

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

2023

9

第37巻9号
(通巻433号)



かつてはアヤメの大群落で有名だった櫛形山はシカの食害で、トリカブトやコバイケソウなど毒を持つ花しか残らなくなった。ピークの一つ、裸山(2002m)付近は草原を金網で囲んでシカが入れないようにしている。そんな囲いの中で見つけたマツムシソウ。マツムシとは鈴虫のこと。鈴虫の鳴く頃に花が咲くことから、この名前が付いたと言われている。上品な薄い青紫色の花びらは、はかなげな美しさがあり、吹く風に揺れる景色は情緒たっぷりである。夏の終わりから秋にかけて見頃を迎える。残暑厳しい街を離れ、涼しい風が吹く高原に小さい秋を見つけに行こう。



————— 峡西病院の理念 —————

「その人らしさをともに創造する」

人生の新しい目的や意味を一緒に考え、
より良い人生を伴走していく

時間外研修 クロザピン

7月28日、川崎理事長・院長による時間外研修「日本の精神科医療のターニングポイント〜クロザピン治療の導入〜」が行われました。

クロザピンは統合失調症の薬で、他の抗精神病薬では十分に治療効果が得られなかった方が使用の対象となります。当院でもこのクロザピンの導入を開始しており、今回は職員がクロザピン治療の理解をより深めるための研修でした。

この記事を読んでいる方の中で、統合失調症の症状が改善しなくて悩んでいる方、そのご家族や支援者の方がいらつしやいましたら、当院でのクロザピン治療をご一考ください。考えてみる材料として、今回の研修の内容を以下にまとめます。

＜クロザピン治療の特徴＞

①統合失調症医療の質を向上させる

- ・クロザピンは他の抗精神病薬よりも症状の改善効果が高い
- ・自殺率、死亡率を低下させる
- ・認知機能やQOLを改善する
- ・再入院を減らす
- ・錐体外路症状（筋固縮、震え、動作緩慢等）がほとんど起こらない

②統合失調症の方の地域移行を推進する

（障害のある方の人権擁護）

- ・障害者権利条約の対日審査において「強制入院・強制治療」「無期限入院」「障害者の居住地や場所、一緒に住む人を選択する機会の制限」等について国連から指摘を受けている。

・クロザピン治療はご本人の同意を得て開始となる。症状が改善すれば、ご本人の望む場所で、望む人との生活の実現が期待できる。

③統合失調症の方の長期入院を減らす

- ・日本は精神病床数、平均在院日数が世界でトップ。
- ・クロザピン治療の普及によって多くの方の地域生活が可能となり、長期入院を減らしたり、防いだりすることが可能となる。

クロザピンの副作用として無顆粒球症等が起こる場合があったり、治療のために入院や定期的な血液検査が必要であったりと、気がかりとなる点もいくつかあります。主治医等と十分に情報共有をしながら、一緒に検討していきましょう。

相談G 櫻井

新任者研修

コミュニケーションと接遇

今回の新人研修では、人とのかわり方、人との絆の大切さ、患者様本位の接遇の重要さを学びました。長い人生これほど人との絆を築く事について丁寧に研修されている病院は初めてでした。入社したばかりで、慣れない薬局の仕事を覚えるのに毎日、苦戦している中、大変有意義な時間が過ごせました。人との絆、信頼関係築くことの大切さを改めて気づく良い機会になりました。病院の患者様は、病気を抱えて苦しんでいる日々を送られている中、病院のスタッフの対応は非常に重要であると感じました。これからはいろいろな経験を通して、幅広く精神疾患やシェアードデシジョンメイキングなどを学びたいと考えております。

【自己紹介】

京都府京都市出身 人生の大半を関西(京都)で過ごす。約9年前に東京に転居。今年4月より甲府市に在住。趣味は登山、ガーデニング、水泳。涼くなれば冬野菜を育てたいと思っております。

