



都志見新聞

(医)医誠会都志見病院
http://tsushimi.jp

発行部数 500部
発行月 1, 4, 7, 10月
発行人 都志見病院
広報委員会

第1回 萩圏域在宅支援担当者事例検討会

令和5年2月22日第1回萩圏域在宅支援担当者事例検討会を主催し、院内外で合わせて38名の方に出席して頂きました。この会の趣旨は、訪問看護事業所や居宅事業所の方が対象で日頃の自己の関わりの振り返りや、困りごとなどを皆さんと共有・共感する事です。

更に萩圏域の問題と課題が顕在化され、脆弱な医療体制を地域全体でどう支えていくかを考える良い機会になると思いました。

今回は、当院から事例を提供しました。自宅での看取りを可能にした成功体験の事例でした。始めに主治医の松元医師が現病歴と経過を発表しました。

その後、私が看護師の視点から患者とその家族との関わりについて発表しました。そして、最期まで患者とその家族の想いに寄り添い見守った訪問看護師から補足をして頂きました。

皆さん熱心に発表を聴いて頂きその後の質疑応答にも参加して頂きました。医師を含む院内の職員と地域の事業所が一堂に集まる機会はありません、昨今のコロナ禍では更に困難な状況と言えます。しかし、多くの方に参加して頂きました。



研修後のアンケートでも参加の動機に「興味があった」と答えて下さった方は30名以上で、「次回も参加したい」と答えて下さった方も30名以上おられました。この結果をみても有意義な研修であったと思います。大変なのは自分たちだけではない、共感できる仲間がいると思えるだけでも頑張っていける動機に繋がります。次回も多くの方の参加を期待しています。

緩和ケア専従看護師 松本恵子

第14回 萩疼痛緩和ケアセミナー

令和5年3月22日第14回萩疼痛緩和ケアセミナー「緩和ケアは症状緩和だけではない～もっと私たちにできること～」を受講させて頂きました。

講師は宇部協立病院副院長の立石彰男先生でした。

表題にもありますが、緩和ケアは全人的包括ケアであるため症状緩和だけではなくありません。それ以外にも多くの問題に対してアプローチが必要になってきます。精神的苦痛緩和もその一つです。

苦しみを抱えた人は「解決できなくても苦しみを聴いて欲しい。苦しみを分かって欲しい。」それに対して医療者は「苦しみを分かってくれる人」になる事が大事である。安易な励ましや助言によって信頼関係がそこなわれたり、安心感が抜け落ちる事が、あるとも言われました。

私は緩和ケアの基本は相手の話を聴くことだと思っています。相手の想いを可能な限り引き出すことだと思っています。これが一番難しいことも分かっています。



「相手の苦しみを聴く時間の大切さ」についても学びました。

私自身、患者さんから悲観的な発言を聴くこともしばしばあります。一瞬言葉に詰まる事も何度もありました。そんな時は無理に言葉に出さなくても良いと考えています。

沈黙の時間は無意味な時間ではありません。患者さんと一緒にいることが大事だと思っています。

今回、遠方からお越し頂いた、立石先生には緩和ケアについて改めて学ぶ機会を頂き感謝いたします。

緩和ケア専従看護師 松本恵子



新入医局員紹介

4月に入局された先生にインタビューしました。

- ①趣味は？
- ②尊敬する先生とその理由
- ③医師になろうと思ったきっかけは？
- ④もし医師になっていなければ・・・？



外科
木原 ひまわり

- ① スポーツ観戦、温泉
- ② 野口英世
幼少期の手の火傷を克服し、国内外問わず患者のために努力を怠らず、医療に真摯に向き合う姿勢を尊敬します。
- ③ 自分の火傷を手術をしてくれた先生に憧れて医師になりました。研修医の時にその先生と一緒にオペに入らせてもらい、一生の思い出になりました。
- ④ 小学校の先生になりたかったです。

① ゴルフ

② 山本達人先生

昨年、1ヶ月ほど関わらせて頂きましたが、若手の指導に非常に熱心で下で働きたいと思っていました。また、萩の医療という広い視点を持って働かれている姿がとても印象に残っています。

