

# みゆきの里通信

2015 spring / Vol.27

## 今後の行事予定 event schedule



6月6日(土)  
健康と食のまつり

昨年の健康と食のまつりの様子

## 担当医表 charge medicine table

		月	火	水	木	金	土
第1 診察室	午前		江頭			江頭	
	午後						
第2 診察室	午前	津出	吉田	金場	師岡	吉田	担当医
	午後	師岡	本田	高野	高野	津出	
第3 診察室	午前	馬場	馬場	馬場	馬場	馬場	
	午後			和田山			
鍼灸 治療室	午前	長尾			長尾		
	午後		長尾		長尾		
歯科 1	午前	田川	田川	田川	田川	田川	田川
	午後	田川	田川	田川	田川	田川	

- 統合医療センターについては御幸病院総合受付でお尋ねください
- 王研究員の漢方相談…毎週水曜日の午前・午後 毎週木曜日の午後(15:45～)

長尾名誉院長 外科(鍼灸漢方)・健康相談を担当します。

馬場総院長  
吉田院長  
津出診療部長  
川野リハビリテーション部長  
本田消化器・内科医長 内科を中心として、種々の診療を担当します。  
高野内科医長  
金場リハビリテーション医長  
師岡循環器・内科医長

磯貝緩和ケア診療部長 緩和ケア病棟を担当します。  
緒方緩和ケア診療部・内科医長

江頭医師 呼吸器・アレルギー疾患・心療内科を担当します。

和田山医師 整形外科を担当します。

田川歯科医師 歯科を担当します。予約が必要です。

- 緩和ケア入院相談 月～土 8:30～17:30(随時)  
相談窓口：地域医療連携センター

## ニュース news

### 「ふれあい作品展」開催

御幸病院南1病棟(緩和ケア病棟)サンルームにて、患者さんの作品を展示する「ふれあい作品展」を開催いたしました。展示されたのは、南1病棟の患者さんたちが入院前や入院中に丹精込めて作り上げた作品の数々。優しい色合いで丁寧に編み上げた帽子やセーターなどのニット作品、じっくりと静物や風景に取り組んだ水彩画など、作り手の愛情が伝わってくるような作品が並びました。中には「皆さんの気持ちが少しでも和むなら」と、ご遺族が病棟に寄贈された花の写真や人形もあります。

南1病棟では、モノづくりがご趣味の患者さんがおられた時には「展示しませんか?」と声掛けをし、賛同者が集まった時に作品展を開催できるように心がけています。井上副院長は、「患者さんに『入院生活の中でも自分にできることがあるんだ』と元気を出していただけたら、と続けています。この作品たちは患者さんの生きがいであり、人生の証のようなもの。私たちスタッフにとっても、その方が大切にしてこられたことに触れさせていただける貴重な時間となっています」と話しておられました。

会場の設営は、患者さんと病棟スタッフの手作り。今回は会場に感想ノートを準備し、患者さんや作品へのメッセージを書き込めるようにしています。スタッフ一同、見に来られた患者様にも闘病意欲を持ってもらえる機会になればと考えています。



～医療の輪で、健康と命の尊厳を支えます～ 医療法人博光会 御幸病院



- 【診療科目】 内科・消化器内科・循環器内科・呼吸器内科・漢方内科  
リハビリテーション科・心療内科・アレルギー疾患内科  
小児科・歯科・麻酔科(ペインクリニック)【医師：岡崎止雄】
- 【診療受付時間】 平日 午前8時30分～午後5時  
土曜 午前8時30分～午後12時 ※但し急患は何時でも受け付けます。
- 【施設概要】 ●緩和ケア病棟：20床  
●一般病棟 30床(うち地域包括ケア病床 14床)  
●回復期リハビリテーション病棟：60床  
●医療療養型病床：76床  
●併設：訪問看護ステーション「みゆきの里」御幸病院訪問介護事業所

詳しくはホームページをご覧ください <http://www.miyukinosato.or.jp/>

### みゆきの里グループ

- 軽費老人ホーム 富貴苑
- 特別養護老人ホーム みゆき園
- 地域密着型特養 みゆき東館
- 介護老人保健施設 ぼたん園
- ケアハウス ピオニーガーデン
- ウェルネススクエア和楽
- 小規模多機能ハウス ほがらか
- グループホーム ほがらか
- サービス付き高齢者向け住宅 サンシティハウス
- レストラン ピオサルーテ
- 駕町通り ケアガイドセンター
- 熊本市高齢者支援センター ささえりあ平成