薬剤グループ 辻 教子

令和4年度 目標管理発表会



◇敢闘賞◇
アスピールG
小松 郷

目的

病棟スタッフがスキルや知識を得る事ができ看護実践への自信を高められるようになること。

目標

1ヶ月に1度、病棟内で勉強会を実施する。

具体的な実施内容

実施内容は大きく分けて3つあります。

- ①アンケート調査
- ②勉強会資料作成
- ③勉強会の実施

アンケート調査は勉強会実施前、10月、年度末の3回行いました。主な調査内容は、病棟スタッフがどの程度自信を持って業務にあたっているか、勉強会がどのような場面で役

に立ったか、勉強してみたいと思う疾患は何か、勉強会の運営で困ることとは無いか、です。

勉強してみたい疾患はパーソナリティ障害が多く、勉強会の運営に関しては時間を短くしてほしいなどの意見があったため以後の勉強会で反映させました。

勉強会資料は、合計11回分作成しました。資料の内容は、気分障害や統合失調症などの疾患に加え、認知行動療法や動機づけ面接法といった治療法や技法などです。資料作成にあたってはなるべく多くの教科書や参考書を使用して内容に偏りがないようにし、見た目の圧迫感がないようにイラストや表などを積極的に用いました。また毎月病棟リーダーに内容を確認していただき質の担保にも努めました。

勉強会は毎月1〜2回の頻度で、1回40〜60分、ナースステーションで日勤帯に実施しました。勉強会当日は病棟リーダーに掛け合い、日勤者を増やしてもらいました。勉強会を実施する際に意識したこととして、教科書に書いてある言葉を砕くことや、実例を出してイメージしやすくするようにしました。

結果

勉強会の参加人数は平均8・3人、スタッフの自信は勉強会前が平均47・7点で勉強会後が平均50点、勉強会が何に役立ったかについては【患者とのコミュニケーション】、【患者の観察】、【アセスメント】において役立ったという意見が多くみられました。

実施して考えたこと

今回の目標管理を実施してみて率直に感じたことは、自信はあまり高まらなかったな、自信を高めるといふのは難しいな、ということでした。そこで今回の目標管理であり自信が高まらなかった理由について2点考えてみました。

- ①私自身の理解不足
- ②自信を高めるための要素が不足していた

①に関して、勉強会を実施する中で用語をうまく説明できなかったり例え話ができなかったりするなど、自分の理解不足を感じる場面が多くありました。自身の理解不足によって聞いている側が理解しにくいということがあった、ということが1点。

②に関して、自信という言葉を書き調べると、「自分の価値・能力を信じること、自己を信頼する心」とあり、つまりは知識や能力を身につけるだけでなく、それを信じていることができるようにならないと自信を高めるには至らないということが「自信」という言葉の意味から読み取れます。

終わりに

看護の場面において自分の知識や能力を信じられる様になるきっかけは多くあると思いますが、例えば自分が得た知識を実践の中で活かせられたり、活かせられた結果患者さんや職場の同僚などから肯定的なフィードバックが得られたりする経験を積み重ねることが自信を高めることには大事なのではないかと思えます。そのような経験を重ねるのに1年という期間では足りなかったのかもかもしれません。また、今後の取り組みとして病棟職員が互いにフィードバックし合えるような病棟風土を作ることが課題となるのかもしれないと感じました。

1年間病棟内で勉強会を実施する機会を与えていただき、自分自身が勉強をするきっかけができた、前述した通り自分自身の理解が浅かった部分に気づいたり、とても有意義に過ごすことができたと感じます。

また、学ぶことにおいてはインプットだけではなくアウトプットを行えた方が記憶として定着することが知られています。勉強会という場でアウトプットする機会が得られたことで、より自身の記憶の定着にも役立ったように思います。

最後になりましたが、忙しい病棟業務の中、ナースコールに出ながら勉強会に参加していただいた病棟スタッフ、勉強会を実施するにあたって様々な調整を行っていただいた病棟リーダーに御礼を申し上げます。

