

おかなみ

広報誌
第45号

社会医療法人 畿内会 岡波総合病院
平成30年1月発行

新年のご挨拶

理事長 猪木 達

心臓リハビリテーションの日常

心臓リハビリテーション外来 心臓血管外科医長 神原 篤志

おかなみこどもまつり開催

第1回 忍者トレイルランニングレースに参加

新年のご挨拶

理事長 猪木 達



明けましておめでとうございます。
皆様には健やかに新年をお迎えのことと、こ
ろよりお慶び申し上げます。

当法人(畿内会)は、急性期から回復期、訪問看
護、介護老人保健施設、看護学校を運営し、医療
と介護の切れ目のない治療を目標とし、地域
のご開業の先生方との連携を密に取りながら、伊
賀での地域完結型医療の中心的役割を果たすこ
とを使命と考えております。

2018年は診療報酬と介護報酬の6年に1度の
同時改定がされる年であります。医療と介護に
関わる関連制度の一体改革にとって大きな節目
となります。いわゆる団塊の世代の方々が75歳
以上の後期高齢者となり、2015年(約1600万
人)の約4割増に達する2025年に向けて、医療介
護ニーズ増大への対応体制を構築するためには、
今回の同時改定が重要な意味を持つものとな
ります。

医療と介護の改革の両輪として、地域医療構
想と地域包括ケアシステムが進められていま
す。効率的で過不足のない病床機能の在り方も
問われ、伊賀地域においては、救急輪番の問題も
継続課題として残っています。不足する医療介
護従事者(三重県下でも、残念ながら伊賀地域は
トップクラス)の問題とも相まって、今後の医療
と介護の現状は容易ではない状況に追い込まれ
ていきそうです。

そのような中、畿内会では地域医療体制の構
築前進のための第一歩と考え、昨年末に伊賀市

と「伊賀市地域医療戦略2025」に基づく将来的
な地域医療体制及び全世代型地域包括ケアシ
ステムの構築に向けて協力する相互連携協定を締
結致しました。

伊賀地域では、皆様に親しく「おかなみさん」
と呼んでいただき、医療面だけではなく、地域の
皆様との親しい関係を構築していくための取り
組みとして、「おかなみ出前講座」を行っておりま
す。伊賀・名張・奈良・京都での開催回数は、34回、
51回、65回と年を追うごとに増加しています。
昨年、初開催されました「第1回忍者トレイルラ
ンニングレース」では、救護班を含めたスタッフ
派遣で「伊賀発信のイベント」の運営協力をさせ
ていただきました。また、子供たちに医療体験を
通じて将来の職業として、医療スタッフに興味
をもっていただきたいとの思いから、岡波看護
専門学校にて「おかなみ こどもまつり」を開催
し、111名もの多数のご参加をいただきました。
これらの運営及び運営協力は今後も継続し、伊
賀地域の皆様とより良い、地域に根差した強い
繋がりを持ち続けていきたいと思っております。

超高齢化社会が加速度的に進む伊賀地域にお
いて、地域の皆様、医療関係者の皆様のご期待に
応えるべく、今年一年の職員一同の活躍を願い、
皆様が幸多き一年をお過ごしになられますこと
を祈念して、年頭のご挨拶とさせていただきます。

● 岡波総合病院の理念 ●

人々の健康と幸せのために、『人間としての愛』の精神をもって心からの医療と福祉を提供していきます。

● 岡波総合病院の基本方針 ●

1. 私達は、「至誠・注意・満足」の院是の基に、患者様と信頼を
共有できるように心の通じた医療サービスを実践いたします。
1. 私達は、医療水準の日々向上をめざし、高度適正な医療を実践いたします。
1. 私達は、患者様に心温まる細心の看護と介護の提供を実践いたします。
1. 私達は、地域の医療福祉機関との連携を密接にとり、患者様すべてに
公正な医療の提供とプライバシー保護を実践いたします。

● 患者様の権利 ●

1. 患者様は、だれでも良質な医療を公平に受けることができます。
1. 患者様は、病気・検査・治療などについて理解しやすい言葉や方法で
十分な説明と情報をうけることができます。
1. 患者様は、十分な説明と情報提供を基に治療方法などを自らの意思で
選択することができます。また別の医師の意見を求めることもできます。
1. 患者様は、自分の診療記録の開示を所定の手続きを経て求めることができます。
1. 患者様は、個人の情報やプライバシーについて保護されます。
1. 患者様は、健全で良質な医療水準を確保するため医療サービスについて
提言することができます。

