

やまかみニュース



日本医療機能評価機構

発行 医療法人 久仁会

homepage <http://www.kyujinkai-mc.or.jp>
E-mail 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

有効かつ満足度の高い療養を目指して

医療法人 久仁会

理事長 山上 久

本年12月より運営開始の特別養護ホーム鳴山荘では「個室ユニットケア」を採用してアメニティー向上、サービス内容の充実を目指しています。

この「個室ユニットケア」は一種の「長屋」、今風にいうならば「シェアハウス」であり、多くの利点があります。そのいくつかを上げると

① 個室のため、自分の住まいと思える環境を作れ、個別ケアでこれまでできていた生活習慣の維持尊重が出来る。

② 24時間介護と医療を含めて提供、暮らしの保証となり、尊厳な一生を担保出来る。

③ 担当制により画一的でなく細かな対応が可能になり、入所者同士や家族とのつきあいも強化でき、ユニット内で「なじみ」の関係となり、療養や治療に反映できる。

④ 感染症対策もとりにやすく、急変や重度化にも対応しやすく、問題行動も少なくなる

⑤ ユニットごとに入所者に個室でのプライバシー、ホールでのコミュニケーションという場を設定した構造

にもなっている。

私どもでは生活↓介護↓医療の順に重点を置き、人生の最晩年を最後まで豊かに尊厳を持っていただけるよう心がけています。医療・介護・福祉のそれぞれのプロがサービスを効率的にかつ的確に提供することが大切です。幸せな毎日を壊さず、行き過ぎない医療を心がけています。そしてリハビリを含め、自立を促進する配慮が必要であり、まずは本人の意欲が何よりも大切で、我々は意欲を引き出すことをはじめ、手助け(支援)するのが役割です。

また世の中には介護に対する誤解があり、介護は素人でもみようみまねで軽く出来ると思われるけれどもどうまくはゆきません。気持ちだけの介護は本人にも家族にもつらい結果となります。

人生の最終楽章にいる患者さんの人としての尊厳を回復・維持することが目標です。そのため、特別養護老人ホームに続き、鳴門山上病院も個室を考慮した建物に改築予定し、プライバシーや尊厳を重要視した構

造を目指していきます。

現在の急速な少子高齢化社会の進行で、医療費の急速な増加、科学技術の進歩、そして多様な個別ニーズが大きな課題となっており、今までの社会保険(医療、介護、年金等)だけでは制度破綻が避けられないといわれ、「国民会議」が設置されたり、選挙の争点にもなっています。

この会議では「必要なとき」に、「適切な医療」を、「適切な場所」で、「最少の費用」を目指し、地域全体で直し支え、医療資源を国民の資源であり、個人の要求の全てに応えることは不可でかつ負担が必要であると報告しています。

自己負担の解決策としてこれからは「独占からシェアの時代」でグループで共有・共用することにより個々のコストの節約を計り、お金をかけずに必要なサービスを得る方向が推奨されています。QOLを担保し、より良い療養生活を送っていただくには良い方法といえるでしょう。



災害時避難訓練を実施しました

5月15日、日中及び夜間を想定した火災・地震に対する総合防火訓練を実施しました。防災訓練は年二回行うことと決められています。今回は寝具(シーツ、毛布等)を使用して上位階への搬送訓練を行いました。近隣地域での搬送訓練は当院が初めてのことでしたが、最近の搬送訓練を行う施設も徐々に増えてきているそうです。搬送訓練にかかわらず、防火、消火、災害訓練等は今回も行うことが大事ですと消防本部の方のお話もありました。避難訓練も前回より時間が短縮されてきているようで、繰り返し行っている訓練の成果が出てきたんだと実感しています。また、各自の体調管理も大切だということでした。毎回100名余りの職員が参加しています。搬送訓練はグループごとに行い、当初、1名患者様役、2名で搬送ということでしたが、実際に行ってみると、2名での搬送はとても難しく、途中でつまずいたり、階段が上がれなかったりと反省点が多く見つかりました。実際に搬送する時は、もっと条件が悪くなると思われます。今回の反省点を踏まえて、次回の訓練に生かしていきたいと思えます。



