

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
山崎一明
<http://okura-kai.com/geisei/>



ワクチン閑話

消化器内科 非常勤医師

(土佐田村病院 副院長)

岩崎信二

「若い人たちは、水ぼうそうを見たことが無いんだよ」2月に来高した、関東の病院で小児科部長を務める友人がそう言っていた。なるほど水痘ワクチンが定期接種になったのが10年前だから、誰もが知っているあの水疱→カサブタを今後研修医が見ることはほぼ無いだろう。逆に既感染者の带状疱疹はこの10年発症率が急激に上昇しているという。子供たちの周囲に浮遊する水痘ウイルスを吸い込んで得られていた自動ワクチンブースター効果の恩恵が無くなったからだ。その代わり改良型带状疱疹ワクチンが自費で接種可能になっている。带状疱疹後神経痛はとてもつらく、何より2022年に報告された『带状疱疹が脳卒中や心筋梗塞のリスクを高め、それは長期間持続する』という

レポートが衝撃だった。つまり神経だけでなく血管も侵すということだ。痛いのは嫌だし脳卒中にもなりたくない。私も自費でワクチンを接種した。意識の高い芸西村は坂本村議の提言を受け、すでに一部助成して接種を推奨している。今年の4月からは国の定期予防接種となり一部が公費で負担されるそうだ。もう少し待てば良かったと内心とても悔しい。「アメリカのワクチンは素晴らしいよ」と言う彼のアメリカで生まれた息子さんは、生後すぐから18か月程でほとんどのワクチンが効率的に（例えば一日6種類）接種された。VAD (Vaccine Preventable Diseases: ワクチンで予防できる疾患) に対する意識が高く、国を護る費用対効果の高い基本政策と

成人のワクチン 2025.3			
水痘ワクチン	B型肝炎	水痘ワクチン	日本脳炎
水痘ワクチン	肺炎球菌(結合型)(PCV15-20)	水痘ワクチン	インフルエンザ
水痘ワクチン	肺炎球菌(PPSV23)	水痘ワクチン	新型コロナウイルス
水痘ワクチン	三種混合(OPV:ポリオ・B型肝炎・破傷風)	水痘ワクチン	HPV(ヒトパピローマウイルス)
水痘ワクチン	ヒブ(インフルエンザ菌9価)	水痘ワクチン	2価 4価 9価
水痘ワクチン	破傷風トキソイド(MR)	水痘ワクチン	髄膜炎菌(4価)
水痘ワクチン	麻しん・風しん(MR)	水痘ワクチン	A型肝炎
水痘ワクチン	おたふくかぜ	水痘ワクチン	RSウイルス
水痘ワクチン	水痘(水痘・带状疱疹)	水痘ワクチン	
水痘ワクチン	带状疱疹	水痘ワクチン	

<https://www.vaccine4all.jp/> より改変



※当院での岩崎信二医師の外來診療は毎月、第3月曜日午前となっておりま。

RSウイルス肺炎は高齢者で重症化すると生命を脅かす。三原村でお会いした彼の大先輩はRSウイルスの研究者だったので、昨年発売のワクチンをきつと自費で接種されていると思う。医師になって痛感したのは、臨床の大半は感染症との戦いだということ。罹らないのが一番だ。研修医になった1985年から芸西病院にお世話になって40年。来年は初回肺炎球菌ワクチンの年なので、公費助成で接種しようと思います。

外来診察担当医

令和7年4月1日より

	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
内科	山崎(第1)	岩崎(第3)	山崎	清藤(第1・3)	山崎	八木	八木	山崎	山崎		麻生	休診
	八木(第2・4・5)			八木(第2・4・5)								
精神科	大崎	下條	大畑	藤戸良輔	大崎	赤川		亀	交代制	休診		

芸西病院

1月 鏡餅

2月 鬼と恵方巻

4月 お花見
桜餅と団子

3月 おひなさま

受付にちよこんと座っている「編みぐるみ」
実は職員の手作りなのです。来月はなにか、お楽しみに。

退任のあいさつ — ありがとうございます —

精神科医師 西原 利貴



今年3月で退職するにあたり、このような場を設けていただき、誠にありがとうございます。

昨年4月に芸西病院に赴任し、右も左もわからないなかで、スタッフ、患者様を含めた皆様に温かく迎えられていただき、多くの方々に支えられてこの一年間を走り抜けることができ、感謝の気持ちでいっぱいです。

