

かしま

HOT 通信

12月号 Vol.311

平成30年(2018年)12月1日発行

■編集/かしま病院広報委員会
 ■発行/社団法人 養生会
 〒971-8143
 福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
 tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ホームページ <http://www.kashima.jp>

かしま病院

検索

スマートフォンをご利用の方は、
 QRコードを読み取り、アクセスしてください。
 PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。



ご意見・ご感想は...

上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。
 かしま病院広報委員会(井沢 宛)まで
k-izawa@kashima.jp

1
2

巻頭特集

「かしま病院
 認定看護師による勉強会」

3

お宅訪問隊

～住み慣れた 私たちの街で...～
 訪問診療課

コラム ひんがら目(138)

「母の慈悲」発言

呼吸器科 部長 山根 喜男

4

ようこそ家庭医療へ!

リハビリPOST

イベント開催予定のお知らせ

かしま荘通信



いのちの現場とおもてなしの心

開催
 報告

接遇特別講演会

～医療従事者における接遇とは～



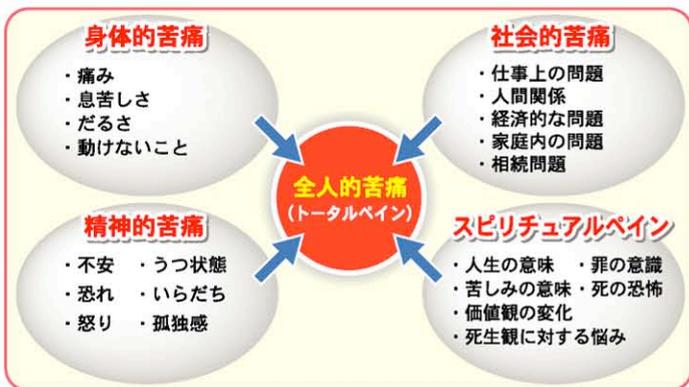
10月25日の18時30分より、パレスいわやさんにて当法人主催の「接遇特別講演会」が行われました。講師には元リッツカールトン日本支社長で現在は人とホスピタリティ研究所代表である高野登先生をお招きし、「いのちの現場とおもてなしの心～医療従事者における接遇とは～」という演題で御講演いただきました。

今回の講演会は、当院職員と市内の医療関係者の方を中心に呼びかけ、当日は332名の方にお越しいただき大盛況となりました。皆さん高野先生のお話に時折うなずき、笑い、考えさせられたりと充実した時間を過ごしていました。

巻頭特集

かしま病院 認定看護師による勉強会

かしま病院には、現在6名の日本看護協会認定・認定看護師が在籍しています。「専門知識の習得」と「顔の見える看護介護連携の充実」を目的として、奇数月の第3水曜日に勉強会を開催しています。勉強会は先日第7回を修了し、小名浜地域以外の方々にも多数参加を頂くまでになりました。今月は、これまでの勉強会のまとめをお伝えします。



全人的苦痛とは、英国のホスピス創始者であるシシリー・ソングダースが唱えた概念で、人のつらさには身体的、精神的、社会的、スピリチュアルな要素があり、互いに影響し合い全体的な苦しみを形成するといふものです。逆にいうとその一つ一つのつらさに焦点をあてて紐解いていくことで、その人の全人的苦痛の緩和に繋げるケアが緩和ケアです。

後半では、身体的苦痛のひとつである「浮腫み」に有効といわれている「ただけのご巻」というラセン状に巻きあげる包帯法を参加者全員で行いました。

第1回

2017年11月22日水開催
**全人的苦痛の捉え方
 だれでもできる!
 浮腫ケアのコツ(実技)**
 緩和ケア認定看護師
 鈴木則子、岡田聡子

第2回

2018年1月17日水開催
**毎年やってくる!
 冬季に流行する感染性胃腸炎
 知ってほしい正しい
 嘔吐物の処理方法(実技)**
 感染管理認定看護師 木下由美子

