

心ひとつ

第34号
2021.8



2021年度サルコペニア対策委員会

2020年のチームから
2021年のチームへ
バトンタッチ!



目次

- 2-3 ● コロナ禍での「医療」を振り返る
～コロナだからできないではなく、コロナ禍でもできたこと～
 - 生きる楽しみを見出したナラティブ看護
- 4 ● WEBにて研修会参加[看護部・技士部]
- 4-5 ● 赤とんぼ コロナ禍で「楽しみ」見つけた!
- 6-7 ● 赤とんぼ入所科「サルコペニア」への取り組み
2020チームの取り組み報告
- 7 ● 自宅で出来る「リハビリ」の紹介
- 8 ● 赤とんぼ大津 事業拡大のお知らせ
～オープニングスタッフ募集～



2021年度 委員長
看護師 西嶋 久美

1年目の取り組みで出てきた課題や気づきを
2年目のチームで受け、運動と栄養などワクワクする
活動を取り入れて、チーム一丸で取り組みます。

コロナ禍での医療を振り返る

「コロナだからできないではなく、
コロナ禍でもできたこと」

昨年からの緊急事態宣言が発令されるなど、感染予防のために外出や面会など多くの制限がなされました。3密を予防するために、出来るだけ接触する機会を減らすなど、法人内でも多くの行事など変更を余儀なくされました。そんな中でも、会議がズームになったり、学会がオンラインになったり、インカムが導入されたりとIT化が進みました。

法人でも、家族面談や患者勉強会等進んだことがいくつかありますので紹介します。

仁誠会看護部長 北野 良子

創意工夫で事前指定書100%

新屋敷クリニック 吉永 ちずる(看護師)

仁誠会クリニック新屋敷では、コロナ禍で家族面談・プランの聞き取り・事前指定書の更新ができず解決策を試行錯誤した結果、「治療状況を文書(手紙)で報告」という形で情報共有する事になりました。患者さん全員に郵送し、独居の方はキーパーソンへも郵送。その結果、回収率は88%で、事前指定書に至っては100%でした。今回、「手紙(文書)」という形で、今まで疎遠だった家族と交流ができるようになったり、連絡先の変更や一言コメントなどの記入もたくさん頂くなど、患者、家族もコロナ禍で不安な状況の中、患者の状況を知るきっかけになり、形は違いますがいい家族交流ができました。

事前指定書に関しては、書面でのやり取りだったため問い合わせや苦情を予想していましたが、ほとんど聞かれず、記入がされました。今後は対面での家族交流も行いながら、手紙でのやりとりも継続していけたらと考えています。



前向きに楽しんだからできたこと

仁誠会クリニック 光の森 齋藤 幸子(看護師)

2020年はコロナ禍で様々なことが制限され、毎年行っていた活動も例年通りに行うことは出来ず、感染のリスクを最小限にしようと継続する方法を模索し続けた1年でした。

その中でも、患者勉強会は患者さんと会話しながら、反応を見て行う大事な自己管理支援ですので、どこにかして継続したいという思いで、各チームDVD作成を行いました。慣れない作業に試行錯誤しましたが、患者さんの反応を想像し楽しみながら作成することが出来ました。DVDを観てくださった患者さんからは、私たちの期待通り、あれは〇〇さんの声だろとスタッフの声を聴き分けて楽しむ様子もみられ、DVD勉強会は大成功でした。これからもコロナだからできないではなく、どんな状況でも前向きに楽しむ気持ちを忘れず取り組んでいきたいと思っています。

法人内のコロナ発生時の備え！

感染委員会 斉藤 薫(看護師)

皆様におかれましては、毎日の手洗い、マスク着用、3密を防ぐなどの感染予防対策にご協力いただき感謝しております。

仁誠会では感染者を、法人内で受け入れる場合に備え、隔離入院し透析ができるよう設備面の徹底や、ソフト面では各クリニックからメンバーを選出しチーム編成し備えています。メンバーは、時々集合して、いつでも対応できるように「ミニミーティング」を行っています。写真は、準備している病棟の様子です。

