

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

2021

8

第35巻8号
(通巻408号)



ハヶ岳は私が一番好きな山である。標高1300メートル程度までは緩やかな裾野を持っているため、車で山裾近くまでアクセスが可能で、半日で主稜線に達することができるのがいい。変化にとんだ山であることも好きな理由である。裾野では高原野菜が栽培され牧場が広がる。その上にミズナラ、コナラなどの広葉樹林、次いでコメツガ、サワラなどの常緑針葉樹が出現し、稜線にはお花畑や荒々しい岩稜が現れる。とくに横岳から赤岳にかけての尾根筋は両側が切り立っており、鋭い岩稜をいくつも越えなければならない。写真は横岳から続く稜線上からの主峰、赤岳(2899m)。どこまでも続く雲海の上にぽっかりと頭を出す富士山や南アルプスの眺めも忘れられない。



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

「SDMを考える会」

6月16日、「SDMを考える会」リモート研修が当院院長川崎先生の司会で開かれた。講演は、当院公認心理師鳥羽麻里絵先生による「峡西病院におけるクライシスプランの導入と現状」、国立病院機構琉球病院副院長大鶴卓先生による「統合失調症治療の共同意思決定（SDM）〜クライシスプランの実践と展望」であった。

SDMとは、対象者と支援者は対等な関係であり、治療内容は医師・治療者側からの一方的なものではなく、双方で行っていくものである。対象者が自分の事をどのように考えているか、様々な困りごとに対処しているか、どうしたいか等知ることが大切である、ということである。

今回はSDMを実施するための一つの手法として「クライシスプラン」の講義がされた。

クライシスプランとは「精神的な病気を抱えているかた」と医療スタッフなどの支援者が協力して症状の安定を目指すためのツール」であり、「悪化した時にどう対処するか」に重点を置くものではない。

プランの作成手順については国立病院機構さいがた医療センター主任心理療法師・博士野村照幸先生、講師の大鶴先生監修のパンフレットに添って説明された。書式は視覚的

にわかりやすい赤・黄・青を用いていることが多いが「認知症の方は中間である黄がわかりにくいいため青と赤で表現すると理解されやすい」と具体的なアドバイスをいただいた。

当院でも、病棟・精神科DC、訪問看護等で取り入れている。病棟で作成したプランを在宅生活にどう繋げていくのか課題になっていると思われる。大鶴先生からは「本人の工夫、意識の仕方などの話を聴く、というツールに使っても良いのではないか」「本人が説明することで自身もさらに意識化できるといふ効果も得られる」「退院後はプランを誰と共有していくのか話し合っておくことの必要性」などの話があった。

クライシスプランとは、当事者がセルフモニタリングをするために作成するものである。本人の言葉を用いながら、本人が使いやすい表記にして行くことが大切である。

また、万能なものではないため、プラン通りにいかないこともある。うまくいかなかったところを再度当事者と支援者で話し合い作成することでより有意義なものになっていくものである。支援者の価値観を一方的に提供するのではなく「本人がどのように感じ考えているのかを知る」ことが大切であると思う。

元氣が出る研修会であった。

「暮らし応援会議」について

「暮らし応援会議」は、毎月一回、任意の参加者によって開催されている会議です。

- 平成30年、次の目的のために発足しました。
- ① 外来関係部署間の連携を密に図る。
- ② 外来関連部署のスキルアップを図る。
- ③ 外来関連部署スタッフの相互支援を図る。

会議のコンセプトは、「堅苦しくなく、しぼられず、でも公式なものにしたい。みんなで築いていく。」です。当初、「外来回り会議」として開催していましたが、参加者それぞれが「連携」を考える中で、会議の方向性も徐々に定まり、会議の名前も「暮らし応援会議」となりました。また、我々職員が目指していきたい理念・行動指針についても検討が重ねられ、次のようにまとめることができました。

【理念】

その人の 望む暮らしの 応援団

【行動指針】

- ① その人の生きがいや望みを大切にします（目標の方向性）
 - ② パツと集まって話し合います（スピード感）
 - ③ お互いの役割を尊重します（相互理解）
 - ④ 誰かの「困った」をみんなで見えます（支え合い）
- これらの理念・指針を実現して

