

おか  
なみ

Okanami

OKANAMI

2020 AUTUMN

ウィルスと戦う

広報誌  
vol.56

2020年10月発行

介護老人保健施設 伊賀ゆめが丘 施設長  
上崎 善規

コロナという逆境  
新病院建設進捗状況  
市民公開講座のご案内  
専門・認定看護師シリーズ

# ウィルスと戦う

介護老人保健施設 伊賀ゆめが丘 施設長  
上崎 善規



この原稿を書かせていただいている時期は、新型コロナウィルスの第2波の影響で皆様方にも大変なご協力やご不便をおかけしていることと存じます。実質的な感染予防については、前号でお話しいただいたので、今回はウィルス感染症の治療薬についてお話をさせていただきます。ちなみに、やっと、ワクチンの開発が具体化してきています。これは予防薬として、少しでも早く実用が望まれますが、治療薬ではありません。かつて、細菌感染症に抗菌薬が劇的な治療効果を示し、病気が薬で治るという誤解を与えるまでに至った歴史があります。同じように、そのような抗ウィルス薬はできるのでしょうか？

ところでウィルスは細菌と異なり、それ自身で増殖する能力を持ちません。ヒトなどの細胞に感染することにより、その細胞にすでに存在するいろいろな装置を利用して増殖します。逆に、ウィルス側からすれば、自身は最低限のものだけでいいのです。つまり感染や自身の複製に不可欠なものを作るための遺伝子とそれを包む皮だけで構成されています。ヒトに影響せずウィルスだけをやっつける薬は、ウィルスに特有のものに作用しないといけません。ここに有効かつ有害作用の少ない抗ウィルス薬を作りだす難しさがあります。

まずヒトの体に入ったウィルスは、ウィルスの皮に適合した細胞の部位に付着します①。次に、その皮ごと、または、その遺伝子だけを細胞内に送り込みます②。次いで、自分の遺伝子を増やします③。それと同時に、その遺伝子を包む皮を作ります④。

細胞内にウィルスがいっぱい出来上がると、細胞を破壊して、飛び出します⑤。さらに、その増えたウィルスは周りの細胞に付着して、増殖を繰り返します。やがて、障害される細胞が多くなり、病気を発症します。この隠れて増えている期間がいわゆる潜伏期です。

次に、これまでに使われている抗ウィルス薬が作用する部位をあげてみましょう。①と②を阻害するものにはインフルエンザのアマンタジン、③には新型コロナウィルスにも有効かと言われているファビピラビル(アビガン)やレムデシビル、さらにヘルペスウィルスのアシクロビル、④にはAIDSのリトナビル、⑤にはインフルエンザのオセルタミビル(タミフル)やザナミビル(リレンザ)があります。③には遺伝子の增幅を抑制するさまざまな薬があり、ウィルス感染症の治療に使われることもあります。しかし、ヒトの細胞にも遺伝子があり、増幅しています。従って、ヒトの細胞を障害しないで、ウィルスの増殖のみを阻害する薬は非常に限られています。現実には、これら一部の抗ウィルス薬を除いて、多くのウィルス感染症の場合、症状を軽減するだけの対症療法に終始していることになり、結局、治療そのものはヒトの固有免疫に依存していることになるかもしれません。

最後に、この号が皆様方の目にとまる頃には、新型コロナウィルス感染がおさまって、このような話が不必要で無意味なものになっていることを願って、この稿を終わらせていただきます。

## ● 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 ●

- 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。
- 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。
- 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。
- 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 ●

- 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。
- 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ることができます。
- 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もできます。
- 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。
- 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。
- 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。

# コロナという逆境

循環器内科部長 石瀬 卓郎

秋雨の候、いかがお過ごしでしょうか？拙文を執筆中はまだ夏の暑さがこたえる日がつづいていますが、ようやく朝晩は涼しく、峠は越したように思います。テレビでは7年ぶりに総理大臣の交代が報道されている一方、外では道路でミミズが干からび、蝉、田んぼのカエルが変わりばんこに鳴いていた一見かわり映えのない夏が過ぎようとしています。

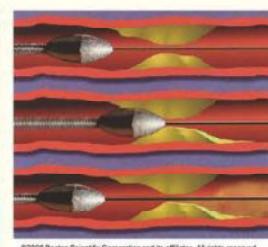
Covid-19感染症の流行が1月から始まり、大都市部でのPCR陽性者数は減少に転じていますが、伊賀、名張地区ではチラホラと散発的にみられます。医療機関の対応として、一時は、様々な検査が延期、中止、患者さんも来院を敬遠する状況がありました。当科でも、学会からの通達があり、カテーテル検査治療の実施を制限し、運動負荷検査など他の検査も思うように実施できず、患者さん同様、医療を提供する側としても不安な時期がありました。

