

ゆうあい

新春号

2022.1

社会医療法人友愛会 広報誌

施設長 ご挨拶
「新年の抱負を語る」

友愛医療センター 産科特集



2つの病院で下記の医療相談を承ります。

- 病気、治療の不安に関するご相談
- 退院後のご相談
- 治療費が心配
- ご意見や苦情など
- 福祉や介護制度のご相談
- セカンドオピニオンについて
- 地域の医療機関との連携
- かかりつけ医の紹介
- 受診、入院に関するご相談

友愛医療センター 地域医療部のご案内

友愛医療センターは、地域医療支援病院として沖縄県から承認を受けた病院です。地域医療支援病院とは、地域のクリニック（かかりつけ医）や介護施設などから紹介された患者さんに精密検査や手術治療などを行う医療機関です。当院での検査・治療が終了した方は紹介元のクリニック（かかりつけ医）や介護施設などへ逆紹介し、日常の健康管理を行っていただきます。患者さんの紹介、逆紹介の手続きやご相談は病院の地域連携室や入退院支援室で行います。



友愛医療センター 地域医療部

対応時間 月～金 8:30～17:00まで
土曜日 8:30～12:00まで

☎ 098-850-3811

豊見城中央病院 地域連携室のご案内

豊見城中央病院は南部地域を中心とした地域包括ケアシステムの拠点として、在宅訪問診療や外来診療、また介護施設やクリニックなどからの入院受け入れや各種検査を行っており、地域連携室はその相談対応窓口です。また当院は地域の介護・老人入居施設との医療・介護連携がスムーズに行えるよう、相談窓口「医療介護相談センター」を設置し、入退院支援看護師、ケアマネジャー、社会福祉士がご相談に対応しています。



豊見城中央病院 地域連携室

対応時間 月～金 8:30～17:30まで
土曜日 8:30～12:30まで

☎ 098-851-0501

社会医療法人 友愛会

ゆうあい 新春号

2022.1

Contents

- 4 施設長 ご挨拶
「新年の抱負を語る」
- 8 友愛医療センター
産科特集「友愛医療センターの産科について」
- 12 友愛医療センター 災害訓練を実施しました
- 14 豊見城中央病院
回復期リハビリ病棟の機能紹介「呼吸リハビリテーション」
- 16 豊見城中央病院
介護事業部「訪問看護、訪問リハビリテーション」
- 18 友愛医療センター
看護師特定行為従事者研修ってなんだろう？
- 19 編集員レポート
冬のレシピ「あったかまんぶく!みぞれ鍋」

シンボルマークについて



マークの説明

二つの心臓が重なり合ったシンボルマーク。これは人と人との心のふれあいを表現しています。心のふれあいが希薄になりがちな現代社会にあって、社会医療法人友愛会は、心のふれあいを大切に医療と福祉に貢献することを目指します。

マークの色

マークの中央部分はピンク色で「命」「生命」を象徴します。両側の心臓形の部分は緑色で「若さ」と、緑豊かな豊見城市の「自然」を、青色の線は友愛会の理念ともいえる「心のふれあい」「友を愛し、隣人を愛する」を表しています。

マークのデザイン：和宇慶朝健先生

今回の表紙は、新年の朝日を迎える県内でも有名なスポットをモチーフにしました。キラキラと光る早朝の、しん……と静まり返る特別な新年の始まりを表現しています。気持ちを新たに良い出来事がたくさん訪れますようにと願うとともに、本誌をお手にとっていただいた皆様にはきっと良い一年が訪れるはず！と希望を抱かずにはいられません。

表紙イラストに心臓がひとつ隠れています。探してみてくださいね。

社会医療法人 友愛会は
2022年も変わらず地域医療を守り、
地域に愛される病院づくりを目指して日々邁進します



左から宮城源センター長（健康管理センター）、外間力人院長（豊見城中央病院）、比嘉国基理事長、
新崎修院長（友愛医療センター）、小渡宏之院長（豊崎クリニック）、新城哲治施設長（友愛園）

各施設長より新年のご挨拶



社会医療法人友愛会
理事長 比嘉国基 医師

新年明けましておめでとうございます。
旧年は友愛医療センター、豊見城中央病院を中心に私たち友愛会も新型コロナウイルス感染症に対峙した一年でした。今年も気を許すことなく、友愛会2200余名の全職員が一丸となってこれと立ち向かい、地域の皆様の健康と福祉の維持向上に貢献してまいります。
さて2022年度、友愛会は友愛医療センターを中心とするがん診療や救急医療の強化に継続して取り組みます。特にがん診療に関しては、健診、診断、治療、緩和といった医療の高度化、スタッフの拡充をさらに推し進め、友愛会全体で患者さんのニーズへ迅速に応えることができる体制を強化します。
豊見城中央病院は、沖縄県へ申請中の増床計画が認可されれば、急性期を含むより幅広い医療の提供が可能となり、友愛医療センターとの相互補完関係をさらに強化して地域医療の充実を実現します。
健康管理センター、豊崎クリニック、友愛園につきましても、感染症対策をしっかり講じて、引き続き医療体制の堅持に努めます。
少子高齢化など日本の医療情勢は厳しくなる中ではありますが、私たち友愛会は「友愛の心」に基づき、10年後、20年後を見据えた経営方針を打ち出しております。
皆様の変わらぬご支援を御願ひ申し上げます。

