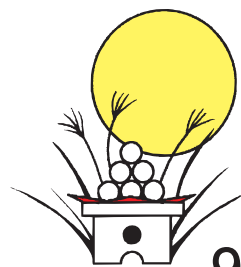


仁厚会だより



2015
9月号

平成27年度 法人理念 「主役はいつも患者さん」

平成27年9月1日発行
社会医療法人仁厚会
発行：理事長 藤井省三
〒682-0023 鳥取県倉吉市山根43番地
TEL：(0858) 26-1012
<https://www.med-wel.jp/>

- 🌸 「地域に感謝～いま…私たちにできること～」 ふれあいはあとまつり・・・P2
- 🌸 開設より20周年を迎える 倉吉病院デイケア ・・・P4
- 🌸 『骨髓バンク』って何？ ～米子東病院 大村医師が解説～ ・・・P5
- 🌸 緩和ケア病棟の紹介 藤井政雄記念病院 ・・・P6
- 🌸 認定看護師の活動紹介 倉吉病院
- 🌸 リスクマップの作成 よどえババール園 ・・・P7
- 🌸 あいサポート研修 ル・サンテリオン北条
- 🌸 日本医療機能評価機構から感謝状 倉吉病院
- 🌸 合同避難訓練 ル・サンテリオン鹿野・グループホームしかの
- 🌸 救命救急講習 ル・サンテリオンよどえ
- 🌸 フォトレポート ・・・P8



ふれあいはあとまつりの舞台上で職員が
認知症疾患医療センターの紹介をする

ふれあい はあとまつり

平成27年6月6日(土)

6月6日(土)社会医療法人仁厚会・社会福祉法人敬仁会の(第60回)創業祭ふれあい はあとまつりを「地域に感謝〜いま：私たちにできること〜」をテーマに開催しました。

開会式の始まるころは小雨も混じるあいにくの天候でしたが、来場者の方の熱気により徐々に雨も上がり、午後には太陽も顔をのぞかせるまでに回復しました。

今年は屋外イベントだけではなく、倉吉病院、藤井政雄記念病院内での企画もより一層の充実を見ました。

倉吉病院認知症疾患医療センターの山田武史医師や精神保健福祉士が常駐し、気軽に認知症の検査や相談ができるコーナーを設置しました。また、鳥取県立厚生病院の村脇あゆみ医師はじめ薬剤師、看護師、管理栄養士の方々をお招きしての糖尿病相談と栄養指導のコーナーも設けました。その他にも、米子東病院理学療法士、作業療法士による「ココロとからだの相談所」や専用の器具を用いての体のバランス測定、睡眠時無呼吸症候群の治療について知っていただくコーナーなど病

院の設備、人材を活用し、地域の皆様の健康増進につながる企画も数多くあり大好評でした。

創業祭として始まったふれあいはあとまつりですが、地域の皆様の協力もあり5千人もの方に来場いただき大成功の裡に終えることができました。この場をお借りしてお礼を申し上げるとともに、来年のふれあいはあとまつりに向けて今まで以上に地域の皆様に愛される法人となるよう、日々邁進して参ります。



藤井啓子副理事長によるあいさつ



オープニングイベント

開会宣言の後およそ1800個もの風船を
一斉に空に放つ「はあと風船飛ばし」

健康へのヒントを楽しく学ぶ

北折 一氏 講演

元NHK「ためしてガッテン」専任ディレクター・消費生活アドバイザーの北折一（きたおりはじめ）氏を講師に迎え、「ガッテン流！メタボ退治の必殺技教えます！！」続けられるラクラク健康術教えます&インチキダイエットの見破り方！！」と題しまして、健康づくり講演会を開催しました。

当日は、約70名の方が参加され、NHKためしてガッテンの番組制作の裏話や〇×クイズなどを交えながら、食や健康の正しい情報の受け取り方や脳で痩せる「計るだけダイエット」など健康で幸せな人生を送るための方法をお話しくださいました。北折さんの軽快な口調と魔法のことにばに聞き入りながら、あつという間の2時間を過ごしました。参加された皆さんの中に、なにか始めようかなという気持ちがたくさん生まれていたようです。

参加された方からは、「楽しみながら元気になれるそうです。」「ついついという感じでダイエットが達成できたらと思います。」「さっそく計るだけダイエット日記をつけようと思います。」などたくさん感想をいただきました。



