



オ ア シス

タイトル「オアシス」は創刊するにあたり、職員より募集し、数ある作品の中から決定しました。エスペラント語（世界共通語）で「オアシス」の意味です。

医療法人

悠水会

季刊誌

令和2年1月発行

第23号

令和二年

元旦

あけまして  
おめでとう  
ございます



新年あけまして  
おめでとうございます



(医)悠水会 理事長  
**岡部 孝熙**

**新年のご挨拶**

昨年は元号が平成から令和に代わり、当法人のあるこの都府県前も令和の里として全国から注目される地域となりました。また昨年は関東甲信越から東北までにわたる広範囲でこれまでにない台風やお隣の佐賀県でも九州北部での記録的な大雨による洪水により甚大な被害が発生し、非常時の備えについて改めて考える年にもなりました。非常に残念であったのは、12月アフガニスタンで長年人道支援活動に携わってこられた福岡県出身の医師 中村哲氏が銃撃されお亡くなりになつたことです。彼の貢献は素晴らしいものであり、大変痛ましい出来事で残念でなりませんでした。謹んでご冥福をお祈りいたします。

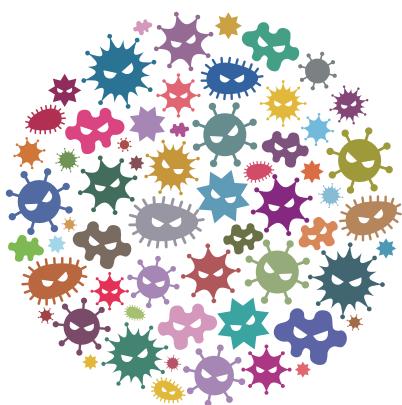
この1年もよい年でありますように、どうぞよろしくお願い致します。

さて、当法人も介護療養病床が病院から離れ、新たに介護医療院がスタートし1年と少し経過しました。介護医療院が在宅という位置づけではあるものの、病院の医療療養病棟と同様にこれまでの慢性期とは異なり、より重症度の高い患者様や重度認知症、特殊疾患をお持ちで医療を必要とされる入所者様が来られるようになりました。慢性期医療を受け持つ当院は、地域多機能病院といふポジションになるとを考えます。そこでは介護力、リハビリ力、そして軽度・中等度の急性期治療やターミナルの方々への対応力が必要であり、これらにきっちりと寄り添つて地域と密接なつながりを持つ必要があり、これからも地道に一步一歩実行していくかなければならぬと感じています。

悠水会を支える職員の皆さんのお力のおかげで、患者様、利用者様、そしてそのご家族様に医療・介護を提供できることに感謝し、より一層地域の皆様にも喜んでいただけるよう皆さんと共に頑張つてまいりたいと思つています。

## 院内感染防止対策

感染防止対策委員 大久保 江利子



日々寒さが厳しくなり空気の乾燥も気になりますね。お肌に乾燥は大敵ですが、ウイルスや菌にとつてはこの上ない快適な環境となります。

インフルエンザやノロウイルスも

この時期になると猛威をふるい流行します。そこで私達が日々取り組んでいる感染症対策について少しお話したいと思います。

まず、感染症とは、病原体（＝病気を起こす小さな生物）が体に侵入して、症状が出る病気のことを言います。病原体は大きさや構造によつて細菌、ウイルス、真菌、寄生虫などに分類され、病原体が体に侵入しても、症状が現れる場合と現れない場合とがあります。感染症となるかどうかは、病原体の感染力と体の抵

抗力とのバランスで決まり、抵抗力が低下されたご高齢の方や基礎疾患をお持ちの方ほど感染を引き起こしやすくなります。

感染し、症状が現れる場合を顕性感染、はつきりとした症状が現れない場合を不顕性感染といいます。不顕性感染者は、知らない間に保菌者（キャリア）となつて病原体を排泄し、感染源となってしまいます。

また、感染を広げる可能性が高く院内感染として問題となります。そこで当院では入院・入所された当日に喀痰の検査で感染症の保菌者であるかどうかを確認した上で、当院マニュアルに沿つて感染対策に努めております。保菌者で有る無しに関わらず、全て感染の可能性があるものとして、私達医療従事者の手や来院された方の手によって伝搬を防ぐために、標準予防策に留意しております。すべての基本は手指衛生（手洗いまたは手指消毒）であり、感染防止にとつてとても重要なことです。

まず、自分自身が罹患しない。またそれを他人にうつさない。他人からうつらない。この基本的な感染予防への取り組みが大切であり、日頃

から個人衛生に留意するように職員全體に指導しております。

ご面会の方々にも風邪症状や体調の悪いときは、来院をご遠慮して頂く内容のポスター等を掲示し注

意喚起を行つております。今後も患者様、療養者様の病状管理や職員の健康管理など感染防止に留意し、安心安全な療養環境を提供できるよう努めて参ります。

### インフルエンザ・感染症予防



# 拘縮予防について

理学療法士 中川 裕行

最近、テレビや雑誌でも拘縮（こつしゅく）といつ言葉を見かけることが増えました。さらに当院に入院されている方のご家族から「私にできることはないでしようか？」と聞かれことがあります。

