

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

9

第35巻9号
(通巻409号)



南山会山岳部で車山から八島湿原への縦走を楽しんできました。湿原にはたくさんの花が咲き誇っていましたが、その中からカラマツソウを紹介します。長い茎を伸ばし、上部で枝分かれして毛玉状の花をたくさんつけるのでよく目立ちます。名前の由来は線形の花の姿が唐松（カラマツ）の細長い葉っぱの形に似ていることから。カラマツソウの一番の特徴は、花が不思議な形をしていることです。実はカラマツソウは花びらがないのです。細くて長い糸のように見えるのは、花びらではなくて雄しべの一部である花糸（しべ）と呼ばれている部分です。美しく多数伸びているその咲き姿が珍しく、夏の山で人気の植物です。



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

リワーク(復職支援)の 取り組みについて

7月20日(火)、「陝西病院におけるリワーク(復職支援)の取り組みについて」と題するミニ研修会を開催しました。研修会では、①リワークとは、②医療リワークの特徴、③陝西病院におけるリワークの特徴、以上の三点を発表しました。以下、三点の概略を順に説明します。

①リワークとは、RETURN to WORKの略で、復職支援、職場復帰支援とも呼ばれます。気分障害などの精神疾患によって休職中の労働者を対象にしたリハビリテーション、あるいはそのプログラムを指します。求職者・失業者に対する就労・転職支援ではありません。リワークは、当院のように医療機関が実施する医療リワークと、障害者職業センターが実施する職リハビリワークと、企業が実施する職場リワークとに分類されます。

②医療リワークの特徴は、精神科治療と再就職予防とを目的としている点です。主治医による治療に加え、心理・社会的側面からもアプローチをします。専門プログラム、個別支援、個別課題などを通じて、休職要因の把握や自己理解を促進し、再就職予防の手立てを考えていきます。再就職リスクの観点で、医療リワークの利用を

経て復職した場合と、医療リワークの利用を経ずに復職した場合とを比較すると、前者が後者の半分程度になるという研究結果もあります。

③陝西病院におけるリワークの特徴は、症状自己管理、自己洞察、認知変容、コミュニケーションなどをターゲットにして、オーソドックスなプログラムを幅広く展開している点にあります。リワークを利用する一番の目的は、何かを学ぶことではなく、学んだことを用いて自分自身について気づき、再就職予防に繋がっていくことです。専門プログラムに加え、個別面接、個別課題、職場との環境調整を通じて、スムーズな復職だけでなく、再就職予防を意識した支援を展開しています。

医療リワークの歴史は短く、発展途上にあります。当院でリワークに特化した支援が本格的に始まったのも、与進館が竣工した2020年からです。さまざまな工夫・改善を加えながら、リワークを発展させていければと思っています。リワーク卒業生が復職後も心身とも健康に働き続けられるよう、スタッフ一同心から願っています。

デイケアグループ 成田 正樹

リハビリテーション部集合研修

当院リハビリテーション部は、作業療法・理学療法グループ、心理グループ、デイケアグループにより組織構成されています。リハ部所属スタッフには定期的な学びの機会として「リハ部集合研修」があります。月一回(毎月第一金曜日)の頻度で開催しています。この研修会は、リハ部スタッフの相互理解と共通認識を深めることを目的としております。

本研修会の企画背景には、2020年4月にリハ部発足時に事業展開を計画する際、各グループの方針や考えをこれまで以上に

理解し、進めていく必要性を感じたことにありました。

各グループリーダーと協議を重ねました。多職種スタッフが顔を見て話ができる時間の設定、お互いの考え方の共通性と多様性を尊重できる関係の構築、リハビリ関連業務の具体的な取り組みを分かちあう場を作ること、スタッフの連携や協働を円滑に進め、部としてできることを共有することを目標に「リハ部集合研修」を立ち上げました。

研修会は30分間と決めており、毎回16名ほどの参加があります。話題提供者が部署や業務紹介するプレゼンを行った後に質疑応答で理解を深めてみたり、テーマを設定して小グループによる意見交換を行ったりしています。また、リハ部として将来どのような事業に取り組んでいきたいかといったテーマでグループ討議も行いました。

当院のリハビリテーションが目指している「その人の暮らしにおける目標の実現と準備」に向けて、生活に効果的な活動の提供とリハビリの発展とともに、対象者とスタッフのパーソナルリカバリーを考えるきっかけとしても活用できるようにしたいと考えています。