新年明けましておめでとうございます。
友愛医療センターは2020年8月に移転を敢行し、今年で丸2年となります。当院には移転当日の午後5時に5人の陽性者が入院、小児病棟をコロナ病棟に転換して運用を続け、昨年の第5波では重症患者の入院治療を開始するなど、新病院の歴史はそのまま新型コロナウイルスとの闘いの歴史とも言えるでしょう。
この間、当院は地域の中核的な医療機関として診療体制を堅持するため、多くの患者さんやそのご家族、連携先医療機関の皆さんのご協力をいただきながら、院内の新型コロナウイルス対策本部が中心となって徹底した感染制御体制を敷いてまいりました。そしてこの方針に呼応するように当院職員も自らの感染予防に高い意識を持って取り組んでおり、これまでに院内クラスターの発生を防げているのは、職員一人ひとりの意識の積み重ねであると感謝しています。
今年もまた新型コロナウイルスとの闘いは続くことでしょう。当院はさらなる長期戦に備え、これまでの経験をノウハウに変換し、各部門で診療継続計画を策定しています。
新型コロナウイルス治療を行いながらも、引き続き地域の皆さんが安心して受診・入院できる医療体制を整備してまいります。



友愛医療センター
院長 新崎修 医師

皆様、明けましておめでとうございます。
昨年はコロナ禍と対峙しながらも施設の改修・修繕、そして新型コロナ後方支援特例病棟の設置、病院機能評価と多くの取り組みを行いました。
しかし、そのような厳しい状況下においても大きな事故が起きなかったのは、ひとえに職員の高いプロフェッショナル意識と、日々積み重ねてきた努力の賜物だと感じております。
院長として職員に改めて敬意を表するとともに、困難な中での病院運営に対する温かいご理解とご支援をくださった地域の皆様に心より感謝申し上げます。

2022年の干支「壬寅」は、地道な自分磨きを通じて実力を養えば、大きく花開き成長する年と言われています。虎のように勇猛果敢に攻めながらも、業務を丁寧に遂行できるよう、技術やサービスの向上に努め、更なる成長を求める年にしたいと考えております。
そして今年も心をついに、感染対策と安全管理を徹底し、知識と技術を合わせ、より良い医療を提供することで地域の健康増進に貢献できるよう、日々精進して参ります。
結びに、皆様の健康を祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



豊見城中央病院
院長 外間力人 医師



健康管理センター
センター長 宮城源 医師

新年明けましておめでとうございます。
2年前の4月上旬、当センター内でも新型コロナウイルス感染を疑わせる職員が出たことで、健診事業やその一部を長期に渡って制限せざるを得ない状況となりました。その間、当センターはすべての部局で職員の一部を法人内2病院へ派遣してコロナ禍で逼迫する医療活動を支援、残る職員は友愛医療センター感染対策チームの協力の下、職員の感染対策手技、機器や施設の安全な運用方法を確立した上で営業を順次再開。その後の足掛け2年に及ぶコロナ禍においてもクラスターを発生させることなく営業を継続することができました。
また、この機に私たち職員はパンデミック下での健診事業継続の是非や意義について徹底的な議論をしました。そして、いかなる状況下でもがんを早期発見すること、生活習慣病に早期介入することの意義は少しも揺るがないことを確信しました。
コロナ禍は今年も続くことが予想されますが、このような状況下でも健診機能の質のさらなる向上を目指して、検査内容の洗い直しや友愛医療センターがん診療チームと連携した精査対象受診者の効果的な紹介体制構築等に取り組むと考えています。

2022年の新春を迎え、謹んでお喜び申し上げます。
昨年、一昨年は新型コロナウイルス感染症の蔓延により、当施設も厳しい状況となりました。保険診療に関しては2021年から増加に転じてコロナ前の水準に戻っていますが、がん検診件数は2020年同様に低い水準が続いています。日本対がん協会などの発表によれば、2020年にがんと診断された方は前年より9.2%減少し、その原因はがん検診受診者減少とされています。このままがん検診の減少傾向が続けば今後は進行がんの発見増加が危惧されます。

当院は2020年末にPET/CT撮影装置を更新し、検査のスループットが改善していますが、やみくもに検査数を増やすのではなく、高画質や低線量被曝を十分考慮した検査を心がけ、医療安全の確保・質の最適化に注力し、スタッフ一同が全力でより良い医療サービスを提供してまいります。

皆様が平穏無事に過ごすことのできる年となるよう祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

※スループット・・・一定時間の中で行われるデータ処理能力のこと



豊崎クリニック
施設長 小渡宏之 医師

新年 明けましておめでとうございます。
昨年は一昨年に続いてコロナ感染対策に追われ、通常の施設運営が困難な状況でした。入所受入れの制限、各行事の休止・縮小、さらに、地域交流を目的とした施設最大のイベント「秋祭り」も2年連続で中止となりました。リモートによる面会、事前の電話予約による非対面での洗濯物の受渡しなど、ご家族の皆様には多大なるご理解とご協力を頂きました。心より感謝申し上げます。

友愛園では、2020年7月に職員1名が新型コロナウイルスに感染して以降、昨年未まで幸いにも職員、入所者、通所利用者の感染者はこれまで発生しませんでした。「施設に持ち込まない」をテーマに掲げて全職員を挙げて取り組んできたことが、新型コロナウイルス以外の感染症に対する意識の向上にもつながりました。

