

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

2020 11

第34巻11号
(通巻399号)



はらはら舞い落ち、庭に散り敷かれているのは赤や黄色に染まったモミジの落ち葉。その染まり方はじつに個性的で、破れた葉あり、穴だらけの葉あり。秋の自然を美しく演出してくれます。落ち葉が多いのは、その木が夏の間に精一杯働いた証拠です。秋から冬にかけて一休みするために葉を落とす、それが落葉樹です。ここは早川町奈良田の町営「奈良田の里」。木造平屋建ての建物の屋根を見てください。板葺きの屋根にたくさんの石が置かれています。風の被害を防ぐため、屋根に石を敷きつめた民家です。奈良田集落は昭和30年、県営西山発電所の建設に伴いダム湖の底に沈み、集落は高台に移転しました。この建物は恐らくかつての典型的な民家を移築したものでしょう。



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
「ここちよさ」の追求

4
社会参加の推進

「管理者研修」について

「特定医療法人 南山会」は本年度、大幅な組織変更を行いました。その中の一つが、各部署に「主任・副主任」のポストを設けることでした。昨年度までは、各病棟程度にしか「主任・副主任」のポストは設けていませんでしたが、多職種協働をより効率的に実施するため、また、「人を育てる」ことに主眼を置いた運営方針となります。

新設、既存部署の人事異動により今回の管理者研修の対象者は30名以上の大所帯ですが「3密」にならないように配慮しながら、月に1度最初の土曜日に90分程度の講義を全10回に分けて受けています。管理者としてのイロハから始まっている研修会ですが、その中で多くの時間を割いているのが人事考課制度です。管理者となって初めて明確に求められる部分でもあり、制度の理解及び実際の運用までを複数回に渡り研修を受けています。限られた時間の中で、全てを正確に理解するのは難しいですが、実際の現場で指導する・され

る側関係なく人として成長できればと感じながら講義を受けています。

当法人では、毎月「おあしす」に掲載している目標管理を全職員対象に実施しており、目標管理と人事考課を両輪として人事制度を構築しております。年度初めに施設ごとの目標を公表し、それを所属長・主任・副主任間で所属ごとの目標に落とし込み、更に各所属の目標を、個人ごとの目標に落とし込む面接を行っています。個としての目標を達成することで、自分の成長・集団の成長となるような目標を設定する、指導力も必要だと研修を通じて感じております。

また、リーダーシップの取り方や会議の進め方、経営指標・診療指標の読み解き方などの講義もこの先予定されています。研修会自体は道半ばで、至らぬ点も多いですが、研修を通じて人間的に一回りも二回りも成長出来ればなあと思っています。

戦略・人事グループ 中山 貴

時間外研修

防災について

9月29日に南アルプス消防署の深澤さんをお招きして、時間外研修「防災について」が開かれました。

お話は、南海トラフ地震が30年以内に発生する可能性が70〜80パーセントであり、特に警戒が必要であるというところから始まりました。この地震は東日本大震災並みの超巨大なもので、震度6以上の被害地域には南アルプス市も含まれているとのことでした。

具体的な地震対策としては、被災時に火災発生が認められたらまずブレーカーを落とすよう注意がありました。大規模地震のあとには必ず火災が起こっており、東日本大震災の火災の半数は電気系統が原因だったそうです。家具等の固定・暖房機器の周辺の整理整頓・安全装置付製品の使用が火災防止の事前準備として呼びかけられました。

さらに、被災時に最も避けるべきは心理的な負の連鎖によるパニック状態であるとのことのお話が続きました。炎や煙を見たり怒号や罵声を耳にしたたりすることで集団的パニック

クが起こり、適切な避難行動ができなくなる可能性が高くなるそうです。冷静に避難するには通常から避難経路を確認し、火災遭遇時に具体的にどう行動するか検討しておくことが必要とのこと。煙に巻かれて動けなくなりそうだったら、壁の近くで顔面を守り横たわるなど、説明は最悪の場合を想定した場面にまで及びました。

お話の中で、上階の窓から救助に入ろうとした消防士の方がフラッシュオーバー（室内で引火性のガスが発生し、一気に発火する現象）に巻き込まれた動画が特に印象に残りました。その方はそのまま亡くなってしまわれたそうですが、消防士の方さえ予測できない事態が被災時にはいつでも起こりうる恐ろしさを感じました。

