



おかなみ
Okunami

OKANAMI

広報誌
vol.60
2021年10月発行

2021 AUTUMN
コロナ禍の
東京五輪・パラリンピック2020
副院長 松岡 信良

私の健康法
新病院建設進捗状況
伊賀白鳳高校と各老健施設を
リモートで〜つなぐ〜
手術室における褥瘡予防について

コロナ禍の東京五輪・パラリンピック2020

副院長 松岡 信良

2019年末、新型コロナウイルスが発生し、世界的大流行を引き起こしました。かつてない猛スピードでワクチン開発が進められ、安全性評価と共に接種が開始されました。すでに人口の60-70%以上の接種を完了した国では、感染率、重症患者の減少がみられています。しかし、ウイルスは、より強力な変異株へと短期間で変化し、繰り返し感染者の増加がみられて、第5波では感染力の強いデルタ株に置き換わり予防効果の低下が見られています。まさに人間と新型コロナとの「戦争」のような状況です。

感染の大流行は、差別、偏見などによる世界各地で気持ちの分断ももたらしました。このような状況により開催・中止の賛否両論の巻き起こる中、「多様性と調和」を掲げて今回の五輪・パラリンピックが開催されました。

近代五輪の歴史を振り返ると、フランスのクーベルタンが、青春時代に戦争相手のイギリスの学生たちが紳士的にスポーツをする姿に感銘を受けたことに始まります。1994年のリレハンメル大会より選手や観客の安全のため、その期間の戦争を休止する「オリンピック休戦」が導入されています。

今回の東京五輪は、206の国・地域から、史上最多の33競技 339種目に11183人のアスリートが参加、パラリンピックには、史上最多の161の国・地域から約4400人が参加し、日本選手は五輪583人、パラリンピック254人でした。

今大会では、無観客のもと「バブル方式」という、選手を競技場と選手村で囲む徹底した対策をとることで、世界中コロナ下の開催である為心配されたほどには会場や選手村での感染は見られませんでした。その反面、大会の進む中、東京をはじめ感染の再増加が見られ、中等症でも自宅待機の迫られる病床確保の難しい事態も起こりました。夏期休暇と重なったこともあり、人の滞留が減らないための増加もあると考えられます。進むもリスク止めるも負担、コロナ下の閉塞感のなかで、五輪の人間業と

は思われない演技や対戦には、見る人に感動・共感・勇気や希望をもたらし、一時であっても明るい話題に気分を休めることができたのではないのでしょうか。多くの外国選手の「東京2020開催ありがとう」の言葉を残し無事帰宅の途につく姿は、世界中の新型コロナ感染の中、切なるイベントであったことに思い至ります。自国開催であるがゆえに分かることもありました。五輪開会式の聖火台舞台裏、十数人で舞台の開閉を秒単位で行う力作業の様子や、パラリンピックでは、希望を失わず力強く頑張る多様な選手、多くの競技と適切な人のサポートの様子などを目の当たりにすることができました。東京2020は休戦のないコロナ感染下の開催でしたが、心ひとつにするという点では、休戦状態であったと言えるでしょう。

五輪後には、若年層に感染が広がり、日本中で感染者の過去最高を更新した災害級の感染爆発が起こりました。複数の治療薬や高齢者のワクチン接種の効果により重症例や死亡数は、比較的抑えられますが、デルタ株の猛威による病床不足が深刻化しました。日本では、ようやく64歳以下のワクチン接種が進み始めました。若い人には、重症例が少ないことや短期間にできたワクチンの不安や副反応から接種を決めかねる人もあるようです。何より試練に打ち勝つためワクチン接種の加速と忍耐が必要です。

当院では、新型コロナ対策に院長を先頭に頑張っています。ワクチン接種では、暑い中、密を避け速やかな誘導と体の不自由な方の配慮、ワクチンの直前の分注、接種、その後の観察など多くの職員の手作業で、安全に進めています。

「私たちは超えられる」。これは、東京2020のキャッチフレーズです。五輪・パラリンピックの「人の力の連帯とあきらめない精神」を新たに、緩めることなく新型コロナ感染対策をおこない、皆の努力でコロナ災禍を乗り越えましょう。