今年も職員全体で感染対策に取り組み、法人グループ病院の後方支援施設としての役割を果たすことと、在宅復帰をさらに強化し、老健施設としての役割を果たしていきたいと考えております。



介護老人保健施設 友愛園
院長 新城哲治 医師

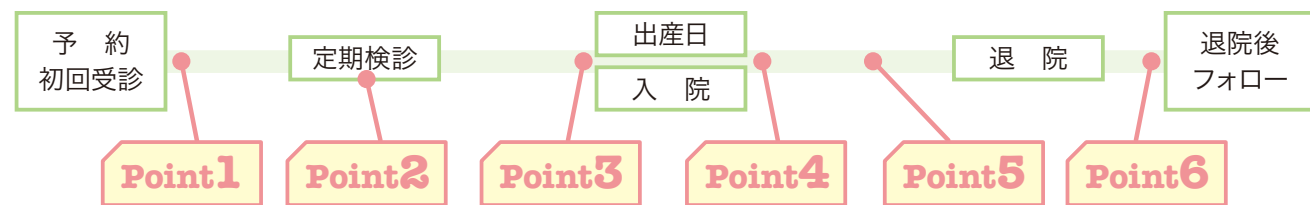
友愛医療センター 産科の魅力を紹介

友愛医療センターの産科の特徴とは？

- ①他診療科と連携したより高度な診療体制
- ②多職種チームによる安心・安全な医療の提供
- ③助産師や公認心理士による丁寧なメンタルケアサポート！
- ④フリースタイル分娩（※自然分娩選択時）ができる

友愛医療センターの産科では外来と入院病棟が隣り合わせで診療を行なっています。集中的な管理体制が可能となったことで、母子の分娩が安全・安心に行えるようになりました。

初回受診から分娩までの流れをご紹介します



産科フロアを一部紹介！

産婦人科受付前

新生児室

お部屋の一例

病棟内にママと赤ちゃんのためのフォトスポットをご用意しています。入院中にご自由に撮影をしていただくことができます。

助産師問診室

スタッフステーション

- Point1** 助産師による問診
- Point2** 妊娠・出産・子育てに関する様々な勉強会の開催
- Point3** 他診療科や病院との診療体制の連携
- Point4** フリースタイル分娩も選択できる！
- Point5** 入院期間中のお食事内容の充実
- Point6** 退院後のサポート体制も！

Point1 助産師による問診

当院の産科外来受診では、助産師による問診を丁寧に行うことで、ご家族にとって満足できるような出産が実現できるようお手伝いをさせていただいています。当院は助産師による問診を行ったあとに医師による妊婦健診を行います。助産師の問診では体調の確認だけでなく、妊娠期間の中で起こる生活の些細な疑問や不安がないかをお伺いし、患者さんが心身に負担を感じている場合には、出来るだけその負担を取り除けるように改善を図ります。こころの状態に不安がある方には、助産師を通じて当院の公認心理士との面談や地域の保健師と連携を取り合うこともできます。また、友愛医療センターの産科スタッフが自主制作した子育てパンフレット『つなぐ』を利用して、妊娠期間から出産、産後に至るまでの生活や健康に関する指導を受けることができます。病棟で勤務する助産師が交代で問診を行うことで、事前にスタッフの顔や雰囲気伝わり入院中は母子共に安心して過ごしていただくことができます。



Point2 妊娠・出産・子育てに関する両親向け子育て教室「両親学級」の開催

当院ではこれまで対面式で行っていた両親学級の代わりに、妊婦さんの不安を少しでも解消しようと、Zoomを利用した両親学級を新たに開始しました。子育て期間中の食事や気持ちの勉強会では、当院の栄養士と公認心理士がクラスを担当し「妊娠中の食事」や「気持ちの変化」について解説し、助産師のクラスでは出産の流れや過ごし方、産後の授乳について詳しく説明します。

また、新たに家族を迎えるにあたって初めての経験が多い方でも、楽しく安心して育児ができるように外来通院時から助産師をはじめとした様々なスタッフと関わる機会を設けています。妊娠後期には助産師が行う外来問診にて助産師とマンツーマンとなり、バースプラン[※]を丁寧に確認します。出産後も赤ちゃんの抱き方や楽な姿勢での授乳をはじめとする退院指導や沐浴指導、育児・授乳指導を通じて経験豊富なスタッフが常にサポートをしていきます。

このように当院では、妊婦さんやそのご家族の希望に沿う出産ができるよう、そして妊婦さん自身が持つ力を最大限に引き出せるよう、様々な形で支援しています。

※バースプラン……出産や子育てについて希望に沿うことができるようご家族の出産計画についてお伺いし、不安に思っていることなどの確認を行います。



Point3 他診療科や病院との診療体制の連携

当院では、多数の専門的な診療科を有している特性を活かし、基礎疾患や妊娠による合併症をお持ちで不安を抱えている妊婦さんの受診にも対応しています。

特に近年増加傾向にある妊娠糖尿病は糖尿病内科の専門医と連携し治療にあたります。複数の疾患をお持ちの場合でも、妊娠初期から医師をはじめとする様々な職種が連携し、無事に出産ができるようサポートを行います。

また、小児科医師と週に1回のミーティングを実施し、妊娠期間中から産婦人科医師と情報を共有することで、産まれた赤ちゃんの診察も継続して小児科医師が担当することも可能です。

