

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

2025

8

第39巻8号
(通巻456号)



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と一緒に考え、
より良い人生を伴走していく

ユマニチユード研修 参加報告

先日、私はユマニチユード研修に参加し、フランスで開発された「人間らしさを尊重するケア」技法であるユマニチユードについて深く学んだ。

特に認知症の方へのケアに有効なこの哲学と実践方法を学ぶ貴重な機会となった。

研修では、ユマニチユードの4つの柱である「見る」「話す」「触れる」「立つ」の重要性を再確認した。

「見る」では、相手と同じ目線でアイコンタクトを取り、「話す」では、ポジティブな言葉で語りかけることで、安心感と信頼関係を築く重要性を学んだ。

これらの技法をイメージする中で、効率性を優先しがちな日常業務においてケア対象者が自ら動くのを待つなど、今まで無意識に行っていたケアの改善点に気づかされた。

ユマニチユードは単なるテクニックではなく、ケアをする側の「人間性」が問われるものであり、相手の感情や尊厳を深く理解し、行動に反映させることの難しさと、それがもたらすケアの質の向上を実感した。

研修中のDVDではユマニチユード実践による患者の表情の変化や穏やかな時間が紹介され、その効果の大きさに感銘を受けた。

この研修で得た知識と経験は、日々の業務における患者とのコミュニケーションをより深く、質の高いものへと変革する一助となるだろう。

特に認知症患者への対応において彼らの世界を理解し、そのらしい生活を支えるための具体的なアプローチを学ぶことができた。

今後、今回の学びを当院の他のスタッフとも共有し、より多くの患者により良いケアを提供できるよう努めたい。

患者一人ひとりが、人間としての尊厳を保ち、安心して生活できる環境を共に作り上げていくことが私たちの使命であることを再認識した。

この研修での学びを活かし、チーム全体、さらに、多職種でケアの質の向上を目指していきたいと思う。

塩沢 健雄

者修
任研
新研

行動制限最小化

行動制限は精神保健福祉法のもっと患者様の医療と保護に欠くことのできない場合において認められています。しかし、行動制限は原則してはならないという前提を忘れないことを改めてこの研修に参加して再確認することができました。

以前私が勤めていた病院でも隔離・拘束が必要な方がいました。患者様の中には「私の人権はどうしたんだ!」「どうしてこんなところに入れるんだ。」という気持ちを話されることがありました。保護室に対しても独房のようで恐ろしいところというイメージを持つ方もいました。

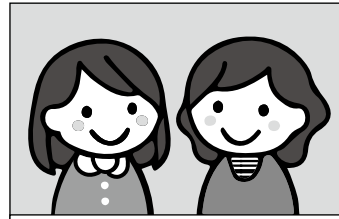
しかしながら隔離・拘束が開始となった原因の症状が落ち着いてきてもそれ以外での問題でなかなか終了できないこともありました。

刺激を減らし落ち着いて過ごすための隔離や拘束が、長期化することによって反対に落ち着かない状況をつくってしまい、どうしても隔離や拘束が終了するのだろうか

と日々悩みながら業務に当たっていました。

しかし当院では、隔離や拘束を早期に終了できるような取り組みがされています。例えば日々のカンファレンスでは患者様がどうなれば隔離が終了するのか判断するための行動制限最小化シートを活用しています。シートを活用することでスタッフ同士の判断を統一し隔離や拘束を早く終了させるという意識付けができていくように感じます。

私が入職したA病棟は急性期のため特に精神状態の不安定な患者様が多くいます。その中には自身の体を傷つけず落ち着いて過ごしていたためにやむをえず隔離や拘束になる方もいらっしゃいます。行動制限を早めに終了するためにはどうすればいいのか考えながら患者様に関わって行きたいと思っています。

