

南昌だより

2021
No. **42**
2021年1月1日発行

志和荘 本誌P10



敬愛荘 本誌P14



博愛荘 本誌P7



デイケア 本誌P7



恒和荘 本誌P12



悠和荘 本誌P11



ケアセンター南昌 職員研修 本誌P6



若園荘 本誌P13



悠和荘 本誌P11



こずかたこども園 本誌P8

医療法人社団 帰厚堂

【基本理念】

「愛と誠の精神」

私たちは、
すべての人に感謝の気持ちをもって
奉仕いたします
また、
信頼される医療を提供するために
全ての専門職種による
チーム医療に万全を期します

社会福祉法人 敬愛会

【基本理念】

「地域と共に生き 地域と共に歩む」

私たちは、
すべての人に感謝の気持ちをもって
奉仕いたします
また、
信頼される福祉サービスを提供するために
全ての専門職種による
チームケアに万全を期し
その人らしい生活が育まれるよう
支援します

2021
No. **42**
Contents

- 2P…… 巻頭言
- 3P…… 職場紹介
- 3P…… スタッフ紹介
- 4P～5P …… リハビリテーション その12

- 6P～9P …… ケアセンター南昌
- 10P…… 志和荘
- 11P…… 悠和荘
- 12P…… 恒和荘
- 13P…… 若園荘
- 14P…… 敬愛荘
- 15P…… 南昌病院
- 16P…… 診療案内



医療法人社団 帰厚堂
<http://www.kikodo.or.jp/>

社会福祉法人 敬愛会
<http://www.shiwasou.jp/>



日本医療機能評価機構

脳卒中の発症予防は、第1に血压管理である。



脳神経外科部長 木戸口 順

世界的に見て脳卒中（血管の切れる脳出血、クモ膜下出血と血管の詰まる脳梗塞、脳血管障害）は現時点でも全死亡の第2位を占め、生命を取りとめても重篤な後遺症を残し、生涯にわたって患者のQOL（quality of life、生命の質、生活の質）を損なう疾患です。

また近年では、特に中国で急速に進む人口の高齢化に伴う脳卒中患者数の爆発的増加、世界全体ではさらに50～55歳以下の比較的若い年齢での初発脳卒中増加が問題となっている。脳卒中患者全体の76%は初発者であることから、その1次予防が重要であり、これに関する多くの論文やガイドラインが発表されている。

本邦において脳卒中は1960年代に日本人の死因第1位を占めていたが、それ以降は減少し、2018年人口動態統計によれば、悪性新生物、心疾患、老衰に次いで第4位となっている。脳卒中はそれ自身が原因で亡くなることは減っている一方、重篤な後遺症を残す疾患であると認識されている。国民生活基礎調査（平成28年）では、要介護となる患者全体の原因疾患として脳卒中は認知症に次いで第2位となっている。

一旦発症すると後遺症を残すことが多い疾患であり、発症予防がとても大切であり、そのためには、脳卒中の危険因子を知り、健康管理が重要である。



【高血圧】

脳卒中患者の大部分が初発患者であり、発症予防すなわち1次予防が重要である。世界32か国の初発脳卒中約13,447症例を解析した結果から、世界のどの地域でも共通して、高血圧、糖尿病、飲酒、喫煙など10個の修正危険因子が脳卒中発症の90%に寄与していることが示され、その中で高血圧は単一因子として最も寄与度が高く、50%に及ぶことが明らかになっている。

本邦では、2019年日本高血圧学会高血圧治療ガイドラインにより、 $<120/80\text{mmHg}$ を「正常血圧」であると明記された。降圧による脳卒中の1次予防効果については国際的にも多くのエビデンスが蓄積しており、本邦でも未受診の高血圧患者に受診を促し、確実な血圧管理を進めることが、今後の脳卒中発症率低下に繋がると考えられる。具体的な降圧目標値として $<130/80\text{mmHg}$ が重要である。ただし75歳以上については降圧目標を暫定的に $<140/90\text{mmHg}$ としている。一方、脳卒中患者については、再発予防として、 $130/80\text{mmHg}$ 未満を目標にすることが推奨されている。

高血圧の人は自分でも気づかずに、血圧をあげるような食生活をしていることが少なくありません。「血圧が高い」といわれたら、まず食事の内容や仕方を見直すことが大切です。

食生活の中でも、まず見直したいのが塩分の摂取量です。減塩による降圧効果には個人差がありますが、世界的に見ても日本人は塩分を取りすぎている傾向があるので、まず減塩を心がけることが大切です。日本高血圧学会のガイドラインでは、1日当たりの塩分摂取量の目標を「6g未満」と設定されていますが、同時に「より少なくすることが理想」ともしています。これは、米国ですでに理想的な摂取量を「3.8g」とするガイドラインが示されているためです。一方、岩手県民の食塩摂取量は全国ワーストになっており、男性 12.9g ／女性 11.1g ととんでもない量をいまだに摂取しております。したがって脳卒中発症全国1位です。塩分以外で高血圧の要因として、運動不足と多量飲酒が挙げられます。

正常血圧で元気に仕事されている皆様でも注意していただきたいことがあります。産業医学会で「夜勤と健康」がテーマになり、研究発表されました。その中で、交代勤務での夜勤や常夜勤の方、検診血圧が正常域でも、数年で著明な高血圧となったとか、ある日突然眼底出血を起こしたとか、半数の方が境界域か異常域に達したと報告されています。また、 $140/80\text{mmHg}$ 位の人が、深夜勤務後3か月で $170/100\text{mmHg}$ を越す高血圧で働く事例もみられたそうです。交代勤務者、夜勤者は特に早朝5時頃、余裕があれば自分の血圧を測定し、健康管理に留意ください。心配な方は職場の上司か産業医に相談しましょう。

職場紹介

さりげなく・確実に活動している 南昌病院 薬剤科

初めまして。南昌病院 薬剤科です。薬剤科は、薬剤師6名(パート職員含む)・調剤助手2名の計8名で日々業務を行っております。「薬剤師」「薬局」と聞くと薬をつくる人、薬の説明をしてくれる人、薬を管理する人、薬をもらう所などさまざま思い浮かぶかもしれませんが、では実際どのような業務を行っているかお話ししていきます。