調理実習



今回は、昨年8月から毎月1回行っている、調理活動を紹介します。始まったきっかけはある患者さんからの「調理実習をやってみたい」という声からでした。1年を迎えた会で今回調理したのは、ピーマンの肉詰めです。役割を分担し、スタッフを交えて調理しました。完成後、満面の笑みを浮かべた様子を記念撮影。そして、冷めないうちにいただきました。

そして実は、今回使用したピーマンは病院の畑で作ったものでした。大事に育ててくれた皆さんありがとうございます。美味しくいただきました(^_^)

次回は餃子を作る予定です。

OT・PT だより

七夕ゲーム大会

7月6日に病院イベント「七夕ゲーム大会」が行われました。射的・おり姫ひこ星ゲーム・流しそうめんキャッチの3種類のゲームを行い、合計ポイントによって景品が豪華になっていきました。

射的は慣れた方も多く、1発でクリアする方もいました。おり姫ひこ星ゲームは、二人ペアでカードを引き合い、そのカード同士が紐で繋がっていればクリアという、なんとロマンチックなゲームです。このゲームが意外と難関になりましたが、つながっていたときの喜びは大きいものです。

流しそうめんキャッチはその名の通り、流しそうめんを1本以上キャッチするとクリアとなるゲームです。使用する素麺は終日使うため食べるのができず、箸で拾ったら、ついつい食べたくなっちゃうのを皆さん我慢していました。空き時間には願い事を書いて笹に飾り付け、叶うようにお願いをしました。皆さまらしく、心地よく過ごせますように。

リハビリテーションセンターだより

フレンズ30周年記念 & なつまつり 祭

8月2日(水)にデイケア行事『フレンズ30周年記念&なつまつり』が開催されました。

昼食のカレーにソーメン、出店のたい焼き、焼き鳥、フランクフルト、綿菓子、かき氷、射的もみんな協力し、和気あいあいと楽しみながら準備しました。

長坂先生からはデイケア30周年記念のご挨拶をいただきました。

メインイベントの吉岡さんのコンサートも満員御礼で盛り上がりました！

今年の夏の良い思い出になりました。

プログラム紹介

目標志向型グループ

「スマイルプログラム」

【活動曜日】 毎週月曜日午前

【活動場所】 ホームルーム1

【活動内容】

頭と体の体操をするプログラムです。日付の確認から始まり、本日のニュース、今日は何の日か等、参加者のみなさんと楽しく話をしながら進めています。また、漢字のしりとり、漢字の足し算、連想ゲーム、計算、物の想起なども行い、楽しみながら脳の活性化ができます。体の体操はストレッチ、肩こり予防体操、腰痛予防体操、認知症予防体操など、様々な体操を取り入れています。週の始まりの月曜日にはぴったりのプログラムです。



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

*ホームページをぜひ、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

TOPICS★

今月の



各々、思い思いのデザインで、団扇（うちわ）や扇子（せんす）作りを楽しみました。



制作グループの利用者様がひまわりの壁掛けを作りました。ゆっくりと丁寧に切って、貼り付けてキレイに仕上がりましたね。



茄子とピーマン（老健の中庭で育てたものです）、ところてんをグループ活動で調理しました。久しぶりの調理活動が出来て、参加された利用者様は張り切っておられました。



* 峡西老健のホームページもご覧ください。

峡西老健 検索



峡西老健の理念

優 優しさ 友 友愛 結 人と人

～あなたに優しく、あなたを思い、あなたと結ぶ～

本の紹介コーナー

今回は、クッキングパパさんにおすすめの本を聞きました！

本の題名：リュウジ式至高のレシピ

(作者：リュウジ／出版社：ライツ社／出版年月日：2021年12月3日)

