おかなみ

Okanami

広報誌 vol.50
2019年4月発行

2019 SPRING

老健「伊賀ゆめが丘」とは

介護老人保健施設 伊賀ゆめが丘 施設長　上崎 善規

白内障とドライアイ
眼科医長　宮田　良平

出前講座が5年目を迎えます

業務改善発表会開催

社会医療法人 畿内会 岡波総合病院

老健「伊賀ゆめが丘」とは

介護老人保健施設 伊賀ゆめが丘 施設長　上﨑 善規

2019年4月は平成31年最後の月となり、翌月は新たな元号での新年度を迎えることとなりました。この原稿を書いている時点では、未だ、発表されていませんので、どの様な元号になるのか分かりませんが、皆さん、新しい年への期待を膨らましておられることと存じます。

しかし、来年に開催予定されている東京オリンピックやその後の大阪での関西万国博覧会に向けて、その準備の年度としても重要な位置付けとなってきます。また、なによりも、社会医療法人畿内会にとって、2022年に予定されている新岡波総合病院開設への準備が不可欠な年度でもあります。このような時に、私のおります介護老人保健施設（老健）「伊賀ゆめが丘」の事を書かせていただくのは、恐縮とは存じますが、岡波グループのひとつとして、これまで果たしてきている老健の役割を書かせていただきます。

平成17年6月10日に畿内会の三番目の老健施設として設立された「伊賀ゆめが丘」は、以来、約14年にわたり、『ご利用者の尊厳を守り、安全に配慮しながら、生活機能の維持・向上を目指し、総合的に援助します。また、ご家族や地域の人びと・機関と協力し、安心して自立した在宅生活が続けられるよう支援します。』といった理念のもとに、毎年述べ3万6千名もの方々の生活を支えて来ました。老健は、病院のような医療法ではなく、介護保険法によって、『医療のみならず介護や機能訓練、その他必要な日常生活上の世話を行う』ことが規定されています。このため、老健では、中央にご利用者とそのご家族を囲み、看護職、介護職、リハビリ職、栄養士、支援相談員、介護支援専門職、医師などが配置される、ドーナツのような形の支援、介助体制が築かれています。従って、多職種が協働することが前提であり、ほぼ毎日のようにカンファレンスを行って、ご利用者に、最も適切な支援をどのように提供するか検討している現状です。

このように、協力医療機関である岡波総合病院の支援のもとに、老健「伊賀ゆめが丘」は、疾病により生活機能が低下したため、病状が回復しても、直ちに在宅が困難となった方々に、生活機能・維持向上のための訓練や介護を提供する場として、また、回復が見込めない方々の不必要な医療を中止して自然な終末を看取る施設として、さらに、昨今の高齢化社会における地域包括ケアシステムの一員として、その役割を果たしてきましたし、今後もその役割を続けて行きたいと考えています。そのためには、皆様方のご協力が不可欠ですので、さらなるご協力をお願いさせていただいて、稿を終えたいと存じます。

● 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。

白内障とドライアイ

眼科医長　宮田　良平

最近、目が霞む。ぼやけて見にくい。

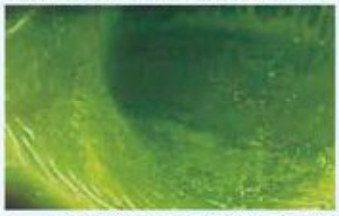
皆様の中にも、そんな症状でお困りの方がいらっしゃるかもしれません。今回はこのような症状を引き起こす代表的な疾患である、白内障とドライアイについてお話しさせていただきます。

眼はカメラのような構造をしています。すなわち、レンズ（角膜、水晶体）とフィルム（網膜）があります。かすみやぼやけの原因になるのはこのうち主にレンズです。カメラのレンズが汚れていたら綺麗な写真が撮れないように、眼のレンズでも同じことが言えます。

水晶体の混濁（白内障）　眼科学第2版より

白内障は水晶体が混濁する疾患で、多くは加齢により生じますが、他の疾患の影響で生じることもあります。治療は点眼薬と手術です。点眼薬は進行予防のために使います。手術はレンズの入れ替えを行うもので、数㎜程度の切開から眼内にアプローチし、濁った水晶体を分割、破砕、吸引除去して人工の眼内レンズをインプラントする術式が一般的で、当科でも数多く施行させていただいています。手術を受けられるタイミングは一律の基準はなく、患者様一人ひとりのライフスタイルや眼の状態などによって異なり、総合的な判断によるため、眼科専門医との相談が重要です。

