

# MISAKI

KOKUBU CENTRAL HOSPITAL  NEWS

# vol.4

霧島市民に必要とされる施設  
美崎会 活動 情報誌



**FREE**

ご自由に  
お取りください

## 病 院 長 か ら の ひ と こ と

みなさん、こんにちは。病院長の藤崎です。昨年の12月に中国の武漢で発生したコロナですが、日本でも被害は大きく4月16日に緊急事態宣言がなされ、5月25日に解除となっておりますが、感染者は増減を続けており、まだまだ油断できない状況です。1918年にスペインから世界中に広がったインフルエンザ(スペイン風邪)は感染者が世界の約30%で5億人、死亡率は約2.5%とされています。現在、ワクチンや治療薬の開発が急がれておりますが1~2年の時間が必要となるでしょう。

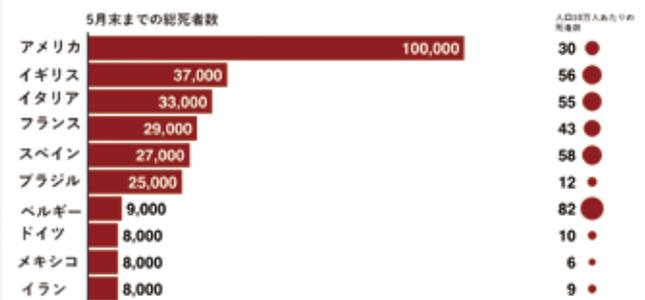
世界的に犠牲者の数は、すでに勢いで増加傾向にあります。やはり高齢者やコントロールの悪い慢性疾患を持たれている方が多くなっております。手洗い・うがいの習慣化や常に健康であることへの留意が重要であるということです。人間には元

来免疫力というものがあるので、そのパフォーマンスを最大限に発揮できるようにしておけば感染したとしても、発症することはないでしょう。健全な肉体の維持と正しい手洗い・うがい・マスクの使い方をおぼえること!! 三密を避けることも必要ですが、自分自身への投資を十分に行うことを強くお勧めします。

さて、健康体の維持ですが当院では糖尿病の患者さんに糖質制限食を提供しています。食事から血糖値を上昇させる唯一の原因である糖質を極力除くということですが野菜には糖質が結構含まれていますので総カロリーの10~15%くらいが糖質といった感じでしょうか。効果は抜群でインスリンがいらなくなったり薬でさえ飲む必要がなくなったりするので実行された方はご家族もふくめ大変よろこばれています。実は私自身も実践者なのですが体調も良く血液検査のデータも全く問題ありません。安全性について述べられる先生や管理栄養士の方もおられます(最近はかなり減っているようです)、世界的にも重大な事故の報告はありません。むしろ、いいデータの方が圧倒的に多いようです。

糖尿病でない方も過剰な糖質の摂取を控えることで、体はより健康な状態へ向かっていきます。コロナから身を守るためにも過剰な糖質摂取をひかえて肉体のパフォーマンスを最大に発揮してみませんか。

新型コロナウイルスによる死者が多い国々  
人口10万人あたりの死者数の比較



(総死者数は1000人単位に四捨五入)

(出典:米ジョンズ・ホプキンス大学集計)

日経新聞

# 食べる 事を

# あきらめない

国分中央病院  
言語聴覚士  
穎川 和美



## 「食べる」ことは…

言語聴覚士として、私の考える日常での「食べる」という行為とは、**空腹を満たし、栄養を取り、乾いたのを潤し、疲れを癒してくれること**。さらには、楽しく語らう場となることで時間を共有し、明日への活力となるかけがえない幸せなひとときとなる素晴らしいものであると考えます。

「口から食べる」ことをサポートすることは、人間の尊厳を守ることであり、より幸せに生きる権利への保証とも言えます。



美崎会の言語聴覚士の方針は、「**食べることを諦めない**」です。安全でおいしく食べるために、嗜好や、その人の飲み込みの状態に合わせた食物形態の選択が可能です。適切なその人の食物形態を把握することは、退院時に料理を作る人や施設等と共有することで、退院後の誤嚥防止にも配慮しております。

また、入院された患者さんを切り取ってみると、長期に渡り殆ど食べられない患者さんもいらつしゃいます。そういった患者さんには、嚥下検査を繰り返しながら、食べる意欲に発展する様に毎日を繋いでいます。誤嚥で見落としがちな原因として、「認知症」があります。

