

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

2018

11

第32巻11号
(通巻375号)



収穫を終えた柿の木に、ぽつんと一つだけ残された柿の実をよく見かける。これを木守柿と言う。たくさんの実を与えてくれた木をいたわっているのか、それとも来年の実りを祈って神に捧げているのか、なかなか奥ゆかしい風習である。腹をすかせた鳥のために残すともいわれる。葉はすっかり落ち、実だけが残る枝からは独特の寂しさが漂う。しかし最近では木守柿の範疇を超え、未収穫のままに放置された柿の木が非常に多い。農家の高齢化や後継者不足で収穫ができないのが真相のようだ。こうなると初冬の風情を楽しむというよりも、病気や害虫の巣窟になるのではないかと心配になる。「桃栗三年柿八年」という言葉のとおり、柿の木が育って果実をつけるまでには約8年の長い年月を要する。大切に守ってゆきたいものである。(写真は石和町砂原付近の畑)



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
多職種連携

3
「ここちよさ」の追求

4
社会参加の推進

D・P・A・T研修に参加して

平成30年9月29日、山梨県防災新館でD・P・A・Tの研修が開かれました。D・P・A・Tとは災害派遣精神医療チームの略であり、自然災害や航空機・列車事故、犯罪事件などの集団災害の後、被災地域に入り精神科医療および精神保健活動の支援を行う専門的な研修・訓練を受けた医師・看護師・業務調整員のチームのことです。研修には、住吉病院・北病院・日下部記念病院・精神保健福祉センター・山梨大学附属病院といった機関から40名が参加しました。当院からは私のほかに川口敦精神保健福祉士、坂本幸廣看護師が参加しました。

午前中は主に講義で、D・P・A・Tの活動理念・活動内容・諸機関との連携などについてD・P・A・T事務局から、山梨県の防災計画について障害福祉課から説明がありました。「2年前の熊本地震が起こったとき初めて担当になったのだが、何をすべきか全くわからなかった」という障害福祉課・水口さんの言葉が印象に残りました。

午後のプログラムは演習中心で、パソコンを使ったEMMS（広域災害救急医療情報システム）の操作実習・災害想定に基づく机上演習・活動拠点本部運営及び地域演習が行われました。机上演習は「災害が起こった時まず何をするか」「チームの具体的な役割分担」「まずはじめに収集すべき情報」などのようにD・P・A・Tを配分するか」などについて討議しました。私にはなかなか難しい問題が多く黙っていることがほとんどでしたが、川口・坂本両氏は活発に意見を発表しており、情けない思いをすると同時に大いに助けられました。最後の演習は、実際に災害が起こった想定で、本部の立ち上げと運営のデモンストラーションをしました。住吉病院と私たちで1チームとなり、住吉病院の田中先生をリーダーに活動拠点本部と情報をやりとりしながら演習を行いました。事例は90歳認知症・身体合併症ありの患者で、近隣の病院への搬送が懸念されるケースでした。患者の処方箋情報・病院までの交通情報が必要になり、改めて災害時の情報管理の重要性を実感しました。

今回の研修は実際は3日間で行うところを1日に圧縮したプログラムだそうで、非常に濃密なものでした。これでD・P・A・Tのメンバーに登録されるわけですが、自身の経験と知識不足はもろろん、討議に向かう際の消極的な姿勢を痛感しました。いつ起こるかわからない大災害時の召集に備え、日々研鑽していきたいと思えます。

事務グループ 事務員 奥水 大

アロマセラピー研修会に参加して

平成30年9月14日東京で開催された「臨床におけるアロマセラピーの基本」という研修に参加してきました。アロマセラピーとは、セラピストによって行われる、患者自身を全人的に捉え、症状緩和やQOLを向上することを目的に「香り」「成分」「タッチ」を組み合わせたトータル的なケアの事を指します。そして、精油は「エッセンシャルオイル」とも呼ばれ、植物の花、枝、茎、根、実、蕾などから抽出した独自の香りを持つ酸性の芳香性有機化合物のことをいいます。

精油は様々な効能を持ち、例えばラベンダーは鎮静作用、鎮痛作用、降圧作用。ローマンカモミールは入眠促進作用、ストレス性胃腸症の改善。ローズマリーカンファアは初期アルツハイマー認知症に効果あり。レモンやオレンジなどの柑橘系は気持ちを落ち着かせたり、気分を明るくさせたり、消化機能促進作用などがあげられます。