芸西病院での一年間はあっという間で、気がついたら一ヶ月が経ち、半年が経ち、一年が経っていました。そのなかで地域に根差した芸西病院ならではの貴重な体験をたくさんさせていただき、多くのことを学ぶことができました。医師としての技術的なことだけでなく、人との関わり方やチームワークの大切さなどについて学べたことは、今後の人生において大きな財産となると思います。

4月からは大阪の病院での勤務と

なります。芸西病院を離れるのは大変な残惜しいですが、この一年間を通じて培ったものを存分に発揮して、頑張ってきたと思います。

また来年4月からは再び高知に戻ってくる予定ですので、いつかまたどこかで皆様にお会いする機会がありましたら、何卒よろしくお願いいたします。

3月からは高知龍馬空港ICから南のいちーC間が開通し、職員の方々や患者様がより快適に通勤、通院できる環境が整うという明るい話題もありました。最後になりますが、皆さまの今後のご健勝とご多幸、そして芸西病院、芸西村のさらなる発展を心よりお祈り申し上げます。本当にありがとうございます。



嚥下造影検査(VF)をはじめました。

リハビリテーション部 言語聴覚士 井上 真理子

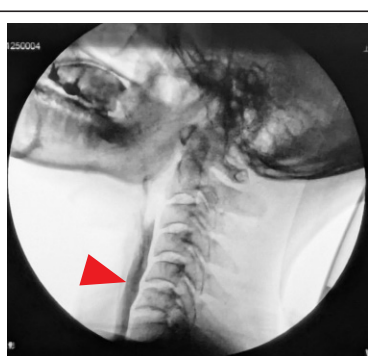
当院では、今年から嚥下造影検査(VF: Video Fluoroscopic examination of swallowing)の運用を開始しました。嚥下造影検査とは、摂食嚥下障害(飲み込んだりすることの障害)の検査であり、X線透視下で行います。

具体的には、検査室で、自力または介助にて食品を食べていただき、食べている際のみ撮影します。検査に使用する食品や水分には造影剤(バリウム)を混ぜています。これを摂取していただくことにより、唇による食材の取り込み・歯や舌を使った咀嚼・のどへの食材の送り込み・嚥下・嚥下後の食道の動きといった様々な状態を画像記録することができ、その映像で嚥下の状態を評価することができます。誤嚥(気管に食材や水が入ってしまうこと)を確定診断できるといふ点では、摂食嚥下障害の検査の中でも最も有用な検査とされています。また、安全に食べることが

できる量や姿勢、首の角度などを評価することも可能で、それらを日々のリハビリテーションに応用することにより、診断のみならず日々のQOL(生命の質)向上につなげていくことができます。検査の所要時間は約20〜30分程度であり、誤嚥を認め

た際もすぐに吸引できるよう安全にも配慮しています。医学的根拠に基づく評価の導入にて、より安全な食材の提供、より効果的な摂食嚥下リハビリテーションを実施していきます。

食べることは、生活するうえで欠かせないことであるとともに楽しみの一つです。飲み込みにくさがある、食事中にむせる、食べることに時間がかかってきたなど、食べることに関係してお悩みがある方はお気軽にご相談ください。



嚥下造影検査画像:頸部側面
(▶ 食道を通過するバリウム入り食物)



嚥下造影検査の様子

高知健康科学大学第2回開学記念特別講演ならびに シンポジウムに参加して

リハビリテーションシヨン部 部長 加賀野井 聖二

2025年2月9日高知健康科学大学にて第2回開学記念特別講演ならびにシンポジウムが開催されました。講師は「ケーキの切れない非行少年たち」の著者である立命館大学教授の宮口幸治先生でした。先生からは見聞きしたものを正しく理解したり、想像したりする力の弱さや認知の歪みなど生きづらさを抱えている子供たちの現状と、宮口先生が開発された認知ソーシャルトレーニング「コグトレ」の実践についてご講演がありました。中でも個性として、できなくてもいい“と周りが認める風潮があることへの問題提起と「本人は」できるようになりたい“と欲しているのではないかと、そう本人が思っているのなら私たちはその思いを支援する必要があるのではないかと、という先生のご発言は印象的でした。

