

# おかなみ

写真：上野城

OKANAMI  
vol.70  
2024/4

10年を迎えて 介護老人保健施設 上崎 善規  
伊賀ゆめが丘 施設長

体の衰えはお口から～忍び寄るオーラルフレイル～

看護業務の効率化先進事例アワード2023 優秀賞受賞

ごぞんじですか?「医師の働き方改革」

# 10年を迎えて 介護老人保健施設 伊賀ゆめが丘 施設長 上崎 善規

これまで、この欄には新型コロナウイルスに関連したお話を書かせてもらってきました。現在、この新型コロナウイルス感染症も第5類に分類され、症状も以前ほどではなくなっているように思われます。それで、私ごとになりますが、岡波病院・畿内会の老人保健施設である伊賀ゆめが丘に就任させていただいて、丁度10年になるか、それを迎えるぐらいになりましたので、私と伊賀との関わりを振り返らせてもらおうと思います。つまり、こんな私の伊賀史など皆様には興味のないものです。最初にお断りさせていただきますが、ご容赦下さい。

最初の伊賀との関わりは、生まれた時に始まります。それは、以前の阿山郡、今の伊賀市島ヶ原であり、本籍地も三重県伊賀市西山にありました。そのため、自分自身も岡波病院とは小さい頃より関わりが深かったわけです。その後、奈良に転出しましたので、岡波病院との関係はそれで終わるはずでした。但し、時々、帰省のような形で、伊賀で過ごしておりました。当時は木津川で泳ぐことも、魚を取ることも出来たわけで、いわゆる故郷とも言えるような所となっていました。しかも、親戚一同はもっと岡波病院には大変お世話になって来たわけです。その当時は病院と言えば岡波であったし、地域医療の絶対的中心として、皆さんが認める存在であったのを覚えています。

私自身は、その後、墓参りぐらいしか、伊賀とは繋がりがなかったのですが、再び、縁を持つことになりました。アメリカのテキサス大学から大阪大学に戻って来た時、その教室の前任の教授が猪木令三先生でした。猪木先生は定年退職後に、岡波病院の理事長として、ご活躍されていました。お誘いもあり、岡波

病院を教室員共々何度か訪問させていただきました。移転前の迷路のような岡波病院の通路や、導入された最新機器の説明や、応接室の榊莫山先生の岡波についての書が、記憶の片隅に残っています。それらの中で一番鮮やかに思い出せるのは、猪木先生が建設中の老健施設の伊賀ゆめが丘を自ら車を運転して案内して下さったことです。車は病院からかなり離れ、銀杏並木を進んで行き、どこに行くのだろうかと思っっていると、ここに新しい施設を作るのだと説明していただきました。そこに10年近く後になって、再び来ることになるうとは、またそこでさらに10年近くも勤めることになるうとは、不思議としか言いようがありません。

赴任してから10年も立ちますと、施設の庭に植えた草木も、大きくなったり、落ち着いたりして、それなりの景色になって来ました。何よりも、これが皆様の目に入る頃には、ゆめが丘の桜が一番の見頃のはずです。一度お越しいただき、御覧いただけたらと思います。最後に、介護老人保健施設伊賀ゆめが丘で、このような節目を迎える事が出来たのは、皆様のご支援ご鞭撻のお陰です。今更ながらですが、絶大なる感謝を申し上げ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 ●

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つ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。



# 体の衰えはお口から～忍び寄るオーラルフレイル～

歯科口腔外科部長 前田 雅彦

今回は健康寿命に大きく係わる「オーラルフレイル」の概念についてお話しします。健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」の事をいい、この期間が長いほどいわゆる「ピンピンコロリ」に近づきます。私もそうですが、最期の時を迎えるぎりぎりまで、自立出来た生活を送られたら良いと思っておられる方が多いのではないのでしょうか。年を重ねて脳やからだ衰えていくことは、自然の摂理ですから抗うことはできません。しかし、なるべく衰えるスピードをなだらかに遅らせる事が大切なのです。現在までに医科、歯科、介護、リハビリなど多様な角度から研究がすすめられ、お口の機能の虚弱（オーラルフレイル）が介護リスクを高めることがわかりました。

オーラルフレイルとは将来の介護リスクを高める「お口のささいな衰え」が積み重なった状態で、今までは老化や廃用の一つとして考えられてきた部分を可視化した概念で、早期発見早期対応することで回復する可逆的な状態をいいます（図1）。歯が抜けても歯科治療を受けずに噛みにくくなったり、歯磨きなどのセルフケアが滞るようになったりすると、お口の機能（滑舌・口臭など）の低下や食べる機能（嚥下・咀嚼など）の障害が緩やかに進行し、さらには心身機能の低下にまでつながる負の連鎖に陥るのです（図2）。この悪影響により、心身のフレイル 2.4 倍、筋肉の衰え（サルコペニア）2.1 倍、要介護認定 2.4 倍、総死亡リスク 2.1 倍になるという研究結果も報告されています。