しかし、当院には現在のところNICU（新生児集中治療室）がないため、35週未満の出産への対応が困難です。そのため早い時期に出産が始まった時や産まれた赤ちゃんに特別な治療が必要になった場合には専門的な治療を行える医療機関への転院が必要になります。その場合でも、当院では沖縄県の産科周産期ネットワークを利用し、他医療機関と連携をとり、緊急時の転院を円滑に行えるよう対応しています。

Point4 フリースタイル分娩も選択できる！

当院では陣痛～出産～産後～回復までの数時間を過ごせるLDRが2部屋あります。LDRとは「Labor（陣痛）、Delivery（出産）、Recovery（回復）の略で、ベッドがそのまま分娩台にもなるため、陣痛の最中にお部屋を移動することなく、陣痛が始まったらそのまま同じお部屋で出産をすることが出来ます。自然分娩を選択された方は、基本的に全てLDRでの出産ができるよう手配しています。

LDRでは照明を落として、リラックスした環境づくりが可能です。

さらに当院では「フリースタイル出産」も取り入れており、仰向け姿勢での出産だけではなく、妊婦さんのご希望に合わせて横向きや四つん這いといった楽な姿勢で出産をすることができます。これはLDRの特徴の一つでもあります。フリースタイルの姿勢をとることで、赤ちゃんをスムーズに産み出すことが可能になります。フリースタイル分娩では出産前から「この姿勢が楽でいいな」と決めている方もいれば、出産中に楽な姿勢を見つけてそのまま出産される方もいます。Point1でもお話しした助産師の問診では、こうしたフリースタイル分娩に関する相談も行っています。



Point5 入院期間中の食事の充実



友愛医療センターの産科食は、産科食専任の調理師が皆様に喜んでいただけるよう、産後のからだにやさしく、美味しい食事となるよう心がけて作っています。和食・洋食・中華にいたるまで、沖縄の食材で旬を感じていただきながら、お産の疲れを癒せるよう、いろいろな料理をご提供しています。食材が持つ効用を期待し、母乳の分泌を促進される効果があるとされているパパイア、美肌効果が期待できる特性ヨーグルトやハーブ類、貧血や疲れた身体のため

にハンダマなどを使用したお料理、軟骨までトトロ口に仕上げたソーキの赤ワイン煮込み、優しい味わいのポタージュスープ、3時のおやつには濃厚なビターチョコレートを使用したガトーショコラや紅芋のチーズケーキなど高級感のあるスイーツもご提供しております。お母さんと赤ちゃんが当院で素敵な時間を過ごせるよう調理しています。



Point6 退院後のサポート体制も提供

無事に出産、退院した母子に対し、お母さんの回復状況や気持ちの変化、赤ちゃんの成育状況、自宅での育児状況に関する支援のため、退院後の母子全員に産後2週間健診と1ヶ月健診を受けていただいています。また、上記以外にも退院後のお母さんへの支援として母乳育児や乳房・乳頭トラブルについてご相談いただける母乳外来もあり、相談内容に合わせて乳房ケアや授乳指導を行っています。さらに1ヶ月健診終了後から1歳になる誕生日まで、当院で出産した母子を対象に赤ちゃんサークルも実施しています。これは母親同士の交流や育児について気軽に話し、情報交換をしながら不安の解消や気分転換になる場としてご利用いただいています。毎月第3金曜日の10時から心理士、助産師が参加し皆さんのお悩みや相談なども聞きしています。現在は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点よりオンラインでの実施となっています。



看護師長のメッセージ



4階東病棟 師長
大城 あかね 助産師

友愛医療センター産婦人科は全20床の病棟で、毎年約500人の赤ちゃんが当院で元気に産声をあげています。妊娠や出産はご家族にとって大イベントであり、家族の形が変わるときでもあります。そのような貴重な瞬間に立ち会うことができるスタッフは、その幸せと責任を胸に一丸となって皆様をお迎えしています。

出産の現場では予想外の様々なことが起こるため、妊娠中の健康管理や生活指導・産後の授乳指導や育児指導といった妊娠から出産、育児期に至る支援を医師やさまざまな職種と協働しながらサポートできるよう努めています。

コロナ禍において付添いや立ち会い分娩が制限される中、妊婦さんご自身やご家族にとって計り知れないほどの不安や孤独感があると思います。その不安を少しでも解消できるよう患者さんに寄り添い、安心して退院することができるよう全力でサポートさせていただきます。わからないことや心配事があれば産婦人科外来・病棟スタッフへお気軽にお声かけください。

先生のメッセージ

当院の産科特色をご紹介しましたが、いかがでしたでしょうか。

助産師さんとのコミュニケーションを通じて、積極的なお産への関わりに興味をもたれる妊婦さんもいらっしゃいます。ぜひいろいろなことをご相談ください。両親学級では新型コロナウイルス感染症の影響でなかなか妊婦健診に立ち会えないご家族にも妊婦さんの身体のことや赤ちゃんのことを知ってもらう機会となりますので、お時間の都合をつけてみなさんで参加して頂ければと思います。また、当院ではリスクの高い妊婦さんでも院内の他の診療科や、新生児集中治療室を有する総合周産期病院と連携しながら対応しておりますのでご安心ください。新型コロナウイルス感染症が流行する中ですが、皆さんのマタニティライフがより良くなるお手伝いをしたいと思っています。

今回は産科のみの紹介となりましたが、当院は婦人科・不妊治療を擁し、協働して診療を行っております。産婦人科通院中の方だけでなく、当院の他の診療科に通院中の方でも、ご自身の妊娠や妊娠についてお聞きになりたいことがある場合はどうぞお気軽にお問い合わせください。



産婦人科 医長
大城 大介 医師

【ご予約・お問い合わせ】 友愛医療センター産婦人科 TEL 098-850-3811 (代表番号)

災害時でも地域の医療体制を守る!