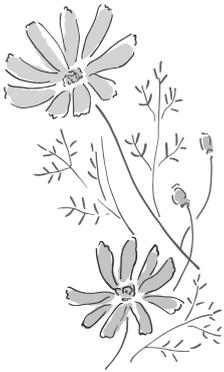
●読んだきっかけは？

リュウジのYouTubeを見たこと。

●おすすめのポイントは？

いつもの料理が、自分史上最高の味に変わる。
うまいものを作るために本当に必要なことが書いてある。
最強の人生の攻略本。

自分は普段から料理が好きで料理を作っている。その中でかなりの頻度で参考にしてるのが料理研究家のリュウジさんがやっているYouTubeチャンネルバズレシピだ。リュウジさんはめんどくさい工程が多い料理も一工夫で簡単にアレンジをして尚且つ今までに食べたことのないぐらい美味しいレシピを沢山アップしてくれている。そのことがきっかけとなり購入したのがこの本。料理が苦手な人も、好きな人も是非見て欲しい一冊。



新入社員紹介

橋本 大輔

介護士 (リスタート病棟)

◆趣味…音楽鑑賞

◆好きな食べ物…

…吉田のうどん

◆好きな場所…

…群上八幡 (岐阜県)

山岸 由佳

准看護師

(リスタート病棟)

◆出身地…長野県松本市

◆好きな食べ物…焼き鳥

◆抱負…

…一生懸命頑張ります

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。

■ 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。

私の趣味は「つくること」です。料理・お菓子・手芸と広く浅く色々な事に手を出して作ってきました。昔からちまちました作業が好きで子供であったこともあり洋裁の資格を持つ祖母と私と同じくちまちました作業が好きな叔母と様々なジャンルの「つくること」をしてきました。学生時代はお金をかけることが出来なかったのでミサンガなど比較的コストのできる事をしていました。仕事をしようになり趣味にお金がかげられるようになると割と良いミシンを買いエコーバックやポーチを自分で作り、時には身内に依頼され、あずま袋を作ることもありました。最近ではお菓子作りにも手を出し、ブッシュドノエルやケーキ、アーモンドフロランタンなど衝動的に作っては周りに消費してもらうのが定番化してきています。当院のOTやレクリエーション委員会の催しで私の出来ることなどにも声をかけていただき過去2回自分の作ったものを展示させていただきました。ありがたいことにたくさんコメントを頂きとても嬉しかったです。



飽きやすい私でもお菓子作りに飽きれば手芸に手を出し、手芸に飽きればまたお菓子に戻り、たまに新しいつくることを始めるため、私の「つくること」は尽きる事はないようです。

クレル病棟 藤田

万華鏡

私が前回この万華鏡で子ども達のことを紹介させていただいてから早5年。高校1年生だった長男は大学3年生に、中学2年生だった次男は社会人に、小学6年生だった長女は高校2年生になりました。

当時、長男の希望でホームステイを受け入れ充実した1週間を過ごし、翌年の12月いざ相手先へ出発だ！と準備を進めていた矢先、ここ数年対応に悩まされ続けている「新型コロナウイルス感染症」が発生。その時点ではまだ山梨では感染が確認され

ておらず、出発するのかもしれないのかと議論を重ね、中止。その後すぐに出入国制限となりました。

新型コロナウイルス感染症の発生から数年。リモートばかりだった長男は徐々に大学へ行く日が増え、今ではほとんど対面授業となり大学生らしい生活を送っています。この春に高校を卒業した次男は社会人となり、仕事にも慣れたようです。休むことなく真面目に勤務しています。高校へ進学した長女は吹奏楽部に所属し、毎日部活に追われつつも充実した日々を送っています。

さて私自身のこの数年はどうだったのかと振り返ってみると、日々の業務に追われたあつという間の数年でした。やはり子ども中心の生活であることは変わりありませんが、心配事の内容は大きく変わりました。

車の運転は大丈夫だろうか、社会人として上手くやっていけているだろうか、等々。けれどその反面、私の方子ども達に頼る場面も増えてきたように思います。

仕事の面でも同様です。前任者の突然の退職から1年。必死になってやってきた1年でした。老健の職員はもちろん、様々な人達の支えがあったからこそその1年だったと思っています。次の原稿依頼がいつになるのか分かりませんが「仕事もプライベートも充実した日々を過ごしている」と書けるよう、この1年目の体験を忘れることなく今後もみんなに支えられながら、そして時には頼りながらできる事を精一杯やっていけたらと思います。