アスピール病棟ではアロママッサージを看護に取り入れています。が、スタッフが精油の特徴を知った上でマッサージを行えば効果を二層高められると考えられます。ただし、「タッチ」は相手の領域に入り込む事になるため、看護師と患者との間に信頼関係がなければ「うとま

しい行為」になってしまうため注意が必要です。また、タッチのタイミングとしては「触れて欲しい時に触れる」という一見当たり前のことが大事になります。では、どのようにタイミングを図れば良いのか？と言いますと、そこが看護師の腕の見せ所「察する」「感知する」「想像する」ことが重要になってくるのでしよう。看護現場でアロママセラピーを生かしていくためには、専門的な知識を身につけることにプラスして感性を磨くことが求められると感じました。

最近、巷でアロマ押しの商品がたくさん発売されていると感じます。某百円均一にもアロマオイルが売られています。香りでリラックス気分を味わうのは良いことと思いますが、あくまでも安価なものには香料を使っていることがほとんどなので精油本来の効果は得られないことになりそうです。逆に、どんなにいい効能が記載されていても、その香りがその人にとって不快だった場合も同様になるので気をつけて下さいね。アロママセラピーを通じて患者さんと一緒に、普段忙しく働いている看護師自身もリラククスできる雰囲気になることは必要なかもしれませんね。

アスピール病棟 看護師 村松 藍



平成29年度 目標管理発表会



◇ 敢闘賞 ◇

峡西老人保健センター 樋口 奈美

設定目標

入浴業務の改善を行い、利用者に関わる時間を増やし、利用者中心のケアを実現させるための土台作りをする。

目標設定の理由

平成27年4月に峡西老健にて認知症ケア検討委員会が発足し、認知症ケアを充実していくため、問題点を模索し検討してきた。スタッフ全員にアンケートを実施したところ「時間に追われ利用者に関わる時間がない」「利用者ごめつくり話がしたい」という意見が一番多かった。利用者に関わる時間を増やすため、大勢のスタッフが関わる入浴業務の改善が必要であると考え、取り組むこととした。

実施方法

1階2階各フロアのホール見守りスタッフ以外は全員入浴介助に入り、半日で入浴を終わらせる体制だったが、フロアごとに、一日かけてゆつくり入浴を行える体制へと変更を行った。(図1参照)

結果

少人数ずつ入浴対応をするため手厚いケアができるようになった。利用者・職員共に入浴の負担が軽減した。

【図1】

入浴業務改善前・後の比較

	月	火	水	木	金	土	日
AM	2階特浴	1・2階一般浴	1階特浴	2階特浴	1・2階一般浴	1階特浴	
PM							

↓

	月	火	水	木	金	土	日
AM	2階特浴	2階一般浴	1階特浴	2階特浴	1階一般浴	1階特浴	
PM			1階一般浴		2階一般浴		

入浴の時間帯や各階の入浴に大幅変更!

アンケートの実施

改善後の体制について、スタッフからアンケートを取り、良い反応が得られた。

1. 以前と比べ利用者と話をする時間が増えている。
2. ゆつくり入浴できて利用者は満足していた。
3. 時間に追われることがなくなり気持ちにゆとりができた。
4. フロアが静かであったりとしている。
5. 業務の流れを変えることで、ゆつたりとした食事時間を提供することができるようになった。

まとめ

日常的な関わり以外の時間をグループ活動やアクティビティーの時間として確保する事ができた。今後は、さらに充実を図っていきたいと考えている。まだ解決すべき課題はあるが利用者中心のケアを実現する

【図2】

改善後のレクリエーション 1階

	月	火	水	木	金	土	日
AM							
PM							

業務改善前

	月	火	水	木	金	土	日
AM		グループ活動					
PM	アクティビティー					グループ活動	アクティビティー

業務改善後

業務改善後は毎週2回火・金曜日にグループ活動が定着!

【図3】

改善後のレクリエーション 2階

	月	火	水	木	金	土	日
AM							
PM							

業務改善前

	月	火	水	木	金	土	日
AM	アクティビティー		アクティビティー	アクティビティー	アクティビティー		
PM	アクティビティー	グループ活動		アクティビティー		アクティビティー	アクティビティー

業務改善後

業務改善後は毎週火曜日にグループ活動!

入浴のない時間帯にアクティビティーを実施!

