

待合室

発行 医療法人啓友会（〒569-1029 大阪府高槻市安岡寺町2丁目3番1号）

なかじま診療所 072(687)7561 啓友クリニック

うの花訪問看護ステーション 072(688)7564 老人保健施設洛西けいゆうの里 075(333)5290

No.126 2013年/初春号

◆我が道は一以て之を貫く

中嶋啓子

◆洛西けいゆうの里 審 隆吉

◆小規模多機能ホームゆ~らり 辻 博司

◆団塊世代は新しい老人像めざそう

中嶋久矩

◆啓友クリニック 西山悦子

◆うの花訪問看護ステーション 溝部由恵

◆なかじまデイサービスセンター 北條英明

◆居宅介護支援事業所 濱田朱美

◆通所リハビリテーション 森田雅彦

◆啓友クリニック・めぐみの家 川内久忠



(表紙『里芋』 中林 基)



医療法人
啓友会

医療法人啓友会の理念

- ①赤ちゃんからお年寄りまでの「診断とケア」に重点をおく第一線医療を行う。
- ②住み慣れた地域で最後まで過ごせるよう在宅医療、福祉に力を注ぎ、往診や訪問活動を進める。
- ③老人・障害者・女性・子供など弱者の人権を守り、親切で差別のない医療、介護を行う。
- ④医療、福祉の専門職のチーム＆ネットを組み連携協働して事業を進める。
- ⑤地域住民患者さんとの対話と協働で医療と福祉を進める。

我が道は一以て之を貫く

医療法人啓友会 理事長 中嶋 啓子

■ 2013年3月に入りましたが、遅ればせながら、皆様に新年のご挨拶申し上げます。厳しい寒さが続いております。体だけでなく心まで冷え込む事件が続いています。観光地グアム島での無差別通り魔事件で日本人3名が死亡、10人が重軽傷の事件、アリジエア人質事件、10人が帰らぬ人となられ、国際社会における日本人が浮き彫りになっています。深刻な車の暴走による日本人観光客が殺戮された事件等みると、時代の厳しさ、国内外の変化を感じどうなるのだろうかと不安を感じながら過ごしておられることと思います。

私が論じたとてどうにかなるわけではありませんが、語らずには前へ進めないのではないかと考え、私なりに語つてみます。

■ 今年は已年、蛇はいいイメージがないので、どんな年なのかと調べたところ、実をつけるため種をまく年であると前向きなことが書いてありました「これだ」と思い、私は率直に今年の1年の抱負として変わるべき介護と医療の世界への「種まき」の気持ちをしゃべっています。しゃべって決意を新たにしているというのが本音です。

■ 昨年大津市の中学校生徒のいじめによる自殺があつた件で初めて強制力はないが、第3者委員会ができ報告集をまとめたことは画期的なことだと思いますが、本当にいじめがなくなる革新の一歩になつたのだろうか、子は親の鏡といいます。子供のいじめは大人のいじめの反映と思われるだけに大人社会が何を反省するかが問われているのではないでしょうか。私がこの件で一番危機感を感じたのはいじめて自殺の練習をさせたということです。一つしかない大切な命を粗末に扱えるのは何なのでしょうか。何とも言えない深い心の洞窟を感じます。繁栄社会の中に荒涼とした砂漠がある、大勢の中に居ながら孤立を感じる、仲間主義の中の孤独を感じます。いじめは個人の問題でなく社会の問題であり、全ての人に関わっている問題だと思います。身近にいじめがあれば、自殺に追いやりないように多くの人の輪でいじめが阻止できればいいですね。問題をできるだけオープンにして、友人に、親にそして先生に相談していじめない心の仲間をつくることではないでしょうか。その雰囲気さえあれば大変な事態になる前に予防できるのではないかでしょうか！ほんどの人がいじめられるのは嫌と思っているのですからいじめられている人の気持ちちはよくわかるはずです。相手の立場、相手の気持ちを慮ることで70%は解決すると思うのです。

■ 一方大人社会をみてみれば、中近東はじめ世界各地で、まだ戦争やテロや領土問題があります。又国内政治の党派の対立を見ても一筋縄ではいかないことはわかりますが、せめて学校では、職場内では同じ仲間として同じ船に乗り合わせた仲間として喧嘩すると、いじめがあると船が沈むと言われたらなら仲良くするしかないと、考え、沈没しないように航行しようではありますか。

