



発行所
安芸郡芸西村
芸西病院
TEL 0887(33)3833

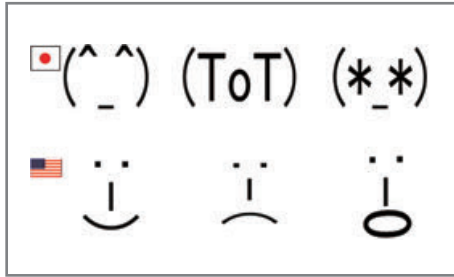
発行責任者
岩村 久
<http://okura-kai.com/geisei/>



表題は、20数年前に見ていたテレビ番組から聞こえてきた笑福亭鶴瓶師匠の言葉です。この言葉を最近良く思い出します。自分が笑えるのも幸せ、人の笑顔を見るのも幸せなことだと、その時初めて気づいたような気がしています。

このコロナ禍のマスク生活で、対面で笑顔を見る機会もめっきり減りました。しかし、「目は口ほどにものを言う」ということわざにもある通り、気持ちはある程度目の表情に現れるので、マスク越しの会話にもずいぶん慣れてきました。

もともと感情表現が豊かではない私達日本人は、細かな感情が表れる目から表情を読み取るけれど、欧米人は口元で大きく表現して感情を伝えるからマスクが苦手なんだ、という記事やニュースを見た



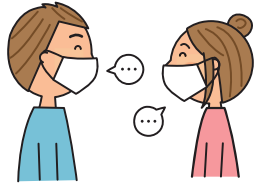
日本人は読み取り、欧米人は伝える。日本人の奥ゆかしさも心地よいですが、自分の考えや気持ちをちゃんと伝えることもやはり大事だと思います。

特に大事なものは感謝の気持ちを伝えることではないでしょうか。会話であれ、文章であれ、モノのやり取りであれ、コミュニケーションは全てアリ立っています。最後のリアクションが「ありがとう」という言葉であって初めて、そのコミュニケーションが完了するのではないかと私は考えます。ともすれば、親しくなればなるほど「まあ分かってくれてるだろう」と感謝の言葉がおざなりになりがちです。親しき仲『こそ』礼儀ありと常々考えていて、ありがたいという言葉は欠かさないように心がけています。

実は、私も自然にうまく笑えない時期がありました。笑おうとすると急に緊張して顔の表情筋のどこかがこわばってしまい、心は笑っているのに微妙な表情になっている自分に気が付き、心まで笑えなくなることもしばしばでした。今考えると、生来のあがり症に加えて、自分に自信が持てない弱気な感情があった時期でした。うまく笑えず、気持ちを伝えられないもどかしさを感じていたのですが、そういう時期があったからこそ今の自分がある、と今では感謝しています。

笑顔と感謝は人間が持っている最大の武器のひとつです。マスクを外せる日々がまた必ず戻ってきます。その時のためにも、マスクで隠れていても全力で笑って、感謝を伝え、このコロナ禍を乗り越えたいと思います。

「とにかく笑ってありがとうを言いよつたらええがよ。」とつがやきながら。



外来診察担当医 令和3年4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)	岩崎(第3)	山崎	八木	清藤(第1-3)	山崎	八木	大西(第1)	山崎	山崎	麻生	休診	
	八木(第2・4・5)	八木	八木(第2・4・5)	八木	八木	八木(第2~5)	八木	山崎	山崎	山崎	休診	
精神科	大崎	岩村	岩村	藤戸良輔	大崎	廣瀬	西本	廣瀬	西本	廣瀬(第1)	村上(第2)	休診
										廣瀬(第3)	高橋(第4)	交代制(第5)

芸西病院

CTが新しくなりました

放射線室長 診療放射線技師 廣地 禄代



新しいCTが稼働して半年、装置入れ替えの様子や新しい装置の特長などをお伝えします。

装置の入れ替え

令和2年9月18日(金)業務終了より22日(祝)にかけて、CTの入れ替えを行いました。



CTは業務を行う上で文字通り私の相棒となります。寡黙で無機質な相棒には装置ごとに特有のクセがあり、使い込むうちに少しずつ見えてきます。このCTともそんな濃い時間を過ごしてきました。25年余りの技師歴の中でこうやって古いCTを見送るの

も、もう3回目。「お疲れ様、ありがとう」と言いながら最後の電源を切る。宵闇の中を戦友が去っていく感じは何度経験してもどうも切なくていいけません・・・と言っても新しい装置に替えて!と要望したのは私なのですが。