勉強会前に吐物ほどの位拡散するのか実験してみました。結果から、消毒する範囲は、目に見えない嘔吐物の飛散を考えて、半径2m以内は汚染された区域と考えて、消毒する必要があります。

また、壁側周辺で嘔吐した場合も、壁側への飛散を考えて、上から下方へ拭いていく必要があります。また、嘔吐した人の足も周辺も対象になってきます。

嘔吐物処理のポイントは、3つあります。

- 1 作業者自身が感染しないこと。使い捨てマスク、手袋、エプロンを正しく使い、感染を防ぎます。
- 2 汚染を広げないこと。目に見えない吐物が飛び散った床・壁や、それらに触れた手・靴底にはノ口ウイルスが付着している可能性があります。作業場所を汚染区域と清潔区域に分け、意識して作業しましょう。
- 3 消毒は、確実にを行うこと。吐物の中心から半径約2mの範囲内をもれなく消毒します。消毒する場所の材質に適した消毒薬の種類と濃度をきちんと確認し、十分な量の消毒液が全面に行き渡るように拭き上げます。

2に続く

第3回

2018年3月28日(水)開催
抗がん剤治療のあれこれを学んでみませんか？
がん治療の基本
 抗がん剤の副作用と関連したケア
 がん化学療法看護認定看護師 荒木美穂

現在、日本人の二人に一人は何らかのがんにかかるといわれています。がんは、遺伝子が傷つくことによりおこる病気です。喫煙や食生活の乱れ、運動不足などが関わる病気でもあります。

がん治療の基本は、外科療法・放射線療法・薬物療法の三本柱とされています。がん治療にはよく『標準治療』という言葉が使われます。これは臨床試験といわれる最先端の試験治療の中で、その効果や副作用の有無などを判断し、優れていると証明された治療であり、現在利用できている最良の治療法です。それでも各治療には、合併症や副作用といったリスクが伴います。医療の発展により、それらへの対策も進んでいます。

まずは、ご自身の日常生活の質を振り返り、病気に罹るリスクを減らしてみましよう。がんを診断されたときは、自分が受けられる最良の治療法を選択できるように、正確な情報を集めましよう。

第4回

2018年5月16日(水)開催
摂食嚥下障害の基礎知識
とろみ剤の使用について
 (美技)
 摂食・嚥下障害看護
 認定看護師 青木美枝子

口から食べる、飲み込むということを【摂食嚥下】といい、この一連の動きに支障が起こり、その行為がうまくいかなることを【摂食嚥

下障害】といいます。

食事中によくみられる摂食嚥下障害の症状には、食事のむせこみ、湿性嘔声（痰が絡んだようなぐろぐろとした声）、口から食物がこぼれる、喉や口の中に食べ物が残っている感じがする、食べるど疲れしてしまったり苦しくなる、食べ物のどに詰まったり逆流してくるといったものがあります。その他、食後に痰が絡むような感じ、食事にかかる時間の延長や食べ方の変化、食事内容や好みの変化も該当します。

嚥下反射が起こりにくかったり、嚥下の機能が低下していると・・・むせる、誤嚥。水が一番むせやすいため、咽頭への送り込み時間を遅くするためとろみをつけましよう。とろみの程度は3段階で、薄いとろみ（ネクター、飲むヨーグルト）、中間のとろみ（とんかつソース状）、濃いとろみ（ジャム、ケチャップ）です。

第5回

2018年7月18日(水)開催
「食中毒マイスター」になろう
利用者さん、患者さん、そして家族を食中毒から守る方法
「つけない!」「増やさない!」「やっつける!」を確認しませんか？
 感染管理認定看護師 木下由美子

