

芸西病院だより



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/>



新年のあいさつ

院長 岩村 久

明けましておめでとうございませう。

令和になり初めての新年を迎えました。昨年5月に平成から令和になり7か月、新しい年号にもうすっかり馴染んできました。

去年の今頃は何かにつけ「平成最後」の枕詞がついていました。今年はもうしばらく「令和最初」が付くことになりました。

平成から令和になっても、平成時代に作られた種々の契約書などの有効期限は平成何年までとなっています。例えば私の運転免許証の有効期限は平成33年となっています。これは令和3年に当たります。30を引けばよいので気を付けましょう。

また令和2年は西暦2020年です。西暦から年号に換えるには下2桁から18を引くとよいことになりました。

2020年令和2年2月22日は2がたくさん並びます。ちなみにこの「病院だより」は次号が200号です。その翌日、2月23日は令和最初の天皇誕生日です。昨年は祝日としての天皇誕生日がない年でした。

今年は東京オリンピックが開催されます。祝日もそれに合わせて変更されます。「体育の日」は「スポーツの日」に変わり、今年だけはオリンピック開会式の7月24日（金）に移動。海の日が7月23日（木）に。土曜が休みのところは4連休になります。

五月に4連休、九月に3連休（土曜を入れると4連休）があります。六月、十月、十二月は祝日なしになります。何もこんな暑い時期にやらなくてもと思っていたら、マラソン、競歩は札幌に会場が変更になりました。ま

た、オリンピック開催のため、プロ野球も開幕が早まり期間中は一時中断され、本拠地球場が使えない球団も出てきます。昨年はラグビーワールドカップが日本で開かれ、日本代表チームが史上初めてベスト8に進み国中が沸き上がりました。今年はオリンピック一色です。さまざまなところで影響が出てきますが、日本でのオリンピックをみることはもう二度とないので十分に楽しみたいものです。

今年の干支はネズミ。ねずみは子沢山なことから子孫繁栄につながり繁栄する年ともいわれます。令和にふさわしいやさしい思いやりにあふれた平和な一年になるように願っています。

本年もどうぞよろしくお願いたします。フレイフ レー2020

外来診察担当医

令和元年7月1日～

	月		火		水		木		金		土	
内科	午前		午後		午前		午後		午前		午後	
	山崎 (第1週)	岩崎 (第3週)	山崎	八木 (第1・3週)	山崎	八木 (第1・3・5週)	山崎	山崎	山崎	麻生	休診	
	八木 (第2・4・5週)	八木 (第2・4・5週)		八木 (第2・4週)								
	午前		午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
戎		岩村	岩村	藤戸良輔	戎	三宅	三宅	船機	戎	休診		

芸西病院



精神科デイケア作の門松。
今年も力作です。
よい一年になりますように。

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。

☆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、地域保健福祉に関心のある意欲的な方、応募をお待ちしています。



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20回 みずき研究大会を終えて

実行委員長 小松 利恵

令和元年10月26日、

ROYAL HOTEL 土佐にて第20回みずき研究大会が開催されました。皆様のご協力により法人内外より多くの方々にご来場いただき盛会のうちに終了することができましたことを心からお礼申し上げます。

今年の特別講演は令和元年という新しい年にふさわしく四国霊場第三十一番札所五台山竹林寺住職 海老塚和秀様をお迎えいたしました。「いのち さきあう」を演題に、幸せとは自分ひとりで手に入れるものではない



く、互いを思いやる人々との関係性のなかに見いだすもの、という言葉もまじえた内容で講演いただきました。

竹林寺では伝統行事のほかに小学生を対象とした寺子屋「一休さん修行」、地域の高齢者が中心となって企画し開催する催し、環境、町づくり、四国遍路、癒しをテーマにした多数のイベントを開催しているとのお話を、私が思っていた昔のお寺のイメージが、がらりと変わり、時代とともに現

代に開かれたお寺の姿を求めて活動を続けている海老塚住職の熱意が伝わってきました。又数多の遍路人との触れ合いの中での体験談は心に深く浸透していくお話でした。

「一日一生」たった一回の物事を雑にとらえたら一生が雑になる。一日を大切に生きることが一生を大切に生きることにつながるというお話に、日々何気なく過ぎ去っていく一日を、このようにとらえたことがあった