リハビリテーション部 工藤 伸治

各グループの働きを知るための研修

リハビリテーション部

目標 リハ部内のグループ(心理、作業療法、デイケア)業務と考え方を理解し、各グループの職種性と多様性を認め、協力しあう関係の強化をめざす。

<企画背景とめざすこと>

- 相互理解の基盤づくり
- 多職種による助け合い
- 探題思考から目標志向へ
- 職種性と多様性の尊重
- リハ部としての共通認識
- まずはお互いにやっていることや大事にしたいことを表現する、理解する。
- 自分たちの強みと協力できることを共有する。
- リハ部の理念を踏まえ、行動指針を作る。
- リハ部の各グループが協力して、中長期的に取り組む事業を計画する

<研修内容>

- 開催日: 毎月第1会曜日 16時20分~16時50分
- 場所: 与進館2階フィットネス
- 初回: 2020年10月2日(金)
- 研修内容
 - テーマを決めて
 - 小グループでの話し合い
 - 発表者のプレゼンによる
 - 話題提供と意見交換
 - 各部署の紹介と質疑応答 など

<リハ部の目標達成までのプロセス>

リハ部の中長期的な目標を共有し、実現する。

リハ部の理念、行動指針、中長期計画を策定

グループの強みや力を入れていくことを知る。力になることを考える。

各グループの業務を伝える、知る。

令和2年度 目標管理発表会



敢闘賞 老健 井上恵美・梶山 茜

挑戦目標

●看護目標「長期にわたり、褥瘡発生していた利用者の完治後のケアとバルーンカテーテル抜去への試み」

●OT目標「長期にわたり褥瘡を発生した利用者の離床の促進、ADLの拡大（ベッド上や車椅子乗車時のポジショニングの実施）」

目標設定理由

症例は、当施設に長期入所者であり、左臀部に褥瘡の発生と同時にバルーンカテーテル留置となり、離床時間は短く、ADLは全介助、徐々に活動は制限されていた。その後、褥瘡ケアにより褥瘡は完治したが、ベッド上での生活が主であったため、看護・OTという視点から日々

活動内容Ⅰ

のアプローチをしていく中で離床の促進をしていきたいと感じ、目標設定した。 チームケアとなるよう、看護・OTの視点で現在の問題点を抽出し、フローチャートを作った。多職種の役割を確認し合い、自尿へのアプローチ、離床時間の促進を目指した。

看護実施内容

- ①カテーテル抜去・排泄ケア
②尿量・残尿測定（排尿日誌）
③導尿
④全身状態の観察（発熱の有無）
⑤尿の性状観察
●OT実施内容
①関節可動域訓練
②寝返り動作訓練
③座位保持訓練
④臥位・座位でのポジショニング

それぞれの実施をすすめていくと同時に多職種間でのカンファレンスを実施した。目標のバルーンカテーテル抜去後は、スムーズな排尿がみられた。また、ポジショニング表を作ったことで、統一した臥位・座位姿勢で過ごすことができ、褥瘡の再発もなく計画通り実施できた。

活動内容Ⅱ

離床時間が拡大したため、車椅子座位での食事摂取をすすめた。カンファレンスを通し、活動内容Ⅰは継続して介入し、
①食事動作訓練
②嚥下マッサージ
③口腔ケア

を新たに追加した。口腔内のため込みにより、食事時間を要していたため、歯科医の嚥下評価も受け、食事前後の嚥下マッサージの介入方法の見直し、角度計（写真A）を作り、車椅子角度の統一、集中した環境で摂取できるように環境面にも配慮した。

その結果、口腔内へのため込みは依然としてみられるが、比較的、スムーズに嚥下が可能となった。また、離床時間が拡大したことでスタッフとの交流も増え、視覚的・聴覚的刺激により自発的に言葉が発することが多くなり、夜間の睡眠状態も改善した。

取り組みを通して

●褥瘡発生によりバルーンカテーテル留置が長期化していたが、本人の生活の質を向上させるためにも褥瘡完治後は早期に抜去するためのプランが必要である。

●ポジショニング表や嚥下マッサージ表は写真や注意点を記載し、わかりやすく掲示したことで、多職種の協力も得られ、統一した介入が行い易くなり、離床の促進につながった。

今後に向けて

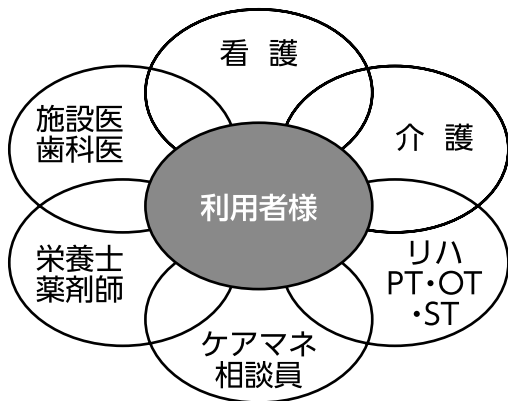
長期入所者の方に対して、本人の生活を今以上に豊かにするために、現状を把握し、相手の立場になって思うことの重要性を感じた。そのため、今後もチームアプローチを積極的にすすめていきたい。