■ 高校の体罰で一人の生徒の自殺問題も、これまで「しごき」という名のもとに行われた暴力は当たり前であつた運動系の中での体罰についてやつとメスが入つたと思います。一人の生徒の死を持つて、社会問題化され、甘やかすということではありませんが、体罰では得るもののが少ないので、むしろ失うものが多いことが証明されたのではないかと思います。

■ 私たちは介護の世界で一足先に勉強しています。利用者さんへの虐待では利用者さんを獲得できないことを学んでいます。利用者さんに暴力をふるわれても、理由が必ずあると受容的に受け止め、これまで社会の貢献されてきた高齢の方々へは尊厳を持って接す

3つは医療から介護につなげる認知症ケアパスをうたっています。その人らしい老後、人生を全うできるよう尊厳を支えるケアと認治症治療薬を両輪で進めるのがこれから認知症ケアです。そして住み慣れた地域で家族や友人のそばで最後まで過ごせる体制作りこそが問われています。いま日本の国をあげて認知症に取り組んでいます。医療法人啓友会も今年も最前线で認知症ケアを取り組んでいきたいと思つ

■ 特に認知症ケアの発展の中で我々は学習していますが、今年はもっと尊厳を支える医療ケアについて看取りケアとあわせて我々の主要な課題にしたいと思っています。

■ 昨年2012年6月18日 厚労省は認知症施策検討プロジェクトチームが「認知症になつても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域の良い環境で暮らし続けることができる社会」をめざすとオレンジプラン5カ年計画をうちだしました。

1つは初期集中支援チーム、まだまだ認知症は大変になつてからの相談しかありません。もし早期に適切な治療ケアがあれば認知症になつても落ち着いた老後になると考えられます。

2つは身近型認知症医療センターの設置、地域のかかりつけ医がもつと認知症に対応できるようなシステムの必要性が言われています。

3つは医療から介護につなげる認知症ケアパスをうたっています。その人らしい老後、人生を全うできるよう尊厳を支えるケアと認治症治療薬を両輪で進めるのがこれから認知症ケアです。そして住み慣れた地域で家族や友人のそばで最後まで過ごせる体制作りこそが問われています。いま日本の国をあげて認知症に取り組んでいます。医療法人啓友会も今年も最前线で認知症ケアを取り組んでいきたいと思つ

介護の質を上げよう

介護老人保健施設
洛西けいゆうの里 施設長

医師 審 隆 吉

今年もよろしくお願ひします。東

日本大震災の復興も、福島原発の後始末も道半ば、素直に新年を寿ぐという気持ちにはなれません。また介護を必要とする身内を抱え、今年も大変だと胸を痛められているのではないかと推察いたします。新年会で職員に話した一部をご紹介して、新年のご挨拶とさせていただきます。

「昨年は良き年でしたか。何か思い出深い出来事がありましたか。成長できましたか。あるいはイライラして、落ち込むことばかりでしたか。私はここで仕事をして七年目ですが、今でも新しい体験をし、実のりの多い一年でした。ただ小生もくたびれて、今まで今の仕事ができるか、心配です。ご存じのように日本は世界に先駆けて少子超高齢社会に突入します。高齢者人口は、「団塊の世代」が65歳以上となる平成27年（すぐですね）には3395万人となります。そんなときに、高齢者がどのような医療や介護を受けているのか、考えるだけでも心配です。そんな先

看取りに向き合う

小規模多機能ホームゆうらり
管理者 辻 博 司



のことを思い悩んでも、なるようにならぬないと考えられるでしょう。しかし今元気なあなた方も、いずれは病にかかり、人の手を借りて生を全うしなければならない時が来ます。

ここで仕事をしてよくわかつたことは、よい高齢時代を送るために、介護を充実させることがいかに大切かということです。多くの高齢者が現役世代と同じ検査・治療を受けて、薬漬けの生活を送つて薬の副作用で苦しんでおられます。

