第 64 号　令和 4 年 5 月発行

盛岡つなぎ温泉病院だより

特定医療法人　盛岡つなぎ温泉病院

理念と運営方針

思いやりのある心で、信頼される優れた医療を目指します

1　医療水準の維持と向上に努め、質の高い医療を提供します
2　地域の医療ニーズに的確に対応し、医療連携を推進します
3　患者さんの権利を尊重し、こころの温まる医療を提供します
4　優れた医療人の育成に努めます
5　人の輪を大切にする職場環境作りを目指します
6　健全な経営基盤の確立に努めます

盛岡つなぎ温泉病院

日本医療機能評価機構認定
付加機能リハビリテーション機能認定
日本呼吸器学会認定施設
日本アレルギー学会認定教育施設
日本感染症学会認定研修施設

〒020-0055　盛岡市繋字尾入野 64 番

ｅ－ｍａｉｌ　：　wawawa@tsunagi-hp.net
ホームページ　：　http://tsunagi-hp-net

電　話　019-689-2101（代表）
FAX　019-689-2104

盛岡つなぎ温泉病院メディケアプラザ

訪問診療	電話 019-689-2101
訪問看護ステーション	電話 019-689-3513
訪問リハビリテーション	電話 019-689-2101
通所リハビリテーション	電話 019-689-3512
居宅介護支援事業所	電話 019-689-3511
各事業所共通	FAX 019-689-3514

メディケアプラザ中央通り

クリニック（内科、禁煙外来、健康診断、予防接種）
受付 8：45～17：00　　電話 019-654-3781
日曜・祝日休診　　FAX 019-653-1355
ホームページ　https://www.mpcyuo.jp

居宅介護支援事業所
通所リハビリテーション
メディカルフィットネス
訪問看護
訪問リハビリテーション
各事業所共通
電話　019-654-3782
FAX　019-654-3783

医局コラム

春を待つ

病院長　關 博文

この原稿を書いている３月現在、雫石町から見る岩手山から秋田駒ヶ岳までの壮大なパノラマはまだまだ冬景色です。白銀の御所湖の広大な景色も例年より永いように感じられます。外来から見える中庭に２本コブシの木が並んでいます。蕾が膨らんできました。次第に日も長くなり、日差しも明るさを増して来ました。

院内に２ヶ所、それはとても見事なひな壇を見ることができます。一つは通所リハビリテーションの入り口、もう一つは３階ひまわり病棟面談室にあります。いずれも当職員が自宅から持ち寄ってきて飾ってくれました。これをみていると、かつてはもっと寒かった冬の環境の中に春を待つ思いと哀愁を感じてしまいます。

さて、猛威を奮っているコロナオミクロン株の流行に翻弄されている医療現場の苦労は想像を絶するものがあります。コロナ患者さんに直接立ち会って身の危険を感じながら奮闘している看護師たちの努力は計り知れません。慢性的なマンパワー不足もなかなか解消されない状況ですが、こんなときにこそ病院全体でお互いをカバーしながら危機を乗り切ろうではないかと職員が一丸となって対策に取り組んでいます。

一方で心配されていたウクライナへのロシア軍の侵略が報じられました。多数の衛星など手に取るようにロシア軍の行動が分かっていながら、こんなことが起こるのです。昭和の時代ではあるまいし。こんなに人間は愚かであったか、という思いが湧いてきています。

立花隆著、「宇宙からの帰還」は宇宙飛行士たちの体験をまとめた本ですが、彼らに最も大きなインパクトを与えるのは、地球のあまりの美しさであるとのことでした。“何らかの目的なしに、何らかの意志なしに、偶然のみによってこれほど美しいものが形成されるということはありえない。そんなことは論理的にありえないということが、宇宙から地球を見た時の確信となる。”と述べられています。さらに“眼下に地球を見ていると、今現に、この何処かで人間と人間が領土や、イデオロギーのために血を流し合っているというのが、本当に信じられないくらいばかげていると思えてくる。”とも綴られています。