食事の際の車椅子角度計



写真A

チームアプローチ



*今回、ご協力いただいた本症例、ご家族、スタッフのみなさんに感謝致します。

疾患別リハビリテーションが 5月より始まりました

疾患別リハビリテーションが令和3年5月より開始されました。対象となる条件として、①急性発症した運動器疾患またはその手術後 ②慢性の運動器疾患により、一定及び日常生活能力の低下を来している場合となります。

リハビリの内容としては、“肩が痛くて思うように動かせない”という場合は、リラクゼーションを行い、関節可動域運動や日常生活での動作指導を行ったり、“もう少し体力をつけたい”という場合は、筋力強化運動やウォーキングを行ったりと、患者様個々のニーズに合わせてプログラムを作成しています。

OT・PT だより

七夕ゲーム大会

7月14日に七夕ゲーム大会を行いました。「七夕まつり」はまだ再開できなかったものの、各病棟・デイケアで時間を区切り、感染対策をしっかりと行いながら開催しました。

ゲーム内容は、福引・射的・風船ゲームの3つで皆様楽しんで盛り上がりつつあるようでした。それぞれのコーナーで景品が用意されていて、洗濯洗剤や売店の商品券など豪華な景品が盛りだくさんでした！

また七夕ということ、短冊に願い事を書いていただきました。「病気がよくなるように」「退院できますように」といった願い事は、多くの方が書いてくれました。「思わぬ幸運が訪れますように」と身近な幸せを願われる方もいました。皆様の願い事が叶うこと、また穏やかな日が来て、お祭りが再開できることを楽しみにしています。



精神科

デイケアだより

Q & A

はじめから1日デイケアを利用するのは不安ですが、何かいい方法はありませんか？

★実際に利用してみて、スタッフと一緒に振り返りながらリハビリを進めていくことをおすすめします。

実際に利用することで他の利用者さんとの交流がはじまり、緊張することもあります。その日のうちに感じたこと、不安や心配事、また良かった点などを利用当初からスタッフと一緒に振り返り、次回利用日に安心して活動できるようにスタッフが支援していきます。

短時間でのショートケア（午前、午後の3時間）もありますので、あなたのペースで週1回から調節しながら増やしていくこともできます。気軽にご相談ください。

プログラム紹介

復職準備型プログラム

「リワーク心理教育」

【活動曜日】 毎週水曜日午後

【活動場所】 ミーティングルーム3

【活動内容】

毎週水曜日の午後にはリワーク心理教育というプログラムを行っています。この心理教育は主に4つの要素によって構成されており、①ストレス対処、②自己理解の促進、③休息・睡眠、④リワーク制度関連について学ぶ場となっています。基本的にはスタッフ側から情報提供していく形の流れですが、参加者の感想や気づいたことを共有したり、1つの情報から様々な考え方や、受け止め方を学ぶ機会にもなっています。



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

理学療法士紹介

峡西老健の理学療法士の仕事は、自宅での生活や老人施設等で安全に生活が送れるよう支援していくことです。

具体的には立ち上がったたり、歩いたり、段差昇降といった基本動作の獲得や車椅子の操作の練習を行なっています。そしてこれらの動作に必要とされる筋力や体の柔軟さを得ることで、安全に生活しやすいように取り組んでいます。

また、自宅の生活を続けていくための生活環境を整えたり、その方に合った杖や歩行器といった福祉用具の選定にも積極的にかかわっています。

研修会

7月26日と28日に事故予防委員会主催の時間外研修を行いました。内容は「転倒転落アセスメントスコアシート」についてです。

当老健の対象が高齢者であり、筋力低下や認知機能の低下など様々な要因から歩行時のふらつき、椅子からの転落といった危険が日々の生活の中にあります。その危険を減らす為に転倒転落アセスメントスコアシートを使用する事で、利用者の危険度を把握・周知し安全な生活が送れるよう日々のケアに生かしています。

従来使用していた転倒転落アセスメントスコアシートは、担当によって文章の捉え方が異なり点数にバラつきが出てしまっていた為、今回見直しを行い時間外研修で職員に伝達しました。

