるみでお付き合いさせていたでいる住職がいる。ちなみに住職は私より1つ年下だ。住職は住職になる前に、県外や海外のお寺で修業しており、その時の話はとても興味深い。

その中でも特に忘れられない話がある。覚えていらっしゃる方も多いと思うが、平成16年12月に起こった「スマトラ沖地震」の話である。マグニチュード9.1の大地震は、途

上国ということもあり、25万人の尊い命を奪った。日本人観光客も被災した。私たちはその時スリランカのお寺にいた住職の安否を気遣った。幸い住職は無事であった。そして当時、スリランカにいた唯一の日本人僧侶であったため、多数の葬儀依頼を受けたという。

住職はご遺族とお会いする時まで「ご遺族はさぞご家族が被災されたご無念でいっぱいだろう」とその心情を慮っていたが、実際ご遺族にお会いすると、皆一様に「何故、ともに暮らした日常をもっともつと大切にしなかったのだろう」と、被災し不幸を嘆くより「皆で過ごした時間を大切にできなかったことへの後

悔」を口にしたという。

この話を聞いた時「幸せな生活」は日常の中にあることを改めて思い知った。何かと人と比べたり、十分満ち足りているはずなのにさらに多くを求めたり、余裕がなくなると周りが見えなくなり、自分のことだけでいっぱいになってしまふ。ささいなことでも落ち込み、日々の小さな変化や幸せに気付けない時もある。

そんな日常の幸せに目を向けられない時にこそ、住職の話を思い出し「日々の中から幸せをみつめよう、そして一日一日を大切に生きよう」と考えるようになった。

きがる館 久保 志津子

## こしら編集室

このページの担当になると話題探しが大変です。

特に思いつかず1ヶ月が、あつという間に過ぎてしまいます(苦笑)。

さて、今月も何を書いていいのかわかりません。時間だけが過ぎスマホと睨めっこしています。

話題：日米首脳会談、WBCなどがヤフーニュースのトップにあります。政治は詳しくないし、野球も観るのは好きだけど、詳しくないし…。本当に困った…。

気がつけば締め切り目前、1週間が経っている。ため息しか出ません。

そうそう。今日、仕事に来たら更衣室のロッカーの前にプレゼントがありました！

何だろうと思い開くと、中にメッセージが！プレゼントも箱もかわいくて、仕事前からテンションが上がりました！すぐに頂いた方に「ありがとう」とメールですがお返事しました。本当に感謝しています。しかし、よく考えたら明日はバレンタインでした。

ホワイトデーのお返しも色々という意味があるそうなので、興味がある方は調べてみて下さい。

## 今月の予定

3月

- 6日 クリニカルパス委員会  
 13日 栄養管理委員会  
 14日 認知症地域相談センター  
 医療連携協議会  
 15日 教育委員会  
 28日 コメディカル事例検討会



リスタート病棟にお勤めの介護福祉士、石川朋子さんの飼いの犬、チョコちゃんです(8才・メス)。犬種はトイプードルで、指を銃の形にして撃つと、倒れてくれる芸達者なワンちゃんです。



## 私のペット



## 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。

食堂の窓辺に見えし寒の月  
 窓ぎわの河津桜に紅すこし

芦川 厚子

あたたかし太陽のぼる朝七時

今福 和人

寒の中すずめ雄舞群れ造り

大森 眞知子

黄色なる路の曇見て食したし

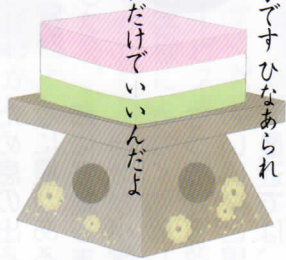
羽村 茂

お節句は女の子ですすひなあられ

渡辺 暁

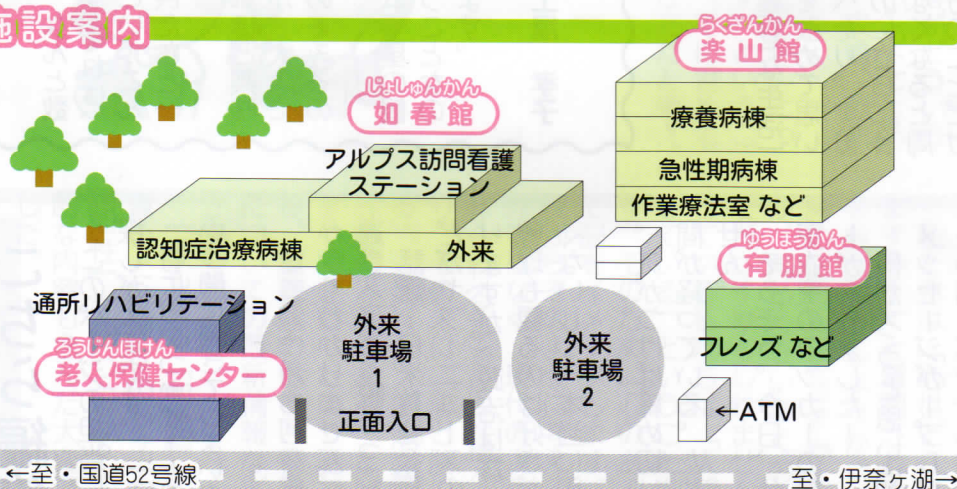
ただ生きるそれだけでいいんだよ

渡辺 奈美子



※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  
甲府ー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355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356号も  
 お楽しみに!

印刷：株式会社 山扇印刷