当院のカテーテル検査装置は旧東芝メディカル製で、私が当直医として岡波総合病院で働いていた10年以上前から活躍していました。当時としては最新式で、大学病院の装置と比較しても、操作性にすぐれており、心臓カテーテル検査だけでも年間300-500件程の検査を実施していました。そんな装置も老朽化がすすみ、患者さんの安全、検査効率の向上のために本年5月から新しいカテーテル装置が導入されました。新しい装置では、検査精度の向上はもちろん、安全性の大きなメリットとして、患者さんの放射線被ばく量を把握しやすくなりました。検査、手技時間が長くなり、放射線被ばく量が増えると皮膚障害の原因となります。患者さんの放射線被ばく量が数値だけでなく、体のどこにどれだけの放

射線量があたっているかが瞬時にわかるため（写真）、放射線障害を防止できることも期待されます。

高齢化に伴い、冠動脈の血行を妨げる動脈硬化の進展に石灰化を強く伴う病変が増えている、通常のバルーンや金属のステントを留置する治療だけでは十分な血行の改善を得られないことがあります。高齢者だけでなく、腎不全、透析導入されている患者さんにも硬い石灰化病変を生じることが知られています。地域の拠点病院として、現状に対応する必要性を感じてきましたが、本年8月よりロータブレーテーを本格的に導入することとなりました。ロータブレーテーは先端がダイヤモンドでコーティングされており、硬い石灰化病変を削ることができ、その導入によりご高齢患者さんや透析患者さんでもより良好な血行の改善が期待できるものと考えています。

コロナの感染流行に伴い、患者さんのみならず、医療サイドにも不安、萎縮した状況がありました。院内では、マスクとフェイスシールドの着用や、こまめな手洗い消毒、密の回避など感染蔓延の予防に努めており、また、当科としては、よりよい医療が実施できるよう、コロナ流行下でもしろ以前より、充実した医療体制を整え地域に貢献できるよう頑張っておりますので、今後もよろしくお願ひいたします。



## 新任医師



はらだ すみね  
原田 純直 医師

眼科  
令和2年9月1日 採用

9月から岡波総合病院に赴任しました。一生懸命、地域の患者さんの為に頑張ります。よろしくお願い致します。

## 退職医師

眼科  
鬼頭 里佳 医師  
令和2年8月31日付



## 新病院建設進捗状況

報告

総務課 城 洋也

新病院建設地の面積は旧成和中学校の跡地を含めて83,000m<sup>2</sup>と東京ドームの約1.8倍の広大な敷地を確保しています。病院は地上8階建て、デイケア棟、サービス棟で構成しており延べ床面積33,810m<sup>2</sup>となります。

令和2年5月29日に三重県より建設地の開発許可をいただき、同年6月2日新病院建設地にて安全祈願祭を行いました。安全祈願祭とは工事の前にその土地の神を祀り、鎮めることで工事の許可と無事を祈るのが目的となります。

現在は、6月3日より開始されました造成工事は森林の伐採、防災工事(仮の調整池)、切土、盛土、法面整形を行っている段階となっております。

また院内では令和3年1月(予定)の建設工事開始に向けて総合図ヒアリングを行っております。総合図ヒアリングとは最終的な設計図の確定、新しい医療機器、情報システム、備品の選定を行うことです。

今後もしばらく造成工事が続きますが随時進捗状況をお知らせいたします。



安全祈願祭



安全祈願祭のようす



造成中のようす



## 市民公開講座のご案内

### テーマ「家族で知っておきたい！認知症ってどんな病気？」

もし家族や自分が認知症にならうどうしよう…。症状が出たらどうすればいいの？本人とどう接したらいいの？率直な疑問に分かりやすくお話しさせていただきます。ぜひご参加ください！

- 【日 時】** 令和2年11月14日(土)  
受付13:30～ 開演14:00～16:00(予定)
- 【会 場】** ゆめぱりすセンター 2階  
大会議場（伊賀市ゆめが丘一丁目1番地の4）
- 【講 師】** 老人看護専門看護師 市川智子  
作業療法士 前田成孝、北川愛理
- 【参 加 費】** 無料(申し込み不要) 先着 60名様  
当日会場へお越しください。

