



# やまかみニュース

発行 医療法人 久仁会

homepage <http://www.kyujinkai-mc.or.jp>  
E-mail [info@kyujinkai-mc.or.jp](mailto:info@kyujinkai-mc.or.jp)

鳴門山上病院

介護老人保健施設  
いこいの家

鳴山荘

やまかみ 訪問看護  
ステーション

鳴門市地域包括  
支援センター

やまかみ

TEL687-1234 (代)

TEL687-1005(代)

TEL683-6265(代)

TEL683-6727(代)

〒772-0053 鳴門市鳴門町土佐泊浦字高砂205-29

## 入浴についての考察

医療法人 久仁会

理事長

山上久

現在建設中の特別養護老人ホーム鳴山荘の入浴設備についていろいろと検討しているが、入浴の意義等について考察してみた。

昔から入浴の意義は重要視され、ヨーロッパでもローマ帝国における「カラカラ浴場」のように巨大な浴場が福利厚生のみでなく民心の獲得のために大切なものとして積極的に建造されていた。日本においても人々への仏教の布教の過程で、入浴は仏の前の平等を担保する手段であり「精神的紐帯を確かめるもの」として位置づけ、大きな役割を果たしていた。

例えば、平安末期の源平合戦により焼失した東大寺の大仏の再興に奔走した「重源上人」は、荒廃した末法の時代に資金や人材も無く、建造技術も国内から失われた状態に、一から15年で100億円相当の巨大プロジェクトを成し遂げた。日本中の人々が「大仏建立を救いのシンボルとして再興を図るなかで。当時は仏教が貴族から武家、さらに民衆へとより多くの人々に開かれ始めた時代に、民衆からの勸進活動による寄付の調達だ

けでなく、武家社会の棟梁である源頼朝の協力、更に奥州平泉の藤原氏からも大仏建立に必要な莫大な金や銅の提供を受け、何とか資金を集めた。製造技術について大仏自身の鑄造技術はもはや失われ、南宋より技術者を新たに導入、大仏殿の建築についても当時として世界最大級の木造建築は南宋にもないうえに、巨木の調達が不十分なため「大仏様(だいぶつよう)」という日本独自の建築様式を開発することにより成し遂げた。その中で「重源上人」は風呂というものは「仏の前の平等を担保するもの」と重要視しプロジェクトで有効に利用した。巨木の調達は吉野や伊勢だけでなく、出雲や周防まで全国のもが使われたが、源平合戦で全国的に荒廃しており資材の調達運搬については非常に困難を極め、切り出しや飢餓へ、援助や人心の把握に懸賞金を提供しただけでなく、巨木の切り出し、瀬戸内の海上輸送などに携わる人々への心と体の癒やしのため、各地に岩風呂(蒸し風呂)を利用、何十カ所も作られ、その設備は80年たった現在も各地で

利用されている。疲れをとり体を癒やすだけでなく仏の前の平等を担保するものとして一定の仏教作法を持つて各地で利用されている。

後世の僧坊においても蒸し風呂の位置づけは高く、千利休の切腹に關わり有名な大徳寺の南大門の横にも浴室が残っている。

入浴は身体的のみならず精神的に安らぎをもたらすもので介護・療養の現場においても、現実意識が低下された方や、認知症状の強い方も入浴時に一番満たされた表情をされることをみれば、入浴の意義を更に重要視し設備を充実させ満足な入浴を提供しようと思う。



# The Next Step

医療法人 久仁会 鳴門山上病院  
院長 國友 一史

最近気になったネット上での記事です。

——帝国ホテルにあるバー「オールドインペリアルバー」からの出題。ここのバーテンダーは注文があると、1杯目のグラスはお客様が最も手に取りやすい右斜め前に置くのだそうです。そこで問題：居心地の良いバーを演出する帝国ホテルのバーテンダーが、おかわりの注文が来たときに2杯目のグラスを置く場所はいったいどこでしょう？

