



# わかくさ vol.113



※本誌に掲載されている写真について、感染対策には十分配慮し撮影しております。

竜間之郷 通所リハビリの様子 (P5)

## Topics

- 新年のご挨拶
- 若弘会のケアマネジャーのご紹介
- 介護老人保健施設 竜間之郷「もう一度働く」ことへのお手伝い

社会医療法人 **若弘会**

Wakakoukai Health Care Corporation

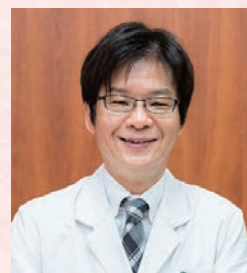


# 新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。各施設の院長より今年の抱負を表す一句（五・七・五）と新年のごあいさつを申し上げます。今年も若弘会をどうぞよろしく願いいたします。

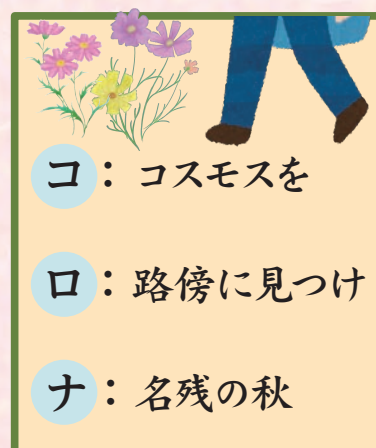
## 若草第一病院

院長 山中 英治



新年のご挨拶の原稿は11月に書いておりますので、ちょうど名残のコスモスの時期です。「コスモス」の語源はギリシャ語で「秩序」を意味するkosmosで、カオス（混乱）の反対語です。「名残」は「余波」という意味ですが、終わり、残り、別れを惜しむ気持ちにも使われます。

折句は避けて通れない「コロナ」にしました。この新型感染症は世界中をカオスに陥れましたが、日本は持ち前の秩序で諸外国よりも制御できています。寒さもあって余波の第3波が来ました。大陸から見れば路傍のような国土ですが、美しい日本に今年こそ五輪の花を咲かせましょう。



## わかくさ竜間リハビリテーション病院

院長 錦見 俊雄

この一年でコロナウイルス感染症により、世界が一変いたしました。日本全体が変わったし、病院も変わりました。ヒトの行動も大きく変わりました。この文章を書いているのは11月上旬ですが、これから冬に向かってどうなっていくのか心配です。ヨーロッパの国々では第3波に襲われ、再びロックダウンしている国も出ています。日本でも少しずつですが新規感染者は増えています。

高齢の入院患者さんが多い当院ですので、是非とも患者さんをコロナからお守りせねばと考えています。軽はずみな行動は慎み、医療者から患者さんへの感染は何としても防ぎたいと考えております。

わかくさ竜間リハビリテーション病院はwithout Coronaで地域の皆様の健康と健やかな人生に貢献いたす所存です。

コ：コロナ禍でも

ロ：労作を  
惜しまず

ナ：為せばなるリハ







## 在宅医療

医療長 川合 右展

新年明けましておめでとうございます。

在宅医療では職員が笑顔でいきいきと働くことができる職場づくりに取り組んでいます。そこで、今年の抱負を表す一句として「マスクでも素敵な笑顔 配りたい」を詠みました。職員の元気な笑顔は患者さんに伝播し、患者さんの笑顔に職員は励まされます。患者さん一人一人に真摯に向き合い、誰もが安心して健やかに暮らせる地域社会の実現に貢献できるよう頑張りたいと考えています。

本年度も、顔の見える関係を大切に、地域の皆さんから選ばれ続ける医療機関を目指し努力してまいります。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

マ：マスクでも

ス：素敵な笑顔

ク：配りたい



施設長

大河内 二郎

## 介護老人保健施設 竜間之郷

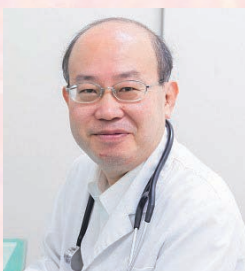
施設でのケアだけでなく、私たちの生活のなかで、コロナウイルス感染はおそらく今後数年、長ければ10年程度に亘って影響をうけることになると考えられます。

私は自転車で龍間まで通っていますが、健康にいいだけでなく、密を避けることもできます。『あの山を登るのか…』と皆さん敬遠されるようですが、一度やってみると意外とできるものです。お近くの方はぜひ挑戦してみてください。きっと違う景色が見えるはずですよ。今年はコロナウイルスクラスターを繰り返さないことが目標です。

マ：マスクして

ス：進む自転車

ク：苦しいかな



## わかこうかいクリニック

院長 城村 尚登

コ：こころから

ロ：ろう多くても

ナ：なかないで



新年あけましておめでとうございます。コロナ禍のなか、マスクの着用・3密の回避・手洗いやうがいの頻回の施行など、いろいろ手間のかかる事も多いですが、患者さんや職員の幸せを祈願して、今年も頑張っていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