③ 前職の福祉関係の仕事の中で、もっと人の生活、命に対して自分ができることを広げたいと思ったからです。

④ 人にものを教えたり、説明することが好きだったので教師になっていたかもしれません。



外科
小畑 裕一

退任医師のお知らせ

酒井豊吾医師(外科)・原口大希医師(外科)が3月31日付けで退職いたしました。

令和5年度 新入職員紹介

今年度の新入職員です!! 皆さん、よろしくお願いいたします。



後列左から：関本、秋山、古屋、和田、片倉、Dr.小畑

前列左から：道関、松浦、林、笹尾、Dr.木原

※撮影時のみマスクを外しております



コミュニティ音楽療法

平日11:00～12:00

場所:6階食堂



～ 看護部・リハビリテーション部と協働 ～

全包括的な活動の場において、自由参加型の健康増進を目的とする音楽療法。

自発的な活動・参加を援助し、退院後も継続して取り組めるように支援しています。

【目的】患者・家族様より退院時の目標を伺い、退院後も取り組める自発的な活動・参加の促進。

【内容】感染対策をし、当日参加された患者様の提案により決めていきます。

生ピアノ演奏による参加者の動きに合わせたラジオ体操・音楽（音楽鑑賞・歌唱・楽器演奏）・作業活動など



【対象】直前の声掛けで参加希望を示された健康増進が必要な患者様

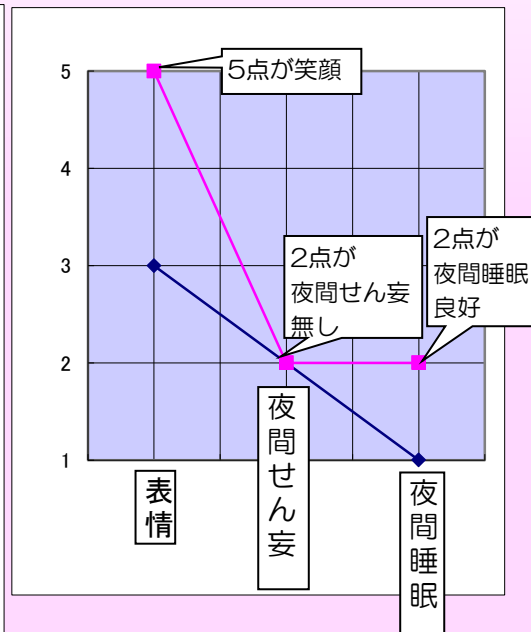
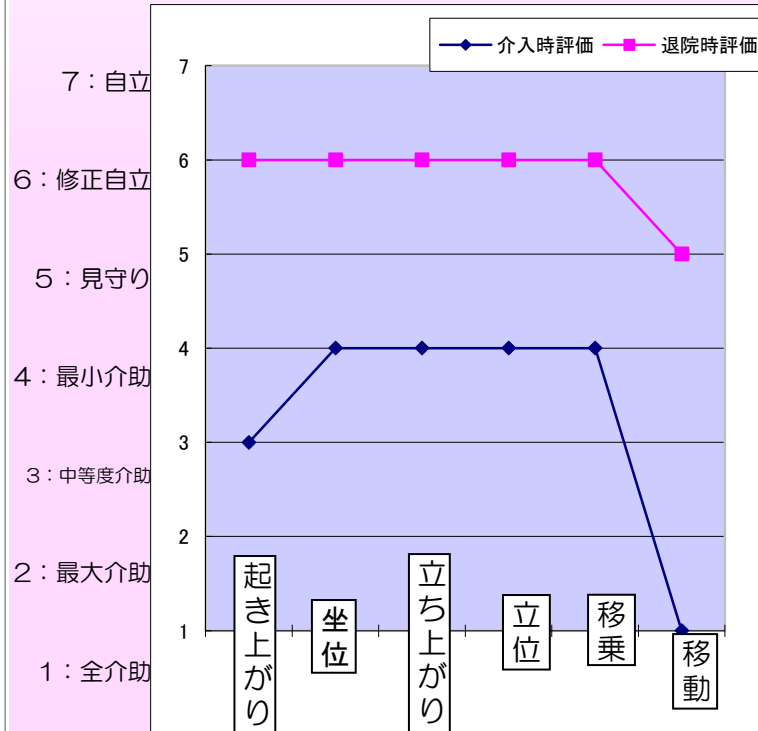
①退院に向けてリハビリ以外に離床時間・移動（歩行・車椅子駆動）練習が必要な方