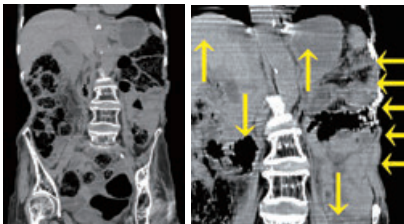


食パン型から一転、今風のドーナツ型ガントリーを携えたCANON社製「Aquilion Start (16列・3.5M)」は西日本で第1号の稼働機です。以前のものより大きく、病院正面玄関の高さギリギリで入って来ました。ガントリーの穴も直径で5センチ拵がって撮影時に感じる圧迫感が減り、肘の曲がりにくい方や拘縮の強い方の四肢が穴に当たることは無くなりました。ベッドの高さも31センチまで下がるため、身体の不自由を感じられる患者さんや車いすからの

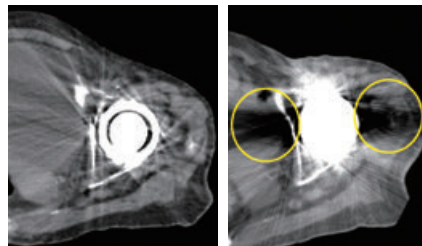
移乗にも危険が少なく、安全に寝て頂くことができるようになりました。

新しいCTで出来ること

近年CTの技術進化は目覚ましく、撮影時間(息止め時間)の短縮が大きく図られることとなりました。例えば腹部検査だと、撮影時間は以前の装置の半分程度(30秒→15秒)に短くなりました。息止めがしやすいと「臓器の動きが止まった写真が撮影でき、以前は生じがちだった呼吸由来のブレ(写真の矢印部分)は今では随分抑えられるようになりました。加えてソフト面でも大きく画質の改善が図られた結果(逐次近似応用再構成など)撮影にかかるX線量も減ることとなりました。



また体内金属(骨折時に挿入するボルト等)によるアーチファクトのために、黒く影が入り見えなかった部位(黄色い○部分)も現装置では観察可能になりました(金属アーチファクト低減処理: SEMAR)。



画像処理にて縦・横・斜め、さらに曲がった断面で切ることも可能で、1回の撮影で得られる画像情報は以前よりも格段に多く緻密になりました。



勿論、3D画像を作成することもできます。図のように膝関節のお皿の骨「膝蓋骨」に骨折(黄色い矢印)があり

ますが、作成した3D画像からそこだけを選び、骨をまるですて取り出したかのように回転させて観察すると、立体的にも骨折がはっきり確認できます。



新しいCTが動き出して半年。良い画像を短時間、かつ少ない被ばく線量で撮影出来る、患者さんに優しい検査に変化しています。

今回、撮影室の壁紙も白から薄いピンク系に貼り替え、少しでも不安や圧迫感が少なくなるような柔らかい雰囲気を接遇も含めて心がけています。芸西村唯一のCTとして、当院の医師や近隣医療機関の先生方の診療に役立つ画像を速やかに提供できるよう、新しい相棒と共に今後も患者さんに寄り添いながら丁寧に業務を行っていきたいと考えています。

当法人の南海トラフ大地震に向けての取り組み

看護部長 角谷 広子

「南海トラフはM8〜M9クラスで、30年以内の発生確率は70〜80%」と、地域の防災教育でもよく耳にします。

皆様は日頃南海トラフに向けて、どのような取り組みをしておられますか。私は、ベッド周辺に懐中電灯、靴、防災頭巾を置いて、玄関口には避難用リュックサック、ヘルメット等を準備しています。家具の固定もしていますが、肝心の家が古く、倒壊する可能性もあり、地震の準備の難しさを感じています。



(ヘルメットは外来待合や廊下などに設置。災害時に備え、災害時用トイレの使用方法をトイレ内に掲示し、備品も準備しています)

当法人では、地震対策を考える会を立ち上げて、不定期ながらも10年以上継続し、その間、ヘルメットをはじめトイレ用品、飲料水、被災食、毛布等を準備してきました。しかし、これら物品は賞味期限や経年劣化との闘いでもあります。

想定される南海トラフは巨大で詳細な時期は予測不能ということもあり、本当に確かな準備になっているのかわかりませんが、今後、この紙面にて現時点での取り組みをお伝えしていきたいと思えます。