高齢者の4人に1人が認知症または予備軍

とされており、今後も増加が見込まれています。例えば、認知機能が低下すると、口へ運ぶ動作、ペース配分、一口量の調整、食物の認識、道具の使い方、食べることを忘れてしまうなどの様々な問題が生じ嚥下運動の機能が低下します。その結果、誤嚥のリスクが高くなり、低栄養や脱水などを引き起こす恐れもあります。

要介護高齢者の増加に伴い、これまで述べてきたように食べる機能が低下している方が多く存在しています。食べられない苦痛を抱いている患者様やその家族に寄り添い、安全でおいしく食べるための配慮を言語聴覚士5本の矢となり今後も取り組んでいきます。



# 特定看護師たちの1日



当院には6名の特定行為に係る研修の修了者（以下特定看護師）が在籍しています。チーム医療のキーパーソンとなるべく、特定行為研修修了後も日々臨床の場で経験を重ね、スキルアップに努めています。

## ＼ ある1日をご紹介します ＼

- 8:30** 申し送り
- 9:00** 検温
- 9:30** 状態変化のあった患者さんのアセスメント・報告  
必要時は特定行為の実施
- 10:30** 気管カニューレの交換（特定行為の実施）
- 11:00** 病棟患者さんのケア
- 12:00** 食事介助
- 12:30** 休憩
- 13:30** オムツ交換
- 14:00** 検温
- 14:30** 受け持ち患者さんの状態把握  
必要時は医師への報告・相談
- 15:00** 末梢挿入型中心静脈カテーテル（PICC）の挿入  
（特定行為の実施）
- 16:00** 病棟患者さんのケア
- 17:00** 申し送り
- 17:30** 業務終了



患者さんの検温やケアの際、患者さんの変化にいち早く気づき、状態をアセスメントします。肺炎や尿路感染を疑う場合には検査を依頼しその結果で抗生剤の投与を行ったり、人工呼吸器の患者さんの設定変更を行ったりと、実施できる特定行為の範囲内であれば、特定行為の実施をタイムリーに行っています。判断に迷う場合や実施できる範囲外の場合は医師に速やかに報告し指示を仰ぎます。他にも、定期的に交換の必要な気管カニューレの交換も行っています。

アセスメント能力をつけるべく、手順書のある患者さん以外の方も受け持たせて頂き、臨床推論を行いながら、その患者さんの病態の把握をしています。まだまだ、慣れないことも多く、また判断に迷う場合もあり、特定行為の実施に繋がらない場面もありますが、医師と対等に意見交換ができる日が来ることを目指しています。

患者さんのお役に立てることはもちろんのこと、地域に貢献できる看護師になれるよう6名一致団結して日々頑張っています。

特定看護師に興味があるという、看護師の方の入職もお待ちしております。

もっと伝えたい

## 介 | 護 | の | お | 仕 | 事

国分中央病院  
看護・介護部長  
河本 智美



「夢」を叶える仕事、それが介護の仕事です

前回もこのコーナーでご紹介してもらった介護の仕事について、もう少しお話させていただきます。

介護の仕事は対人援助業務です。介護の仕事として多くの方がイメージするのは、利用者の生活のお世話をする姿でしょう。施設などの現場に勤務し、生活で必要となるさまざまな動作をサポートしています。しかし、介護の仕事はこれだけではありません。介護サービスの利用を検討している方やご家族の相談に応じたり、ケアプランを作成する仕事もあります。また、施設長などマネジメントに専念する仕事もあります。

日々一生懸命、患者さんの介護に取り組みコミュニケーションを重ねることで信頼関係が構築され、患者さんが笑顔になってくれること・多くの人から「ありがとう」という感謝の言葉を頂く事は大きな生きがいにもなります。

介護の仕事に就くには、資格が必要だと考える方もいると思いますが、「無資格」でも大丈夫です。無資格の方でも現場で経験を重ね、活躍している方も多くいます。もちろん、もっと活躍の場を広げたい、資格を取得したいと考えている方は、「介護職員初任者研修（9科目 130時間）」、「介護福祉士実務者研修 20科目 450時間」を修了すること、「介護福祉士国家試験」に合格することでキャリアアップにつながっていきます。

「向いているかもしれない」「興味がある」という人は、ぜひチャレンジしてみたいはいかがでしょうか。「一生続けたい」と思える仕事に出逢えるかもしれません。当院へのご相談もお待ちしております。



