

# 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

9

第33巻9号  
(通巻385号)



南アルプス市の中野地区に広がる棚田で赤そばの花が見事に咲き誇っている。百日草や菊、マリーゴールドが咲いている場所もある。中野地区は病院前から伊奈ヶ湖に向かう県民の森公園線を車で十分ほど登ったところ。富士山や甲府盆地の眺望と相まって、棚田に咲く赤そばの花は見事な景観を作り出している。高齢化による耕作放棄地が急増していたため、住民有志でつくる「ふるさとを錦で飾り隊」のメンバーらが農村のすばらしい景観を後世に残すことを目的に棚田に種をまき、育ててきた。この棚田は楡形山から流れ出す坪川が氾濫し、押し出した石を、江戸の昔から住民たちが傾斜地に丹念に積み重ねて造られたものである。機械化が難しく手作業による棚田での稲作は非効率的で多大な労力を伴うが、地域活性化につながる魅力的な資源としての視点でとらえなおすことも必要だろう。



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  
「ここよさ」の追求

4  
社会参加の推進

# コンチネンスケア基礎知識

## コンチネンスケアとは？

排尿や排便が正常の状態を表す言葉を英語で「continence」(コンチネンス)と言います。日本語に訳すと「禁制」です。「失禁」は「禁制」の反対語で、意識しないであるいは意志に反して尿や便が漏れる状態をさす言葉は英語で「incontinence」(インコンチネンス)と言います。

## 尿や便はどこでできる？

尿は、腎臓で作られ、尿管を通過して膀胱で溜められ、脳の指示によって、尿道から排出されます。

便は、食物から口に入り、胃、小腸、大腸を経由し直腸に溜まり、脳の指示によって肛門から排出されます。手や足腰は、トイレに行ったりトイレットペーパーを使ったりするのに大切な役割を果たします。つまり、お尻の部分だけでなく身体全体が関わっています。

尿や便が漏れる失禁排泄障害と捉え、対処方法を考えます。

## 機能性失禁の対処のしかた

### 【運動機能に問題がある場合】

排泄に関するいろいろな動作の中で、どここの部分がうまくいかないのか見極めることが基本です。

### (1) 治療・機能回復訓練

痛みの治療や筋力トレーニングなど、治療や機能回復訓練で治せるものは治します。

### (2) トイレ動作の確認

寝たきりの人でも、練習によって、座ることや立つことができるようになる場合もあります。

### (3) 介助方法の習得・工夫

介助の方法がわからなかったり、間違っていたりして失禁になっていく場合には、介護者に適切な方法を提案します。

### (4) 住環境の整備

手すりをつける、段差をなくす、トイレを改造するなど住環境の整備によってトイレ動作がしやすくなる場合があります。

### (5) 福祉用具の活用

適切な用具を選択することがポイントです。

### (6) 社会資源の活用

生活を支援する様々な制度が作られています。これを上手に活用しましょう。

### 【精神機能に問題がある場合】

認知症などの精神機能障害によって判断や認知力が低下している場合、その方の出来ることを探しながら介助します

(1) トイレに行きたいサインを見

つけましょう。

歩き回る、ポケットに手をつっこむなど、その方のトイレに行きたいサインが見つけられたらトイレに誘います。

(2) トイレの表示をはっきりさせましょう

トイレ入り口に、便座と書いたり、明るくしたりしてわかりやすいようにします。思い出すまで、できるだけトイレまで連れて行くようにします。

### (3) 脱ぎ着しやすい服にします

慣れた位置にボタンやチャックがあるとといった本人がわかる衣類に替えます。

### (4) 便器の使い方を確認します

便器の使い方がわからないようであれば、声をかけます。

(5) 後始末は自分でできるかどうか確認します。

拭いたり流すことを忘れていたり、うであれば声をかけたり、助けます。うまくできた時は、かならずご本人が喜ぶ方法でほめることが基本です。

最後になります、医療者ではなく患者が主語になるようなケアを実践していきましょう。

クロ

## コメディカル部主催 事例検討会

7月19日に開催した事例検討会では、当院でおこなっている嚥下評価の流れについて話をしました。

当院の嚥下評価は、外部より月2回歯科医師に来ていただき実施しています。現在はリスタート病棟と老健で主におこなっています。その他の病棟でも評価はおこなってききましたが、実際の場面に合わなければ知る機会は少ないのだと思いました。

今までに実施したケースは、患者様の食事時などの様子を見て、普段関わっているスタッフのちよつとした気づきがあり嚥下評価につながっていることを伝えました。嚥下評価をおこなっていることを知ってもらえることで、今までスタッフの中にあつた気づきを今後患者様に生かしていけるのではないかと思います。参加したスタッフの中には、部署の違いから、嚥下評価をおこなっていることを初めて知ったという人もいました。嚥下評価は今も継続しておこなわれているので、多くの事例を通してスタッフに知ってもらいたいと思います。