今日の活動記録

夏祭り

射的などのゲームをした後は、わたあめ、カキ氷を皆で美味しく食べました！



通所ハビリ

一般棟

感染対策を行い、みんなでカラオケを楽しみながら、デザートを食べました。また、プリンアラモードを作って食べました。



認知症専門棟



たこ焼きを焼きみんなで食べたり、射的をしたり、季節の果物でジュースを作ったり楽しんでいました。

8月から展示用の作品を作っているのので、完成したら紹介したいと思います☆



* 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

本の紹介コーナー

今回は、きづなの伊藤さんにおすすめの本を聞きました！

本の題名：『蟲師』①～⑩

(漆原友紀／講談社／1990年出版)

●おすすめのポイントは？

動物でも植物でもない命のあり方、「蟲」。そんな蟲達の起こす奇怪な事象を、旅をしながら解決していく蟲師・ギンコの物語です。音を食べる蟲、人の意識から意識へと渡る蟲、憑り付いた人間に雷を落とす蟲など、様々な虫が登場します。そんな不思議な蟲達の存在も面白いのですが、それらに振り回されながら、悩み、迷う「人々の心」の物語としても丁寧に描かれています。ほとんどが一話完結なので、今の自分と重なって感じられる話も中にはあるかもしれません。人と自然との距離が今よりもっと近くに感じられる時代設定の中、四季折々の色彩豊かな里山や集落を巡るギンコ。その姿を追っていると、インドア派な私でも「旅に出たいな」と思わせてくれます。日本って美しい。

さて、人に害なす蟲について、「退治してしまえ」という意見に対してこんな言葉が聞かれます。「(生命は)ただそれぞれが、在るように在るだけ。逃れられるものからは知恵があるヒトが逃れればいい。」自分とは異なる価値観に対して、つい攻撃を向けてしまいがちな昨今。だからこそ、考えさせられるセリフだなと思います。

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。

■ 職業倫理

1. 患者の人格の尊厳と権利を尊重し、心のこもった対応をして信頼を得ること。
2. 最善の医療を提供するために、常に学術的知識と技術の習得に努めること。
3. 自らの義務と責任を自覚して人格を高めること。
4. 職場内外の医療専門職の権利を尊重すること。
5. 医療の公共性を重んじて地域社会に貢献するとともに、法規範を遵守すること。
6. 良質の医療を提供するために、自ら心身の健康保持と増進に努めること。
7. 精神障害者に対する理解を深め、精神障害者とその障害を克服して社会復帰をし、自立と社会経済活動への参加をしようとする努力に対して協力すること。

趣味といつていいのかわかりませんが、夢中になれる事、心から楽しいと思える事はいくつもあります。一つは『推し』がいる事です。若くもないのでお恥ずかしいですが、Hey! Say! JUMPの大ファンです。二人の娘がファンだった事がきっかけですが、今では私が一番盛り上がりついています。コロナ禍になる前は年に二回ライブに参戦していました。グッズ購入の為に真夜中から六時間並ぶのもワクワクドキドキの時間です。コロナが終息し、また家族で参戦できる日が楽しみです。あと旅行も楽しみの一つです。家族はもちろんです、子供が成長

私の趣味

するにつれ友達と旅行に行けるようになりこれもまたコロナ禍になる前は色々な所へ行きました。福岡、京都、大阪、箱根、熱海、名古屋：その場所場所で美味しいものに出会い、たくさんのおいしい出を作っていました。他にも読書や料理も好きです。読書でいえば特に好きな作家がいるわけではなくタイトルやあらすじで選びます。最近『准教授高槻彰良の推察』を読みました。お勧めです。料理も幼少期から好きでした。お家でも楽しめる趣味で、コロナの終息を待つ今日この頃です。

医療事務 G 深澤 リエ

万華鏡

今日から笑顔で

「私にはユーモアがありません。そんな悩みを持つ人は割と多いのです。天然とユーモアは違います。ネガティブ嗜好な時やユーモアが自然と言える人に「この能力は欲しい」と思いますよね？」

ユーモアがあるポジティブな言葉は人を元気にさせてくれると思うんです。ネットで検索すると「ユーモアセンスをみがくには皮

肉をポジティブ変換するだけ。そしていかなる時も楽しむということ。と簡単に書いてあります。人を笑わそうと思つのはいいのですが、間違つた解釈です。べつてしまう人、本当につまらない人になつてしまいます。例えばオヤジギャグばかり言う人。(私には対処の仕方がむずかしいです。)

ユーモアは状況を場を和ませます。ユーモアな発言や行動ができる人間になると自然と周囲に笑いが起きるし、信頼を得て頼りにされます。ユーモアな人は、いいことだらけです。面白い発言ができるとなつて言ってもムードメーカーになれてしまつてという事です。人気者になれるし、初対面の人とはすぐに打ち解けられたりできます。(うらやましい。)