角膜の表面は涙液の薄い層で覆われていて、まばたきによって涙液が入れ替わり均一に保たれています。ドライアイは、その名称から目が乾くことと思われていることが多いですが、実は単に乾くということではなく、涙液の均一な層が破綻して不均一な状態になることと理解されています。不均一な涙液層で眼内に入る光が散乱するなどして目の霞み、ぼやけなどの症状を引き起こします。また、涙液層が破綻すると眼の表面に傷がつきやすくなり、白内障と違って異物感を生じることもあることはよくみられる特徴です。涙液層が不安定になる原因は様々で、涙液の分泌の異常、まぶたやまばたきの異常、眼表面の炎症などの眼の状態の異常に加えて、長時間のVDT作業（パソコンなど）やエアコンなどによる乾燥など、習慣や環境による影響も受けます。治療は点眼薬が中心で、涙液層の状態や原因により何種類もあるドライアイ治療用の点眼薬を使い分けます。また、場合によっては涙点（涙の排水溝の入り口）に蓋をする処置を行うこともあります。



ドライアイによる涙液層の破綻

当院眼科では、白内障、網膜硝子体の手術をはじめ、緑内障や眼瞼の手術も行なっており、外来では幅広い眼疾患の診療を行なっております。地域の眼科クリニック様と連携して、そしてスタッフ一丸となって、患者様の眼の健康を、「見える」を守るために、日々努めております。少しでもお役に立つことができれば幸いです。

新任医師

二本松（にほんまつ） 綾乃（あやの） 医師

脳神経外科
平成31年1月1日　採用

1月より着任致しました。
脳神経外科全般の診療をさせていただきます。
この地域の医療に貢献できるよう頑張りたいと思います。
どうぞよろしくお願いします。

退職医師

整形外科	横井 一之 医師	平成31年3月31日付
内科	赤池 美恵 医師	平成31年3月31日付
泌尿器科	大塚 憲司 医師	平成31年3月31日付

採用医師

放射線科	寺内 一真 医師	平成31年4月1日付
整形外科	江川 琢也 医師	平成31年4月1日付
整形外科	澤井 孝一 医師	平成31年4月1日付
歯科口腔外科	前田 雅彦 医師	平成31年4月1日付
泌尿器科	阪本 慧一 医師	平成31年4月1日付
内科	村嶋 佑美 医師	平成31年4月1日付
研修医	稲垣 貴彦 医師	平成31年4月1日付
研修医	魚住 祐介 医師	平成31年4月1日付
研修医	山路 棟康 医師	平成31年4月1日付

出前講座が5年目を迎えます

地域に開かれた病院・施設を目指し、地域の皆さまとの交流、健康づくりへのお手伝い、医療介護従事者の質の向上、地域貢献を目的に「おかなみ出前講座」を平成27年4月に開設して以来、早いもので5年目を迎えることとなりました。これまでの4年間、多くの住民や専門職の方々に各種講座を受講していただいております。毎年、人気メニューは継続し、一部は新しいメニューとの入れ換えも行ない、受講された方々のアンケートでの声を反映できるよう努めております。今年度も、一般向け50講座、医療・介護従事者向け19講座、学生向け5講座のメニューを取り揃えて、皆さまからのお申し込みをお待ちしております。

おかなみ出前講座のご案内

- **原則、月曜日～金曜日の午後から概ね30分～1時間程度で職員を派遣します。**
  但し、祝日や12/30～1/3は除きます。
- **会場は申込者の方で手配をお願いします（当院会議室等の使用も可能です）。**
- **参加人数は10名以上からでお願いします。**
- **講座はすべて無料です。**
- **実施希望日の2ヶ月前までにはお申し込みください。**

その他、お申し込み方法や講座メニュー等詳細につきましては、岡波総合病院ホームページの「地域医療連携のご案内/おかなみ出前講座のご案内」をご覧下さい。また、地域医療連携室まで直接お問い合わせ下されば、ご説明させていただきます。