# 若弘会のケアマネジャーをご紹介します


若弘会の居宅介護支援事業所は、1999年に指定を受け、介護保険制度が施行された2000年から、東大阪市、大東市、大阪市を中心に活動してまいりました。現在、4カ所の居宅介護支援事業所には15名のケアマネジャーが在籍し、利用者さんの立場に立って必要なサービスを利用していただけよう心がけています。今後も「住み慣れた場所で自分らしく暮らしたい」という思いに寄り添い、開業医の先生方や関連機関、病院や施設の方々と連携を図りながら在宅での療養生活を支えてまいります。


今回、この場を借りて課長・係長の職位にある若弘会のケアマネジャーをご紹介します。

## 大東市 竜間之郷居宅介護支援事業所


特徴：建物内に地域包括支援センターと訪問看護ステーションがあり、多職種の意見を参考にしながら質の高いサービスの提供を目指しています。現在、ケアマネジャーが6名在籍し、住み慣れた地域でその人らしい暮らしができるよう支援させていただきます。

主任ケアマネジャー  
係長 中矢 静  
ケアマネ経験年数9年

- 
- 1. 人間味を感じる事
  - 2. パズルゲームでのランカー
  - 3. 子供の小さい時の絵
  - 4. カラオケ教室を営む母と塾を営む子の店舗を備えたマンションを建築し、人が集まるような場所を作りたい

- 
- 1. 人生の学びがある事
  - 2. スヌーピー・バレーボール・カラオケ
  - 3. スヌーピーグッズ・山口百恵さんのアルバムCD
  - 4. 寄付(貧しい世界の子供たちのための健康・教育のため)と家族でのんびり世界一周

ケアマネジャー  
課長 大西 美幸  
ケアマネ経験年数9年

- 
- 1. 色々な人と出会える事
  - 2. YouTubuをみる
  - 3. 最近買ったワイヤレスイヤホン
  - 4. 自転車での日本縦断

主任ケアマネジャー  
係長 広瀬 耕司  
ケアマネ経験年数8年



～私たちが目指す  
ケアマネジャー像～

## Question

1. ケアマネの魅力
2. 趣味
3. 宝物
4. 100億円当たったら？

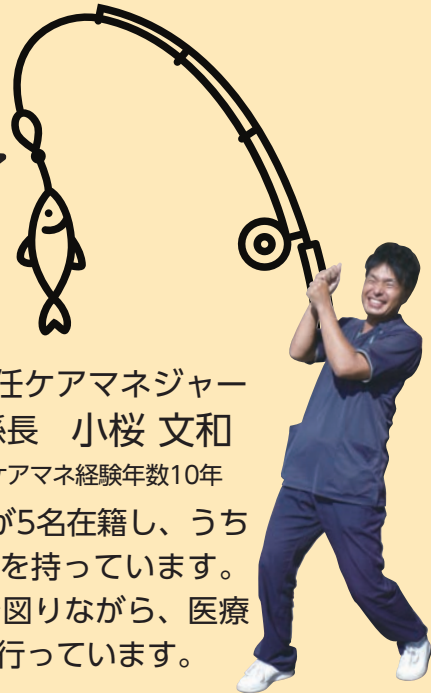
## わかくさ居宅介護支援事業所

### 東大阪市

1. 介護保険の要である事
2. 毎週ブリを釣りに行く
3. 釣り道具
4. 小さな帝国を築く

主任ケアマネジャー  
係長 小桜 文和  
ケアマネ経験年数10年

特徴：経験豊富なケアマネジャーが5名在籍し、うち3名は主任ケアマネジャーの資格を持っています。訪問診療や訪問看護と密に連携を図りながら、医療ニーズの高い利用者さんの支援も行っています。



## 日本橋居宅介護支援事業所 大阪市

1. 人生の最期を幸せに感じてもらえるような関わりができる事
2. ホラー系のビデオ鑑賞と漫画を読む
3. テレビ
4. 夫に99億円を渡し、1億円で一人の生活を満喫する

主任ケアマネジャー  
係長 石井 高枝  
ケアマネ経験年数20年

特徴：日本橋・通天閣・難波・オタロードと都会の真ん中で暮らしている方々の療養生活を支えています。地域のケアマネジャーとともに介護支援専門員協会浪速区支部を立ち上げ、研修等を通してサービスの質の向上を目指しています。



## わかくさ布施居宅介護支援事業所

特徴：支援から看取りまで、「さまざまな方の自宅で住みたい」という思いに応えられるよう支援してまいります。また、近鉄河内小阪駅からバイクで20分圏内のご相談には即時対応を心がけています。

1. 自宅での生活を支えられる事
2. 犬を飼うのを検討中
3. 車
4. 50億円は貯金、10億円は一生かけて豪遊、10億円は寄付、30億円で無人島を買う

主任ケアマネジャー  
係長 西口 和弘  
ケアマネ経験年数10年6カ月

### 東大阪市



- ・素直な心で話を聞ける
- ・謙虚さがある
- ・利用者さんの全体像が分かる
- ・人に興味が持てる
- ・柔軟に対応できる
- ・介護の無駄を省ける

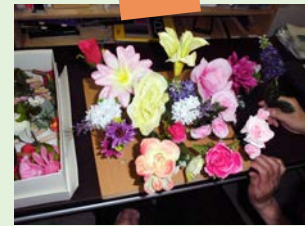
- ・医療ニーズの高い方に対応できる
- ・コミュニケーション力がある
- ・相談しやすい雰囲気がある
- ・自立を促すことができる
- ・公正中立である