という目的を見失うことなく「何のため、誰のため」の改善なのかを考えながら今後も取り組んでいきたい。

外出レクリエーション

ブリエ病棟風土記の丘

9月18日
(火) ブリエ病棟のレクリエーションとして外出レクを行いました。竜王食堂に行き、患者様それぞれ好きなものを好きなだけ食べました。また、食事を食べた後は風土記の丘を散策し、少し暑さもありましたが秋の雰囲気を感じる事が出来ました。患者様、職員ともに楽しい時間を過ごし、次回はどこに行こうかと外出に意欲的な意見を聞くことが出来ました。

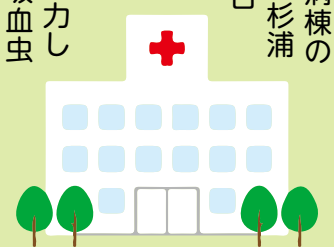


〇アだより

外出するには一番気候の良い季節となりました。各病棟で外出してきた様子をお知らせします。

リスタート病棟 風土伝承館杉浦醫院

9月20日(木) リスタート病棟の回想法グループで昭和町にある杉浦醫院に行きました。地方病(日本住血吸虫の寄生によって発生する寄生虫病)はごく限られた地域のみ存在した風土病。杉浦醫院はこの病気の原因究明から、治療、予防、終息宣言に尽力した病院であり、当時の写真や吸血虫との闘いの歴史を知ることができました。一緒に参加した皆さん、施設の方の説明を真剣に聞いていました。周りの庭の散策も良かったです。



クレル病棟道の駅なんぶ

10月11日(木) 南部町に今年7月にオープンしたばかりの道の駅に行ってきました。前もって連絡しておいたので、着いたら直ぐにスタッフが対応してくださり、交流施設に案内してくれました。各々が注文したご当地グルメを堪能する事が出来ました。店内では「南部茶」をテーマに、南部茶の創作グルメが数多く陳列しており、試食も出来るため良い買い物が出来ました。帰りには下部温泉の「しもべ黄金の足湯」にて、ほのかな硫黄の臭いがする温泉で足の疲れを取ってきました。



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》
新聞記事発表会

《活動日》
木曜日午前(月一回開催)

《活動内容》

新聞記事発表会は、デイケアプログラムのなかで10年以上の歴史ある活動の一つです。活動の前半は、参加者がイスに座り、約1週間前から当日までの3、4種類の新聞をじっくりと読み、自分の関心のある記事を探し、発表内容をまとめていきます。後半は、参加者全員でテーブルを囲み、それぞれの発表を聴きます。記事に関する自分の考えを述べる方もいます。また、掲載されている写真を併せて披露される方もいます。さらに、自分の住む地域のホットな情報を取り上げる方もいます。内容について様々な視点や他に知っている情報などが加わり、意見交換が行われます。「お互いの発表や発言を尊重する。価値観や考え方を守り、主張し、理解し合う。」それがこのプログラムの不文律となっております。長く続いてきた理由なのかもしれません。

《問い合わせ》

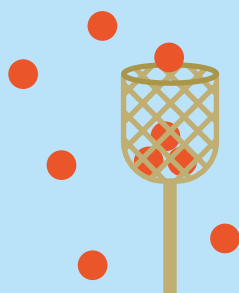
興味がある方や、参加ご希望の方はお近くのスタッフまでお知らせください。デイケアスタッフがつかいます。



ろうけん Times ★

11月になり今年も残すところ2ヶ月をきりました。標高の高いところでは紅葉も見られるようになり、寒いと感じる日が多くなりました。

先月は体育の日にちなみ、峡西老健では運動会を開催しました。大玉ころがしや宝拾い等を行い、利用者一同たくさん運動したたくさん汗をかき、楽しい一日となりました。



喫煙について

今回は、「喫煙」についてアスピール病棟の小松郷看護師にお聞きしました。

Q. タバコって止めなきゃだめなの？

喫煙する理由は人それぞれ違います。気分転換と言う人もいますし、一仕事終了後のご褒美、お酒などの楽しい場にどうしても必要と言う人もいますね。ただその害については十分考えなくてははいけませんし、他人にも影響します。それらも考えたうえで煙草とお付き合いしていく事が大切だと思います。

Q. 害ってどんなものがあるの？

よく知られているのは肺がんや喘息・気管支炎など呼吸器への影響だと思います。その他にも色々あって、心臓病、脳卒中、胃潰瘍、歯周病、妊婦さんの母体や胎児への影響もあると言われています。また薬によっては効果に影響するものもあって、向精神薬は効果が減弱すると言われています。