細菌発育の3条件

- 1 栄養** 人にとって栄養となる食品は、細菌にとっても栄養源となります。調理器具では、食品の残りや汚れが細菌にとって栄養となります。
- 2 水分** 細菌は、食品中の水分を利用して増殖します。水分含有量50%以下では発育しにくく、20%以下では発育できません。
- 3 温度** ほとんどの細菌は、10～60℃で増殖し、36℃前後で最もよく発育します。

ノロウイルス食中毒予防の4原則

持ち込まない 二次感染に注意 	ひろげない 定期的な消毒・清掃 
つけない 手洗いをしっかり 	加熱 十分な加熱 中心部まで85～90℃で90秒以上加熱 

第6回

2018年9月19日(水)開催
褥瘡はどうしてできるの？
褥瘡発生しないための予防方法を知ろう!!
 皮膚・排泄ケア認定看護師 湯田依里

褥瘡の発生機序や圧迫やずれを防ぐための予防方法、皮膚の健康状態を保つためのスキンケア方法、褥瘡予防に必要な栄養素についての講義を行い、後半に演習を行いました。

演習では、参加して頂いた方にポジショニングクロープを使用した、頭側挙上方法や、背抜きや圧抜きを実際に行ってもらいました。ギャッチアップやポジショニングをする時、気を付けていてもずれや摩擦が起こり、褥瘡発生の要因になってしまいます。ポジショニングクロープを使用することで、皮膚にかかるズルの軽減や患者の身体的苦痛の軽減、介護者の負担の軽減に繋がります。参加者から、背抜き・圧抜きの重要性が

第7回

2018年11月21日(水)開催
これからの治療・ケアに関する話し合い
アドバンスケアプランニング
について
 医療者としてだけでなく一人の人間として皆さんも、もしもの時を考えたことありますか……。
 緩和ケア認定看護師 岡田聡子

再確認できたとの感想も頂きました。創傷ケアにおける基本はスキンケアです。皮膚の機能を守るために、保湿、保湿、保護が重要になります。褥瘡を発生させないための予防的ケアを行っていきましょう。



族・医療従事者の話し合いを通じて、これからの治療やケアを立案していくことが必要です。しかし、縁起でもない話し・もしもの時の話しは、深刻な病気を背負った状況では、なかなかしにくくなるのが現状です。ので、普段から大切な人と語り合うことが重要になります。

そこで、後半では亀田総合病院で緩和ケアや地域・在宅医療に取り組み医師による「一般社団法人「ACP」が開発した「もしバナゲーム」を通じて参加者其々の価値観を振り返って頂きました。しかし、この様な価値観を持っていても「渡す準備（自分自身が行う）受け取る準備（家族や大切な人が行う）」をしていないと、運動会のバトンリレーの様にバトンの受け渡しはうまくいきません。

自分自身が受けたい医療やケアを大切な人へ意思表示をしていくこと、そしてもしもの時に、その意思を地域の医療・介護を支える私達が繋いでいくことが大切だと思います。



私達かしま病院の看護師は、今後も地域のみなさんのお役にたてるよう、微力ですが尽力していきたいと考えています。皆様からのご意見やご希望をいただきながら、かしま病院の……というより、地域のための勉強会に育てていけたらと考えています。今後ともどうぞよろしくお願いたします。



かしま病院
 認定看護師一同

お宅訪問隊

～住み慣れた 私たちの街で・・・～

み なさんはかしま病院でも医師がお家や施設へ訪問し診察をしていただけることをご存じですか？訪問は医師が一人で伺うのではなく、もちろん看護師も同行します。

いつでも時間を問わず連絡が取れるようになっていて、可能な限り**どこでも**訪問し、**あなただけ**の医療提供を心がけている、それが、かしま病院：訪問診療課です。

医療は受ける場所によって

- 1 **外来医療（外来診療）**：病院や診療所の外来に通って受ける
- 2 **入院医療**：病院へ入院して受ける
- 3 **在宅医療**：患者さんの自宅、入居施設などで受ける