# 介護老人保健施設 竜間之郷 通所リハビリテーションでの取り組み 「もう一度働く」ことへのお手伝い

## 要介護、要支援から 就労復帰を支える通所リハビリテーション

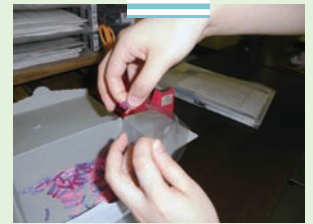
竜間之郷通所リハビリテーションは要支援の方から要介護5の認定を受けられている方まで通われています。その中には『もう一度社会にでて働きたい!』という利用者さんもおられます。それにむけて、竜間之郷がお手伝いできることについてご紹介します!

生活行為向上リハビリ  
職業リハビリの様子



## 竜間之郷 通所リハビリテーションの就労支援

就労に必要な身体機能、高次脳機能の改善を目的としたリハビリを実施し、利用者さんの身体、精神面の機能向上を図ります。機能改善が見込め、就労可能と判断された利用者さんに対して居宅ケアマネジャーと連携し、就労支援統括センターや就労継続支援事業A型、B型各事業所の紹介、情報収集、事業所見学・就労体験の調整、必要検査項目の実施を行っています。竜間之郷では2019年より就労支援件数3件の実績があり、2020年8.9月で合計2名が就労されました!



### 就労支援プログラム一例

	開始～ 3ヶ月	3ヶ月～ 6ヶ月	6ヶ月～ 9ヶ月	9ヶ月～ 12ヶ月	12ヶ月～ 15ヶ月
身体機能 のリハビリ	→				
高次脳機能 のリハビリ	→				
生活行為 向上リハビリ		→			
職業リハビリ				→	
事業所見学 ・体験				→	

屋外歩行  
家事動作  
買い物

スケジュール管理  
就労希望された  
事業所の作業の練習

就職

通所リハビリ  
の卒業

## 支援を受け、就労された方の声

### 利用者さんやご家族の方からの声は?

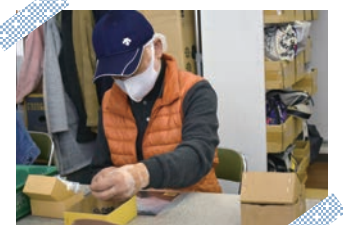
『右手の麻痺が残っているので、やりにくいところはあるが、他に問題に感じることもなく、仕事をすることができています』

『仕事をするようになって、本人の生活にハリがでて、表情もイキイキしている』

施設でのリハビリ写真のようなこまかな作業の練習をしました。

就労されて数か月後訪問を行った際、スムーズに作業が行えており、事業所さんからも助かっているという言葉いただきました!

また、働いて給与を得るといことも利用者さん、ご家族の方にとって大きなよろこびに繋がっているようです。







## 若草第一病院

スポーツ整形外科部長  
兼医療情報担当部長

医師 今田 光一

# 教えて！ 電子カルテ

昨年度、若弘会グループでは電子カルテを導入し、若弘会の各病院・クリニックなどでそれぞれ管理していた患者情報を一元管理する事ができ、よりシームレスな医療を提供できるようになりました。

これまでいくつもの病院の電子カルテ導入に関わって来られ、当社における電子カルテ導入に際しても、広範囲に亘ってご尽力いただいた今田医師にお話しをお伺いしました。

若弘会の電子カルテの良い所は何ですか？

### 「業務の改善・効率化」という視点がブレていない事

病院の紙カルテが電子カルテに変わったら単純に仕事が減って楽になると思われがちですが、そうではありません。導入によって手間や紙が増えた病院は山ほどあります。当グループでは私以外にも「電子カルテの落とし穴」を知るスタッフが導入プロセスに関わった事で、電子カルテ導入を機に減らせる業務と用紙を洗い出し、二重作業を止めるという明確な目的を導入前に掲げていました。それによって「業務の改善・効率化」という視点をブレさずに導入する事ができ、導入費用の削減にもつながっています。また、若弘会全施設の電子化が同時期に稼働した事は大変有意義でした。それによって、患者さんが若弘会グループの、どの施設で診療を受けても同じ情報を同時に共有する事ができ、シームレスな医療を提供できるようになりました。

