

「やまぼうし」

令和3年2月28日発行 13号

発行所 公益社団法人岡山県看護協会
岡山訪問看護ステーション看護協会
Myステーション看護協会北長瀬
岡山居宅介護支援センター看護協会
岡山ダイナミック看護協会

〒703-8251 岡山市中区竹田 155-7
TEL (086) 901-1373

発行責任者 宮田 明美

わが家で暮らし続けるために
安心をあなたに おだやかな時間をともに



【ご挨拶】

公益社団法人岡山県看護協会
会長 宮田 明美

令和3年は、コロナ禍での幕開けとなりましたが、皆様には穏やかな新春をお迎えのことと存じます。日頃から岡山県看護協会の事業にご理解をいただき、ご利用くださいまして誠にありがとうございます。

新型コロナウイルス感染症の拡大により、人々の日常は新しい生活様式への転換を余儀なくされております。看護はこれまで、より身近で寄り添い、あたたかい手のぬくもりを通じたケアで、皆様と心を通わせることに価値をおいてきました。しかし、新しい生活様式では、人との接触を避けソーシャルディスタンスをとることが求められるようになりました。そうした中で、私たちは皆様に安心して安全にご利用いただけるよう、感染防止対策に細心の注意を払い、ケアを提供させていただいております。マスクの下では笑顔を、手袋を装着しても優しいケアを心がけ、皆様との心の距離は近くなるよう努めて参ります。ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

さて、岡山県看護協会では、訪問看護、療養通所介護、居宅介護支援を3本柱として運営していますが、今年は、訪問看護を開設してから29年目を迎えます。職員一同、皆さまから貴重なご意見を頂戴し育てていただいております。感謝の気持ちで一杯でございます。今後とも、研鑽を積みケアの質向上とサービス内容の充実に、より一層努めて参る所存でございます。今後とも、忌憚のないご意見をお寄せくださいますようお願い申し上げます。

一日も早くコロナが収束しますようご祈念申し上げます。



新型コロナウイルス感染症対策

～事業所での取り組み～

「新しい生活様式」を取り入れ、安心して当事業所を利用して頂ける様に環境づくりをしています。事業所内や送迎車、訪問時のこまめなアルコール消毒、密を避けるリモート会議の導入や職員間のソーシャルディスタンスを保つなど行っています。

職員が感染源とならないためのケア時のゴーグルやガウンの着用にもご理解いただきありがとうございます。不快な思いやご不便をおかけすることもあると思いますが、引き続きご協力いただきながらともに新型コロナウイルス感染症が収まるまで感染防止策に努めてまいります。



「看護協会との歩み ～かかりつけ医・岡山市医師会として



医療法人和秀会内藤医院院長
岡山医師会理事 内藤秀夫

2000年に実家の内藤診療所に赴任すると直ぐに勤務医時代には未経験の業務に直面した。介護を必要とされる患者様に適切な介護サービスを導入することである。当時は介護保険制度の初動期で様々な混乱があった。その時頼りにしたのが以前から訪問看護を依頼していた岡山訪問看護ステーション看護協会であった。要介護認定調査からケアプラン作成・訪問看護・看取り時の看護に至るまで、現在も大変お世話になっている。

岡山デイナースィング看護協会は高度認知症・がん末期・神経難病など専門性の高い看護を必要とする比較的重症の利用者様にデイサービスを提供する市内唯一の施設であるが、私は同事業所の安全サービス提供管理委員会に参加している。これからも患者に寄り添う看護と困難事例の受け入れをよろしく願いいたします。

2017年から岡山市医師会理事として在宅ケア・サービスセンターの運営を担当している。センター職員が看護協会と共同で訪問看護を担当するケースや地域の多職種連携勉強会にて共に協議する機会も多い。訪問看護推進協議会では当理事もお世話になり、また岡山県訪問看護ステーション連絡協議会の研修会（企画立案には看護協会が参加）は職員のスキルアップに大変役立っている。

行政関連では岡山市地域包括支援センター・高齢者虐待防止連絡会・居宅介護支援事業者連絡協議会等の運営推進会議や研修会では共に医療・介護・福祉・行政が一体となった地域包括ケアシステム構築に取り組んでいる。

岡山市四師会は四師（医師・歯科医師・薬剤師・看護師）が医療・福祉・保健分野の提案事項を行政と協議する場である。看護協会には2018年にフレイル予防・G20岡山保険大臣会合・障害者福祉への施策などを議題に当番会の労をお取りいただいた。

以上のようにかかりつけ医および岡山医師会として看護協会には多岐にわたりお世話になっており、これからも良きパートナーとしてどうぞよろしくお願い申し上げます。

【ご利用者・ご家族】



「出会い」

浅田 達雄

私は、先天性脳性麻痺で言語障害もある重度障害者です。65歳を過ぎて介護保険に移行されて小規模多機能型ホームのデイサービスを週に2回利用し、年末年始などには泊まっておりました。昨年1月より独立して利用者も増えて以前のような家庭的な雰囲気ではなくなり、私は言語障害があるので利用者に話しかけても逃げられるようになって行くのも嫌になっていきました。そこで、理事長さんに今後のことをいろいろと相談した結果、辞めることにしました。

デイナースィングを紹介されて見学に行ってみると、全員が寝たきり状態の方々ばかりなのでちょっと驚きました。しかし、ケアマネも訪問看護も同じ看護協会ならば、連携取れやすいのではないかと考えて通所を決めました。最初に行った時は、緊張まくってスタッフさんから名前を紹介されても全く覚えられませんでした。行く回数を重ねている内、次第にスタッフさんとも冗談が言えるようになりました。優しくて接しやすいスタッフさんたちばかりなので、楽しく過ごしています。今後は、自分自身の維持している機能を落とさないように、自分でできることを考えて実行したいと思っています。



