



発行所
安芸郡芸西村
芸西病院
TEL 0887 (33) 3833

発行責任者
岩村 久
http://okura-kai.com/
geisei/




新年あけましておめでとうございます。皆さまにおかれましては健やかに新年をお迎えのこととこのころよりお慶び申し上げます。

昨年、芸西病院開設40周年、リゾートヒルやわらぎ開所20周年を迎えることができました。これまで支えてくださった皆様に深く感謝申し上げます。

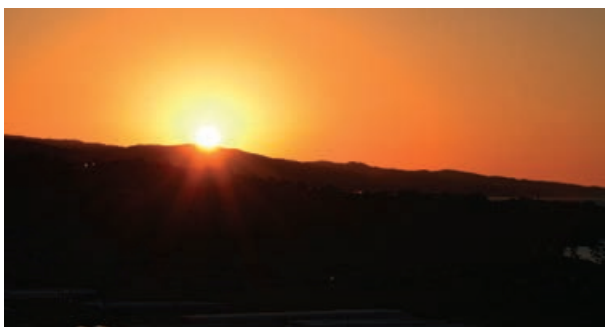
さて、今回は喫煙についての話をしたいと思います。能動喫煙は、がん、心臓血管疾患、呼吸器疾患、糖尿病など多くの疾患の原因となり、我が国では能動喫煙により年間12〜13万人が死亡しているといわれています。一方、受動喫煙による年間死亡者数は、厚生労働省研究班による最新データでは約1万5千人と報告されています。

受動喫煙防止の効果は、世界各地において研究により明らかになっていて、わが国でも二〇一八年七月に受動喫煙対策を強化する改正健康増進法が成立しました。基本的な考えとしては①「望まない受動喫煙」をなくす、②受動喫煙による健康影響が大きい子ども、患者などに特に配慮する、③施設の種類・場所ごとに対策を実施する、というものです。対策は段階的に進められ、東京オリンピック・パラリンピック開催前の二〇二〇年四月に全面施行されます。それでも日本の受動喫煙対策は海外と比べて遅れが目立ち、病院や学校、飲食店、バーなど人の集まる場所すべてを禁煙とする英国やカナダなどには及ばないのが実情です。

医療法人おくら会 理事長 藤戸 良輔

医療法人おくら会としては、藤戸病院では敷地内禁煙が実施されています。芸西病院におきましても受動喫煙防止に向けた対策が進められています。段階を経て準備をしっかりと行うことで、問題の多くは解決できると考えています。来院される皆さまには、受動喫煙対策（非燃焼・加熱式たばこを含む）についてご理解とご協力をいただきたくお願いいたします。

話は変わりますが、新天皇即位に伴い五月一日からは新元号となります。この頃には芸西病院の耐震改修工事等が完了している予定です。昨年は六月に大阪で「最大震度6」が、九月に北海道で「最大震度7」の地震が発生しました。南海トラフ巨大地震がひとたび




老健やわらぎから望む“平成最後の初日の出”

発生すると、静岡県から宮崎県にかけての一部で震度7となる可能性があるほか、関東から九州にかけての太平洋沿岸の広い地域に10mを超える大津波襲来のおそれがあります。喫緊の課題であった地震対策として病院の耐震化を行うとともに、装いも新たに、利用される皆様を安心して迎えたい病棟づくりにも努めてまいります。

二〇一九年もスタッフ一丸となって地域の皆様が元気に過ごせますよう頑張つてまいります。今年もよろしくお願いいたします。

看護師 准看護師 介護福祉士 ヘルパー2級

☆院内研修が充実しており、未経験の方も歓迎です。
☆24時間院内保育もあり、子育てしながら勤務可能です。
☆勤務は2交代制で、働きやすい環境が整っています。
☆高齢者ケア、精神科看護、地域保健福祉に関する意欲的な方、応募をお待ちしています。



