

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

2019

1

第33巻1号
(通巻377号)



ローツェ（右・8516m）は世界最高峰エベレスト（左奥・8848m）の直ぐ隣にそびえている世界第4位の高峰である。ローツェの頂上とエベレストの頂上は、直線で3km程しか離れていない。写真に見えるローツェの南面はふもとから3300mの高度差で頂上まで一気に突き上げる世界屈指の大岩壁で、凄まじい迫力にただただ圧倒される。登るのは極めて難しく、かつて8000m峰14座全山登頂を世界で初めて成し遂げたラインホルト・メスナーら世界の名だたるアルピニストたちの挑戦を退け、多くのクライマーの命を飲み込んだ。この岩壁を登り切ったのは1990年の旧ソ連隊と、2006年の日本隊のみ。新しい年の初めに、思わず手を合わせたくなる威厳と荘厳さを備えている。



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
「ここちよさ」の追求

4
社会参加の推進

■認知症疾患医療センター研修会

「認知症のトータルケアを考える」

11月13日（火）、市川三郷町役場の大会議室をお借りして、認知症疾患医療センターの研修会を開催しました。今回は、地域で働くケアマネージャーの方々を中心に多くの方に「参加いただき、川崎院長より「認知症のトータルケアを考える」というテーマで講演をさせていた

できました。今回の研修会は、事前にアンケート調査を行い、認知症の関連で取り上げてほしい内容を募集しました。その結果「認知症の疑いがあり、早期に受診をさせたいが、ご本人が受診を拒否してしまうケースでの対応の工夫」「認知症の発症予防や進行予防について」「認知症と他の精神疾患との見極め方」を知りたいという意見が多く寄せられました。それを受けて、今回の研修会では認知症の発症予防から治療、介護まで幅広い内容で講演を行いました。研修会で出していた話題をいくつか紹介します。

私たちは日頃、テレビや雑誌で「認知症を予防するために〇〇を食べましょう」という話を目にします。しかし実際は「これだけを食べてい

ば、絶対に認知症にはなりません」という食材は見つかっていません。一つの食材にこだわり過ぎず、バランスの良い食生活や適度な運動などを心がけていくことが大切です。また、それと同じくらい大切なことは「エイジング（加齢）」を上手に受け入れる」ということです。認知症でなくても、年を重ねると人の認知機能は徐々に低下し始めます。それは自然な変化であり、誰しもに生じる仕方のないことです。しかし、それを柔軟に受け入れることができないと、不安や憂うつな気分が繋がっていつてしまいます。世間ではエイジングを遠ざけようという情報が多く溢れています。過剰に加齢を忌避するのも考えものです。

一般的に「認知症は物忘れの病気」と広く理解されています。しかし進行に伴って生じてくる症状や行動面の障害は人それぞれであり、なかには怒りっぽくなってしまう方や外に一人で出掛けて家に帰れなくなってしまう方など、様々な方がいます。病気の症状であれば、薬で良くなると考えられるかもしれませんが、薬も万能ではありませんので「この薬

を飲めば、ぴたりと100%症状が改善します」という薬はありません。薬で抑えることが難しい症状は、対応の工夫で対処するしかありませんが、対応方法に正解は無く、それぞれの症状に臨機応変に対応するしかないこともあります。研修のなかでは、その対応方法を考えるヒントとして『認知症ちえのわnet』というサイトが紹介されていました。このサイトでは、実際に認知症の方を介護している全国の方が、介護するなかで見られた症状、その症状に対して試してみた対応方法、その対応方法で症状が落ち着いたか否かを投稿することができます。サイト内では過去の投稿内容が集計されており、誰でも閲覧することができ、たとえば介護サービスの利用を拒否してしまつた場合には「デイサービスなどの利用先で」本人に役割を持つてもらおう」という対応をしたところ、4件中4件が成功。しかし「嘘をついて」別の理由で本人にサービスの利用を頼んだ」場合には7件中4件は成功したが、3件は失敗した」という具合に全国で介護している方達の体験を知ることができます。目からウロコのアツと驚く対応方法もあるかもしれませんので、ぜひ一度ご覧になってみてください。