の3つに分かれます。

在宅医療の一つである訪問診療は、具合が悪くなった時だけ医師が診察に向うものではありません。お一人で通院が困難な患者様のお宅に、日頃から医師が定期的に診療にお伺いし、計画的に健康管理を行うものです。

訪問診療の目的は病気の治療だけではなく、予測されるリスクを回避し、入院が必要な状態を未然に防ぐこと、介護サービス事業者の方々とも連携し、安心して療養できる環境を整えることも重要な役割です。

かしま病院の訪問診療は、緊急時には365日×24時間体制で対応します。

夜間や休日、医師が電話に出るなら気を使ってかけにくいな…という方にも安心対応で、まずは看護師が電話を受けます。必要に応じて臨時往診や緊急受診・入院の対応を行います。医師のみの訪問ではなく、訪問診療担当看護師も同様に対応します。

では実際、外来通院が困難と感じた時どうしたらいいでしょう？

一人での通院が無理でも、介護サービスを利用し家族と共になら外来通院できるでしょうか。サービスを整えてもやっぱり通院が困難を感じる、待ち時間の間に具合が悪くなってしまふ、車椅子を利用して座った状態ではいけないなどの状況があるなら、まずは、かかりつけの医師に通院困難であることを伝えて下さい。診療所などによっては、さまざまな事情により訪問診療に対応出来ない医師もいらっしゃると思いますので、対応の可否を要相談してみてください。

かしま病院に通院中だけれどかかりつけ医師に直接相談しづらい場合や、訪問診療をしていただける医師をお探しの場合は、かしま病院の訪問診療課看護師までご相談いただければできる限りのお手伝いをしたいと考えます。

まずは気軽にご相談下さい。

訪問診療課 阿部めぐみ



「母の慈悲」発言

平井知事から小池知事への懇願
いちいち目くじらを立てないで

先日再選を果たした内堀雅雄福島県知事は長野県出身です。三期目の我が故郷鳥取県の平井伸治知事は東京神田の生まれです。両氏とも自治省出身で副知事を経て知事に当選されました。

平井知事の駄洒落は有名で、「鳥取にはスタバはないけど、日本一のスタバがある」、「レブンインレブンはまだないが、なくともいい気分にはなれる」、「トンキがなくてものん気に暮らせる」……

など、ウィットに富んだ名言が多く、また鳥取県をPRすることにも熱心です。江戸っ子にまで支えて貰って鳥取県民は感謝感激です。

鳥取県は、鳥取砂丘、二十世紀梨、松葉ガニなどがある有名です。松葉ガニはズワイガニのオスです。ズワイガニのメスは地元では親ガニと呼ばれます。オスより小さいため廉価であり、しかも内子と呼ばれる卵巣が美味で、地元の人は松葉ガニを贈答用と考え、自分では親ガニを口にします。

以前、鳥取県にふるさと納税をしましたところ、お礼に親ガニがたくさん送られてきました。小さくて身を取り出すのが面倒なのか家族は誰も見向きもしませんでした。おかげで、愚生ひとりで連日美味を堪能しました。

ふるさと納税に関しては、最近、返礼品が高額過ぎるとか、地場産品でないものもあるとか、いろいろ問題点が指摘され、ふるさと納税の是非が問われています。税の再配分に関しては大都市と地方では利害が相反します。全国知事会で、大都市



の税収の一部を地方に振り分ける「偏在是正」が議論されたとき、地方の多くの県は是正に賛同しましたが、小池百合子東京都知事は反対しました。平井鳥取県知事は、小池知事に対して、「母の慈悲の心を持って、大都市と地方の折り合える案を考えて」と訴えました。

小池知事は、一週間後の定例記者会見で平井知事の発言にふれ、「私は母になれなかった。平井知事の安易な発言で大変傷ついた」と不快感を示しました。その発言に対して平井知事は即座に深くお詫びのコメントを出したそうです。