作業療法グループ 浅野 亨子

平成30年度 目標管理発表会



◇ 殊勲賞 ◇  
ブリエ病棟  
坂本 幸廣 他

全病棟スタッフの救命処置訓練

これまで、喉に食べ物などが詰まって窒息した時の除去訓練を行ってきましたが、救命処置はそれだけではありません。心肺蘇生法がしっかりと行われなければ救命はできません。そこで①窒息異物除去 ②一次救命処置（心肺蘇生法）③チームで救命処置をする訓練の3つを行うことにしました。対象は全病棟スタッフです。

まず指導者チームを作りました。名付けてKCLSインストラクター・チーム。医療者向けの救命処置訓練であるAHA（アメリカ心臓協会）のACLS、BLSまたは日本救急医学会のICLSの受講終了者で6名の看護師で構成されています。チーム員を募集して講習を受講することから始めました。



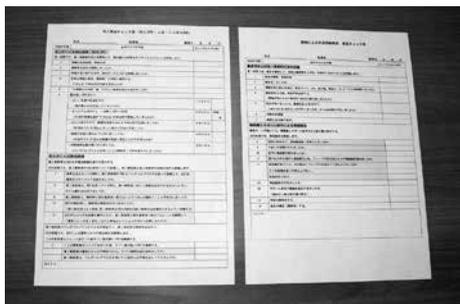
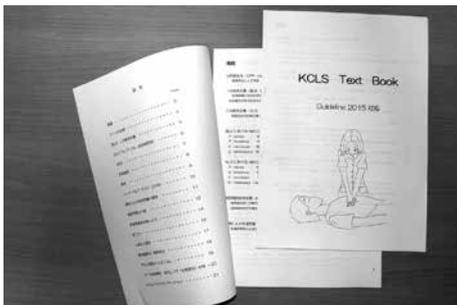
次にテキスト、技術チェック表、インストラクター・マニュアルを作成。ここまで2年かかりました。訓練用資器材もそろえてもらいませぬ。さすが教育にはお金を惜しまない峡西病院。講習の受講費用から訓練用資器材まで快く負担してくれました。

多くの人に参加してもらうには実際の訓練を、いつ、どういう方法で行うか。試行錯誤の結果、各病棟から1名ずつ参加してもらい月1回行うことにしました。

7月から12月まで、第4金曜日16:00から1時間程度、一次救命処置訓練を実施しました。3月に一時救命処置訓練参加者の中からチームで救命処置をする訓練を行いました。

苦労したことは、いかに多く参加してもらうかでした。毎月、各病棟リーダーに勤務調整のメールを送り、1週間前に参加者にテキストを配布。それでも当日になると勤務の都合がつかないと参加者が1名の月もありました。一次救命処置訓練20名、チームで救命処置をする訓練に6名が参加し技術チェックに合格しました。目標は達成しました。合格者には認定シールをネームプレートに貼ってもらっています。

蘇生術は、1分、1秒でも早く行うことが救命につながります。そのためには、いちばん近くに居合わせたい人が行うこと。これからは看護、介護職だけでなく全職員に対象者を拡大していきます。自信をもって手を出せるように定期的に訓練に参加することが大切です。



# OTだより

## 盆踊り会

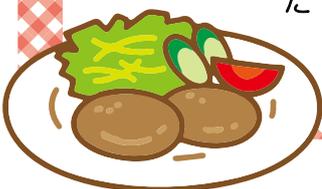
8月7日に盆踊り・かき氷会をおこないました。今年 は毎年夏に開催されていたお祭りを6月におこないました。そのため「盆踊りがしたかった」との声があり、ささやかですが、盆踊りとかき氷で夏を楽しむ会を開催しました。参加した皆様から「かき氷の種類が、抹茶味・桃味・ぶどう味の3種類があるので、1回限りではなく3回開催して3つの味を全て食べた い」「かき氷は美味しかったです。盆踊りは浴衣を着たかったです」などの感想をいただきました。希望にお答えして9月の初めにもう一度かき氷会を計画する事になりました。2種類の味は楽しんでいただけそうです。



## コロッケ会

8月14日はコロッケ会をおこないました。クレル病棟の農耕グループで、育てたじゃが芋と玉ねぎで「コロッケが作りたい」との意見が出され、久しぶりにコロッケを作ることとなりました。農耕グループ以外の方や他病棟のみなさんも誘って実施しようという事となり、じゃが芋・玉ねぎを買いたし50個分のコロッケが出来るように材料を用意しました。農耕グループの皆さんは下ごしらえのため午前中からじゃが芋をぶかし、皮むき、つぶす作業をおこなってくれました。

