

San-iku 通信

社会福祉法人賛育会の広報誌「さんいくつうしん」

TAKE FREE



REPORT

Vol. **23**
2019 SUMMER

特集 賛育会。地域と歩む、私たちの医療。

そまちゃんレポートVol.04:いよいよ夏本番!熱中症の対処と予防

賛彩レシピ:紫外線の強い夏に。「さっぱり美肌そうめん」



東海
診療所
(静岡県)

着任した浦田英男医師



特集
REPORT



新築の東海診療所



東海診療所開所式

賛育会。地域と歩む、私たちの医療。

地域の方々が必要とする姿へ。

賛育会の医療は、常に地域の人々に寄り添い続けていきます。

- 東海診療所(静岡県御前崎市) ●賛育会クリニック・介護医療院とよの(長野県長野市)
- 賛育会病院(東京都墨田区)

■地域と共に歩む医療～東海診療所の再開～

2019年6月1日、晴れやかな青空の下、東海清風園(静岡県御前崎市)に隣接する東海診療所の開所式が行われました。多くの地域の人たちが待ち望んでいた東海診療所の再開の日です。

御前崎市の賛育会東海事業所は1952年4月の東海病院開院から始まりました。東海のこの地域は以前から医師の獲得が困難で、医療機関開設への願いが強い地域でした。東海病院は、やがて御前崎市立の病院ができた事を受けてその使命を終えましたが、なお、存続を求める声が強く、あらたに東海診療所として、特別養護老人ホーム東海清風園、池新田デイサービスセンターと共に運営を続けてきました。しかし、東海診療所は、2016年以降医師の確保が

できないまま休診状態が続く事になりました。この間も診療所再開を望む地元の声を受け、東海診療所の医療を託すべき医師を求め続け、ようやく今年、診療所を再開することができました。

岐阜県恵那郡蛭川村(現在の中津川市蛭川)での診療活動をはじめ、高齢化の進む地域に不可欠な往診と診療を14年間にわたり実践してきた浦田英男医師が東海診療所所長として着任。老朽化していた診療所も建て替え、新たな医療設備での再開です。

浦田医師は、自ら地域に赴き、地域の人びとの暮らしの中で展開する地域医療の実践をととても大切にしています。「一人ひとりの患者さんの家に行き、その人の生活に寄り添うような医療が必要なんです」、「家の中のどこに何が置いて



あるかということまで知れるような信頼関係が築けてこそできる医療がある…ということ、患者さんから学ばせてもらいました」と浦田医師は語ります。そんな浦田医師の診察室には歌舞伎の衣装をまとった浦田医師の写真が飾られています。岐阜県中津川市では、伝統芸能である地歌舞伎(じかぶぎ)を大切にしている、浦田医師も継承する役者として舞台に立つこともあるそうです。私生活においてもその地域の歴史や文化と共にあり、自らも地域住民の一人として患者と向き合おうとする浦田医師の熱い想いが伝わってきました。

賛育会は今から100年以上も前に、現在の東京都墨田区において妊産婦の生活、乳幼児の健康と成長を支えたいという強い思いを抱いた人びとによって始まりました。東海診療所で出会った浦田医師の地域医療にける熱い想いは、賛育会の創設時から大切にしてきた「人に寄り添う」ということとぴったりと重なるものであることを強く感じました。

■賛育会医療事業の新たな挑戦～豊野事業所～

今年3月1日、長野県長野市豊野の地で運営を続けてきた賛育会豊野病院は、その外来診療を「賛育会クリニック」として、入院病床を「介護医療院とよの」として新たなスタート

をしました。豊野の地域の皆さんにとってより身近な医療機関としての活動を充実させようという想いから「賛育会クリニック」が生まれました。賛育会クリニックでは、病気になってから…ではなく、健康診断をはじめとして病気にならないための予防医療についても力を注ぎ、地域全体が健康に過ごせる町となっていくことを目指しています。また「介護医療院とよの」は、入院治療のステージは終わったものの、家庭での生活に戻ることが困難な方の増加に対応する、医療と介護のサービスを提供する施設として、新たに始動しました。

■賛育会医療事業の新たな挑戦～賛育会病院～

賛育会病院(東京都墨田区)では、今年度から病棟の一部を「地域包括ケア病棟」に転換しました。入院治療から在宅復帰されるまでの間をスムーズにつないでいけるように支援するのがこの病棟です。