令和6年度
幸せ発表会

◇最優秀賞◇

リスタート病棟
小堀さつき
堀内 麻衣

行動制限最小化への取り組み ～車椅子テーブルの

使用について考える～

異動当初の現状

入院患者の多くが日中のほとんどの時間をホールで過ごしており、中には10名ほどの車椅子テーブルを付けた患者さんがいました。ニコニコと笑顔で穏やかに座っている方、テーブルを外したい一心で、一生懸命に固定されている紐を外そうとしている方、それを防ぐためか、テーブルに加えミトンを着着している方もいました。促しに対し穏やかに車椅子に座る方もいましたが、中にはテーブルを着けることにに対し激しく抵抗し興奮している方もいました。

異動したばかりの私は、まだ一人ひとりの患者さんの状態や、これまでの経緯も把握できていなかったの

で、ただただその目の前の光景に驚きと違和感を覚えました。

認知症病棟における行動制限に伴う悪循環

転倒に骨折や頭部外傷などの重大な障害は生命の危機に直結する場合も多く、最悪の事態を避けるために私たちは常に注意深い観察と関わりを行っていきます。歩行が不安定な方には常に付き添い行動を共にするのが望ましいですが、限られたスタッフの数ではそれらの対応は困難です。

急な立ち上がりからバランスを崩し転倒を防ぐ目的で、車椅子テーブルというツールを用いています。何故立ってはいけないのか、どうしてテーブルを付ける必要があるのかと言った理解を患者さん自身に求めることは難しいです。自由な動きを制限される心理的ストレスから、激しい抵抗や興奮を招き、不穏の悪化を引き起こしていました。安全確保のために行っているはずの行動制限が、様々な悪循環を招いていると感じました。

ふと思ったんです・・・

一日中車椅子に座っているのって、計り知れない苦痛を伴うのではないのでしょうか。

車椅子テーブルを前にニコニコと穏やかに座っている患者さんや、目の色を変えて顔を真っ赤にしながら必死に抵抗し、テーブルを付けることを拒む患者さんを見て、「これって本当に必要なの?」「何か他に良い方法は無いだろうか」「いつそのこと外してみようか!」と。

まずは考えることから始める

車椅子テーブルと言うツールに頼らず、まずその必要性を考えることから始めました。

一度に外すことはスタッフの混乱や不安を増強させるため、まずはトイレを済ませた後に5分だけ外してみよう。良ければもう5分延ばしてみようと言ったように短時間から始めました。ソファで身体を休めたり、通常の椅子に座って過ごしてもらうなど、車椅子から離れる時間を作りました。また、これまでトイレの中心まで車椅子で移動していたのを、歩いてトイレに移動し、歩行状態を評価しながら、その距離を少しずつ伸ばしていきましました。

これらを繰り返すことで、筋力の維持や向上に繋がりを、中には手すり伝いや、手を繋ぐ程度の軽介助で歩行が出来るまでに回復される方もいました。

さらに、より観察がしやすく、そして患者さんが歩きやすいように、机やソファの配置を変更したり、なるべく多くのスタッフがホールに出られるよう、ハード面・ソフト面の両側面からアプローチしました。気が付けば日勤帯を通して車椅子テーブルを使わずに過ごせたという

日が増え、車椅子テーブル使用者が徐々に減っていきましました。

車椅子テーブルの使用状況

昨年の4月の時点で10名だったテーブル使用者が2月には1名、そして3月以降は年度が変わった現在もゼロとなっています。

歩行が不安定な状態の患者さんが新たに入院してきた際も、まずは行動パターンの把握に努め、立ち上がりや歩行状況を日々評価しながら、その人に合ったケアや環境を整えるようになりました。

また、実際の数値の減少だけでなく、立つことや歩くことで「人間としての尊厳」や「自分らしさ」を取り戻すことができ、病棟内に患者さんの笑顔が増えました。

最後に

車椅子テーブルやミトンなどを用いての行動制限が、絶対の悪だとは思いません。患者さんの命と安全を守るため、また治療のためにやむを得ずそういったツールに頼らなければならぬ時はあります。しかし、私たちは高度な知識と技術を持った「専門職人」です。決して行動制限を業務として当たり前とせず、他に考えられる手立てが無いのか、私たちが出来る関わりは無いかを常に考え、悩み続ける必要があると思います。