まずは、調剤室での業務です。医師の処方せんに基づいて薬の種類や量が適切か、飲み合わせは問題ないかなどをチェックします。調剤は、専用の機械を使って患者さんが飲み忘れないように一回分ずつ薬を分包することもあります。そして、外来受診をされた患者さんには、薬の説明や副作用など服用上の問題点がないかを確認します。

次に調剤室からは離れて病棟での活動についてのお話になります。病棟薬剤業務といって入院患者さんの服用薬のチェックを行います。必要に応じ患者さんへの服薬指導なども行っております。チーム医療への参加ということで、感染管理チーム(感染症などに関する業務)、栄養サポートチーム(全身状態などを多方面から検討する業務)、褥瘡対策チーム(褥瘡の予防と治療を行う業務)、医療安全対策、医薬品リスク管理への参加など多

職種とのかかわりをもつことで患者さんの状態を確認しより良い方向へ向かうことが出来るよう日々活動しております。

薬を通して、患者さんがより安心して医療を受けられるよう、責任を持って人との繋がりを大切に活動していきたいと思っております。中々接する機会は多くないかと思いますが、こんな薬剤師も仕事のときの感覚が抜けず、家でもポケットからペンやマジックを取り出そうとしたり、プライベートで電話を受けたとき「薬局 ○○です」と言いかけたりと「エッ?」と思う場面もありますが、何か薬に関して不安などあればお気軽に薬剤科へお声をかけください。(文責 主任薬剤師 藤岡綾乃)



スタッフ紹介

リハビリ看護 ～これから私が目指すもの～

こんにちは。南昌病院回復期リハビリ病棟で勤務している金野真樹と申します。私は、東日本大震災のあった平成23年に就職しました。私が勤務している回復期リハビリ病棟では、主に脳血管疾患、整形外科疾患、廃用症候群等の患者様がリハビリを行っています。

私は看護学生の頃、当院の回復期リハビリ病棟を見学した際、病棟全体のアットホームな雰囲気と、患者様が活発にリハビリをされている様子を見て、私もこの回復期リハビリ病棟で、患者様の看護をしたいと思い就職しました。

看護学生のころから回復期リハビリ認定看護師に興味をもっていました。「興味をもっていることには何でも挑戦するべきだ。」という総看護師長のアドバイスを受け、平成30年に回復期リハビリ認定看護師の資格を取得しました。

資格取得時に学んだことを生かしながら、患者様とご家族の支援に力を入れてきました。また、リハビリ医療において重要な多職種との調整役にも努めています。看護研究にも取り組んできました。

現在は、看護科教育委員会と病棟の勉強会係として、

スタッフの指導に携わっています。患者様のケアの方法、注意点等を講義しています。自分には出来ないと感じていた事に挑戦することにやりがいを感じています。

回復期リハビリ認定看護師として3年目を迎えた今、様々な葛藤や失敗を繰り返す中で、患者様からの「ありがとう」の言葉や、笑顔で自宅に帰られる姿を見て、改めて患者様とご家族に真摯に関わることで、患者様の援助として必要なこと・自分で行った方が良いことを見極めながらの支援が大切であると感じています。

本来、回復期リハビリテーションは、患者様とご家族が一体となって目標に向かうことが最も大切とされているにもかかわらず、コロナ禍で面会もできない状況です。双方にとってとてもつらいことだと思います。だからこそ、この危機を乗り越えるために、患者様とご家族との関わりを大切に活動していきたいと思っています。



回復期
リハビリ認定看護師
金野 真樹



正しく知っておいしく食べましょう

～嚥下機能に合わせた調理方法の工夫について～

前回は、摂食嚥下障害とそれによって起こりうる誤嚥性肺炎について解説しました。病気や加齢などによる摂食嚥下障害によって、「食べる」「飲む」ことに支障が出てきたら不安を感じる方もいるかもしれません。しかし、適切に対処することによって食事ができる方もたくさんいます。

今回は、私たちがどのようにして食べているか解説し、どのように対応できるのかお伝えしていきたいと思います。

私たちが食べ物を認識してから胃に入るまで5つの段階があります。

1. 先行期（認知期）

食べ物を認識する段階。

2. 準備期（咀嚼期）

食べ物を口に取り込み、唾液と混ぜ合わせて咀嚼をする段階。

3. 口腔期

主に舌や顎を使ってのどへ送り込む段階。

4. 咽頭期

のどに送られた食べ物を反射によって胃に送り込む段階。

5. 食道期

食べ物が食道を通過する段階。

この5段階のうち食べやすいかどうかには、特に準備期から咽頭期までが影響するとされています。食べる際には、まず前歯で口に入る大きさに砕き、舌で食べ物を奥歯に乗せて、飲み込める大きさになるまで更に細かく砕いていきます。その後、頬を内側に寄せながら舌の上に集めて、舌を前後、上下に細かく動かしてのどまで送り込み、反射によって食道に入っていきます。口唇や頬、舌が動きにくくなるとこれらがうまく行えず、食事に時間がかかるようになったり、むせるようになったりします。嚥下機能が低下してくると、特に以下の3つのものが食べにくいとされています。

①硬いもの

硬い食材ほど、顎や歯で強く噛み砕く・舌や歯ぐきで押し潰すことが必要となってきます。細かく砕いていないまま飲み込んでしまうと窒息する危険性もあります。

例) 肉、イカ、タコ、貝類、煎餅、ごぼう等

②まとまりにくいもの

噛み砕いてから舌を細かく動かし唾液と混ぜ合わせ舌の上でまとめているのですが、バラバラになりやすいものはなかなかのどまで送り込めません。

例) 蒲鉾、ナッツ類、肉、煎餅、クッキー等

③なめらかさに欠けるもの

口やのどに張り付きやすいものは舌やのどの力で強く送り込んでいく必要があります。粘り気やべたつき、パサつきなどが影響します。

例) 餅、団子、パン、のり等



〈食べやすくするには〉

食べにくさや飲みみにくさを感じるようになったら調理方法を工夫することで食べやすくすることができます。以下に例を挙げてみます。

1. 柔らかくする

硬さのある食材は、繊維の部分潰す、取り除く、薄く切る、蒸す・煮るなど火を通すと食べやすくなります。

2. まとまりやすくする

口の中でまとまらずなかなか飲み込めない時には、卵や小麦粉でつなぎを作る、煮汁をあんにする、マヨネーズやドレッシングなど油性のソースを使う方法などがあります。

3. 適度に水分を含ませる

なめらかさに欠けるものを食べる時は適度に水分を含ませ、口やのどに張り付かないようにすると食べやすくなります。大きいまま食べないことも大切です。

誤嚥性肺炎を起こすようになってしまったり、食べにくさ、飲みみにくさを感じたりした場合、食事形態を工夫することによって誤嚥性肺炎のリスクを減らすことができ、食べられる量を増やすことができる可能性があります。