答え：お客様が自分で移動した、1杯目のグラスの位置——

3回の機能評価受審もあり、本院では必要な各種のマニュアル作成はほぼ完了しています。もちろん、日々の見直しは必要ですし、そのように努力、実践していることもおわかりいただいていると思います。これらのマニュアルの重要性とその有効性は皆さんよく理解出来ていると思います。しかしながら、療養病院として常に先進的な取り組みを続け、実績をあげてきた私たちは、その先、The Next Step、に進みたいと思います。

マクドナルドやローソンなどで経験する、完璧なマニュアルによる対応の居心地の悪さや違和感については皆さんお気づきのことと思われま。本院でもマニュアルに従って提供している診療やケアと、患者さんやご家族の希望が一致せず、クレームとなったり、満足度調査での結果が思ったより低いなどの問題点はすでに起こってきています。マニュアルによる対応は、一定のレベルの診療やケアを確実に提供でき、病院の品質を保証しますが、それが直ちに満足につながる訳ではありません。

どうすれば帝国ホテルのバーのような「居心地の良い」場所になるのでしょうか？

近年の患者さんやご家族の要求が高度化する中で、満足度を上げるためのキーワードは「観察力」、「情報収集力」、そして「情報の共有」と思われま。その患者さん・ご家族が、我々に何を望んで、何を期待しているかを確実に把握すること。それに対して我々が何ができるか、何ができないかを明確にして確実に共有することで、ご家族と協力して問題の解決に当たることが必要と思われま。

「一番して欲しいことは何ですか。次にして欲しいことは？その他には何かありませんか？

私たちはこう思い、これとこれができます。」

しかし、我々は単なる「御用聞き」ではなく、常に患者さんを観察し、重要な情報を収集し、それぞれ専門職として各種の知識、技能および経験に基づく適切と思われる方針を情報提供しなければいけません。その上で、優先順位をつけた要望に可能な限り応えるようなプランを共に作成し共有することで満足していただける診療・ケアを提供していくべきと考えま。

入院前の聴き取り（MSW）、入院時の確認（外来）、入院時の病棟での聴き取り（主治医・担当看護師）、入院時カンファレンスでの確認、ケアカンファレンスでの確認・見直しなど、各時点でのチェック項目に「患者・家族希望」項目を追加、カンファレンスや申し送りに反映できるよう、システムを再構築したいと思いま。そのために、入院依頼から入院、退院までの流れ、手順、使用される文書類・内容の点検、改訂。入院時フェースシート（MSW）、入院時チェックシート（外来）、カンファレンスシート（入院時、ケア）に、「患者・家族の希望」欄を設定し、必ず記載、「ケアの方向」欄には目標を明示的に記載する。入院時カンファレンスには患者または家族の参加を原則（必須）とすることなどを検討していきま。



## 筍のバター醤油炒め



### ■材料

ゆでたけのこ 200g  
 バター 大きじ1  
 ニンニク 2片  
 輪切りトウガラシ お好みで

### ■調味液

だしの素 小さじ1  
 お湯 大きじ1 しょう  
 しょうゆ 小さじ1/2

### ■飾り

黒こしょう 適量  
 パセリ 適量

### ■作り方

- ①たけのこを2～3mmくらいにスライスして水気をふきとる。
- ②フライパンにバターと粗みじんにしたニンニクとトウガラシをいれて弱火にかけ香りを出す。
- ③香りがしたら、たけのこを焼く。両面に焼き色をつける。
- ④焼き色がついたら、混ぜていた調味液を入れる。
- ⑤調味液を入れたら強火でたけのこを混ぜる。
- ⑥水気が無くなったら、お皿に盛って、パセリと黒こしょうをかける。



筍ご飯、天ぷら、煮付け…いつもの味に飽きてきたら、こんなのはいかがでしょう？

### タケノコの栄養

たけのこは食物繊維の豊富なヘルシーな食材です。カロリーが低く、食べごたえがあるのでダイエット中や便秘の方におすすめです。

食物繊維は便秘の症状を改善するほか、大腸がんやコレステロールの吸収を防ぐ働きがあり、動脈硬化を予防できます。食物繊維以外にも、カリウムを多く含んでいるので、塩分の排出を促し、高血圧の方にもオススメです。あまり多くはありませんが、ビタミンB1、B2、C、Eなど、美容によい栄養も含んでいます。