産休・育休の職員の為に

はぐくみ支援の一環として、産休、育休中、病氣休職中の職員の方々に休職中の職場の様子をお知らせし、スムーズな職場復帰が出来るように、支援させていただきます。

休職中の皆さまには定期的に「院内勉強会資料」「院内連絡会資料」「広報誌」をお届けしています。その際、返信用のはがきを同封し、復帰に際しての不安や質問、休職中の様子を知らせていただいたりしています。

休職中でも職場の様子がよくわかり、復帰時の不安が解消されると好評です。これからも、スムーズな職場復帰のために皆さまのお手伝いをさせていただきたいと思っています。

お便りありがとうございます。
早速拝読させて頂き、病院内の全般に渡り、状況を熟知することができました。
長男 出産から早2ヶ月が過ぎました、初めての事ばかりで悩む事も多いですが、楽しみながら日々過ごしています。
寒い日が続いています。皆さん風邪などひかないようお気を付け下さい。

色々書類を送付していただきありがとうございます。休んでいても病院のことがよく分かっていいですね。



『一過性脳虚血症』に要注意！！

リハビリテーション部門 統括士長 直江 貢

先日のニュースで、歌手のCHAGE and ASKAのASKAさん（55歳）が『一過性脳虚血症（以下TIAと略します）』の疑いがあると診断され、治療と安静のため、コンサートが延期となった事はご存知の方も多いことと思います。

TIAは、脳に送られる血液の流れが一時的に悪くなるもので、身体の片側の手足や顔面の麻痺などの運動機能障害、しびれや触られたときの感じ方が鈍くなる感覚障害、ろれつが回らなかつたり、言葉が出なかつたりする言語障害、片側の目が見えにくくなつたり、視野が狭窄するなど、脳卒中と同様の症状を生じます。

TIAの場合、これらの症状の多くは20分くらい（長くても24時間以内）で自然に消失し、元の状態に戻るとされていますが、TIAを何回も繰り返す場合は、脳梗塞を起こす可能性が高くなります。これらのことから、TIAは危険な脳梗塞発作の予告であるという意味で重要です。

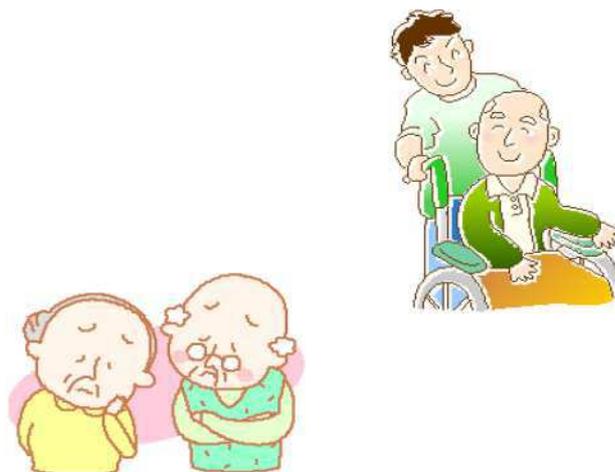
また、初回のTIAから5年以内に大発作が起こる確率は、20～40%と報告されていることに加えて、心筋梗塞の予兆ともなっていることが指摘されており、この点からもTIAの治療を早期に行う必要があります。上記の症状を自覚した時は、できるだけ早く医療機関を受診しましょう。

また、予防に向けて、食事や運動を含む生活習慣の見直し・改善も重要です。次の【脳卒中予防の10カ条】で思い当たるところはないかチェックし、脳卒中の予防に努めましょう。

【脳卒中予防の10カ条】

- 1, 手始めに 高血圧から治しましょう
- 2, 糖尿病を 放っておいたら 悔い残る
- 3, 不整脈 見つかり次第 すぐ受診
- 4, 予防には タバコをやめる 意志を持って
- 5, アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
- 6, 高すぎる コレステロールも 見逃すな
- 7, お食事の 塩分・脂肪 控えめに
- 8, 体力に 合った運動 続けよう
- 9, 万病の 引き金になる 太りすぎ
- 10, 脳卒中 起きたらすぐに 病院に