大事なことは①かかりつけ歯科医を持つこと、②口の「ささいな衰え」に気をつけること、③バランスの取れた食事をとることです。歯が少なくても入れ歯等を適切に使用し、硬いものでもある程度噛める口を維持する事が大切で、年をとったからと柔らかいもの中心の食事になっている場合は注意が必要です。

私は病院に勤めている歯科医師として多くの外来通院、入院療養されている患者さんとかかわっていますが、やはり大病をかかえるとお口の機能維持というのは優先順位が低下してしまいます。脳や四肢の機能回復のためにリハビリテーションが必要なように、お口の機能回復にもリハビリが必要なのです。そのためにも、常にお口の機能をベストコンディションに近づけられるように、ぜひとも相談や治療を気軽に受けられる「かかりつけ歯科医院」を個々に作っていただくことをお勧めします。

興味のある方は日本歯科医師会のホームページに、セルフチェックシートや、対策方法の情報が掲載されていますので検索してみてください。



図：歯科診療所におけるオーラルフレイル対応マニュアル2019年版  
公益社団法人日本歯科医師会作成

## ■ 新任医師紹介

ふくaura たつき

福浦竜樹 医師 外科(消化器外科) 令和6年1月1日 入職

日本外科学会専門医 日本消化器外科学会専門医 大腸肛門病学会専門医



2024年1月よりお世話になっている福浦と申します。伊賀名張地区で勤務するようになって20年を超えましたが、これからも地域医療を支える一員として、また本院が地域の皆様に信頼される病院であり続けられるために精一杯努力したいと思います。よろしくお願い致します。

なかやましゅんすけ

中山俊介 医師 整形外科 (整形外科、脊椎脊髄外科) 令和6年1月1日 入職

整形外科専門医



整形外科の幅広い分野で診療させていただきます。気になる症状などある際は、どうぞお気軽に受診して下さい。地域の皆さんにお役に立てるよう努めてまいります。

## ■ 入職

|       |         |           |
|-------|---------|-----------|
| 消化器内科 | 福井淑崇 医師 | 令和6年4月1日付 |
| 消化器内科 | 勝部滉平 医師 | 令和6年4月1日付 |
| 泌尿器科  | 高松倫己 医師 | 令和6年4月1日付 |
| 整形外科  | 中西昭登 医師 | 令和6年4月1日付 |

## ■ 退職

|        |         |            |
|--------|---------|------------|
| 心臓血管外科 | 清水理江 医師 | 令和6年3月31日付 |
| 眼科     | 宮田良平 医師 | 令和6年3月31日付 |
| 消化器内科  | 前川有里 医師 | 令和6年3月31日付 |
| 泌尿器科   | 藤井光英 医師 | 令和6年3月31日付 |
| 外科     | 川口晃平 医師 | 令和6年3月31日付 |
| 整形外科   | 塚田直紀 医師 | 令和6年3月31日付 |



## 看護業務の効率化 先進事例アワード2023 優秀賞受賞

副看護部長 感染管理認定看護師 濱野 飛鳥

「看護業務の効率化 先進事例アワード2023」とは、日本看護協会が厚生労働省補助金事業看護業務効率化先進事例収集・周知事業を受託し、看護業務の効率化に関する先駆的な取り組みを広く募集し、その中から汎用性が高く効果のある取り組みを選考・表彰することで、周知および普及する活動です。

岡波総合病院は、業務改善部門で「適切な感染対策と汚物処理業務の効率化」というテーマで優秀賞を受賞しました。今回の取り組みは、2023年1月の新築移転を機に、これまでの汚物処理に関する作業手順や運用を見直し、マセレーター（単回使用再生パルプ粉砕機）を全病棟、救急外来、集中治療室、手術室、老人保健施設など16台設置しました。

成果として、汚物処理洗浄時に周辺環境が汚染する機会や周辺環境に接触する機会が少なくなり、効果的な感染対策へとつながりました。また、看護職の汚物処理に要する時間が86%削減しました。そして、看護職員対象のアンケートでは、「汚物処理の作業時間が短縮されベッドサイドケアに費やす時間が増えた。」「マセレーターがない汚物処理作業は考えられないほど楽になった。」と高評価を得ることができました。今後、さらなる円滑で効果的な運用を目指すとともに、効率化された時間は看護ケアを提供する時間や看護の質を高める話し合いの時間に活用したいと考えています。