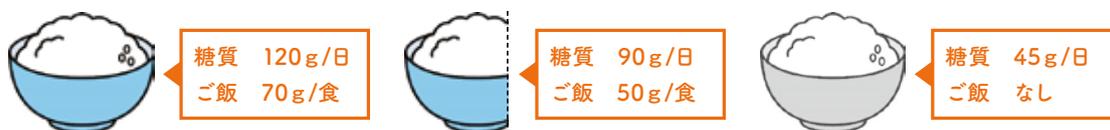


## 当院の糖質制限食への取り組み

「糖質制限食」は糖尿病の治療だけでなく、ダイエットやがん予防を目的として一般の方にも広がってきています。今回は当院の糖質制限食について、どのような取り組みをしているか紹介したいと思います。

### 1 主食の減量

糖質制限食の患者は糖質制限量に合わせて、段階的にご飯の量を減量しており、1食あたり70g、50g、主食なしとしています。



### 2 食品の代替

糖質の多い食品は糖質の少ない食品に置き換えて調理しています。

- 麺 → **しらたき**   芋・かぼちゃ → **その他の野菜**  
 揚げ物衣 → **おから粉**   砂糖 → **ラカント（甘味料）**   牛乳 → **無調整豆乳**

### 3 手づくり低糖質スイーツの提供

楽しみの1つとして毎週火曜日の昼食に低糖質スイーツを提供しています。薄力粉の代わりにおから粉を使用した焼き菓子やラカント（甘味料）を使用したムース・ゼリーを作っています。普通の物と比べてもほとんど味は変わらず、皆さんおいしく召し上がられています。

## おすすめレシピ ～ヨーグルトのムースケーキ～

1  
人分

- エネルギー 103Kcal
- たんぱく質 4.4g
- 糖質 4.1g
- 脂質 7.6g

#### 材料（12人分）

生クリーム	200cc
ヨーグルト	400g
無調整豆乳	200cc
ラカント（甘味料）	80g
レモン汁	大さじ1
☆ゼラチン	
☆水	200cc

#### 作 り 方

1. 鍋に水を入れ、お湯になったらゼラチンを煮溶かし、溶けたら粗熱をとっておく。
2. 生クリームを7分立てに泡立てる。
3. ヨーグルト、無調整豆乳、ラカント、レモン汁をボウルに入れ混ぜ合わせる。
4. 3に1を入れ混ぜる。
5. 4に2を入れ、ヘラでさっくり混ぜる。
6. お好みの型に流し入れ冷蔵庫で3時間程冷やす。



受診者の方に「ここで検査を受けてよかった」と  
言ってもらえる努力をします。

## 内視鏡とは・・・？

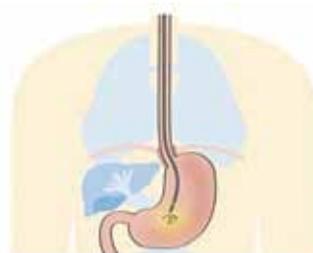
口から食道、胃、腸を通過して、肛門まで体内でつながっている食物の消化や吸収を行う通路のことを消化管といいます。

内視鏡は、おなかの中を直接リアルタイムに観察することができるため、検査精度が高く、食道や胃、十二指腸、大腸の検査方法として広く普及しています。

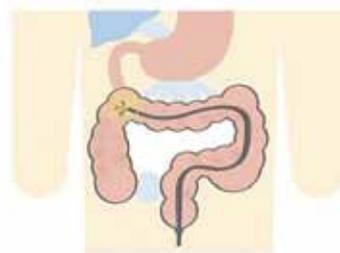
また、疑わしい病変が見つかった場合には、その部位を採取して病理検査を行ったり、誤飲した異物の摘出やポリープ切除など、様々な治療を行うことができます。



当院内視鏡室



上部消化管内視鏡



大腸内視鏡

内視鏡室では、受診者の方に満足してもらえるよう、高い内視鏡スキルを持つように日々研鑽しております。

また、適切な鎮静薬・鎮痛薬を用いて苦痛を最小限にした内視鏡検査・治療を提供しております。

国分中央病院  
内視鏡室長  
消化器内視鏡技師  
渡部 博一



次号では、内視鏡の精密検査や治療について詳しく  
お話したいと思います。

## 美崎会グループのご紹介



### 国分中央病院

〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央1丁目25番70号

TEL. **0995-45-3085**



サービス付き高齢者向け住宅

### メディカーサ国分中央

〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央1丁目25番51号

TEL. **0995-73-7111**



地域密着型特別養護老人ホーム

### ソ・ウェルこくぶちゅうおう

〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央3丁目12番29号

TEL. **0995-73-8300**

美崎会グループのWebサイトは下記よりご覧ください

<http://www.misakikai.or.jp/>