友愛医療センターの災害訓練

友愛医療センターは、県内に7カ所ある「**地域災害拠点病院**」の一つです。「**地域災害拠点病院**」とは24時間緊急対応し、**災害発生時に被災地内の傷病者等の受け入れ及び搬出を行うことが可能な病院**のことです。
友愛医療センターでは、災害発生時に医療体制を維持し、被災した患者様に適切な医療を提供するため、日頃から災害対策委員会などのチームが一丸となってBCP(事業継続計画)を策定し、緊急時に備えるための取り組みを行っています。その一環として、11月20日に災害訓練が実施されました。

“想定：沖縄本島南東沖で、震度6の直下型大地震が発生!”

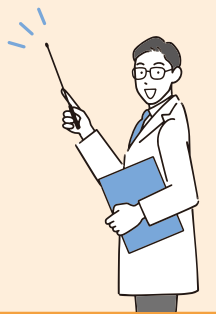
災害対策本部 (3階)

院長が本部長を務めます。負傷者受入の可否をはじめ、病院全体の方針などを決定します。



災害時の対応には動線の確保が大きな役割を果たします

負傷者受入の際、ケガの程度を確認するためにトリアージを行い、優先順位に応じて各エリアに振り分けられます。こうした厳密なエリア分けと動線の確保は、混乱が予想される災害時においてミスやタイムロス避け、迅速な対応を行うために重要です。訓練は本番さながらの緊迫した空気で、職員や医療スタッフが各エリアの手順を細かく確認しながら行われました。



赤エリア (緊急) 命に関わるケガや危険な状態にある重症の患者さんを診察します。



トリアージエリア

ケガの程度や緊急度に応じて、診療が必要な優先順位を判断し、各エリアに振り分けます。**屋外に設置されます。**



緑エリア (軽症)

ひとりでの歩行が可能で、ケガが軽症の患者さんを診察します。



会計カウンター

現場指揮所 各エリアと災害対策本部の中継地点。エリアごとの患者数などを把握し、現場の統制を行います。



黄エリア (準緊急) 中等度のケガで、赤エリアより緊急性の低い患者さんを診察します。



正面 入口

訓練実施担当者のコメント

友愛会の職員が災害の時、どのように行動したらよいかを考えるきっかけづくりになればいいなと思っています。そのために、よりリアルな訓練になるように心がけました。(看護師長：立津)

災害訓練は参加人数がとて多く、事前説明会等の準備が大変でしたが、当院DMAT隊員の協力もあり、なんとか大規模な災害訓練を実施できました。参加職員の方々には訓練を通して災害対策を考えるきっかけになってほしいと思います。(総務課：真栄平)

検査のオーダーや人員の応援要請、院内でのトラブル報告などの情報を集約

タリーズコーヒー

豊見城中央病院のリハビリテーション

豊見城中央病院は2021年10月1日より回復期リハビリテーション病棟を83病床から127病床へ増床しました。地域に開かれた病院として今後より一層の質の高いリハビリテーションを提供し地域に貢献してまいります。そこで今回は増床した回復期リハビリテーション病棟で行っているリハビリテーションの内容について特集します。

呼吸リハビリテーションについて

呼吸リハビリテーションとは、病気やけがによって肺や気管といった呼吸器に障害が生じた患者さんに対して、可能な限り機能を回復させる、あるいは維持することによって症状を改善・緩和し、患者さん自身が自立した日常や社会生活を送れるように継続的に支援する医療のことです。

コンディショニング、日常動作トレーニングといったプログラムの中心に運動療法があり、それらを組み合わせてリハビリテーションを実施します。

特に慢性呼吸器疾患では、全身の筋肉低下や関節の柔軟性の低下により運動療法の効率が低下するため、コンディショニングを十分に行うことが望ましいとされています。

豊見城中央病院では、包括的呼吸リハビリテーションとして専門の医師やリハビリテーション科スタッフ、慢性呼吸器疾患看護認定看護師など多職種が連携し、チームでリハビリテーションを実施しています。

また、慢性呼吸器疾患看護認定看護師が職員の技術教育などを定期的に行い、病棟全体の呼吸リハビリテーションに対する理解を深め質の向上を図る取り組みも行っています。



呼吸リハビリテーションの内容

① コンディショニング

- 呼吸法
 - ストレッチング
 - リラクゼーション
 - 排痰法※右図参照
 - 胸郭可動域練習
- ※心理面のケアや吸入指導なども含まれます。

② 日常生活動作トレーニング

- 移動(歩行、階段昇降)
- 入浴動作
- 家事動作

③ 運動療法

- 全身持久カトレーニング
- 筋力トレーニング
- 運動処方

呼吸リハビリテーションではその効果を患者様自身が実感することで、自己管理能力の向上に繋がります。例えば、慢性閉塞性肺疾患(通称:COPD)を患っている患者さんが呼吸リハビリテーションを実施すると次のような効果も期待できます。