(日本脳卒中協会)

鳴山荘
お誕生会

平成25年8月20日に5月8月生まれの入所者様6名の誕生会を行いました。

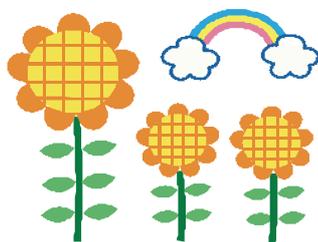
誕生者の方にはスタッフから心のこもったメッセージとプレゼントをお渡ししました。

その後、スタッフによる踊りとマジックショーが行われました。

踊りは職員が仮装をしリズムに合わせて踊りました。

入所者様の中には一緒になり手足を動かされている方もいらっしゃいました。

マジックショーではロープやハンカチ帽子を使った物があり花が出てきたり鳩が出てきたりと、どれも皆様大きな拍手を見ておられとても楽しい誕生会を過ごすことができました。



『食べる楽しみをサポートします！！』 ～摂食・嚥下リハビリテーションの重要性～

リハビリテーション部門 主任 言語聴覚士 大村智也

摂食・嚥下障害とは

食べること、飲み込むことが難しくなる状態のこと

原因

- ・脳梗塞などの脳血管障害
- ・加齢による筋力低下 等

摂食・嚥下の過程

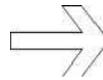
食物を認識する → 口へ運ぶ → 咀嚼する → 食道へ送り込む → 胃に送られる



この過程のどこかで何らかの原因で障害が起きると**摂食・嚥下障害**となる

摂食・嚥下障害
になると・・・

- ◎食べ物をうまく口に運べない
- ◎噛めない
- ◎飲み込めない
- ◎むせる



誤嚥性肺炎、
窒息(食物が気道を塞ぐ)、
体重減少、
低栄養、脱水を起こしやすくなる

水分でむせやすく・・・

水、お茶、みそ汁のようなサラサラとした食物形態の物は上手に飲み込めなくなります。水分は飲み込む時に早期に喉に流れ込むために誤って気管に入りやすくなるのです。



このような水分誤嚥にはとろみを付け、喉に流れる速度を調節することで、飲み込みやすくなります。しかし、付けすぎは誤嚥や窒息の原因になります。**その人に合ったとろみの粘度を選択することが重要です。**

当院では・・・

以前より摂食・嚥下障害患者様の水分摂取にはとろみを付けて対応しております。

この度、当院の栄養サポートチーム（NST）により、院内でのとろみ基準を設定し、病院全体で同じ粘度でとろみを提供できるようにシステムを作りました。**とろみの粘度は「薄いとろみ」、「中間とろみ」、「濃いとろみ」の3種類とし、各患者様の嚥下の状態に合わせたとろみ粘度の選択が可能になりました。**このことにより、水分摂取時の誤嚥リスクの低減に繋がることが期待されます。

摂食・嚥下リハビリテーションは、患者様を中心とし医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、言語聴覚士、理学療法士、作業療法士等、多職種が連携し患者様とご家族様の協力を得て、一つのチームとして取り組むことが重要です。中でも私たち言語聴覚士（5名）は医師の指示のもと、摂食・嚥下リハビリテーションの専門職として、評価、治療、またNSTにも参加し言語聴覚士の視点から摂食・嚥下障害に対する様々なアプローチを行っています。安全で豊かな食事を取り戻し、QOLの向上を目標に摂食・嚥下障害の改善に力を注いでいます。