だろうかと思い、一日の積み重ねの大切さと、「心をこめる」ことの大事さ、本当に心をこめれば日常の事で



も尊いものにかわる。簡単ではないこの言葉の重みをしっかり受け止め、明日からの仕事に、日々の日常生活の場に活かしていけたらと思いました。

「人と人とのつながりがあり、人と人との関係があり、命の大きなつながりのなかに自分の一生があった。今回のテーマである「いのち さきあう」は最後にこの言葉につながっているように感じました。自分の一生もこのように思えるような生き方ができたら幸せかなと考えます。

一般演題では当院以外より谷病院の木下理恵さん(日本睡眠学会認定技師)、藤戸病院の吉岡拓哉さん(地域医療連携室・公認心理師)に発表を頂きました。睡眠外来での睡眠検査技師の役割について、訪問看護ステーションと医療機関の連携など、日頃から垣根を超えた連携の必要性を学ばせていただきました。又院内より4題の発表もありました。日頃のケアの大変さ、そのような中で気づき、学びがありどの発表も大変素晴らしい内容でした。今後実践の場、日常生活の場で

活かして頂けたらと思います。本当にありがとうございました。実行委員の皆様お疲れ様でした。



ふじと祭に参加して

リハビリテーション部

作業療法士

田野岡 宏樹

11月17日に藤戸病院で開催されたふじと祭に参加しました。僕自身、実際にふじと祭に行くのは初めてで患者さんに教えてもらいながら会場を回りました。会場内では、雑貨類の即売所、軽食喫茶・展示販売・イベントコーナー等があり、多くの人で賑わっていました。行き慣れている患者さんは、どこに何があるか把握しているのでオープニングセレモニーが終わるのを今や遅しと待ちわびていました。決められたお小遣いの中で自分の欲しい物や食べ物を選んで上手に購入しており、支払い時には「ありがと」と笑みがこぼれたり、声をかけることも自然にできるなど、患者さんそれぞれのペースで行動ができ、楽しまれました。

展示コーナーでは、藤戸病院の作品だけでなく芸西病院の作品も展示されました。個性豊かで発想力

のある作品や、手作りの装飾品など多くの作品が展示されていました。患者さん自分の作品が飾られているのを見て喜んでおり、人に見てもらふことの大切さを改めて感じました。

イベントでは、ハザマックス・バスコンサート、バンバンバンドライブ、お楽しみ抽選会がありました。どのイベントも素晴らしく聴いているだけで鳥肌が立ちました。参加した患者さんも拍手をするなど楽しそうで、イキイキとした表情が印象的でした。

今回、参加させていただいたことで患者さんの様子、具体的には椅子が足りない時に自分の席を譲ったり、ケーキを食べている職員に「お茶を入れてきましょうか？」と一言かけたり周りの人たちに気を配ってくれるなど、日頃のプログラムでは見ることのできない患者さんの一面をたくさん見ることができました。

また、展示コーナーの作品を見れたことで当院の作

業プログラムの中で参考にしたいことも見つかり有意義な時間を過ごすことができました。今後は、患者さんの能力に合った作業の提供、意欲を引き出す関わりを考えて取り組んでいきたいと思いました。



当院からは芸西病院名物「せいじのこんがり餃子」を出店しました

秋の味覚を味わう会を11月21日にA棟と3B病棟合同で行いました。秋の味覚にはどんなものがあるか？何を食いたいのか？から始まり、事前ミーティングをして皆で意見を出し合い、献立（豚汁、さんまの塩焼き、炊きこみご飯）や調理の工程などを



決め計画を立てました。そしてそれぞれの役割を決めてスタートです。調理担当者には経験者が多く、どんな野菜を切ってくれて豚汁の準備は完ぺき、さあ炊きましよう大きな鍋をテラスに運び卓上コンロの上に置きました。：が、時間内に出来上がるかが心配で、つい何回も鍋の蓋を開けて見てしまいました。さんまのほうは男性患者さんたちが担当し、炭から火を起こして丁寧に1匹ずつ焼き、その秋の香りは戸外だけでなく院内まで入って漂い、その香りに誘われて沢山の人が覗きにいられていました。炊き込みご飯を担当したAさんは皆から「美味しー！」と言われてとても喜び、自信に満ちあふれた表