- 【連絡事項】** 当日はマスクの着用をお願い致します。受付で体温測定と手指のアルコール消毒を行います。換気もこまめに行いますのでご協力よろしくお願ひいたします。新型コロナウイルスの情勢により中止となる可能性がございます。詳しくは11月頃の当院ホームページをご覧ください。  
[www.okanami.com](http://www.okanami.com)
- 【問い合わせ】** リハビリテーション科 理学療法士 清水恒良

**社会医療法人 錢内会 岡波総合病院  
市民公開講座**

**認知症って  
どんな病気？**

日時：11月14日(土) 14:00～16:00 (受付13:30～)  
会場：ゆめぱりすセンター 2階 大会議室  
(伊賀市ゆめが丘一丁目1番地の4) 先着60名様 お申込みは不要です。  
\*定数を超えた場合は資料配布のみとなります。

当日はマスクの着用をお願いいたします。また、受付で体温測定と手指のアルコール消毒を行いますのでご協力お願いいたします。会場内の換気もこまめに行います。新型コロナウイルスの情勢により中止となる可能性があります。詳しくは11月頃の当院ホームページをご覧ください。  
[www.okanami.com](http://www.okanami.com)

**第1部 もしかして これって認知症？**  
14:00～14:30  
講師 市川 智子（老人看護専門看護師）

**第2部 知っておきたい！ 予防方法**  
14:30～15:00  
講師 北川 愛理（作業療法士）

**第3部 まさか身内が！ どう接したらいいの？**  
15:00～15:30  
講師 前田 成孝（作業療法士 認知症ファーバートナー2級）

【お問い合わせ先】 岡波総合病院 リハビリテーション科 担当：清水恒良  
TEL 0595-21-3135 FAX 0595-21-5237



## 専門・認定看護師シリーズ

### がん患者さま・ご家族さまが孤独を感じることがないように

がん看護専門看護師 中 淩子



看護師の資格認定制度は、1994年から始まり、私は2007年にがん看護専門看護師資格を取得しました。本日は、日頃の活動について紹介します。

「がん」という病は、診断技術や治療・薬剤の開発などの進歩により、「がんとの共生」が求められる時代になり、通院しながら社会生活を営む患者さんが多くなってきています。がん看護専門看護師は、がんと診断されたときから、治療中、最期の療養期までの全ての時期において患者さま・ご家族さまの心身の辛さを和らげるとともに、意思決定の支援や調整を行います。患者さま・ご家族さまの価値観を踏まえ、その方らしく人生を歩まれることをサポートしています。



緩和ケアチームの病棟ラウンド風景

具体的に、がんに関連した相談や、リンパ浮腫の予防や軽減するための看護外来を開設しています。また、入院中の患者さまを対象にがんによる苦痛を和らげる緩和ケアチームを発足し、週に1回多職種でからだと心のケアについて検討する病棟ラウンドを実施しています。このような活動を通じ、がん患者さま・ご家族さまが孤独を感じることがないように支えたいと努めています。

がん患者さま・ご家族さまは、困っていることがあれば地域医療連携室内がん相談窓口(0595-21-3154)までお声がけください。



## 塗り薬、正しく使えますか？

薬剤部 田井 千世美

肌が乾燥する季節が近づいてきました。肌荒れ、乾燥などに塗り薬を使用されている方も多いのではないでしょうか。今回は、ステロイド外用薬と保湿剤について、上手な使いかたをお伝えしたいと思います。

### ◇医師の指示通りに使いましょう

ステロイド外用剤は炎症を抑える強さによって分類されています。また、体の部位によって薬の吸収量には大きな違いがあります。

医師は、症状や部位によって適切な薬を選んでいる為、指定された用法を守り、自己判断で塗る薬や部位、回数などを変更・中止しないようにしましょう。

### ◇塗る量の目安

人差し指の先端から第一関節までチューブから押し出した量(1FTU(フィンガー・チップ・ユニット)といいます)が、成人の手のひら2枚分の範囲の適量といわれています。

ローションタイプのものは、1円玉程度の量が同じ量になります。

### ◇やさしく丁寧にぬりましょう

薬によっては擦り込むものもありますが、一般的にゴシゴシ強く擦り込むと、皮膚を傷つけバリア機能を低下させることになります。患部を刺激しないように、やさしくぬりましょう。