特集

## 住み慣れたわが家で、自分らしく生きる。

～より良い在宅復帰を支える訪問診療～



みゆきの里  
人が人をおもう。  
人が人をつつむ。



みゆきの里 会長  
医療法人博光会 理事長  
**富島 三貴**

「地域包括ケアシステム」についての御幸病院の取り組みをお伝えします。昭和 57 年創業以来、理念の 3 本柱は「福祉の原点は在宅にあり」「医療と介護は一体的に運営されるべきである」「予防が何より大事」でした。平成元年に制定された WAC 法 (Well Aging Community 法) は、保健・医療・福祉のネットワークによる健康長寿のまちづくりを目指していました。

その法律に沿って施設整備を行ってまいりましたのが「みゆきの里」です。時代が変わっても、現在の「地域包括ケアシステム」とは同じ理念だと考えます。在宅復帰や在宅生活を維持することは、ご家族にとってもご不安や難しい面も多々あると思いますが、これからの制度の改定を見れば、何とかしなければいけない重要なテーマだと実感しています。

訪問看護ステーションみゆきの里を 20 年前に設立し、併設の特別養護老人ホームみゆき園に通所介護、訪問介護事業所と居宅介護支援事業所を整備、ぼたん園に通所リハなどを開設し、地域の方の在宅生活を支援して参りました。ニーズの広がりに対応するため、平成 26 年のサービス付き高齢者向け住宅サンシティハウスを開設し、同時に御幸病院訪問介護事業所も併設しております。

こういった各種在宅系サービスの中でも、核となるのが訪問診療です。在宅における医療・介護連携や多職種協働の実現でより一層地域の皆様の安心と健康に貢献できれば、と考えております。

人が人をおもう。人が人をつつむ。



みゆきの里

**特集** 住み慣れたわが家で、自分らしく生きる。

～より良い在宅復帰を支える訪問診療～

- P1 会長挨拶
- P2 特集
- P5 みゆきのひとひとり
- P6 みゆきの広場
- P7 今後の行事予定／担当医表／ニュース



## 御幸農園にハーブ畑が完成！

3月中旬、みゆきの里南側約1反の農場「健康ファーム御幸農園」の一部を使用し、春植えのハーブの定植を行いました。

これは、みゆきの里がこの春にスタートさせる農業生産法人『株式会社みゆきの里健康ファーム』の設立の最初の業務として行ったプロジェクト。国内でも有数の農業県である熊本は、安心安全で品質な農産物の宝庫です。それらの農産物に、心身のリラックスや認知症予防に効果が期待され、医療分野でも注目を浴びているハーブを加えることで、より健康的で正しい食生活の提案・発信につなげていこうとするものです。

ハーブ植え当日は、富島会長を始め、副院長、部長、看護部長などみゆきの里職員10名ほどが集合。宇土市の『恵里ハーブ園』の三輪さんの指導のもと、畝立てを行い、雑草抑制のマルチをはり、ひと苗ずつ地植えしていきました。畑作業は初めてという人もいれば、実家の農作業で手慣れた職員もいて、作業はわいわいと和やかに進みます。およそ2時間で植え付けは終了。見事なハーブ園が完成しました。

この日植えたのは、タイム、セージ、ローズマリー、スペアミントを24株ずつと、カットセロリ、ルッコラ、フェンネル、ディ

ル、イタリアンパセリ、黒キャベツを48株ずつ。土壌との相性や苗の状況に応じて成長度も違うそうですが、梅雨前をめどに収穫を行う予定です。収穫したハーブは、和楽の東島料理長や管理栄養士たちが健康レシピメニュー開発の食材として活用する他、駕町通りにある『いたりあん わいん はうす ロミオ』で、こだわりの一皿としても披露されます。どうぞお楽しみに！

# 住み慣れたわが家で、自分らしく生きる。

## ～より良い在宅復帰を支える訪問診療～

超高齢化社会に向けて、大きく舵を切りつつある日本の医療制度。当院でも時代の潮流に適応するべく、さまざまな取り組みが始まっています。今回は、住み慣れた自宅で医師による診療を受けられる「訪問診療」についてご紹介しましょう。

### 超高齢化社会に対応するために求められる在宅復帰時の医療支援

高齢者や重度の要介護者でも住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、医療・介護・予防・生活支援を提供する“地域包括ケア”。『御幸病院』でも在宅生活を支える体制の強化に力を注いでおり、その