元の日常に戻る日が待ち遠しいですがまだまだ油断せず、スタッフ、患者さん一丸となってコロナに負けないよう頑張ります。これからも、体調に異変を感じたら早めにご連絡ください。



生きる楽しみを見出した ナラティブ看護

仁誠会クリニック 黒髪 石口 小百合(看護師)

高田さんは透析歴14年の透析患者さんです。最近、体力低下や疾患の悪化などで色々な合併症が出現しており、楽しみがなくなりました。はいいかと漠然と感じていました。



ある日台湾の保安堂から、戦死したお父さんが台湾で神様として祀られているという内容の連絡が来ました。

最初にこんな状態では行けん！と消極的でしたが、幾度となく会話を交わし、行くためには「体力や、体調を整えましょう」として「今具合の悪いところを治していきますよ」という医師やスタッフの言葉で、少しずつ耳を傾けてくださるようになりました。日々かわす言葉が、「台湾にどうしても行きたい」という想いに代わっていききました。ところが、コロナの流行で台湾に行く話が頓挫。落胆する姿が見られるようになりました。私たちが何か力になりたいという思いから、「コロナが落ち着いたら旅行に行ける楽しさを持ってもらおうと、去年の秋祭りの取り組みで、保安堂を再現。台湾旅行(海外旅行)の紹介もさせてもらいました。

秋祭り当日は、保安堂の動画を流しました。高田さんご夫婦も凄く喜ばれ、「日は帰ろうとされるが感動された様子で戻って来られ」もう台湾に行かなくても良かったと笑顔で言われ、幾度も見て帰られました。

父の存在を知り目標が定まり、台湾の保安堂に行かないといけない思い(使命感)が活力となり、今は体調が落ち着き毎日歩いて透析に通い、日々自宅での筋トレを頑張られています。高田さんは生きる楽しみを見出すことができ、私たちは微力ながらその後押しが出来たことがまたうれしく、生きる楽しさを共有させていきたいと思います。

コロナが終息し台湾・保安堂に行ける日を今は心待ちにされています。そして私達スタッフも、高田さんが一日でも早く行けることを願っています。



*今回のこのお話は、KKTより本橋アナウンサー(もっちゃん)から取材を受け、夕方のてれびタで「台湾で神となった男は熊本出身者だった」として放送されました。

WEBにて研修会参加

「日本感染管理ベストプラクティス“Saizen”研究会」

第15回セミナーで発表して

訪問看護・仁誠会クリニック大津 兼務 村山 由紀子(看護師)

イラスト手順書



先日、感染管理ベストプラクティス研究会に参加し、「透析終了時の手順書への取り組み」について発表させていただきました。

一昨年、感染管理ベストプラクティスの研修を受け、そこからイラストのある手順書を作成し、それが科学的根拠に基づいた手順なのかを調べ、検討を重ねました。イラストのある手順書は手袋の色・エプロンの形、手指消毒の種類など、実際に使用しているものと同じイラストを使い、誰が見ても、イラストだけで手順が分かる媒体となっています。実際に現場で使用しながら、手指消毒をするタイミング、手袋はいつ外すのかなど、一つ一つの手技を細かく示しています。

この手順書でスタッフ全員が同じ手順で実施するために、物の場所を変えたり、スタッフの意見を聞きながら少しずつ手順を変更し、周知するために勉強会も開催しました。始めは低かった遵守率も、勉強会後にはすべての項目で80%以上の遵守率となり、イラストのある手順書の効果があったと感じています。

この手順書は、今は感染症対応で使用しています。今後、どの処置や操作に対応においても、統一した手技で実施できるツールの一つとして、透析室だけでなく、介護や訪問看護の場でも活用していきたいと思っています。

【感染管理ベストプラクティスとは…医療・介護現場の処置や作業の一連の「流れ手順」の中で、感染対策上重要な部分のリスクとその重要度の分析を行い、そのリスクに対する科学的根拠のある解決策を検討した手順書の作成と、その手順の遵守率向上プログラムの実践に取り組むことです。】