ご高齢の方は、暖かい介護を受けるほうが、遙かに穏かな老後が送れると思ひます。将来ますます必要となる介護の質を上げるために今年も頑張つていただきたいと思います。良い介護とはなんであるかを問いかげながら、今年一年を実り多い年に無理をせず時間の許す限りできるだけ側にいていただき、話しかけたり手を握つたり、体のあちこちをさすつてあげたりお口を湿らしたりしてほしいと希望します。何年も離れて暮らした息子さんや娘さんやお孫さんにとって、瀕死のご利用者の姿は痛々しくどうして触つていいかわからないと思ひますが、やや強引でも「いつしょにやつていただけますか？」と介護者としておつていかなければなりません

◆◆◆◆◆
本年も、私たちの介護向上のための一層のご指導をお願いして、挨拶といたします。
皆様のご多幸を心からお祈り致します。

逆に私たち介護職・看護職はご家族が固唾をのんで見守る中で様々な看護介護上の処置を施さなければなりません。多くはオムツの交換であったり、体の位置の調整であったりですが、ほんのわずかな変化にたいしてもそれを見逃さず、ご家族と確認しどう対処す

るのか説明しなければなりません。また既に意識がなく昏睡状態にある利用者さんに対しても必ず声かけをしてから体に触れなければなりません。もちろん、ご家族が周りに、いても、いかなくても、声かけは必須です。人間の諸感覚器官の中でも聴覚は最後まで機能していると言われており、おそらく聴こえていることとおもいます。

介護事業所でお亡くなりになる方の多くは、平均寿命を超えてご長寿であるので、葬儀は質素な家族葬が多いとされています。都会でも地方でも葬儀は葬祭業者によりホールで営まれることが多いようですが、この間思つたことは、介護事業所でスペースがあれば最後過ごされた事業所の一角でお別れすることができればということです。祭壇その他は業者さんにお願いしお坊さんも呼んで読経していただき、事業所で仲の良かつたお年寄りや何年も家族のように関わった介護職員も合掌焼香し、逝った方の冥福を祈ることはたいへんよいことであると確信します。死が忌み事として遠ざけられ遺体は注意深く隠され、可及的速やかに葬祭業者のものに引き渡されるよりもはるかに深く故人を想う時間と自分を振り返る時間が持てると思います。

「この方に自分は十分に向き合えたのか？」と葬儀に参加する度に思うのは私だけではないと思います。葬儀に参列することはお年寄りの権利である、と思います。

団塊世代は

医療法人啓友会 専務
なかじまメディカルサービス研究所

中嶋久矩

私は66歳の団塊世代（昭和21年から29年生まれ）です。戦後民主主義教育のはじまりのもと素直に夢と希望を持ち、高度経済成長と共に生き、不正が許せず平和な未来をめざし学生運動をして、様々な方に迷惑かけながらも支えられ、様々な方に迷惑かけながらも支えられて頂き、独りよがりでわがままのまま年を重ね年金生活者となりました。

その年金は今現役で働く若い人達の年金から給付されています。その若い人達の未来は人口減社会（今の1億2千万人が30年後には1億人以下となる）の経済縮小社会であり、必ずしも明るい未来ではありません。これから私たちは地域の人口も急速に減少していく、団塊世代も団塊老人となり、夫婦二人暮らし、二人に一人の瘤、十人に一人の認知症、そして独居暮らし、都市の過疎化等が切実な課題となつてくるでしょう。

2000年介護保険施行を前に私たちの地域での相互連帯と仲間づくりをすすめる「医療と健康団む会」の下に



③他人に用事を頼まない　すべてリハビリと思い自分ることは自分でしよう。

④会話の基本は相手の話をよく聴くことと　過去の栄光や自己主張は強くしない。

⑤NPO團む会ヘリオフレンド活動に参加し　世代を超えた交流を行い　ボランティアすることで　地域の共助の輪を広げお世話される心構えを育てよう。

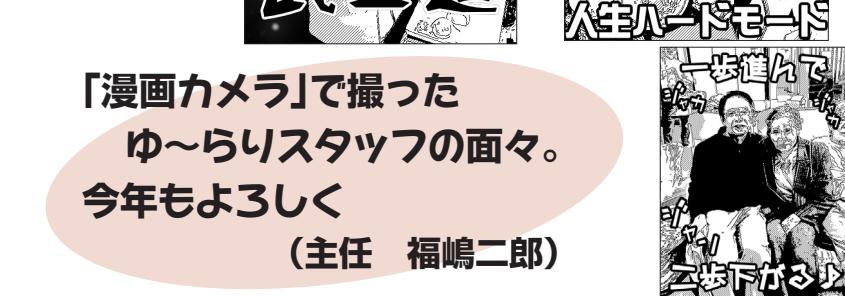
介護は今、提供者と受け手の関係が指示する側とされる側という上下関係にあります。今後はそれが変わりもつと多様で自由な時代が来るような予