● 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。

私の健康法

小児科部長 宮原 雅澄

私には1型糖尿病という持病があります。12歳の時発症し、現在54歳ですので、糖尿病歴42年になりました。1型糖尿病のため毎日インスリン注射が必要です。発症当時はブタのインスリンを打っていましたが医学の発展のおかげで途中からヒト型インスリンに代わり、注射器もペン型となり随分と注射へのストレスは軽減されました。医師になってからは主治医は自分自身となり、それなりに血糖コントロールをしてきました。食べたいものも何でも食べてきました。しかし、適当にやっていたせいか、30代後半になってから体にいろいろ変化や不調が生じるようになりました。最初に現れた不調は肩が痛くなって腕が上がらなくなり衣服の着脱もままならないようになったことでした。その後は固いものをかんで前歯が根元から折れてしまったこともありました。また体重が増えてお腹が出てきてズボンが合わなくなってきました。その他にもいろいろあって、この先どんなトラブルが出てくるだろうかと不安な気持ちが続くようになり、どうかしなければと考えるようになりました。このとき思いついたのが徒歩通勤でした。それまで車で片道10～15分程度の通勤をしていましたが、思い切って歩くことにしました。自宅から病院まで片道4～5km程度でリュックを背負って歩くと50分かかりました。このような距離を日常的に歩くのは小中学生時代以来で、最初は歩いても歩いても風景が変わらず、永遠に目的地に着かないのではないかと感じましたが、3か月間ほど過ぎると段々慣れてきてそれほど苦痛ではなくなりました。以来16年ほど平日ですが徒歩通勤をしています。よかったのは体の痛みがなくなったのと、血糖コントロールが格段によくなったこと、食事がおいしく感じるようになり、運動量が増えたにもかかわらず間食をしないと思わなくなったことでした。体重も減りお腹もしぼみました。さらに森林の近くを歩くため、季節の移り変わりとともに春や秋になると草木の良い香りがしたり、夏になるとひぐらしの鳴き声が聞こえたりして、自然の中にいる楽しみも出てきました。また日々仕事で慌ただしく過ごしているとあっという間に時間がたってしまいますが、歩いている時間だけはゆっくりと時間が流れていて、今を長生きしている気分になりました。車の使用率が以前の半分程度になったためガソリン代も節約できました。歩いてみると思いのほか良いことづくめでしたが、もちろん欠点もありました。歩いていると交差点では車にひかれそうになります。さらには自転車にさえひかれそうになります。中高校生の自転車通学は歩く者にとっては恐怖以外のなにもでもありません。間近を後ろから猛スピードで通り抜かれると生きた心

地がしません。そのため坂道を下っているときは数十メートル毎に後ろを振り向く癖がついてしまいました。また春から夏にかけては雑草が生い茂り、かき分けて歩かなければならない上に、様々な虫や爬虫類が大量に発生します。蝶か蛾の幼虫と思われるいも虫が知らないうちに肩についていてびっくりしたり、クモの巣にからまったり、トカゲがビュンビュン前を行きかたり、ときには大の苦手なヘビが前を横切ったりとさんざんな目にあいました。飛んできた虫が口の中に入って思わず食べてしまいそうになることもありました。びっくりするのは虫だけではありません。帰宅途中の暗がりの中を歩いていて、若い男女のカップルとすれ違ったとき、相手方は私の姿が直前まで見えなかったらしく、女性にキャーと叫び声をあげられてしまったことがありました。もうほとんど不審者扱いです。家の近くの小学校の付近で本当の不審者が出た日に帰宅したときは、近くを見回っていたパトカーの警察官ににらまれたこともありました。真冬の時期の寒さはダウンジャケットとユニクロのヒートテック、イヤーマフ、分厚い手袋で完全防御したらたとえ零下になっても怖いもの知らずなのですが、夏の暑さにはまいります。ここ数年は夏の日差しの暑さが耐え難くなり、2年前から日傘をさしての通勤となりました。歩いていると基本的には孤独ですが、あるとき、前から自転車に乗った20人ほどの若い女性の集団と毎朝すれ違うようになりました。顔をみると日本人ではなく東南アジア系の外国人でした。何だろなと思っていたら、ある日、その中の2人組の女性から比較的上手な日本語で突然話しかけられました。“なんで毎日歩いているの？自転車持っていないのか？どこまで行くの？”と言って、汗を拭きながら歩いていた自分を憐れんでくれているようでした。こちらとしては、自転車は持っていないけど、そんな問題ではなくてと思いましたが、せっかく若い女性に話しかけられたので、いろいろ事情を説明していたら、自己紹介もしてくれました。女性たちはベトナム人で日本に働きに来ているとのことでした。それからは毎朝挨拶してくれるようになりました。しかし新型コロナが発生してからは祖国に帰ったのかいつのまにか会わなくなってしまいました。

