

もっといきいき健康に！地域がつながる医療と介護を目指して

帰巖会

ご自由に
お持ち帰りください

かわら版

2022.11.1
November

vol. 77



コンテンツ

巻頭言

利用者に聞く - 白杵病院デイサービスの魅力 - 2~3

内視鏡検査のススメ 4

中野俊彦先生 大分市文化の日表彰を受彰 4

リレーインタビュー 相談員ってなに? 5

櫻~たすき~ 株式会社スマイーる 5

うすきの歴史⑧ 6

元気な地元クローズアップ/時事寸感 6

言 / 頭 / 巻
ごあいさつ

社会医療法人 帰巖会 理事 理事長

松山 幸弘



新型コロナウイルス感染症は一応の落ち着きを見せ外国人旅行者の入国制限の解除や全国旅行支援策が開始されることにより以前の人の往来が戻りお祭りや文化・スポーツイベントも3年振りに催されるとのニュースがよく聞かれるようになりました。少しづつ本来の日常を取り戻しつつある日本ですが、人流の増加に伴い全国的に新型コロナウイルスの感染者数は下げ止まりから微増に転じてきています。とは言え人口の一定数はコロナ感染を既に経験しており半数以上が複数回のコロナワクチン接種済みであることから新たに強力な感染力を持ったウイルス株の出現まで爆発的な感染者数の増加は抑制されると思われまます。一難去ってまた一難、今季は既に大分県内で複数のインフルエンザウイルス感染が確認されており、今年も冬も発熱者へは2種類のウイルス感染についての検査を実施しなければなりません。油断せず気を引き締めて秋から冬へと準備したいものです。

先日、小学校に通う娘の運動会を観に行きました。新型コロナウイルス感染症対策のため時間帯を低・中・高学年と3つに分けてプログラムが組まれており観覧者も整理券が配られ完全に入れ替え制となっていました。しかも、午前中で全ての競技が終わるとい

利用者へ聞く

白杵病院デイサービスの魅力

帰巖会介護事業部 橋本 茂子

白杵病院デイサービスではできる限り個々にあったサービス内容の充実に取り組んでいます。その一つに「個別機能訓練」があります。「個別機能訓練」はリハビリ等を通じて身体機能や生活能力の低下を予防し、維持することを目的に個別や小集団でプログラムを実施しています。提供した内容については介護、看護、相談員、リハビリ職員等で定期的な評価を行っています。具体的には筋力や持久力などの数値変化や生活場面での動きや意欲の変化、新たな目標設定の必要性についてです。週1〜2回の利用ではわからないこともあり、自宅での様子も参考に計画を組んでいます。

白杵病院デイサービス利用者の声

訓練から生活の一部へ 個別機能訓練が「生活の一部」になった利用者Aさんをご紹介します。認知面の低下防止に何かしたいと始めたのが「写経」でした。「手が震える、手先が悪い」とやめたい気持ちもありましたが他の利用者さんから声を掛けられ気が付けば1年続けました。当初は個別機能訓練のメニューとして取り入れた写経でしたが今は「生活の一部であり生きがい」と、Aさん。最近「百人一首」の書き写しに取り組んでい

るところです。娘さんもこの様子に驚き喜んでくれています。
家族に見守られ 利用者Bさん宅は2階の玄関から長い階段が続き外出を妨げる要因となっていました。1人で降りることはできず職員2人でしっかり支えても不安定な足取りでした。デイサービス利用時は「階段ステップ運動」や「立位保持」「平行棒での歩行」等に取り組み継続してきました。「悪くなっている。もうやめる」とBさん。ケアマネジヤも「あんまり無理はしなくても良いのでは」との意見でした。筋力測定で徐々に結果がでてくると嬉しく4年経過した今は、手すりを使用し階段昇降ができるようになりました。デイサービス終了後は階段の足取りを家族が見守り励ましてくれていきます。またドライブなど家族との外出機会も増えました。