COPDに対する呼吸リハビリテーションで期待できる効果

- ①呼吸困難感の軽減
- ②不安・抑うつ改善
- ③運動能力の改善
- ④生活の質の改善
- ⑤日常生活動作の向上

※COPDの症状が進行してしまった際に実施する呼吸リハビリテーションでは再入院のリスクを軽減することが可能です。

当院の呼吸リハビリテーションでは、患者さんの生きがいや生活背景、「自分らしさ」を尊重し、患者さんの日常生活の中に呼吸リハビリテーションが取り入れられるよう支援することが重要だと考えています。そして疾患と上手に付き合うことが出来るように無理のないプログラムを提供しています。また、呼吸リハビリテーションは、頻度と強度が同じであれば、入院、外来、在宅などでも同様の効果が期待できるとされており、患者さんの生活に合わせた場所で変わらぬリハビリテーションを行っています。

排痰法



ACBT (アクティブサイクル呼吸法)
痰が移動するまで数セット繰り返す

(痰がでなければ①に戻って繰り返す。)

5回以上繰り返すと疲れが出やすいので注意)

- ①安静呼吸 (4~5回)
- ②深呼吸 (2~3回)
- ③ハッフィング (4~5回)
「ハッ ハッ ハッ」という掛け声とともに強く、速く息を吐く
- ④咳 (2~3回)

日常生活動作トレーニング中の息切れ評価表

修正ボルグスケール

0	感じない (nothing at all)
0.5	非常に弱い (very very weak)
1	やや弱い (very weak)
2	弱い (weak)
3	
4	多少強い (some what strong)
5	強い (strong)
6	
7	とても強い (very strong)
8	
9	
10	非常に強い (very very strong)

【呼吸リハビリテーションマニュアル-患者教育の考え方と実践 P.92より引用】

患者さんに息切れの強さを数字で表現してもらいます。患者さん自身が表を見ながら息切れを自覚する動作を知ることが重要です。



慢性呼吸器疾患看護認定看護師
3学会合同呼吸療法認定士
院内エキスパートナース(呼吸領域)
田丸 悠大

訪問看護、訪問リハビリって どんなことをするのか?



その疑問にお答えします!

訪問看護、訪問リハビリサービスを利用するにあたって知っておきたいこと

入院中の方 → 入院している病棟の医師や看護師、相談員（ケアマネジャー）へご相談ください。

外来通院の方 → 主治医や病院内の地域連携室、また訪問看護の担当者に直接ご相談いただくことで必要な手続きなどのご案内をすることができます。

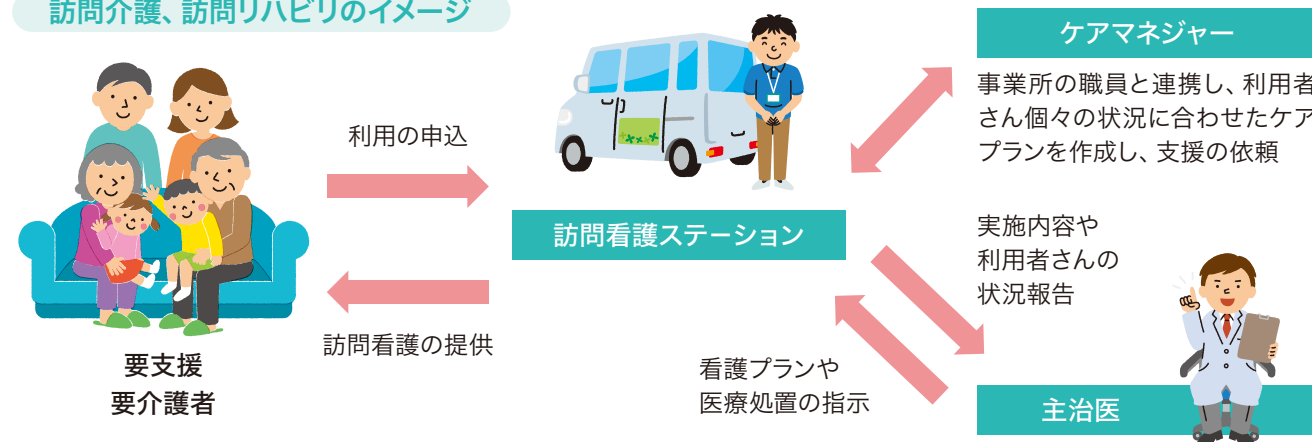
費用や訪問の回数などは介護保険と医療保険のどちらが適用されるかによって変わります。
詳しくは相談員（ケアマネジャー）へご相談ください。

訪問看護、訪問リハビリとは……

自宅療養されている皆様のご自宅に訪問し看護を提供するサービスです。

看護を必要とされている乳幼児から高齢者までのあらゆる方を対象に、看護師や理学療法士（リハビリ専門職）などがご家庭を訪問し、病院や施設、かかりつけ医、他関係機関と連携を取りながら、療養上のお世話や助言、機能訓練等の援助を行います。さらに理学療法士（リハビリ専門職）は心身機能の維持や回復、日常生活の自立を目指したりリハビリの提供もしています。