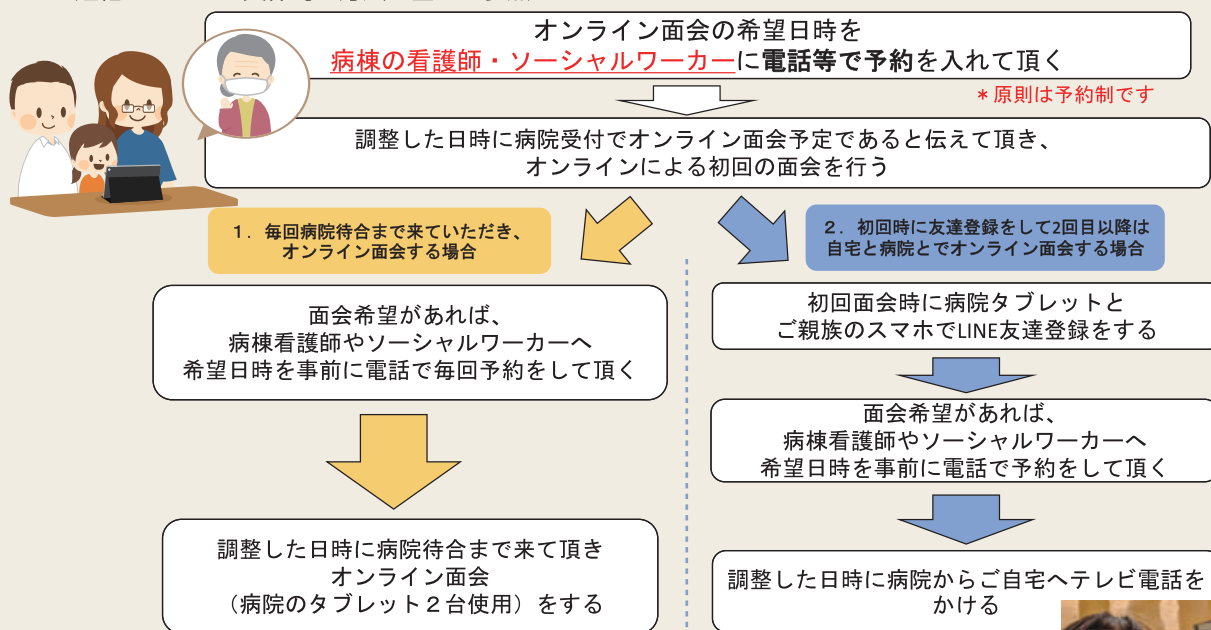


(飲料水や非常食も備蓄。備蓄後は期限切れを定期的に管理する必要があります)

教育看護師長 田村 文佳

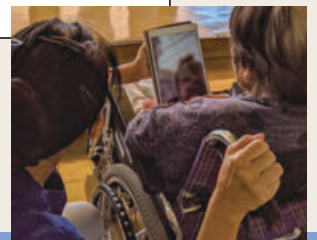
オンライン面会の具体的な方法について

202号(令和2年10月号)の芸西病院だよりにて「オンライン面会を始めました」というタイトルでご紹介をさせていただきました。今回は実際どのように行うのかについてお知らせします。オンライン面会は原則10時から16時の間、5分程度とさせて頂いております。2台のタブレットにあるLINEというアプリケーションによって行っています。オンライン面会のお申し込み・問い合わせ先は0887-33-3833(代表)です。病棟看護師またはソーシャルワーカーあてにご連絡ください。具体的な方法は図をご参照ください。



〇留意点

- ・通話時間は、5分程としています。(ご本人の疲労や付き添うスタッフが必要なため)
- ・希望日時が重なったり業務の都合上、希望日時通りに行えないことがあります。
- ・動画や写真のやりとりは、プライバシー保護のため行っておりません。
- ・ご不明な点は、病棟看護師またはソーシャルワーカーにお問い合わせください。



グループホームの節分

グループホーム 介護福祉士 靄田 まや

今年もグループホーム恒例の『豆まき』の時期がやってきました。

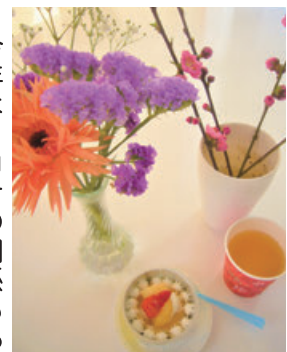
鬼に扮したスタッフが、ダンボールで作成した鬼の顔(的)を持って、登場しました。入居者さん各々が、当たっても痛くない新聞紙豆を的に向けて「鬼は外！福は内！」と、投げ入れるスタイルです。普段は上品で「おほほ」な入居者さんも、ここぞとばかりに力強く鬼の口に豆を投げ入れます。Aさんの俊敏かつ真剣な姿を初めて見て、スタッフは感心しきりでした。ま