「言われた人が傷ついたのなら、それはイジメです」とはよく言われます。相手が傷つかないようにと気を遣って発言しても、「傷ついた」と返されたら、いじめた事になる、と見なされると、当たり障りのない会話ができなくなりそうです。こんな状況が、現代の閉塞感の一因です。本当は、受け取る側にも許容力が必要なんです。

「母の慈悲」は、万人共通に受け入れられる概念です。社会で共有できる価値観です。母にならなくても、自分の母から与えられた慈悲を感じることは出来ます。慈悲深くない母を持った人が、「私の母は慈悲がなかった」と主張して、「母の慈悲」は差別語である、と言ったらどうなるでしょう？親しい関係では発言を控える事は期待できても、一般社会の発言にまで規制をかける事はやり過ぎでしょう。

現代は、自己主張の強い一部の弱者や少数者に対して怯えすぎています。少数者に温かく配慮する事は当然ですが、そのために多数の人に甚大な迷惑がかからないように熟慮することも大切です。

（呼吸器科 部長 山根 喜男）



ようこそ 家庭医療へ!

～いわきに生きる家庭医療への挑戦～

第106回 リッツ・カールトンに学ぶ地域医療創生(前編)

診療部 石井 敦



2018年10月25日。人とホスピタリティ研究所所長の高野登先生を講師にお迎えして「いのちの現場とおもてなしの心」～医療従事者における接遇とは～と題し、社団医療法人養生会接遇特別講演会がバレスいわやで開催されました。

高野氏は各ビジネス誌やレジャー誌で常にトップクラスの評価を得ているリッツ・カールトン・ホテルの元日本支社長で、従業員に“おもてなしの極意”を徹底的に叩き込んでこられた人物です。高野氏は、最高のおもてなしとは、設備でもマニュアルでもなく“人の価値”だと言います。たとえ、豪華な建物と完璧なサービスマニュアルがあっても、そこに企業の熱いパッションが根底に流れていなければ、ホテルが単なる宿泊施設の域を超えることはなく、企業の“心”と“魂”が従業員を通してお客様に伝わって初めてホテルはひとつのブランドへと昇華されると言うのです。

講演の冒頭で高野氏は最高の笑顔で「仕事は一生かけて人格を形成するためのもの」と断言されました。そして、その神々しく揺ぎ無い姿に圧倒され「これまでの自分の仕事を通してきちんと人格を鍛えてきたのだろうか?」と深く猛省させられる、まさにハッとした瞬間でした。高野氏は続けて“サービス”と“おもてなし”との違いを明確に定義づけました。サービスとは、いつでも・どこでも・誰にでも提供する、客との契約に基づく商品であり、徹底したマニュアル管理により質を担保することができます。一方、おもてなしは、個々の客の、その時・その場における固有の状況を丁寧に観察し、客がどんなことを望み、何を必要としているかを想像し、マネジメントを創造した者にだけ提供できる、今だけ・ここだけ・あなたにだけの特別なものです。相手

の心に自分の心を寄り添わせて、相手の立場になって対話する姿勢そのものであり、一人ひとりの相手が求めているものの違いに気づき、感じ取る“感性”が必要になります。その先に互いの“感動”と“感謝”が生まれ、決して飽きることなく、やりがいをもって何度でも繰り返したくなる善循環へとつながっていきます。