「日本臨床工学会に参加して」

仁誠会クリニック光の森 技士部 末次 桂子

5月22・23日に熊本で開催された日本臨床工学会へ参加し、「過去12年間熱水消毒を併用した透析配管の実態の検証について」という内容で発表をさせていただきました。

コロナ感染防止の為、現地とWEBで同時開催され、演題は全てオンデマンド配信となりました。そのため録音のひと手間が追加され、準備段階で少し混乱しましたが、登壇しての発表より伝えたい情報を集約できました。

発表したことで、配管を12年間使用して交換した結果、旧配管の内表面に傷や劣化はなく、異物の付着も分岐に極少量認めただけで、また、生菌やエンドトキシンの検出もなく、水質は清浄な状態が保たれ、安全な透析が患者さんに提供できていたことを実証できました。

WEB同時開催の為、通常より多く演題を視聴でき、他の人の発表内容を理解する時間も十分にありました。しかし、学会に参加しているという雰囲気はあまり感じられず、業者の方々の交流がないため、最新の情報収集が出来なかつた点は残念でした。

また、参加のための移動時間やその他経費を考えると、WEBでの学会は参加しやすく、今後とも知識・情報の習得のために活用していきたいと思っています。

結果① 外観観察



●赤とんぼ長嶺 季節の寄せ植え

コロナ禍で明るいニュースが少ない毎日ですが、少しでも利用者さんの気持ちが良いなればと、考え、季節の寄せ植えを行いました。きれいなね〜「楽しかね〜」と会話にも花が咲き、利用者さんの笑顔がみられました。



●赤とんぼ黒髪 紫陽花祭り

赤とんぼ黒髪では、紫陽花と虹の飾り付けを利用者さんと一緒に行いました。虹はすべてお花紙で作られています。立体感のあるとても素敵な作品が出来上がりました。



●赤とんぼ大津 メダカのミニ水族館が出来ました

ある時、入居者のTさんが自宅でたくさんメダカの飼育をしているから持って来るよ〜という話を下さり、後日、娘さんがメダカを10匹ほど持って来て下さいました。

通所フロアの窓辺には、今2つの水槽があり、ミニ水族館ができました。みなさん窓辺にメダカを見に立ち寄り、職員共に癒されています。



●赤とんぼ入所科3階 アロマで季節を香る〜藤の花づくり〜

赤とんぼ入所科では、利用者さんの心と体に安らぎを感じていただくために、利用者さんがアロマに触れる時間づくりに取り組んでいます。

今回は「つまみ細工で香る藤の花づくり」を行いました。和精油の香りを香って頂き、自然の中にあるようなリラックスした空間を作ること、非日常的な時間を利用者さんに味わっていただきました。

コロナの影響で外部からの趣味の講座もなくなり、ご家族にも会えない状況ですが、このようにアロマを通して利用者さんの笑顔が見られ嬉しく思いました。



●赤とんぼ通所 コロナ禍でも負けずに 楽しみを！

赤とんぼ通所リハビリテーションでも1年以上も「趣味の講座」を開催出来ない状況となっています。利用者さんにはいろいろな趣味をお持ちの方がたくさんおられ、中には師範の免許を持たれている方もいらっしゃいます。せっかく習わされていたことを発揮でき、皆さんと楽しめるようにしたいと思い、利用者さんで作る「口舞」を開催することにしました。暗いニュースを吹っ飛ばすよう、元気に口舞を取り組み、通所のイベントでの発表を目標にしたいと考えています。

●赤とんぼ入所科4階 これぞわが家の味！ 餃子対決

赤とんぼ入所科2021年度初回の料理教室は「我が家の餃子味比べ対決！」

餃子は、家庭によって野菜や挽肉の種類、味付けの調味料もそれぞれで、家庭の特色がやすい料理です。

今回、3家族からレシピを提供してもらい、3種類の餃子を焼き、食べ比べを行いました。どれも甲乙つけ難く、最高に美味しい餃子でした。

翌日、家族面談で娘さんに料理教室の話をするとうい昔の餃子の思い出を嬉しそうにお話しされ、なんだか心が温かくなりました。これからも自立支援とダイバーシヨナルセラピーの要素を組み込み活動を続けていきます。