白杵病院デイサービスの力

白杵病院デイサービスが求めていることは「自立支援」の視点を忘れないということです。

利用者自身の選択や納得した個別訓練をすすめることが重要だと考えています。また一方でいかに継続していくかが大切です。この原動力はデイサービス内の交流で生まれるこ

●A氏の個別機能訓練内容と測定結果

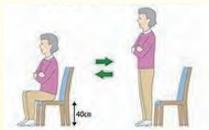
①上下肢運動②体操・運動(ボール・棒・タオル・フィットネス)③音楽療法④書写
A氏(90歳・女性・要介護2)の測定結果 90歳ながらこの3年間下肢筋力は維持できた。

	初回 R1.7月	半年後 R2.1月	2年後 R3.7月	3年後 R4.10月	項目結果 初回比較
5m歩行時間(秒)	5.28	6.55	6.43	6.85	-1.57秒
①TUG(秒)	19.47	17.11	15.35	15.15	+4.32秒早くなった。 ※13.5秒以上転倒ハイスコア
②CS-30(回数)	8	8	8	8	±0回維持
開眼片脚立位(秒)	右3.03	4.63	5.44	1.05	右-1.98秒
	左6.65	6.21	5.22	1.01	左-5.64秒
握力(kg)	右10.5	9.5	8.0	7.5	右-3kg
	左10.8	8.6	6.8	7.8	左-3kg

①TUG(timed up and go)
立ち上がり3m歩行、椅子に着座までのテスト(時間)



②CS-30
(chair standing 30 second)
30秒立ち上がりテスト(回数)



とも稀ではありません。「もう少しやってみよう」「声をかけてくれる人がいる」と利用者や職員から受ける影響もデイサービスならではの良さだといえます。

上記の事例のように皆が皆、このように変化するわけではありませんが何もしなければ変化は起きません。今行っているプログラム以外にも利用者の声に耳を傾け幅の広いプログラムの提供ができる事業所をめざしています。利用者が「また、取り組んでみよう」「また行きたい」の気持ちを支えないようしっかりと支えるスタッフでありたいと思います。

程に少なからず物足りなさを感じました。小学校の運動会といえば昔は家族全員で朝から並んで場所取りして午前中は主に学年ごとのダンス、組体操、徒競走などがあり、お昼には家族皆でお弁当を食べ、午後はクラスリレー、応援合戦、紅白リレー、最後に6年生による騎馬戦がスタンダードでした。特に6年生による騎馬戦は総当たりの団体戦と一騎打ちの個人戦があり小さな騎馬が大きな騎馬をドンドン倒して勝ち抜いたりして手に汗握る展開に低中学年の頃にいつかは自分もと憧れたものでした。

この新型コロナウイルス感染症は発生からこれまでに既存の様式を大きく多く変化させてきましたが、全てが悪い方向に変化したわけではないと思います。例えば感染対策についてはこれまで以上に高いレベルでの対策を行うことでインフルエンザウイルス感染は大きく抑制されることとなり、インターネット回線を介して会議や面会など遠くにおいても疑似的に顔を見て会話が出来ることを容易にすることが浸透し、利便性の向上を肌で感じる事が出来ました。その反面、実際に会って話したり触れたりすることで得られる不思議な力のような感覚がより強く感じられたこともありました。コロナ対策で面会することが出来ないで自宅での看取りを希望されるケースを訪問診療で担当しました。自宅に退院し直ぐは気力も体力も絶え絶えといった方が家族や友人との時間を過ごす中で少しずつ元気を取り戻し穏やかな最期を迎えることを経験したことで、人と人が触れ合うことの大切さを改めて実感することとなりました。人は失敗や苦難の中からしか成長しないとよく言われますが、どんなに厳しく苦しい状況を経験しても振り返った時に全部良かったと思えるように生きていきたいものです。