（認知症ちえのわnet…

<http://chienowa-net.com>）

認知症疾患医療センター 川口 敦

日吉病院／リンクスメンタルクリニック

日吉病院

11月16日（金）、精神科リハビリテーションの先進的な取り組みをされている、日吉病院／リンクスメンタルクリニック（神奈川県横浜市）の見学に、当院のスタッフ10名でうかがいました。日吉病院では、入院してすぐに作業療法等のリハビリが始まります。その後はSST（社会生活技能訓練）やCBT（認知行動療法）に「毎日休まず」参加することが目標として設定されます。その他のリハビリプログラムも受動的なもの無く、活動内容の決定や物品管理等も全て患者さんが中心となって取り組んでいました。退院前の家族面談では、患者さん自身が退院後の生活についてプレゼンテーションをおこなうそうです。

リンクスメンタルクリニックでは復職に向けたCBTの様子を見せていただきましたが、患者さんが皆フォーマルな服装で参加し活発に意見交換をされており、そのレベルの高さに感銘を受けました。

当院の取り組みとの違いに衝撃を受けることばかりで大変貴重な経験となりました。今回の見学で得た気づきをもとに、当院における精神科リハビリテーションの改善をおこなっていききたいと思っています。

相談心理グループ 櫻井 千恵

平成29年度

目標管理発表会



◇ 技能賞 ◇

栄養グループ
渡辺 佳代

設定目標

低栄養から改善した症例を参考に
栄養管理の流れと栄養補助食品のフ
ロースシートを作成する。

目標設定の理由

食事摂取不良・体重の減少・アル
ブミンの低下など栄養管理において
高リスクとなる原因は様々だが、そ
の際の栄養管理の手順や栄養補助食
品の選択基準が明確ではなかった。
そのため、低栄養から改善した症
例を参考にフロースシートを作成し、統
一した栄養管理の流れを確立できれ
ばと思い、このテーマに取り組んだ。

実施方法

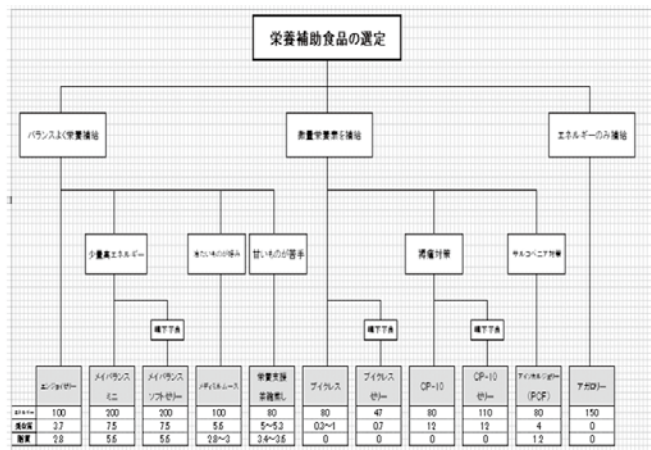
1. 症例の経過を時系列でまとめる。
2. 各職種での取り組みのフロースー

3. トをケアアッププロセス会議で作成する。
4. 栄養の面からのアプローチをよ
り詳しくまとめる。
5. アプローチをもとに栄養管理と
栄養補助食品のフロースシートを作
成する。(図1、2参照)

【図1】



【図2】

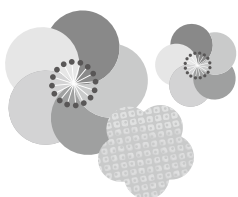


結果

栄養管理のフロースシートを作成す
ることで、様々な低栄養への対応を
明確にすることができた。今までそ
の都度考えて対応してきたが、フ
ロースシートを参考にすることで先を
見据えた栄養管理ができるようにな
り、アプローチの幅がより広がった。
また、今まで明確でなかった栄養補
助食品の選択も、一目で用途ことに
選べるようにすることで、全種類の
補助食品を比較して検討することが
容易となり、その人により合った物
を選択して提供することが可能とな
った。