異動した当初に感じた違和感を決して忘れることなく、葛藤を繰り返しながら、その場・その人・その時に合った方法を常に模索し続けたいと考えます。

OT・PT だより

一日看護師さん交流
ふわふわ風船運び大会

6月19日、10名の荏崎高校の皆さんが「一日看護師さん」体験に参加してくださいました。一日看護師さんは午前には各病棟で血圧測定や入浴介助、個別でのお話などを体験されました。午後は、OTホールにて病棟対抗「ふわふわ風船運びゲーム」に病棟の皆さんと参加されました。力を合わせてシーツの上に風船をのせて、ネットの向こうのカゴに入れ得点を競うゲームです。思うようには風船が動かず、声を掛け合って行いました。優勝は、この日のために練習を一番したワレル病棟の皆さんでした。得点が入った時には一日看護師さんとメンバーさんがハイタッチする姿も見られました。一日看護師さんからの感想の一部をご紹介します。「はじめての精神科に不安がありました。患者さんと接する中で温かい雰囲気でもよいところと感じました。」「たくさん患者様がいるなかでそれぞれの方に合せて接していることなど沢山の学びがありました。」「はじめての体験ばかりで看護の楽しさ、大変さを知ることが出来ました。」「今回の経験を通して進路に対する意識が高まりました。」「などです。皆さん一日ありがとうございました。」

リハビリテーション
センターだより県スポーツ
レクリエーション大会

6月27日(金)、小瀬スポーツ公園体育館にて行われた「山梨県精神障害者スポーツレクリエーション大会」にメンバー15名、スタッフ3名、総勢18名で参加してきました。玉入れやラケットレース、ホールインワンツリーなどの5つの競技をチームで競います。選手も応援もひとつになり、大いに盛り上がりました!



プログラム紹介

生活充実型グループ 企画型研修会

【活動曜日】 毎月第4火曜日

【活動内容】

メンバーの皆さんと学びたいものを話し合い、研修会を企画するプログラムです。内容に合わせて外部講師を招いています。今までアロマセラピスト、栄養士、医師等を招き、専門的な講義をして頂いております。

先日はシェフに来て頂き「家で簡単にできるイタリアン料理」と題してツナとトマトとケッパーのスパゲッティを作り、大好評でした。



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。

峡西病院 リハビリのご案内

検索

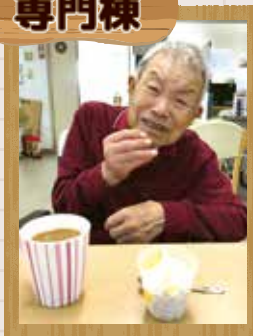
ろうけんTimes

今月の
TOPICS★3F
通所
リハビリ

今回のレクリエーションでは、手作りゲーム「わにわにパニック」をしました。牛乳パックやラップの芯など、身近な材料を使って作られたスタッフオリジナル作品です。ワニが勢いよく飛び出してくると、皆さんワニめがけて手を動かしながら、夢中になって楽しんでいました。ゲーム中は「わー出てきた」「このワニの動きは速いね!!」の声が聞かれました(^^)♪

2F
認知症
専門棟

認知症専門棟の「歌の会グループ」では季節のスイーツをいただきました☆食べている時の笑顔を見ると、まさしく『甘いスイーツ×甘い飲み物=正義』ですね(^^)♡



一般棟の『ご当地グループ』では、うなぎ丼をいただきました☆これからの暑い日に備え、美味しい熱中症対策で利用者様は「おかわり! もっと食べたい!」「これならいくらでも食べられる♪」などと話され大満足な様子でした(*^-^*)