背景には人口の4人に1人が高齢者という高齢化社会の現状があります。さらに「今から10年後、2025年には現在65歳の“団塊の世代”が後期高齢者になりま

すし、これから少なくとも数十年間に渡って高齢者の比率が下がることはありません」と吉田院長。医療の介入を求める患者様が増え続ける一方、病院の病床数には限りがあることも事実です。今後、多くの患者様に適切な医療を提供する

ためには、高度急性期・急性期病院と回復期病院、慢性期病院が連携して、より良い状態で在宅復帰を目指す必要があるのです。「しかしながら、病状によっては通院することが難しい方もおられます。慢性的な病状と上手に付き合いながら、QOL(生活の質)を高めていけるような支援が必要です」と竹井師長。そこで力を発揮するのが、医師がご自宅や、ご自宅に準ずる施設に伺う訪問診療です。



話し手：訪問診療チーム

「現在、当院では通院困難な方を中心に、5名の患者様に対して訪問診療を行っています。定期診療が中心ですが、病状に合わせて臨機応変に対応できます」と話すのは、竹井師長。「患者様ご本人やご家族からのご要望があれば、ご相談に応じて伺いすることが可能です。訪問回数のご希望や時間、症状など詳しく伺いながら費用の確認も行いますので、外来・医事課を窓口としてお気軽にお声かけくださいね」と同じく訪問診療に携わる田中医事課長。さらに、医師の指示書に従って看護師がご自宅を訪問し、処置を行う訪問看護とも連携して、より密なコミュニケーションを図っています。



御幸病院医事課長  
**田中国浩**



御幸病院外来看護師  
**大久保勝子**



御幸病院院長・内科医師  
**吉田健**



御幸病院地域医療  
連携センター看護師  
**上野久美子**



御幸病院外来看護師  
**岩永美穂**



御幸病院外来師長  
**竹井千里**

### 医師と看護師の連携が 患者様に寄り添う 支援を実現

現在、当院には専門の「訪問看護ステーション」が確立され、訪問診療や外来、入院病棟と連携を取りながら在宅の患者様のケアにあたっています。上野看護師に役割を伺うと「適切な処置を行うことはもちろんのこと、患者様の状態を観察して次回の訪問診療のための判断材料を集めたり、ご家族に介護のアドバイスをさせていただいたり。月2回の訪問診療だけではカバーできない分野のサポートを意識しています」とのこと。吉田院長も「患者様の心理的なケアやご家族の支援など、医師による診療だけでは足りない部分も出てきますから、医師と看護師がチームとして機能することは非常に大切です」と強調します。医師が

訪問診療を行う上で、看護師は重要な役割を担っています。当院では担当看護師を決めて訪問しているため、患者様やご家族とのコミュニケーションも取れ、色々な相談も受けたりしています。「ご自宅でリラックスされている状態の患者様と接することで、私たちも自然と笑顔になれますね。それに、ご家族の方の熱意には、私たちの方が学ばせていただくことも多いんです」と微笑む岩永さん。

### 住み慣れたわが家が一番！ 心地よい医療介入の形とは

「病院とご自宅の一番の違いは、患者様の安心感。ご家族と一緒にリラックスされた状態で診察を受けることができるので、心身ともに負担を軽減することができます」と上野看護師。患者さま方も、ご家族と一緒に自宅で過ごしていらっ

しゃる中に訪問させていただくので、安心した表情を見せられます。やはり住み慣れた場所は、人を元気にしてくれるもの。また、ご家族も介護の難しさについて相談されることもあり、親身にお話を聞くようにしているとのこと。

ただし、ご自宅に伺うことが負担にならないよう、気をつけなければならない点も多いのだとか。「訪問診療が仰々しくなったり、ご家族にとってストレスになることは避けたいと考えています。そこで、白衣を脱いでお邪魔させていただいたり、患者様の個別の状態に合わせて、気楽に訪問させていただける接し方を探してみたり…現在も研究中ですね」と吉田院長。いかに負担をかけずに、診療を受けていただけるか。今後は、システムや人員配置などの体制づくりに加えて、ソフト面の充実も重要な課題と言えそうです。