消防救助現場の第一線で活躍する方から深く実践的な知識を得ることができた時間でした。防災訓練などの機会にこの知識を周囲に伝えていきたいと思っています。

医療事務グループ 奥水 大

令和元年度

目標管理発表会



◇ 敢闘賞 ◇

リスタート病棟
井上亜沙美

ユマニチユードのおむらい♡

ユマニチユードとはフランス語で「人間らしさ」を意味します。

認知症の方や高齢者に限らず、ケアを必要とするすべての人に向けた、知覚、感覚、言語による包括的「コミュニケーションケア技法です。『見る』『話す』『触れる』『立つ』という四つの柱から成り立っています。

ケアを行う人は常に「あなた」は大切な存在です。「あなたのことを大切に思っています」このメッセージを発信し続けることが重要で、それによって人は自分が唯一の存在として自分が尊重されていると感じることが出来ます。ユマニチユードとはケアを必要とする人の人間らしさを尊重し、それを伝えるための技術です。

理由

ユマニチユードは、優しさを伝える技術」と言われています。職員がユマニチユードを学び、患者様に提供していくことで安心した療養生活を送っていただけます。

また、職員の意識付けにより、患者様、職員双方が気持ちの良い時間を過ごすことで介護困難の軽減ができるのでは?と考えます。

実施

①ユマニチユード認定インストラクターによる正規研修を受講した。

結果

★プラス評価

- ・介護の負担が軽減した。
- ・いつでもどこでも活用できるとても良い技法だと思つ。
- ・精神的・肉体的負担を減らすことができた。
- ・患者様の反応が明らかに違う。
- ・個人差はあるが拒否・抵抗が減った。
- ・意思疎通が取りやすくなり、ケアにも協力的にに応じてもらえた。
- ・周りで見ている職員の気持ちもよくなる。

他：

★マイナス評価

- ・マンパワー不足のリスタート病棟では時間に追われ、ゆつくり関わ

まず昨年6月新潟で行われた「入門コース」、7月は東京で2日間に行わたって行われた「実践者育成コース」へ参加。ユマニチユードの歴史や概念、よくあるケアシーンの基本技術を実技演習を通じ学んだ。

わってられない。
・患者様の身体・精神面の変化により対応が難しかった。
・関わったその時は穏やかになってもその状況が長くは続かない。
・重度の認知症（特にリスタート病棟）には難しい。

まとめ

これからも継続していく為には、自分は必ずこの技法を実践し、その効果を職員みんなに見てもらうことが一番だと感じます。

認知症ケアのあり方を改善するためには、ケアを行う職員の考えを変えていく必要があります。多くの職員の意識を変えるためにはとても長い時間がかかります。

急がずに目の前の認知機能が低下した方に「どんなケアでもゆつたりとした気持ちで受けられるようになってほしい」という気持ちを常に持ち、それを職員間で共有できるようにコミュニケーションをとり続けることが大切であると考えます。

最後に

「看護研究の為」ではなく、患者様と職員の双方が「よかった」と思えるケアの時間が共有できるように今後もリスタート病棟ではユマニチユード学習会を継続していきたいと思っています。

ロTだより 焼き芋会

10月8日(水)にリスタート病棟で焼き芋会もどきを行いました。本当であれば外で焼き火台をみんなで囲み、焼いた芋を食べる予定でした。しかし台風の影響で雨。外の気温も寒いので室内のオレンジ広場で行いました。蒸かした芋、芋きんちゃくのように柔らかくした芋をアルミホイルで包みホットプレートで焼きました。焼いている間は、昭和の懐かしの歌を、映像を見ながら聞いていました。

焼いているとお芋のいい匂い、そうないがしてきて皆さん食べたい気持ちで歌よりもお芋が気になっていました。芋の温かさを感じながらおいしそうに食べていました。「もつとちようだい」と言う方もいました。この時期はやつぱり焼き芋の季節と皆さんの笑顔を見て思いました。

まだ芋の季節は終わっていないので、次こそは温かい日以外で焼き火台をみんなで囲んで焼き芋を食べるリベンジをしていきたいです。

精神科 デイケアだより

Q & A

* デイケアを利用するには どうしたらよいですか？

- ★ **まずは**主治医・看護師・ソーシャルワーカー等のスタッフにご相談ください。
- ★ **その上で**デイケアの見学にお越しください。
- ★ **その際**スタッフからデイケアについての説明を行います。利用の目的や頻度・登録曜日などの確認も行っていきます。
- ★ **その後**主治医が現状を踏まえて必要性など総合的に判断し利用開始となります。
 - デイケアは入院中から利用を行うことも可能です。
 - 他の医療機関に通院されている方も相談の上、必要な手続きを経て利用できます。
 - 交通手段のない場合対象エリア範囲内であれば、送迎を利用することもできます。
 (エリアはスタッフに問い合わせください)

