



# やまかみニュース

■発行■ 医療法人 久仁会

〒772-0053 鳴門市鳴門町土佐泊浦字高砂205-29

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

介護医療院 <b>鳴門山上病院</b> TEL687-1234 (代)	介護医療院 <b>鳴門山上病院</b> TEL687-1234 (代)	介護老人保健施設 <b>いこいの家 鳴山荘</b> TEL687-1005(代)	やまかみ 訪問看護ステーション TEL683-6205(代)	鳴門市地域包括支援センター <b>やまかみ</b> TEL683-6727(代)
---	---	--	--------------------------------------	--

## 介護医療院の定員を増やしました。

医療法人 久仁会 理事長 山上敦子

医療法人久仁会では、令和2年4月1日に病院・施設の再編を行い、鳴門山上病院を90床に、介護医療院鳴門山上病院を定員60人にいたしました。具体的には2階を医療療養病棟30床に、3階は以前と変わらず医療療養病棟60床、そして4階全てを介護医療院定員60人といたしました。その他5階の老人保健施設いこいの家鳴山荘定員60人は変わりはありません。この変更に伴い、回復期リハビリ病棟30床を廃止いたしました。当法人では、主として慢性期医療を担い、高齢社会での人生の最晩年を尊厳を持ってその人らしく過ごしていただくお手伝いをしてまいります。もちろんリハビリも積極的にを行い、QOL向上のために最適な良質なリハビリを提供してまいります。皆が笑顔になれるように、今まで以上に全職種が協力し、入院、入所、在宅部門ともに、安心して地域で暮らしていただけるような医療・ケアを提供していく所存です。

増床する介護医療院については、平成30年4月にスタートした新たな介護保険施設です。365日24時間医師も看護師もおりリハビリもできるといふ長期療養の医療機能に加えて、老健並みの部屋の広さかつ家具・パーテーション等でプライベートの確保された生活施設機能を併せ持っています。当法人はこの介護医療院を平成30年5月に32人定員で開設しました。先進事例として全国的に注目され、雑誌やウェブサイトの取材のほか、厚生労働省の事例集「令和2年1月版」にも収載されました。地域からも要望が多く、この度定員を増やすこととしました。今後も地域ニーズにこたえる地域に開かれた施設づくりをしてまいります。

現在世界は新型コロナウイルスと戦っております。当法人の取組は、インフエクションコントロールドクターの資格を持つ当院院長が次ページで紹介しております。感染防止に職員一丸となつて努めておりますので、どうかご理解、ご協力のほどよろしくお願ひいたします。また、糖尿病や心臓病、腎臓病などの基礎疾患のある人や高齢者が新型コロナウイルスに感染すると重症化するリスクの高いことが明らかになっていきます。高齢者でも特にフレイルの方は免疫力の低下が考えられ、よりリスクが高くなると思われれます。フレイルとは筋肉などの身体機能や認知機能が低下しているいわゆる「弱っている」状態です。歩かない、食べない、しゃべらないと、フレイルは進行します。家の中でもスクワットや足踏み運動などを行い、タンパク質やビタミンDをしっかりとって、友人や家族と電話やメールをしましょう。

今後とも、医療法人久仁会、社会福祉法人鳴寿会は、「面倒見よく」困ったときはやまかみに「を変わらぬモットーとし、わたしも受けたいケア、わたしも利用したい施設、わたしたちはそれを目指します」の理念のもと、地域の様々なサービスとも連携しながら皆様のニーズにこたえて参りたいと思ひます。どうか皆様にはご支援のほどよろしくお願ひ申し上げます。



# 新型コロナウイルス感染症について

病院長 國友一史

約100年前のスペイン風邪、記憶にも新しい1990年の新型インフルエンザに続く世界的な大流行（パンデミック）になった新型コロナウイルス感染症（肺炎）、この中国から令和1年12月に始まった感染症は、日本では令和2年1月14日に発症し1月28日に診断された症例が初めてでしたが、3月から徐々に増加、4月には急増し、4月7日には東京など7都府県に緊急事態宣言が出され、4月16日には同宣言が全国に拡大されました。徳島県ではダイヤモンドプリンセス号の乗客や京都の大学生など、限られた症例のみの診断でしたが、4月20日に新たに1例が診断され、この頃から新しい局面に入ったと考えられます。