講演を聴きながら、医療におけるサービスとおもてなしについて考えました。医療におけるサービスはもちろん診療行為です。これは徹底したマニュアル管理により、提供内容の標準化や質の向上、医療ミスの低減が図れるかもしれませんが、また、手術等の専門的技能は、経験を重ねるごとに技術が習熟されていくでしょう。しかし、こういったマニュアル化しうる領域は、おそらく人工知能(AI)の得意分野でもあり、AIの守備範囲は日進月歩で拡大し、医療従事者の役割は今後縮小していくでしょう。ホテル業界でも接客のほとんどをロボットに任せている「変なホテル」という名のホテルが登場しているぐらいですから…。一方、医療におけるおもてなしとはどのようなものでしょうか? 例えば同じ疾病の患者さんであっても、その病気の体験(苦しみや恐れ)の程度や内容、置かれている境遇などは、患者さん一人ひとり異なるし、更に家族をはじめとする患者さんを取り巻く人々や社会環境は千差万別です。これらの固有の事情に配慮して、患者さんがどんなことを望み、何を必要としているかを想像し、マネジメントを創造して、今だけ・ここだけ・あなたにだけの特別なケアを提供することが医療におけるおもてなしであり、これぞまさに患者中心の医療そのものなのではないでしょうか?

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。



第93回

老化について

今回は、誰にでも起こる老化についてお話していきます。人は生まれてから亡くなるまで、常に何かしらの変化が起きており、年齢を重ねていくうちにどこかのポイントで身体の機能が低下し始めます。以前より太りやすくなった、筋力が落ちた、疲れが抜けにくくなったと思ったら老化が始まっているのかも知れません。これは誰にでも起こる変化ですが、そのスピードに個人差があります。例えば、脳神経系の機能が低下すると認知症になり、心臓や肺、腸等の内臓の機能が低下すると心筋梗塞や心不全、高血圧、呼吸機能の低下、誤嚥性肺炎や便秘等が起こります。骨や筋肉が老化すると骨粗鬆症や骨折、関節炎を引き起こし寝たきりとなる方も少なくありません。この他にも、視力や聴力の低下など様々な身体の影響が出てきます。

日本人の平均寿命は男性がおおよそ80歳、女性は86歳となっています。とはいえ、自立して暮らせる健康寿命は平均寿命より9-12年も短く、

この期間においては様々な介護が必要になるということです。介護が必要になる原因で最も多いのは、転倒・骨折、関節疾患などの運動器の障害です。筋肉は年齢と共に衰えますが、50歳を過ぎると一段と進行し、80歳では20歳の半分の筋力しかなくなってしまいます。つまり寝たきりを防いで健康寿命を伸ばすには転倒や骨折をしないように筋力の衰えを食い止めて、運動器の障害を少なくすることが一番重要といえます。

今回はウォーキングの効能についてお話したいと思います。

理学療法士 布施航

平均寿命と健康寿命の差、男性で9年、女性で12年



理 公 社 団 法 人 日 本 理 学 療 法 士 協 会
理 学 療 法 士 八 木 淳 子 氏 による 講 義

かしま荘通信

かしま秋まつり

11/24(土)



毎年行っている「文化祭」は、今年「かしま秋まつり」として内容も新たに開催。抹茶コーナーではゆったりとしたひとときを、フードコーナーでは炭火で焼いたサンマの塩焼きや、豚汁、おにぎりなどをふるまいました。その他、ゲームコーナーやGRAYBOYS様によるコンサートなども行われ、賑やかで楽しい祭りとなりました。

イベント開催予定のお知らせ

- 糖尿病教室** 時間 10:00~10:30 1月9日(水)
会場 かしま病院外来棟会議室
- ※インフルエンザが流行している場合は、2月7日(水)に延期します。ご了承ください。
- 家庭医療セミナー** 時間 19:00~20:00 1月24日(木)
～実践家庭医療～ 会場 かしま病院コミュニティーホール
- ゆる体操教室** 時間 1回目 13:30~14:30 1月27日(日)
2回目 15:00~16:00 会場 かしま病院コミュニティーホール
- 乳がん患者のつどい** 時間 14:00~15:30 12月19日(水)
アイリスの会 会場 かしま病院コミュニティーホール 1月16日(水)
- 認定看護師による勉強会** 時間 18:00~19:00 1月16日(水)
会場 かしま病院コミュニティーホール

興味のある方は、お問い合わせください。