北折 一（きたおりはじめ）
元NHK 化学・環境番組部専任ディレクター／「ためしてガッテン」演出担当デスク
現在は、主に健康教育の分野で講演を行うほか、執筆活動も。自らの減量経験をもとに出したダイエット本が話題となる。



⑤ 近隣市町村のかわいらしいゆるキャラがなんと10体以上も大集合。

④ キッズコーナーでは地面に落書きも。なかなかできない体験。

① 子どもに大人気のキャラクターショー。ショーの後は写真撮影会も開催される。

② 中学校2校、高校1校、地元のオーケストラがそれぞれステージで演奏。

⑥ 鳥取中央育英高校書道部による書道パフォーマンスに圧倒される。

③ 無料で医師に直接相談できる認知症相談コーナーも設けられる。

倉吉病院 デイケア 二十周年を迎える

精神科デイケアとは…精神科外来治療の方を対象とし、社会生活機能の回復を目的として個々に応じたプログラムに沿って行う治療のこと。

倉吉病院デイケア20年の歩み

平成7年頃より全国的に精神科デイケアが開設され、倉吉病院も同様に平成7年6月よりパイロット事業として東和ビル（現在の太陽堂薬局3階）を使い、スタッフ3名、利用者3〜4名でスタートしました。事務所内にスタッフルームと利用者用ロッカールームを作り、大広間にテーブルを置いてミーティングやクラフト、ゲーム、散歩など利用者の希望を聞きながらプログラムを行っていました。その後、SST（“Social Skills Training”の略で、「社会生活技能訓練」と訳される）等の治療的プログラムや料理教室等生活スキルが上がる様な活動を行うようになりました。利用者やスタッフが増すにつれて、居場所としてのデイケアから治療プログラムを含めたデイケアへと変わっていききました。

また、デイケアの場所についても旧病棟の広間を一時的に使用し

たり、現在の外来駐車場にかつて建っていた倉吉病院の体育館の2階を使用したりと状況によって移動してきました。体育館がある事でバレーボールやバドミントンといった運動プログラムも取り入れる事もできました。また、この頃より病棟からデイケアを見学される患者様が増加し始め、退院後の生活の場所へとデイケアに求められる役割も変化してきました。

平成10年4月から長時間の精神科デイナイトケアがスタートし、場所も平成15年に現在のアゼリア外来2階へ移動になりました。平成18年よりデイナイトケアが大規模へ変わり、短時間利用可能なショートケアもスタートしました。

20年前わずかな人数でスタートしたデイケアですが、現在では一日当たり100名近くの方が利用するようになり、倉吉病院だけでなく地域社会においても非常に大きな役割を持つ存在となっています。



①20年前の開設当初の活動の様子。②施設内での活動だけではなく、屋外でのレクリエーション活動も行う。③初詣など季節に応じた活動も企画される。④今年6月にはグランドゴルフ大会を開催し、大好評。

デイケア職員の谷口剛顕さんに仕事の様子などをうかがいました。

デイケアでの勤務は4年目になります。現在は自分の趣味であるスポーツや音楽教室、パソコン教室をデイケアのプログラムに取り入れ担当しています。このように好きなことを活かして仕事ができることにやりがいを感じています。

最近では自分が担当するスポーツや音楽プログラムに楽しんで参加される方が増えてきていて非常にうれしく思っています。

これからも私たち職員はデイケアを利用される方が増え、一人でも多くの方の在宅への移行につながるよう日々努力していきたいと思っています。



これからのデイケアについて

全ての世代の方々が住み慣れた地域でその人らしい生活を送る事ができるようにと、医療も入院治療から在宅治療へシフトしてきています。このような社会の流れの中で、デイケアは精神疾患を抱える人たちの在宅生活を継続していくための重要な役割を担っていく必要があります。一つの部署としてではなく、外来や訪問看護そして支援センターや連携室、また行政機関や家族、地域住民などその人を取り巻く、そして支えていく役割を持つ人たちと連携し、協働していくことが求められます。その実現のために、まずは法人内の連携をより一層強化していく必要があると考えています。

『骨髓バンク』

米子東病院

って何？

大村 宏医師が解説

1. 「骨髓バンク」を説明すると…

インターネットのウィキペディアを調べてみると、「白血病などの血液疾患の治療として造血幹細胞移植（特に骨髓移植）が必要な患者のために、血縁関係のない健康な人（非血縁者）から提供される骨髓液や末梢血幹細胞を患者に幹旋する仕組み及びその業務を担う公的機関のこと」と説明されています。しかし、「何のこっちゃ？」と感じる向きもあるのではないのでしょうか？