### 家で最期を迎えるということ そして、訪問診療のこれから

実は今、家で最期を迎えたいという人がとても増えていることをご存知でしょうか。内閣府の調査では、実に半数以上が自宅で看取られたいと希望しているんです。しかし、現実的に自宅で家族を看取することは非常に困難な面もあります。そこには、どんな問題点があるのでしょうか。「昔は、高齢者が家で亡くなるのは当たり前のことでした。でも、今は病気になったら入院というのがスタンダードな流れでしょう。ご家族もご本人も、家での看取りをイメージすることが難しいようです。“具合が悪いのに家にいていいの？本人が苦しむのでは？”などという不安と一緒に取り除き、ご希望があれば在宅での看取りまで支えていくことも、今後の私たちに課せられた使命だと考えています。まだまだ時間もかかると思いま



すが、訪問診療や訪問看護、介護サービスが力を合わせて、在宅での生活を支えることができる体制づくりと啓蒙も進めていかなくては」と吉田院長。また、地域のクリニックと密にコミュニケーションを取ることも継続して行べき事項。現在、訪問診療に力を入れているクリニックの中には入院設備を持たない施設も多いため、いざという時にスムーズな受け入れを行えるよう、情報共有と病床管理に力を入れています。

「バックベッドを持つ地域の協力病院として、また現場で患者様に接する医療者として。両方の立場から貢献していくことが当院の役割。“訪問診療でお会いできるのが楽しみ”と言ってくれる患者様のために、より良い訪問診療の形を迫っていけたら」と大久保さんが話す、チーム全員が力強く頷き、静かな笑顔が広がりました。



## 御幸病院Dr. 紹介

このコーナーでは、御幸病院に勤務する医師をご紹介します。  
第1回目にご紹介するのは、御幸病院緩和ケア病棟の緒方賢一郎医師です。



御幸病院緩和ケア病棟 医長  
**緒方賢一郎**

緒方医師は昨年まで、水俣市立総合医療センターで消化器内科部長を務めていましたが、昨年4月に御幸病院緩和ケア病棟に着任いたしました。緩和ケア病棟に入院される患者様は、ほとんどが終末期の癌を患っておられる方です。「患者さんやご家族のつらさや苦しみを軽減することで、これまでと同じような生活が送れるように援助させていただきます。」とは、緒方医師の弁。緒方医師は外来においては、点滴療法による診療も担当しています。高濃度ビタミンC点滴療法や、グルタチオン点滴療法など、患者様の症状に合わせた治療を提供しています。詳しくは御幸病院外来まで、お気軽にお尋ねください。



## みゆきのひとひと人

総料理長

# 山本 照幸

Teruyuki Yamamoto

2014年10月からみゆきの里の総料理長に就任した山本照幸さん。由布院の名宿「玉の湯」の元総料理長であると同時に、料理家・辰巳芳子さんの直弟子として、みゆきの里に「命を支えるスープ」を伝授しました。現在は、自宅のある湯布院から毎週電車を乗り継いでみゆきの里に通い、スープ調理から食全般までご指導されています。山本総料理長にお話を伺いました。

### —辰巳先生の直弟子と なられたきっかけは。

18年ほど前、私が先に勤めていた由布院の旅館「玉の湯」に辰巳先生が講演で宿泊されたことがきっかけです。その時に初めてお話しさせていただき、鎌倉のご自宅でスープ教室を主宰されていることを知りました。職場からも「それはぜひ勉強に行くように」との後押しがあり、その年から鎌倉に通い始め、先生のもとで学ばせていただくことに。その後13年にわたって先生の助手として、鎌倉のスープ教室、朝日新聞の連載の料理担当や、NHK「きょうの番組」の裏方としてお手伝いをしていました。

### —命を支えるスープとは どんなものですか。

辰巳先生のお父様が病に倒れられ、嚥下(えんげ)困難で食事がなかなか摂れなかった時に、先生はなんとか季節のものを食べさせてあげたいという一心でスープを作り始めました。お父様は大変喜ばれ、亡くなる寸前まで口に運ばれたそうです。辰巳先生の持論は「人は母乳を飲み、離乳食を食べ、人生をスタートさせる。そして息が途絶えるその時まで口から食べたいという欲求を持つ。

それこそ人の基本。だからこそ口から入れるものは体に良いものでなければいけない」というものです。有機野菜、減農薬、厳選された食材…。こういったものを食べていると体の具合は自然に良くなっていきます。体に悪いものはたとえ微量であっても摂取しているうちに蓄積していきますから、摂り方を注意する必要があります。私も先日親族を亡くしたのですが、自力で食べられなくなった後はストローで、最後は口を湿らすように、スープを飲ませました。口からも食べることは人間の本能であり、脳を刺激するのだな、と改めて思いましたね。