賛育会病院、賛育会クリニックおよび介護医療院とよの(旧豊野病院)、そして東海診療所のいずれの施設も、今年は大きな変化の年となりましたが、そこに共通するのは、時代や社会の変化の中でその姿を整えつつも、地域の方々と常に寄り添い続けたいという賛育会の想いです。



小向 雅子さん はなみずきホーム：介護課主任

はなみずきホームの介護課主任の小向さんを訪ねました。小向さんは大学で元々保育の勉強をしていて、将来は保育士を目指していたそうです。そんな学生時代に介護施設でのボランティアサークル活動や、1ヶ月近く入院していた時に同室の高齢の方々との触れ合った体験から、高齢者福祉関係の仕事に興味を持ち、進路変更したそうです。墨田区生まれの墨田区育ちであり、地元でよく知っていた賛育会へ新卒で入職。最初に配属された施設がはなみずきホームであり、それから はなみずきホーム一筋です。初めて配属された介護課でおよそ6年半勤務し、最初は業務を覚えるのに精一杯。とにかく早く、安全に業務をこなすことを心がけていました。その後徐々に業務に慣れてきて、2年目からは特に自立を意識した排泄ケアの仕事に深く取り組んでいました。そんな中、ご利用者が目の前で息を引き取る瞬間に立ち会う看取りの経験は、非常に辛かったそうですが、その時には、先輩職員が心の持ちようについてアドバイスしてくれて乗り越えられたそうです。

その後、特別養護老人ホームの相談員の仕事へ異動。相談員の仕事はご家族と施設との間を繋ぐ仕事です。ご利用者が自身でトイレに行こうとして転倒し骨折してしまったことがあり、どのようにご家族とお話すべきか、とても難しかったそうです。ご家族の「骨が弱っているのだから立たせないで欲しい」という気持ち。一方で「トイレには自分で行きたい」というご本人の想いを大切にしたいという思い。もちろん「抑え付ける」「立たせ

ない」といったことは「身体拘束」になるためできません。そんなことをお伝えし、できる限りご本人を尊重してベッドの高さを低くしたり、マットを敷くなど工夫していることとお話したそうです。ご家族の希望と、ご本人の想いと、介護現場の実情の間で、丁寧にバランスをとっていき事に心を砕きました。およそ3年半の相談員経験ののち、高齢者みまもり相談室へ異動となります。墨田区の65歳以上のひとり暮らしの高齢者のお宅へ1軒1軒訪問します。町会や民生委員の方々と協力し、皆さんの困りごとなどを解決できるように支援していました。初めての施設外での仕事となり、新鮮な気持ちで色々新しい体験をしたそうです。そして産休・育休を経て、介護課へ復帰。復帰後半年で主任となりました。初めての役職者となり、職員へのマネジメント業務が加わり戸惑うことも多く、色々なことを手探りで進める状況だと言います。はなみずきホームの介護課はフロア毎にチームが分かれているわけではなく、全員が全てのフロアの利用者をケアできる体制にしています。「職員一人ひとりとじっくり話し合うことを心がけて、介護課全体のチームワークの向上を心がけている」と小向さんは語ります。

小向さんのお話から、はなみずきホームの介護課は、勤続15年以上のベテランパートさんも多く、常勤・非常勤問わず全体でまわって、チームワークのある働きやすい職場であることがよく伝わってきました。戸惑いの中にも充実した表情が見られる小向さん。これから益々大きく羽ばたいていく姿を確信しました。



笑顔のリレー ～地域と賛育会：賛育会病院・清風園・第二清風園

リミナルハーブ：佐野 正子さん

音楽で寄り添う、ハーブよるこころのケアの活動をしていただいています！

賛育会病院、清風園、第二清風園でハーブと歌によるこころのケアを提供している佐野さん。リミナルとは境界領域という意味であり、命が始まる境目や、命が終わる境目に寄り添う琴の音と言えるのでしょう。