赤とんぼ入所科 サルコペニア への取り組み

『生涯現役～いのち輝かせる～』

多角的なアプローチが実を結んだ1年目



2020年度 委員長
管理栄養士
橋爪 真由子

2020年4月サルコペニア対策委員会を設立し、1年半が経過しました。管理栄養士の自分が旗振り役となり、期待と不安が入り混じる中での委員会設立。不安とは裏腹に、メンバーが各々の役割を果たし、取り組んでくれたおかげで、大きな成果につながり、感謝しています。

- 1年目の目標は、3つ。
- ①職員へのサルコペニア浸透
- ②サルコペニア実態のデータ化
- ③介入者のADL維持・向上

赤とんぼの強みは、職種を超えたチームワークです。その上であって、サルコペニア対策にスポットを当て、委員会を設立した理由には、高齢者の筋力低下と低栄養を重要視してのこと

とでした。医師、管理栄養士、理学療法士、介護士、看護師が、専門スキルを発揮し、多角的なアプローチで利用者さんのケアに取り組みました。部門MTでの勉強会やWEBセミナーを実施し、スタッフの理解を深め、1年後のアンケートでは、91.2%がサルコペニアについて理解していると回答。また、併設クリニックの臨床検査技師にインボディ測定の実施を依頼し、おかげで委員の大半が測定できるようになりました。対象者の中で、要介護2から要支援2へ改善した事例もあり、また一方で目標に達しないものもありました。しかし、ひとつひとつの実績が事例検討や症例発表につながり、スタッフの教育、人材育成としても効果が出ています。『生涯現役～いのち輝かせる～』をテーマに2年目へハトン

介護福祉士



介護福祉士
藤本 貴士

サルコペニア対策委員会
フロアリーダーとして



介護福祉士
兵頭 まどか

フロア全職員の協力も得、
介助なしでも移乗動作が可能に！

今回入所科3階のサルコペニア対策委員会リーダーを任せられることになりました。リーダーとしてまずサルコペニアについて勉強し、部門ミーティングなどで職員へ向けて勉強会を行いました。そして対象者を3名に絞り、ケア内容を多職種で検討し、統一したケアができるように取り組み内容を表にしました。定期的に進捗確認しながら問題点についてその都度話し合いました。

取り組みの中で、職員同士の意見交換が活発になり積極的な姿が見えました。また、利用者さん自身もサルコペニアに対する意識が付き自分で運動されるなど行動に変化がみられました。出来る事が増えていく事で利用者さんにも笑顔が多くなったように感じます。そんな変化に驚きとやりがいを感じました。

今回、各職種の連携がスムーズにいくよう調整した事で、利用者さんのADL向上に繋がったと感じます。しかし、まだ1年目。課題も見えたので次に活かしていきたいと思っています。

担当ご利用者のMさんのサルコペニアを取り組む事になり、「車椅子の操作獲得」「下肢筋力の向上」を目標に設定しました。具体的な取り組みとしては、非透析日に西側フロア半周の歩行器歩行の訓練と3ヶ月後の評価時に車椅子の操作、自操を3ヶ月前よりできるように訓練・指導するという事を実施してきました。

歩行器歩行の実施の中で日にちが経つにつれ、ご本人より「今日はもうちょっと歩けるよ」と積極的な発言が聞かれる事もあり、予定していたフロア半周より少し長めに訓練される事もありました。車椅子の操作においては、全職員に協力を依頼し、ブレーキフットレスト等、ご本人に意識してもらおうよう声かけを行いました。筋力がアップしてくるにつれ居室までの自操も促し、介助なしでも移乗動作ができるようになられました。

ご本人の積極的な協力により、多職種が同じ目標に向かって計画を実施できた事が私のやる気にも繋がり、とても貴重な経験になりました。



今回サルコペニアの取り組みを始めるまで私はサルコペニアの存在を知りませんでした。しかし、一緒に活動し、内容を理解していく中で、利用者さんのデータを数値化し、目標を決めて多職種と連携できた事でよい結果が得られたらと思います。