老健保健センター 立川

こちら編集室

「10月より〇〇品目値上げします」と、ここ数ヶ月テレビを視聴している際によく耳にすることがあった。自分は今まであまり政治というものに興味がなく「そうなんだ」程度で聞き流していた。しかし、ここ最近の値上げラッシュに対して疑問や不満が少しずつ自分の中で芽生えてきており、最近様々な政策について討論を行なっているテレビを観たり、日本の財政状況や円安・円高についてYouTubeで閲覧したりと、だんだん政治への関心が高くなっていく。

常日頃政治について学んでいると、日々学習に励んでいた学生時代のことを思い出すことが良くあり、その都度「ああ、自分が学生の頃はもっとガソリンが安かったなあ」「この商品はもっと安かったのになあ」等、現在との物価の違いを肌感覚で感じさせられてしまう。それと同時に自分も歳をとってしまったなあ、この記事を書きながら実感してしまっている。

これからも政治や政策について日々学んでいき、少しでも生きづらくない世の中になっていけばいいなと思います。

(ヤ)

今月の予定 9月

- 6日 ケアプロセス全体会議
- 15日 働きかた創造委員会
- 21日 地域医療会議
- 22日 院内時間外研修「接遇研修」
- 28日 新任者研修

今月の一枚

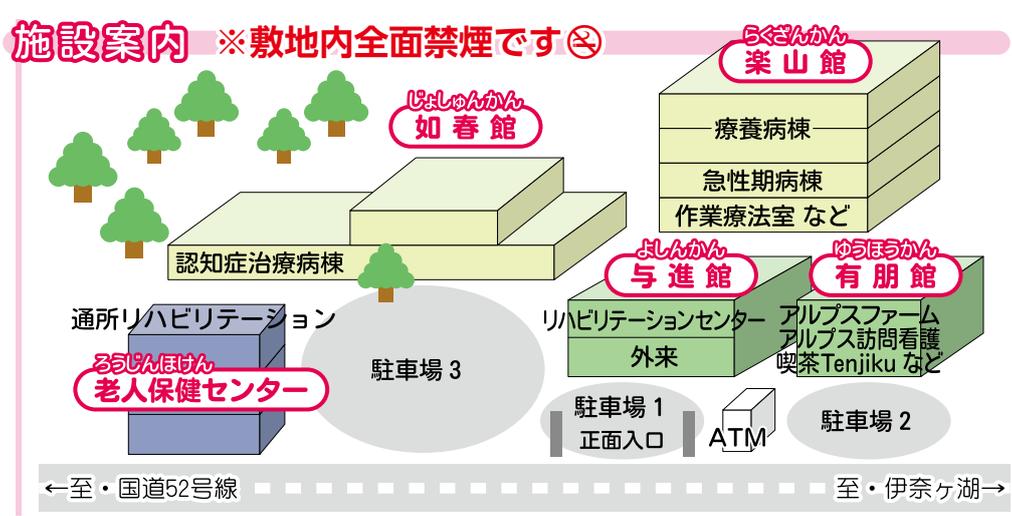
一緒に暮らしている猫たちがです。毎日が運動会です。



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。

<p>※掲載は五十音順です。</p>	<p>ひとりじゃないから生きて行けるんだね 渡辺奈美子</p>	<p>初め秋夏の終わりに涼しい日 渡辺 あき</p>	<p>名月や東の空に星が出る 保坂五十鈴</p>	<p>コスモスの空見上げてる日和かな 塚原 光明</p>	<p>秋桜も風におよぎし広場前 恵風</p>	<p>夏伊奈ヶ湖の行き交う車盆の日に 大森真知子</p>	<p>桃ガブリ固き日の味好むから 今福 和人</p>	<p>コスモスに百恵の歌を思い出す 石坂 克巳</p>
--------------------	-------------------------------------	--------------------------------	------------------------------	----------------------------------	----------------------------	----------------------------------	--------------------------------	---------------------------------



- ### 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