た、通常は手を動かすことやや困難な方も、瞬きもせず精一杯手を動かし鬼の口へ豆を投げ入れてくれました。写真を撮るスタッフが困らせたのは、予想以上に手首のスナップが効いた男性入居者のBさん。カメラのシャッタースピードが追いつかず、Bさんの肘から先がドリル状態の写真ばかりになってしまいました。入居者さん達の、この『やる気』を日々の生活で引き出せたら・・・と、しみじみ思いつつ、今年も全員参加した『豆まき』は、無事幕を下ろしました。グループホームでは『歳の数だけ豆を食べる』は、入居者さん達には危険もあるため、柔らかい甘納豆で代用しています。来年も元気に豆まきができることを願いつつ、おやつ時間はみんなで甘納豆を食べ、グループホームの節分はお開きになりました。今年も、入居者さん達の笑顔が増えるよう、無理なく参加できるイベントを開催していきたいと思っています。

2B病棟 ひなまつり会

リハビリテーション部 作業療法士 宮地 麻里



今年にはコロナの関係もあり、例年より縮小する形に行いました。前日に会で飾るお花を患者さんと一緒に生けました。昔、生け花を習っていた患者さんもおられ、スタッフも教えてもらいながら一緒に取り組みました。今の時期、色華やかな種類があり、女性の患者さんはもちろんのこと、男性の患者さんにもっこりと笑顔になるような綺麗なお花ばかりでした。

当日はお雛様を飾って、ひなまつりのBGMをかけ、美味しいおやつと飲み物で乾杯。昔の話や飾っているお花を觀賞しながら、みんなで一緒に空間を過ごしました。最後には♪を一曲唄いました。患者さんの中にはお雛様に語り掛けるように唄う方や子供の頃に戻った表情をされる方もおられ、私も微笑ましく思いました。病棟生活の中でのひと時はありました。ひなまつりの気分を味わってもらえたかなと思います。

年間の行事を大切にしながら、病棟でも季節を味わってもらえるように取り入れていきたいなと改めて感じました。



コロナ自粛、私の過ごし方

3B病棟 看護師 小笠原 里恵子



感染防止徹底のため、外に出るのが大好きな私も、仕事以外では家に籠りっぱなし。その中で、パッチワークでコースターを作ったり、スクラッチアートなどを新しく始めてみました。思っていたよりも楽しく自粛生活も充実した時間になりました。



自立支援医療(精神通院医療)制度をご存じですか？

医療相談室 ソーシャルワーカー 森 和美

自立支援医療(精神通院医療)は、精神疾患のために、通院による精神医療を続ける必要がある病状の方に対して、通院のための医療費の自己負担を軽減するものです。

【対象】

- * 精神科病院、心療内科等の指定医療機関へ通院している方が対象です。
- * 外来診療費、薬代、精神科デイケア、訪問看護料などが対象となります。
- * 入院費は対象外です。
- ※ 疾病や市町村民税の支払い状況により対象とならない場合があります

利用のご希望があれば、
主治医または当院医療相談室
へ相談ください



【自己負担額】

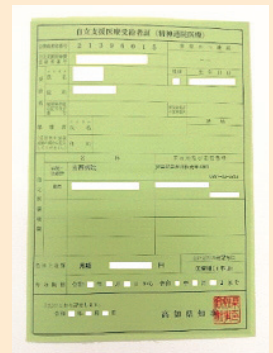
保険証(国保、社保等)をお持ちの方は、制度を利用すれば1割負担になります。所得等により1ヶ月あたりの自己負担に上限額が設定されます。

【申請に必要なもの(新規申請をされる場合)】

- ・ 保険証の写し(お持ちの保険証によってはご家族の分の写しも必要となります)
- ・ 印鑑
- ・ 年金証書または年金振込通知書の写し(障害年金または遺族年金を受給中の方のみ)
- ・ 申請書、同意書、診断書(病院で準備します)

【注意】

- ・ 申請時に指定した医療機関・薬局・訪問看護などでしか利用できません(精神科・心療内科以外の受診や、登録していない所では通常の負担額になります)。
- ・ 処方された薬のうち、精神疾患の治療薬以外の薬(風邪薬など)は原則対象外となります。
- ・ 1年に1回更新が必要です(当院では更新時期が近付いたら声をかけさせていただきます)。
- ・ 新規申請時と更新時(1年または2年に1回)に診断書を提出するため、文書料が発生します。