Q. 分煙してれば他の人の迷惑にならないんじゃないの？

煙草の害となる物質は吸い終わった後の呼気に含まれており、その衣類などにしみついたものを他人が吸うことによっても害が及ぶと言われています。WHOは分煙は無意味とも謳っています。

Q. 依存ってどんなものなの？

ニコチンによって起こります。ニコチンを体に取り込み続けることで脳から快楽物質が出るようになります。しかしそれが続くと、ニコチンがないと快楽物質が出ない体になってしまいます。快楽物質が少なくなるとイライラするので煙草が吸いたくなる、吸うと快楽物質が出て落ち着く、の繰り返しとなってしまいます。「食後の一服がおいしい」は本来美味しい物を食べた時に出るはずの快楽物質が煙草を吸うことでしか出なくなる事による現象のようです。

Q. 新型煙草はどうなの？

最近は加熱式タバコをよく見かけますね。これに関しては現在データがないのでどんな風になるかは数十年後にふたを開けてみないと分からないようです。煙ではなく蒸気として吸うのでより肺の深部まで吸い込むため、以前のタバコとは違う部位で癌が好発する可能性はあります。蒸気で見えにくく臭いもわずかなので他者が避けることが難しいという特性もあります。ニコチンや一部の物質は少ないようですが、ニコチンはその特性上一定の血中濃度に達するまで喫煙し続けたくなる代償喫煙行動をとると言われています。そうであれば普通のタバコと同様の生体作用があると言えるでしょう。

Q. そうはいつでも簡単にやめられないんだけど？

タバコは個人の力だけで止めるのはすごく難しいです。日本は煙草のCMなんかも普通に流れますし煙草のパッケージはスタイリッシュ、警告文は虫眼鏡でもないと読めないほど小さいです。まず自分にとって煙草って本当に吸いたくて吸っているのかな、ということから考えてみてはどうでしょうか。止める理由が吸う理由に勝った時には是非行動に移してみてください。今は調べれば色々な禁煙方法が見つかります。その中で自分に合ったものを試してもらえればと思います。ニコチンによる快楽物質の欠損は2週間前後ニコチンを摂取しないことで良くなると言われています。

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。

■ 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。

日常の倫理的問題に適切・迅速に対処するため、職業倫理・臨床倫理に関する検討を定期的に行います。

万華鏡

「自分で考え、自分で感じて」

クリニカルパスの導入、病院機能評価の受審、電子カルテの導入などによって、南山会は次から次へと医療とケアの標準化・マニュアル化が進んできました。このことは大きな進歩ですし、それに従って仕事を進めていけばすくなく安心です。

今の世の中は、生きていくのに色々なことがマニュアル化されていて

「私の趣味」というお題を頂き、だいぶ悩みました。というのも基本飽き性な性格でして。社会人になってからを振り返ると、社交ダンス教室、乗馬教室、カーブスなど・・・結局、趣味としての定着はせず。
改めて今「趣味」といえるのは・・・非常にベタではありますが、10年ほど前から始めたミシンを使つての手芸。直線縫いでの簡単な巾着や手さげカバンを気が向けば作成しています。何が楽しいかって？作成意欲のスイッチが入ると手芸屋さんへ行き布を買う。まず、この布を選

私の趣味

ぶつていう行程が楽しい。気に入った絵柄やデザインの布がお店にあるとワクワクする。色違いで買うことも。なければ日を改めてまたお店に出向く。そして、購入した布たちをテーブルに並べてコーヒーを飲みながら眺めるのも、また楽しい(笑)。
最近では、リサラーソン(ハリネズミ柄)の防水生地で犬のお散歩バックを作成。上手く出来たと大満足。毎日の犬の散歩が更に楽しくなつた私です。

アスピール病棟 時田 聖江

て、様々な規則や規制が沢山あつて、それに従つていかないと社会生活が出来ないという世の中です。色々なものが発達した現代で、「社会の秩序」を中心に考えた場合は、マニュアル化され規制された中で生きることは仕方ないことかもしれません。ただ人々は、マニュアル通りに機械的に動いて毎日を暮らしている、「考えること」や「感じること」が衰えていつてしまつてはないだろうか。マニュアルにない事、大切な事や困難な事にぶつかった時に、考える力をなくしてしまつてはないだろうか。