プログラム紹介

復職準備型ユニット

「リワークミーティング」

【活動曜日】 毎週水曜日 午前プログラム

【活動場所】 ミーティングルーム3

【活動内容】

復職に向けて生じる不安や悩み、復職後の健康管理やストレス対処など、参加者から出たテーマについて意見交換をするプログラムです。仕事に関するだけでなく、関連する生活上の心配事についても話し合い、様々な角度から再就職予防の手立てを考えていきます。

リワークユニットの中核的なプログラムです。仕事に対する様々な考え方を知ることができるお勧めの活動です。

スタッフより

ろうけん Times ★

食欲の秋の季節になりました。認知棟では秋刀魚の塩焼きを食べたりおいしいスイーツを食べたりしました。



本の紹介コーナー

今回は、精神保健福祉士 中村穰さんにおすすめの本をお聞きしました！

本の題名：伝え方が9割

(佐々木 圭一 (コピーライター) / ダイヤモンド社 / 2013年)

●読んだきっかけは？

自分の考えや気持ちを「伝えること」が苦手な私。日々の様々な場面の会話で、「自分は何を伝えなかったのか?」とか、「話がまとまらない」と苦悩。そんな自分を変えたいと思う中での本書との出会い。

●おすすめのポイントは？

好きな人をデートに誘う時、どのように気持ちを伝えますか？ 本書には、相手の心を動かす伝え方の技術が詰まっています。心を動かすとは、相手の「ノー」を「イエス」に変えること、相手の関心を惹きつけること。著者は多くの名コピー(広告文字)を生み出し、数々の賞を受賞。しかし、伝えることが初めから上手いわけではなかった。ダメコピーを作っては苦悩し、くじけそうになりながらも、有名なコピーをかき集めて分析した結果、発見するのです。「伝え方には、シンプルな技術があること」を。本書には、伝える時の3つの技術、心を動かす言葉をつくる5つの技術が書かれています。そして、読み進めると、著者の素敵なコトバと出会います。「本を持ち歩かず、伝え方を持ち歩こう。このページをめくった、あなたの手で」。

新入社員紹介

内田京子

峡西老健(介護福祉士)

◆趣味…キャンプ

◆出身地…曲輪田

◆好きな食べ物…パン

榎 美穂

峡西老健(理学療法士)

◆趣味…喋ること、旅行

◆好きな食べ物…ハンバーグ

◆好きな場所…自然いっぱい

の所

高田 望美

法人事務部(事務員)

◆趣味…ライブ鑑賞、弓道、ジグソーパズル

◆好きな食べ物…サラダ、ラーメン

◆好きな色…オレンジ

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

万華鏡

この原稿を書いている頃、大相撲秋場所（9月）が終了、郷土力士の竜電は惜しくも負け越し、栄養グループリーダーの甥っ子、望月（大嶽部屋）は勝ち越しと大健闘しました。

約3年前ある御仁との縁で竜電（高田川部屋）山梨後援会の会員となりました。高田川親方（元関脇・安芸乃島）は私と生年月日が同じで現役時代から応援していたことも入会の後押しとなりました。

年間6場所ごとに郵送される番付表、地元で数回行われる激励会や交

私の趣味は音楽鑑賞です。暇なときには、必ず音楽を聴いています。音楽を聴いていると、日々の疲れや嫌なことを忘れる事ができ、リフレッシュが出来ます。音楽の種類は主に、J-POPやアニソンを聴いています。今やってみたい事はゴルフです。父と母が現在やっており、よくその話で盛り上がりつつあるため、興味が出てきました。小さい頃に少しやったことが

私の趣味

あり、出来れば自分で道具を揃えて練習し、父、母と3人でコースに出てみたいと思います。

峡西老人保健センター 河西 遼



流会などのイベントに参加して、高田川部屋の力士たちと食事や会話をしたりツーショット写真を撮ったり楽しい時間を過ごします。

特に高田川部屋の力士の作る、肉団子、ニンニク、ニラ、たくさんの野菜が入った「塩ちゃんこ鍋」は絶句するうまさです。

「ちゃんこ」の語源は諸説ありますが、ちゃん（親・親方）こ（子・弟子）が一緒に食べるからという説が有力とされ、力士が作るまかない料理は、とにかくでも、カレーでも全て「ちゃんこ」といいます。鍋だから「ちゃんこ鍋」です。