外来診察担当医 平成31年1月1日～

内科	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
	山崎 (第1週)	岩崎 (第3週)	八木	清藤 (第1・3週)	山崎	八木	大西 (第1・3・5週)	山崎	山崎	麻生	休診	休診
	八木 (第2・4・5週)	山崎	八木 (第2・4・5週)	八木	山崎	八木 (第2・4週)	山崎	山崎	大畑	戒	休診	休診
精神科	藤戸良子	岩村	岩村	藤戸良輔	戒	藤戸良子	三宅	大畑	戒	休診	休診	休診

第19回みずき研究大会を終えて

実行委員長 小松 真由美

平成30年11月10日、ロイヤルホテル土佐で第19回みずき研究大会が開催されました。皆様のおかげで盛況に終わりましたことを心からお礼申し上げます。

今年の特別講演は、宝塚市立病院でチャプレンカウンセラーとして活躍の沼野尚美先生より「共に支え、共に生きる」というテーマで講演していただきました。沼野先生のお話は力強く、説得力があり、皆引き込まれていくように聞き入っていました。チャプレンカウンセラーとして3000人以上の生と死に向き合ってきたことから得る体験談や患者さんから教えてもらった事などを、わかりやすく私たちに伝えてくださいました。自分の生き方、家族の事など



ど思い浮かべながら共感し、本当に感動するお話でした。そして、専門職として支援する側の3つの心得も教えていただきました。

1. 温かい存在になる (側にいてくれるだけで心地よい存在)
2. 傾聴して聞く。
3. 自分の言葉でタイミングを逃さず相手に伝える事。



多職種の方が参加してくれていましたが、職種を超え、人として人に寄り添う素晴らしさを教えてもらった貴重な時間でした。

一般演題では、当院以外より田野病院、藤戸病院、院内からも4演題と計6演題の発表がありました。どの演題にも共通していたことは、「患者さん個人を尊重し、思いに寄り添いながら生活の質をあげていく。」「その人らしい生活のサポートに尽力し、成果をあげていく。」という点で、とても素晴らしいと思いました。



今年の7月に2B病棟に就職してから5ヶ月が経ちましたが、この短い間に初めての妊娠・夫の転勤による引越等、仕事でもプライベートでもバタバタと忙しい日々を過ごしています。周りのスタッフの方々にたくさん助けていただきながら、赤ちゃんは今のところ順調に6ヶ月を迎えることができました。元々私が妊娠しにくい体質だったため、今回の妊娠に夫婦で大喜びし、夫は妊娠確定したことを伝えた夜に、早速お祝いのケーキとともに「初めての妊娠・出産」「良なお産に向けての献立表」といった本を数冊購入してきました。「生ものは控えた方がいいよ」「便秘にはこれが効くって」と私よりも熱心に妊娠・出産について情報収集をしてくれています。最近胎動がはつきりと外からでも分かるようになってきたため、毎日起床時と寝る前に2人でお腹に話しかけるのが日課になっています。

初めての妊娠でいろんな心配や不安もありますが、子どもを4人も5人も育ててきた大ベテランの先輩方も2B病棟にはおり、先輩方の話を聞いては元気をいただいています。また、患者さんたちも「腹がよっ出てきたねー」「赤ちゃん元気？」と優しくお腹をさすって励ましてくれたり、自身の出産の話を聞かせてくれたりしています。

性別が分かる前は病棟の患者さんたちからは「男の子やろ!」と太鼓判をもらいましたが、先日の検診ではどうやら女の子?無事に産まれてくるまでの楽しみに、自分の体調と相談しながら、できる範囲で一生懸命仕事も妊婦生活もこなしていきたいと思っています。

リレーエッセイ No.56 「人生の転機」

2B病棟 看護師 伊豆千夏



連載コーナー STのつづき 最終回

最後のおこづかい

言語聴覚士 宮内 良誠

昨年の秋に、私は結婚披露

宴を行いました。職場の方や関係者の方々をお招きし、もちろん家族も親戚もみんな呼んで、台風が差し迫る中でしたが(笑)、お祝いをしました。

台風による欠席の方もいらっしゃいましたが、それ以外の諸事情で、参加できないという方々もいました。その方々の中には、大変ありがたいのですが、お祝いの言葉だけでなく、ご祝儀をくださった方もいらっしかったです。その、事前に頂いた皆さんからのご祝儀を確認していたところ、思わず、「あつ」と声を出してしまっような、大変驚いたお祝いをくださった方がいました。祖父と祖母の名前でした。