**マセレーター：**  
単回使用再生パルプ粉砕機器  
単回使用の紙製便尿器を  
排泄物ごと粉砕・処理する機器

### 単回使用の再生パルプ汚物処理容器の例



## 看護職連携構築事業の研修会に参加して

4東病棟 看護師 木邨 豪志

去る11月16日に三重県看護協会伊賀地区支部が主催する研修会において、「回復期リハビリテーション病棟における退院支援MAPの活用」についての症例を発表しました。退院支援に関するフローチャート（MAP）を活用し、介護保険の申請をはじめ、看護介護指導や地域との連携を経て、自宅に退院された患者さんです。発表後には参加者間での意見交換を行い、施設間の交流も図ることができました。今後も地域で唯一の回復期リハビリテーション病棟として、生活の再構築を支えることにより、地域への貢献につなげていきたいと思ひます。





# 連携登録医紹介

## 青山歯科診療所

当院は、近鉄青山町駅前で一般歯科診療しております。歯科・口腔領域の難症例は、岡波総合病院歯科口腔外科に紹介し、連携しています。今後も、伊賀地域の皆様の歯とお口の健康を維持するために、予防を含めた歯科治療を行い、毎日を元気にするお手伝いをさせていただきます。



- 医師名 関田英紀・関田素子 医師
- 住所 〒518-0226 伊賀市阿保42-1
- TEL 0595-52-0059 FAX 0595-52-3088
- 診療科目 一般歯科
- 診療時間 9:00~12:00、14:00~19:00
- 休診日 木曜・日曜・祝日

## 医療法人 木野整形外科

2002年に開業し、多くの患者様の治療にあたってまいりました。日々進歩する医療に遅れることのないよう努力を続け、基幹病院や、他の専門医と連携をとりながら、親しみやすく、わかりやすい説明をモットーに、地域の皆さまの健康管理のお役に立てるように、スタッフ一同一生懸命頑張ります。



- 医師名 木野旬 医師
- 住所 〒518-0624 名張市桔梗が丘4-1-7
- TEL 0595-67-1515 FAX 0595-67-1517
- 診療科目 整形外科・リハビリテーション科
- 診療時間 9:00~12:00、15:00~19:00
- 休診日 木曜・土曜の午後・日曜・祝日

## 奈良市月ヶ瀬診療所

当院は梅林と茶で有名な奈良市月ヶ瀬地区にあります。県境まで車で約4分、岡波総合病院までは15分の位置にあり、伊賀市西部の方も多く受診されます。現管理者の専門の眼科を始め、4名の非常勤医が幅広い疾患に対応しております。岡波総合病院とは、以前より多岐に渡り連携させて頂いており、今後とも連携を密にして、地域の医療に貢献したいと考えています。(曜日によって診療科が変わります)



- 医師名 園田良英・西村正大・相良洋三・服部貴憲・浅田萌 医師
- 住所 〒630-2302 奈良市月ヶ瀬尾山2790番地
- TEL 0743-92-0030 FAX 0743-92-0644
- 診療科目 内科・外科・眼科・小児科
- 診療時間 受付 平日8:30~11:00、13:30~15:30
- 休診日 土曜・日曜・祝日・年末年始・GW・お盆休み

## 前沢歯科クリニック

「お一人おひとりを、きちんと丁寧に」が、当クリニックのモットーです。お越しいただいた患者さんに、丁寧なカウンセリングと、各種検査を実施し、今のお口の状態や、病気になった原因などをきちんと確認して、ベストな治療をご提案します。お一人おひとりに最適な治療方針を立案し、自分が受けたいと思える治療を心がけて、末永くお口の健康を守ります。



- 医師名 前沢宙 医師
- 住所 〒518-0775 名張市希中央5-40
- TEL 0595-54-6480 FAX 0595-54-6481
- 診療科目 一般歯科・小児歯科・口腔外科
- 診療時間 平日9:00~13:00、15:00~20:00  
土曜日9:00~13:00、14:00~18:00
- 休診日 日曜・祝日



## ごぞんじですか？「医師の働き方改革」

日本の医療は、医療機関に勤務する医師の長時間労働により支えられてきました。「医師の働き方改革」とは、こうした現状を“改革”し、医師が健康に働き続けられるような環境を整備することで、患者さんに提供する医療の質・安全を確保すると同時に、将来にわたって持続可能な医療提供体制を維持していくための取組です。このうち、医師の残業時間に上限を設ける制度が2024年4月からスタートします。

### 病状説明は、診療時間内の実施にご協力ください。

病状・検査・手術の説明は、可能な限り平日の日中に行います。また夜間や休日などの診療時間外に緊急性のない受診をすることは医師などの負担を増やすことにつながります。診療時間内の受診にご協力をお願いします。