これらのことを見て、踏まえて拘縮の原因を、踏まえて拘縮の予防を説明していきたいと思います。

## ◆拘縮とは

活動性の低下からくる関節の不動により、筋や軟部組織が徐々に弾力を失い、線維化することで引き起こされます。

## ◆原因は

筋性によるもの・筋肉が影響するもの

軟部組織性のもの・関節周囲の腱や靭帯、皮膚などが影響するもの

関節性のもの・軟骨や関節包（関節を包む膜）などが影響するもの

これらの病因は重複して起きていることが多い、外傷や麻痺、疼痛も拘縮の誘因となるものは多くあります。



ですが、一番の理由は関節運動の減少、不動によるものとされています。

## ◆関節拘縮が起こる田安としては約二週間？

●二週間、関節を固定した状態や動かさない状態が続くと関節拘縮が始まります。

## ●四週間になると周りの組織が癒着してしまいます。

一旦、関節が拘縮すると改善が非常に難しくなります。「関節拘縮の防止は、予防に勝る治療法はない。」

リハビリスタッフはもちろん、病棟の看護師・介護士もこの拘縮を改善させようと頑張っています。拘縮を進行させず維持することも本當は難しいのです。「前と動きが変わつていい」と思われる方もいらっしゃるはずです。しかし、悪化しないこともあります。しかし、「前と動きが変わつていい」と思われる方もいらっしゃるはずです。しかし、悪化しないこともあります。

## ◆ご家族で出来る事

患者様ご自身の意思で身体を動かすことが出来ない場合も多くみられます。その場合、ご家族様による手指のマッサージなどが効果的です。体を動かすことが恐いと思われる方もいるでしょう。前述したように、拘縮には様々な原因があります。皮膚を撫でることだけでも、この拘縮の維持・改善に繋がります。

寝たきりの状態で、自身での体動も困難な男性に、リハビリで体を動かす以外にも車椅子に乗っている時間増やすなど行いました。ご家族、病棟看護師・介護士の協力・介入にて入院して十ヶ月後にはリクライニング車椅子が普通車椅子に。寝返り・起き上がり動作も自立と大きな改善が見られている例もあります。



関節拘縮により、日常生活動作が著明に改善した患者様の例をご紹介します。



## 地域は宝の山「外部ボランティア」

デイサービス 橋 詰 明子

デイサービスセンターでは、数々のボランティアを受け入れています。グループで来られる方もいれば、小学校の六年生全員や少年少女合唱団といった子ども達を主体にした教育的、発表会的な催しもあります。定期的に開催される絵手紙や太極拳といった教室もあります。利用者様は、いつものルーチンとは異なる外部からのボランティアの方々との触れ合いをとても楽しみにされています。

つい最近来られた韓国からのお客様について少しお話し致します。十数名のグループには、日本語を話せる牧師（キリスト教）の方が通訳となり、若手から中堅のプロの歌手、舞踊家、楽器の演奏者がいました。

韓国との交流は、政治上の配慮から減つているそうですが、それを物とものルーチンとは異なる外部からの珍しい楽器を使っての演奏に拍手喝采が起きました。そして、艶やかな



通所部門では、住み慣れた地域で自分らしい生活を送ることが出来るよう、健康教室を年に数回、2時間程度を目安に太宰府市内を中心に各地区の老人会の協力の下開催しています。毎回、40～50名程の方が参加され、最初は緊張されながら参加し、帰りには笑顔でした。特に吉松区での健康教室は5～6年前から開催しており、リハビリ機器「メドマー（両下肢空気圧器）」、デイサービスで人気のカラオケを使った体操・音楽（歌等）を利用したレクレーション、シナプソロ

は、確実に利用者様に届き、生きる喜びを感じ取られていたと思います。あつと/or間の一時間が過ぎ最後の懐かしい歌を聞いて、利用者様も感極まつていました。

九月に行つた敬老会では、太極拳の先生方が剣舞を披露して下さり大変お世話になりました。「太極拳は身を守る武術」と曰頃教えて頂いていることを思い浮かべながら、気持ちを新たにいたしました。地域の方や

## 通所部門による地域の健康教室

デイサービス 本 元 るみ

ジー、転倒予防・認知症等に関する一般的な学習や運動を実施いたしました。転倒予防では、転倒する要因・骨折しやすい部位・骨折の発生状況や筋肉の使い方を学び、そして自宅で出来る筋トレを実施しました。最も地域活動で力を入れているのが、シンボソロジーで「認知機能をつかさどる脳」や運動に関した脳を活性化させると同時に、楽しさや爽快感から「情動」に関した脳にも刺激を与え、脳を活性化させるものです。一例として「2つのことを同時に行う」「左右で