私たちは日ごろからインフルエンザ予防やMRSAなど耐性菌の拡大阻止のために色々な対策をとっており、ここ数年は法人施設内でのインフルエンザのアウトブレイクはなく、MRSAなど耐性菌検出も徐々に減少してきています。しかし、今回の新型コロナウイルス感染症は新たなウィルスのため誰にも免疫がなく、誰でも感染し重篤になる可能性があり、かつ高齢者や喫煙者、高血圧などの基礎疾患を持つ方の死亡率が高いなど、大変危険なものと考えられています。私たちは多くのご高齢の患者さんをお預かりしており、もしも院内で新型コロナウイルス感染症が発生した場合には大変な状況になることは容易に想像できます。さらに、我々医療従事者が感染した場合にはマンパワー不足により医療法人として必要な機能が停止する危険性すらあります。また、インフルエンザは治療薬があり、耐性菌のほとんどは弱い菌で職員など、健常者にはそれほどの害は与えないため、今までの対策は拡大防止のための手順が中心でしたが、今回は暴露・感染自体を防ぐための対策が必要です。このため私たちは1月15日からポスター掲示など、不要不急の面会を制限することから始め、2月25日には面会制限を強化、2月25日からは来訪者の非接触温度計による体温測定を開始、新型コロナウイルス感染症に特化した感染対策、業務継続計画（BCP）作成を始めました。現時点での対策の基本はウィルスの暴露を避けることとウィルスを広げないことで、行動制限と適切なマスク着用、手洗い・手指消毒の徹底です。マスク不足のため国から布マスクが配布されていますが、職員は機能の充実したサージカルマスクを正しく着用することを基本としています。面会制限、入館制限はより厳格に行う必要があるため、皆様にはご迷惑をおかけ致しますが危険なウィルスをまずは院内に入れないための努力を続けますので、ご協力よろしくお願い致します。

**感染防止のため 次のことに気を付けましょう**  
自分のために 家族のために みんなのために！

## 家で過ごしましょう

不要不急の外出は避け、  
できるだけ家で過ごしましょう

## 3蜜を避けましょう

- ◎換気の悪い**密**閉空間
- ◎大勢がいる**密**集場所
- ◎間近で会話する**密**接場面

## 手洗いをしましょう

外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前など、  
こまめに手洗いをしましょう

## 咳エチケットを守りましょう

1. マスクを着用する
2. ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う
3. 上着の内側や袖で覆う



# 高木康志教授の講義を聞いて

院長補佐 坂巻浩太郎

2020年1月30日 徳島大学脳神経外科学の高木康志教授に当院へお越しいただき、ご講演をしていただきました。テーマは「脳卒中の予防と治療」と題し、疫学的内容から高度な手術の内容までを説明してくださりました。一部ではありますが、その時私が学んだことを簡単にではありますが紹介させていただこうと思います。

まずは疫学的な観点から、脳卒中（脳出血、脳梗塞、くも膜下出血など）では重大な後遺症が残ることが多く、永続的な介護が必要となることが多い。要介護5と認定された集団の3割と多くの割合を脳卒中が占めている。また認知症の原因の4割近くを占めているとされる。このように患者さんにとっても、ご家族にとっても、重大な問題をはらむこととなる。

それでは、脳卒中になりやすい危険因子とは何だろうか？これには生活習慣と生活習慣病が大きく関わってくる。具体的には 高血圧 糖尿病 高脂血症 喫煙 大量の飲酒 慢性腎臓病 メタボリックシンドロームなどである。実際のところ、日々、塩、砂糖、油、カロリー、アルコールの誘惑と向き合いながら食生活を考えるのは、この豊食の現代では大変なことであると思われるが、できるだけ意識しながら日々生活していけたらと思う。また生活習慣とはちがうのだが、不整脈の一種である心房細動も重大な危険因子となっている。

どんな病気もそうだろうが、どんなに気を付けている人にも、あまり気にしていない人にも、病気が起こる可能性はある。たとえば脳動脈瘤という病気がある。破裂すると、くも膜下出血をきたす重大な疾患である。しかし、脳動脈瘤があっても、破裂しなければくも膜下出血しない。破裂する前に脳動脈瘤を治療できれば重大な後遺症を残すことは少ない。よって予防的治療ができる病気をみつけることも重要である。脳の場合だと脳ドックがあり、頭部MRIを行うことで、未破裂脳動脈瘤を検出することができる。すべてが治療対象というわけではないが、ごく簡単に言うと、いずれ破裂する可能性が高い動脈瘤は破裂予防のため、治療対象となる。また頸部エコー検査では頸動脈狭窄を発見することができる。頸動脈は脳へ血液をおくるための重要な血管なのだが、この頸動脈が狭くなりこれ以上狭くなると脳梗塞をきたすような状態は治療の対象となる。