いくために、これまでの会議では各部署での取り組みを紹介し合ったり、課題と感じていることを共有したりもしてきました。

最近では、参加者がその時に気になっていること、困っていることなどを話題提供として出してもらい、そのことについて参加者みんなで話し合うスタイルを続けています。部署を超え、職種を超えての意見や考え方に触れることのできる機会となっています。きがるな会議となつていきますので、ぜひ多くの職員に参加していただき、語り合っていたらと思います。ちなみに、ここ最近でテーマとして挙げたことは「あれ？と思った時に相談しやすい環境・風土作りについて」「新職員にどう伝える？精神科のコツ」「その人らしさ100%とは何か」「ジヨハリの窓（自分らしさを知る）」「南山会で働いてよかったこと」などがあります。ぜひくばらんな意見交換が行えます。

また、数か月に一回のペースで、事例検討会も開催しています。ストレーニングへの目の向け方、支援のアイデアの出し方などを、実際に体験することができると思いますが、前向きな気持ちで事例を考慮することができる場となるよう意識して開催していますので、こちらについても、ぜひご参加いただきたいと思います。

令和2年度 目標管理発表会



目標

「精神科デイケア主催のアート作品展示会を開催する」
 デイケア利用者との作品展の企画運営を通して、利用者の自信の獲得や、地域の中でのリハビリテーションの実践を目指す。

目標挑戦の理由

県内のアート作品展は、コロナ禍により開催中止が危ぶまれました。それは、利用者にとって制作への意欲やデイケアへの参加意欲の低下につながりました。そこで、作品展示の場を自分達で企画実施することを考えました。

活動内容

作品展の利用者との協働による企画運営は、デイケアが目指す「目標を叶える」「可能性を支える」「地域とつながる」ことを具体的に実践することに貢献すると考えました。

① 利用者から実行委員の募集

② 実行委員会の開催

③ 作品展のテーマの設定

④ 既存の展示会の視察

⑤ 作品の募集

⑥ 展示場所の確保に係る企業との交渉

⑦ 障害者芸術に関する専門機関による助言を受ける(山梨アールブリュットネットワークセンター)

⑧ オギノ・リバーシティーでの展示会の運営(2日間、85点の作品、917名の来場者)

挑戦目標に対する取り組みの成果

1. 作者にとつての成果

自らの魅力や可能性を発信する機会となりました。ご家族との交流の場としても機能しました。

2. 利用者にとつての成果

作品展の企画運営に携わり、「自信を獲得できたこと」や「力を発揮することができたという実感」などを通して、自らの成長を感じることにつながりました。

3. デイケアにとつての成果

利用者スタッフが共通の目標に向かって協働して取り組む機会となりました。また、地域の中で作品展を開催したことで、地域との関係を意識したりリハビリテーションを実践することができました。

まとめ

作品展の企画や開催は、作者や実行委員にとって自分の持つ可能性を発揮し、自己効力感を高める場となりました。また、作品展は法人が目指す「地域の中で展開するリハビリテーション」として機能したと考えます。

最後になりますが、作品をご応募いただいた南山会関係者の皆様に深く御礼申し上げます。



農 耕 園 芸 ス ペ ー ス

楽山館前の芝生広場には、農耕・園芸のスペースがあります。作業療法・精神科デイケア・老健の3グループが場所を区切って、農耕や園芸をしています。今年は、農作物の生育が良く野菜がすくすく育っています。お花は雨が長く続き少し元気をなくしています。作業療法の区画のお花は、去年の種がこぼれたものが多く、ペチュニア・ひまわり・マリーゴールドなどが咲いています。また去年の秋祭りで重さ当てクイズ用に購入したカボチャの種をとり、春に撒いたものが、芽は出たのですが、やや伸び悩んでいます。秋には自前のお化けカボチャで重さ当てをする予定です。



OT・PT だより

今回はリスタート病棟で行っている、認知症リハビリテーションについてご紹介いたします。

入院1年未満の方を対象に、個別で最大週3回、1回20分の枠組みで行っています。実施前には他職種と患者様の生活や精神状態の評価、趣味や興味のインタビューを患者様ご本人やご家族に行い、リハビリテーション総合実施計画書を作成してからの実施となります。