プログラムの様子



白杵病院デイサービスでのプログラムメニュー一部

1) 個別訓練 上下肢運動・持久力

- ①若返り運動
 - ・ステップ エスカルゴ ストレッチボード
- ②ボール挟み
 - ・立位訓練 片足立位
 - 平行棒横歩き コロコロ (協調性運動)
- ③下肢への負荷装着
 - ・歩行訓練
 - ベッド上にてヒップアップ寝返り訓練
- ④立ち座り基本動作
 - ・バランス運動 移乗動作訓練 メドマー
- ⑤全身体操
 - ・めじろん体操 ボールやタオルを使った体操
- ⑥ ボールや粘土を使用
 - ・グリップ パワーウェブ 手先の運動
- ⑦ 2kg 重りの上げ下げ運動
- ⑧パーキンソン体操
- ⑨歩行訓練

2) ①呼吸筋訓練

腹式呼吸 □すぼめ呼吸

3) 生活機能訓練

- ①創作活動
 - ・壁面創作他
- ②調理
 - ・包丁を使用 ・切る、皮をむく等
 - ・クッキング
- ③戸外での散歩、外出

4) 認知機能低下予防

- ①脳トレーニング 計算 漢字 塗り絵 折紙

5) 小集団での運動メニューなど

- ①活動範囲の拡大 (ドライブ・地域行事など)
- ②してみたいことの実現 (料理・旅行など)

内視鏡検査のススメ

帰巖会医療事業部長 井元哲也

皆さんは消化器内視鏡検査を受けたことがありますか？

国立がん研究センターの2019年統計によると、新たに診断されたがんは999,075例で、部位別の罹患数では、1位が大腸、2位肺、3位胃となっており、死亡率でも1位肺、2位大腸、3位胃と順位の入れ替わりはあるものの、同じ臓器が上位を占めております。

早期発見・早期治療が大切であることは誰もが理解していることです。が、具体的にどのような検査が、どの程度の頻度が必要であるかについてはわからないことが多いのではないのでしょうか？

日本消化器内視鏡学会では、胃内視鏡検査(胃カメラ)を受ける頻度について、ピロリ菌感染や萎縮性胃炎などの所見があった場合については2〜3年間隔で内視鏡検査を受けることが良いと考えられています。ピロリ菌の所見がいままでない場合については、何らかの症状がある場合や検診での検査を行うこととされています。また早期胃がんの治療を受けた方については少なくとも年に1回の検査が推奨されています。

大腸内視鏡検査については、初めて検査を受けた後、どのくらいの間隔で検査を受ければよいかについて

は、検査で病気がみつかったかどうかで変わります。

検査で病気が指摘されなかった場合は、検診などで行う便潜血検査便に血液が混じっていないかどうかを確認する検査を受けていただくことで大腸がんになる可能性を減らすことができますとされています。この検査で陽性(血液が検出された)であった場合や、何らかの症状がある場合にはかかりつけの医師などに相談の上、内視鏡検査を受けることが推奨されています。

切除が必要な大腸ポリープを指摘された場合については、切除後に定期的な検査が推奨されています。ポリープの数や大きさに応じて検査の間隔が変わりますので、主治医と相談しながら、継続的なフォローを行うことが必要とされています。

大腸ポリープ以外の病気を指摘された場合においても、その症状や経過により、検査の頻度が



変わってきますので、こちらについても定期的な受診を行いながら主治医と十分に相談し、次回の検査について検討していくことが必要とされています。

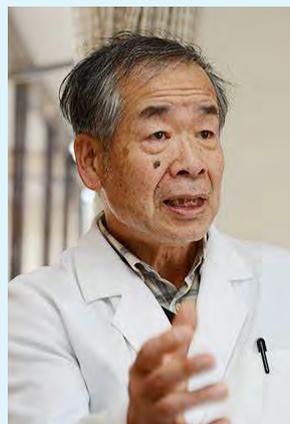
白杵病院では、消化器がんをはじめ、その他の消化器疾患に対し、内視鏡検査による早期発見・早期治療に力を入れています。原則、月曜日から金曜日は内視鏡検査が受けられる診療体制をとっております。(祝祭日を除く)