導入による患者さんのメリットは？

### カルテを探す・運ぶ・を止めると患者さんのメリットにつながる

電子カルテはグループ内のどこからでも・同時に・同じように、全ての情報を得る事ができます。このため紙カルテや検査結果の用紙を運ぶことなく専門領域の医師に相談ができますし、検査結果が届くのも会計も早くなります。これらは患者さんの待ち時間の短縮というメリットにつながります。診察では患者さんと同じ画面を見ながら診療を行い、これまでの検査結果や治療経過などがグラフやカレンダー機能によってわかり易く表示されるようになっています。いつ薬を飲んだか等、患者さんが忘れがちな情報も一緒に画面を見ながら確認する事ができ安心です。また、この画面ではオーダーや検査結果の表示もわかり易く職員にとっても大きなメリットになっています。さらに職員の安全・効率性を守る「代行承認」・「一括承認」の機能を当グループで発案、搭載された事は忙しい医師・事務・コメディカルスタッフを助ける強い味方になっています。

今後のビジョンを聞かせてください

### 地域住民の健康を守る担い手として参画する

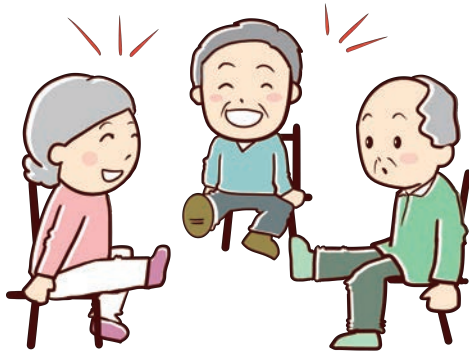
地域住民の健康を守る担い手として「地域包括ケア構想」への参画が必要になっています。今後、クリニカルパスを電子カルテに搭載する事で、治療内容と長期成績を分析し、この地域のベストプランを創生していくビジョンもあります。そのためには、病院に来る人だけではなく、予防の段階から医療者が地域に出てICTを活用する。その結果を必ずフィードバックする事が重要です。次は、院外にいる医師との情報のやりとり、他院との連携を行うICT連携ツールの整備が早急な課題と言えます。



転倒すると骨折やけがにつながりやすくなります。  
毎日の生活の中でできる！ 転倒予防・健康づくりのためのリハビリをご紹介します。

## 地域における

# 介護予防（転倒予防）のリハビリ



わかくさ大東訪問看護ステーション  
【理学療法士】 大東 康宏

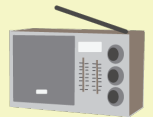
介護老人保健施設 竜間之郷  
【作業療法士】 松尾 康宏

「ざんねんないきもの事典」の動物学者の方がインタビューでこう言われました。「1番ざんねんないきものは人間、脳が重く知能が発達した結果、2本の足で身体を支えられず転倒するようになった。」  
歳を重ねると、筋力・柔軟性・バランス・視力・聴力と様々な身体機能、感覚器が低下していきます。では運動をして身体を鍛えれば良いと皆さん分かってはいますが、なかなか実行はできません。地域で転倒について考えるときは、『なにを・いつ・どのくらい』をキーワードにわかりやすく伝えていきます。

## はじめよう転倒予防！

### なにを？

お勧めはラジオ体操です。1928年に始まったこの体操は90年以上の歴史があり、親しまれてきました。子供からお年寄りまで全世代ができる体操は他の国をみてもありません。ラジオ体操の13項目には全身の動きが含まれています。自分の身体の中で苦手な動きに気付くこともできるはずですよ。



## 効果的に行うには...

### いつ？

When



午前中に運動すれば1日の身体の動きが良くなります。さらに続けることも大事です。運動に限らず決めたことを毎日続けることは難しいですが、まずは3日間我慢して頑張ってみましょう。1週間続けられれば習慣化して、毎日歯を磨くようなイメージになると言われています。「朝食後に運動をやる」といったわかりやすい時間を1日の中で決めて、取り組んでみましょう。



1日1万歩のようなキーワードを聞いたことがないでしょうか。最近になって1万歩は歩き過ぎではないかと言われていますが…。そもそもこの歩数目標は共通に立てられるものなのでしょうか。若い時に事務職をしていたAさんと現場仕事をしていたBさん、この2人が同じ目標でしょうか。まずは1週間自分の歩数を測ってみて1日平均を出してみましょう。そこから毎日500歩ずつ増やしていくと自分に合った歩数が見つかるはずです。



## 介護老人保健施設 竜間之郷での取り組み



リハビリテーションの中には、身体の状態を確認するための「評価」という項目があります。色々な評価がありますが、6分間でどのくらいの距離が歩けるか、1分間で何回立ち上がりができるかといった数字で表せる項目の経過を追うことも大切です。竜間之郷では月に1回、継続的な評価を実施しながら身体の変化を確認し、転倒予防に努めています。また、

可能であればご自宅への訪問を行い、家での様子を考慮して安全な自宅生活となるような提案や、その環境に応じた動作練習も行っています。お気軽にご相談下さい。

## 地域での療法士の活動

わたしたちリハビリテーション職種（療法士）は、「地域ケア推進リーダー」や「介護予防推進リーダー」といった、地域の介護予防活動での役割を担える人材育成を進めています。実際に地域の公民館や自治会館でお話をさせて頂いたり、通いの場の体操教室にお伺いしたりと元気な方への健康づくりにも関わっています。