祖母は一昨年前に病気で亡くなっており、祖父もその後、すぐに体調を崩して、後を追うように亡くなっていました。何と、祖父と祖母は、まだ結婚する日が決まっていない段階から、お金を取っていない

くれたようです。このお祝いは、私にとって「最後のおこづかい」だと思えました。

先に結婚していた従兄弟夫婦が、僕に届けてくれたものでした。

私は三年前、まだ婚約もしていない今の妻である彼女を連れて、祖父祖母の実家を訪れました。ぜひ、一緒に食事でも行こうと誘われたのです。その時は、妹の結婚が決まっでいて、さらに従兄弟の結婚も決まっていたので、自分たちの結婚の予定こそ話はしませんでしたが、きっと近い将来、祖父祖母にも結婚の報告に来たいなと思いつつ、レストランで食事をしたことを思い出します。

祖母は胃がんでした。手術で胃をほとんど切除していましたが、その日は調子が良く、レストランの和風弁当を、ペロリと食べてしまっほど、調子が良かったのです。ちょうど窓の外は、桜が満開の春でした。「あの桜を見に行きたい」と、急に祖母が

言いましたので。

あの桜とは、仁淀川町の大渡ダム公園から、旧道沿いの並木桜のことです。

レストランからは車で三十分ほどのところでした。私も彼女も、行ったことがなかったため、四人で急遽、行くことにしました。祖母の体調は、本当に良かったのです。

しとしと、春雨と霧の中、車を走らせ、十数分ほどで到着しました。大渡ダムの橋を渡ると、濃霧で前がよく見え

ません。ゆっくり徐行で、旧道を走ると、ぱあっと霧が晴れ、この世のものとは思えないくらい沢山のピンク色が、車の窓からミラーに至るまで、埋め尽くしました。桜の雨でした。

あんなにきれいな桜は、今まで見たことがありません。

「最後のおこづかい」を見た時、すぐに、この桜のことを思い出しました。しばらくご祝儀袋を見つめてから、濡らさないように、大切に仕舞うことにしました。

写真は、昨年の春、婚約した頃、二人でもう一度、仁淀川町へ桜めぐりに行った時の写真です。残念ながらというのも変で

ですが、綺麗な雨の桜ではなく、大変天気の良い、花見日和でした。今年の春も、ぜひ見に行きたいと考えています。

おわり

後記

みなさまへ

STのこえは、今回で終了とさせていただきます。二年ほど、自分の連載コーナーをもたせて頂いたのにもかかわらず、いつも締め切りギリギリ(間に合わないことがほとんど)かもしれませんが、こんな幼稚な文の記事を、毎回載せて頂いて、また読んでくださって、本当にありがとうございます。



現場栄養士 調理師 調理員 急募 !!

料理に興味のある方、未経験者の方も大歓迎!!



第5回 Hi-Six リレーマラソンに参加して

作業療法士 田野岡 宏樹

今回、初めて第5回 Hi-Six 42.195km リレーマラソンに参加させて頂きました。リレーマラソンとは、42.195kmを4〜10人のチームでタスキを繋ぎ完走する競技です。私達は今回芸西病院の職員9人でチームを作りチーム松田Gとして参加しました。今年も、例年に比べ参加チームが多く300近いチーム数が県内外から参加していました。前日の夜はドキドキと不安でぐっすり寝ることができると心配して