### ★保湿剤の上手な使い方

皮膚が水分を吸収している入浴後5分以内を目安に、汗がひいたら早めに保湿剤をぬるようにしましょう。起床時や乾燥が気になるときなど、こまめにぬることも大切です。

ぬったあと、皮膚がテカるくらい、またはティッシュが軽くくっついておちないくらいの量を目安にして、十分な量をぬってください。



年齢	必要FTU数の目安				
	顔+首	片腕+片手	片脚+片足	胸+腹	背中+尻
3~6か月	1	1	1.5	1	1.5
1~2歳	1.5	1.5	2	2	3
3~5歳	1.5	2	3	3	3.5
6~10歳	2	2.5	4.5	3.5	5
成人	2.5	4	8	7	7



## コロナ自粛で運動の機会が減っていませんか？

介護老人保健施設おかなみ 福森 美至

このたびの新型コロナウイルス感染症拡大により影響を受けられている皆さんに、心よりお見舞い申し上げます。新型コロナウイルス感染症の1日も早い終息をお祈り申し上げます。

最近新型コロナウイルスの影響により、家に閉じこもったり、食事をたまに抜くことや、会話の頻度が減少していました。感染予防は大切ですが、自粛生活が続くあまりに体や心の働きが低下し、日常生活が障害されないか心配です。活気のある生活を送るために、生活習慣を見直してみましょう。

### ①バランスの良い食事をとりましょう。

食事は活力の源です。バランスの取れた食事を3食とり、口内環境も清潔に保ちましょう。

### ②適度な運動を行いましょう。

最大筋力の20%以下の筋力発揮では筋力低下が生じ、絶対安静の状態では1週間で10~15%の筋力低下がみられると言われています。下の写真を例に10回を1セットとし、『もう疲れてできない』と感じるぐらいの運動を週に2~3回程度行いましょう。個人差もあるため無理はせず、続けられる範囲で頑張りましょう。

### ③社会との繋がりを持ちましょう。

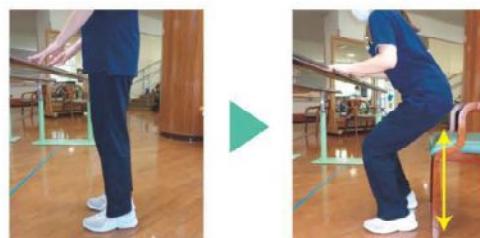
自粛生活中の社会参加は難しいかもしれません。外出するのが難しい現代だからこそ、電話や手紙で他者との繋がりを保ちましょう。

りを再確認するのもひとつです。気の知れた人の声を聞くだけで心が晴れるでしょう。

先の見えない自粛生活ですが、心身ともに健康でいられるよう皆で協力し、乗り越えていきましょう。

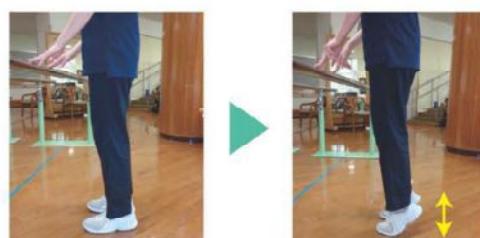
#### ①スクワット

椅子に腰かける直前で止まり、元の姿勢に戻りましょう。



#### ②踵上げ

4~5秒かけて踵を上げ、同じぐらいの秒数で踵を下ろしましょう。



#### 参考文献

- ・「新型コロナウイルス感染症」高齢者として気をつけたいポイント 一般社団法人日本老年医学会
- ・フレイルの意義 荒井 秀典 日本老人医学会雑誌 51巻6号 (2014:11)
- ・食べて元気にフレイル予防 厚生労働省
- ・標準リハビリテーション医学 津山直一 監修 医学書院 2003

## 褥瘡処置時に使用するテープ・フィルムの貼り方、剥がし方について ～病院から自宅へと継続したケアのために～

看護部 米本 奈緒

### テープ・フィルムの貼り方

(貼付する部分は汗・汚れ等を取っておく)