個別での対応となる為、立ち上がりや歩行訓練といった身体的なリハビリを希望する方、干切り絵や書道、塗り絵といった作品作りを行う方もいます。

中にはモルルス信号を再び学び直したり、プレスリーのロックを聴きながら、ツイストダンスをする方もいたりします。お一人ずつ対応できる時間として、その方の大切に行っている事をリハビリに取り入れていけたらと思っております。



精神科 デイケアだより

Q & A

* 利用する曜日は、どのように決まりますか？

- ★ 当院デイケアは、曜日登録制です。月曜日から土曜日まで、週6日開催しています。
- ★ 利用の目的に応じて、主治医やデイケアスタッフと相談しながら、利用する曜日を決めます。
- ★ デイケアの利用時間は6時間が基本ですが、3時間利用のショートケアも利用可能です。体調やペースに合わせて、活動スケジュールを検討することができます。リハビリテーションの進み具合に応じて、登録曜日を増やすなどの調整も可能です。
- ★ スタッフは、『利用される方の暮らしにおける目標の実現と準備』のためのリハビリテーションの提供を目指します。
- ★ 夢や希望の実現に向けて、どのようにデイケアを利用することが望ましいか、どのプログラムに参加すればいいのかなど、利用される方とともに話し合う時間を私たちスタッフは大切にしています。

プログラム紹介

目標志向型プログラム

「月1ふりかえり」

【活動曜日】 第4週金曜日
【活動場所】 ホームルーム2

【活動内容】

月に一度、デイケアで行ってきたリハビリや、体調、目標に対しての取り組みを振り返る機会として活動を行っています。一ヶ月を振り返ることで、自分の頑張りを認められ自信に繋がります。長期目標を見据えた短期目標の設定ができる機会ともなります。

他の人とも目標や振り返りを共有するため、一緒に頑張っている仲間の取り組みが励みになります。

翌月の目標を立てることに難しさはありますが、一か月の体調を振り返る良い機会になっています。

参加者より

興味のある方、見学や利用をお考えの方は、スタッフまで気軽にご相談ください。☎055-282-2151

* ホームページがリニューアルされました。ぜひ、ご覧ください。

関西病院 リハビリのご案内 検索

ろうけんTimes

老健職種紹介 & 施設内研修

「作業療法士紹介」

作業療法士が利用者様と一緒に取り組むものは生活動作です。普段生活している中には様々な活動があります。食事をする、洗濯をする、トイレに行く、散歩に行く、風呂に入る、仕事をし、遊びに行く。これらの活動は様々な体の動きや脳の働きの絶妙なバランスの上に成り立っています。病気や高齢によりこの「絶妙なバランス」が崩れると生活のしづらさが生じてきます。時に障害としてその方に重くのしかかることもあります。ですがその生活のしづらさに取り組み、その人らしい生活の再構築を支援するのが私共作業療法士の仕事です。

「研修会」

令和3年6月14・17日に峡西老人保健センター認知症ケア検討委員会主催の研修会を行いました。研修会の内容は、パーソン・センタード・ケアの振り返りと認知症ケアマッピングの概要でした。

パーソン・センタード・ケアとは、1980年代末に英国の心理学者トム・キッドウッド氏によって提唱された概念です。認知症の進行と本人が良い状態を経験することはとは連動しないと考え、身体的な介護だけではなく、その人の背景にある環境や性格などを考慮し、心理的なニーズを満たし、「認知症を持つ人が人として受け入れられ、尊重されている事を実感すること」を目指すケアです。

認知症ケアマッピングとは、パーソン・センタード・ケアの考えに基づいて考案された評価法です。評価で得られた「どのようなケアを受けて、どのように過ごしていたか」の情報をもとに実際にケアに関わる職員と話し合い、認知症ケアの質の向上を目指します。

今後も、パーソン・センタード・ケアの考え方が施設全体に行き届くように研修会を開催し、ケアの向上に努めてまいります。また、私たち自身も新たな知識を取り入れ、それをケアに活かしていきます。