す。現在は、誤嚥性肺炎が認知されるようになり、調理されているものは、ドラッグストアやスーパー、通信販売やインターネットでも購入できるようになりました。食べにくいままにせず、ご自身に合った食事をしていくことが大切です。

今回は嚥下機能に合わせた調理、工夫を中心にご紹介しましたが、おいしく食べるためには、ご自身の嚥下機能を保つことも大切です。次号では、嚥下機能を高めたり維持したりすることに効果のある簡単な体操などをご紹介しますと思います。

(文責：南昌病院 言語聴覚士 稲澤靖文)



聴診しながらの摂食訓練



言語聴覚士はこんなこともやっています
失語症の方のコミュニケーション練習の1場面

参考資料

- 1) 一般社団法人日本言語聴覚士協会 認定言語聴覚士講習会(摂食嚥下)資料
- 2) 寺見雅子編著: 摂食・嚥下リハビリテーション実践ガイド

一人ひとりに合った支援 リハビリテーション

専門スタッフがチームを組んで集中的にリハビリを実施

365日リハビリテーション提供!! (回復期リハビリテーション病棟・地域包括ケア病床)

○ 南昌病院 ○ 敬愛荘 ○ 博愛荘 ○ 訪問リハビリテーションこずかた……

リハスタッフ総勢83名(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士)、(ほかに公認心理士(臨床心理士))

ケアセンター南昌での主な取り組み(R2.8月~12月)

【職員研修会】(ケアセンター南昌)

◎8/26 「施設内における感染対策」

ケアセンター南昌職員研修会として、当センターの川戸看護総師長による、新型コロナウイルス感染症等の感染対策の研修を行いました(もちろんソーシャルディスタンスです)。岩手県内での感染者も出始めた時期であり、とても重要な研修会となりました。



新型コロナに対しての一般症状の確認から、感染対策の基本ともいえる手指衛生の具体的な方法やタイミング、万に備えての隔離方法についてなどを改めて学び直しました。

また、実際に防護具の着脱方法について実技を交え、感染対策への意識を高めました。

ケアセンター南昌では感染対策として出入り口のアルコール消毒の充実化や、就業前・後の体温測定、オンライン面会などの対策をとっております。

研修で学んだことを実践し、今後も対策を取りつつ利用者と自分達自身を守るためにも職員一同、気を緩める事無く行動して参ります。



【ぴんぽん】(デイサービスつむぎ)

今回は、ここ数年、当施設内でブームとなっている〈卓球〉ならぬ、〈ぴんぽん〉の様子を紹介します。

矢巾町は、昔から卓球の盛んな町として知られていますが、利用者の中には若かりし頃活躍されていた方々が数名通所されており、そこにたまたま、センター長自前の卓球台が備わっていたことがきっかけとなり始まりました。

ちなみに、ラケットは「ダンボール」も活用、打ちやすいと好評です。

当初は、「わたしは苦手～」とか「見学でいいわ。」と参加を拒んでいた利用者も、いつの間にか球を追い、気が付けば腕を左右に動かし、しっかりと球を打ち返すようになっていました。

マンツーマンでの対戦ではないため、当初は不服だった利用者も、張り切って「行きますよ～」とサーブを打っています。どの利用者もしっかり目で追うなど、動体視力が少なからず養われてきていると感じています。

このコロナ禍におけるレクリエーションのあり方として、密にならないような配置、マスク着用、用具の消毒など、対策を講じた上での〈ぴんぽん〉。利用者の楽しみ方のひとつを紹介しました。



【プチ文化祭】 (博愛荘)

令和2年度は、毎年開催している文化祭を縮小して開催する事になりました。

今年は10月12日から16日にかけて、利用者の作成した装飾や壁掛け等を五階南昌ホール前に展示し、在宅・通所・施設サービスを利用している利用者の方々に見ていただきました。

例年のような盛り上がりとはいきませんでしたが、みなさんから「すごい」「じょうずだね」との声が上がっていました。

来年は、通常通りの文化祭を開催して、外部の皆様・利用者家族様に楽しんでいただけるよう切に願っています。



【施設での余暇活動】 (博愛荘)



新型コロナウイルスの影響もあり、感染症予防に努める毎日ですが、職員利用者共に健康で生活しています。

外に出る事が出来ないなので、密に気をつけながらの運動会で身体を動かしたり、職員との麻雀やトランプなどで指先を動かしたりして心身が鈍らないように努めています。

利用者からの「外に出たい」「紅葉を見たい」「栗石(実家)に帰りたい」等の要望を叶える事はまだまだ難しそうですが、その時に備えて楽しく過ごしていきたいと思います。



【作業活動】 (デイケア)

折り紙でクリスマスリースを作成しました!! トナカイやサンタ、細かい飾りは特殊折り紙を使用し、パンチで形を作成したものやシールを貼り付けしました。

毎年12月に入る前にクリスマス飾りの作業活動を行っています。

今年は何を作ろうか……今まで作成したことないもので……と職員も頭をフル回転で考えています。

作成したものはお持ち帰りとなり、自宅のクリスマスツリーに飾ったり、壁やベットのそばに飾ったり、孫に見せたり…と、それぞれご活用されているようです☆

今回は特に細かいパーツを貼る作業を行いました。指先にはたくさんの神経が集まっており、そこへの刺激は脳の活性化を促します。紙を、折る、より合わせる、貼る、という行為を伴うことで指先のリハビリになります。作品を作ることが指を動かす事になるので自然にリハビリが行えますね!!