高知大学医学部寄附講座児童青年期精神医学 特任教授 高橋秀俊先生、高知市教育研究所 副所長 吉本恭子先生、私の3名で、各自10分程度の発表ののちに意見交換を行いました。私の発表では当院での活動紹介と私が実践している研究内容を盛り込み発表させていただきました。特に「コグトレ」については当院でも積極的に取り入れており、注意力や字の丁寧さ、計画性の向上、落ち着きなど改善効果がみられています。また、意見交換では司会の高知健康科学大学学長の宮口英樹先生より「生きづらさ」の捉え方について各シンポジストに意見が求められました。時間の関係上短い時間でしたが、私個人としては「生きづらさ」は短期間また

は長期間に及ぶものもありますが、誰にでも起こり得ることとで特別なものではないと思っています。また「生きづらさ」は考え方によって改善するものであると思っています。今回、シンポジストとして参加させていただき講師の先生をはじめ職種の違う先生方の意見をうかがうことができた。今後「生きづらさ」を持つ対象者に対し、一専門職としてしっかりと向き合いながら日々の業務に活かしていきたいと思っています。



「精神保健福祉法研修会」を行いました

看護副部長 宮川 真由美

「精神保健福祉法」は精神科医療を提供している当院にとって非常に大事な法律です。令和6年4月にこの法律が改正され、その一部である「虐待防止」に関する内容について法人全体で研修を行いました。

気なく発した言葉や良かれと思って行ったことが、不適切な行為になっているのかもしれない」と常に自問自答し、振り返ることが虐待の芽を摘むことに繋がります。

“虐待”と聞いて何が頭に浮かびますか？多くの人は殴る、蹴るなどの暴力行為をイメージするのではないでしょう。もちろんそのような行為も虐待ではありますが、それ以外にも虐待と判断される行為があります。そして、その行為が「虐待」や「不適切行為」だと自覚されていないことも少なくありません。この研修では、改正された法律の内容や法人の取り組みの周知に加え、日々の自身の行動を振り返ることによって、普段当たり前のように行っていることが実は不適切な行為かもしれないと気付くことが重要な目的でした。「私は虐待なんて絶対にやっていない！」ではなく、「自分が何



健康支援室からこんにちは

Stand up 産業保健師 寺村 妙

1 はじめに はじめまして。月に一度、健康支援室で産業保健師として職員のカウンセリング等を担当しております寺村妙と申します。

健康支援室を開設して1年、多くの職員の声を聞く中で、病院で働く方々が抱える共通の課題が見えてきました。相談の中では「人間関係が原因で辞めたい」「上司に話を聞いてもらえない」「同僚から一方的に叱られたように思う」といった声が多く、改めて心理的安全性の重要性を感じています。

2 心理的安全性とは 心理的安全性とは、「ミスをしてもらえない」「意見を自由に言える」「困った時に助けを求めやすい」といった環境のことを指します。

この安全性が低い職場では、報告や相談がしづらく、ストレスが溜まりやすくなります。

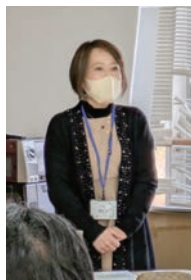
一方で、安全性が高い環境が整っていると、職員間の連携が円滑になり、チーム全体のパフォーマンスが向上すると言われています。そこで、より良い職場環境を作るために「心理的安全性」をテーマにした講座を企画しました。

3 講座の概要 (内容は参加してからのお楽しみ♡)

講座では、日々の業務の中で実践しやすい内容を取り入れ、心理的安全性を高めるための具体的なコミュニケーション方法を学びます。実際の職場で起こるコミュニケーションの課題を参加者の皆様と一緒に考え、改善策を話し合う時間も設けています。