朝夕の短い時間ではありますが、徒歩通勤の時間はいろんなことがあって、自分には貴重な時間となりました。日々の運動としてはランニングするよりも歩く方がしんどくなくて継続しやすいのもよかったと思います。そして何よりも身体や心の健康に寄与してくれていると感じています。なるべく車に頼らずにこれからもできるだけ歩きたいと思っています。

新任医師



つかだ なおき
塚田 直紀 医師
整形外科(スポーツ、膝関節)
日本整形外科学会専門医
令和3年7月1日 採用

7月から当院に赴任しました医師9年目の塚田です。高齢者の膝関節温存手術や学生の前十字靭帯再建などスポーツ、膝関節を主に執刀しています。伊賀の医療に貢献できるよう頑張りますのでよろしくお願いたします。



みつい たかあき
三井 貴晶 医師
脳神経外科
令和3年7月1日 採用

この度、7月より赴任しました三井と申します。伊賀の地域医療に尽力させていただきますので、よろしくお願いたします。



おおくぼ さや
大久保 沙彩 医師
眼科
令和3年9月1日 採用

9月から当院で勤務させていただくことになりました大久保です。伊賀の医療に貢献できるよう頑張りたいと思っています。よろしくお願致します。

採用医師

眼 科 大久保 沙彩 医師
令和3年9月1日付
消化器内科 入 彩加 医師
令和3年10月1日付

退職医師

眼 科 原田 純直 医師
令和3年8月31日付
内 科 刀根 小百合 医師
令和3年9月30日付

新病院建設進捗状況

総務課 城 洋也



新病院建設進捗状況についてお知らせします。建物は5月に免震装置(免震構造では特徴の異なる数種類の免震装置を組み合わせ、それぞれの長所を活かす位置に設置することで、地震の揺れの大きな力を吸収しながら柔らかく抑え、建物を守ります。今回病院の地下に合計95個を設置しています。)の設置を終え、工事区画を3工区(西からA工区、B工区、C工区の順に)に分割して工事が進められ7月からは地上鉄骨建方が開始、10月には上棟予定となっております。

昨年6月から行ってきました造成工事については最終段階になっており、これまで4つの調整池、L型擁壁、ブロック積み擁壁、浄化槽設置の工事を経てきました。

現在、現場事務所には病室のモックアップ(工業製品の設計・デザイン段階で試作される、外見を実物そっくりに似せて作られた実物大の模型のことを言います。)を作成し、現場の看護師の意見も取り入れながら患者さまにとっての快適な療養環境の提供、職員にとっては処置がしやすいなど働きやすい空間づくりに知恵を絞っております。

今後建物工事は外部足場取り付け、バルコニーPC取り付け、内装工事に移行していきます。

※新病院建設進捗状況は

病院ホームページにも

公開していますので是非ご覧ください。





専門・認定看護師シリーズ

だいじょうぶだよ —認知症ケアの絵本より—

認知症看護認定看護師 城井田 浩二

私は昨年度認知症看護認定看護師の資格を取得し、本年度より活動しています。高齢化が進んでいる我が国において、現在認知症者は600万人いると言われており、2025年には65歳以上の高齢者の約5人に1人を占めると言われています。そのため、厚生労働省は、令和元年に「認知症施策推進大綱」を発表し、施策強化を図っています。大綱では、認知症になっても慣れ親しんだ地域で安心して暮らせる「共生」と認知症の発症や進行を遅らせる「予防」を車の両輪と位置づけています。