2. そもそも「血液」って？

血液は「形」がないので、肝臓や腎臓などの様にイメージしにくいのですが、血管の中を巡って全身を巡る大切な臓器の一つで、「血球」という細胞の部分と「血漿」という液体の部分から構成されています。このうち血球には次の3つの成分があります。（図1）

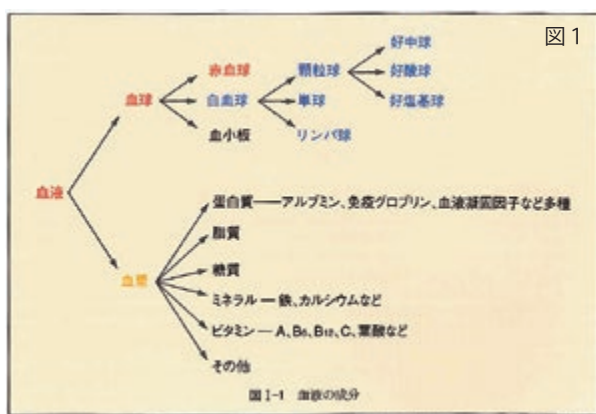
①赤血球…身体中に酸素を運ぶ。

②白血球…体外から侵入してきた「外敵」を排除する。

③血小板…血管外へ出た血液を固めて止血する。

この3つの血球を作るのが「骨髓」の中にある「骨髓液」に含まれる「造血幹細胞」です。

骨髓は骨盤の骨などの大きな骨の中にあるスポンジの様な組織で、その中の骨髓液中に造血幹細胞が含まれ血液を作っています。



3. 血液の病気

血液を造る働きに異常が生じると、様々な血液の病気が出てきます。代表的なものとしては、血液を作る細胞の異常でがん化した血液細胞が増える白血病があります。また、血液を作る細胞の機能が低下して血液が作れなくなる再生不良性貧血などもあります。

4. 「骨髓移植」

血液の病気の治療のために、病気となった患者さんの骨髓を大量の抗がん剤や放射線で排除し、代わりに健康な方から採取した骨髓を患者さんの身体に入れてあげる（骨髓液を点滴で注射する）のが骨髓移植です。ただし、この骨髓移植、健康な骨髓を誰からでももらえるわけではありません。

5. 白血球にも「血液型」がある

血液型、というすぐにA・B・AB・Oの血液型が浮かびますが、これは赤血球の血液型の代表格です。実は白血球にも血液型があります。ヒト白血球抗原（ちよつと難しいですが、Human Leukocyte Antigen=HLA）と言います。このHLAが合わない、骨髓移植はできません。兄弟姉妹間では計算上で4分の1の確率でHLAが一致します。しかし非血縁者では数百から数万分の1の確率でしか一致しません。

6. HLAの情報を集めておく「骨髓バンク」

白血病や再生不良性貧血などの患者さんの骨髓移植治療のために、健康な方のHLAの情報を集めておくのが「骨髓バンク」です。

血液の病気の患者さんの治療のた



Profile

大村 宏

平成22年8月米子東病院に着任。専門領域は血液内科。休日は時間があれば劇場に足しげく通い芝居を観る。カラオケではプリンセスの「ダイヤモンド」を歌い美声を披露する。

7. 移植に向けてはまだ準備が必要です

実際の移植治療については、移植する造血幹細胞を骨髓から針を刺して採取するか、身体の中を流れる血液から機械を使って採取するかを決めなければいけないなど、まだまだ準備が必要です。

今回のお話をきっかけに、ご興味をお持ちの方は、骨髓バンクのウェブサイト（リンク）にアクセスいただいたり、献血ルームや病院に置いてある骨髓バンク登録について説明したパンフレット「チャンネル」をぜひ一読ください。

「骨髓バンクの輪」が少しでも広がればありがたいと思います。

緩和ケア病棟の紹介 藤井政雄記念病院

緩和ケア病棟とは

藤井政雄記念病院緩和ケア病棟は、病気の進行に伴い生じる体やこころのつらさが少しでも緩和されるように支援することを目的とした病棟で、平成15年10月に開設し今年で12年目を迎えました。病室は全室個室で、有料個室10室、無料個室10室がありご希望によりお選びいただいています。