全員でゴール♪

でしたが、グッスリ快眠でき当日を迎えることが出来ました。私は、体を動かす事が好きで小学校1年生から現在も社会人リーグでサッカーをしています。恥ずかしながら、水泳と長距離であるマラソンは苦手であり無縁の競技でした。しかし、いざ走ってみると声援の中、人を抜いていく楽しさだけではなく、抜かれた時の悔しさがあり、リトル田野岡の闘志に火が付きました。リトル田野岡の意味は、心の中のもう1人の自分を意識しています。元サッカー日本代表の本田選手の入団会見での名言「心の中のリトル本田に聞いた」からきています。苦手だったマラソンも闘志に火がついたこともあり気付いた頃には走り終えていました。走り終えた直後は、達成感を味わう前に疲労感がきてしまい味わう余裕がありませんでした。しかし、最後のフィニッシュラインをチームメイト9人で手を繋ぎくぐることで達成感を味わえました。サッカーも一つのボールを攻守を繰り返して



今年のチーム松田Gのメンバー

からチームメイトと繋ぎ最後にシュートを決めます。競技は違えど、1つのタスキを全員で繋ぎゴールを目指すマラソンと共通している部分があると感じました。また、私達の仕事も他職種との繋がり・連携が患者様にとってより良い医療・援助の提供のために重要になります。繋がっていくということの大切さをリレーマラソンを通して再認識することができました。リトル田野岡の闘志が消えていなければ来年も参加させていただきますと思います。今回のリレーマラソン参加にあたり、声をかけてくださった職場の方、寒い中応援してくれた方々、チーム松田の皆様には感謝いたします。楽しい思い出をありがとうございます。

ふじと祭に行ってきました

精神作業療法室主任 作業療法士 石丸 真由美

穏やかな秋晴れとなった11月18日、藤戸病院で開催されたふじと祭へ患者さんと共に参加してきました。早朝からの出発となったのですが患者さん達は準備万端でバスに乗車されており、車内での会話から、それぞれにお目当ての催しがあり楽しみにされているようでした。



院長賞をいただきました

芸西病院からは昨年に引き続き餃子を出店しました。羽根付きのこんがり餃子として好評をいただいた昨年でしたが、ジュシーさとパリッと感がグレードアップして、今流行りのSNS映え餃子?として帰ってきました。昨年は、私も出店担当としてひたすら餃子を焼いていたのですが、今年はバザーやコンサート、飲食コーナーに防災クイズ、ビンゴゲームと工夫が凝らされた様々な催しを患者さんと共に満喫させていただきました。



今年も好評!!

作品展示には、日頃の作業療法で作成した書道やクラフト、絵画等の作品を精神デイケアの作品と共に展示しており、期待に胸を膨らませながらじっくり皆で鑑賞してきました。日々の活動での地道な努力と、患者さんそれぞれが持つ力が結集したことで立派な作品が完成し堂々と展示されていました。作成に携わった患者さん達はどうか誇らしい表情をされており、こうした発表の場があることが日々の活動の励みになり創作意欲に繋がっていることを改めて感じました。中には「〇〇君は賞をもらって良かったね」と共に活動に参加し、切磋琢磨してきた他の患者さんの受賞を自分のことのように喜ぶ方もいました。その言葉に触れ、作品の出来栄だけが結果ではなく、作業活動の過程の中で人とのつながりが生まれ、日々の暮らしが豊かなものになっていくことを実感し、援助する者として大事なことを患者さんから教わったひとときでした。帰りは満開の噂を聞きつけて高須のコスモス畑にも立ち寄り、大満足の一日となりました。

様々な秋を楽しんで…

精神デイケア
臨床心理士 石丸 茂偉

秋になるとよく取り上げられるのが〇〇の秋という言葉。秋は〇〇をし易いと言われ、何をすることも適したこの季節には様々な〇〇があてられます。デイケアでは今年も色んな秋を満喫してきました。

「芸術」の秋 〜第22回スピリットアート展〜

10月初旬、県立美術館にて開催された第22回スピリットアート展（高知県障害者美術展）に出展した共同作品が立体作品等の部で、個人作品が書道の部で昨年に続き見事入選しました。