《開催実績》（上段：一般向け　下段：医療・介護従事者向け）

	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
旧上野市	6	15	25	11
		5	2	
旧青山町		3	6	2
旧阿山町	2	1	3	2
旧伊賀町	24	21	19	14
旧大山田村		2	3	5
		1		
旧島ヶ原村			3	1
名張市				1
	2	1	3	2
山添村			1	
旧月ヶ瀬村		2		
開催延回数	32	44	60	36
	2	7	5	2
	34	51	65	38
受講延人数	687	955	1,498	816 （36回終了時）

【お問合せ先】　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）

おかなみ出前講座

ご好評いただいています！　平成30年12月11日～平成31年3月5日

お問合せ
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）

12月11日　田端町いきいきサロン 様

テーマ
バランスの良い食事

講師
老健おかなみ　管理栄養士
藤嶋 知穂　島本 知佳

12月12日　みはた虹の丘保育園 様

テーマ
小児熱性けいれん時の対応の仕方

講師
C－4病棟　藤森 とも子
川﨑 志津香　廣石 一美

12月14日　石川ニコニコサロン会 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

12月18日　山出区ほほえみ教室 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

12月19日　近鉄スマイルライフ（株）桔梗が丘ケアセンター　訪問看護 様

テーマ
〔介護教室〕・移乗動作について

講師
作業療法士
加納 英明　秋田 祐香

2019年 1月23日　西の澤月見会 様

テーマ
尿失禁を防ぐ体操

講師
E－3病棟
竹鼻 三恵子　松原 ゆり

1月28日　御代ほほえみ教室 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

2月15日　中瀬地域住民自治協議会 健康福祉部会 様

テーマ
少し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

3月5日　大野木老人クラブ 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　滝 裕介

報告

業務改善発表会開催

教育委員会

平成31年2月7日、当院講堂におきまして第11回業務改善発表会が開催されました。この発表会は読んで字のごとく日々業務を行う上で不便に感じることの改善や、仕事の効率を良くするための活動です。この活動は発表会を通して他職員に周知することにより共通の問題を抱えている他部署に波及させ畿内会全体のレベルアップに繋げています。

この活動も今回で11年目を向かえ、今年は5チームが改善活動を行いました。活動の中には苦痛の少ない入院生活を送って頂くため患者さんの身体的・精神的苦痛を軽減するための活動や、患者さんに満足していただくためケアを充実させる方法、整理整頓し仕事のムダを減らす、また休暇を効率よく取得することでリフレッシュさせ仕事効率を上げるなど多種にわたる内容で発表が行われました。これらの中で優秀な活動は院外での発表も精力的に行っています。医療関連施設においてこのような活動を行っている施設はまだまだ少ないですが、私たち畿内会はさらに質の高い仕事を目指し改善活動を継続していきます。

老健おかなみのリハビリテーション ～個別・生活リハビリについて～

作業療法士　山村　裕里香

老健おかなみについて紹介させていただきます。在宅での生活を安全に継続できるための支援を考え、自宅での生活に不安がある方に対して病院と在宅の中間的な役割を担っています。老健おかなみでは『超強化型』を算定しており、入所から3ヶ月以内は必要に応じてなるべく多くのリハビリ回数を提供し、高い在宅復帰率を維持しています。

老健での『リハビリ』を提供できる時間は1日の生活の中で限られた時間となります。生活の中での動作の問題点や課題に基づき個別リハビリを提供しています。例えば、トイレ動作が難しい場合なぜかという問題点を探り、その課題を訓練で実施していきます。そして日常生活に汎化できるよう支援しています。

在宅復帰後に自立した生活を送るためには、「できることは自分で行う」ことが必要となります。そのため普段の生活全般が生活リハビリとなります。

老健おかなみでは、施設生活の中で生活リズムを整えること、楽しみを見つけていただき、生活をより活発に過ごしていただけるよう、多彩な手芸、立ち上がり訓練、脳トレなどを提供しています。

今後も皆さまに安心して在宅生活を送っていただけるような支援を実施していきたいと思っています。ご不明な点等ございましたら気軽にご相談ください。

ポリファーマシーって知っていますか?