白杵病院の内視鏡検査は、患者さんに苦痛なく検査を受けていただく為、原則セデーション下(意識下鎮静法とも呼ばれ、薬剤を使用して、意識レベルや痛みを感じ具合を低下させる処置をいいます。)での検査を行っております。セデーション下で検査を行った患者さんからは「いつの間にか検査が終わっていた」との感想をお聞きするくらい、楽に検査が受けられると好評です。

また大腸内視鏡検査を受けていただく患者さんのプライバシーに配慮し、トイレ付の個室を準備しておりますので、周囲の目を気にすることなく検査前の処置を行っていただくことができます。大腸内視鏡検査についても、上記に記載した「セデーション下」で行いますので苦痛なく検査を受けていただくことができます。

気になる症状がある方や検査を受けたいけど、どのように予約したらよいかわからないとお考えの方はお気軽にご相談ください。

中野俊彦先生 大分市文化の日 表彰を受彰



中野俊彦先生

直耕団吉野診療所(大分市)の所長を務める中野俊彦先生が、来る11月3日に「大分市文化の日表彰(保健衛生功労)」を受彰されます。

表彰は、先生が長年校医を務める吉野小学校と吉野中学校での取り組みが評価されてのもので、1989(平成元)年の開院後、1992(平成4)年より30年の長きに亘り、地域の健康を見守り続けています。

(一)紹介…常務理事 船田 茂



大分市文化の日の表彰の様子
(写真は昨年開催されたものです)

リレーインタビュー

44回目



お気軽にご相談ください！

白杵病院連携室 中濱 幸

病院によって「地域医療連携室」「医療福祉相談室」「総合患者支援センター」など呼び名は異なりますが、当院では「白杵病院連携室」として医療ソーシャルワーカー2名体制で業務を担っています。医療ソーシャルワーカーと一言で伝えても、どのような役割を持った専門職かわかりにくい方が多いと思いますので、まず私たちの業務についてお伝えします。

私たち医療ソーシャルワーカーは社会福祉士国家資格を有し、患者さんやご家族との面談を基本とした相談援助業務を行います。

具体的には、白杵病院に通院中や入院中の方や、これから白杵病院への受診を検討されている患者さんやご家族に対し、病気やケガが原因で起きている「生活上の困りごと」についての相談を受け、それらの諸問題の解決に必要な、社会資源を提案するなどの支援を行う他、患者さんやご家族が安心して療養できるような様々な心理・



社会的問題の相談に際し、問題の解決に向け必要な支援を行う専門職です。

例えば

「入院が必要と言われたけど、費用が心配で…」という相談に対しては医療費負担の軽減に関する社会資源の活用について、利用できる制度の説明や申請手続きに関する支援を行います。

「病気で身体が不自由になり、これまでのような生活ができなくなりました」といった相談に対しては、介護保険サービスや身体障がい者制度など、その方が利用できる制度活用を行うと共に、必要に応じて関係する医療スタッフやケアマネージャを始めとする在宅サービス担当者のご自宅への訪問を行い、環境整備の提案や在宅サービスの提案及び調整を行います。

上記の他にも、「誰に相談したら良いかわからない」「事や、「主治医に相談したいけど、どのように依頼したらよいかわからない」など、困りごとがありましたらお気軽にお声かけください。相談内容について、料金はかかりません。また秘密は守りますので、安心してご相談ください。

あなたの「困った」に耳を傾け、解決に向けたお手伝いをします。私たち「白杵病院連携室」の医療ソーシャルワーカーは、そんな身近な存在として皆さんの相談をお待ちしています。



すたすきく 健

白杵編

File 1

株式会社スマイーる

代表 安達一智さん



大きな壁だといえます。ケアマネージャのなり手がいない。「ケアマネージャ不足＝魅力不足」と分析する安達さん。「利用者、家族、サービス事業所も困っている」と、地道な情報発信を続けています。1人で始めた居宅介護支援事業所でしたが知人を介し今は2名体制になりました。利用者の思いを実現する力も倍増しているようです。