今日の活動記録

通所リハビリ

広告を丸めて筒型の入れ物、爪楊枝を1本1本重ねて籐を作ったり、カゴを手作りで作りました！とても細かい作業でしたが、キレイに仕上がっていました！



一般棟



ドーナツ、カップラーメンをグループのみんなで食べたり、カラオケで沢山歌い、グランドゴルフをし、いい汗をかきました！

認知症専門棟



焼きそばを食べたり、さっぱりと心太を食べたり、甘いものが好きなグループは、パフェを作って食べたりしました！



* 峡西老健もホームページがリニューアルされました。

峡西老健 検索



峡西老健の理念

優 優しさ

友 友愛

結 人と人

新 入 社 員 紹 介

野澤 舞

- 所属：外来 ▪ 職種：看護師
- ◆ 趣味…子供たちの写真を撮ること
- ◆ 出身地…身延町
- ◆ 好きな食べ物…チョコレート

伊藤 広也

- 所属：リスタート ▪ 職種：看護師
- ◆ 出身地…甲斐市 イオンモールの近く
- ◆ 趣味…車、バイク好き RX-8に乗っています
- ◆ 好きな食べ物…美味しいもの、焼き鳥

篠原 啓

- 所属：リスタート ▪ 職種：介護福祉士
- ◆ 出身地…甲府市
- ◆ 趣味…散歩、サイクリング
- ◆ 好きな食べ物…焼肉

小林 徳子

- 所属：総務グループ ▪ 職種：清掃員
- ◆ 趣味…旅行
- ◆ 好きな色…赤・青・紫
- ◆ 好きな場所…海が見える所・東京ドーム

渡邊沙友里

- 所属：峡西老人保健センター
- 職種：支援相談員
- ◆ 趣味…ベリーダンス ◆ 特技…ピアノ・英語
- ◆ 好きな場所…東京ディズニーリゾート

丹治 美菜

- 所属：峡西老人保健センター
- 職種：言語聴覚士
- ◆ 趣味…読書・家庭菜園 ◆ 出身地…山梨県
- ◆ 好きな場所…本屋・図書館

雨宮 絢

- 所属：IT・診療情報G
- 職種：診療情報管理士
- ◆ 好きな食べ物…エビ ◆ 好きな色…オレンジ
- ◆ 好きな場所…お家



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

私がやってみたい事。それは南三陸町への訪問です。なぜ南三陸町なのか？私は2011年災害ボランティアとして南三陸町に派遣されました。現地に到着すると今まであった町並みはそこには無く、瓦礫まみれで車が建物2階に刺さっていたり、船が陸の真ん中にあつたり改めて津波の爪痕の凄さに衝撃を受けました。派遣先は避難所の歌津中学校の仮設診療所でした。昼夜を問わず余震が続く、避難者の方々にけでなく地元保健師など支援者も被災して、身体的にも精神的にもケアが必要な状態で、自分も何か力になれたらと考えました。

それなのに逆に被災された方から励まされ勇気を頂きました。診療所の最

私の趣味

後の訪問者は毎日ご家族を探している女性でした。診療所が終わりになると聞き、薬を処方して欲しいと来所されました。「ここに来ると勇気が出る。話をしてくれるだけで安心している。婆さんを見つけてやらなきゃ。ありがと。またおいでね。」と言ってもらった事ができ握手を求められました。

あれから10年、被災地がどう復興しているのかこの目で確認してみたいです。

コロナが落ち着いてきたら、大好きなバイクで南三陸町を訪問できるように計画を立てたいです。

アルプス訪問看護ステーション

金丸 綾

万華鏡

念願の断捨離を子供と共に実践、押入れの段ボールから学生時代の日記帳を発見する。その中に1枚の定期券(市ヶ谷迄・3九月・89800円)、往復8時間の電車通学の思い出が甦る。日記には電車の中で出会った2人との記録がびっしり。1人は帰りの電車で頻繁に会った女性易者さん。営業?と不安に思った私に彼女は手相を教えてくれた。「占いはコミュニケーション

ツールよ、辛い時でも笑顔でいれば必ず幸せはやってくるから」と心豊かである事を教えてくれた。もう一人はお笑い芸人養成所通いの女性、毎朝同じ車両に乗り合わせ顔見知りとなり、互いの通学を労いあつた。朝のラッシュの中で彼女は人を引き付けるお笑いの技術を真剣に勉強していた。お笑い好きな私は興味深々、彼女は「人を引き付ける為には笑いが必要なのよ」と、「笑い」をコミュニケーションに活かす「さ・し・す・せ・そ」を教えてくれた。《さ・し・す・あ、言おう し・し失敗しても す・すべつても せ・せ積極的 に そ・そこのダジャレ》我が家のモットー「笑う門に福来る」はこの経験から知り、失笑する子供・・・「笑顔・笑

い」はNK細胞を活性化させ免疫力を上げる為ストレスを軽減できると医学的に証明され、作り笑いでも同様の効果だという。人との出会いや辛い経験も必ず人生の糧となる、と往復4時間の通学をした子供と共に感した。

「また同じように通学したい?」との問いには2人そろって即答:もう結構(笑) : : :ちなみに、日記で見つけた事で断捨離は何もできず半日終わったことは言うまでもない.....