「めぐみの家建設支援委員会」がつくれられ、「めぐみの家建設支援資金一億三千万円」が資金支援されて「めぐみの家」が建設されました。以来12年間順調に地域の方に利用して頂き、2011年3月までに資金支援頂いた皆様に完済しましたことご報告致します。ありがとうございました。「めぐみの家」は医療法人啓友会と「開む会」との共同財産でありこれからも「開む会」・ヘリオフレンド・ボランティアと利用する方の「共助の場」であります。

2013年 私たち団塊世代のこれからとの課題は 次世代への負担を最小限にするため「自助に努め・お互いに共助をし合い・公助に頼らない」団塊世代の新しい老人像をめざすことだと思います。

①妻の料理に不満を言う前に自分で作

感がしています。
私たち団塊世代は、孤立を恐れず、
これからの方の介護の当事者・共助者として、NPO団体やめぐみの家や地域
で家庭で働き活動して新しい老人像を
めざしましょう。



「漫画カメラ」で撮った ゆ～らりスタッフの面々。 今年もよろしく (主任 福嶋二郎)

「最近の診療から」

啓友クリニック所長

医師 西山悦子



れません。

うつ病に限らず精神疾患の治り難さやなり易さに、幼・小児期の養育環境が大きく関係しているということを日々の診療の中で強く感じます。

虐待やDV（ドメスティック・バイオレンス）、両親の不和、多忙による

昨年7月に厚生労働省により精神疾患が「五大疾患」の1つに位置づけられました。うつ病や認知症などの患者数の増加に伴い医療の整備や対策が強化されるということですが、今のところ全く変化が見えてきていません。偏見、社会制度上の差別を無くすこと、在宅支援の充実、就労や復職支援などにつながることを期待します。

育児不十分、親の精神的問題による育児困難などにより自己肯定感や安全感が育まれないと、小児期からうつや不安を抱えたり、大人になってからもうつや神経症などを発病しやすく、治療も長期間の精神療法が必要になります。自己肯定感が乏しいために自殺念慮も生じやすい傾向が見られます。

子供と親の支援がもっとどうにかならないのか。実際に子育てをして思うのは、子供には0歳後半からは集団が必要ではないかという事です。類人猿から人になつてもずっと集団で子育てをしてきて、個々の親子でという歴史はごく短いのではないかと、多数の子供同士・親同士学び合うということがとても少ないので現代の子育ての問題の要因の一つかと思います。その事を補つて子育てをもつと学んだり、練習することがどんな親子にも必要だと思います。米国で開発されたコモンセンス・ペアレンティング（肯定的に表現で注意・予防的教育・練習する）や親子の相互交流方法（P C I T）で用い

られるPRIDE技法（具体的に行動をほめる・言葉を繰り返す・適切な行動を真似る・子供の動きを実況中継のように言葉で表現する・一緒に楽しむ）などもいいなと思います。これも、頭で理解するだけでなく練習が必要です。

最近のスマホやタブレットの普及で、ネットやゲームなどの利用があります。容易になり、ネットやゲーム依存の問題が増えてくると予想されます。ゲームではドーパミンの放出が増加するといわれており、止められなくなつて時間のコントロールが出来なくなり、生活リズムが乱れ、学校や仕事に支障ができることに留まらず、攻撃性の亢進や共感性の低下、意欲や関心の低下、うつ状態などを引き起こす可能性も指摘されています。他の依存症と同様に予防が一番の治療ですが、小・中学生など発達の上で大切な時期に依存に陥りやすいため、周囲が危険性を認識することが必要です。