情を見せてくれました。予定通りに料理が仕上がって、皆で協力し合ってテーブルの上にセッティングしました。大食いの私の豚汁の具が少なくて、Bさんに「私の、ちょっと少ないなあ」と言うと「じゃ入れてきましょうか！」と言い、今度は具材をてんこ盛りに入れて持ってきてくれました。普段よりも穏やかなBさんの心配りに感動し、胸いっぱいお腹もいっぱいになりました。

患者さんと職員とで共に協力しながら仕上げた料理はとっても美味しく、楽しく、そして達成感も共有し十分に秋の味覚を堪能した時間でした。このような機会があればまた積極的に参加したいと思います。

秋の味覚を味わう会

3B病棟 看護師 入交 愛恵

感染予防学習会を実施しました

3 B 病棟

看護師長

山崎 裕美



今年は夏頃よりすでにインフルエンザ感染の話があり、今後、冬に移行する頃にはどれだけ大流行になるのだろう…と心配していますが、毎年行っている「感染予防学習会」を10月29日、11月7日と2回行いました。

この研修の目的はインフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症自体の理解と共に、感染しないための注意点や感染した後の対応を学ぶことです。多くの職員に参加してもらい、自分たちが職場に感染症を「持ち込まない」「持ち帰らない」とことを意識することを目指します。実際に手袋・マスク・使い捨てエプロンを使い、感染源に触らないように外すという実技も行いました。手慣れている職員は自然に行えるようになりますが、やはり慣れるまでは繰り返し練習が必要になります。



感染予防する意識は職場だけでなく日頃から、自宅などの生活の中でも大切です。またスーパーへ買い物に行くとき出入り口でアルコール消毒を準備してくれているところが最近が多くなりました。買い物の前後に手の消毒をして買い物をするなど、感染予防に気を配ることが出来ます。皆さん、感染にはくれぐれも気を付けて元気な一年を過ごしましょうね！

第6回日本小児理学療法学会学術大会に参加して

リハビリテーション部

理学療法士

近藤 友香

「障害を持つ子ども達の、LIFEについて考える」というテーマで第6回日本小児理学療法学会学術大会が福岡県で開催されました。本大会は第54回日本理学療法学会のうちの分科学会です。分科学会とは、理学療法に必要な専門領域の学術を重視し、理学療法を基盤として発展させるグループで、学術交流を積極的に展開しています。

今回は110演題ものの発表があり、私も「発達性協調運動障害が児への治療効果の検討」と題して発表させていただきました。熱い議論が交わされる中での発表は大変緊張しましたが、活発な議論を通じて充実した時間を過ごすことができました。

大会のなかで「意欲を育てる」ことが「育つ力を育てる」鍵となる、との話がありました。そして、育つ力を育てるためには、他職種との連携が必要であり、連携するためには相手の仕事を知り、相手を尊敬しなくてはならないという話が心に響きました。それゆえ

に、その関係性は、視点が違うだけで立場の優劣がないものとの話もありました。また、楽しそうに見えても本人がしたい活動でなければ、ストレスが強くなるという話も聞き、改めて関わりについて振り返る機会となりました。

出張に行かせていただき、職場の皆様や家族に感謝するとともに、日々の業務に反映できるように、より一層研鑽していきたいと思えます。



リレーエッセイ No.60 「お餅でパワーチャージ」

医事課

西森 亜野

年始によく食べるものと言えはお餅ですね。年末も近づいたある日、お餅を作りました。と言っても昔ながらの臼と杵ではなく自動餅つき機ですが…。前



日にもち米と小豆を水に浸け、翌朝まずはあん餅用のあんこ作りから。甘さ控えめがお気に入りです。自動餅つき機でお餅はあつという間につきあがり、ここからは時間との勝負！あつあつのお餅と格闘しながら手早く、まずはのし餅から作っていきます。つきたてのお餅はとても熱くて本当に大変。あん餅も上手に丸めることが出来ました。出来たてふわふわのあん餅を口いっぱい頬張り、甘さをゆっくり噛みしめるのが何よりの楽しみでもあります。出来上がったのし餅は正月のお雑煮に、あん餅は冷凍しておいて忙しい平日の朝にトースターで焼いていただきます。炭水化物の多いお餅は腹持ちもよく、食べやすいので朝食におススメ。あんこにはビタミンB1やポリフェノール、食物繊維が含まれていて美容の味方です。さあお餅を食べ今年も元気に頑張ります！