心臓リハビリテーションの日常

心臓リハビリテーション外来 心臓血管外科医長 神原 篤志

当院では、平成24年2月より心臓血管リハビリテーションがスタートし、徐々に参加者の数が増えてきました。外来では、週1回の運動を基本とし、現在では100名以上の方が、継続して参加しております。学会や研究会でも、当院は三重県で最も外来心臓血管リハビリテーションが盛んな病院として、認知されるようになりました。このような形で、少しでも伊賀上野エリアの地域医療に貢献できることは、心臓リハビリテーションチーム全員のやり甲斐となっています。

外来心臓血管リハビリテーションの形は、病院によって様々で、それぞれの施設が独自の工夫を加えながら、より良い形を模索しているのが現状です。とはいえ、当院が別に特別なことをやっているわけではありません。参加するかどうかは患者自身が決めることであり、全くの自由意志に任せています。皆、運動をするために病院に来ると考えがちですが、当院の心臓リハビリテーションが力を入れているのは、実は「患者教育」です。

年齢と共に動脈硬化が進み、外来で血圧の薬やコレステロールの薬、血糖の薬、血をサラサラにする薬などを処方されて飲んでいる方がたくさんいます。しかし、それぞれの薬の重要性を、どこまで理解しているのでしょうか。血圧が高いとなぜ良くないのか、体にどういう形で負担になるのか、理解しているのでしょうか。コレステロールが高い状態が続くと体にどんな変化が起こってくるのか。高い血糖値を放置すると、どんな変化が少しずつ出てくるのか。なぜ血をサラサラにする薬を飲んだ方がいいのか。そういう内容の話をわかりやすく説明するためには、意外と時間がかかります。外来診療の合間の

限られた時間内に行うには、やはり無理があり、外来患者さんの待ち時間がどんどん長くなってしまいます。心臓血管リハビリテーションに参加している患者は、毎週運動に来てくれるので、35分間の運動中にそういう話を、時間を掛けて、じっくりとすることができます。なかなか1回話を聞いただけでは覚えられないことも多いですが、毎週来るのであれば、焦る必要もありません。よくわからなかったところは、次の時に聴いてもらえばいいのです。高血圧の話ひとつ取っても、かなり長くなるので、それぞれの興味のある話をその都度自由に質問してもらっています。つまり、運動で体の状態を良くすると同時に、正しい健康知識も学んでもらうことになります。

参加者たちも探究心旺盛な方が多く、病気の話以外にもアルコール摂取やコーヒーに関する質問、食べ物に関する質問、サプリメントやマッサージに関する質問など、あらゆる質問を私たちにぶつけてきます。今の医学でわかっている範囲内で、できるだけ質問に答える様にしています。まあ、この禅問答の様な会話も、もしかすると当院の外来心臓血管リハビリテーションの人氣に貢献しているのかも知れません。

病気になりにくい生活をどこまで追求するかは、それぞれが取捨選択することになりますが、私たちが薦める生活習慣は、別に美味しい物を全然食べない修行僧の様な生活というわけではありません。時々、美味しい物を食べるこ

は、身体の栄養だけでなく、心の栄養にもなり、必要なことと考えます。ただ漫然と美味しい物ばかりを求めるのではなく、どういう食べ物がカロリーや分が高く、どういふ食べ物が身体の負担になりにくいかを正しく理解して、コントロールしながら食べることが必要と考えています。カロリーを勘違いして食べる食べ物ほど、身体に負担になることが多いです。また、カロリーをたくさん摂り過ぎたなと思った時は、有酸素運動で消費すれば良いのです。もちろん、その運動方法も私たちが指導します。食事内容と運動習慣などの生活習慣を連携させながら、体調を維持していくので、私たちのアドバイスは生活の全てに関わり、多岐に渡ります。だから私の話も長いのですが、まあ、運動している患者さん達は、設定された運動時間が終わるまで逃げることもできないので、適当に相づちを打ちながら、私の話を我慢して聴くしかないので。当院の心臓血管リハビリテーションでは、日々そんな光景が繰り返されています。

心臓血管リハビリテーションに興味がある方は、当院1階の一番奥にあるリハビリテーション室の窓口で尋ねていただければ、可能な限り対応させていただきます。



おかなみ こどもまつり 開催

看護部長 湯村 美雪

平成29年11月25日(土)、小学生を対象に「おかなみこどもまつり」(場所:岡波看護専門学校)を開催しました。

手洗い方法、マスクのつけ方、赤ちゃんのお世話、高齢者体験、可愛い白衣をきて写真撮影も行いました。

参加して下さった小学生は111名でした。来年度も開催を予定しています。医師や看護師が実際に使用する学習人形で医療体験もできますので、是非ご参加ください。参加して下さった小学生の方が、将来看護師や医療職を目指すきっかけになれば幸いです。