リミナルハーブの佐野です。出産で病院に入院していた時に、命に関わる仕事をしたい!と思ったのをきっかけに、リラ・プレカリア(祈りのたて琴)でハーブと歌によるターミナルケアを学び、その後、リミナルハーブを立ち上げました。5年前に当時のチャプレン(病院付き牧師)から賛育会病院を紹介していただき、それ以来緩和ケア病棟とNICU、自宅近くの清風園、第二清風園で活動させていただいています。お一人ずつお部屋に訪問し、その方の呼吸に合わせるように音楽で寄り添うことをしています。音楽を聞きながら、少しでも身体や心の痛みが取り除かれ穏やかな時が過ごせるように願っています。患者さん、利用者さんのご家族もホッとできるような時間になったら嬉しいです。

今後も、医療や介護の現場で芸術(アート)の力にできることを皆さんと一緒に探求していきたいと考えています。



病棟でハーブを奏でる佐野さん



佐野さん



夏

賛彩レシピ

紫外線の強い夏に。「さっぱり美肌そうめん」

肌の新陳代謝を高めるビタミンB2を手軽に摂取できます。

しょうがと薬味でさっぱり食べられる夏におすすめのレシピです。

レシピ制作：第二清風園・栄養科・管理栄養士 奥野 美代子

材料：(1人分)

- ・そうめん 1束(50g)
- ・さばの水煮缶 50g
- ・ひきわり納豆 1パック
- ・きゅうり 1/3本
- ・みょうが 1/2個
- ・かいわれ 適量
- ・おろししょうが 適量
- ・めんつゆ(4倍濃縮) 大さじ1

作り方

- ①さばの水煮缶は細かくほぐし、ひきわり納豆、めんつゆ、おろししょうがを入れてよく混ぜる。
- ②きゅうり、みょうがは、せん切りにする。
- ③かいわれは根を切り、半分に切る。
- ④ゆでたそうめんの水気をよく切り、①～③を盛り付ける。





いよいよ夏本番！熱中症

熱中症かな？と思った時や、予防方法を知って、夏

熱中症のサインとは？



顔が火照っている



お子さんの場合

拭きとつても、汗が吹き出る



ご高齢の方の場合

汗が出ていなくても体が熱い

上手に発汗、熱を放散できないので、熱がこもりやすくなります。背中に手を入れる、首を触る、口の中が乾いているかなどで確認を。



熱中症予防と、対処方法を看護の現場からお教えします！

東京清風園
看護師
奈良部 幸子さん



-そまちゃん-
こんにちは。日常の役立つ知識や知恵を養育会の専門家に聞いてレポートしていきます。



暑い暑い日本の夏。「熱中症」という言葉をよく耳にする時期になりました。熱中症にならないためにはどうしたらいいの？気付いた時の対処法は？この夏を乗り切るアドバイスをお聞きました。

■熱中症のサインって？

そまちゃん: 奈良部さんこんにちは。今年の夏も暑いですね。じっとしているだけでも汗が出てきます。

奈良部さん: こんにちは。テレビでも「熱中症で〇〇人搬送」なんていうニュースが毎年のように流れますよね。私たちの年代だと、「のどが渴いたな」と感じたらすぐに水分補給ができますが、赤ちゃんを含む子どもや、ご高齢の方にとって、自発的に気付くことは決して簡単なことではないんですよ。そういう方には周りの人が気付いてあげなければいけないですね。

そまちゃん: 家族なら「いつもと様子が違うな」と気付くことができると思いますが、例えば公園で遊んでいる子どもや、駅で電車を待っているご高齢の方を見て、「熱中症かな？」と判断することって凄く難しいですよね？いざその場面に遭遇した時、気付くことができるのかとても不安です。「こんな状態だったら熱中症」というサインはありますか？

奈良部さん: そうですね、まず見た目で見えるものとして、顔が火照っていたり、子どもだと、拭きとつても吹き出るように汗が出るということがあります。逆にご高齢の方だと、上手に発汗、熱を放散できないので、熱がこもりやすくなり、汗が出ていなくても

体が熱いなんていう状態がよく起こるんですよ。ご家族なら背中に手を入れてみたり、首を触って確かめてみるとわかりやすいと思います。あとは口の中を見せてもらうのも1つのポイントです。

そまちゃん: 口の中ですか？

奈良部さん: そうです。ご高齢になると口を閉じて呼吸することが難しくなってくるので、自然と口渇します。口の中が渴いているということは、体中の水分が不足しているということですので、要注意ということになります。