↑ 申請された方は、こちらの受給者証が発行されます

居合を学んでいまし
で合宿をし、本場の
市の青少年センター
部活では毎年、野
ませんでした。

初は想像すらしてい
移住をするとは、最
きつかけに高知県へ
移住をするとは、最
初は想像すらしてい
ませんでした。

私が高知道を始めたく
けは、京都にある大学の居合
道部に入部したことでした。
兵庫出身で高知県にはそれ
まで縁もゆかりも無
かった私が、居合を
きつかけに高知県へ
移住をするとは、最
初は想像すらしてい
ませんでした。

居合道とは日本刀を使う古
武道で、起源は室町時代にあ
ります。高知に伝わる流派「無
双直伝英信流」(むそつじき
でんえいしんりゅう)と読みま
す)は居合の始祖以来の系譜
を引き継ぐもので、土佐山内
家に伝わったことから、他流
派の影響を受けることなく現
代まで伝承されました。そ
こから全国へ広がったことで、
高知県は居合の聖地とも言わ
れています。

「高知の居合」

リレーエッセイ No.65

総務部 井上 雅之



よく、居合道は何が面白い
のか聞かれることがありま
す。他の武道でも言えること
ですが、師弟関係や礼儀作法
等、日本の古くからのものが
残っており、他ではなかなか
学べないことが学べるという
所が魅力かなと私は思ってい
ます。昨年には四段に合格す
ることが出来ました。より高
段位を目指すということも面
白さの一つです。

だが、その合宿で初めて高知
県に来て、高知県が好きにな
りました。なんととっても食
べ物は美味しい。歴史文化・
自然と素晴らしいものばかり
で、こんな所でいつか暮らせ
たらなあと思っていました
が、昨年移住することが出来
ました。

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
人と人とのつながりを大切に
明日につなげるケアをめざす

「介護報酬改定の春」

施設長 中本 雅彦

この4月には3年に一度の介護報酬改定が実施されます。団塊の世代の全ての方々が75歳に達する2025年を目前に、そしてその後の更なる少子高齢社会に向け、リハビリケアによる自立支援・在宅支援を目的とする老人保健施設には大幅改定の年となります。この季節楽しみの桜散策は、通勤途中視界に入る山々と法人敷地内で楽しむこととし、気忙しい新春を迎えることとなりそうです。

つきましては、ご利用者の皆様へはサービス内容や料金の変更などを順次説明させていただきます。報酬改定の度に内容が複雑化し、ご利用者・ご家族の皆様には理解し難い点も生じるかと思いますが、相談員より個別にご連絡させていただき少しでもご納得いただけるよう努めてまいります。ご理解の程よろしくお願いいたします。

それでは、この度の報酬改定の概要について紹介させていただきます。はじめに料金に関する点ですが、介護サービス全体ではこれまでと比較しますとプラス0.7%改定となりました。(新型コロナウイルス感染症に対応するための特例的な評価プラス0.05%含む 令和3年9月末までの間)

プラス改定ということはご利用者皆様にとりましてはこれまでに加えてご負担いただくこととなります。またこの8月にはお食事代金も同様なプラス改定が予定されています。

改定のめざすところ、その骨子は以下ようになります。(厚労省の資料を要約)

- 新型コロナウイルス感染症や大規模災害が発生する中で、介護サービス事業所における感染症や災害への対応力強化を図る。
- 2025年、更にはその先の2040年を展望すると、中重度の



要介護者(介護3~5の方)や認知症の方の増加など介護ニーズが増大・多様化、その状況は地域ごとに異なります。2025年に向けて、そして2040年(85歳以上人口急増と働く世代の激減)も見据えながら、国民一人一人が住み慣れ親しんだ地域で(自宅・各種の住宅で)安心して暮らし続けられるよう、「地域包括ケアシステム」を各地域の特性に応じて構築し推進していく。

● 介護サービスは高齢者の自立支援と重度化防止をめざすことが求められています。近年、そのためのサービスの質の評価や利用する人にも働く人にも無理のない介護の実現のための環境整備が推進されています。これらの取組を進めながら質の高いサービス提供へつなげていく。