わかくさ大東訪問看護ステーション

TEL 072-873-6508 URL <https://www.wakakoukai.or.jp/zaitaku/>



介護老人保健施設 竜間之郷

TEL 072-869-0076 URL <https://www.wakakoukai.or.jp/tatsumanosato/>





# 薬と飲料・嗜好品の相互作用

「薬」を飲むとき、一緒に飲んだり食べたりしてはいいものってなんだろう？

医療機関や薬局に行った際に、問診票を書いたことがあると思います。その中に、喫煙歴・飲酒歴・他に普段よく飲む飲料の種類などの嗜好品を問われる項目がありますよね。これは薬治療をする際、嗜好品によっては薬の効果が正しく現れない可能性があるため、問診票の項目に挙げられているのです。今回は薬の効果に影響がある飲料・嗜好品についてご紹介します。

## 飲み合わせのよくない主な薬と飲料・嗜好品

<p><b>薬</b></p>	<p>レボフロキサシン錠 (抗生剤)・アレンドロン酸錠 (骨粗鬆症治療薬) など</p>	<p>アムロジピン錠 (高血圧治療薬)・シクロスポリンカプセル (免疫抑制薬) など</p>	<p>ゾルピデム (睡眠薬)・アセトアミノフェン (解熱鎮痛薬) など</p>	<p>テオフィリン錠 (喘息治療薬)・オランザピン錠 (抗精神病薬)</p>
<p style="font-size: 2em;">+</p>				
<p><b>飲料嗜好品</b></p>	<p>牛乳やミネラルウォーター</p>	<p>グレープフルーツジュース</p>	<p>アルコールやカフェイン含有飲料</p>	<p>タバコ</p>
	<p>牛乳・ミネラルウォーターに含まれるカルシウム・マグネシウムが薬物と結合して、薬の吸収や効果を低下させます。薬の服用前後は牛乳・ミネラルウォーターを避け、2時間ほど間隔を空けてください。</p>	<p>グレープフルーツジュースに含まれるフラノクマリンという成分が、薬が分解される時に必要な酵素を阻害し、薬が分解されにくくなり、効果が強く出る可能性があります。</p>	<p>アルコールやカフェインが、薬が分解される時に必要な酵素を阻害し、薬が分解されにくくなり、効果が強く出る可能性があります。</p>	<p>タバコには薬が分解される酵素を強める作用があり、薬が分解されやすく、効果が弱くなる可能性があります。喫煙されている場合、タバコの本数の変化や禁煙する場合、医療機関や薬局に報告しましょう。</p>

上記以外にも健康食品など注意しなければならない嗜好品や飲み合わせが悪い薬もあります。日々服用している薬をお薬手帳で管理し、不安なこと・わからないことは薬剤師に相談しましょう。

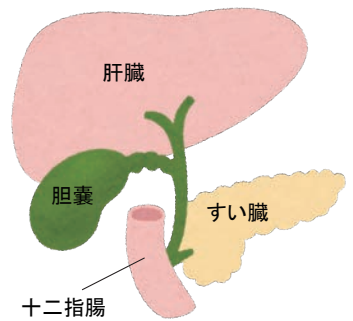


血液検査で何が  
わかる？

# すい臓の病気

## すい臓の役割

アミラーゼやトリプシン、リパーゼといった膵酵素を十二指腸に送る「外分泌機能」と、血糖の量を調節するためのインスリンや、消化液の量を調節するグルカゴン、ガストリンといったホルモンをつかって血液に送り出す「内分泌機能」という働きがあります。



## すい臓とは…

私達のからだにとって、大変重要な働きをしているにもかかわらず、その具体的な働きや病気の成り立ちは未解明なことが多く、他の臓器に比べて病気の早期発見、早期治療は難しい臓器です。

## すい臓の病気

急性膵炎、慢性膵炎、膵嚢胞性腫瘍、膵癌などがあります。また、すい臓の内分泌機能に異常が起きた場合に血糖値の上昇がおり、糖尿病を引き起こすこともあります。

### ■ 急性膵炎

何らかの原因で膵酵素が異常に分泌された場合、すい臓の細胞そのものを消化してしまうことで引き起こされます。

急性、慢性ともに膵炎の原因として多いのはアルコールの過剰摂取といわれています。



その他、膵嚢胞や膵癌も前述の通り早期発見が難しいのですが、血液検査ではCA19-9、SPAN1、DUPAN2、CEAなどの腫瘍マーカーを参考にすることができます。

### ■ 慢性膵炎

すい臓の炎症がくり返し起こることで、細胞が破壊されて線維化を起こし、やがて肝硬変のように硬く萎縮してその機能をはたせなくなっていきます。

すい臓の疾患の多くは、すい臓そのものがからだの後ろ側に位置するため、背中への痛みを伴うといわれています。血液検査等によって膵酵素や腫瘍マーカーの値を調べることで健康管理を行いましょう。