作品にもそれぞれの個性があります♡作成中はどうか真剣に悩み、仕上がった作品に満足し、お友達と相談したり、会話しながら笑ったりと一緒に作成する職員も楽しみながら行っています(∩∩)♡

これからも、その時々季節を感じながら四季折々の作業活動を行なっていきます☆

【自立支援サポート会議】（矢巾町包括支援センター）

◎地域包括ケアを充実させる矢巾町自立支援型地域ケア個別会議（自立支援サポート会議）を開催

2018年度から矢巾町地域包括支援センターでは自立支援サポート会議に取り組んでいます。本年度は町内の居宅介護支援事業所とも連携しながら6回の会議開催を予定し、第3回目を11月19日（木）午後2時からさわやかハウスで行いました。

自立支援サポート会議は、ケアプラン点検や事例検討といったものではなく、個別ケースの検討を通して自立支援型ケアマネジメントへの方向性を明確にし、地域課題の発見や多職種連携のネットワーク構築支援、地域づくりをしていくことを目的としています。参加者は事例提供者とサービス事業者がチーム員として、そして事例に即した助言者です。

第3回目のテーマは「がんつきあいながら最期まで生活を継続させるために」とし、リハビリテーション専門職（PT、ST）、管理栄養士、訪問看護師、医療ソーシャルワーカーを招き助言をいただきました。地域課題の発見や地域づくりの観点から行政職員にも毎回参加してもらっています。

助言者から心身の機能改善や健康管理だけでなく、生活習慣や生活行為の改善、地域への社会参加や日々の生活の生きがいづくりに役立つアドバイスや提案をもらうことができます。それにより事例提供者は多面的な視点からケアマネジメントを行うこと、具体的な目標をたて、多様な支援方法を構築しようとする貴重な機会となっています。

この会議はすべてのケアマネジャー（施設のケアマネジャー含む）が年に1回は受けられるよう取り組んでいけると、今後も企画していきます。



【運動会】（こずかたこども園）

今年の運動会は、矢巾町総合体育館で開催をしました。

3.4.5歳児のどんどこ暴れ獅子のオープニングから始まり、クラス毎の親子競技を楽しみました。笑顔ありハプニングありで、歓声をあげてはいけないのについ……。

短い時間ではありましたが、お父さんやお母さんとの内容の濃い楽しい時間を過ごすことができました。

最後は5歳児のカラーガード演技。今までの練習の成果を十分に発揮し、とても大きく凛々しく見えた子どもたち。例年とは違って規制がある中で短縮での開催でしたが子どもたちの成長をお見せできた1日でした。



【夏祭り週間】（こずかたこども園）

夏祭りも例年とは内容を変え、『夏祭り週間』とし子どもたちと職員で1週間かけて楽しみました。

オープニングには藤原祐子前園長先生をお招きし、スイカ割りをしたり絵本の読み聞かせをしていただきました。他の日にはお店屋さんごっこ、巨大迷路やリクエスト給食など毎日を楽しんで過ごしました。

子どもたちの色々な表情を見ることができ充実した1週間でした。



【ハロウィンパーティ】 (敬寿荘)

10月30日(金)ハロウィンパーティを開催しました。例年は、こども園の園児が遊びに来てくれて、お菓子をプレゼントしていましたが、今年は敬寿荘のみで行いました。

マスクに色々なデザインを施し仮装をしたり、子供達へプレゼントするはずだったお菓子を皆で食べて談笑したりと、いつもとは違うハロウィンを楽しみました。

また施設実習で来ていた北日本医療福祉専門学校
学校の学生さんも仮装をしてきて盛り上げてくれました。



【診療アシスタント導入に関する活動報告】 (こずかた診療所)

『日本プライマリ・ケア連合学会第10回 東北ブロック学術集会』(9/12・13)にWeb掲載として抄録発表を行いました。

【テーマ】在宅診療における診療アシスタントの導入に関する活動報告

【背景】医師の働き方改革で「他職種へのタスク・シフティング」が注目されている。今後在宅医療ニーズが増える中で、医師・看護師でなくともできる業務の移行が求められている。当診療所ではこの4月より訪問診療の充実のため、電子カルテを導入しタスクシフトを進めるための「診療アシスタント(以降「PA」)」の育成を行なっている。本報告は事務職から医療の現場に入った4ヶ月間のPAの導入経過を報告する。

【方法】PAは法人内の医療資格を持たない事務職員を選じた。PAの主な業務は、医師の診療サポートであり、具体的には①訪問診療の準備 ②訪問先への運転 ③バイタルサインの測定 ④診療録のデジタル記録 ⑤オンラインミーティングの設定 ⑥薬局への処方箋のFAXなどである。また単に医師のサポートだけでなく、自宅での最期を見越し「在宅でのその人らしい最期を迎える」ためのサポートとして患者・家族との非医療職ならではの関係性の構築を期待したい。

PA導入までの流れとして、①外来での電子カルテ入力・バイタルサインの取り方の訓練(2週間)、②医師・看護師・PAでの訪問診療(1~2ヶ月)、③医師・PA2人体制での訪問診療、の3ステップを4ヶ月の間に行なった。既にPAが多数活躍している宮城県登米市の診療所を二日間見学した。

【結果】4ヶ月の経験は次のとおりである。①新規利用導入 14件 ②救急搬送 3件 ③在宅での看取り 1件 ④診療所以外との合同の看取りカンファレンス 2件 ⑤定期訪問 135件 ⑥往診 19件(うち緊急往診 9件)。訓練期間を経て6月より医師とPA2人体制で訪問をしている。