緩和ケア病棟では①患者様、ご家族の意思を尊重したケアを心がけ、自宅に近い快適な雰囲気を提供する②自己研鑽に努め、緩和ケアの質の向上を図り、県内のモデルとなるような病棟を目指す③地域と連携し広く緩和ケア活動を行い、在宅を含めた包括的ケアを実践するの3つを理念に掲げ日々取り組みんでいます。

私たちは患者様やご家族が希望されること、気がかりなことをチームで話し合い、体やこころのつらさを可能な限り和らげるために考え行動します。緩和ケア病棟に入院すると退院できないと誤解される場合もありますが、病状が落ち着いていれば、外出や外泊、退院して在宅での療養も可能です。



“ほっと一息しましょう会”

緩和ケア病棟では、入院生活において少しでも気分転換ができ、ご家族との時間を過ごすにしたい思いから、季節に応じたレクリエーションを行っています。今回は病棟での開催が初めてとなる落語・俳句の朗読、そしてピアノ演奏を地域でボランティア活動を行っておられる方のご協力を得て開催しました。

落語では一緒にお決まりの文句を言い、ピアノ演奏では鼻歌と一緒に歌うなど和やかな雰囲気であつという間に時間が過ぎました。「リクエスト！」と嬉しそうに話されたり、ご家族からも「癒されました。」とのお言葉を頂いたりしました。



尚、入院や通院に関することでお尋ねなどございましたら、地域連携室を通してご相談ください。

(藤井政雄記念病院 地域連携室)

0858-26-4888(2)

認定看護師の活動紹介

倉吉病院

地域に向けて

「こころの健康相談」

倉吉病院には現在4名の認定看護師が在籍しており、活動の一環として毎月最終日曜日午前10時から12時の間パープルタウン1階化粧品売り場隣にて「こころの健康相談」を行っています。

「夜眠れない」「家族がもの忘れをよくするように頑張って心配だけど、どこに相談に行けばいいの？」等、様々な悩みを抱えた方が相談に訪れます。私たち看護師は地域の相談窓口の紹介や、御希望の方に対し簡単な自己診断チェックを行っています。精神科の看護師とおしゃべりをして、少しでも心に陽が差ししたかなと思っていただけるよう取り組みんでいます。

(福永)



施設職員に向けて

「こころの健康出前講座」

6月19日、ル・サンテリオン鹿野にて「こころの健康出前講座」を行いました。高齢者施設ということもあり30名近くの参加がある中、認知症をテーマに講義をしました。認知症高齢者が増えていく現代、認知症の方へのケアに悩まれている現場の声がありました。ケア方法もたくさんあるなかで、ケアの基本的な部分を話したところ、前向きにとらえて実践していきたいなどの意見が聞かれ、介護職員としての意識の高さがうかがえました。

(中川)



倉吉病院の認定看護師(9月現在)

○日本精神科病院協会

山本 秋子

○日本看護協会

宮脇 映子

○日本精神科看護協会

福永 布美

徳田恵理子

小椋日出美

中川由紀子

リスクマップの作成

よどえババール園

よどえババール園では事故を未然に防止するために、過去の事例をもとに検証するなど話し合いを重ねてきました。その話し合いの中で、園内で事故につながるような場所を改めて確認しておくことの必要性を強く感じるようになり、リスクマップを作成することとなりました。リスクマップには園庭で予想される

リスクを書き出し、園児・職員に注意を喚起するものとなっています。作成したマップは保育所入口に掲示しています。ご覧になった保護者の方からは「いい取り組みですね」との声をいただきました。今回は園庭のみのリスクマップとなりましたが、今後はさらに作成の範囲を広げていく予定です。



あいサポート研修 ル・サンテリオン北条

6月30日、ル・サンテリオン北条にて敬仁会館就労支援課 森石彰子課長を講師にお招きし「あいサポート」についての研修会を行いました。研修では、まずそれぞれの障がいの内容や特性・日常生活での困難やその配慮について学びました。そして基礎的な手話講座も行い「こんにちは」「ありがとう」等、日常生活で活用できる手話を学びました。今後わたしたちもあいサポーターとして、日常的にあいサポートバッジを身に付け気軽に手助けをしやすい環境を作るとともに、共生社会の大切さなどを広めていきたいと思っています。

日本医療機能評価機構から感謝状 倉吉病院

日本医療機能評価機構創立20周年にあたり、病院機能評価事業開始当初より4回継続して認定を取得している点が評価され、感謝状が贈呈されました。今後も継続して医療の質向上に努めてまいります。