認知症は誰にでもなりえる疾患であり、家族や身近な人が認知症になることは珍しくありません。私も将来認知症になるかもしれません。

皆さんは認知症医療の第一人者である長谷川和夫先生が認知症であることを公表されたことをご存じでしょう

か？メディアに出演されたり、出版もされているのでご存じの方も多いのではないかと思います。

私は家内より先生が認知症の絵本を出版していることを教えてもらい、先日読んでみました。そこには認知症ケアにとって大切なことが描かれていました。興味のある方は是非とも一度読んでみてください。おすすめします。

最後になりましたが、N3病棟で勤務していますので、認知症ケアでお困りのことがあれば気軽にご相談ください。



「だいじょうぶだよ —ぼくのおばあちゃん—」
(長谷川和夫作、2018年、ぱーそん書房)



伊賀白鳳高校と各老健施設をリモートで～つなぐ～

介護老人保健施設 おかなみ 坂口 まり子

6月24日(木)伊賀白鳳高校ヒューマンサービス科介護福祉コースの生徒を対象に職場体験の一環として老健の利用者とリモートでコミュニケーションを図る取り組みをしました。

新型コロナウイルスの感染予防の観点から、伊賀白鳳高校の介護実習の中止を余儀なくされ、介護職を希望する学生が実習を経験することなく就職先を選択することになります。そこで、施設の特徴やお仕事についての状況を伝える機会をいただきました。

白鳳高校に向かい学生に講義をしたあと各老健の利

用者とオンラインで対面しました。

学生から「施設での楽しみは？」や「今、したいことは？」の質問に「ここのご飯はとても美味しくて食事が楽しみ」や「こんな時期やから、家族が心配で」と涙ぐみながら返答される利用者があるなど、泣いたり笑ったり職場体験になりました。学生から「職員と利用者の信頼関係がリモートからも伝わりました」「各施設の様子がわかり貴重な体験ができました」との声があり、これからも、リモートを活用して老健を認知される活動をしていきたいと思っています。



オンライン画面



オンラインでの対面風景



その薬、まだ使える？

薬剤師 梅澤 真呂

いつも飲んでる薬が余ってきた、また使う事があるかもしれないから使い残した薬をとってある、ということはありませんか？その薬はまだ使えるのでしょうか？

■ 病院でもらった薬の場合

処方された薬には期限が書かれていないことがほとんどです。処方薬は医師が処方した期間で飲み切るものという原則があるためです。診察をして処方された薬なので、似たような症状が出たからといって以前に飲んでいた薬の残りを自己判断で飲むことはやめて下さい。

長期間服用している薬は飲み忘れなどで残ってしまうこともあるかと思いますが、長い期間が過ぎてしまうと、成分の分解や変質が起きて十分な効果がでないといった事や予期しない副作用が出てしまうなどのリスクがあります。一部の点眼薬はすぐに分解されてしまうので袋に期限が書かれています。なお、書かれていないものでも点眼薬は汚染されている可能性があるため開封後は1カ月しか使用できません。

リスクを避けるためにも、薬が残っていれば次の診察日など早めに処方医や薬剤師に伝えてください。残っている薬の調剤した日や、今の状態を確認して使用可能であれば処方日数を調節するなどの対応ができます。

■ 市販薬の場合

必ず使用期限が記載されています。製造されてから数年は期限があるものが多いですが、未開封での期限なので個包装されていない瓶に入った錠剤などは出来るだけ早く使用することをお勧めします。また、いつ開封したか分からないようなものは使用を避けましょう。救急箱や防災バックに薬を入れている方は期限のチェックもお忘れなく。