第12回芸西村体育会長杯 ソフトボール大会に参加して

精神科デイケア
公認心理師

石丸 茂偉



令和元年10月13日(日)

芸西村運動広場にて右記大会が行われ、当法人のみずきソフトボールクラブも出場しました。大会は8チームのトーナメント方式で行われ、初戦の洋寿荘戦では打線が爆発し14-4(3回コールド)で勝利しました。続く準決勝の馬ノ上戦では、スローピッチ方式らしい乱打戦となり、7回終了時点でも10-10と決着がつかず試合は延長戦へ！延長戦も当然10人对10人での対戦となり、2点先取しましたが、その後まさかの5連続失点。「後がない状況」にて2点取り返しましたが、反撃はそこまで：力及ばず4対6で惜しくも敗退しました。そう、10人对10人のジャンケンで：。

ネタのような話ですが本当です(笑)。タイプレックなどで延長戦の勝敗を決めたことはこれまで何度か経験してきましたが、ジャンケンで勝敗を決めたのは初めてのように思います。個人

的には準決勝の試合で1打点しかあげることができなかった為、私はジャンケンの8番手という追い込まれた状況(みずき2勝1馬ノ上5勝)でしたが、きっちり1打点？を物にし、次に望みをつなげることができホッとなりました。

因みに、前号は職場の仲間とのビーチボールバレーを記事に、今号はソフトボールと、「この人は病院で何をしゆうが？」と周囲の方に思われていないか心配ですが：晴天の中、仕事とはまた違う緊張感を程よく味わい、良い休日の一コマとなりました。



緊迫した延長戦(笑)ジャンケンで勝利し心底嬉しいと感じたのは久しぶりなような気がします。

さめうら湖畔マラソン

A棟 介護福祉士

中西 茂夫



11月10日(日) さめうら

のダム湖を1周するマラソン大会に参加してきました。798名の老若男女が、小さなふれあい広場に集まり、アップダウンが激しく、直線コースがダムの上と橋の上だけという変化に富んだ難コースに挑みました。

雲一つない晴天に恵まれたマラソン日の中、カラフルなユニホームに身を包み、威勢よくスタートして行く姿にランナーの意気込みを感じました。最近では女性の参加者も多く、健康志向に加えオシャレも楽しんでいるようです。ユニフォームの鮮やかな色は、自然の景色の中でより一層の輝きを見せていました。上位を目指す者、自分のペースで走る者、友人と会話を楽しみな

がら走る者とそれぞれのペ



ースでゴールを目指します。ゴールのふれあい広場では、大会スタッフの「おもてなし」が待っており、あめ湯・スポーツドリンク・バナナ・リング等がふるまわれ、疲れた体を癒してくれます。完走証を受け取った後、ランナーは表彰式やお楽しみ抽選会を楽しむ事ができます。会場産品のコーナーもあり、会場を盛り上げていました。特に、土佐あかうしの串焼きは大人気で長蛇の列ができていました。

今回も練習不足が祟り疲労困憊、苦しいだけの大会でしたが、この難コース・景色「おもてなし」が気に入っており、次の大会のモチベーションとなっています。帰りの「道の駅」の立ち寄りも楽しからずや。皆さんも、是非ご参加ください。会場産品の参加賞もありますよ。

インフルエンザの季節です

うがい・手洗い・マスク着用 十分な栄養摂取と睡眠を！



やわらぎ通信

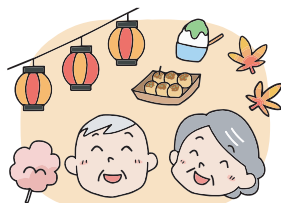
リゾートビルやわらぎ
運営理念
その人らしさを尊重し
人々とのつながりを大切に
明日につなげるケアをめざす