その中で、非医療者としての気づきを1点共有する。「在宅での看取り」は大きな経験となった。PAは包括的な医療知識・経験がないことから、病状の深刻さなどを理解しておらず、訪問先での医師の説明を聞き驚くこともあった。それ以上に驚いたこととして、患者A(以降A)と家族の『受け入れ』だった。Aは余命わずかであることを医師から説明され「どうしようもないな」と受け入れ、その後の医療行為は家族に任せた。家族も慌てたり動揺することなく笑いながら答え、家族の信頼と関係性の深さを感じた。最期の日には遠方の長女も帰省し家族全員で最期の時間を過ごすことができ、涙と笑顔がある看取りとなった。診療期間はわずか3日であったが、自宅で最期を迎えることの良さや必要なことを考えることができ、非常に意義深かった。看取りの数日後に、紹介先の病院Bと看取りカンファレンスを行い経験を共有した。

【結論】非医療職でありながら医療現場をサポートすることが出来るPAの活動を報告した。PA認知はまだ低いですが、今後医療介護のニーズが増え、在宅医療ニーズが増える中で、数の限りがある医師・看護師の専門性を適切に生かし、社会全体として持続していくために、PAを新たな職種として増やしていく必要があるのではないかと。

こずかた診療所 〈発表〉診療アシスタント 〈共同〉医師

志和荘

施設紹介

特別養護老人ホーム：常に介護が必要で自宅では介護ができない方が対象の施設です。

【夏祭り】



8月20日(木)、3階地域交流センターにて夏祭りを行いました。いつもは屋外で、南昌育成会の皆さんに『さんさ踊り』を披露していただき賑々しく開催していますが、今年は規模を縮小しての開催となりました。



職員による『さんさ踊り』の披露では、皆さんに楽しんでもらおうと太鼓を叩き、踊りました。入居者の皆さんは手拍子をしたり、踊りの輪に入り一緒に踊ったりしていました。

いつもと違う夏祭りでしたが、いつもと同じ笑顔を見る事が出来ました。



【感染症研修】



8月27日(木)、感染症研修を行いました。いつものインフルエンザや、ノロウイルスの他に今年は新型コロナウイルスと脅威となる感染症がたくさんあります。入居者・職員共に感染しないためにはどうしたらいいのか、もし感染症が出た場合はどうしたら広がらないのか等学ぶ機会となりました。

感染症が出ないに越したことはありませんが、万が一に備えて日頃から準備をしておきたいと思います。



【秋彼岸法要】



9月10日(木)、秋彼岸法要を行いました。お盆法要と彼岸法要の際に実相寺のご住職にお越しいただいています。お経をあげていただき、亡くなった方に想いを馳せ、手を合わせていました。入居している方は「いつも和尚さんに来ていただいて、拜んでもらってるから安心なの。亡くなったお父さん(旦那さん)の供養ができるからね。優しくていい人だったよ。」と笑顔で話していました。



【敬老会】



9月17日(木)、敬老会を行いました。感染症拡大防止のためご家族の参加・来賓の方の出席も行わず、入居者と職員のみで開催しました。

今年米寿を迎えられた方は5名、100歳の百寿を迎えられた方は1名、100歳以上の長寿の方は2名いらっしゃいました。

達増岩手県知事様、高橋矢巾町長様からの心温まるビデオレターをいただき、皆さんとても喜ばれていました。

アトラクションは2部制で、第一部はアジアの歌姫ジュディ・ポークによる祝いの歌『魅せられて』、第二部は村の愉快的仲間達による『どじょうすくい』でした。涙を流して笑っている方もいて、大笑いのうちに幕を閉じました。



【南昌福祉の里 文化祭】

10月8日(木)、南昌福祉の里文化祭を行いました。他の行事と同様、いつもと違う文化祭になりました。ステージイベントは、職員の『W節子』によるコンサート。内容は節子Aによる歌と節子Bによるギターの弾き語り、



“糸”“薔薇が咲いた”“幸せなら手をたたこう”などを披露しました。手拍子をしたり、一緒に歌を口ずさんだりして楽しいひと時を過ごしました。

ソーシャルディスタンスを保つての作品展示、密にならない様に工夫したゲームコーナーなど、感染症対策を行なった上で楽しみました。

次年度の行事は、いつも通り盛大に実施できる様願っています。



敬老の日を祝う集い!皆でござそうに舌鼓!

いつもはご家族と一緒に式典やお祝いの食事を楽しむ敬老会ですが、今年は職員のさんさ踊りステージや高橋町長からのビデオレターなど趣が違いました。100歳を迎える松坂ミナ子様は国と県からお祝い状と銀杯や秀衡塗汁椀など綺麗な記念品を頂きました。日を改めてご家族と一緒にお祝いの式典を行い、皆で長寿のお祝いをしました！



収穫祭&フラワーアレンジメント作品展示!

悠和荘畑でとれた野菜を皆で美味しくいただく収穫祭を開催しました！村田施設長の作る焼き芋は今年も好評でした。小豆を使ったお汁粉も上品な甘さで人気でした。今年は矢巾町フラワーアレンジメントサークルの皆様の協力を得て生け花の作品展示も行いました。華やかな作品の前で入居者の皆様も笑顔で記念写真を何枚も撮っていました。



どんな時でも防災取組は忘れず!避難訓練!

今回の避難訓練は日中にボイラー室から火災が発生した設定で実施しました。盛岡消防設備点検センターの職員立会にて実際に警報を鳴らしながら避難誘導を行いました。職員の緊張感が伝わりました。訓練終了後に通路天井に設置してある排煙窓の操作方法の確認と開閉点検を行いました。ワイヤー類に潤滑油を塗布してメンテナンスも行いました。



冬の定番になりました!干柿作りお手伝い!

すっかり悠和荘の秋～冬行事の定番になりました干し柿作りです。今年も入居者の皆様から皮むきを手伝っていただきました。包丁やピーラーを使って器用に皮をむいていく姿は頼もしくもありハラハラもします。12月中旬には食べ頃になり、甘くて美味しい悠和荘産干し柿の完成です。玄関ホールに吊るして皆様にお振舞しました！



入居者の皆様と手作りおやつ楽しみました!