※下記の質問は、自記式簡単嚥下評価表です。（EAT-10）

3点以上で嚥下の効率や安全性に問題があるかもしれません。チェックしてみましょう！！

0=感じない 1=めったに感じない 2=ときどき感じる 3=よく感じる 4=常に感じる

1. 飲み込みの問題が原因で、体重が減少した。	0・1・2・3・4
2. 飲み込みの問題が、外食に行くための障害になっている。	0・1・2・3・4
3. 液体を飲み込む時に、余分な努力が必要だ。	0・1・2・3・4
4. 固形物を飲み込む時に、余分な努力が必要だ。	0・1・2・3・4
5. 錠剤を飲み込む時に、余分な努力が必要だ。	0・1・2・3・4
6. 飲み込むことが苦痛だ。	0・1・2・3・4
7. 食べる喜びが飲み込みによって影響を受けている。	0・1・2・3・4
8. 飲み込む時に、食べ物がのどに引っかかる。	0・1・2・3・4
9. 食べる時に咳が出る。	0・1・2・3・4
10. 飲み込むことはストレスが多い。	0・1・2・3・4

やまかみ訪問リハビリテーションセンター

専属スタッフです

どうぞよろしくお願いします



平成25年7月21日より、“やまかみ訪問リハビリテーションセンター”と“やまかみ訪問看護ステーション”のリハビリスタッフが専属化されることになりました。

訪問リハビリテーションセンターのスタッフは高木、森本、岩佐の3名、やまかみ訪問看護ステーションは武田、藤本の2名となります。

軽いフットワークで地域の利用者様の暮らしを支えるサービス提供を実践していきます。どうぞ宜しくお願いします。

スタッフのコメント！

武田：暑さに負けず、頑張ります。

藤本：在宅支援、地域のニーズを叶えられるように頑張ります。

森本：地域の方々の在宅生活を支えられるように頑張ります。

高木：信頼されるスタッフ、信頼される事業所となるよう、これからも業務に励みたいと思います。

岩佐：利用者様本位のサービス提供を方針に、地域で選ばれる事業所を目指します。

認知症サポーターとして登録されました

6月20日に地域包括支援センターやまかみ・矢野美代（保健師）松本謙三（介護支援専門員）福岡宏子（社会福祉士）を講師に迎え『認知症サポーター養成講座』が開催されました。

高齢者の増加による認知症対策として厚生労働省が2005年から行われている認知症サポーターキャラバンの事業の一環です。当院でも窓口対応者23名が参加し、認知症サポーターとなりました。

『認知症サポーター』とは認知症を正しく理解し、認知症の患者様や御家族様を温かく見守る応援者として自分たちのできる範囲の活動をおこなう人です。全国で100万人を養成しましょうと始まった事業ですが、現在では400万人近い人たちが『認知症サポーター』となっているそうです。このリングを見かけたら気軽に声をかけてみて下さいね。

認知症の人への対応の心得“3つの「ない」”

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

具体的な対応の7つのポイント

- まずは見守る
- 余裕を持って対応する
- 声をかけるときは一人で
- 後ろから声をかけない
- 相手に視線をあわせて優しい口調で
- おだやかに、はっきりした滑舌で
- 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する



『認知症サポーター』は認知症を支援する「目印」としてブレスレット（オレンジリング）をつけています。

野菜たっぷりトマトスープ



《材料（4人分）》

- ・トマト 大2個
- ・玉ねぎ 中2個
- ・ベーコンor鶏肉
ベーコンなら4枚鶏肉なら胸1枚
- ・しめじ 1株
- ・キャベツ 3枚
- ・塩コショウ 少々

《作り方》

- 1 材料をざく切りにする
- 2 厚手のお鍋に玉ねぎ・トマト・しめじ・キャベツ・お肉の順に重ね塩コショウをふり、蓋をして極弱火にかける
- 3 そのままで自然と水分が出てくるので 全体がクタクタに柔らかくなったら出来あがり♪

★ポイント・・・水を加えず、野菜からゆっくりと水分を出すこと。

●トマトの栄養

トマトには、βカロテン、ビタミンC、E、B群などの栄養が豊富に含まれ、旨味成分が多く、カロリーが低い野菜です。このため、食事のカロリーダウンや旨味・コクのアップに大活躍します。