高槻うの花訪問看護ステーション

管理者 溝部由恵

今年もよろしくお願ひします。旧年中は大変お世話になりました。

皆様昨年はどのような年だったでしょうか？

当事業所では、新たに3名のスタッフを迎えて、現在看護師4名、作業療法士6名で対応させていただいております。今年もこれまでのご利用者様の在宅生活が継続していく事が出来るよう支援していくと共に、新たなご利用者様との出会いも大切にしていきたいと思います。

訪問看護は医療保険・介護保険両方利用でき、赤ちゃんからお年寄りまで利用できる在宅ケアサービスです。病気があっても住み慣れた地域で生活できるよう、在宅ケアチームの一員として今後も頑張っていこうと思っています。

なかじまデイサービスセンター

主任 北條英明

皆様、旧年中は格別のご愛顧賜り本当にありがとうございました。

思い起こせば昨年はデイサービスにとって波乱の1年でした。

若輩者の私が大役を任せられた事と重なり、4月より介護保険の改定に伴い通所介護・予防通所介護とともに時間の枠が変わり、皆様には色々とご迷惑お掛けしました。しかし、その中で試行錯誤の末に皆様方にゆったりとくっろげるような環境を提供できるように見直せました。そして、なんとか乗り切れたのではないかと思います。

介護保険改定の度に現場は右往左往し皆様にご迷惑をお掛けしていますが、その都度皆様方の温かい支援を受けて乗り越えられてきました。職員一同皆様に支えられているのだと再認識出来た節目の年でもありました。今後も改定はやってきますので皆様のご指導、ご鞭撻を宜しくお願い致します。

毎年、新たな出会いと別れを経験していますがデイサービスでも多くの新しい方と出会い、多くの方とお別れをしました。残念ながらお別れした方々には感謝の念しか持ち得ませんが、いつも寂しいものです。今年はもっと多くの方たちと出会い賑やかで楽しいデイサービスを皆様と作っていきたいと思いますので、元気に休まず参加して頂ければと思います。

今年は皆様方にとって幸多き1年となりますように心からお祈りすると共に、なかじまデイサービスをこれからも宜しくお願い申し上げます。

ケアマネジャーは皆様との出会いを大切にしています

居宅介護支援事業所

主任 濱田朱美

2000年に介護保険制度がスタートし13年目を迎えようとしています。この間にどのくらいの人々に周知されたでしょうか。私たちケアマネジャーは介護が必要になった利用者様やそのご家族と関わる中で、日常生活上の課題に対していかに自立した生活を営んでいけるかを考え色々なサービス事業所と連携しながら支援させていただいている。

例えば、体調を崩し寝たきりになられた方はベッドや手すりを設置していただきことで少しづつ立って歩きトイレに風呂にと行動範囲が広がりそれにより表情が明るくなり、ついに外に出られるようになられた方々。また、訪問によるリハビリをする中で車椅子から立ち上がり階段昇降ができるようになった方。通所サービスを利用することにより他の方々との交流で活気を取り戻されお化粧など身なりに気を使いうようになられた方。ヘルパーさんの訪問で生活環境が整えられた方。泊まりの利用でご家族の介護負担が軽減され、また介護に前向きになれると感じて下さった方。その中で主治医や看護師さんとの連携も大切です。医療機関からの訪問は安心して暮らせる第一歩と考えます。

最近は認知症の方々の支援や一人暮らしの方々の支援も増えてきました。平成27年には高齢者の10人に一人は認知症であろうとのデータも発表されています。利用者様の多くは「住み慣れた我が家で死ぬまで暮らしたい」と話されます。今後は近隣・地域に住む方々との連携も不可欠になってきます。

すでに私たちが近隣の方に声をかけさせていただいているかも知れません。地域社会の一員として自宅で暮らせる社会を創造していくためにも少しづつ力になりたいと考えています。皆様方との出会いを大切に今年もまた訪問させて頂きます。よろしくお願ひします。



ここを夢中にすむひとときを

医療法人啓友会

通所リハビリテーション

主任 森田雅彦

旧年中は格別なご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

ふれあい教室とは、介護保険的にいわゆる『通所リハビリテーション・介護予防通所リハビリテーション(デイケア)』ですが、皆様には「ふれあい教室」という名前で親しみを込めて呼んでいただいております。その名の通り、職員と利用者様、囲む会、地域の人、そしてそれぞれのふれあいを大切にしたデイケアです。