手術室における褥瘡予防について

手術室 首藤 千浩

手術室で起こる可能性がある皮膚損傷には、褥瘡・MDRPU(医療関連機器圧迫創傷)・スキんテアがあります。本稿では、当院手術室で実施している褥瘡予防についてご紹介したいと思います。まず、褥瘡を起こさないためには褥瘡が起きる原因とリスク因子を明らかにして対策を立てる必要があります。手術室における褥瘡は手術時間や手術体位が大きく関与しており、体格や皮膚の状態、栄養状態なども影響しています。そのため、カルテからの情報収集や術前訪問を通して、褥瘡発生のリスクをアセスメントし、それらの情報は医師を含めた担当者間で共有しています。褥瘡予防としては体圧分散用具(ウレタンフォームなど)の

使用や骨突出部などの褥瘡好発部位に対してドレッシング材を貼付して予防しています。また、碎石位や腹臥位、パークベンチ位といった体位は手術室褥瘡のハイリスク体位になります。これらの手術体位は全身麻酔下で行われることが多く、患者さんからどの部位に圧が集中しているかなど確認することができません。そのため、手術前には患者さんに近い体格のスタッフに協力してもらい、手術体位のシミュレーションを行っています。これらの対策を評価するために、手術室では手術直後の皮膚の状態を観察しています。また、手術後患者さんのもとを訪問し、手術前後の皮膚の状態を評価しています。



シミュレーションの様子(腹臥位)



訪問リハビリでの屋外活動支援について

岡波総合病院 訪問リハビリテーションセンター 作業療法士 藤田 恵里佳

訪問リハビリの特色として、屋外活動支援というものがあります。自宅内での生活動作の訓練を基本としながら、自宅内のみならず、地域での交流促進や、家庭内での役割の遂行、趣味活動の再開など、生活の質の向上を目的に、自宅以外の場に訪問員が同行のもと外出し、実践的な訓練を行うことがあります。

これまでに行った屋外活動支援の一例としては、スーパーへの買い物やお墓参り、畑仕事、庭の草引き等が挙げられます。お一人お一人、家庭内で担っている役割や趣味は多種多様で、それらは健康維持の

効果をもたらし、生きがいとなっている場合があります。

自立した生活を維持するためには、身体機能と認知機能の低下を防ぐことが重要とされており、外出を行うことが、認知機能の維持や認知症の予防にも関連していることが示され始めています。

お一人お一人のご希望に合わせてリハビリ目標を設定し、個別の訓練メニューを作成致します。まずはお気軽にご相談ください。

《 直通電話 0595-41-0323 》



社会医療法人 畿内会

岡波看護専門学校



専任教員 西岡 美穂子

「楽しい看護のはじまり」を覗いてみた👁️ WEBオープンキャンパスを行いました!

2021年7月17日(土)に、WEBオープンキャンパスを行いました。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、昨年と同様に、WEBにて開催しました。本年度は、全国から29名の方にご参加いただきました。

WEBオープンキャンパスの司会進行は、本校の教職員とマスクキャラクター波たまくと波子ちゃんが行いました。内容は学校長挨拶、専任教員による学校説明、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十分に詰め込みました。また、昨年度のアンケートに「授業風景をもっと見たい!」というリクエストがあり、授業風景の紹介もさせていただきました。ご参加いただいた方から「同じ目標に向かって学んでいる様子が伝わってきた!」「授業の雰囲気新鮮だった!」という感想をいただきました。

そしてWEBオープンキャンパス後は、WEBによる個別相談会

も行いました。ご参加いただいた方から「丁寧に答えてもらい、不安な気持ちが解消されました!」という嬉しいご感想をいただきました。たくさんのご参加ありがとうございました。

学校見学は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を配信しています。楽しい動画になっているので是非、おなみチャンネルをチェックしてみてください。

2022年度の推薦入学試験、社会人入学試験の願書受付が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ください。ぜひ、本校で「楽しい看護のはじまり」をスタートさせてみませんか。

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』に載っています。書店等でお求めください。

	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>
入学試験日	2021年 11月1日(月)		2021年 12月1日(水)
試験会場	社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校		
願書受付 期間 (締切日必着)	2021年 10月6日(水) ~10月20日(水)		2021年 11月9日(火) ~11月23日(火)
合格発表日	2021年 11月5日(金)		2021年 12月6日(月)
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 コミュニケーション英語I・II、英語表現I) ・面接		



学生による学校紹介



WEBオープンキャンパスの様子