1F
一般棟

* 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、あなたを想い、あなたと結ぶ～

本の紹介コーナー

今回は、Nさんにおすすめの本を聞きました！

本の題名：ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー

(作者：ブレイディみかこ／出版社：新潮社)

●読んだきっかけは？

「本屋大賞ノンフィクション部門受賞作」として話題になり、書店の目立つ場所に並んでいたことで興味を持った。

●おすすめのポイントは？

イギリスの「元・底辺中学校」に通う息子と、パンクな母ちゃんである著者との日常を描いたノンフィクション。人種、貧困、ジェンダー、教育格差など、現代社会の複雑な問題が、親子の会話を通じてやさしく、時に鋭く浮かび上がります。

「誰かの靴を履いてみること」——息子が期末試験で書いた“エンパシー”の定義は、読者の心にも深く響きます。違いを受け入れることの難しさと尊さを、ユーモアと涙を交えて伝える一冊。「共感」「多様性」「心の成長」を考えるきっかけとして、ぜひ紹介したい作品です。

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。

万華鏡

最近私の身近で起こった2つの出来事とその出来事を通して感じたことを書きたいと思います。

一つ目の出来事は、6月の日曜日、重い腰を上げ早朝から庭の花壇でドクダミと格闘していた時のことです。近くで鳥が鳴いているのが聞こえました。よくよく見ると、小さなスズメのヒナがドクダミの葉に隠れながら一生懸命鳴いていました。

親鳥を探すと、すぐ上の電線に親鳥らしきスズメを見つけました。このままで大丈夫かな、カラスなどに狙われないかなと心配でその場を離れられないでいると、隣のおじさんが通りかかりました。おじさんに相談すると、「親鳥がヒナの飛ぶ練習を見ているからそつとしておいて大丈夫だよ」と教えてくれました。私はホッと安心してその場を離れることができました。

二つ目の出来事は、7月に入り、近所で子ぎつねを見る機会が増えたことです。夜の農道を車で走っている時、ひよっこりと現れてはヘッドライトに照らされて立ち尽くす可愛らしい子ぎつねの姿を見ると、どこ

か別の土地にきたような不思議な感覚を覚えます。この二つの出来事を通して、小さな命の尊さ、人との繋がり、大切さ、野生の動物や鳥たちは私たちの日常にささやかな彩りや癒しを与えてくれる存在であることを改めて感じました。人間と野生動物の共存は常に穏やかなものばかりではありませんが、動物たちがこの町や川で生き続けてくれることが、私たち自身の心の豊かさにもつながっているのではないのでしょうか。これからも適度な距離感を保ちながら、この身近な自然を大切にしていきたいと思っています。

S・K

私の趣味は7年前から始めた「御朱印集め」です。平成30年の正月に武田神社に初詣に出かけた際に御朱印をもらっている参拝者を見かけ、私ももらってみたいと何気なく始めたのがきっかけでした。県の内外を月に1、2回ペースで巡り、今や御朱印帳は10冊になりました。御朱印は神社やお寺で参拝した証として頂く物で、墨書きと朱印で構成されており、それぞれにデザインや書体が異なり、それぞれに個性があります。筆致や印が違えば雰囲気が変わるので見比べるのも楽しみのひとつです。桜や紅葉、元旦や特別なお祭りのときは限定の御朱印もあり、色鮮やかに彩られておりそれまた魅力があります。

御朱印を頂く前にはお参りをさせていただきます。きれいに掃き清められ、



澄んだ空気の境内を歩くと自然と心が落ち着きます。手順に沿って手を合わせ、目を閉じて意識を集中させると忙しい毎日から一時解放され、静かに自分と向き合う事ができます。お参りさせていだいた神社仏閣への感謝はもちろん、一緒に御朱印巡りをする友がいる事、健康で仕事が出来た事、ご飯が美味しく食べられる事など、日々の些細な事にも「ありがたい」と感謝する心を思い出させてくれます。