訪問介護、訪問リハビリのイメージ



訪問看護ステーションとは、ご自宅の近くにある看護師や理学療法士（リハビリ専門員）などが所属する事業所のことです。利用にあたっては、医療保険または介護保険のどちらが適用されるかによって申込み先や申込方法が異なります。また、利用者の自己負担による訪問サービスを提供している事業所もあります。訪問サービスの提供内容は事業所によって異なるため、お近くの訪問看護ステーションまでお問い合わせいただくことをおすすめします。

訪問看護でできること

- 健康状態の観察
- 症状悪化の防止や回復
- 療養生活の相談やアドバイス
- 点滴・注射などの医療処置
- 痛みの軽減や服薬管理
- 緊急時対応
- 主治医、ケアマネジャー、薬剤師などとの連携

訪問リハビリテーションでできること

- 身体機能の評価・訓練
- 日常生活上の助言や支援
- 住宅改修や福祉用具などの助言
- 通所サービス利用などの助言
- ご家族や支援者への介助指導
- ご本人やご家族への精神的サポート

友愛会の訪問看護、 訪問サービスの仕組み

友愛会では厚生労働省が推進している地域包括ケアシステムの構築に向けて「友愛会ケアシステム」として様々な取り組みを行っています。



友愛会訪問看護 ステーションの スタッフに 話を聞きました!



友愛会訪問看護ステーション
新村 慎也 さん(理学療法士)

私は2008年（平成20年）4月に友愛会に就職し、リハビリテーション科で約12年間経験を積ませていただきました。訪問リハビリとの関わりは約10年ほどになり、訪問リハビリの専門知識を身につけるため、2018年（平成30年）に「認定訪問療法士」の資格を取得しました。患者さんが住み慣れた地域で生活するためにはどうすればいいか、利用者や家族がどんな希望を持っているのかを聞き取りながら退院後の生活を支えることにやりがいを感じています。「やりたいことができるようになった」「介護する量や時間を減らすことができた」「また旅行ができるようになった」等の言葉がとても嬉しく、私のやる気パワーとなっています。基本的には1人で在宅へお伺いしていますが、訪問時に相談事や問題が生じた際、その場で解決しなければならない場面もあるため、医師や看護師、ケアマネジャーなど様々な職種と連携を図りながら支援することを心がけています。これからも利用者の希望に添えるように訪問リハビリを続けていきたいと思っています。



看護師の“特定行為研修”って？



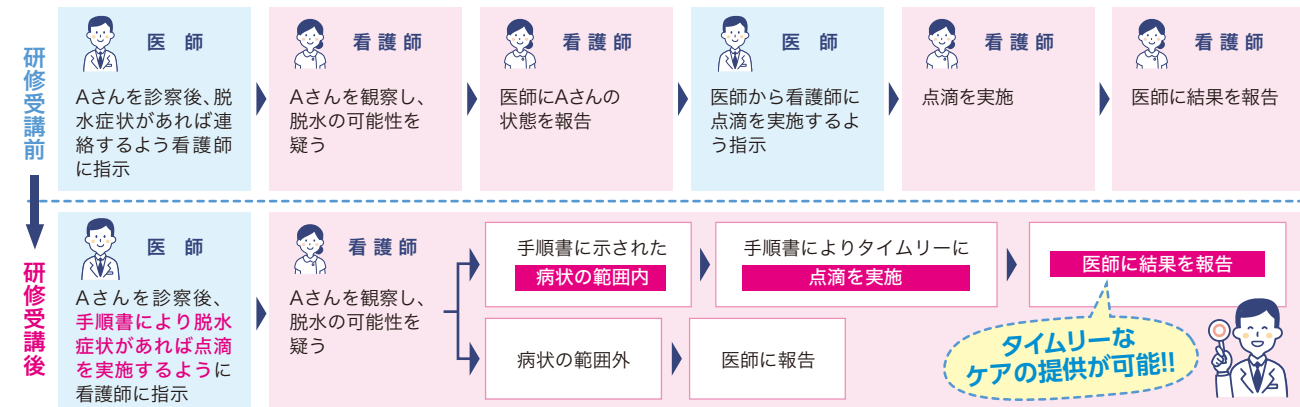
看護師の特定行為とは？ 研修制度とは？

“特定看護師”とは、保健師助産師看護師法に基づく特定行為研修を修了した看護師のことで、“特定行為”とは看護師が手順書に基づいて行う診療の補助であり、実践的な理解力、思考力および判断力ならびに高度かつ専門的な知識と技能が必要とされる行為のことを指します。

高度急性期医療の現場において、患者さんの状態を迅速かつ的確に判断し、必要な処置を即座に行うことのできる看護師がいることはとても重要であり、このような看護師が一人でも多く活動することで医療の質向上に繋がっています。特定行為を行う看護師を養成するため、国の方針によって2015年より21区分38行為の特定行為研修制度が創設され、友愛医療センターでも2020年10月に開講、1年間の研修を経て院外研修生1名を含む6名の特定看護師が誕生し、その知識と技術を活かして現場で活躍しています。

研修を受けるとどうなる？

厚生労働省ホームページより引用



2020年度 研修スケジュール



1期生が現場で活躍しています!