### タスク・シフト/シェアを推進しています。

医師の長時間労働の背景には、医師に業務が集中している状況があり、タスク・シフト/シェアとは、こうした医師の担っている業務のうち、一部を他の医療スタッフ（看護師、薬剤師、臨床検査技師、事務職（医師事務作業補助者）など）に移管（シフト）や分担（シェア）することです。医師の指示等のもと教育・研修を受けた医療スタッフの対応にご理解をお願いします。



## ごぞんじですか？老健 老健3施設のリハビリテーション特色をご紹介します

畿内会では介護老人保健施設を3施設運営しています。それぞれの施設の特色に合わせて、ご利用者様へのリハビリテーションの特徴も異なります。老健の目的は「ご利用者様の病院から自宅への架け橋として、在宅への復帰や在宅療養を支援すること」です。リハビリテーションで自宅にて生活するために必要な動きを訓練することでご利用者様の生活を支援し、人生の満足度の向上にお繋ぎ頂けるよう日々努めております。



### 介護老人保健施設(老健)おかなみ(新潟波総合病院8F)

在宅復帰を積極的にすすめる超強化型施設として入所から短期間での集中的なリハビリテーションや生活内での課題に対する多職種での情報共有・アプローチによって在宅への課題を解決し自宅復帰を支援します。



### 介護老人保健施設第2おかなみ(伊賀市下友生)

個別でのリハビリテーションの他に集団でのリハビリテーションや園芸活動、学習課題等の様々な方法により、精神機能や身体状態の安定を図り、健康的に長くお過ごしいただけるよう支援しております。



### 介護老人保健施設伊賀ゆめが丘(伊賀市ゆめが丘)

全室個室によるユニット型の療養を行い、個々の生活に合わせた環境の設定から個人への在宅復帰への課題に合わせたリハビリテーション、手工芸や集団体操を行い長期療養や在宅等への退所を目指します。







## 健康管理センター 早めのご予約をおすすめしています

当センターでは、人間ドック、健康診断、特定健診など各健診にて**早期のご予約**をお勧めしております。新病院移転後、昨年は新規のご利用者さまからも沢山ご予約いただきました。各種検査の予約枠には限りがありますので、ご希望日に添えないこともございます。特に伊賀市よりご利用いただける簡易人間ドック、特定健診、個別がん検診など、**先に仮予約**していただくことも可能です。受診した日に次年度のご予約も承っております。受診期間に余裕を持って、早め早めのご予約をご利用ください。

【健康管理センター直通電話】  
**0595-24-2555**

【対応可能時間】  
平日：午後1時～5時まで



## おかなみ出前講座

お申し込み、お問い合わせは、岡波総合病院地域医療連携室(直通電話0595-21-3154)まで。

- 令和5年10月6日 阿保西部老人クラブ・笑和会様

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
- 令和5年10月6日 ケアプランセンター南部様

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 濱野飛鳥
- 令和5年10月12日 あやま介護者の会「太陽の会」様

テーマ 骨粗しょう症予防～じょうぶな骨をつくりましょう～

講師 管理栄養士 岩瀬真実
- 令和5年10月20日 山出いきいきサロンあじさい様

テーマ 自宅でできる膝・腰の体操

講師 理学療法士 前川拓也・杉田稜真
- 令和5年10月27日 つつじが丘まちの保健室様

テーマ 転倒予防

講師 作業療法士 山内雅之
- 令和5年11月24日 ライトピアおおやまだ様

テーマ 脳卒中予防について

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
- 令和5年11月28日 いきいきサロン寿々芽会様

テーマ もしかして自分も糖尿病!?

講師 看護師 糖尿病療養指導士 佐小真生
- 令和5年12月1日 ついたちカフェ様

テーマ 自宅でできる膝の体操

講師 理学療法士 東真衣・稲本光佑
- 令和5年12月6日 伊賀市社会福祉協議会様

テーマ 在宅褥瘡患者における多職種連携

講師 看護師 佐藤千鶴子

- 令和5年12月8日 諏訪社会福祉会様

テーマ 怖い高血圧のはなし～心臓病と脳卒中の予防～

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  
慢性心不全看護認定看護師 林愛希仁
- 令和6年1月10日 いきいきサロンどんぐり

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
- 令和6年1月25日 諸木やまぶきサロン様

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
- 令和6年1月26日 蔵持市民センター様

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
- 令和6年1月31日 あやま介護者の会「太陽の会」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
- 令和6年2月21日 川東老人クラブ天寿会様

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
- 令和6年2月22日 名張市地域包括支援センター  
なばりまちの保健室様

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
- 令和6年2月28日 月ヶ瀬診療所様

テーマ 感染予防教室

講師 感染管理認定看護師 濱野飛鳥