そういう時は、困難な事を解決してくれる専門家のところへ行つて、その意見を聞いて、全部それに従つ

てしまう。これでは「自分」がなくなつてしまつような気がして、すごく怖いことだと思ふんです。
マニュアルや規則は絶対に必要です。だけど、マニュアルや規則はある条件のもとで作られたものだから、どんな状況でも絶対正しいというものはありえません。だから、「マニュアルや規則は常に変えていくべきもの」なんです。自分の頭で「考える」、自分の心で「感じる」ことを大切にして、少しずつ少しずつマニュアルや規則を変えていくようにしていきたいと思います。ちょっと面倒ですけどね。

経営企画グループ 若杉 雄司

「こちら」編集室

今年も残すところ、あと2か月。ついこの前まで猛暑に苦しんでいたような気がするのですが、いつのまにか季節は変わつてお正月に近づいているとは・・・。毎年思うことですが1年あつたという間ですね。

さて、この11月号の編集後記に何を書けばいいかと考えていた時、ふと11月の色々な「記念日」を調べてみたところ、面白かつたのでいくつかご紹介したいと思います。

11月の記念日

1日：玄米茶の日、すしの日

3日：ゴジラの日、まんがの日

6日：アパートの日

8日：いい歯の日

10日：エレベーターの日

15日：生コンクリートの日

20日：毛皮の日、ピザの日

21日：フライドチキンの日

24日：削り節の日

26日：いい風呂の日

29日：いい服の日

単に語呂合わせのもの、深い由来があるもの、色々です。ここには書ききれないので気になる記念日があればぜひ意味を調べてみてください。

1日は玄米茶を飲みながらお寿司を食べて、8日は歯のメンテナンスへ。いい歯になって21日にフライドチキンをかじる。26日に気持ちよくお風呂に入つて29日はお気に入りの服で出掛ける。記念日を大切にすると11月も充実した毎日が送れそうですね。(ち)

今月の予定 11月

7日 山梨県精神障害者
スポーツ大会

17日 暮らし応援会議

21日 広報委員会

26日 院内研修
感染・事故予防

今月の一枚



老健の庭でできただいこん。
お鍋の恋しい季節
になりました。

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。

月みたる 夜空に浮かぶ 我等かな
今福 和人

ホールにて輪投げ楽しみ秋日和
大森真知子

秋風がまうさなかは はつらつと
馬にかける心いきかな
小林 穂子

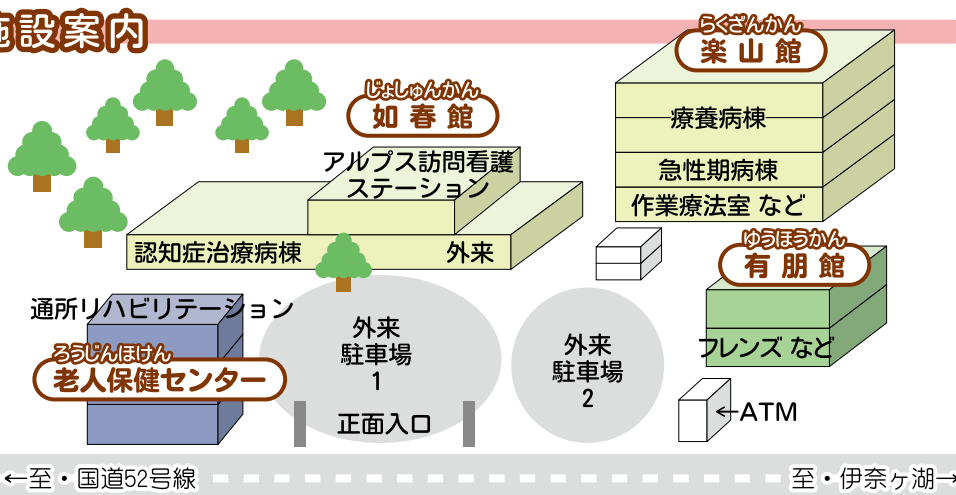
炎天の身延バス也豆筵まめむしろ
長畑 章弘

団栗をこれを食べと友が言ひ
雨くるい風くるいたる野分きかな
下向きに真っ赤にもえる石榴かな
羽村 茂

見分し 真紅に吹く花 紅葉狩り
渡辺 あき

※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) 鰍沢営業所行き
(西野経由) 鰍沢営業所行き
小笠原下仲町バス停徒歩5分

月刊おあしす第375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、齋藤 由布、坂本 幸廣、近藤 忠彦、佐藤和加子、高根 綾、櫻井 千恵、山本 美鈴

次回376号も
お楽しみに!