4 おわりに 産業保健において、メンタルヘルス対策は今後さらに重要になります。

また医療従事者の健康が守られることで、結果的に患者さんへのケアの質も向上します。産業保健師として、職員一人ひとりが安心して働ける環境作りや職場のサポートを続けながら「この病院ですっと働きたい」と思える環境づくりに貢献したいと考えています。楽しく学びながら、より良い職場を一緒に作っていきましょう。



看護部業務改善発表会、開催しました

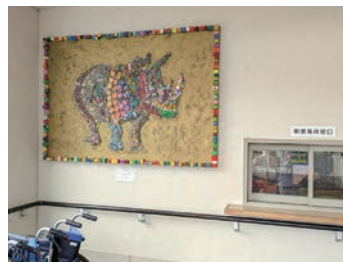
日頃の業務の中の「小さな問題点」に着目し、それを部署内で検討、改善に導く「QC活動」、1年間の集大成である看護部業務改善発表会が行われました。今年より従来のポスター発表からパソコンを使用した発表形態としました。丁寧にデータを取り様々な方法で多角的に問題を分析したり、また発表の仕方にも例年以上に工夫が見られ、動画を使用したり音楽を流したりと内容が解りやすく楽しめる演出もありました。



金賞：1階内科病棟 「抱きかかえない！
ローラスライド導入で腰への負担軽減」
銀賞：外来 「外来を効率よく回したい」
銅賞：3B病棟 「目指せ!! 80-20 クリニカル SHOWTIME」

サイ強正面玄関 爆誕！

精神OT室 作業療法士 竹崎 里紗



昨年度のスピリットアート展において特選となった「私はサイ強」の作品を、外来正面玄関に飾っていただきました。

そこで、今回制作に携わってくれたメンバーに作品作りへの思いや受賞した時の感想を尋ねてみました。すると、「癒しの時間。参加した後はスッキリします。何か(作業)を与えてもらうことがありがたいし、出来上がった達成感があります」「そりゃあ、嬉しいわよ～。短いけど、楽しい時間だった」「わからんところを教え合ってたね。みんなの見よったら、楽しゅうなってくる」「皆で気持ちを込めて、皆で輪になった。皆それぞれがんばって作った」などの思いを聞くことが出来ました。また、賞をいただいたことで、皆で喜びを共有できたことも大切な時間であったと思います。そんな皆の思いが詰まった作品をたくさんの方に見ていただきたいです。

まだ、ご覧になっていない方は、ぜひ当院正面玄関まで足を運んでいただけたらと思います。





ほっぷ STEP 精神デイ!

ーその2 精神デイケア

プログラム紹介 「弁当作り」

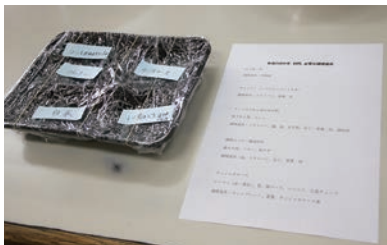
精神デイケア 作業療法士 田野岡 宏樹

精神デイケアの新しい活動として「弁当作り」を去年から始めました。お弁当作りって献立を決める、作ることもすべて大変ですよ? 私も実家を出てから弁当を作るようになって母親の偉大さを痛感しております。

デイケアの弁当作りは「ただ弁当を作ってピクニックに行く」のではありません。

利用者同士で事前ミーティングを行い献立、役割、必要物品の確認から調理までを全て自分達で決めて実行していきます。弁当作りをしようと思ったきっかけは、利用者から「料理のレパートリーがないです」「料理をほとんどしたことがないです」等の声が聞かれていて治療的意味があると思い不定期で実施しました。年間計3回実施しましたが、初回は献立を決めるだけでも意見がまとまらない、味付けの分量はどうしよう、役割?とすごく苦労しました。しかし、回数を重ねるごとに利用者同士の会話で「次はあっさりしたのを入れた方がいいね」と次回に向けての振り返りが自然と出来るようになったり「自分が煮物を作れるとは思わなかった」と新たな可能性への気づきにも繋がりました。

美味しい物を外で食べることも大事なことですありますが、自分達で1から考えて作ったものをみんなで食べ共有する事も大事なことだと思います。また、デイケアで経験した事を生活にも反映してもらえればありがたいです。皆さんもお弁当作りしてみませんか?