まとめ

栄養管理の流れと栄養補助食品の
フロースシートを作成するにあたり、
改めて低栄養への対応を自分自身も
確認することができた。栄養管理の
流れが確立されていることにより、
今まで以上に先を見据えた計画的な
介入が可能となったように感じる。
栄養管理は、栄養課だけでできるも
のではなく、多職種からの情報や意
見があってこそできるものである。
栄養補助食品が一目で分かるようにな
ったことにより、今後パスマー
ケティングなどの場面で活用できれ
ば、多職種で共有して検討すること
ができるのではないかと考える。今
回フロースシートを作成したが、低
栄養となる原因は人によって様々であ
る。拒食にしても、食べられない理
由は人によって異なる。型にはめる
のではなく、一番は個人の状態を大
切に、作成したフロースシートを今後
の栄養管理や多職種での検討の場
において活用していければと感じる。



病院クリスマス会

OTだよ！



12月4日(火) OTホールにて病院クリスマス会が行なわれました。第1部はソプラノ歌手根岸さんとピアノ末石さんによるコンサートが開催されました。ここ数年恒例になっているのですが、「またクリスマス会に来て欲しい」と患者様の要望が多く来院していただきました。「やっぱり綺麗な声だよね」「ピアノ演奏のノクターンが良かった」などの言葉が聞かれました。恒例のクリスマスソング以外にも「ふるさとの四季 唱歌 メドレー」や「糸」なども歌っていただき和やかな雰囲気でした。患者様代表のお礼の言葉でも「私の大好きな糸を歌ってもらえてとても嬉しかったです」とのお話がありました。落ち着いた雰囲気がいよいよ毎年参加してくださる方もいます。第2部では雰囲気が変わって有志職員による出し物の「8時だよ！全員集合」「水戸黄門」のダンスや寸劇が行なわれました。今年は、仮装にも力が入り黄門様の頭の上に「たらい」がかけられ見事に落ちました。毎年バージョンアップしているように思います。会場の皆さんの中には、「あの黄門さんはだれ？」とわからないまま観賞し、終了後OT室に問い合わせがありました。再演を希望する声も聞かれています。根岸さん・末石さん、有志の皆さん楽しいクリスマス会をありがとうございました。

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》

グループ体験

《活動日》

木曜日午後(月一回開催)

《活動内容》

グループ体験は、フレンズの数あるプログラムの中でも、二十年近く続いているものとも歴史あるプログラムのひとつです。

参加者は、小グループによるさまざまなワーク(課題)を体験します。それらに取り組み、こをを通して、グループだからこそ生じる「力」や「働き」などを肌で実感できるプログラムです。人づき合いについて考えた方にもオススメです。

《問い合わせ》

興味がある方や、参加をご希望の方は、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うかがいます。



ろうけん Times ★

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いします。
今月は1階では伊奈ヶ湖へお出かけ、2階ではお茶会を開きました。
皆様おいしいお菓子に笑顔いっぱいでした。



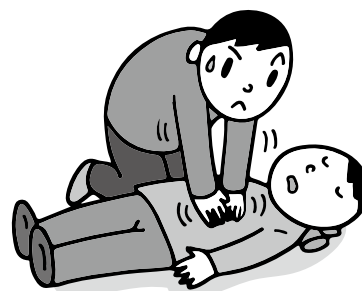
健康情報コーナー

救命処置について (1)

今回と来月は、救命処置についてブリエ病棟看護師の坂本さんにお聞きします！

Q. 救命処置って何ですか？

突然、心臓と呼吸が止まってしまった人を救うために、そばに居合わせた人ができる応急手当のことを「救命処置」といいます。胸を強く圧迫する「胸骨圧迫」と口から肺に息を吹き込む「人工呼吸」、心臓に電気ショックを与えるAEDがあります。



Q. どんなときにしますか？

心臓や呼吸が止まってしまった場合です。急性心筋梗塞や重篤なクモ膜下出血などは突然、心臓と呼吸が止まってしまう原因になります。海やプールで溺れたときや食べ物をのどに詰まらせたとき、けがで大出血したときも心臓と呼吸が止まります。

Q. 心臓が止まっているという判断は？

呼吸がなく、肩をたたきながらの呼びかけに反応がなく、まったく動かないときは心停止と判断します。呼吸が止まっているかの判断は胸や腹部の上がり下がりを見ます。呼吸が止まっているか自信が持てないときは止まっているとし、直ちに胸骨圧迫をします。