手作りのおやつ作りは、皆様が楽しみにしている毎月の行事の一つです。佐々木管理栄養士が各ユニットを訪問して入居者の皆様と一緒におやつ作りを楽しんだ後、お茶の時間に皆でいただきます。監督する方、作る作業を見るのが好きな方、食べるだけの方と、入居者の皆様の関わり方は様々です。見栄えが良い時も…悪い時も…それは愛嬌という事です…



恒和荘

施設紹介

小規模多機能型居宅介護事業所：小規模な住宅型の施設で、通いのほか、訪問、短期間の宿泊などを組み合わせて食事、入浴などの介護や支援が受けられる施設です。盛岡市在住者が対象です。

敬老会

今年の敬老会は新型コロナウイルス感染拡大に伴い、利用者と職員のみで実施しました。米寿、卒寿の対象者3名にアレンジメントのお花を贈呈し、皆さんでお祝いしました。昼食は「お寿司」を食べ、「久しぶりだ、やっぱり寿司は美味しいなあ…」と皆さん笑顔。休憩後、利用者と職員の合同チームによる風船バレー大会を開催しました。新しくバレーのネットを購入し、手作りの得点板を作り、スリルあり笑いありと、楽しい時間を過ごすことができました。



紅葉ドライブ

10月下旬、利用者数名と職員2名で天峰山方面へドライブに出かけました。天気にも恵まれて絶好のドライブ日和でした。今年は、新型コロナウイルス感染症防止の為、紅葉バスハイクを中止としたため、利用者の気分転換を兼ねてドライブに出かけました。利用者にとっては、久しぶりの外出となり紅葉を見ながら「きれいだね」と利用者同士会話をしながら天峰山へと向かいました。天峰山には、風力発電が9基あり目の前には岩手山がそびえ立ち、真近に見る岩手山に感動し、岩手山をバックに記念撮影をしました。きれいな空気と、岩手山の壮大さに感動したドライブとなりました。



お誕生会

8月は1名、9月は2名、10月は2名、11月は1名の方のお祝いをしました。職員から誕生者の趣味や特技の紹介があり、誕生者から若い頃の思い出話など披露して頂きました。若い頃の思い出して感極まる方もいたり、それを見てもらい泣きする方もいました。誕生者には、誕生日プレゼント、そして利用者全員で職員手作りのケーキを食べ、笑顔あふれるとても楽しいひと時になりました。



レクリエーション～おやつ作り～

午前中に集団での体操やレクリエーションを行い、午後からはレクリエーションの一環として利用者の皆さんと一緒におやつ作りもしています。一つのテーブルを囲み、職員が見守りながら、たこ焼きやおはぎ作りをしました。食材を切ったり、こねたり、具をひっくり返したりと皆さん慣れた手つきで「さすがだな～」と改めて感心させられました。職員と利用者が協力して一つの物を作ったという達成感があり、「美味しいね～」と笑顔で残さず食べていました。



荘内研修

毎月、荘内研修を行っていますが、11月は看護師を講師として「高齢者の疾患の特徴」について勉強しました。お年寄りに多い病気って何だろう？そしてどんなところに気をつけたらいいんだろう？と普段の仕事を振り返りながら研修を行ないました。高齢者の疾患の特徴として、原因・発生時期・進行経過がわかりにくい、自覚症状が乏しい、慢性化しやすい、難治性であることが多い等の特徴を改めて確認しました。

高齢者に多い疾患として、26の疾患があげられるということですが、その中から肺炎についても改めて職員間で学ぶ機会を作りました。食欲不振、全身違和感、倦怠感などが主訴で、発見が遅れて重篤になりやすいため、職員の観察が重要となり、バイタルサイン、嚥下状態など、いつもと違う症状が見られたときは職員間で情報共有し、家族と連携して早めの受診に繋げるなどの対応もしていきたいと考えています。

9月 若園荘敬老会



令和2年度の若園荘敬老会は9月18日（金）に行いました。本年はコロナ感染予防にて御家族の来訪も中止とし、各ユニットで職員とともに、ささやかに祝う「敬老会」を開催させていただきました。御家族からは事前に動画や手紙を頂戴し、当日発表させていただきました。ご協力ありがとうございました。また、日頃の感謝をこめて御利用者一人ひとりに、各担当職員が考えた「感謝状」をお渡しすることができました。余興ではユニット職員による「二人羽織」や「箱の中身当てゲーム」で楽しく過ごすことができました。お重に入った昼食そして午後は和菓子を提供させていただき、つつがなく御利用者の長寿を祝うことができました。来年度はぜひ御家族と祝うことを職員一同願っております。

百寿の祝い

邨野 タイ様が百寿のお祝いを盛岡市より頂きました。今後も益々のご健康をお祈りいたします。おめでとうございます。



10月 紅葉ドライブ



10月は各ユニットにて紅葉ドライブに行きました。網取ダムや高松の池周辺をドライブし紅葉を楽しみました。季節の移り変わりを感じ、久々の外出を満喫されました。またドライブ後は各ユニットでテイクアウトした昼食を召上げりました。2階は事前に御利用者より好みを聞いて発注した「お寿司。」3階は「行楽弁当」を召上げり、普段とは違う外食気分を味わい、楽しむことができました。



11月 避難訓練

11月4日（水）本年度の第2回避難訓練を実施いたしました。今回は盛岡市中央消防署から2名の職員、また消防設備業者立会いにて夜間想定訓練を行いました。夜勤者や近隣職員の連絡や消防設備の確認を行い、御利用者数名の避難を実際に行いました。実施してみても感想は、「近隣者への迅速な連絡が必要。」「御利用者の避難にはやはり人手が必要だ。」などの意見が挙がりました。消防署職員からも「近隣との日頃からの協力体制の構築を行うことが大切。」との助言もいただきました。今後の課題と致したいと思います。



旬の食材とおやつ提供



若園荘では旬の食材を使用した、メニュー作りやおやつ作りに取り組んでおります。今年は外出する機会も少ないため、お食事での季節を感じて頂くのが目的です。最近では「芋の子汁」や「栗ご飯」サツマイモを使用した御利用者で作ったおやつなどもあります。また、リクエストで「ひつつみ」も召し上がって頂いております。今後も旬の食材を通し季節感を感じられる食事や、おやつを提供していければと考えております。