今年の2月に開催された交流会で元気に私と会話をし「塩ちゃんこ鍋」を器によそってくれた勝武士（山梨県出身）が5月新型コロナウイルスで亡くなったことには衝撃を受けました。とても残念で信じられません。

日本相撲協会が各地方で行う秋巡業は、山梨は毎年10月に開催され、普段テレビで見られない大勢の人氣力士の稽古風景を目の前で見たり交流できたりする場所で、昨年台風19号の中、当院の何人かのスー女（相撲好き女子）とも会場でお会いしました。

そんな楽しみにしていた秋巡業も今年は新型コロナウイルスの影響で中止が決定され、これもまたとても残念です。今回の新型コロナウイルスの脅威によってさまざまな暮らしに与えた計り知れない影響、極めて厳しい道のり、いつになったら元の暮らしに戻るのでしょうか。

コロナに「ハッキヨイ、まいた、まいた」

法人事務部 総務グループ

清水 忠彦

こちら編集室

今年は新型コロナウイルスで旅行はもちろん外食にも行く事ができず、毎日家で過ごす事が多く、コロナ太りをしてしまい（泣）最近、運動を始めました。マスク着用での運動は、かなりきつく、体力が落ちているのでなかなかキツイけれど、汗をかくのは、気持ちいいです。運動不足だと腰痛も出てくるので、運動は続けたいと思います。今年は我慢の年になりそうです。けれど家ではネコと戯れたりドラマやアーティストのコンサートDVDを観たりと意外にも快適な日々を過ごせており、1日があつという間に過ぎてしまいます。24時間では足りないくらいです（笑）。

最近、鬼滅の刃を初めて観てみましたがとても面白く、一気に観てしまいました。話を簡単に説明すると、時は大正、日本。炭を売る少年、炭治郎は、ある日鬼に家族を皆殺しにされてしまい、さらに、唯一生き残った妹の禰豆子は鬼に変貌してしまった。妹を人間に戻し、家族を殺した鬼を討つため、鬼狩りの道へ進む決意をする。10月16日に映画が公開されます。とても楽しみです。

（ちこ）

今月の予定 11月

2日
機能評価委員会

7日
管理者研修

19日
感染予防研究会

わが家のペット

外来武富看護師の
ペットです♪



クサガメのピーちゃんです。
オスで、5歳になります。
のろま亀とよく言われますが、ウチのピーちゃん
はとても歩くのが速く脱走犯です！

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。

縁側で 小春日和の 小春かな 石川 理

名月や 算盤はじく 今昔 今福 和人

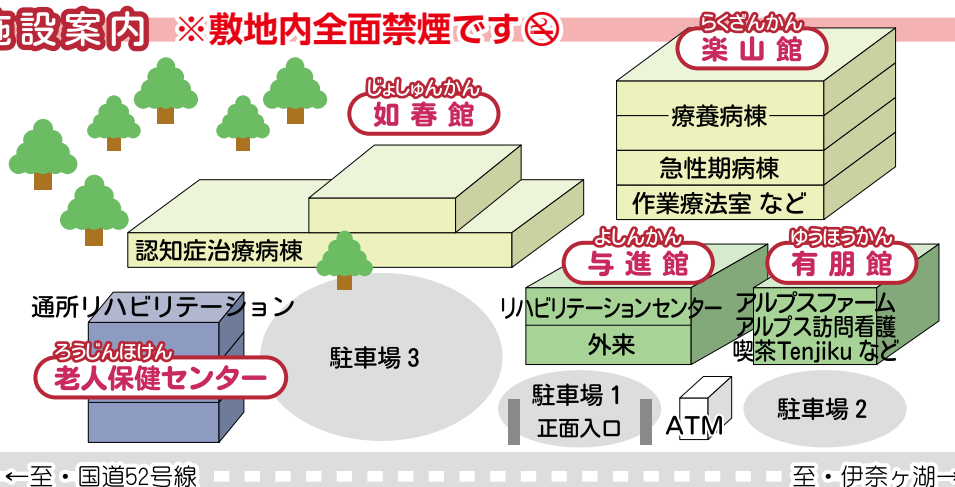
庭園の 遅くになりし 食べ頃に 晩秋過ぎて挽ぐ遅なりの 大森真知子

バスに乗り 芦安紅葉 目に映す 恵 風

ルネサンス 祭日らしき 芸術品 渡辺 あき

※掲載は五十音順です。

施設案内 ※敷地内全面禁煙です☒



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399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 *

中山貴、佐藤和加子、土屋真実、保坂夏菜、須田浩紀、
河西崇子、塩澤千晶、櫻井千恵

次回400号も
お楽しみに！