知り合いから」紹介いただくボランティアの方々と繋がることは、まさに『宝』あります。



違う動きをする」といった普段なれない動きで脳を適度に混乱させます。上手くできることより、出来ない方が新しい刺激を受ける事により、脳が活性化されます。体験した方の感想として、「頭がポカポカした感じがする」とか、「楽しかった」、「混乱して出来ん」、「難しかった」との声が聞かれています。どなたでも、健康と認知機能の低下等に気をつけ、若い人に負けないよう意気込みが見られていました。今後も、地域の皆様に貢献できるように活動を行つてまいります。

## 敬老会の様子。



今年の敬老会はマツケンサンバを披露しました。普段笑顔の見られないような患者様の笑顔を引き出すことが出来、盛り上げることができました。



4病棟



6病棟

5病棟



太宰府ひよつとこ愛好会より11名お呼びして敬老会を行いました。

ひよつとこの皆さんのが、患者様やご家族の方と触れ合つことが出来て、さらに職員による炭坑節ではひよつとこの皆さんやご家族、職員と大きな円を作り楽しく踊ることが出来ました。とても楽しい敬老会になりました。

6病棟は旗揚げゲームを行いました。全員で集まって練習する期間が少ない中でしたが職員が一致団結し、見事に大成功でした。  
普段なかなかご参加されない患者様も顔を出し、大勢の前で笑顔を見せるなど患者様自身も大きな一步を進めた敬老会でした。

## 医療法人 悠水会

### 理念

地域の皆様に良質な医療・介護を通じ、「安心」と「満足ある人生」が感じられるよう貢献します。

### 基本方針

1. 私たちは、地域の皆さんにトータルサポートが出来るよう積極的な貢献に励みます。
2. 私たちは、常に向上心を持ち、良質な医療介護を提供出来るよう努力し続けます。
3. 私たちは、地域におけるニーズを敏感に感じる努力を怠らないようにします。
4. 私たちは、常に謙虚で、相手の立場に立ち、個人の価値を尊重する行動に努めます。
5. 私たちは、ここに集う人々が安らかな心でおおらかに生き、満足ある人生が感じられるよう貢献します。
6. 私たちは、仕事に誇りを持ち、皆様に喜び(満足)を提供します。

### 編集後記

明けましておめでとうございます。

昨年はラグビー日本代表の活躍があり日本中が大変盛り上がりました。まさかアイルランドやスコットランドを破りベスト8まで勝ち進むとは思つてもいませんでした。

この活躍もあり昨年の流行語大賞にもなった「ONE TEAM」。どんな強豪チームでも選手たちの思い、心が一つにならなければチームとして機能しない。

本年は我々も地域の医療・介護に「ONE TEAM」の気持ちを持ち貢献していきたいと思います。



広報委員 前田 和宏

#### 水城病院

〒818-0104  
太宰府市通古賀3丁目10-1  
TEL 092(922)2050  
FAX 092(921)2099

#### 水城病院 介護医療院

〒818-0104  
太宰府市通古賀3丁目10-1  
TEL 092(922)2050  
FAX 092(921)2099

#### みづきケアプランサービス

〒818-0104  
太宰府市通古賀3丁目9-13  
TEL 092(922)2051  
FAX 092(928)5467

#### みづき訪問看護ステーション

〒818-0104  
太宰府市通古賀3丁目9-13  
TEL 092(922)2050  
FAX 092(922)2962

#### みづきヘルパーステーション

〒818-0104  
太宰府市通古賀3丁目9-13  
TEL 092(922)2050  
FAX 092(922)2962

#### みづき指定通所リハビリセンター

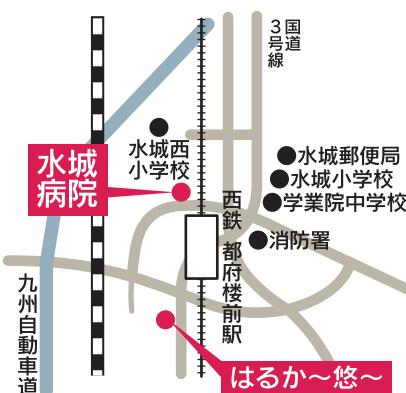
〒818-0104  
太宰府市通古賀3丁目10-1  
TEL 092(922)2050  
FAX 092(922)2118

#### みづきデイサービスセンター

〒818-0104  
太宰府市通古賀3丁目19-3  
TEL 092(928)7005  
FAX 092(928)7029

#### サービス付き高齢者向け住宅 はるか～悠～

はるかヘルパーステーション  
〒818-0104  
太宰府市通古賀4丁目7-10  
TEL 092(918)4722  
FAX 092(918)4733



URL <http://www.mizuki.or.jp>

住所 〒818-0104  
太宰府市通古賀3丁目10-1

TEL 092(922)2050  
FAX 092(921)2099

#### 診察受付時間

午前診療 9:00~12:00(月曜日~土曜日)  
午後診療 13:30~17:00(月曜日~金曜日)

#### 休 診 日

日曜日、祝日、8月13日~15日、  
12月30日午後、12月31日、1月1日~3日