● 働く世代人口の減少から介護人材不足はますます深刻となります。(外国人介護雇用促進はコロナ禍にて低迷)今後は介護ニーズ(介護需要)が増大する一方で、介護の担い手の減少が顕著となります。総合的な介護人材確保対策や生産性向上(介護ロボットや各種電子機器の導入)をはじめとする介護現場の革新の取組をより一層進める。

● 介護に要する費用はますます増加します。必要なサービスは確保しつつ、サービス提供の適正化・重点化を図り、社会保険制度としての安定性・持続可能性を高めていく。

以上、介護報酬改定の目指す内容につきまして、五つの柱にまとめさせていただきますました。今春には65歳以上の方の介護保険料も見直しされ(こちらも三年に一度の改定)、高齢者・国民の負担は増すこととなります。私たちにはケアすることを生業とするプロとしての在り方、意識・技術がより一層問われ、ご利用者に広く国民の皆様が納得していただけるよう十分にお応えしていかなばと身が引き締まる春となります。

「新型コロナウイルス感染症対策」新たな機器導入のお知らせ

新型コロナウイルスやインフルエンザなどの様々なウイルス感染対策として施設内で最も人の往来の激しい通所リハビリフロアへ空気洗浄機を設置しました。

フロアの空気を吸入し菌やウイルスを紫外線消毒し循環させる機器となります。



「新型コロナウイルス感染症対策」新たな機器導入のお知らせ

12月20日
1F クリスマス会



12月17日
通りハ クリスマス会



2月7日
2F 節分会



1月11日
2F 新年会



1月10日
1F 新年会



硬筆クラブ発足

介護福祉士 信清香菜

令和3年1月硬筆クラブが発足されました。どのように進めていったらいいのかを担当者で話し合い、まずは道具を揃え、パソコンから簡単な文字を打ち出して、ご利用者に書いてもらおうということになりました。

「ご利用者に声をかけると「嫌。私ようせん。」と言う言葉も聞かれましたが、いざ席に着くと集中して熱心に書き始められました。参加されたご利用者の皆さんが、お手本を見ながらゆつくりと丁寧に、上手に書かれていたことに驚き感動しました。

硬筆クラブは、まず自己紹介から始めます。そこから他者との新しい交流や色々な話が生まれることで穏やかで楽しい時間を過ごせていると思います。



令和2年度第1回 楽々介護教室

精一杯の感染対策を施し、2月18日楽々介護教室「より良い排泄について」～お便のお話し～を芸西村と協働して開催しました。

やわらぎの野町総師長が講師を務め、30名を超える方々が集い「お便」を通じての健康づくりの講演に耳を傾け多くのご質問もいただきました。ご参加いただいた皆様有難うございます。



無我夢中

32

作業療法士 鶴田直人

初めまして。このような場に出させて頂く事が初めてなのでご挨拶を：やわらぎ機能訓練室、作業療法士の鶴田直人と申します。私が今、夢中になって取り組んでいることはダイエットです。

小さい頃からサッカーをしており、雨の日も風の日も毎日練習に励んでいました。高校時代は、寝る時間は長く食事量も多い中、身長は180cm前半で体重は70kgをキープできていました。社会人になってサッカーをするのが週一回となっても食事量はあまり変わらず、むしろ食べる事を一番の楽しみに日々過ごしてきました。その結果専門学校時代から比べると20kg体重が増加してしまいました。「これはやばいな。」と口に出るほどの危機感から、令和2年12月21日より食事制限をすることを決意しました。

夕食は蕎麦と大量のネギと生卵の黄身だけを入れた納豆を食べ、時折ささ身を摂取し、たんぱく質を確保する生活が始まりました。(蕎麦は、汁と合わせても約150kgカロリーで収まり、尚且つお腹も満たされます。)食事制限をするという事は、楽なものではなく、慣れるまでに半月ほどかかりました。テレビに映る美味しそうな食べ物や家族が食べているものを見て誘惑に負けそうになり、するめや茎わかめを噛みしめた夜もありました。

また、食事制限だけでなく、毎日3kmのマラソンと筋トレ、縄跳び1日1000回も始めました。するとどうでしょう。たった3週間で5kgの減量ができました。嬉しいこの反面、急激な減量に不安にもなりました。現在も、夕食の蕎麦と納豆生活は継続し、学生時代の様にサッカーに取り組む頻度を増やすことで運動量を調整して頑張っています。

これが、このコロナ禍の中で3密を避けながら私を取り組んでいる事です。減量は辛かったです、継続する事の大切さや得られるものの喜びを実感しました。そして今、ダイエット中の方がいらっしゃったら是非蕎麦をお試しください。