対象の利用者さんは透析をされており、血圧の変動があるためなかなかリハビリが積極的に出来ない事が課題でした。チームで検討し、普段の生活の中で、車椅子の自操などの「生活リハビリ」を取り入れ、利用者さんに負担のないリハビリが出来るようになり、また、ADLも向上したことで表皮剥離などのトラブルもなく、体調面も安定していたと感じました。

医師



赤とんぼ 医師
兒玉 幹子

サルコペニアチーム&透析室との連携により
安全で効果的なリハビリが可能であると実感

昨年6月から3ヶ月間、初めてサルコペニア対策としての集中的な入所リハビリを行いました。サルコペニアとは、こういう状態なのか、私自身もいかにまいだつたか認識するところから開始。委員長、フロアリーダーを中心に計画をし、多職種の智慧を合わせて、一人の利用者さんに何が最も効果的なのかを考えて実行する楽しさ、また目標を達成したときの充実感を味わうことができました。何よりも、ご本人の積極性や笑顔を引き出したことは、職員さんの大きなやりがいになったと思います。

透析クリニックで使用しているインボディ機器のおかげで、体組成の変化を数字で見える化できたことも助けになりました。

医療面で苦労した点は、血圧と血清リン値です。血圧変動が大きい方で、アミノ酸強化の栄養補助剤で血清リン値上昇も予測されましたが、透析室のドクターとも連携ができ安全で効果的なリハビリが可能であると実感した症例でした。

理学療法士



理学療法士
平川 祐里奈

3か月後の目標立案、
日々のリハビリ、
結果への達成感！



リハビリでは、ふらつきなく安定した立位状態でのトイレ動作自立筋力維持向上を3か月後の目標とし、リハビリを実施しました。バランスマットを使用した立位バランス訓練を行い、筋力持久力向上を目的に筋力増強訓練、起立訓練、歩行器歩行訓練を実施しました。リハビリ後に栄養補助食品リハたいむゼリー(120g)を飲んでいただき、筋力向上を図りました。サルコペニア対象者として取り組む中で、ご本人の感想として「立ち上がりがスムーズになつたよ〜」など嬉しいお言葉も聞かれました。結果として、両下肢筋肉量は向上し、歩行器歩行距離は60mから3か月後120m歩行可能になり、持久力が向上されました。

今回サルコペニアを取り組んでみて、多職種との連携、情報共有を積極的に行うことができ、ご本人の意欲が向上し、結果が出たことにも嬉しく感じました。

管理栄養士



管理栄養士
高橋 広美

体脂肪が減少し、
筋力アップへ繋がった

Mさんは食事の摂取も良好でしたので、医師に相談して、たんぱく質強化の栄養補助食品を付加することを検討しました。体重増加も考慮して、栄養補助食品分のカロリーは主食から減らして調整し、運動の後に飲んでもらいました。取り組んだ結果、体脂肪が減少し、筋肉量アップへつながりました。

また入所者の中には食事が入らない方もいらっしゃると思います。そのような時には家族へ差し入れを依頼したり、月に1回の料理教室で本人の好きなものをメニューに加えて、その方に合わせた取り組みをして、食事量アップにつなげていきます。

サルコペニアに取り組んで食事と運動の大切さを改めて知る事ができました。食事を楽しんでもらい、しっかりと食べてもらえるように食支援していきます。

サルコペニア・ フレイルの予防 自宅で出来る 「リハビリ」の紹介



05 お尻上げ 【目標:10回】

①手をからだの側面において、
膝を立てます。



「5」教えて
ゆっくり床す
呼吸を
止めずに!