新型コロナウイルス感染防止対策について

若園荘の入居者様の平均年齢は88.9歳となっています。連日、高齢者施設関連コロナウイルス感染症の報道がされる中、感染源とならないよう職員一同緊張感をもって対応している毎日です。ご家族様には面会制限等、大変なご迷惑をおかけしております。ご協力を頂き感謝しております。

新型コロナウイルス感染防止対策として、南昌病院との連携を取りガイドラインに沿って行っています。まず職員の健康管理、感染防止の3つの基本①手洗い・手指消毒 ②マスクの着

用 ③身体的距離の確保です。身体的距離の確保は介護上困難な場合が多くありますが、外部関連業者との接触を対面から窓口へと変更、極力外部との距離をとる様努力しています。

環境整備（清掃）換気・湿度調整・新型コロナウイルス接触確認アプリの活用。また、厚生労働省から「高齢者施設における施設内感染対策のための自主点検実施要領」を基に、感染対策、感染者や濃厚接触者が発生したことを想定した対策等から必要物品確保を順に行っています。

これから、寒さが一段と厳しくなります。安全・安心な日常が一日も早く戻ることを職員一同願っております。

敬愛荘

施設紹介

介護老人保健施設：病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。入所等の相談は気兼ねなく支援相談員までご連絡ください。

秋の大運動会

秋といえば、スポーツの秋ということで、10月14日に運動会を行いました。お菓子食い競争、綱引き、玉入れの3種目を取り組んでいただきました。中でも盛り上がったのが、お菓子食い競争です。紐でつるされているお菓子袋を取るべく、必死に口を開ける利用者の皆さんはとてもしきいきして楽しそうでした。苦戦しながらもやっと取れたときは「やっと取れた」と喜びの声が聞かれました。綱引きはシーツを綱に見立てて、「ソーレ！、ソーレ！」と掛け声をかけながら皆で息を合わせて引っ張りました。玉入れでは、玉が箱に入らなくても何度も拾い、全部の玉が入るまで頑張る姿が見られました。普段の穏やかな姿とは一変し、競争心を出して必死な姿を見せる利用者も多く、声援や笑い声など活気ある時間となりました。今年の運動会も良い運動と気持ちのリフレッシュになったようです。また来年も楽しみです。



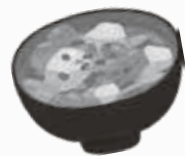
不來方高校音楽部・屋外コンサート



今年は、感染対策のため屋外でのコンサートとなりました。屋外でも、すばらしい歌声が響き渡りみなさんとても喜んでいました。最新の曲から、昔懐かしの曲、思わず踊ってしまうさんさ踊りなど、利用者の「今聞きたい曲」がてんこ盛りで皆さん大満足でした。残念ながら、感染対策のため、高校生との触れ合いはありませんでしたが、若いエネルギーを身近で感じられ、感動して涙を流される方もいらっしゃいました。不來方高校音楽部の皆様、毎年ありがとうございます。来年も宜しくお願いします。



施設での生活 ～芋煮会～



11月になり、寒くなってきたということで、スタッフと利用者の皆さんで協力して、芋の子汁を作りました。食材を切るころから始まり、女性も男性の方も手馴れた包丁さばぎでした。味付けは、しょうゆ味と味噌味の2種類を作り、どちらか好きな方を選んでもらいました。大なべで作る芋の子汁は、格別美味しく、「美味しい」「温まる」とおかわりをする利用者の皆さんも多くいました。秋の食材を味わうことで、季節を感じることができました。



おむつを着用している方のスキンケアのポイント

看護科 皮膚・排泄特定看護師（看護師長） 藤井 京子

おむつ使用中の肌環境は、汗や排泄物で常にムレ状態でふやけやすくなっています。

つまり皮膚が弱くなり、尿便の刺激やおむつの圧迫・摩擦などの刺激で皮膚障害（肌トラブル）を起こし易い環境です。

尿は、体外に排泄されると雑菌が繁殖し時間とともにアルカリ性になり、便は、アルカリ性の消化液を含み、共に皮膚障害の原因になります。特に下痢便はアルカリ性が強くなることが知られています。

また、おむつの絞めすぎなど、漏れ防止ギャザーやおむつの縁による圧迫で皮膚障害の危険があります。

このような尿または便（あるいは両方）が皮膚に接触することにより生じる皮膚障害を、IAD（Incontinence-Associated Dermatitis: アイエーデー・失禁関連皮膚炎）と言います。

IADが続くと褥瘡発生の危険が高まります。

高齢者の皮膚は再生機能が低下しているため、いったん皮膚障害を生じると治るのに時間がかかるので、皮膚の手入れ＝スキンケアを正しく行い皮膚障害を予防する必要があります。

スキンケアのポイントは「清潔」「保湿」「保護」の3点です。

清潔

- ◎皮膚の汚れをきれいに落とします。
- ◎一日1回おむつの中の皮膚を洗浄します。
（※シャワーでも可）
- ◎泡タイプの石鹸又は石鹸を泡立てて丁寧に洗い、石鹸分を洗い流します。皮膚障害や皮膚の弱い方は、弱酸性石鹸や水を使用しない清拭剤の使用も便利です。