※血液検査は、診断を確定するものではありません。  
超音波検査、CT、MRIなどの検査を行い、総合的に判断されます。

サンキメディカルラボトリー

## 栄養と健康

# 管理栄養士が教える 食事のコツ

～糖尿病の方や血糖値が  
気になる方へ～

わかさ竜間リハビリテーション病院  
栄養課



大盛り皿ではなく、  
ひとり分ずつ盛り付けて  
食べることを心がけて

腹8分目

### 副菜

食物繊維が豊富な野菜、海藻、キノコ等がたっぷりのものを選びましょう！先に食べることで血糖値の上昇が穏やかになります。

### 主食

血糖値を上げすぎないようにごはん、パン、麺等は食べ過ぎないように注意しましょう！



### 主菜

加齢に伴い筋肉の減少が加速するので肉、魚介類、卵、豆腐等良質なたんぱく質はしっかり摂りましょう！

## ●GI値の低い食品を摂り入れるとさらに効果的に！?

GI値とは炭水化物の吸収速度を表す言葉です。このGI値が高いほど、吸収速度が速く血糖値を急激に上昇させ、低いと緩やかに上昇します。「糖質オフ・ゼロ」のお菓子や、砂糖の代わりにはちみつや甘味料にするのもおすすめです！

### 高GI食品

白米、食パン、うどん  
など



### 低GI食品

玄米、全粒粉パン、  
そば、ナッツなど



## ●食事療法こそ最高の特効薬です！

糖尿病の食事療法は、規則正しく食事をすることで血糖のコントロールを良くし、合併症を防ぐために大変役立つとともに、健康で長生きするための食生活でもあります。今回は、糖尿病食の基本についてご紹介します。

### 食事療法の基本

#### ①適正なエネルギー量の摂取

エネルギー摂取量=標準体重×身体活動量(25~35kcal/kg)

※標準体重とは身長(m)×身長(m)×22です。

#### ②バランスの良い食事を摂る

丼ものや麺類のみで済ませるのではなく、主食・主菜・副菜などバランス良く摂りましょう。



#### ③1日3食の規則正しい食生活

食事を抜いたり、まとめ食いをしたりせず、1日3食を決まった時間にゆっくりよく噛んで食べるように心がけましょう。



糖尿病の食事に特別な食事は必要ありません。自分に合ったエネルギーを知ること、偏った食事をしないことに気をつけて、無理なく糖尿病と長く付き合っていきましょう。



# 若弘会の認定看護師たち

相手に興味を持つことから関係が始まる

日本橋老人訪問看護ステーション  
看護部 金子 更紗



利用者さんの状態を捉え、アセスメントに基づいてケアを考えられる学生さんが、なぜか利用者さんとの関係性を築けない。私は、実習指導でそのようなケースに悩みました。そして、「もしかしてこの学生さん、利用者さんに興味ない?」と気づきました。そこで学生さんに「この人ってどんな人ですか?」と聞くと、「〇歳の女性で疾患は××で××の処置を受けて…」とすらすら答えられたので、次に「この人はどのような時代を生きてきたどのような性格の人ですか?」と聞くと、「…知りません」と言われました。翌日、学生さんは、利用者さんの生きてきた時代や就いてきた職業について調べ、それを基にコミュニケーションを図っていました。すると、一気に空気が良くなり、学生さんは、「この方って、こんなにお話して下さるんですね」と驚いていました。私は、対象を人間として捉えるためには、「まずは相手に興味を持つこと、それが関係の始まり」だと思っています。このことをこれからも学生さんに伝えていきたいと思います。



## 若弘会の看護

用手的微振動技術介入による生活行動獲得への一歩

わかくさ竜間リハビリテーション病院 看護部

用手的微振動技術は、対象者の身体に手掌を添えて関節と関節周囲の筋ならびに筋膜にリズムカルで細かい振動を与え、筋肉の委縮や関節拘縮から身体を開放することを目的としたNICD看護技術です。関節拘縮の改善・回復を目的とした臨床治療法は痛みを伴うことがあり、それを克服するケアとして開発された療法です。身体開放技術は、用手的微振動療法その他、温浴刺激看護療法、ムーブメントプログラム（広報誌「わかくさvol.112」掲載）で構成され、その方法の組み合わせは、対象者の状態に合わせて行われます。そして、拘縮した関節の可動域を拡大し、生活行動の獲得を可能にする身体を作ることを目指していきます。

病棟での用手的微振動技術介入の取り組みにより、効果を確認できた症例も報告されています。「その人の生活行動を守る」を第一に考え、個々人に合うプログラムを試行錯誤しながら日々実践しています。



a 肩甲骨中央部



b 三角筋



c 両大転子部



※NICDとは

Nursing to Independence for the Consciousness Disorder and the Disuse Syndrome Patient  
意識障害・寝たきり(廃用症候群)患者さんの生活行動を自立へと導くための技術です





## 患者さんを家族と思って 接することを大切に

わかくさ竜間リハビリテーション病院

看護部 奥田 詠子



私は、高校卒業後に看護の道を目指したいと思っていましたが、母に「きつい仕事だから続かない」と反対され、断念していました。しかし、その後も看護師への夢を捨てきれず、末っ子の小学校入学と同時に看護学校へ入学し、看護師になるという夢を叶えることができました。