②腰を持ち上げます。
その際、お尻をギュッとしてみてください。

06 スクワット 【目標:10回】

①両手を交差して胸に当て、
足は肩幅程度に開きます。



②背筋を伸ばして、
お尻を後ろに
突き出すように
ひざを曲げて、
元の姿勢に戻ります。

※椅子に座って立ち上がる運動でも代用できます。



★膝が内側に入ると
膝を痛める可能性が
あるため注意しま
しょう。

(住宅型)有料老人ホーム増員 & 通所介護 新規開設

おかげさまで、赤とんぼ大津開設から2年が経過し、有料老人ホーム2階フロア(16床)満床、1階通所リハビリテーション1日約18名と、順調にご利用者の受け入れを行ってきました。

今後、地域の皆様・ご利用者の皆様のニーズに対応すべく、更なる事業展開を行います。



★ 福利厚生 の 充実

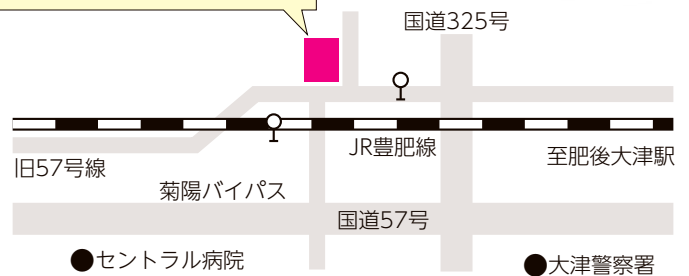


★ ラダー手当等、各手当の充実

★ 入職祝い金制度あり(～15万)

●詳しくは、ホームページを参照ください。

仁誠会クリニック大津
赤とんぼ大津
赤とんぼ訪問看護ステーション
〒869-1102
菊池郡菊陽町原水2973



介護老人保健施設

ケアセンター赤とんぼ 同時募集

〒861-8043 熊本市東区戸島西 2-3-10

お申し込み・お問い合わせ



医療法人社団 仁誠会
仁誠会本部 人事担当/上野



TEL 096-360-7112

医療法人社団仁誠会 相談窓口 (透析・介護のことなら何でもお気軽にご相談下さい)

■ 仁誠会クリニック黒髪

〒860-0862 熊本市中央区黒髪6-29-37
TEL:096-345-6533

■ 住宅型有料老人ホーム赤とんぼ黒髪

TEL:096-346-3939

■ 通所リハビリテーション赤とんぼ黒髪

TEL:096-346-3535

■ 仁誠会クリニック大津

〒869-1102 熊本県菊池郡菊陽町原水2973
TEL:096-232-9595

■ 住宅型有料老人ホーム赤とんぼ大津

TEL:096-273-9904

■ 通所リハビリテーション赤とんぼ大津

TEL:096-273-9902

● 赤とんぼ訪問看護ステーション

TEL:096-273-9908

■ 仁誠会クリニック新屋敷

〒862-0975 熊本市中央区新屋敷1-14-2
TEL:096-211-5151

■ 仁誠会クリニック光の森

〒869-1108 熊本県菊池郡菊陽町光の森3-1-1
TEL:096-285-3466

■ 仁誠会クリニックながみね

〒861-8043 熊本市東区戸島西2-3-10
TEL:096-331-2211

■ 介護老人保健施設ケアセンター赤とんぼ

TEL:096-331-3737

● 赤とんぼ居宅介護支援事業所

TEL:096-331-3811

● 赤とんぼ訪問介護事業所

TEL:096-331-8879

■ 介護付き有料老人ホーム赤とんぼ長嶺

〒861-8039 熊本市東区長嶺南6丁目25-97
TEL:096-368-8800

■ 小規模多機能ホーム赤とんぼ長嶺

TEL:096-368-8885

★ 赤とんぼ保育園(赤とんぼ長嶺敷地内)

TEL:096-288-9860

● 個人情報保護について ●

仁誠会では、当施設が保有している患者さん、その他関係者の個人情報に関して、関連法令・他法令を遵守し、個人情報の保護に取り組んでいます。個人情報は、当法人からの医療や介護サービスに関わる情報のご案内以外、他の目的には使用いたしません。



仁誠会窓口メールアドレス jinseikai-madoguchi@jinseikai.or.jp



仁誠会は、地元チーム「ロアッソ熊本」「熊本ヴォルターズ」を応援します!