#### 中央から外側に向けて貼る

→片側から引っ張るように貼ると皮膚にテンション（緊張）がかかり皮膚障害が起こりやすくなります。

### テープとフィルムの剥がし方

#### 共通すること

- ゆっくりと剥がします
- 毛の走行に沿って剥がします

#### テープの場合

- 創傷の皮膚を押さえながら剥がします
- テープと皮膚の角度をつけて剥がします

#### フィルムの場合

- 皮膚と平行にゆっくり引き伸ばしながら剥がします
- 四つ角から中央に向かって少しづつ剥がします

### 貼り方の悪い例



### 貼り方の良い例



### テープの剥がし方



### フィルムの剥がし方



### ポイント①

ガーゼ等が創部に固着している場合は微温湯でガーゼを濡らしながら剥がして下さい。

### ポイント②

ガーゼ粘着剥離により皮膚が損傷するリスクが高い場合、皮膚科等で粘着剝離剤の処方にについて相談してみて下さい。

褥瘡治療は完治するのに時間がかかるため自宅や施設へ退院したあとも継続したケアが必要となる場合があります。褥瘡の状態が改善し、自宅での処置ができる状態になれば退院に向けてご家族様に処置について説明させて頂き、実際に実施してもらうことで不安な部分を解消できるように具体的に相談し合っています。また、誰が見ても処置の内容がわかるようにパンフレット等を用いることもあります。

現在、自宅で療養生活をされる方が増えてきています。入院中に褥瘡処置について説明・相談をさせていただくことで不安が軽減し、退院後も統一したケアを行っていくことで褥瘡治癒に繋げていきたいと思います。



社会医療法人 畿内会

# 岡波看護専門学校

## 副校长の挨拶

山根 ひとみ



10月の声を聴き、気候も秋めいてきました。皆様、それぞれ新しい生活様式の中で工夫しながら日々お過ごしのことと思います。

今年度より岡波看護専門学校の副校长に就任しました山根ひとみです。平素より本校の教育活動にはご協力いただき感謝申しあげます。

看護学校では、安全で安心できる教育環境を提供しながら遠隔授業を取り入れたり、学生たちが「楽しい看護のはじまり」を実感して学べるように、学内実習を工夫して行っています。学生の時から感染に対する正しい知識や対策を身につけ、判断し行動できるようなること、また、抗体をつくる免疫系が元気に働くよう体力を保つための健康管理を行い、身体もこころも健やかに過ごせるための生活を心がけるように教育指導を行っています。このような状況の中で、学生たちは、看護師という専門職業人としての自覚と責任を日々実感しているようです。

2022年のカリキュラム改正を見据え、より一層看護教育に力を入れ、未来の看護師を応援しながら育ててまいりますので、今後とも看護教育活動にご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



## WEBオープンキャンパスを行いました！

専任教員 西岡 美穂子

今年のオープンキャンパスは新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、学校での開催は行わず、WEBにより行いました。コロナ禍で来校していただけない状況の中、教職員、学生皆で広報活動に力を注いだ甲斐があって、WEB オープンキャンパスに沢山の方にご参加いただきました。北は長野県から南は沖縄まで、WEB の力で全国に繋がることができました。

WEB オープンキャンパスは学校長の挨拶、教務係長による学校説明、学生による学校紹介、事務長による奨学金の説明など本校の魅力を充分に詰め込んだ盛りだくさんの内容でした。また、WEB による個人相談も受け付け、ご参加頂いた方の「もっと聞きたい！」という思いに丁寧に応えていく機会となりました。

参加者の方からは、「あたたかい雰囲気が伝わってきた！」「受験してみたくなった！」と嬉しいご感想をたくさん頂きました。ありがとうございました。

学校見学を随時受け付けております。ご希望の方は本校までご連絡ください。

また、本年度は、本校の魅力をたくさんの方々にわかっていただきたく、YouTube を開設しました。楽しい動画になっています。是非、おかなみチャンネルをチェックしてみてください。

2021年度の推薦・社会人入試の願書受付が10月から始まります。入学願書の取り寄せは、本校のホームページまたはお電話でお問い合わせ下さい。

ぜひ、本校で「楽しい看護のはじまり」をスタートさせて、共に学びましょう。

また、昨年の入学試験問題はライセンスアカデミーの『近畿の看護学校入試問題解答』に載っております。書店等でお求め下さい。



WEB オープンキャンパスの様子！



学生による学校紹介！

入学試験日	推薦入学試験 専願	社会人入学試験 専願	一般入学試験 併願
	2020年11月2日(月)	2020年11月30日(月)	
試験会場	社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校	ゆめぱりすセンター	
願書受付期間 (締切日必着)	2020年 10月7日(水)～10月21日(水)	2020年 11月4日(水)～11月18日(水)	
合格発表日	2020年11月6日(金)	2020年12月4日(金)	
試験科目	基礎試験3教科（国語総合(古文・漢文除く)、数学Ⅰ、 コミュニケーション英語Ⅰ・Ⅱ 英語表現Ⅰ） 面接		