●これからの展望●

在宅生活を大事にしたいから施設の必要性も生じます。例えば家族の休息確保や泊りができる環境です。いざというとき地域で供給ができない事もありました。自分の強みは「行動力」という安達さん。打破する日も遠くないと思います。

(取材 帰巖会 橋本茂子)

●事業所情報

〒875-0041 大分県白杵市大字白杵72番地346
TEL/FAX 0972-77-5140
居宅介護支援事業所 すみれ
訪問介護ステーション ハピネス

●独立開業した理由

白杵市内で2019年3月「居宅介護支援事業所すみれ」[訪問介護ステーションハピネス]を立ち上げた安達一智さんをご紹介します。長年、介護の施設等で施設経験を積む中、常にあった葛藤。それは利用者がつぶやく「最期は自分の家がいい」という言葉でした。しかしながら高齢になり医療比重が高くなると利用者も家族も病院で最期を迎えることが当たり前とってしまう。そして家族にも言えず「最期は家で死にたい…」と、打ち明ける利用者の気持ち。多くの方が死に場所を選べない現実。その声を受けとめ考えた結果「利用者の願いを1つでも実現する地域の社会資源になりたい。自分でやろう。」と決めました。当時、相談員であり組織の一員でした。そこからの独立です。想像以上の経験もありましたが、関係者やベテランスタッフに頼り、助けられ今日まで走ってきました。

●チームを組むこと

何人もの利用者の最期を支援してきました。元気な時からケアマネージャ、介護、医療スタッフとの連携は欠かせません。特に利用者が望む人生の最期に訪問看護の存在は大きく相談をしながらチームの一体化を促進していきます。

●今、直面している壁

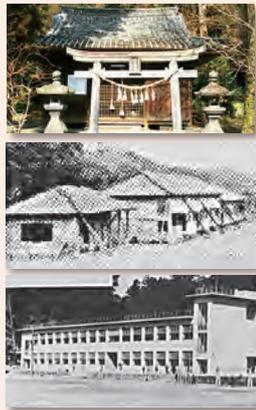
介護マネジメントの軸、ケアマネージャ不足

上北地区 その四

末広神社

上北小学校に隣接している。明治九年、上北村内の十一社を合祀。明治になり、神社の合祀が断行されたのは、村民の心を、村の鎮守から中央政府に向けさせるためだった。境内の岩壁近くは、大將軍祠のあった場所だった。

※大將軍信仰は、九州を中心に広がる。道祖神等とも関わりを持ち、農村地域では、牛馬の守り神になった。白杵では、乙見日平にもある。鳥居の寄進者に、牛馬の關係か、朝鮮の人の名も刻まれる。境内には、日露戦争慰霊碑、征西招魂碑(西南の役で、警視隊は広内から末広一里松に出て、薩軍と銃火を交えた体験から、戦死者へ供養とした)、第二次大戦慰霊碑(この小村から百人に迫る戦死者の名が刻銘されている)。



上…末広神社 中旧上北小学校 下…新築当時の校舎。校長は初の女性校長村上あや先生だった。

上北小学校

明治七年、熊崎学校の支校として「末広学校」が、末広村の吉田立策氏宅の一部を借り開校された。村の中ほどにあり、戦後は集会場として青年団等も利用した。昭和三〇年に、市内初の鉄筋校舎として落成した。

※明治の片切豹太郎校長(中根貞彦氏の兄)が「真澄の川をかがみにて…徳をば高く智は深く石淵の岩千代かけて…」と詠ったように、前を清流の末広川が流れる。

現在の校歌も「末広川にうつす影 清き姿の学びやで いつも明るく 希望にもえて」と歌う(桑原常夫作詞作曲)。

片切氏は、西南戦争・白杵の戦いで奮戦して、無念の死をとげた片切八三郎の長男。後に、大分県立図書館長となられた。

通(かよい)の車橋・府内往來道

通峠を右折し、通地区へと渡る末広川に架かる。切石積み上げのアーチ橋。白杵城下から府内へ通じる旧道「府内往來道」の末広川上流域の通に架かる石橋。文化十年(一八一三)に架けられた。現在も地域の人々の利便をはかる。