それに、毎日ユーモアに過ごしている人と普段から笑顔が生まれまします。家庭にユーモアがあふれると雰囲気も変わりますよね？ユーモアは、人を幸せにしなれば成り立ちません。周りの人間関係や自分の精神状態をよくし、あなたの心も穏やかにします。

①新しいことにチャレンジできる。
②困難な事が起きてもめげなくなる。
③イライラしない。
だつて、楽しむ心が育っているんですから。辛いことは生きていてたくさんあります。それはみんな一緒です。だからこそ、面白く考え生きていけたらステキですね！

秋山 裕子

秋山 裕子

こちら編集室

今年の梅雨明けは、例年より3日早く、昨年より2週間早い7月16日でした。四国・近畿・東海より早い梅雨明けは、24年振りだそうです。8月に入り、35℃を超える猛暑日が続くなか、急な夕立ちや台風が多いような気がします。熱中症や雷雨に気を付けて過ごしたいものです。今年はコロナ禍で迎える2回目の夏。みなさんはどのように過ごしましたか。

東京オリンピックが無観客で開幕し、様々な競技をテレビで応援された方も多いのではないのでしょうか。練習の成果を発揮し、成績を残した選手がいる一方で、目標に届かず敗退となつてしまつた選手もいますが、世界レベルで奮闘される姿にはとても感動しました。

そういえば、この夏、多くの方から桃を頂く機会がありました。甘くてみずみずしい桃は、冷やして夏のデザートにぴったり。私はヨーグルトやバナナアイスと一緒に食べるのが好きです。旬のものを食べると、自然の恵みや季節を感じられて、贅沢な気分になりますよね。

私のこの夏の思い出は、長年ファンであるロックバンドのONFONON(ワンオクロック)が河口湖でアコースティック編成の全世界配信ライブをしてくれたことです。楽曲アレンジにこだわっていて、普段のライブとは異なつたワンオクの世界観に浸ることができました。このような情勢の中でも、一度きりの人生を自分らしく強く生き抜こう、戦い続けよう、と力強いメッセージを受け取れました。またいつか必ず生ライブを聴きに行くぞと心に誓いました。(つ)

今月の予定 9月

9日
クリニカルパス委員会
治療プログラム委員会

28日
高齢者プロジェクト

今月の一枚



「保育園児が描いた夏の絵」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。

雷や風涼しげな夕べかな
石坂 克巳

くすりのみ先生の指示身に入むよ
今福 和人

良き歌のその実知りて良きこころ
日々聞々入りし激みにしたり
大森真知子

葡萄棚たわわな実り日の光
恵 風

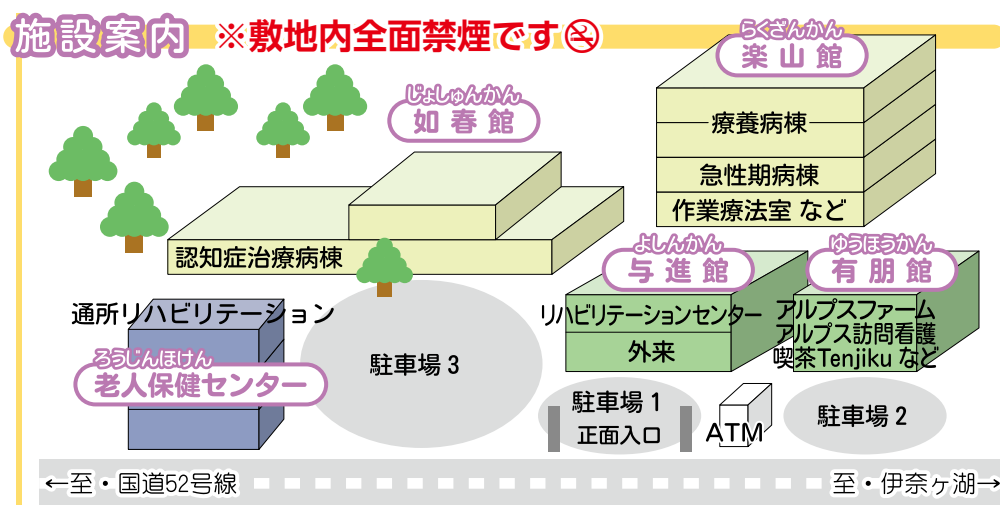
速雷や雷おこしかじりつつ
阪本みずほ

川を越えて雨粒激し怒る雷
塚原 光明

涼風にどんぐりを取りくりの実や
渡辺 あき

くねくね道もひとつの人生さ
渡辺奈美子

※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