上記のビタミンの他に、ガンを予防する効果があるとされるクロロフィルやステロールという栄養成分が多く含まれています。また、トマトの色素であるリコピンは、体に有害な活性酸素を抑える働きがあり、老化の進行や生活習慣病を防ぐ栄養成分です。

『暑気払い』

もともとは、夏に薬や酒を飲んで、身体に溜まった熱気を取り除こうとすることを言い、「暑さをうち払う」という意味でした。漢方などの考え方に基づくもので、「身体を冷やす効果のあるもの」を摂ることであり、冷たいものとは限りません。江戸期から明治にかけてはピワや桃の葉を煎じた薬湯のような物が売られていたそうです。現在では、単に夏場の暑さやストレスを発散する名目としての宴会や飲み会を指すことも多くなりました。東北地域では、かき氷や素麺を食べたりすることも表すようです。かといって、冷たいものばかり食べていると、胃腸の働きが低下し、夏バテの原因になってしまいます。冷たいものの摂りすぎには注意したいですね

佐古 奏汰ちゃん

平成24年12月11日生まれ 男の子
(栄養科 佐古 はるかさん)

☆ママより一言

元気でやさしい男の子に育ててね♪



～院内行事～

さくらまつり



春らしい日差しの中、4月20日春恒例の『さくらまつり』が開催されました。今年も『つたの会』の皆さまが華麗な日本舞踊を披露してくださいました。ステキな歌声に聞き惚れ握手していただき元気もらいました。患者様に御家族、そして職員も手拍子をしたり、楽しい時間を過ごしました。また、来年もお待ちしております。有り難うございました。



保育所便り



(7がつ生まれのお誕生会♪)



(6がつ生まれのお誕生会♪)



(5がつ生まれのお誕生会♪)



ねえ・・なに・・なにに〜?



おれたち、いけてるう〜?



うさぎ? かな〜?



イベント食紹介



母の日

- ・カレーピラフ
- ・春雨スープ
- ・ブロッコリーのクリーム煮
- ・サラダ
- ・マンゴープリン

母の日には、カレーピラフを提供しました。どのメニューも色鮮やかに仕上がったと思います。



父の日

- ・お寿司盛り合わせ
- ・清まし汁
- ・カレイの西京焼き
- ・コーヒーゼリー

父の日はお寿司盛り合わせを楽しんで頂きました。デザートにはコーヒーゼリーでさっぱりと！！

提供 エームサービス（株）

《学会発表》

※徳島県老健大会5月21日

◎ことばづかい ～利用者様の立場に立って～

発表者 久次米 幹子・藤田 亜希代・辻 美智代(介護福祉士)

※日本訪問リハビリテーション協会 第2回学術大会 (長野)6月8日・9日

◎在宅ALS患者の運動機能と患者・主介護者のQOLの検討 ～若年女性症例を経験して～

発表者 藤本 夏奈 (理学療法士)

◎ケアマネージャーへの意識調査からみた事業所運営の課題

発表者 岩佐 学 (理学療法士)



編集後記

人間は生に対して前向きに頑張れる力を誰もが持っています。それは、自分らしく人生を送りたいという心(気持ち)の現れではないでしょうか？そういう気持ちを少しも、理解し、手助けできればと思います。先日、『認知症サポーター』の講習会が当院で行われました。講義の中で、認知症の方は何も出来ない、わからないのではないというお話を伺いました。どうせわからないからと何もしない、何もさせないのではなく、その人を尊重し、その人らしく生活できる見守りやお手伝いをするのが大切だということを学びました。(お)

ご案内

詳しくは院内掲示ポスターをご覧ください

敬老会

9月中旬

新入職員

①氏名 川上 麻未
 ②配属部署 2 東病棟
 ③資格 介護福祉士
 ④出身地 鳴門市
 ⑤自己PR 2歳と4ヶ月の娘がいます。何かとご迷惑をおかけするかも知れませんが、頑張りますので、どうぞよろしくお願ひします。