合同消防避難訓練

ル・サンテリオン鹿野
グループホームしかの

6月10日、ル・サンテリオン鹿野・グループホームしかので消防避難訓練を合同で実施しました。

非常災害時に備えた訓練は毎年実施しており、今回も消火・通報・避難誘導の手順を確認しながら訓練を行いました。また、消防設備・器具の操作方法についても全ての職員が対応できるよう確認しました。

今後も職員の防災意識の向上を図り、ご利用者の皆様が安全・安心に生活できるよう努めていきます。



救命救急講習 ル・サンテリオンよどえ

6月2日、3日、4日にル・サンテリオンよどえ全職員を対象に救命救急講習を実施しました。

講習には大山消防署の救急救命士の方にお越しいただき、現場での貴重な体験談を聞き人命救助への理解を深めました。また、迅速に対応することが命を救う確率を高くすると学び、改めて救命救急の大切さを認識しました。

実技ではグループに分かれ1人ひとりが隊員の方に指導を受けながら、意識状態の確認から心肺蘇生法、AEDの使用法を学びました。

社会医療法人 仁厚会

〒682-0023

鳥取県倉吉市山根 43

TEL.0858-26-1012

病院機能評価認定

◆医療福祉センター倉吉病院

TEL.0858-26-1011

◆藤井政雄記念病院

TEL.0858-26-2111

◆米子東病院

TEL.0859-56-5232



ISO9001 取得 (JSA)

◆藤井政雄記念病院

TEL.0858-26-2111



ISO9001 取得 (JMAQA)

◆ル・サンテリオン北条

TEL.0858-36-5220

◆ル・サンテリオン鹿野

TEL.0857-84-3700

◆ガーデンハウスはまむら

TEL.0857-82-6500

◆ル・サンテリオンよどえ

TEL.0859-56-4073

◆ガーデンハウスよどえ

TEL.0859-56-5210

◆在宅医療福祉センター

TEL.0858-26-2346

◆よどえババール園

TEL.0859-56-5268

◆法人事業部セントラルキッチンアーク

TEL.0858-26-1517

◆藤井政雄記念病院附属歯科クリニック

TEL.0858-26-4276

◆大和保育園

TEL.0859-56-2203



Photo Report



浜村小2年生との交流で皆様満面の笑顔！
(ガーデンハウスはまむら)



平成27年6月より毎週「ヨナゴゴ体操」を一緒にすることに。(ル・サンテリオンよどえ・よどえババール園)



ボランティアによるマジックショー！アツと驚く手品に拍手喝采!!(ガーデンハウスよどえ)



親子で過ごす楽しい時間。この後給食試食会も。(大和保育園)

あとがき

今回より仁厚会だよりの編集をさせていただきこととなりました。広報物の編集自体もはじめてのため、すべてが手探り状態で非常に難しい作業でした。しかし、各事業所からいただいた記事や写真が少しずつ紙面の形になっていくのはなかなか楽しいものでもありました。次回以降さらに皆さんに読んでいただけるような仁厚会だよりを目指していきたいと思います。
(宮)

健康レシピ

栄養士が心と体においしいレシピを紹介します！



洋風冷製
トマトそうめん

ビールや魚卵等に多く含まれるプリン体は、痛風の原因となります。プリン体の含有量が少ない食材であるそうめんを使った夏にぴったりなレシピです。にんにくとバジルの香りが食欲をそそります。

●材 料● (2人分)

そうめん	 200 g	565kcal	塩分 4.6g/人
トマト	 2個	オリーブオイル	 大さじ3
にんにく	 2かけ	バジル	 6枚
		塩	... 小さじ1/4

●作り方●

- ①薄くスライスしたにんにくとオリーブオイルをフライパンに入れ、きつね色になるまで、弱火でじっくりと揚げる。
- ②①のにんにくとオリーブオイルを分けて容器に入れ、粗熱をとる。
- ③トマトは湯むきして、種をとって1cm角に切ってボウルに入れ、塩と②のオリーブオイルの半分を入れて和え、冷蔵庫で冷やす。
- ④表示時間どおりにそうめんを茹で、ザルにあげたら冷水で冷やしてしめる。
- ⑤③にゆでたそうめんを混ぜ器に盛り、食べやすい大きさにちぎったバジルと②のにんにくを砕いて、器に散らし、②の残りのオリーブオイルをかけてできあがり。

恩田 栄治 管理栄養士(米子東病院)