私は今『和煌』というチームでよさこいを踊っています。学生時代は県外にいましたが、社会人になったらもう一度よさこいをしたいという思いがあり高知に帰ってききました。よさこいを始めてすぐコロナ禍となり、どの催し物も中止、よさこいができない夏が3年続きました。そして待ちに待ったよさこい再開になった年、所属していたチームがコロナ禍明けの1年で活動中止。私を含め他の踊り子もよさこいを続けたいという思いが強くなりました。考え抜いた末、新たに



次の目標は高知市本祭出場です。結成2年目のまだまだ小さいよさこいチームですが、これからもっとよさこいの楽しさ、和煌の魅力を多くの人に届けていきたいです。

私は今『和煌』というチームでよさこいを踊っています。学生時代は県外にいましたが、社会人になったらもう一度よさこいをしたいという思いがあり高知に帰ってききました。よさこいを始めてすぐ

コロナ禍となり、どの催し物も中止、よさこいできない夏が3年続きました。そして待ちに待ったよさこい再開になった年、所属していたチームがコロナ禍明けの1年で活動中止。私を含め他の踊り子もよさこいを続けたいという思いが強くなりました。考え抜いた末、新たに



リレーエッセイ No.81
和煌 くわくわう

経理課 渡辺 智子

よさこいチームを立ち上げ『和煌』が誕生しました。

代表はもちろん、私達運営メンバーも踊ったことはあっても運営するのは初めてのこと。右も左もわからないまま、何度も何度も話し合いをしました。衣装、地方車のデザイン、振り付け等は自分たちで考え、少しずつ準備を進めていきました。そして迎えた芸納涼市民祭。和煌の名前を知らない人もいる中、たくさんのご声援をいただきました。近年猛暑が続いていますが、そんなことがどうでも良くなるほど最高に楽しい2日間でした。

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

「災害対策とノリリフティングケア」

施設長 中本 雅彦



新年度を迎えはじめてやわらぎ通信をご覧になる皆様へ、リゾートビルやわらぎ施設長の中本でございます。よろしくお願いたします。出会いの春、施設内各部署の体制が一新されました。それぞれの部署がご利用者・地域のニーズに基づく老健としての役割を遂行し、施設全体ではやわらぎワンチームで「その人らしさを尊重したケア」の実践に取り組みます。ご理解ご協力をよろしくお願いたします。

さて、迫りくる南海トラフ大地震に備え、「支

援」を学ぶことは「受援」の学びと考えます。高知県では災害派遣福祉チーム（DWAY）が高知県と高知県社協主導の下活動しています。毎年チーム養成研修会が開催され、チーム員の資質向上を目的にスキルアップ研修会やフォローアップ、リーダー研修会等充実した学びの機会を提供しています。当施設スタッフも研修を受講し活動に参画しています。プライベート・職場の双方において「自分の命は自分で守る」ことを基本に多くを学んでいます。

今年の1月20日～22日、高知県DWAYにて県外派遣研修会が開催され、私を含め高知県内DWAYメンバー13名が災害支援先進県といわれる



群馬県を尋ねました。避難所（一般・福祉）支援のエビデンスに基づく座学をはじめ、災害対策本部設置から運営の実務を演習形式で学びました。さらには避難者個別支援の第一歩となるインテーク面接や相談所運営ロールプレイなど実践しながらの充実した研修会となりました。高知県内の福祉避難所はまだまだ量的にも不足している状況です。既存の登録避難所の支援力向上に取り組みながら、福祉避難所の啓発・増設に向けて官民一体的に活動し、平時の今から備える一つ一つを大切にしていきたいと思います。



次に令和6年度高知県介護老人保健施設大会の報告です。2月14日（金）香美市老健施設とさやまだファミリアにおきまして令和6年度高知県老健大会が開催されました。特別講演にて予岳寺副住職の濱田氏より「死生観と介護の役割」と題してご講演いただきました。日常のケアの延長にある命にかかわるケア業務の尊さについて、死生