個人作品で念願の入選を果たし、その審査結果が記載された新聞を切り抜いて今でも大事にしているAさんからは、「おじいちゃんが見に行きたいって言ってくれて、いずれば外に出るのがしんどくなると思っけど、おじいちゃんが元気になるうちに賞をもらえて、私の作品を見に行きたいって気持ちがあるうちに賞を取れて良かった」との言葉が聞かれ、家族と喜びを共感できたことが何より今後の制作の励みになったと思います。



「一生の思い出になった」と受賞後のAさん

「行楽」の秋 〜バスレク・野市動物公園〜

こちらは11月の中旬。国道にある看板を見てメンバーさんがかねてより、「行ってみようかなあと思ったり、行っても仕方ないかなあ…」と思いを馳せていた野市動物公園に行ってきた。

キリンとシマウマが醸し出す野市動物公園名物？のあのスローな空間を満喫したことはもちろんですが、Bさんの側からずっと離れずにいるチンパンジーとBさんが作り出す癒しの空間にデイケア一同が包まれたことでした。時間の関係もありその場を去ることになったのですが、「お別れの挨拶をしてくる」と、もう一度チンパンジーの所へ戻り何やら話しかけていた。Bさんの姿が何とも印象的でした。そのことに少し触れてみると、「チンパンジーが僕の所に寄ってきて、ガラス越しにただ座っちゅ



逆光で影になってしまったのが何とも面白いBさんとチンパンジーとのツーショット

うだけやけど、友達とどうか…動物と人間やなしに本当身近な人が居るような気になつて、それが嬉



しく感じたのと、自分の心にある悲しさとか寂しさとかそれを吸い取ってくれるような気がしました」と話され

人と動物の垣根をいとも簡単に超えることができるBさんの感性に自分も人としての感覚をもっと大切にしていきたいと思いました。因みにこれは余談ですが、今年度にこれまで出展してきた共同作品がみずき祭では『理事長賞』、先のスピリットアート展でも入選と、デイケア創作部門のファンタジスタこと看護師Cさんの園内での様子はと言つと、動物には目もくれずにどنگりや落ち葉などの自然散策に明け暮れ、次なる作品づくりの素材選びに余念がないその姿から、来年度の作品展制覇へ向けてまさに視界は良好で、怖いのは「人事異動」だけと言っても過言ではないでしょう(笑)

一つひとつの行事が終わり少し寂しい気持ちもありますが、メンバーさんが行事を通して感じたその心豊かな体験から今年も色々なことを学ばせていただきました。行事に参加された皆さん、お疲れ様でした。

秋のおでかけ

グループホーム介護福祉士 細川 真由

グループホームでは毎年、春と秋に外出レクを楽しんでいます。

10月上旬の外出レクは、地域資源豊かな芸西村の懐かしい場所や、景色を楽しんでもらおうと、筒井美術館とつぱ市に行ってきた。筒井美術館では、江戸時代中期から昭和初期に使われていた農機具や漁具、生活用品を見学しました。「懐かしい。家にも織り機がありました。子供ながらに自分にも出来ると思うて、真似て触ってみたら祖母に叱られた。」と、笑いながら入居者が話してくれました。かっぱ市では、入居者さんが「はよう来て、これ食べてみい！」と、ミカンの試食を他の方やスタッフにも勧めて下さり「おいしいね。買って帰ろうか。」と会話も弾みま

した。10月下旬の外出レクでは、のいち動物公園に行ってきた。到着すると、駐車場は満車状態。何かと周りを見渡すと、保育園の遠征と重なっていたようで、沢山の親子連れに園内はいつも以上の賑わいでした。私たちもその中に



紛れながら、間近にフラミンゴ、チンパンジー、テナガザルなどを見ました。入居者さん達はテナガザルを見ている時には、動きを目で追って「わー！危ない！」と声を出し喜んでいましたが、何より一番笑顔が多かったのは、子供達に声をかけたり手を振ったりしている時でした。車椅子から身を乗り出しそうな勢いで、両手を振りながら「バイバイ！」最高の笑顔を見ることができました。