②昼夜逆転が目立つ患者様 ③音楽が心理的援助（気分転換・発散）となる方

【患者様20名 平均年齢86歳の変化】

【起居・移乗・移動の変化（評価値の中央値）】

【睡眠・表情の変化（評価値の中央値）】



音楽療法学会認定音楽療法士 小池みなみ（同志社女子大学音楽学科 音楽療法コース専攻2006年卒）

幼少期より声楽を学び、その後ピアノ科に転向。

大学では緩和ケア・認知症・発達障がい・リハビリ・健康増進の音楽療法を学ぶ。

渡米し学びながら大阪府・広島県で音楽療法科を立ち上げ臨床を引き継ぎ萩市へ。

2022年7月より上記の音楽療法を再始動中。



AED 安全管理講習会

院内でAED勉強会開催しました。

自動体外式除細動器（AED：Automated External Defibrillator）の「除細動」とは、心臓がけいれん（細動）した状態を「取り除く」ことを指します。AEDは心臓に電気ショックを与えることで除細動を行います。



年2回開催で今回2回目の2月14日に看護師以外の医療従事者（臨床検査技師、診療放射線技師、事務部など）を対象とし全職員がAEDを適切に使用できるように実機を用いながら勉強会を行いました。



新人研修



新人で入社して1年!!先輩方のご指導のもと頑張りました。「多重業務を解決しよう」「急変時の対応」は新型コロナ感染対策のため、中止を余儀なくされました。これは現場で体験中・・・。

4月
注射の技術



5月
経管栄養法・口腔ケア
吸引法
挿管の介助方法



6月
シリンジポンプ
輸液ポンプの取り扱い



7月
個人情報の取り扱い
入院時の対応



8月
感染予防
滅菌・消毒方法



11月
医療安全



R5年2月
死亡時のケアと退院



7月・11月
フォローアップ研修





No.20

運動ってどのくらいしたらいいの??

リハビリテーション部 技士長 佛圓祐基

今までのコラムの中で運動には有酸素運動がいいという言葉が出てきていましたが、実際に有酸素運動とはどんな運動なのでしょう？有酸素運動とは筋肉を動かすエネルギー源として糖質や脂質とともに酸素を使って行う運動で、息が弾むくらいの強度で、比較的、筋肉への負荷が軽い運動のことをいいます。主な運動としては、ウォーキング、体操、エアロビクス、エアロバイク、水泳、水中ウォーキング、ジョギング、サイクリング、ハイキングなどがあります。



では有酸素運動を行う際、運動の頻度や強度はどの程度が良いと言われているのでしょうか？厚生労働省の運動施策の推進として、「健康づくりのための身体活動基準2013」によると、65歳以上の高齢者はウォーキングなどの運動習慣を「1回30分以上・週2日以上」持つことで、①全身持久力・筋力の維持・向上②ロコモティブシンドローム^{注1}の改善③軽度認知障害(MCI)の改善などが期待できるとしています。

ウォーキングを例にもう少し具体的な数字を提示してみましょう。加齢や不活動によって筋肉量の減少・筋力低下・身体機能低下には予防として1日女性7,000歩(速歩き15分)、男性8,000歩(速歩き20分)以上が必要という報告があります。ただし急激な運動は身体に過度な負担をかける恐れがあるため、心疾患など持病をお持ちの方は主治医の先生に相談し、身体に合わせながら実施していただくと幸いです。何か気になることなどございましたら、当院リハビリスタッフまでお気軽にお声がけください。



注1) 立ちったり歩いたりするための身体能力が低下した状態

文章は公益財団法人 長寿科学振興財団健康長寿ネット2022.7.8より一部抜粋

くすのき掲示板

2月 参観日の様子



2月のイベントでは、久しぶりに保護者様を迎えて、本年度2度目の参観日を開催いたしました。コロナ感染症対策とし、2日間に分けて年齢別に行いました。保護者様からは1度目の参観日からの我が子の成長ぶりを見られたことや、保育園での生活・家庭での様子の意見交換ができ、楽しい時間を過ごせたとのことでした。



子どもの発達を促す親子でのふれあい遊び



1, 2歳児
歯っぴい出前講座

それぞれ給食の様子も見ていただきました★