4階南病棟 看護師 玉城判 さん

1年にわたる研修を経て、現在は主治医の指導の下、特定行為を安全に実施できるようにトレーニングを積んでいます。たとえば脳神経外科病棟では、傷の状態を主治医とともに観察し安全に抜針できるかを判断した上で、ステープラ固定創の抜針(右写真)を行っています。また日々の看護では、研修で学んだ内容を用いて患者さんの状態をアセスメントし急変させない看護を目標に活動しています。

(取得区分) ・術後疼痛管理関連 ・創部ドレーン管理関連 ・栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連

当院の特定行為看護師は、この色の名札が目印です。



編集委員 レポート

豊崎クリニックのPET検査(がん検診)が 豊見城市ふるさと納税の返礼品になりました!

このたび、豊崎クリニックのPET検査が豊見城市のふるさと納税返礼品に掲載されました。豊見城市民以外の方が豊見城市の豊かなまちづくりのために規定額以上を納税いただくと、返礼品として豊崎クリニックのPET検診をお選びいただけます。豊見城市外にお住まいの方、ご家族やご友人へ、沖縄旅行や帰省、仕事のついでに豊崎でのがん検診をおすすめされてはいかがでしょうか。PET検査の詳細は各種ふるさと納税ポータルサイトでも掲載されておりますので、ぜひご覧ください。



管理栄養士 監修

旬の食材を使った冬しじみ まんぷく!みぞれ鍋

1人分 エネルギー/550kcal 食物繊維/4g 食塩/2g



材料(1人分)

- | | |
|----------------|---------------------|
| 切り餅..... 1個 | だし汁..... 300g |
| 鶏もも肉..... 100g | 酒..... 10g |
| 木綿豆腐..... 100g | みりん..... 10g |
| 白菜..... 60g | 調味料(A) 醤油..... 8g |
| 生しいたけ..... 15g | ごま油..... 3g |
| 人参..... 20g | おろしショウガ..... 2g |
| 春菊..... 15g | つけダレ 大根おろし..... 20g |
| 大根おろし..... 50g | ポン酢..... 10g |

冬の定番メニューといえば鍋ですね。年末年始のお疲れ胃腸にみぞれ鍋はもってこいです。大根の根にはジアスターゼという消化酵素が含まれており、胃腸の消化吸収を助ける働きがあります。お餅やタンパク源のお肉や豆腐、たっぷりと野菜が入ることで、簡単にバランスよく栄養を摂ることができる一品となっています。あったかお鍋で寒い冬を乗り切りましょう!



管理栄養士 大城さん

クッキングアドバイス

大根は下の部分は辛味が強いので、下部を鍋の具材として、上部をつけダレとして利用すると食べやすいです。

作り方

- 作り方:
- ①鶏もも肉、豆腐、白菜は一口大へカット。春菊は4cm程度に切り、人参は薄い輪切りに切る
 - ②生しいたけは汚れをキッチンペーパーで拭き取り、かさと軸の間で切る
 - ③大根はすりおろし、汁をやや残す程度に絞って鍋用につけダレ用に分けておく
 - ④鍋に調味料Aと鶏もも肉、白菜、人参、豆腐、生しいたけを入れて火にかける
 - ⑤④に火が通ったら大根おろし、春菊、切り餅を加え蓋をして2~3分待つ。切り餅が柔らかくなったら食べごろです。

【ゆうあい編集後記】 人材採用面接などの場面で「私は友愛会の病院で生まれました!」「家族がお世話になっています」という学生や職員が増えており、この40年余、友愛会は地域の皆さまと共に過ごしてきたのだと感じています。昨今の新型コロナウイルス感染症への対応に追われる中でも、友愛会の職員はこれまでと変わらない医療や介護の提供のためそれぞれが自己研鑽を積み、日々技術の向上を目指して進化しています。今後もご期待いただきたいと思います。(編集委員:肥後 佐起子)



〒901-0225 沖縄県豊見城市豊崎1番412

社会医療法人友愛会 豊見城中央病院附属

豊崎クリニック 沖縄PET画像診断センター

TEL:098-840-5151

受付時間 (月～金) 8:00～17:30
(土) 8:00～17:00

休診日	水曜、日曜、祝祭日
-----	-----------



〒901-0225 沖縄県豊見城市豊崎3番49

社会医療法人友愛会 豊見城中央病院附属

健康管理センター

TEL:098-852-2000

受付時間 (月～土) 9:00～15:00

※土曜日は不定期で営業していますので事前にお問い合わせください。

県内初の男女別検査フロア

休診日	土曜 (当センターカレンダーによる) 日曜・祝祭日
-----	------------------------------



〒901-0243 沖縄県豊見城市字上田25番地

社会医療法人友愛会 介護老人保健施設

友愛園

TEL:098-856-4707

窓口対応時間 8:30～17:30

日曜・祝祭日の窓口業務はお休みです。

社会医療法人友愛会 豊見城中央病院介護事業部

TEL:098-851-5234(代表) 〒901-0243 沖縄県豊見城市字上田25番地

●ホームヘルパーステーション友愛
TEL:098-851-9413

●友愛会訪問看護ステーション
TEL:098-851-9414

●豊見城中央病院ケアプランセンター
TEL:098-851-9408

●友愛会ケアプランセンター
TEL:098-850-4165

〒901-0224 沖縄県豊見城市字与根50番地5
(友愛医療センター内)

●豊見城市地域包括支援センター友愛
TEL:098-850-1324

●豊見城中央病院通所リハビリテーション
TEL:098-851-5158