そまちゃん: 口の中の状態でわかるなんて初めて知りました。

■判断に迷ったら#7119

そまちゃん: もし熱中症になってしまった人がいるとして、こんな状態のときにはこんな対応をすればいいみたいなものがあればわかりやすいですよね。救急車を呼ぶことになる場合もあると思いますが、どの程度なら呼んでいいのか判断に困ります。

奈良部さん: 難しいですね。一概には言えませんが、熱中症の症状として、吐き気、めまい、倦怠感、筋肉の痙攣などがあります。まず本人の意識があるときは日陰を作って風を当て水分を摂ることが大事です。水分といっても水だけでは血が薄まってしまうだけなので、できれば塩分、糖分が適度に入ったスポー

の対処と予防

を元気に過ごしましょう!

もし熱中症なら…



熱中症の主な症状

吐き気、めまい、倦怠感、筋肉の痙攣など

意識があるとき

1.日陰で水分補給を
常温のスポーツドリンクで、
しっかり水分を摂ってもらい
ます。

2.体を冷やす

太い血管がある、首、脇、鼠径部
を保冷剤などで冷やします。
(クーリング)



朦朧としているとき

水分補給、歩行が困難

すぐに救急車を呼んで
ください

水分補給、クーリング
をして、5~10分しても
症状が改善しない。

救急車を呼んでください

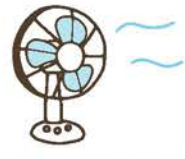
迷った時は…
救急相談センター#7119
へ電話相談を。

熱中症を防ぐには?

部屋の温度管理に注意。
水分はこまめに補給を。

就寝時の室温管理

熱がこもりがちなので、
エアコンが苦手な方は、
扇風機を壁にあて、風を
動かすと、快適に。



お子さんの体調管理

こまめに休憩を入れ、水
分補給をしっかり摂り
ましょう。



室温管理の豆ちしき

大きめのペットボトルで
水を凍らせ、棚の上などに
置く。若干ですが室温
を下げ、除湿効果も!



ツドリンクなどを飲んでもらうのが良いですね。

そまちゃん:水分は冷たいものが良いのですか?

奈良部さん:できれば常温が良いです。冷たい方が飲みやすいの
ですが、急に冷たいものを摂取するとショックの原因にもなります
し、お腹が冷えると体は温めようとしてかえって熱が出てしまうん
です。水分をしっかり摂ってもらってから次の段階で太い血管があ
る首、脇、鼠径部を冷やすと効率よく全身を冷やすことができます。

そまちゃん:意識が朦朧としている人にはどうしたらいいですか?

奈良部さん:無理に水分を飲んでもらおうとすると間違っ
て気管などに入り、誤嚥の恐れがあるので、自力で歩けなかつたり、飲み物
が飲めないほどの状態ならすぐに救急車を呼んでください。また、
首、脇、鼠径部をクーリングするなどいろいろ試して、5分~10分
経過しても症状が変わらなければ救急車を呼んでください。

そまちゃん:判断に迷ったらどうしたらいいですか?

奈良部さん:救急相談センター#7119に電話をしてみてください。
対処法や病院に行くかなどの判断をしてくれますよ。

そまちゃん:それは心強いですね!

■熱中症を防ぐには?

奈良部さん:熱中症になった場合の話をしました。予防も大切

です。そまちゃんは、普段何か対策をしていますか?

そまちゃん:部屋の温度や湿度には気を付けています。水分は
元々あまり摂らないので、夏場は特に気をつけたいです。

奈良部さん:良いことだと思います。特に寝ている間は周りの
空気が動かず熱がこもります。エアコンが苦手という方は、扇風機
の風を直接ではなく壁に当て、風を動かすようにすると温度の
上昇がなく、自分の体温も上がりず心地よく過ごすことができ
ます。水分は「トイレにいったら飲む」等、意識的に摂取できると
いいですね。特に子どもは遊びに夢中になり体調が悪いことに
気付かないこともあるので「30分遊んだら日陰に入って水分を
飲み、20分休憩」というように大人がしっかりとコントロールしない
といけませんね。また、クーリングや室温を下げることは、身近
にあるものを使って簡単にできます。例えば大きめのペット
ボトルで水を凍らせて、棚の上などの少し高いところに置くと
若干ですが室温を下げるができますし、空気中の水分が
結露するので除湿効果もあります。

そまちゃん:少しの工夫が熱中症予防に繋がるのですね。クー
リングには保冷剤を靴下に入れて冷やすのも良さそうですね。

奈良部さん:とてもいいアイデアですね!是非やってみてください。

多言語対応進めています!

