



明和新聞

明和記念病院

〒870-0165
大分市明野北1丁目2番17号
TEL.097(573)1000

第31号
～春号～

地域医療について

副院長 竹岡 宏

映画「ロレンツォのオイル」には副腎白質ジストロフィーという難病におかされていく息子をなんとかしようとする懸命に看病する母親。新しい治療法を調べ試してみようとする父親。医療や介護現場でまきおこる問題のいくつかが象徴的に描かれています。藁をもすがる思いで新しい治療を試してみたい父親に、科学的に安全性が担保されていないと投与を拒否する医者。24時間介護しつづけながら、やさしい声をかけてあげなかったり本を読んであげても感情がこもっていないと訪問看護師を次々解雇していく母親。実話に基づくといわれるストーリーにその切実さや緊迫感が伝わってきます。医療を開かれたものにするためには、当事者の経験から得られた知を共有するだけではなく、共に学んでいくという姿勢が問われています。

地域中核病院というのは治療方針を決定し、初回治療を行って問題がなければ一般病院に患者さんに移してしまうものです。地域医療の現場というのは実は高度先進医療を行う上級病院ではなく、ごく身近にある一般病院が主体になるものなのです。地域に根ざした医療を提供するには、医療従事者は映画に描かれているような構造がよく現場でおこりうることで、このような実態は患者さん家族からは話されずに潜んでいることを肝に命じないとはいけません。

それを汲み取ることも地域医療の一環だと思うのです。地域住民の命と健康を守るために何をすべきかを考え抜いて実行する。それは医師だけでは困難でありチーム医療が今以上に重要となり、あるいは地域自治団体を巻き込んでの事になっていくことでしょう。

お年寄りになって介護サービスを受けながらも自宅で一人暮らす。「おかげさま」「おたがいさま」と支え合って生きていける地域になることこそ、地域医療の本質だと思うのです。

明和俳句
福寿草家族のごとく春來たる
日に瘦せる月に太るはつららかな

山村 哲雄



介護老人保健施設「老健 めいわ」について

看護部長(明和記念病院兼務) 大田 晴美

老健 めいわは、昨年12月8日25名のスタッフをのせて無事出航いたしました。それから約4ヶ月が経とうとしています。これまで大きな波や岸壁にぶつかりそうになりながらも、地域の方々に支えられながら29名の利用者様を乗せて、ゆっくりと穏やかに人生の海原を航海しております。

利用者様やご家族様の生きることへの思いに、心と耳を傾け豊かな時を提供できるようスタッフ一同努力を重ねてまいります。地域の方々と共にあり続けたいと願っております。

どうぞ、今後とも暖かい、また厳しい目で見守っていただけますようお願い申し上げます。

レクリエーションについて

老健 小林 和浩

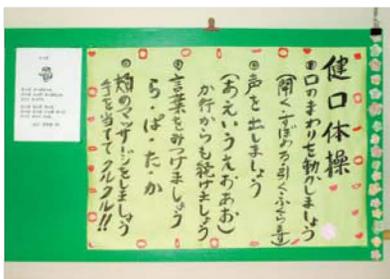
当施設では日々のレクリエーションの活動を大切にしています。体操から始まり、ゲーム・頭を使う計算・書道・唱歌やナツメロを唄うなど、プログラムを工夫しながら入所の皆様に楽しんでいただいています。塗り絵や折り紙などの作業も個別の趣味として取り組む方もいらっしゃいます。

月に1～2回は「生け花」を取り入れて床頭台に飾っていますが男性利用者様からもなかなか好評です。まだ開所して間がないのですが、毎日の生活を豊かに過ごしていただくために、施設外のドライブ・四季折々の楽しいイベントを企画してまいります。レクリエーションを通じて、利用者の皆様の笑顔が絶えないよう、毎日「レクリエーションの時間が待ち遠しい」との声が聞かれるように日々努力していきたくと思っています。