市民公開講座

脳卒中の基礎知識 ～リハビリから症状まで～

リハビリテーション科 理学療法士 清水 恒良

このたび11月25日(土)に、リハビリテーション科主催による市民公開講座を開催させて頂きました。市民の皆さまから医療福祉関係者の皆さままで、多くの方にご参加頂きましてありがとうございました。当院のリハビリスタッフによる講演を3部構成で、脳卒中はどのような症状が生じるのか、リハビリはどのようにして行うのかなどをお話しさせて頂きました。少しでも皆さまのお役に立てるようでしたら幸いです。また、次回もさらに充実した内容で公開講座を企画致しますので、是非ご来場頂きますようお願い申し上げます。



薬剤部だより 冬の肌のトラブル対策

薬剤部 見田 成子

❖ 冬の皮膚は乾燥しています

今年も肌の力サつきや、かゆみに悩まされる季節がやってきました。冬は、夏に比べると皮膚の水分量が1/10に低下し、乾燥肌になりやすくなります。皮膚が乾燥すると、皮膚のバリア機能が低下し、アレルギーや細菌などが侵入しやすくなることから、かゆみや皮膚炎の原因ともなります。



❖ 乾燥肌対策をしましょう

石鹸などで洗浄後は、汚れだけでなく肌を潤す皮脂膜も取り除かれてしまうために、保湿クリームなどで皮脂を補いましょう。また、「洗いすぎない」ことも、乾燥肌予防になります。

❖ 冬の肌のトラブルの治療薬

乾燥肌対策を行っても皮膚トラブルが改善されない時には、薬を使って治療をします。

- ① 乾燥を防ぎ水分を補う保湿剤
- ② かゆみを抑える内服薬
- ③ 炎症を抑えるステロイド外用薬

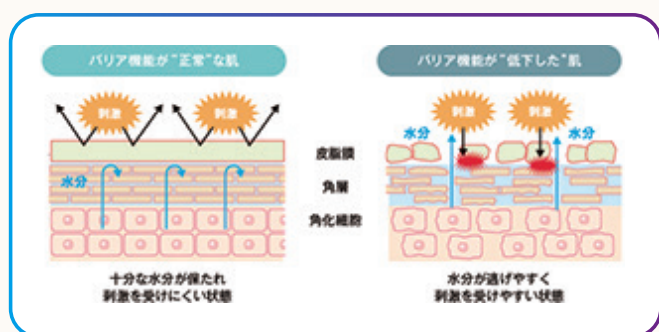
…などがあります。

❖ 保湿剤の効果的な塗り方

保湿剤は入浴後10分以内に塗ると良いと言われていますが、いつ塗っても効果に変わりがないという研究報告もあります。塗り忘れた場合はいつでも都合の良い時に塗るようにしましょう。

❖ ぬり薬の塗布順序

「塗る面積の広いぬり薬から先に塗布する」のが良いと言われています。ステロイド外用剤と保湿剤を併用する場合は、医師から特別な指示がない場合は先に保湿剤を塗布し、患部にだけステロイド外用剤を塗布します。



第1回 忍者トレイルランニングレースに参加

忍者トレイルランニングレースとは? 

かつて忍者が修行したであろう山々と集落を結び、地域の人々によるあたたかいおもてなしを存分に味わえる、登山とマラソンを融合したスポーツです。

11月3日～4日に開催された『第1回忍者トレイルランニングレース』に、当法人のスタッフが運営スタッフ、私設エイドスタッフ、会場ブーススタッフに分担して、参加させていただきました。2日間とも天候に恵まれ、ファミリー、ショート、ロングのコースに分かれ、全国から集まった総勢700名近くのランナーが忍者修行に励みました。



本部横、岡波総合病院ブースでは、出場するランナーや応援客向けに血圧や酸素飽和度測定など体調チェックを行いました。



救護班は、医師、看護師を中心とした岡波医療チームを結成。レース中のケガや、体調不良の方の対応を行いました。



忍者も体調が気になる様子でした。

私設エイドではランナーに提供したきゅうり漬けが大好評!