※喫茶コーナーは4月から  
 金曜日に変更しています。  
 引き続きご利用下さい。



平成25年3月13日に水曜喫茶コーナーの学生参加が最後となる為、感謝状の贈呈式が有りました。学生の皆様2年間有難うございました。

感謝状☆贈呈式♪



## 『二重課題 (dual task) 遂行能力トレーニングで転倒予防』

リハビリテーション部門 統括士長 直江 貢

高齢者において、寝たきりや要介護状態になる大きな原因として運動能力低下による転倒・骨折が挙げられます。この転倒を予防することは重要な課題であり、リハビリテーション医学の分野において、さまざまな研究や取り組みが行われています。

これらの調査研究の結果、転倒しやすい高齢者には『dual task：二重課題』遂行能力が低下していることが明らかになりました。この二重課題遂行能力というのは、二つの課題を同時に遂行する能力（例：歩きながら電話をするなど）を指し、この能力が低下している人は、歩行中に考え事をしていて障害物に気がつかない・・・などという理由から転倒しやすい事がわかりました。

また、高齢者の歩行特性を分析した研究結果より、転倒危険性が低い高齢者は歩行中常に1.5m～2m程度前方に視線が向けられ、周囲の環境を先読みして移動が行えていたのに対して、転倒の危険性が高い高齢者では0.3～0.6mほど前方という身体に近い箇所に視線が集中していることがわかり、歩行中の視線が転倒に影響する要因であることも報告されています。

二重課題遂行能力を高めるには、脳と体を同時に刺激するリハビリエクササイズが効果的です。今回は、その一例として『ふまネット運動』を紹介します。この運動は、50センチ四方の升目を進みながら、リズムにあわせてステップを踏むことで二重課題遂行能力を高めます。

例えば、『どんぐりころころ』を歌いながら・・・図に示すように『右足から踏み出して横移動した後、左斜め前の升に左足から踏み出し、次は右斜め前に右足から・・・』という具合に進めていきます。まず歩き、次はステップのルールを覚える。そしてリズムにあわせて、さらには手もたたく。注意を足や手に分配する高次元の活動が必要になるため、歩行と認知の二重課題機能の向上を同時に高める効果が期待できます。

転倒・骨折を予防し、『幸齢社会』を目指しましょう



図：ふまネット体操の1例

### ☆アトリエ・バグ展覧会☆

(4/1～4/15)

恒例の会が展覧会は好評の内に終了いたしました。

期間中はたくさんの方にご来場いただき有り難うございました。



### ■資格試験合格者 【介護支援専門員】

- 開野正嗣
- 森本幸司
- 濱田香織
- 吉村隆靖
- 市橋和喜
- 松井宣子

### 【三学会合同呼吸療法認定士】

(日本胸部外科学会、日本呼吸器学会、日本麻酔科学会)

- 濱田圭司
- 福田俊也

### 【准看護師】

- 橋本周美

### 【介護福祉士】

- 遠藤典子



# 寿 百歳おめでとうございます 寿

## 矢野 一市様



御家族様に囲まれて・・・

祖父、矢野一市は大正二年四月一日生まれで今年で百歳になりました。

祖父はとても几帳面な人で、入院するまでは自分で出来ることは全部自分でこなしていました。また、家族の洗濯物を取り込んでくれて、一枚一枚丁寧にその手でしわを伸ばしてたたんでくれたり、毎日、庭の手入れをしてくれるので、草一本生えているのを見たことがありません。