「めいわ」のスタッフとして

老健 山田 ひろみ

老健に配属になり、他施設の見学から当施設内の勉強会までいろいろ経験を積んできました。入所の方もだんだんと人数が多くなり、いただく情報も増えてきましたが、施設の理念である「個人を大切に」を念頭に置きながら日々の看護にあたっています。病院現場で学んだことと施設対応との違いがありますが、基本的に人とかかわることは同じだと思います。体調管理に留意しながら、その人らしさを大切にした「ケアプラン」を立て、それを推進してより良いケアができるようこれからもスタッフ同士が協力体制・連携を取りながら努力して参ります。



老健 めいわのリハビリについて

リハビリ 麻生 あすか

リハスタッフは麻生(理学療法士)、大城(作業療法士)、藤丸(言語聴覚士)です。窓が多く明るいフロアで、外の景色を見渡しながら病棟スタッフと共に体操やレクリエーションを行えます。入所後3ヶ月間は、「短期集中リハビリ」として積極的に訓練を行います。

摂食機能療法もあり、関節可動域訓練や立位、歩行などの機能訓練、日常生活動作訓練、屋外での活動など多岐にわたります。住宅復帰される方には、家屋調査や生活の留意点や介助方法などをご家族に伝達する為に自宅訪問を行います。小規模老健なので、スタッフ間の連携や利用者様の実際の生活が見えやすいなどの利点があり、生活全体をリハビリと考え取り組むことが出来ます。現在の生活や今後の人生に深く関わっていくこととして、改めて責任の重さを痛感しています。利用者様一人一人がその人らしい生活を送れるよう専門職としてのかかわりを強化していきたくと思っています。



ファミリーコンサート

デイケア 木村 文寛

2月13日、1階ホールにて「ライフサポート」恒例のファミリーコンサートを催しました。今回はリハスタッフの岩崎さん(言語聴覚士)も一員であるゴスペルグループ「クワイア・ジョイ」に来ていただきました。今まで数多くの舞台上でその美しい歌声を披露されている本格的なゴスペルグループです。英語の歌を中心にたくさんの曲を美しいハーモニーで聴かせてくださり、大変楽しい時間を過ごすことができました。また「ゴスペルって何？」という質問にも優しく答えていただき、患者様にも貴重な音楽鑑賞の機会になったと思います。グループの皆さんが楽しそうに歌っていたのが印象的でした。



花粉症について

3病棟 衛藤 晶

***花粉症とは…**花粉が原因で起こるアレルギー性の病気です。花粉が目や鼻に入ることによって、激しいかゆみ、くしゃみ、鼻水、鼻づまり等の症状が起き、苦しくなります。※今年は例年の10倍の花粉が飛ぶそうです。

<花粉症の特徴>

- ① 続けざまに出るくしゃみ
- ② 水のようなサラサラした鼻水
- ③ 頑固な鼻づまり
- ④ 目や喉のかゆみ
- ⑤ 少し熱っぽかったり頭痛がする
- ⑥ 頭がボーっとして集中できない
- ⑦ 毎年、同じ時期に同じ症状が出る
- ⑧ 家族の中にアレルギー体質の人がいる

<花粉症の予防や対策>

- ・花粉情報を毎日チェックする
- ・目がかゆくなったら目の回りを冷たい水で冷やす
- ・自分に合うマスクを見つけ、いつも清潔にする
- ・飲み物や食べ物(飴、昆布、するめ等)で口を潤す
- ・マフラー、スカーフ類は避け、折り返しのない衣類を選ぶ
- ・職場や学校では、手洗いやうがいを心がける
- ・医師に相談して目薬や塗り薬を使用する