ただ現実的には病気が芽をむく前に予防的に治療することは困難なことも多く、実際は病気が発症してから、病院へ受診、精査、診断ののち、手術等の加療となるのが一般的ではないだろうか。私が学生時代の時には、発症した脳梗塞の加療は主に抗血小板剤等でさらなる脳梗塞が発症しないように努めるといった治療が行われていたように思われる。それが時代とともに、脳梗塞の原因となっている血栓を溶かす、血栓溶解療法が出現し、さらに近年では脳梗塞の原因となっている血栓そのものをカテーテルを使用して摘出する血管内治療が登場したとのことであった。先日この血管内治療にて、右完全片麻痺であった患者さんの麻痺が改善したというお話も聞くことができた。もちろんこれらの最新の治療は脳梗塞発症早期に適応があるものであるのであるが、治療法の進歩にただただ驚いた。今後も驚愕の治療法が出現してくると思われ、年をとるのもいいかもしれないと思うようになってきた次第である。



## フレイルの予防に座ってできる体操をご紹介します♪

～ 健康寿命を伸ばして、こころも体もいきいきと ～

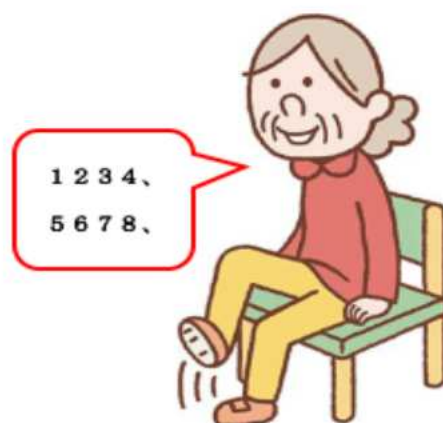
リハビリテーション部門 統括副士長 作業療法士 木内千世

### 【フレイルの予防には？】

こころと体のフレイル予防には、生活の中に心地よい運動を適度に取り入れて、続けていくことが効果的です。今回は、毎日の生活の中のちょっとした隙間時間にできるちょこちょこ運動の中から、『膝上げ運動』と『足踏み運動』をご紹介します。大切なことは、自分のペースで続けられる運動であることです。ですので、運動は無理せず、痛みのない範囲で行いましょう。また、運動中は息を止めずに、ゆっくりと行いましょう。

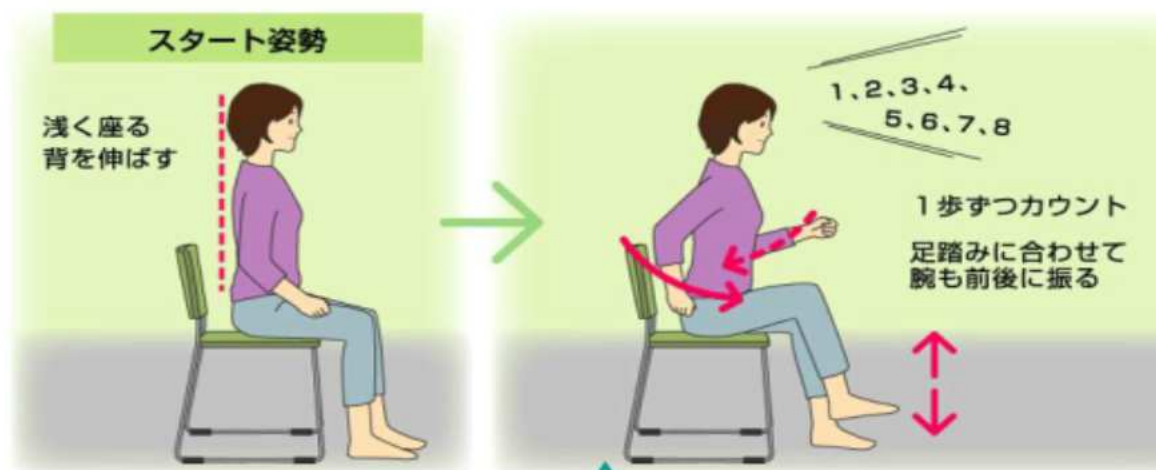
### 膝上げ運動

- ① 椅子に姿勢よく座りましょう。
- ② ゆっくりと『1、2、3、4』と数えながら、膝を上にあげましょう。
- ③ ゆっくりと『5、6、7、8』と数えながら、膝を下におろしましょう。
- ④ 目標は左右10回ずつですが、無理せずご自身ができる回数から行いましょう。



### 足踏み運動

- ① 椅子に座った姿勢のまま、歩くように足踏み・腕振りしましょう。
- ② ご自身の体力に応じて、10～30秒続けましょう。



**STOP! フレイル**  
久仁会は「フレイル」予防を実践し健康寿命の延伸に貢献しています。

**YAMAKAMI**  
医療法人 久仁会  
**鳴門山上病院**  
TEL. 088-687-1234  
FAX. 088-687-1078



# ステップ利用者様 作品



通所リハ ステップ」をご利用の皆さんの作品です。千代紙や折り紙などを利用して、季節ごとに可愛い作品を仕上げてくださいます。老健事務所の窓口にもたくさんさんの作品が所狭しと展示されています。色合いといい完成度といい、一つ一つが丁寧な仕上げられていて、素晴らしいです。今は、新型コロナウイルスの影響で外部の方には見ていただけませんが、利用者さんの癒しのアイテムとなっています。