コロッケ会に参加した皆様からも感想をいただきました。「コロッケの形まで出来ていたので、衣を着けて揚げる作業が楽に出来ました」「味付けも美味しかったです」「ソースの他にケチャップもあつたらよかったです」「コロッケの衣をつけるときに二つに割れてしまい、難しさを感じました」「もっと大きいコロッケを食べたかったです」「肉がたくさん入っていてとてもおいしかったです」などでした。材料を提供し、下ごしらえをしてくださったクレル病棟農耕グループのみなさんありがとうございました。



# ろうけん Times ★

7月23日、老健全体にてFUJIYAMAビール、ハナテラスへ行ってきました。  
美味しいご飯を食べ満足し、お土産を買い帰ってきました。



# 本の紹介コーナー

今回は、リスタート病棟看護師の山宮富美子さんに、おすすめの本を聞きました！

## 本の題名：光のお父さん ファイナルファンタジー14

(マイディー／講談社／2017年3月16日)

### ●読んだきっかけは？

いつもは見ない映画の紹介コーナーをテレビで見た時に、たまたま紹介されていました。面白そうだなと思ったのですが、この話はブログ内のドキュメンタリー連載が本になったものだと知って本を読みました。

### ●本のあらすじ・おすすめのポイントは？

主人公はある日、お父さんが胃がんだと知ります。たった一人のお父さんなのに、お父さんが死んだとき、泣くほどの思い出も感じられない程にすれ違ってしまっていることを認識します。元々ゲーム好きなお父さんに、自分がやっているオンラインゲームのファイナルファンタジーをプレゼントしてゲームを始めてもらう。60歳を超える「光の戦士」となってもらいゲームの中では息子であることを隠して友達になる。お父さんとゲームを通して一緒に冒険を続け、この世界でたくさんの言葉を交わし、いつの日か本当の友達になれた時、その友達がずっとすれ違っていた息子だと伝える。名付けて「光のお父さん計画」。



◆抱負…一つ一つ大切に実践していききたいです。

◆好きな場所…山奥  
猫のいる所

◆趣味…旅行・名店食べ歩き



石川 大典  
看護師  
(アスピール病棟)

◆出身地…甲斐市  
◆趣味…食べること  
◆好きな食べ物…米



佐野 里実  
管理栄養士  
(栄養課)

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。

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。

私だけではなく、この原稿を読んでい  
る大多数の人がそうだと思いますが、  
私は、晴れの日が好きです。天気がい  
いとそれだけで嬉しくなり、外へ出掛  
けたくなります。それだけではありませ  
んが、外をうろつる理由が欲しくて  
犬を飼いました。子供と一緒に遊びな  
がら、季節を感じる事が出来るので公園  
へ行くことも好きです。お花見やBB  
Q、ビアガーデン、花火大会、お祭りな  
どその季節にしか味わえないイベン  
トも大好きです。それなので休日は外へ出  
掛けることが多いので、以前から天気予  
報をよく確認していました。それが私の  
当たり前だったのですが、「天気予報よ  
く知っているよね」と言われ、私が他の

## 私の趣味

人より天気に関心があること、また、天  
気予報を見るのが好きだということ  
に気が付きました。天気予報や雨雲レ  
ダーなどを見ながら自分なりの天気予  
想をし、そのとおりに変化していくと嬉  
しいし、外れてもその奥深さに興味が深  
くなります。今年は梅雨が長く、まだあ  
まり子供と水遊びが出来ていないので  
すが、梅雨が明け、海やプールで楽し  
うに遊ぶ子供の顔を見ることと、去年は  
花火大会で号泣していた子供が今年  
はどんなリアクションを見せてくれるか  
が今の一番の楽しみです。

栄養グループ 川崎美沙希

# 万華鏡

峡西病院から峡西老人保健セン  
ターに異動してまもなく三年が経  
つとじています。

異動してからまもなくの頃のこと。  
行きつけの床屋さんのマスター  
が「お宅の病院利用している人が、  
『受付にいた丸刈りの体格のいい人の  
姿を見かけなくなった』って言ってた  
よ。あんたのことじゃない？」云々  
と云ってくれたことがあります。  
私はとてもうれしい気持ちになりま  
した。病院の事務員如きでも覚えて  
もらっていて、多少なりとも気にか  
けてもらえたと思うと本当にうれし

くてたまらない気持ちになりました。

### 前略 外来患者様皆様

私は今峡西病院の隣の峡西老人保  
健センターに異動し、引き続き仕事  
をしています。

峡西老人保健センターってどんな  
ところかご存知ですか？「老人ホー  
ム？」「お年寄りの集まる場？」名  
前からするとそのように思われるか  
もしれませんね。

私たちは介護保険法上では地域の  
要介護者に対して「在宅復帰を支援  
する」施設、「リハビリテーションを  
提供する」施設と定められています。

多くの要介護者の方に入所しても  
らいながら、あるいは自宅から通っ  
てもらいながら在宅生活を想定した  
リハビリを受けていただいています。  
す。リハビリだけでなく、医師・介