「おかあさん、ありがとう」

母の闘病生活は13年にも及びました。病名はパーキンソン病でした。また歩けるようになりたいという強い気持ちを胸にリハビリに励んでいましたが、年々覚醒の悪い状態が増え、誤嚥性肺炎での入退院を繰り返し、自宅での痰吸引が始まり、一昨年春に胃瘻を増設し栄養注入での生活を送っておりました。

看護協会さんにお世話になったのは昨年9月の半ば過ぎでした。

8月上旬にイレウスによる腸穿孔で緊急入院をしました。が、尽くす手がなくなり中心静脈栄養の点滴をしたまま在宅での看取りを決断し、退院したその日からでした。

以前からの痰吸引に加え、点滴の管理、尿バルーン、ドレナージ、ネブライザー、呼吸補助など初めてのことが多く戸惑ってばかりでしたが看護師さんが事細かく手厚い看護をしてくださいました。母の看護だけでなく介護者である私の体調まで気を配って下さり「困ったことがあれば何時でも駆けつけるから電話してきてね。」の心強い言葉に何度励まされたかしれません。

退院から二十日間、急変したらという不安感、熟睡してしまう恐怖心、慣れない点滴やカテーテル類の扱い、私の処置で本当に間違っていないかなど諸々の心労もありましたが、私にできることはさせてほしいという要望にも応えていただき、何より楽しく充実した日々を過ごさせてもらいました。

病院ではこの状態で生きて帰れることが奇跡とまで言われた母ですが、苦しむことなく元気になるという希望ある日々を過ごさせてもらえました。手浴足浴、シャンプー、清拭、マッサージ、更衣など、周りの人に毎日大変だねと言われても、今まで全力で私たちを育ててくれた恩返しだという方が優位に立っていました。私にとって幸せを感じられる大切な時間でした。どんな状態であれ一番に私たちの心配をしてくれた優しい母であり、いくつになっても子供でいさせてもらえました。「お母さん、最期まで頑張ってくれてありがとう。そして最後に少しだけ生きるお手伝いをさせてくれてありがとう。」
娘より～



「人との繋がりの中で」

～高橋 美津子～

父（舅）94歳、母（姑）87歳。昨年6月に不調で入院した父の退院を機に、父が初めての福祉サービスを看護協会ですることに、その後8月に母も大腿骨骨折で3か月ほどの入院を経てお世話になっています。両親ともこの歳になるまで、あまり不安なく家で過ごせていたことは、考えてみればすごいことだと改めて思います。もちろん、ここ5～6年は、2階の部屋を1階に移したり、認知症が出たりと生活上介助が必要になり、お世話の形が変わってきていますが、今は訪問看護とデイサービスに支えられて家での生活が続けられていることはありがたいことだと思っています。訪問看護、デイは形ですが、それを担う職員の方々が親切で、丁寧に接してくださり福祉もやはり要は人であり、温かさだと思われています。

安心して風呂に入らせていただき、栄養を考えた食事をいただき、体調管理や生活の見守りのおかげで両親とも元気で認知症で何も覚えていないのですが、いい時間を過ごさせてもらっていることがわかるような気がします。

両親については、若い時からここに住み、子育てをし、生活を重ねてきたわけですから、これからも家族で協力をしながら、日々看護協会の皆様のお世話をいただきつつこの家で当たり前前年を取り穏やかな生活を送ってほしいと願っています。この場をお借りしてお礼申し上げます。どうぞ今後ともよろしく願いいたします。ありがとうございます。



コロナストレスに負けない！ストレス対処法

<<ストレスになるものは人によってさまざま>>

物理的なもの（振動や悪臭など）、精神的なもの（別離、人間関係、大きな不安、焦り）
環境によるもの（暑さ、寒さ、地震、台風、花粉、自然災害）、社会的なもの（離婚、退職、転居、男らしさや女らしさ）

<<ストレス反応>>

精神症状	身体症状	行動
落ち込み 憂鬱 イライラ 興味関心がない 焦り 集中力の低下	眠れない 食欲がない 胃痛、腹痛 下痢、便秘 めまい、頭痛	過度の飲酒 喫煙 暴飲暴食 生活の乱れ ギャンブル

<<対処法の例>>

問題解決系対策方法	癒し系対策方法
<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな人の話を聞いて必要な情報を集める ・あきらめず、何か他の方法を考える ・解決のための対策を細かくたてる ・できそうなことから始めてみる 	<ul style="list-style-type: none"> ・誰かに話を聞いてもらう ・良いところを探す ・気晴らし（スポーツや趣味など） ・リラックス（入浴、アロマ、睡眠）



なるべく多くの対処法を身につけて積極的に使ってみてください！

* 新人職員紹介 *



笑顔を忘れず、ご利用様が穏やかで安心して過ごせる時間が得られるように丁寧な看護ケアに努めていきたいと思っております。
(看護師 光畑 弓子)



ご利用様、ご家族様が快適な生活を送っていただけるように努めてまいります。
(介護福祉士 村主 薫)



今まで病院勤務していましたが、昨年11月より訪問看護師として働かせていただいています。利用者様、ご家族にとって安心できる存在となれるように頑張りたいと思っております。よろしくお願いいたします。
(看護師 長崎 美奈)

編集後記

新型コロナウイルスが日本で感染確認されてから一年が過ぎました。感染の不安や生活様式の変化など私たちは今まで想像もしなかった生活を余儀なくされています。人とのつながりを維持しにくく孤立しやすい日常の中で、私たちは今まで以上につながりを意識して維持できるよう工夫してきた一年だったように思います。今年も感染予防をしながら職員一同皆様との時間を大切に頑張っていきます
(職員一同)