薬剤師　岩田　侑子

ポリファーマシーとは「Poly(多くの)」+「Pharmacy(調剤)」からなる造語で、たくさんのお薬を服用されていることを表す言葉です。一般的には6剤以上を指すことが多いですが、何剤以上という明確な定義はありません。高齢者では6剤以上で副作用のリスクが高まるという報告があり、これがひとつの目安になっています。

お薬の種類が多いことで、相互作用や副作用のリスク増加、のみ間違いやのみ忘れなどにつながるおそれがあります。複数の医療機関を受診していると、それぞれ2、3剤の処方でも足し算的に積み重なり、ポリファーマシーとなることもあります。その結果、副作用を別のお薬で対処し、さらにお薬の種類が増えるといったケースもあり、例えば、お薬の副作用で出た咳に対し咳止めを使い、咳止めの副作用で便秘になり便秘薬を使う、などがあげられます。

一方で治療に6剤以上のお薬が必要な場合もあり、一概に種類が少ないほうがよいというわけではありません。高血圧や糖尿病、心筋梗塞など、症状がなくても飲み続ける必要があるお薬もあり、自己判断でお薬をやめることは病気を悪くする可能性があり、大変危険です。

ポリファーマシーを回避するためには、何のためにそのお薬をのんでいるのか理解することが大切です。また、お薬手帳をひとつにまとめることも有効ですので、お薬と上手に付き合うためにぜひ活用してください。

みんなで知ろう!足の機能と歩行

外来治療棟　看護師
フットケア指導士　佐藤　千鶴子

2018年度から当院整形外科で毎週金曜日にフットケア外来を開設し、循環器外来の「あしか外来」と連携を図り取り組みを行ってきています。

フットケア外来の開設の目的は、医療、介護の場面で歩くことの重要性を私たちは多く実感することがあります。普段当たり前のように歩いて生活をしていますが、合わない靴を履いて靴擦れをつくってしまい傷や、たこ、魚の目ができてしまい痛みで歩くのに支障をきたすというケースもあり、爪や、足の変形からもそういった事を生じてしまいます。そうなると歩く歩様も変化してしまい体の他の部分にも影響を及ぼすことになります。人間は、「歩くことは、生きる基本」と言えます。また、糖尿病による末梢動脈疾患に伴う足病変などから下肢の切断を余儀なくしなければいけない場合もあります。特に高齢の方になると下肢切断を招いてしまうと歩けなくなる確率も高くなり体力の低下に繋がります。人生のさまざまなステージにおいて「歩くこと、歩き続けること」を目指し高齢者から子供まで視野を広げケアを提供していきたいと考えます。

整形外科では、医師の指示のもと装具義肢とも連携を図りケア介入をしています。

報告

伊賀地区駅伝に参加しました

第59回伊賀地区駅伝に男子チーム（TEAM岡波さん）、女子チーム（岡波総合病院陸上競技部）で参加しました。

当日晴天には恵まれましたが、男子女子チームともに急遽メンバー変更がありました。

しかしながら男子54チーム中19位、女子は5位入賞と大健闘。他チームにはない層の厚さをお見せ出来たかと思います。

この時期インフルエンザが猛威を振い自身の体調管理も大変な中、少しでもと時間を作り練習して来た成果が出せたこと本当に良かったです。

何より皆さん楽しめましたね！

お疲れ様でしたと来年も一致団結がんばりましょう！

社会医療法人 畿内会

岡波看護専門学校

本校は、創立1世紀以上を誇る歴史と伝統があります。院是である「至誠・注意・満足」を基盤に「人間としての愛」の精神を大切にする看護教育を目指しています。誰もが相手を思いやる気持ちを忘れずにいることで、皆が気持ち良く生活できる。相手を思いやる気持ちこそが「人間としての愛」の精神です。

本校は定員20名の少人数制で、学生と教員の距離が近く、相談しやすい温かい雰囲気が自慢です。学生は、理想の看護師像に近づけるように、3年間をかけて知識・技術・態度を身に付けていきます。学内での学習や臨地実習では、いきいきとした学生の姿が一際、光ってみえます。

3年生は2019年2月17日に第108回看護師国家試験を受験しました。3年間、頑張ってきた力を発揮しました。3月8日には卒業式があり、4月からは、いよいよ1人の看護師として踏み出します。

看護学実習では、患者さんをはじめ家族の方々、地域の実習施設の方々にご協力頂きありがとうございます。皆様のご協力に感謝しております。今後も学生教育のために、ご支援・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

学校行事や学校生活の様子はホームページにて掲載しております。資料請求・学校見学は随時受け付けておりますので、電話またはホームページより学校へお問合わせ下さい。