入職時研修を終え病棟で働き始めた頃、初めて受け持った患者A氏の娘さんに挨拶をした時、「初めてですね。異動してこられたの？もうベテランさんって感じですね。」と言われました。それに対して私が「新人看護師としては歳をとって遅咲きですが、今年看護師になったばかりの1年目です。」と話すところ「年齢の分、落ち着かれて安心感があるから頑張ってるね。」と優しい言葉をかけてくれました。

その娘さんは平日ほぼ毎日、片道1時間半かけてお見舞いに来られていました。A氏は受け持った当初、経口からはアイスクリームしか摂取されていない状態でしたが、娘さんは経口

のみで栄養を摂取できるようになってほしいという思いがあり、A氏に話しかけたり、マッサージを行ったりと一生懸命関わっていました。その後、食事形態を徐々に上げることができ、ペースト食を摂取できるようになり希望通り施設へ退院することができました。

私は、A氏と娘さんとの関わりを通して、家族の強い思いには患者さんを変える力があり、患者さんもその思いに応えようとする力が働くことを強く感じました。そしてこの経験から、患者さんを家族と思い接することを大切にしようと思うようになりました。

退院の時、娘さんから「10年後、皆さんに愛される頼もしい看護師さんに成長される姿を想像しています。今の気持ちを忘れず、これからも頑張ってください。」というお言葉を頂きました。これからもその言葉を胸に、患者さんを家族と思って接し、成長していきたいと思えます。





各施設の看護課長の「看護観」の原点となったエピソードをご紹介します。  
これまでの看護経験の中で、今でも心に残っている患者さんとのかわりば  
どのようなものだったのでしょうか・・・。

## その人らしい 最期を迎えるために

若草第一病院

看護部 西村 あゆみ



私が看護師を目指したのは、看護師であった叔母が祖母の看護を自宅で行う姿を見て専門職に憧れを抱いたことがきっかけです。看護学校を卒業後、当施設に入職し急性期看護に携わってきた中で、看護師として私が成長できたのは、患者さんとそのご家族との関わりからの学びが大きかったように思います。最も印象に残ったエピソードをご紹介します。

患者A氏は、高齢の女性で尿路感染症を患い入院されていました。全身状態は思わしくなく点滴治療により、回復を期待していましたが状態は悪くなる一方でした。それでも、看護師の声掛けに辛い表情を見せず返事をしてくれました。A氏は全盲であったため、全ての日常生活動作に介助を要したことから、声をかける時もA氏のそばに寄り添い、自分の存在が伝わるように話しかけました。私の祖母も全盲に近い状態で生活動作の手助けをしていたため、A氏を見ると自分の祖母が重なって見えました。

次第に体のむくみも見られ、手足の冷えも感じため手浴とマッサージを行いました。むくみ

で大きくなった手にどのくらい力を加えて良いかわからず緊張しながら手浴をしたことや、呼吸が荒く辛い状況にあっても「ありがとう」を言葉にして伝えてくれたことは今でも覚えています。A氏の状態が変化した時、新人だった私は何度も血圧を測ったり、頻回に訪室したり気が動転していました。その時先輩看護師が、患者さんと家族の時間を大切にして、その人らしく最期を迎えられるように努めることが大切であると教えてくれました。A氏が息を引き取った後、「最期の時を一緒に過ごせて良かった」とご家族が涙を流し話してくれましたが、私は何も出来なかった無力さとA氏との関わりを思い出し、頭を下げることしか出来ませんでした。

この経験から私は患者さん一人ひとりにこれまでの人生の背景があり、入院をしてもその人らしい生き方を支えられる存在になりたいと思いました。これからも患者さんに寄り添える看護を提供していきたいと思えます。