護職・看護職・支援相談員・ケアマ  
ネ・栄養士・薬剤師などいろんな技  
術を持ち合わせた職員総出でその人  
やご家族の描く在宅生活を送るため  
の支援をしています。

そんな社会的重責のある施設に私  
は身をおいています。介護のこと  
を右も左もわからず、またその重責  
ゆえ未だに暗中模索右往左往の日々  
を送っています。しかし、あの頃外  
来窓口で多くの患者様ご家族様と言

葉を交わし、記憶にとどめていただ  
けているとすれば、そのことは今勤  
めていられる心よりどころとなっ  
ています。そう思わせてくれる外来  
患者様皆様には「その節は本当にあ  
りがとうございました」とこの場を  
借りて御礼申し上げます。草々

峡西老人保健センター 片田 正則

## こちら編集室

皆さんのマイブームは何です  
か？

私のマイブームは、時間がある  
時にユーチューブを見ること  
です。お気に入りにはカジサックチャ  
ンネル。昨年10月にお笑い芸人  
のキングコング梶原さんがユー  
チューバーとなり「2019年の  
12月までに登録者数が100万人  
に到達しなかった場合芸人をやめ  
ます」と宣言し話題になりました。  
私も「無茶なことしているな」  
と思っていました。が、たまたま「お  
すすめ動画」に表示されたことを  
きっかけに見始めてから、更新を  
楽しみにしています。私はもとも  
とお笑いが好きなので、お笑い芸  
人さんとのコラボ動画は本当に面  
白いです。

奥さんや子供4人との家族動画  
では「家族っていいな」と思わせ  
てくれますし、チームカジサック  
の仲間の絆を感じるような動画で  
は「仲間やチームの大切さ」など  
を感じさせてくれます。

登録者が95万人を超えた頃か  
ら、いつ100万人に到達するの  
か楽しみにしていました。7月には  
目標であった登録者100万人も達  
成し一緒に嬉しく感じたものです。

不思議な話の好きな方、良かつ  
たらカジサックの「さかなみ君の  
話」を聞いてみて下さい。

(はな)

**今月の予定 9月**

9日 栄養管理委員会  
12日 主任・副主任研修  
18日 広報委員会

**今月の一枚**

楽山館4階のクレル(C)病棟に機械浴が設置されました。これまで浴槽に入れなかった患者様がゆっくりと入れるようになり、とても気持ちよさそうです。

**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。

マッサージや ぼくの幸せ 雨蛙 あまがえる 今福 和人

妙法寺 木々の間に間に 紫陽花や あじさい もこもこに咲き 触れてはみたり 大森真知子

カラス鳴く富士川の朝夏の空 カナメ

ちひろ展 南アルプス 美術館 恵 風

淡い水彩に こころ和んで

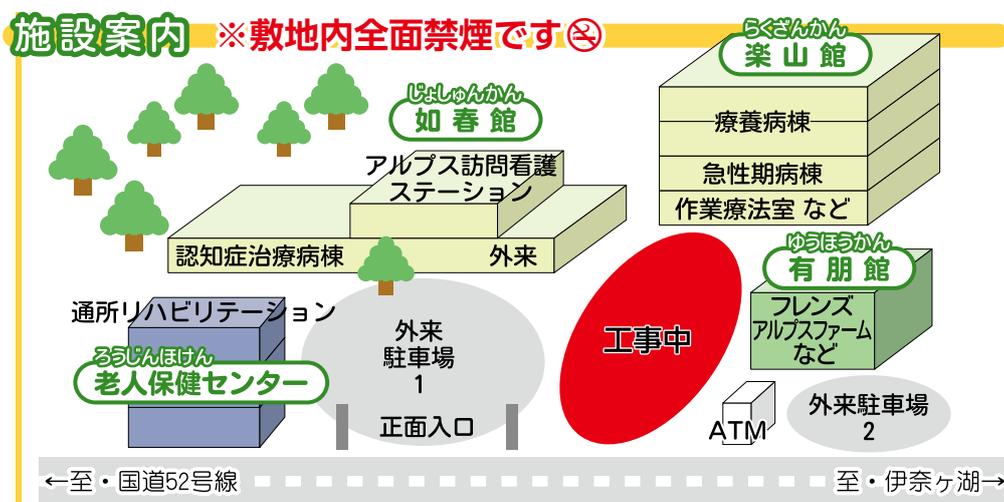
風少しやがて夜空に花火かな 阪本みずほ

快音にのびる打球や夏の空 塚原 光明

ふうりんの音耳に入る夏の夕 羽村 茂

川原には 鈴むし鳴いて 暑さ終え 渡辺 あき

※掲載は五十音順です。



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