花粉症の原因をよく知り、自分に合った治療法を探し、正しい知識を身につけることこそ、快適な日常生活を送るうえで大切な事だと思います。

リレ→ト→ク



4病棟 高村 一美

私には、5歳の男の子と1歳の女の子がいます。長男は人見知りほとんど無く育ち今でもお店や公園などで初めて会った子でも年齢関係なく、すぐに仲良くなって遊んでいます。両親が2人とも引込み思案な方なのに、度胸と順応性には、いつも感心させられます。恐竜や探検ものなど興味の幅も広く、テレビを見ている時は真剣で、見ている間、こちらの声は全く入っていません。つい叱ってしまいますが、注意した後に「子育ては自分育て」の言葉を思い出し、私もまだまだ、我慢が足りないかと反省しています。長女には手がかからず成長を楽しんでいます。子供の寝かしつけと一緒に寝てしまう日々ですが、この2人が私の元気の源です。



3病棟

中山 博義

今までは製造職に就いていて介護職は始めてで今年の1月より3病棟で働いています。まだ仕事に就いて間もないのですが、利用者様やサポートスタッフ・看護師の皆様から色々な事を教えて頂きながら職場を動き回っています。病棟には色々なご利用者様がおり、新人としての対応の難しさを感じながら自分にも出来るように介護の世界の幅広さ・奥深さを感じつつ毎日が勉強だと思ひ日々、努力していこうと思ひます。



ライナス
在宅サービスセンター

御手洗 美千代

『ありがとう』の一言が聞きたくて、看護の世界で30余年そろそろ自分が、介護される年に近くなり、お年寄りの気持ちがちょっとわかるようになった駆け出し1年生のケアマネージャーです。人のお世話をするのは大変なことです。しかし、お世話をされる立場はもっと大変!! これからは、お世話される立場になり、どうすれば安心した老後を送ることが出来るのか、人生勉強していきながら利用者様に寄り添い、悩みや喜びが共有できるケアマネになりたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

和風ポテトサラダ

材料 2人分

- じゃがいも…1個
 - 芽ひじき(乾燥)…2g
 - きゅうり…1/3本
 - 梅干し…2/3個(種なしで8g)
- A
- マヨネーズ…小さじ2
 - めんつゆ…小さじ1 酢…小さじ1
 - はちみつ…小さじ1/2
 - ごま油…小さじ1/3



作り方

- ①じゃがいもは1.5"角に切り、2分30秒~3分電子レンジにかける。
- ②ひじきは水にもどし、さっとゆでる。
- ③きゅうりは薄い輪切りにする。
- ④梅干しは種をとり、みじん切りにする
- ⑤①~④に調味料Aをあえてできあがり。

コメント

じゃがいもに含まれているビタミンCはでんぷんに包まれているため、保存時や加熱時に壊れにくいのが特徴です。ビタミンCは粘膜を強化したり免疫力を高めるので、風邪や感染症を予防する働きがあります。ひじきにはカルシウムや鉄、食物繊維など体の調子を整える栄養が豊富に含まれています。じゃがいもとひじきを和えることで、鉄の吸収をよくするビタミンCと一緒に摂ることができます。またじゃがいも、ひじき、きゅうりはカリウムを多く含むので余分な塩分を外に出す働きがあるため、高血圧やむくみを予防します。

クロスワードパズル



ヨロのキ

1. 攻撃してきた相手の力を逆に利用して相手を制する。〇〇〇に取る。
2. おはようございます。
3. 世界初の女性首相、国民の7割が仏教徒。
4. 日本海軍の機関で、所轄警備区の警備や海軍の根拠地として艦隊の後方を統轄。
5. 〇〇の残らないようにしっかりと。
6. 〇〇に頼る。

タテのキ

1. 北は「ノース」。南は?
2. 文系と〇〇〇。
3. 病気になるないように、〇〇〇〇、うがいをしましょう。
4. キリスト教(特に西方教会)において、礼拝や集会等で歌われる、神をたたえる歌。
5. この時期、杉やヒノキから飛んできます。



編集局だより

広報委員会に携わり、院内新聞を作って2年が経ちました。皆様のご協力のおかげで新聞が出来上がり、多くの患者様、ご家族、スタッフに届けることができました。引き続き楽しく、皆さんの役に立てるような新聞を作って参りますのでよろしくお願い致します。 4病棟 児屋野 頭