### —命を支えるスープを作るうえで 大切なことは。

とにかく行程をきちんと守ること。そうすれば栄養価は変わりません。命のスープに使うのは有機野菜や減農薬の食材。調味料もひとつひとつ全てにこだわっています。でも、その時々でどうしても野菜の堅さや水分量などが異なり、定量の塩や醤油でも同じ仕上りや味にはなりません。しかし、食材の幅や大きさをそろえることによって、炊き上がりの時間は一緒になり、仕上りは混然一体となります。野菜の持ち味をしっかりと引き出して融合するのです。

### —みゆきの里では「食を通じた 健康づくり」を推進しています。

辰巳先生のスープを提供されている病院ということでご縁があり、みゆきの里会長からも「ぜひみゆきの里へ来ていただいて、辰巳先生のスープを教えてください」との要望を受け、こちらで指導をしています。里内では、スープ食だけでなく、認知症の予防が期待できる健脳食や食からの疾病予防という取り組みでマクロビオティック食や薬膳などの提供が行われています。それにしても、これだけ真剣に食に取り組んでいる病院はまずないと思います。同じような取り組みをされている病院でも割と委託が多いのですが、みゆきの里では栄養士・調理師がスープを覚えたり、人間ドックなどの料理を提供したりされています。今でも栄養科の人たちが辰巳先生のもとに通い、勉強を続けているのは非常にいい取り組みだと思います。本当によく勉強されているなど感心します。とにかく、手間暇を惜しまず心を込めて丁寧に作らなければ、いい料理はできません。そして料理に従事する人は、仕事の流れとしてではなく「食を通じて患者さんと接する」ということを大切に思っしてほしい。最終的には、作る人が心を込め、責任を持って各々の気持ちを封じ込めることによって、必ずいいものが仕上がると思っています。

## 動物介在ボランティアに 来ていただいています

現在、御幸病院では動物介在活動ボランティアさんが活動されています。月に一度の来訪を今か今かと心待ちにしている入院患者さんも少なくありません。

訪問活動を行っているのは、日本動物病院協会が主宰するCAPP(コンパニオン・アニマル・パートナーシップ・プログラム)活動ボランティアグループ「アクロス」の会員である、宇土市のカイハラ動物病院の甲斐原獣医師をはじめとする病院スタッフとボランティアの皆さんです。病院や老人保健施設、学校、障がい者施設などを訪問し、動物の優しさや温

もりにふれてもらおうという活動を続けています。ボランティアに参加する動物たちは皆、一般家庭の飼い犬や

飼い猫たち。人が好きで、正しく躰がなされ、健康で、しっかり社会化された動物だけにこの活動への参加が許されます。飼い主もボランティア(ハンドラー)として同行し、動物たちのそばに寄り添い、抱っここの仕方のアドバイスや声掛け

などのサポートを行います。動物とのふれあいは、人に癒しや生への活力をもたらし、ストレス緩和に繋がります。また、動物を抱いたりなでたりする行為は身体機能の回復にも非常に効果的なのだそうです。



## みゆきの広場

### キャベツでイタリアン

- <材 料>
- キャベツ …………… 1/4個
  - ルッコラ …………… 1パック(20g程度)
  - オリーブオイル…………… 大さじ3杯
  - 自然塩 …………… 少々(小さじ1/2)
  - 好みてレモン …………… 1/4個

#### 作り方>>

- 1 春キャベツの葉をばらして良く洗う
- 2 食べやすい大きさにちぎる
- 3 オリーブオイルをキャベツに掛けてよく混ぜる
- 4 塩を振って混ぜる
- 5 器に盛ってルッコラ(または、バジルや青紫蘇等)をのせる
- 6 好みてレモン汁をかける

- ポイント
- ★オリーブオイルを塩より先に合わせる事! キャベツのシャキシャキが長持ちする
  - ★塩の振りすぎに注意
  - ★盛り付けはシンプルでカッコよく

### キャベツの効能

#### 胃潰瘍、十二指腸潰瘍

ビタミンUには、胃壁の粘膜を丈夫にし、胃や十二指腸の潰瘍を抑制するはたらきがあります。(胃葉のキャベジン)ビタミンKには、血液凝固作用があります。出血した傷口が早くふさがるので、ダブルで胃潰瘍を予防してくれます。

#### 骨粗鬆症

ビタミンKは、骨にカルシウムを吸収させる助けになり、骨を丈夫にしてくれます。

#### 便秘

とても食物繊維が豊富なので、便秘の予防・改善になります。