最近では東京都でも外国出身の方が増えてきました。コンビニエンスストア、飲食店等の店員も外国出身の方が珍しくありません。当院でも外国出身の患者さんが増えてきています。少し前までは東アジアの方が多かったのですが、今では東南アジア、南アジア、中央アジア、欧米、アフリカとまさに世界中から来院があります。そのような状況から、賛育会病院では昨年度から

多言語対応を進めています。ホームページや診療申込書などの書類の英語表記、翻訳用タブレット機器の各部署への設置、院内案内標識・地図の多言語対応表記をしています。

現在、国際化推進委員会をたちあげ、院内の英語・中国語が話せるスタッフの把握、多言語対応が可能な電話サービスの案内など、この活動を推進していきます。来年は東京オリンピック開催です。ますます外国から来訪される方々が増えます。多言語対応でそんな皆さんのお役に立ちたいと思っています。



INFORMATION

チャリティーコンサートを開催いたします! ~賛育会病院建て替えのために~

賛育会後援会
チャリティー
コンサート
2019
~賛育会病院の建て替えのために~

2019/10/25 金
18:30開場/19:00開演
会場: すみだトリフォニーホール 大ホール
入場料: 2,000円(全席自由)

無料託児サービス
要申込

賛育会病院建て替えのためのチャリティーコンサートを10月25日(金)、例年通り「すみだトリフォニーホール」で開催します。賛育会病院の移転新築(2023年)に向けて、多くの方々のご理解とお支えが必要になってまいります。

今年のチャリティーコンサートは、ヴァイオリニストの大谷康子さん、ピアニストの藤井一興さん、そしてゴスペルグループのThe Soulantics(ザ・ソウルマティックス)をお迎えします。第一部ではヴァイオリンとピアノ、第二部ではゴスペルとヴァイオリンと共に、会場のみなさんもまきこんだ多彩な内容で、より音楽を身近に感じていただける構成となっています。ぜひ皆さまご来場ください。また、今年も昨年好評だった無料託児サービスをご用意。8月8日(木)よりチケット販売予定です。詳細は、賛育会後援会Webサイトまたは、チラシをご覧ください。

コンサート、無料託児サービス詳細はWEBをご覧ください

賛育会後援会 チャリティーコンサート
QRコードをスキャンまたは賛育会後援会で検索!



編集後記

来年夏によいよ東京オリンピックが開催されます。その時期に首都高速が値上げ、新しい国立競技場が建設中など、色々なニュースが飛び込んできますが、今ひとつ実感がわかないという方も多いのではないのでしょうか?世界中の人達が注目するオリンピック!来年夏にもすごい数の外国の方が来るということはわかります。しかし実際に電車や道路はどれ位混むのか?東京のあちらこちらで人だらけになるのか!?想像もできません。オリンピック誘致の時に「おもてなし」という言葉が流行しました。世界中の人達が「日本はいいところだ、また東京にきたいね!」と思ってもらえるようにしたいものです。(S.M.)

主要人事

〈異動〉

2019年4月1日付

東海清風園 施設長 繁田 正人

東海診療所 事務長兼務とする

San-iku 通信

社会福祉法人賛育会の広報誌「さんいくつうしん」

San-iku通信 Vol.23 2019年 夏号

編集: 賛育会広報委員会

発行人: 中村 基信

発行所: 社会福祉法人 賛育会

印刷: (有)エースプリント (20190805-6792)

社会福祉法人 賛育会

〒130-0012 東京都墨田区太平3-17-8

URL <https://www.san-ikukai.or.jp/>

お問い合わせ

TEL: 03-3622-7614

賛育会100周年記念サイト

<https://www.san-ikukai.or.jp/100th/>



つながろう、ひとつに。
ひろげよう、笑顔を。

100th
ANNIVERSARY
地域とともに100周年

社会福祉法人
賛育会