Q. 心臓が動いているのに胸骨圧迫してしまったら

やった影響はないがで。迷っちゃうより行動することやか。(訳：動いている心臓を圧迫してしまっても影響はありません。迷っているより行動することで命が救われます)

Q. 坂本さんはどこ出身ですか？

失礼しました。熱くなって思わずお国言葉が出てしまいました。
来月は実際にどうやったらいいか話します。
出身地は秘密ぜよ。



患者の権利と義務

あなたには、「その人らしさ100%」の理念の下、闘病の主体者として、
以下の権利と義務があります。

1. 必要かつ十分な医療サービスをあなたにふさわしいやり方で受ける権利
2. 闘病の主体者として、医療者と協力して治療に参加する義務
3. 病名・病状・予後・診療計画・薬の名前や副作用などについて説明を受ける権利
4. 個人の秘密が守られる権利と、私的なことに干渉されない権利
5. 患者としての行動に適用される病院の規定・規則を知る権利とそれを守る義務
6. 医療費等の請求を点検し、説明を受ける権利と、それを期限までに支払う義務
7. 他の患者や病院職員の医療提供に支障を与えないよう配慮する責任
8. 治療上必要最小限の行動制限を受けることがあるが、「精神保健及び精神障害者福祉に関する法律」に定められた面会・通信の自由・退院請求の権利及び治療・対応に対する不服申し立てをする権利

私の好きなこと

毎日が面白可笑しく愉快でたまらない。目覚めた時から上機嫌。気分を上げる一曲で更に活力高めてフル充電。こんな調子のいつもの私、心晴れ晴れ陽気に始まる今日一日。

お菓子作りやキャラ弁作り、ヘアアクセ作りや本を読むこと。それが私の好きなこと。のんびりとピアノを弾くのも心地いい。人生色んな波が来るもので、只今そんな時間は中休み。青空の下、愛するアメリカンバイクでツーリング。守るべき家族の顔が見え隠れ、こちらもしばらく一休み。

人生まだまだ波の中、今まで出来たことだけど、なかなか出来ない今日この頃。そんな時間と引き換えに、多くの出

私の趣味

会いを頂戴してる。私がいられる環境はとにかく色んな発見で、どんなパワーをもらおうかなと周りを観察するのもまた楽しい。

妻や母、働く女性である私。『不器用ながらも前向きに』そんな思いを持ちながら、今日一日なんとか無事にやりこなす。話をする事と聴くことや、他愛ない話で笑えることが今の私の好きなこと。そんな調子で今日一日、だいたい笑って過ごしてる。

このお話が載る頃は、毎週どこかのゲレンデをまだまだ攻めの姿勢で滑るのだろう。

外来グループ

アルプス訪問看護ステーション

石川 純子

万華鏡

先日、松本清張原作「砂の器」を動画配信サービスで最後まで見た。「最後まで」というのは、名作という評判を聞いたたびに、今まで何度か見ようとしたけれど、退屈して最初の数分で見るとをやめてしまっていたからである。

今回、最後まで見ることが出来たのは、懐かしい昭和の風物に興味を

惹かれたからだ。言い方を変えると昭和の風物が懐かしいと思える年頃になったからかもしれない。

携帯電話の無い時代、既に亡くなっている俳優達の素朴な演技。オレンジと緑の古い中央本線等を感じ深く見ているうちに、ドラマの面白さにも引き込まれて2時間半がいつの間にか過ぎてしまった。

世の中、だんだんと便利になっていく一方で、複雑で分かり難くなっている。例えば携帯電話の料金体系や様々なサービスシステム、設定等。便利さを享受する一方で、訳が分からずモヤモヤしたなかで生活してい

る。それはちよつとしたストレスなのである。

とはいえ、自宅に居ながら色々な映画やドラマを選んで見ることが出来るのは、便利な世の中になったものだ。オレンジと緑の中央本線が出てくる古い映画やドラマがあったら、また見てみたい。