※府内街道は、橋を渡り、右に曲がり、山を登り、広内峠から府内へと続く。石畳の残る所もある。白木峠に茶屋もあった。松原村の万治が、街道を行き来する人々に草鞋を売ることが、藩から弘化四年(一八四七)許可されている記録がある(古史捷)。車橋の上流にも石橋があったがダムで水没した石橋もあった。



上…車橋 下…末広から、府内(現大分市)へと通じる主要な街道1であった。

○印は通地区…元禄絵図(白杵城路より) 岡城路(竹田本面)と府内街道をつなぐもので「殿様道」と呼ばれていた。ここにも現在、石畳が残っている。(詳細は白杵市教委へ)

桑原 英治



SUMOMO大分白杵店

お問い合わせ先
 〒875-0023 大分県白杵市大字江無田字北側240番4
 ☎0972-77-4695
 営業時間：営業中・営業終了 8:00-19:00
 定休日：月曜日 臨時休業あり

SUMOMO大分白杵店

元気な地元 クローズアップ
 広々とした店内には焼きたてのパンがずらりと並び輝いています。白杵店にしかないオリジナルの商品も多く、緑色のパンにチョコクリームが入った「カップさん」やイチゴホイップが入ったピンクの「ぶたさん」、今の時期だとハロウィンにちなんだ可愛らしいパンの数々が皆様をお迎えします…。一日に延べ100種類以上のパンをご用意しております。「扉を開けた瞬間、目の前に広がる景色に驚いてほしい」そんな想いで、スタッフ一同心を込めてお作りしております。

時事寸感

10月20日、じりじり進んできた円安が加速し、とうとう1ドル150円台になってしまった。これは1990年以來と言つたら、実に32年ぶりになる。1990年と言えは日本ではバブル経済の最中(か終わりの始まりの頃)で、昨今オリンピック関連での驚くべき取組事件ですっかり有名になった高橋治之氏だが、その弟の高橋治則氏がバブルの「寵児」として大活躍し、自家用ジェットで世界を飛び回っていた頃になる(同氏はバブル崩壊後詐欺罪で逮捕され2005年に亡くなっている)。また、この年、ソ連が崩壊、最後の書記長がこの夏亡くなったゴルバチョフ氏は日本のごとく「最も成功した社会主義国」などと揶揄していたともしつ。個人的には無縁であったが、金満日本全盛期の頃だ。

経済専門家の誰ひとりとして、この極端な円安を想定していなかったというのもお粗末な話であるが、素人目には、国債を乱発して当の日銀が自買を続けるというような、日本のこれ以上ない「当面主義」の破綻が来るのは当たり前に見えぬ。危機回避の妙案など見当たらないのだから、日本は、この際、思い切って「貧乏国」に一旦なりきった方がよい。高度経済成長時に若い時代を過ごした我々年金受給世代には酷な時代が来そうだが、自業自得的なところもあるもので、仕方ない。

以前、「幸福感」というのは絶対量でなく方向」といつ話しを書いたことがある。健康・愛情・経済というのがその要素で、増加しているときに幸福なのだという。確かに、同じ38℃の体温でも上がった時と、治りかけでは大違い、愛情は、加藤登紀子の「愛のくらし」を口ずさんでみれば十分納得できる。30年前だろわか、家に初めてエアコンが入った時の感動は今でも結構憶えている。この際、腹を据えて「貧乏日本」を受け入れてしまえば、そう遠くない将来、次世代も「初めてのエアコン」の感動が味わえると思っただが。

(帰巖会副理事長 榎本 祥文)