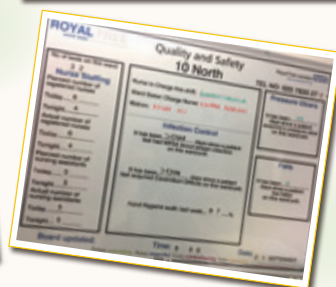
無事大会を終え、ランナーの皆様、スタッフの皆様、本当にお疲れ様でした。私達はこれからもスポーツで頑張る皆様を応援いたします!

三重県看護職員等の海外派遣研修

老人看護専門看護師 市川 智子

在宅医療のさらなる推進等を見据え、地域の保健医療介護の課題に的確に対応していくため、平成27年より三重県では看護職の英国派遣研修を行っています。

英国の高齢者ケアやシステムを知り、伊賀地域の高齢者や家族を支える一助にしたいと考え、9月16日～9月24日、三重県看護職員等の英国派遣研修に参加しました。5日間という短い研修期間でしたが、高齢者ケアの専門チームの活動、病院や地域の医療福祉職が一同に会したカンファレンス、退院直後の集中的な訪問活動、高齢者病棟などを見学し、多くの刺激を受けるとともに、様々な学びを得ることができました。英国と日本では、医療体制や文化が異なるため、英国の取組をそのまま日本に取り入れることは出来ません。しかし、こんな風にすれば…とハッとすることもありました。まずは、畿内会で取り入れることは可能かを、考えていきたいと思います。



今後も、伊賀地域の高齢者や家族が住み慣れた場所で安心して過ごせるよう、職員一丸となって取り組んでまいります。

おかなみ 出前講座

社会医療法人畿内会 岡波総合病院
地域医療連携室

Tel:0595-21-3154 (直通)

Fax:0595-21-3145 (直通)