にかかわる豊富な経験からお話しいただき癒される貴重な時間となりました。またプログラムⅡでは、スタッフと利用者双方の心身負担軽減と癒しにつながる「ノリリフティングケア」について、ナチュラルハートフルケアネットワーク代表下元氏の基調講演、そして県内3施設の実践報告を含めたシンポジウムを開催しました。大規模災害が発生した際、重要となるのが限られた人員で優先的業務を展開していくBCP実践となります。その際、スタッフ一人一人の心身負担を軽減し利用者の各種ケアに役立つケア方法の一つがノリリフティングケアと考えます。この方法こそ平時のケア業務からあたりまえに実践し、来る大地震の際にも事業継続の一助につなげたいと考えます。高知老健オールノリリフティングケアをめざしたい！



クリスマス会



お米の贈呈式



芸西小学校5年生の
子供たちから新米を
いただきました。
ありがとうございました



認知症勉強会



令和6年2月13日(木) 芸西村ふくし懇談会認知症勉強会ミーティングが行われました。
3月11日(官民事業者が協働して村内5か所で認知症勉強会を開催します。



きくなっている事を身に染みて感じました。
久しぶりのプレゼンテーションでは、少々見苦しい所をお見せしてしまいましたが、それでも多くの方がブラスに足を運んでくれました。
今後、その中から未来で一緒に働く仲間が生まれる事を心から楽しみにしています。



2月16日にかかるぽーとで開催された『福祉就職February』に参加してきました。
私は約9年ぶりの参加でしたが、出展法人や来場者の数
が以前に比べてかなり増えて
おり、このイベントが益々大



福祉就職フェアに参加して

一階療養部主任代行
介護福祉士 伊吹 友紀

生け花クラブ



デイ茶話会



園芸クラブ



釣りクラブメンバーで茶話会

釣りに行くのはまだ寒いので、
茶話会にしました ☕



釣りクラブ 初詣



硬筆クラブ





デイ ひな祭り



節分会



入所 ひな祭り



夜間想定防災訓練を実施して

やわらぎ総師長 西村 沙矢香

防災訓練を実施しました。普段は昼間の想定で利用者様とスタッフ全員で外まで避難するという形でした。しかし災害は昼間のみではなく夜間で起こる可能性が高い、暗いので対応も困難ということで今回は夜間に起こった際にどうするかを検討することになりました。夜間の人数は看護師・介護職員あわせて4名のスタッフで対応する必要があります。暗い中崩れていること、雨が降っているかもしれないという中、外に逃げるというのは得策でなく安全な場所とどまることも重要です。ベッドを廊下へ出し部屋から避難することを想定した際に、入り口付近にあるものが地震の際には邪魔になり避難できなくなる可能性があることが想定されました。家での避難路としては扉の前に段ボールやタンス、荷物を置かないことが大切であることがよくわかり、今後は施設内の環境を検討しもっと安全に過ごせる環境づくりを心掛けていきたいです。



お知らせ

やわらぎのインスタグラムを開設しました！
4月上旬頃はじまります😊
詳細は追ってご報告させていただきます。

無我夢中 ④8

通所リハ 看護師 西村 香緒里

私が夢中になっているのは、ミニチュアダックスフンドという犬です。実家で歴代何頭もの日本犬やミックス系中型犬を外飼いしていましたが、室内で飼える小型犬に憧れが強くなり、自分が成人をして飼育に責任が取れるようになってから1匹目をお迎えしました。

家庭内で繁殖をする事ができ、初代から孫まで増えることになりました。通常の大きさを越えるダックスフンド、私はデカチユアダックスフンドと呼んでいます。ストーカー気質で我儘、甘えん坊、楽道家など犬それぞれの性格や表情を見ているだけで癒されています。吠え声が大きかったり、破壊魔だったり嫌で困る事も多々ありますが、可愛い愛犬達です。

犬の名前は大和、武蔵、響、日向、風雅、吹雪と日本海軍の船の名前からもらいました。少しでも長く愛犬と過ごす時間を楽しみながら、絆をより深めていきます。