こんな時代だからこそ笑顔で過ごしたい!

関西老健保健センター

飯野 葉子

こちら編集室

東京オリンピックが遂に7月23日〜8月8日まで開催されます。この東京オリンピックは、史上最多の33競技・339種目が42の競技場で行われるそうです。オリンピックが東京に決まったところは、こんな世の中になるなんて誰が想像できたでしょう。: : : 普段の生活も窮屈になり、自粛自粛。本当にオリンピックが開催できるなんて思いもしませんでした。

あの頃は、自由に色んなところに行つて、「何の競技でもいいから、生でみたいね」「オリンピックやるなら〇〇空いてるかな?行く?」なんて言つて笑つて話をしていたのになあ: : : 編集室を書きながら思い出しました。

決まった時から色々あつたオリンピックですが(笑)、エンブレムのパクリ事件とか。開催されると決まっても何かとあり、今も賛否両論ありますが。

以前のようにスポーツバーでみんなで騒いで、お酒飲んで楽しもう!なんてことは出来ない世の中になつてしまいました。まあ、競技時間も日中だし、夜中とかにするわけじゃないからあんまり関係ないんですかね?開催されるならおとなしく家でTV観戦しましょう(笑)。

ルールを守つて、みんな楽しんでみながらオリンピック応援し乍ら観戦しましょう! (NE)

今月の予定 8月

12日 (木)
クリニカルパス委員会

21日 (土)
外来ケアプロセス会議

24日 (火)
高齢者プロジェクト

今月の一枚

はじめて栽培に挑戦している
皆さんのトマトです。
たくさんの実をつけて欲しいです。

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。

火垂る墓食しき日々に泣けてくる
石坂 克巳

梅雨明や悲しい事件自転する
今福 和人

螢飛ぶ黒髪似合う女の子
カナメ

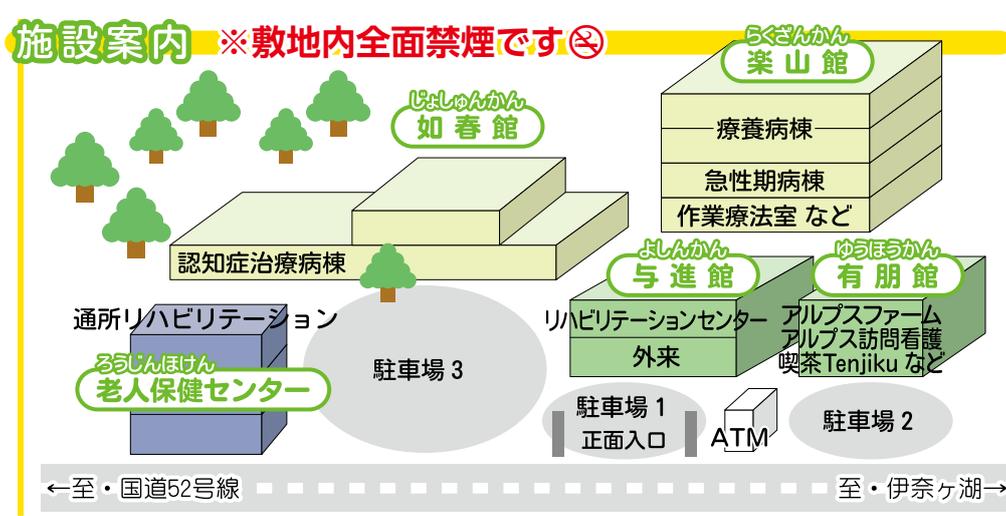
御無沙汰の吾の想い乗せかもめゆる
恵 風

橋の上螢の光舞い上がる
阪本みずほ

特攻の兵士戻らず螢舞う
塚原 光明

魚いて川の流れに泳ぐこい
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