小学生の頃、長野の祖父母に会いに行く時、中央本線で冷凍ミカンを食べたことを思い出す。夏休みだったのか？冬休みだったのか？それは、ちよつと思ひ出せない。

いちいち編集室

1986年の映画「時の旅人」は、核戦争が起こった歴史を変えようと未来人が過去へタイムスリップする話。そこに現代人が巻き込まれて歴史を遡る。現代↓東京大空襲↓幕末↓関ヶ原の戦い↓1582年、本能寺の変の前日と進む。織田信長を救い、日本の歴史を変えるために本能寺の変の阻止をもくろむ。

「振り向くな、後ろには夢がない」といった寺山修司。しかし、人生の折り返しを過ぎ、残り少なくなってくると振り向いてばかりいる。あの頃は楽しかった。あの時こつすればよかった。あの時点に戻りやり直しができたら、ちがう人生を送っていたかも……。遠い記憶の中に過すことが多くなつた。

1年が過ぎるのも早くなり、もう新年を迎えてしまった。小淵官房長官が「平成」という縁を掲げたのは30年前で、今年は平成最後の年になるらしい。30年前は遊び呆けていたが、確かに未来に対する夢はあったように思う。

「カモメは飛びながら歌を覚え、人生は遊びながら年老いていく」とも寺山は言っている。これでもかっただ。

診療グループ 小川 徹

もっちゃん

今月の予定 1月

- 4日 新年互礼会
- 7日 労働衛生委員会
- 8日 LM委員会
- 16日 広報委員会
- 21日 栄養管理委員会
- 22日 地域医療会議

今月の一枝



クレル病棟の食堂から見える富士山。
きれいに雪化粧しています。

新棟建設工事のお知らせ

特定医療法人南山会理事長 浅川 理

当法人では、峡西病院の外来並びにデイケア部門を一新するために、平成31年3月着工・同年11月竣工を目指して、新棟の建設工事を行って参ります。そのため、平成30年12月からふれあいサロンの解体工事を含む、道路・駐車場等の整備工事を始めております。

工事期間中は、工事場所や資材置場周辺の安全確保のために通行規制等も行いますので、皆様にはご不便・ご不自由をおかけ致しますが、ご理解とご協力をお願い致します。

尚、ご不明の点・お気付きの点がありましたら、下記へお問い合わせ下さい。

■峡西病院：055-282-2151

■峡西老健センター：055-282-7000

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。

精神科 楽しき病 初風か 今福 和人

めでたしや お正月には みんな寄り 大森真知子

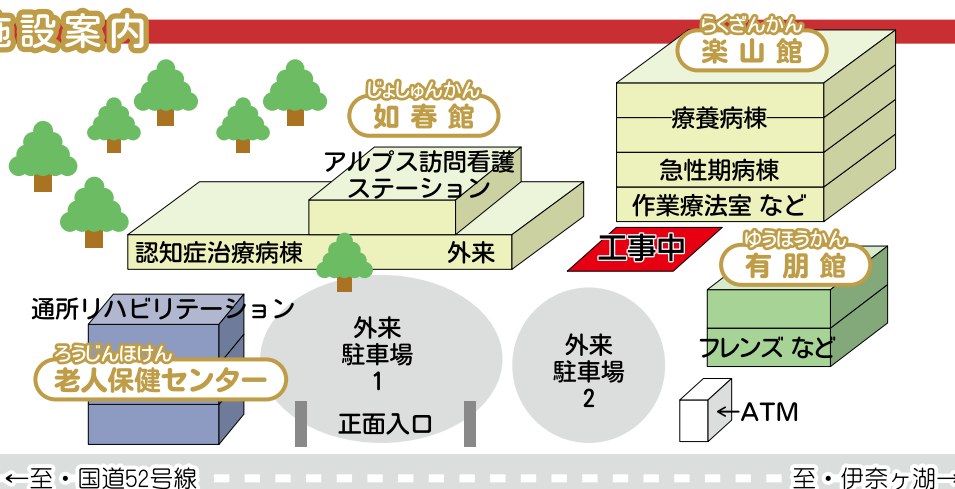
冬来たり 心の中は さむざむと

遠き古里 いまこの地 小野田穂子

初日の出 夢や希望が かなうかな 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
甲府ー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377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378号も
お楽しみに!