まだまだ行ってみたい神社仏閣はたくさんあります。今年は富士山の山頂にある御朱印をもらいに行ってみようと思っています。御朱印集めを通じて寺社巡りの楽しみを味わい、人生を豊かに過ごせるようこれからも続けていきたいと思っています。

こちら編集室

8月といえば、蝉の声。あのけたたましい鳴き声が、なぜか胸に残る。

静けさの中でこそ、あれほどの音が響くのかもしれない。

8月といえば、空。入道雲は堂々と立ち上がり、青空はどこまでも深く、まるで吸い込まれそうになる。ときどき雷がごろりと鳴って、自然の力にちよつとだけ立ちすくんだりする。

8月といえば、人の動きも少し違う。子どもたちは汗まみれで走り回り、大人たちはスケジュールと天気と格闘しながら、少しだけ「余白」を探しているように見える。思い出は、いつも夏に強く焼きつく。真っ白な日焼け跡、冷たいスイカの甘さ、花火を見上げて黙っていた時間。どれも大事な「記憶の温度」だ。そして、働く私たちにとつての8月は――

ちよつと立ち止まって、この一年、どんなふうに進んできたんだろう」とふりかえってみるきっかけになる月かもしれない。忙しさに流されていたいくつもの場面が、8月の暑さのなかで、ふと立ち上がってくる。そうして、自分のなかの「忘れていた声」が聞こえてくる。8月といえば、そんなふうな、自分の輪郭をもう一度たしかめるような月。

めいっっぱい汗をかいて、ちよつと泣いて、そのあと大きく息を吐いて、もう一度笑えるような。今月もきつと、誰かの日々が強く、静かに輝く。

今月の予定 8月

1日 リハビリテーション部
集合研修

5日 時間外研修
「アンガーマネジメント」

15日 ファンづくり
プロジェクト



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。

山道でふと目を引くよ踊り子草
今福 和人

夏の日に葉が揺れ私し悟られし
大森真知子

七夕に健康願う我も年
カナメ

むくげの花白塗りの顔に紅をさす
林 光翼

天の川川の向こうに待つは誰
保坂五十鈴

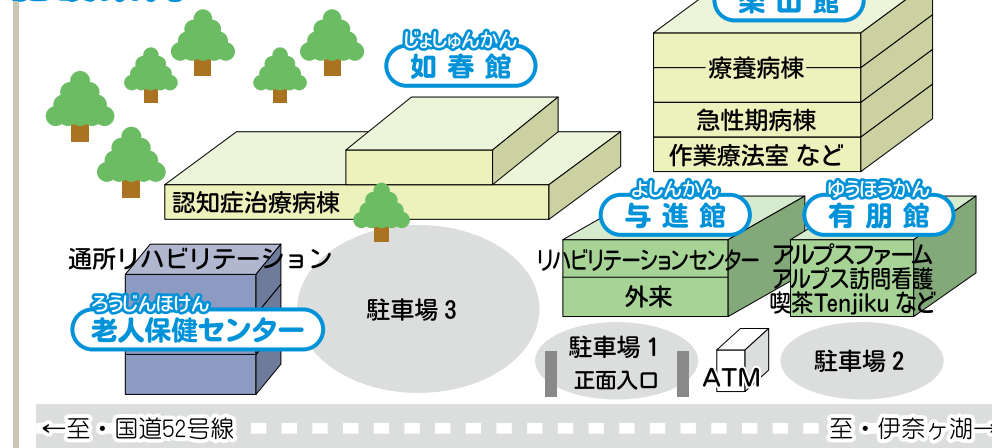
厳しくて残暑のねむのきに
H・H

風鈴の朝顔模様絵の景色
渡辺 あき

新しい心を育てたいね
渡辺奈美子

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

月刊おあしす第456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 *

川崎洋介、大槻清志、川口 敦、對馬鈴香、河西崇子
雨宮尚登、山岸由佳、清水悠司、相川なつき、金丸彩

**次回457号も
お楽しみに!**