# 通所リハビリテーション ステップ



毎年桜の季節にはお花見に出かけていましたが、今年は新型コロナウイルスの影響で外出が出来ないためプロジェクターを使用し、桜を見る会を開催しました。

大きなスクリーンに映し出される桜の映像に、皆さん会話も弾み、おやつには桜をあしらったデザートが提供され大変喜ばれていました。



# ステップ桜を見る会

## お誕生会 おやつ 提供 エムサービス(株)



4月 桜蒸しパン



4月 桜のムース



3月 ミルクレープ



3月 たい焼き





マールヤすだち保育園便り



3月生まれのお友だちです♪

2月 節分に豆まきをしました  
鬼さんの登場に男の子は歯を食いしばり、  
女の子は号泣！しながらも、がんばって  
豆まきをして鬼たいじをしました。

3月 お誕生会をしました。

ひな人形を作って、ひな祭りをしました。  
みんなで♪うれしいひなまつり♪を歌っ  
て桃の節句のお祝いをしました。



豆まき

いっしょに 小鬼さんたちですね



ひなまつり



みんなでおひなさまをつくりました

# 入院中の他医療機関受診について

保険診療上、入院中に他の医療機関に受診（お薬のみの処方も含みます）することは原則として出来ません。もし、ご相談なしに他の医療機関を受診された場合、その費用は保険診療ではなく自費扱いとなり、全額自己負担となります。また、受診された医療機関にもご迷惑をおかけすることとなりますので、ご注意下さいますようお願い申し上げます。

例えば・・・

当院入院中に 他院の先生に処方してもらった薬がなくなる  
(御家族が取りに行かれる場合も含みます。)

当院入院中に 他院の予約がある

外出・外泊中に無断で他院に受診する 等

上記のような場合は必ず主治医・看護師（スタッフステーション）にご相談下さい。



病院待合ロビーより和歌山を望む

## 医療福祉相談

地域連携室では、入院や在宅での療養生活など様々な相談に応じています。

お困りのことがございましたらお気軽にご相談ください。



## 永年勤続表彰



パパより一言♪  
すくすく元気に育ってね♪

森 <sup>はやと</sup> 勇翔くん

3月31日、永年勤続者の表彰式がありました。  
理事長より10年、20年、30年と長きにわたり勤続した功績に感謝の言葉が述べられ、記念品が贈呈されました。定年が延びる中益々頑張りたいと思います。



# イベント食 提供 エムサービス(株)



ひなまつり

★3/3 ひなまつり  
押し寿司、清まし汁、鶏の西京焼き、ケーキ

花の形の押し寿司に、サーモン、いくら、えび等を添えて鮮やかに仕上げました。  
見た目です春の訪れを感じて頂けたらと、心を込めて盛りつけました。



春分の日

★3/19 春分の日  
おいなりさんと鰻の棒ずし、清まし汁、炊き合わせ、手作り焼きプリン

おいなりさんはいつもと違う形に仕上げ、2種類のお寿司を提供しました。  
焼きプリンもなめらかに仕上がりました。



バレンタイン

★2/14 バレンタイン  
ごはん、人参のポタージュスープ、手作りコロッケ、ミモザサラダ、ガトーショコラ

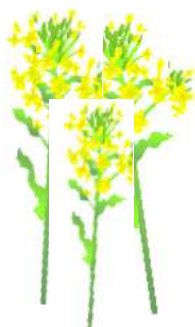
ハート形のコロッケは1つ1つ手で形成してから揚げました。上からかけるケチャップもハート形で愛情たっぷりの一品です。ガトーショコラにはチョコをふんだんに使用し、本格的な味わいになりました。



節分

★2/3 節分  
海苔巻きと錦糸巻き、赤だし、えびのかき揚げ、苺ムース

節分といえば恵方巻き。今年は錦糸を巻いて華やかに仕上げました。  
苺ムースはチョコやホイップなどで鬼の顔を表現してみました。



編集委員会 大汐

新型コロナウイルスの影響で、長らく面会制限をされており、皆様には大変ご迷惑をおかけしております。いつまで続くのか、先行きの見えない状況であり、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

このところ、花冷えで朝晩は冷え込みますが、お天気は安定しています。先日近くの公園に気分転換に散歩に行きました。八分咲きほどになりました。桜やソメイヨシノが風になびいて美しく咲いていました。例年であれば花より団子で、桜の下でお弁当でも広げるのですが、今年はひっそりと、でも私たちが応援するかの如く力強く咲いているように見えました。

憂鬱な毎日ですが、一日も早く終息するよう一人一人の心掛けが大事です。

皆さん一緒に乗り切らしましょう。

編集後記