医療法人啓友会では、1989年6月から『ふれあい教室』としてデイケアが、週2回(当時は、月曜日と水曜日)開始されました。開始するにあたり、あくまでリハビリとして、家で寝たきりや障がいのある人が「ふれあい教室」に来て、より動ける範囲を広げ、また同じ病気の人や違う病気の人々とふれあい、理解し、励まし合い、社会の架け橋になつて欲しいという思いで始めました。そして、単なる医療機関のデイケアではなく、地域の人、囲む会の人と共に作り上げてきたデイケアです。

現在のふれあい教室は、職員と利用者様達と囲む会、地域の人とのふれあい、利用者様同士のふれあいを大切にしています。日々の内容は、機械を使つたパワーリハビリ、個別指導のリハビリ、入浴、みんなで行う体操とレクリエーションを行っています。

その中でも力を入れているのは、季節を感じて頂く行事を年に8回(お花見、地蔵盆、運動会、忘年会など)囲む会の人と力を合わせて行つています。各行事の定番出し物から、歴史に残る職員考案の名出し物や珍出し物で涙あり、笑いあり、感動もあり心も身体もリフレッシュしています。障害、病気、人間関係など時間を忘れて心を夢中にするひとときを過ごして頂いています。

最後に、人の心や身体を理解した上で声かけやコミュニケーション、それがおもいやり、励まし合うことで、日常生活の中で穏やかになり、笑顔が多く過ごせるようになっていくと思いません。心身に障害、病気を持った人が日常生活中で穏やかになり、笑顔がそれがあまいやり、励まし合うことで、日々に生き生きとした生き方をます。心身に障害、病気を持った人がその人らしく生き生きとした生き方を取り戻す為のご本人様の努力と周囲の援助を行い、自らの人生を地域、在宅で送りたいと願う方に対しても、医療と福祉の面から支えているのが、医療法人啓友会です。職員一同心よりお待ちしております。

一人一人の思いを 大切に

啓友クリニック・めぐみの家

介護主任

川内久忠



啓友クリニック介護職員の川内久忠です。昨年は介護報酬の改定や社会全体の不況やその他いろいろなことがありました。医療法人啓友会啓友クリニックめぐみの家が無事一年を過ごせましたのも、利用者ならびにご家族様、そして日々サポートしてくださっているボランティアの皆様や関係者の皆様の多大なご支援のおかげでございます。大変感謝しております。

めぐみの家は精神科外来・入院の医療保険サービスと、通所リハビリ・短期入所療養介護（ショートステイ・認知症対応型共同生活介護（グループホーム）の介護保険サービスがあります。我々介護職員は主に介護保険サービスに従事しています。めぐみの家では、ほとんどの介護

職員が介護保険サービスを兼務しています。そのため沢山の利用者の方たちと関わることができます。介護をさせていただくには信頼を得なければなりません。安心感は信頼関係を得ることに不可欠であるのでこのことにも役立っていると思います。

今めぐみの家の介護保険サービスを利用されている利用者様は約90名ほどいらっしゃいます。思いは一人一人違うと思います。90名の一人一人が少なくとも笑顔で過ごせるように私たち介護職員は啓友会のサービスを選んでいただいたことの感謝の気持ちを忘れず常に考え方行動することを肝に銘じることで信頼も深まるのではないかと思います。

介護と医療を併せ持つためぐみの家の機能を最大限に使いながら、寄り添いながらどうすれば笑顔で穏やかに過ごしていただけるのかを日々考えながら、今年も利用者の皆様の信頼できる杖となれるよう介護部職員一同力をあわせ力いっぱい頑張ってまいります。関係者の皆様にご迷惑をおかけするかもしれません。ご指導ご鞭撻のほど、どうぞ宜しくお願い致します。

私たちが「めぐみの家」の 介護を担当しています



川内久忠



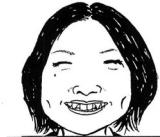
橋本将嗣



松岡まち子



谷口和代



小野嘉子



宇都宮靖子



北條英明



森田雅彦



近藤剛志



井上弘美



梅木洋子



武石洋一



中山晴登



猪岡孝洋



村上彰子



植野春美



志邸匡



伊与田耕治



高木定次



土居記未子



小浦幸作



小林容子



樋野達樹



池上奈津子



三谷正英



川越優子