

# 「やまぼうし」

令和2年2月29日発行 12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  
岡山ダイナーシング看護協会

〒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  
専務理事 井上 純子

令和になって初めてのお正月をいかがお過ごしだったでしょうか。  
平素から看護協会の活動にご理解ご支援をいただき感謝申し上げます。  
本年もどうぞよろしくお願ひいたします。  
仕事始めの日に目にした山陽新聞の「滴一滴」にこんな記事が載っていました。高村幸太郎の『冬が来た』[詩集【道程】]から

きりきりともみ込むやうな冬が来た／人にいやがられる冬／草木に背かれ、虫類に逃げられる冬が来た。冬よ／僕に來い、僕に來い／僕は冬の力、冬は僕の餌食だ。

嫌がられる冬ではあるが、ただ厳しい寒さがなければ春の生命の躍動もない。桜が夏に花芽を作って休眠し、冬の寒さで目覚める『休眠打破』はよく知られる。とありました。

今年は例年になく暖かな冬ですが、冬の寒さに耐えて暖かい春が来るのを楽しみにしたいと思ひます。

さて、ダイナーシングを開設して幾年月がたちましたが、ご利用いただひている皆様には快適に過ごしていただひているのでしょうか。職員一同、皆様とワンチームの気持ちで従事させていただひておりますが、気づかないことでご不便をおかけしていることもあろうかと思ひます。何でも構ひませんのでお声を寄せていただひき、少しでも前進していきたくと思ひますのでどうぞよろしくお願ひします。



## “Myステーション看護協会北長瀬サテライト”

皆様からのご紹介により、下中野、延友、庭瀬方面へ訪問させていただひています。

火曜日・金曜日の午前中は、訪問看護・在宅療養のご相談などをお受けできるようにしてあります。お気軽にお立ち寄りください。

これからも「私の看護師」「かかりつけの看護師」として地域に根差した在宅療養の拠点をめざし、充実させていきたくと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。



ランチ北長瀬 (2階の西端)

連絡先； ☎ (086) 901-1373 e-mail ; [kitanagase@air.ocn.ne.jp](mailto:kitanagase@air.ocn.ne.jp)

## 「訪問看護ステーションと共に」

中島内科小児科医院

院長 中島 豊



昭和 59 年に開業して、夢中で仕事をしていると医療だけでは自宅で生活できない患者さんに出会うようになりました。生活は、衣食住の上に成り立っていて、病気を有する人として在宅で生きることの難しさに直面しました。この頃は世の中が、往診から訪問診療、在宅医療へと少しずつ確実に変化が起り、入院でしか出来なかった医療が自宅でも出来るようになるにつれて、在宅医療への流れは加速してきました。少子高齢化による家族構成の変化などで高齢夫婦のみ・一人暮らし家庭の増加が予想され、どの様な介護保険制度にするかの議論が続く中で、訪問看護はいち早く制度化されました。入院を嫌がる、看護に困っている患者・家族、またかかりつけ医は自宅で生活が続けられ大いに救われました。

平成 11 年よりケアマネ指導者として介護保険に参加して、それぞれの訪問看護ステーションの特徴、得意・不得意な分野が分かるようになりました。岡山訪問看護ステーション看護協会は、がんの終末期まで看られる身体介護を得意とする訪問看護ステーションと考えていました。そこで、みんなが嫌がり難しく遣り甲斐もあるだろうな」という事例を多くお願いしてきました。「一人暮らしの経済的に困った重症患者で、直ぐにケアカンファレンスを開き、福祉・介護と連携が必要」「神経難病の患者」「家で死を迎えるために病院から帰ってきた患者」「言葉が通じない異国の地でがんの苦痛から逃れられない患者」「がんの疼痛に苦しみせん妄状態となった患者」等々・・・大変な患者さんばかりですが、在宅の継続ばかりでなく、円滑な入院医療の移行へと的確な判断を示していただき感謝してします。更に素晴らしいのは、患者さんが旅立たれた後の家族にもケアをされていることです。これからも、医療的な問題だけでなく家族・経済的に問題を抱える患者さん、また困難症例(?) でない患者さんもよろしく願います。

## 【ご利用者・ご家族】



### 「私と看護協会」

～国里 房子～



私は二分脊椎という障害を持って生まれ今まで一度も歩いたことがありません。それでも時計商を営む両親と年の離れた姉二人の家族の中で成長をしました。健康には恵まれなかったけど施設に入れられることもなく家庭で幸せな日々を過ごしてくる事が出来ました。

年頃になり両親は私が生きてく上で不安や心配もあったようですが、私はボランティア活動で知り合った主人と結婚をする事ができ、やがて子供にも恵まれて早くも 36 年の歳月が流れました。娘も結婚をして今では二人の孫もでき私は思いになかったおばあちゃんにもなれました。娘一家は広島に住んでいるので年に数回ほどしか会えませんが、孫の成長を楽しみにしている日々です。

しかし 60 才過ぎた頃から私は骨折や骨粗しょう症になり以後、車の運転も辞め 2003 年以降から入退院を繰り返すようになりその度に体力低下を感じ、住宅改築や看護協会にもお世話になるようになり、今では毎日主人に介護をしてもらいながら週二回デイサービスにも連れて行ってもらい入浴サービスを受けています。