10/20

やわらぎ祭

秋空の下やわらぎ祭が行われました。今年は、芸西村民生児童委員4名・高知福祉専門学校7名・土佐リハビリテーションカレッジ4名の計15名の方々にボランティアとして、サザンクロスさんにはやわらぎ店としてご協力いただきました。また今年も、芸西村こども会踊り子連の皆様には可愛い踊りを、メランジュ・みずきーずの皆様には歌と演奏を披露していただきました。お陰様で大盛況の中、祭りを終了できました。来年もお楽しみに。

写真にあります青い祭り用法被は、元ご利用者「西村様」のご厚意にて購入しました。ありがとうございます。





10/15 お米贈呈式

今年も芸西幼稚園・芸西小学校・芸西中学校の皆様が、育ててくれたお米をいただきました。ありがとうございました。



試験は、オーテピア高知図書館で行われました。試験問題は教本から幅広く出題されており、もっとしっかり勉強しておくんだったなと後悔しました。試験結果は日本防災士機構から10日間ほどで直接郵送されてきました。合格でした。運が良かったなと思いました。

私は地域の消防団に所属しています。これからは防災士として消防活動を通じ消火だけでなく、災害への準備・減災や被災した時の対応方法などを伝えていきたいと思っています。多くの方々に今一度防災について考えてもらい、減災対策に取り組んでほしいです。

防災士とは特定非営利活動法人日本防災士機構の民間資格です。防災に関する十分な意識・知識・技能を有し、地域や事業所など社会の様々な場で防災力向上のための活動が期待されています。令和元年5月末時点、全国で174,423人が資格を取得しています。

資格取得の条件は①防災士養成研修講座の受講、履修確認レポートの提出 ②防災士資格取得試験の合格 ③救急救命実技習認定基準を満たす講習の受講です。中高生から最高齢91歳まで幅広い年齢層の方が受講していました。

近年の日本は地震や台風・豪雨などの災害による被害が多いように思います。こういった災害への準備や被災した時の対応などに詳しい防災の知識があれば役立つのではないかと思います。立ち防災士の資格を取得しようと考えてました。

防災士資格取得

介護福祉士 和田 徳夫

第3回老人保健施設 四国ブロック大会徳島大会に参加して

介護福祉士 横山 翼

9月27日にホテルクレメント徳島にて開催された第3回老人保健施設四国ブロック大会徳島大会へ改田君とともに参加させていただきました。

今大会のテーマは、「ぞめきのリズム！四国老健よ、一つの連となれ！」ということで四国内より多く参加があり大変な賑わいとなりました。演題発表を控えている改田君は緊張でガチガチになっていましたが、私はそのお供という感覚でリラックスできていました。

大会は、我々現場の人間が特に気になっていた介護報酬改定の動向と今後の老健の在り方についての内容と介護保険をとりまく状況や老健に期待する事を軸とした講演から始まりました。

午後は各施設からの演題発表となり、改田君の出番でもありました。たくさんさんの質問とお褒めの言葉をいただき、ホッと胸を撫でおろしながら壇上を降りていました。

演題発表後は私が特に気になっていた群馬県認知症疾患医療センター内田病院センター長の田中志子氏による「身体拘束ゼロの病院が認知症の人を地域で支える」大誠会スタイルによる認知症ケア」の講座を傾聴しました。NHKでも特集されたほどの田中氏とその病院で行われている認知症ケアを学ぶことができ大変勉強になりました。

今回この大会に参加し学んだことをこれからの認知症ケアで実践していくよう努力していきたいと思います。



リゾートヒルやわらぎの代表として、老人保健施設四国ブロック大会に参加し、「そのひとにあった排泄ケアの提供」という演題を私と横山君が発表致しました。限られた発表時間の中で、なんとか時間内に発表することが出来ました。

発表後の質疑応答では、参加者から質問をたくさんいただき、緊張でガチガチの中、自分の知識を振り絞って質問に答えました。演題発表の終了とともに、「やっと終わった」と肩の荷が下りて、気持ちがとても楽になりました。

老健大会に参加させていただけたことで、自分自身のスキルアップに繋がったと思います。いろんな経験を積めて本当に良かったです。

介護福祉士 改田 祥一



10/30

みかん狩り

準備万端天気にも恵まれた楽しいミカン狩りでした。ご利用者もたくさんみかんを食べられ喜ばれていました。