芸西子ども会踊り子連

須留田宮獅子舞連



みずぎーず

メランジユ



舞・歌・踊り・笑顔♡



第1回やわらぎ祭り 10月28日(日)

やわらぎ通信

リゾートビルやわらぎ
運営理念
その人らしさを尊重し
人々とのつながりを大切に
明日につなげるケアをめざす

大盛況
ありがとうございました





〈大抽選会〉 今年は子どもたちが大当たり！！



おめでとう
ございます！



認知症介護実践リーダー研修を終えて

やわらぎ二階 介護主任心得 田中 淳一

この度、認知症介護実践リーダー研修を受講し、無事に修了証書を頂くことができました。認知症専門棟に勤務して十数年、(やつとこの時が訪れた...)と言いたいところですが、私が本当にこの研修を受講して良いのだろうか、大丈夫だろうか。という思いの方が先にありました。

約2週間の座学と自事業所で約一か月の職場実習が終了した後には、実習報告会を行うという長い研修でした。研修講師の方々や、同じ受講生同士で現場の事例検討を重ね、今後の認知症介護・人材育成をどのようにしたら良いのかを前向きに考えることが出来ました。

認知症ケアにおいて、チームの人材育成は必要不可欠です。スタッフ個々の性格や良い面を把握し、現場のリーダーとしてスタッフへの接し方や言い方を考え、かつ、認知症ケアにおいて重要とされる「その人の歩んでこられた生活歴」を知るために、本人とのコミュニケーションで探り、御家族の方から情報を集め、それをより良いケアに繋げていくという事を大切にしたいと思います。

私自身、慌てず一歩一歩学びながら歩んでいきたいと思えます。まだまだ未熟ではありますが、御利用者の方々にも楽しく笑顔あふれる生活の場を提供できればと思っています。

芸西村の 子ども達から 新米届きました

10月29日(日)



ちらし寿司に



第29回全国介護老人保健施設大会に参加して

やわらぎ一階 介護福祉士 椋本 光志

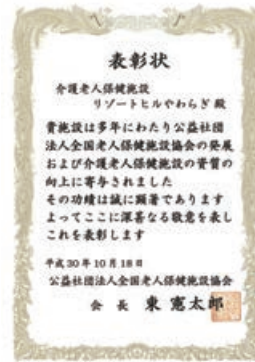
平成30年10月17日〜19日に開催された全国介護老人保健施設大会に中本施設長、岩本朋哉介護福祉士と参加してきました。開催場所は埼玉県という事で、初の県外出張、その上演題発表も行うという事でしたが、意外にあまり緊張はしていませんでした。

会場はソニックスティ・パレスホテル大宮という大きな場所でしたが、全国から関係者が集まっている何千人規模の大会ということでエレベーターも会場も人でいっぱいでした。

一日目は、いろんなブースをまわり、他施設の演題発表を聞きました。僕が一番ひきつけられたのは愛知県の介護老人保健施設が発表した、コミュニケーションロボットのペッパーくんを活用したレクリエーションです。

コミュニケーションロボットなんて使わなくても職員がおるやんと思われるでしょうが、介護職員は全国的に不足しています。ロボットを使って楽をするということではなく、ご利用者とロボットが会話を楽しむ、まさに未知との遭遇で刺激になり、実際良い変化がみられたという報告でした。

二日目に入り発表の日となりました。冒頭にあまり緊張はしていませんと書きましたが、実はかなりの緊張の中で「その人に合った排泄支援〜QOL向上と業務改善をめざして〜」という演題を発表しました。



開設20年永年表彰

最中は必死だったのであまり覚えていません。終わった後、次の発表の方に「汗がすごいけど大丈夫ですか?」と言われる程、私は緊張していたようです。

今回参加させていただいき、その中で学んだ他施設の取り組みの中で、やわらぎでも実践してみたいと思うものがありました。同行した先輩と2人で伝達講習し、よりよいリゾートヒルやわらぎを作っていきたいと思えます。

みかん狩り 11月6日(火)