# 外来表のご案内

## 若草第一病院 外来担当医表

当院は病診連携のもと、紹介予約を基本としております。  
急患につきましてはお電話にてお問い合わせください。

TEL 072-988-1409  
FAX 072-982-5425

外来担当医表は都合により変更する場合がございますので必ずご確認のうえご来院ください。

午前診：9:00～12:00

午後診：完全予約制となっており、一部の診察を除き専門外来のみです。

●：紹介のみ、○：予約制

2021年1月1日現在

	月	火	水	木	金	土	
午前	内科	山口 哲央 龍華 美咲	金 鎬俊 清水 雅之	尾崎 香子 岡本 麻知子 診察日第1・3週 金山 裕一 診察日第2・4・5週	金 鎬俊 小谷 晃平	金 鎬俊 瀬川 哲也	土 坂上 祐司
	消化器内科	北野 厚生 岡田 章良	遠山 まどか 診察時間9:30～12:00	北野 厚生 親泊 智英	岡田 章良	龍華 庸光	担当医 診察時間9:00～11:00
	循環器内科	●○森 益規	●○森 益規 診察時間9:30～12:00	●○北崎 和久 ●○森 益規	●○森 益規	井坂 拓 ●○北崎 和久	武田 徳弘
	呼吸器内科	棚野 吉弘	—	柏尾 誠	姜 成熟	小川 晃一	—
	小児科	吉村 彰友	吉村 彰友	吉村 彰友	吉村 彰友	吉村 彰友 診察日第2・3・5週	—
	脳卒中センター	熊谷 哲也	担当医	川井 正統	山本 暁大	熊谷 哲也	担当医
	外科	中本 博之	山中 英治	北川 克彦	●○山中 英治 診察時間9:00～10:00	池側 恭洋 田村 地生	小田 道夫
	整形外科	真田 英明 国村 大樹	領家 幸治 国村 大樹	●○担当医	真田 英明 辻本 由美子 診察時間9:30～12:00	●○担当医	●○担当医
	人工関節センター	—	○原口 圭司	—	○原口 圭司	—	—
	肩・スポーツ外来	—	—	—	今田 光一 診察時間9:30～11:30	—	—
	脊椎脊髄神経外科	—	—	森脇 崇 診察時間9:00～11:30	—	—	—
	形成外科 皮=皮膚科・形成外科	新田 匡章	—	—	皮 吉岡 希	—	—
	婦人科	小林 理章	小林 理章	小林 理章	小林 理章	小林 理章	金森 崇修
	眼科	西田 功一 診察時間9:00～11:30	福田 全克 診察時間9:00～11:30	—	青松 圭一 診察時間9:00～11:30	米田 廣美 診察時間9:00～11:00	青松 圭一or 豊澤 真梨子 診察時間9:00～11:30
	泌尿器科	中川 雅之 診察時間9:00～11:30 林 知行 診察時間9:00～11:30	—	井上 貴昭 手術 中川 雅之 診察時間9:00～11:30 林 知行 診察時間9:00～11:30 診察日第1・3・5週	中川 雅之 診察時間9:00～11:00 林 知行 診察時間9:00～11:00 診察日第2・4週	林 知行 診察時間9:30～11:30	吉田 健志 診察時間9:00～11:00 診察日第1・3・5週 林 知行 診察時間9:00～11:00 診察日第2・4週
	耳鼻いんこう科	天野 かおり	天野 かおり ○北野 厚生	天野 かおり	—	天野 かおり	—
	消化器内科	—	○北野 厚生 診察時間14:00～16:30	—	—	—	—
	神経内科	—	—	—	○山口 哲央 診察時間14:00～16:00	—	—
	心臓血管外科	—	—	—	—	●○長阪 重雄 診察時間13:30～16:00	—
整形外科	—	○領家 幸治 診察時間14:00～16:00	—	—	—	○領家 幸治 診察時間14:00～17:00	
肩・スポーツ外来	○今田 光一 診察時間13:00～15:30	—	—	—	—	—	
脊椎脊髄神経外科	—	—	○森脇 崇 診察時間13:30～16:30	—	—	—	
セカンドオピニオン外来・ 乳腺外来	—	○山中 英治 診察日第2・4週	—	—	—	—	
眼科	○予約検査	○予約検査	—	○予約検査	○予約検査	—	
泌尿器科	○予約診療・検査 診察時間14:00～16:00	—	○予約診療・検査 診察時間14:00～16:00	—	—	—	

## わかさ竜間リハビリテーション病院 外来担当医表

2021年1月1日現在

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00 内科	佐藤 修一	杉口 茂	園田 智弘	紙谷 富夫	錦見 俊雄	—
午前 9:00～12:00 歯科	貴島 真佐子	貴島 真佐子	貴島 真佐子	貴島 真佐子	貴島 真佐子	—

## わかこうかいクリニック 外来担当医表

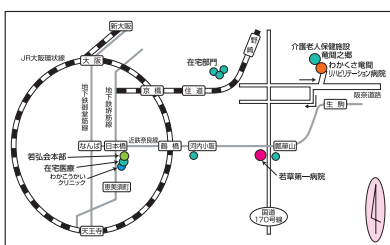
2021年1月1日現在

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00 外来1診	城村 尚登	城村 尚登	城村 尚登	池岡 直子	城村 尚登	西口 修平
午前 9:00～12:00 外来2診	—	—	西口 修平	—	北野 厚生	—
午前 9:30～12:00 腹部エコー検査	池岡 直子	—	—	—	—	康 典利(第2・第4)

### 社団の理念

最高の医療を提供し、  
地域社会の健康と健やかな  
人生に貢献します

当社は、東大阪市を中心に  
機能や特質の異なる施設を擁し、  
急性期医療から在宅療養にいたる  
医療ネットワークを展開しています。



広報誌 わかさ 2021年 No. 113

発行：社会医療法人 若弘会  
大阪市浪速区日本橋4-7-17  
発行日：2021年1月1日

ホームページを開設しています。  
<https://www.wakakoukai.or.jp>  
e-mail: info@wakakoukai.or.jp



広報誌わかさの表紙を飾るお写真や  
コラム、またご意見、ご感想などが  
ございましたら、お待ちしております。



メールアドレス  
QRコード

社団ホームページ  
QRコード