お問い合わせは
こちらまで
ご連絡ください。



平成29年
9月7日 特別養護老人ホームぬくもり園 様



テーマ

自分自身の最期の
時について考えよう

講師

老人看護専門看護師
市川智子

平成29年
9月12日 田端町いきいきサロン 様



テーマ

いつまでも若々しく
脳の機能を保つために

講師

脳卒中リハビリテーション
看護認定看護師 東雲洋美

平成29年
9月20日 川東いきいき教室 様



テーマ

尿失禁を防ぐ
体操

講師

E-3病棟
田中奈都子、竹鼻三恵子

平成29年
9月28日 緑ヶ丘西町シニアクラブ 様



テーマ

いつまでも若々しく
脳の機能を保つために

講師

脳卒中リハビリテーション
看護認定看護師 東雲洋美

平成29年
10月5日 印代いきいきサロンつぼみ会 様



テーマ

いつまでも元気で
生活するために

講師

老人看護専門看護師
市川智子

平成29年
10月6日 在宅複合型施設グリーンピア名張(職員向) 様



テーマ

感染予防教室
手指衛生演習

講師

感染管理認定看護師
村田幸

平成29年
10月11日 お元気クラブ 様



テーマ

高血圧と脳卒中の
関係性～予防と体操～

講師

理学療法士
尾原ひとみ、松石康平

平成29年
10月12日 新堂きらく会 様



テーマ

肩の自宅で
できる体操

講師

理学療法士 清水恒良

平成29年
10月23日 上野東部地区民生委員児童委員協議会 様



テーマ

訪問看護でできること、
していること

講師

訪問看護ステーション
西出聡美

平成29年
10月25日 かがやきサロン 様



テーマ

バランスの
良い食事

講師

管理栄養士
藤島知穂、奥森晴香

平成29年
11月2日 伊賀上野ライオンズクラブ 様



テーマ

肩の自宅で
できる体操

講師

理学療法士
清水恒良、林拓

平成29年
11月8日 特別養護老人ホームぬくもり園 様



テーマ

寝たきりにならない
ための基礎知識

講師

作業療法士 山内雅之

平成29年
11月9日 倉部区はつらつ教室OB会 様



テーマ

高血圧と脳卒中の
関係性～予防と体操～

講師

理学療法士
竹内千晴、佐藤雄介

平成29年
11月10日 きさらぎ会サロン 様



テーマ

認知症の
予防と関わり

講師

作業療法士
前田成孝、安達真代、滝祐介

平成29年
11月13日 小杉ニコニコ教室 様



テーマ

認知症の方々に
対する回想法
～認知症予防を目的に～

講師

作業療法士
富田美由紀、前田成孝、滝祐介

平成29年
11月15日 西高倉おたのしみ会 様



テーマ

寝たきりにならない
ための基礎知識

講師

作業療法士 山内雅之

平成29年
11月20日 川西ほがらかクラブ 様



テーマ

インフルエンザ、
ノロウイルスについて

講師

感染管理認定看護師
村田幸

平成29年
11月24日 上野商工会議所 様



テーマ

インフルエンザ、
ノロウイルスについて

講師

感染管理認定看護師
村田幸

リハビリ通信 C3病棟での専任療法士の役割と成果

作業療法士 伊藤 仁

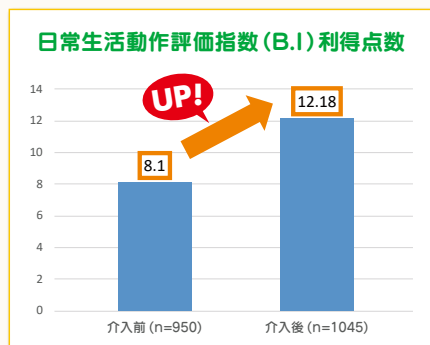


2015年5月より当院中央棟3階病棟に病棟専任療法士としてより介入させて頂いております。今回は病棟専任療法士の役割と介入してからの結果を紹介します。

一般的にリハビリの療法士は医師の処方を受け、処方を受けた患者様のみに関わらせて頂きますが、病棟専任療法士は対象病棟全ての入院患者様のもとへ訪れ、入院時の日常生活動作の確認や入院による運動不足解消目的にて自主トレーニングの指導や運動を共に行い、安静によって起こる筋力低下や認知機能低下などの廃用症候群の予防や早期退院へ向けて介入しています。また、主治医や看護師・介護士などと連携を行い、入院してからのリハビリを可能な限り早期から行えるように相談しています。リハビリが処方される時には担当療法士への情報提供や医師からの注意事項などの伝達を行っています。リハビリが処方される前には医師から安静度を確認して、安全な範囲内でリハビリを行っています。

現在、病棟へ介入し早三年目を迎えています。介入開始してからは病棟全体としての日常生活動作の評価指数(Barthel index)の利得率(改善率)を向上させる事ができています。

全国的にみてもこのような取り組みをしている病院は極めて少なくまだまだ模索中ですが、これからも病棟専任療法士が病棟とリハビリテーション科の架け橋となり、患者様のより良い入院生活と早期退院へ関われるようにしていきたいと思ひます。



QCサークル東海支部
チャンピオン大会in蒲郡
銀賞受賞しました!

テーマ 夜間業務を見直そう
～多重コールに強くなるために～
回復期リハビリテーション病棟



おかなみで一緒に働く
仲間を募集しています

① 看護師
月給 24万円～ + 夜勤手当別途支給
+ 経験・能力により考慮
時給 1,450円～ ※4時間～応相談
勤務部署: 外来・病棟・手術室・透析室など

② フォーカス
月給 15万円～ + 夜勤手当別途支給
+ 経験・能力により考慮
未経験者可 資格不問 夜勤あり

【時間】9:00～18:00/17:00～翌10:00
【休日】週休2日制 ※時間、休日は職種により異なる
【待遇】賞与年2回、交通費別途支給、時間外手当別途支給、各種社保完備、制服貸与

平成30年度 学生募集 社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校

本校は歴史と伝統を受け継いで「楽しい看護のはじまり」を合言葉に教育を実践しています。

少人数制のアットホームな本校で看護師になる夢を叶えませんか?

一般入試(第2回目)の日程

入学試験日	平成 30 年 2 月 17 日(土)
願書受付期間 (締切日必着)	平成30年1月26日(金)～ 平成30年2月 9日(金)
合格発表日	平成 30 年 2 月 23 日(金)
試験科目	・ 基礎試験3教科 【国語総合(古文・漢文を除く)】 【数学Ⅰ】 / 【英語Ⅰ・Ⅱ】 ・ 面接
試験会場	社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校

*その他の受験資格などの詳細については、ホームページをご覧ください。岡波看護専門学校に直接お問い合わせください。
学校見学も随時受け付けております。
*岡波総合病院より月額7万円の奨学金制度あり。

1年生



基礎看護学実習Ⅱ-②の
検討会をしました。

戴帽式を挙行了しました。
ナースキャップの重みを実感!!



2年生

3年生



学校内合同スポーツ
大会(inゆめドーム)
教員と学生の混合チームで
バレーボールをしました。

統合実習の夜間実習。
患者さんの夜の様子も
観察します。



社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校
〒518-0842 三重県伊賀市上野桑町 1734 番地
TEL&FAX 0595-21-3138
E-mail oka-ns@ict.ne.jp
URL http://okanami-kango.ac.jp/