飼っている猫二匹も祖父にとっても懐いていて、私たち孫が祖父の見舞いに行くと満面の笑顔で迎えてくれ、家族の事や猫たちのことをとても気にかけてくれます。

一時は体調が悪く、家族も心配しましたが、山上病院の職員様のお陰で元気にこの日を迎えることが出来ました。本当にありがとうございました。

孫より



3月19日にゾンタクラブの皆様  
の慰問がありました人形浄瑠璃  
『傾城阿波の鳴門順礼唄の段』  
の芝居、うた体操、手品など沢  
山の出し物をして下さいました。  
民謡『鳴門小唄』ではゾンタク  
ラブの皆様の踊りに合わせ入院  
患者様・入所者様の楽しそうに  
踊られていました。  
ひとつひとつ手作りの可愛い  
雪だるまのキーホルダーを頂き  
ました。ゾンタクラブの皆様有  
難うございました。

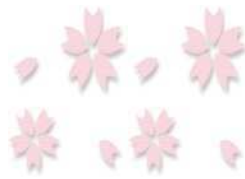


ゾンタクラブ  
ゾランティア





ステツプ、春ゴよみ



近くの花見山に桜  
を見にドライブして  
きました。しだれ桜  
がとてもきれいでし  
た。



鳴山荘お花見



平成25年4月4日に花見ド  
ライブに行って来ました。  
谷通り↓鳴門市役所↓大塚ス  
ポーツパーク↓妙見山↓明神の  
公園をドライブし桜を見て回  
りました。  
入所者の皆様は満開の桜の喜  
ばれていました。  
桜以外にもチューリップ、菜  
の花など沢山の春の花を沢山見  
ることができ春を感じることが  
出来ました。





☆豆まきでおにさんになってま〜す☆



☆みんなかわいいおひさまだよ☆



3月生まれのおたんじょうかい



そつえんおめでとう♪



おめでと〜♪



マ〜ヤすだち保育園便り

今年二人の園児が卒園しました。ちよつと緊張して副理事長先生に卒業証書をお願いしました。式後は卒園式の特別メニューにみんな大喜びでした♪  
豆まきにひなまつり、おたんじょう会、この春も楽しく元気な保育園です☆



パパより一言♪  
スクスク元気に育ってね♪

よろしくね♪



ママより一言♪  
☆笑顔いっぱい、元気いっぱい大きくなってね☆

はじめまして♪

れんと  
**福田 蓮斗ちゃん**  
平成25年2月15日生まれ 男の子  
(リハ 福田 俊也)さん



みつき  
**上岡 美月ちゃん**  
平成24年9月2日生まれ 女の子

## ☆ひなまつり☆



- お品書き
- ★ひな寿司
- ★沢煮椀
- ★炊き合わせ
- ★菜の花の柚子わさび和え
- ★ひなあられ

ひな祭りらしく、ひなあられを添えてみました。散らし寿司もひな祭り用に菱形の押し寿司にして、具材を上と中に飾りました。

## ♪ホワイトデー♪



- お品書き
- ★バターライス
- ★ナポリタン
- ★コンソメスープ
- ★サラダ
- ★牛乳寒

ホワイトデーということで、洋食を中心にしてみました。普段は提供していませんが、ご年配の方でも親しみのあるナポリタンにしてみました。

(提供 エームサービス株式会社)

# イベント食紹介



# 研修会報告

## ●平成24年11月～平成25年3月

### ①徳島県PT・OT・ST合同研修会

- ・ 会 期：平成25年2月17日
- ・ 会 場：徳島健祥会福祉専門学校
- ・ 発表者：上地 敦夫 (PT)
- ・ 演 題：『当回復期リハビリテーション病棟退棟患者の転帰先に影響を及ぼす因子の検討』



### 編集後記

平成になって四半世紀が過ぎました。毎年の事ながら、この季節はそれぞれの皆さまに色々な形で出会いと別れがあったことでしょう。私事ですが、先日某病院にて一ヶ月ほど入院生活をしておりまして。至れり尽くせりの看護を受けて、無事に退院することができました。その間、様々な方との出会いと別れがありました。病んでいる時ほど他人との関わりが大切なんだということを知ることができました。病むということはおそらく避けられないことだと思います。少しでも患者様や御家族様の心に寄り添って、療養生活のお手伝いをさせていたいただきたいと決意を新たに致しました。

(お)

## 院内行事予定

七夕まつり  
7月中旬

詳しくは  
院内掲示ポスターを  
ご覧下さい。