保湿

洗浄後は、肌の潤いを保ちムレ予防のために市販のものでよいので刺激の少ないローションやクリーム、オイルで保湿します。

排便後の肛門周囲の清拭は、ベビーオイルやサ

ニーナなどの油性の洗浄剤で拭き取れば、摩擦力を軽減できて保湿効果もあります。

保護

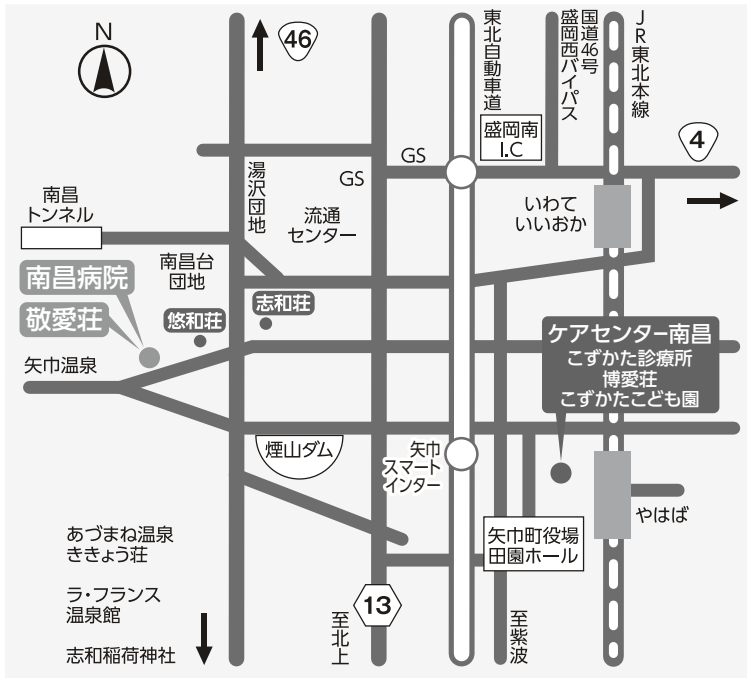
下痢が続くときは、肌と排泄物が直接触れないように、汚れを弾く撥水性の高いクリーム（ワゼリン含有のもの）で保護します。皮膚障害がある場合は、医師の診察を受け必要な薬剤を使用したほうが良いでしょう。

おむつ、パットの使用枚数が増えると接触部の局所の圧が高くなります。また重ねたパットが体位変換時や自分で動いた際にズレを生じます。

おむつやパットは、正しく当てたときの吸収率は100とすると、ずれた場合の吸収率は30とされています。使用するおむつやパットは高吸収ポリマー加工、吸収量を考慮し選択します。そして、おむつの当て方や使用する枚数、交換間隔を決め、皮膚への負担を減らす工夫が必要です。



矢巾町エリア



盛岡市エリア



南昌病院診療案内

診療時間/9:15~17:00

月	脳神経内科 佐藤 典子	循環器内科 三浦 秀悦
火	内科 小原 進	循環器内科 三浦 秀悦
水	循環器内科 西城 精一	脳神経外科 木戸口 順
木	循環器内科 市川 隆	
金	脳神経外科 木戸口 順	

こずかた診療所診療案内

診療時間/9:00~17:00 (午前/外来診療 午後/訪問診療)

月・水~金	内科 藤島 行輝
火 (午前)	内科 肥田 彦彦
第2火 (午前) ※予約制	脳神経内科 石塚 直樹
第4金 (午前) ※予約制	脳神経内科 高橋 純子

休診日: 土曜・日曜・祝日

編集後記

◆2021年の新春を迎え、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

新しい年を迎えることが出来ましたが、未だに新型コロナウイルス感染症の拡大が収まらず、例年とは違い心から新年を祝う気持ちになれない方も多いことと思いますが、今年は新型コロナウイルス感染症が終息し、いつもの生活が戻ることを願い、新年の挨拶を申し上げたいと思います。

医療法人社団帰厚堂・社会福祉法人敬愛会職員一同は、入院患者さん、入所者さん、利用者さんが新型コロナウイルス感染症に罹患しないよう最大の注意を払い、2020年を対応してまいりました。患者さん、入所者さん、そして職員誰もが新型コロナウイルス感染症に罹患することがありませんでした。この間、ご家族の方には面会制限等で大変なご不便をおかけいたしました。ご協力とご理解をいただき大変ありがとうございました。本年も、入院患者さん、入所者さんの安全、安心、そして笑顔を大切に職員一同努めてまいりますので、宜しく願いいたします。

医療法人社団 帰厚堂	■南昌病院	〒028-3621 紫波郡矢巾町広宮沢1-2-181	TEL 019-697-5211	FAX 019-697-5215
	■介護老人保健施設 敬愛荘	〒028-3621 紫波郡矢巾町広宮沢1-2-181	TEL 019-697-3288	FAX 019-697-0641
	■小規模多機能型居宅介護事業所 恒和荘	〒020-0805 盛岡市東新庄1丁目7-23	TEL 019-681-4166	FAX 019-604-1120
	■グループホーム 若園荘	〒020-0886 盛岡市若園町8-11	TEL 019-601-5501	FAX 019-604-1660
	■ケアセンター南昌	〒028-3614 紫波郡矢巾町又兵工新田5-335	TEL 019-698-2015	FAX 019-611-2071
	◆こずかた診療所	〃	TEL 019-698-3033	FAX 〃
	○訪問リハビリテーションこずかた	〃	TEL 019-611-1380	FAX 〃
	◆介護老人保健施設 博愛荘	〃	TEL 019-698-2015	FAX 〃 ※
	◆博愛荘デイケアセンター	〃	TEL 019-697-1526	FAX 〃
	◆デイサービスつむぎ	〃	TEL 019-698-2015	FAX 〃 ※
	◆訪問看護ステーションやはば	〃	TEL 019-698-1388	FAX 〃
	◆ヘルパーステーションやはば	〃	TEL 019-698-1385	FAX 〃
	◆訪問入浴介護やはば	〃	TEL 019-698-1385	FAX 〃
社会福祉法人 敬愛会	▲こずかたこども園	〃	TEL 019-698-3008	FAX 019-611-0221
	▲矢巾町地域包括支援センター	〃	TEL 019-611-2855	FAX 019-611-2937
	●特別養護老人ホーム 志和荘	〒028-3621 紫波郡矢巾町広宮沢1-100	TEL 019-697-6355	FAX 019-697-6356
	●地域密着型介護老人福祉施設 悠和荘	〒028-3621 紫波郡矢巾町広宮沢1-2-312	TEL 019-698-1661	FAX 019-698-1671
	●短期入所生活介護事業所	〒028-3621 紫波郡矢巾町広宮沢1-2-312	TEL 019-698-1661	FAX 019-698-1671
	●こずかたケアプランセンター	〒028-3614 紫波郡矢巾町又兵工新田5-335	TEL 019-613-7603	FAX 019-613-7604
	●矢巾町地域包括支援センター	〃	〃	〃
さわやかハウス相談室	〒028-3615 紫波郡矢巾町南矢幅14-78	TEL 019-697-5570	FAX 019-697-5570	

※ケアセンター南昌代表電話