体力低下の不安は拭えませんがこれからも明るい気持ちで生活をしたいと思います。

## 「看護協会とONE TEAMで」



～恵美子さんの次男の妻～

「Y先生に最期をお願いする」それが延命治療はしないと覚悟を決めた義母の願いでした。Y先生に相談すると訪問診療を快諾。日々病院通いしながら、今度は終末の在宅医療・介護を委ねるケアマネジャーを探しました。知り合いに尋ね、ネットで調べ、地域包括支援センターに相談し、「看護協会」に行き着きました。いかにも公的そうで専門性の高そうな名前に躊躇。一個人の何もわからない義母（とわたし）の話を果たして聞いてもらえるのだろうか。緊張を強いられた日の朝、とうとう電話をかけました。今から思えば、緊急対応の時間帯。たまたま電話に出られたTさんが話を聞いてくれて「ちょっと待ってください」と言った後で「わたしでよろしければお受けします」と。なんとケアマネジャーさんでした。嬉しくてたまらず、でもこっちも必死なので「義母の病気の経験がありますか？」と大胆にも聞いてしまいました。（なんと失礼なことを！本当にすみません。）Tさんは「ありますよ。わたし、一応看護師でもあります。」などと言われ、心から安心したのを覚えています。病院ではせめて食べる楽しみを味わわせるという、とろみつきの飲食物を開始。その後義母は「楽しみ」が「生きる喜び」となり、2カ月後ミキサー食摂取可能に！思い切って「うちに来る？」との言葉に笑顔で「行く！」と応え…今ではほぼ普通に飲食できるようになり、現在「我が家に在宅ときどきデイ&ショート、一時入院」です。

看護協会の皆様は声が出しにくい義母の表情や気持ちを読み取ってコミュニケーションをしてくださり、楽しい食事を自分で食べる喜びに付き添ってくださり、義母の体調の変化に気付いて看護してくださり、わたしのちょっとした気持ちも受け止めてくださり、本当に感謝しています。介護の初体験のわたしも入れてもらって「ONE TEAM」で関わっている気持ちになれます。義母の様子が変わるたびにうろたえてしまうこともありますが、Tさんが程よい距離感で話を聞いてくださり、こちらの気持ちが整理できた頃に「では、～しましょう」とプロの提案をしてくださり、本当に安心して義母のサポートができます。今年も義母に元気でもらい、看護協会の皆様とつながりが続きますように。これからもどうぞよろしくお願ひします。

## 「介護の日々」



～百合草 孝子～

昨年の4月より夫の在宅介護が始まりました。病院で鼻腔栄養の摂取・吸引・おしめ交換の方法を学び取り組みましたが不安も多かったです。デイサービスは週3回、訪問看護と歯科検診は週1回、主治医の訪問診療は隔週、そしてヘルパーさんと家族の助けで生活しています。デイサービスでは手厚い介護をしていただき、安心してお願いしています。夫は入浴を楽しみにしていますし、私も自由な時間が出来助かっています。訪問看護では優しく接してくださり、調子が悪い時は心配して後日電話を頂き有り難く思いました。困った時、連絡すると夕方でもすぐに来て対処してくださったのでとても助かりました。「何かあったら何時でも来ますよ」との言葉に家で介護をしていても大丈夫と安心しました。今はこの生活にも慣れてきました。夫は病院では話すことも少なくテレビも見ない生活でしたが、現在は孫達とも話をし、庭の草木を楽しんでいます。また好きなテレビの番組を自分で選んで見えています。どうしたら人間らしく楽しく生きられるかを思いながら過ごしています。皆様に助けられて夫とともに日々を送れることに感謝しています。



## 冬に多い皮膚の乾燥、痒み予防にはスキンケアを！

### 《皮膚乾燥の主な原因》

温度変化、摩擦や刺激によって皮膚の乾燥がすすむ  
加齢により肌のバリアが衰え、角質が剥がれて乾燥肌になる

### 《予防と対策》

肌トラブルを予防するには日ごろのケアが大切  
体を洗う石鹸は弱酸性のもので、こすらずに優しく泡で洗う  
保湿剤をたっぷり塗り（特に入浴後など）、水分をこまめにとる



**「たかがスキンケア、されどスキンケア」  
毎日根気よく保湿剤を丁寧に塗り続けてください**

症状がひどくなると、治療が必要になる事もあります  
お困りでしたら、ぜひ看護師にご相談ください！



### \* 新人職員紹介 \*



8年ぶりに訪問看護に携わらせていただいています。少しでも皆さまのお役にたてるよう努めたいと思っています。  
(看護師 木村 麻紀)



ご利用者様やご家族に笑顔の時間を持って頂けるよう頑張っております。よろしくお願いたします。  
(理学療法士・ケアマネジャー 荒尾 裕見子)



今まで大阪で働いており、昨年4月から訪問看護師として仕事をさせていただきます。在宅でご利用者様ご家族が快適に過ごして頂けるように頑張ります。よろしくお願致します。  
(看護師 栗山 小百合)



ご利用者様とご家族が日々穏やかに過ごせるよう、精一杯がんばりますので、よろしくお願致します。  
(看護師 石田 直子)

### 編集後記

昨年は、ラグビーのW杯が日本中を興奮に包みこみました。中でも、「ワンチーム」という言葉が注目され、日本代表はこの言葉を合言葉に結束力を高め勝利につなげました。在宅医療においても、多くの医療介護の専門職が一人の利用者様の在宅療養を支えるためにチームで関わっています。私たちはチームの中で力を出し切りご利用者様の安心した生活を支えていきたいと思っております。

今年は夏に開催される東京オリンピックを楽しみにしながら、選手に負けない様、関わってくださる皆さまとのチームワークを大切に頑張りたいと思っております。どうぞよろしくお願致します。(職員一同)