４月は新しい年度始め、各ご家庭でも進級、進学、就職などを迎え、慌ただしい日々を送られている方も多いと思います。我々も心機一転、初心に還って、仕事に取り組みたいものです。おのおの専門性を活かし、一方で各部門を互いに思いやりながら、職員一同で優れた医療を目指して努力して参る所存です。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

在宅医療

当院の在宅部門で関わった患者さんのご家族から、ご自宅での看取りの体験について感想をお寄せいただきましたのでご紹介いたします。

母と過ごした最後の日々～在宅看取りの体験～

私たち家族は昨年、つなぎ温泉病院の在宅医療のサポートを受けながら、母を自宅で看取りました。家で看護をした２ヶ月間は「一般家庭でもこんな事ができるんだ！」という驚きの連続でしたので、その経験をご紹介したいと思います。

母は、昨年の春から癌の検査が続いていたのですが、本人は当初から結果がどうあっても緩和ケアを受けながら最後まで自宅で過ごしたいという希望を持っていました。検査入院先で状況が芳しくないとがわかった段階で、東京暮らしの私はしばらく実家に戻ることにして、退職して家にいる父と、近くに住む弟と３人で協力して、母の希望を叶えることにしました。しかし素人の私たちにどこまでのことができるか不安も大きく、近隣のつなぎ温泉病院が在宅医療を行っていると知って早速お世話になることにしました。

訪問診療が始まってみると、医師の先生や看護師さんたちの定期訪問に加えて、24 時間電話での相談もでき、母に苦痛があればすぐに対処に来てくださることがわかりました。ケアマネージャーさんとの情報共有も円滑で、介護用品、訪問リハビリ、訪問入浴など必要なサービスをいつも素早く手配してくださいました。様々な職種の方が入れ代り立ち代り家にいらっしゃるので、母は入院中より手厚いケアを受けている感覚を持っていたようです。

そうは言っても、病状の進行とともに母は体が思うように動かなくなり、日々できないことが増えていく現実に戸惑ったり落ち込んだりもしていました。そんな時に心強かったのは訪問看護師さんと緩和ケアの看護師さんの存在です。訪問の度にじっくりと時間をかけて、楽しい話題で場を盛り上げながら、母の不安や希望を引き出し、対処法を一緒に考えてくださいました。また私たち家族の様子にも気を配ってくださり、母の具合に合わせた介護の方法や薬の使い方、次に起こりそうなことへの心の準備について丁寧に教えていただきました。「人に迷惑をかけたくない」という思いの強かった母も、皆さんのお人柄と専門性を理解するにつれて「任せて良いのね」と安心したようで、「最後にこんなに素晴らしい人たちに出会えて、私は幸せ」と目を潤ませていたほどでした。このような支えがあったおかげで、私たちは母の亡くなる直前まで、充実した家族団欒の時間を持つことができたのです。それこそが、母の一番の望みでした。

最期の時が訪れたのは、ある深夜のことでした。私は看護師さんに電話で相談しましたが、「大丈夫、家族でできます」と言って、父と弟を呼びました。まもなくして母は、何の管にもつながれず、大好きな自宅のベッドで自然に息を引き取ったのです。私たちには悲しさもありましたが、それより母の幸せな死を見届けたという感動の方が優っていて、よく頑張ったと互いを労いました。それはなんとも言えない温かい時間でした。

数ヶ月経った今も、充足感を持ってこの経験を振り返ることができます。在宅医療や看取りの実際は各家庭の外からは見えにくいものですが、その気になれば病院から手厚い助けが得られることについて、地域の方々にもっと理解が広がると良いなと思っています。つなぎ温泉病院のみなさんには改めて、本当にありがとうございました。

がんのリハビリテーションの紹介

当院では2010年から「がんのリハビリテーション（以下、がんリハ）」を実施しています。通常のリハビリは、何らかの障害が起こってから受けるのが一般的ですが、がんリハは、がんと診断された時から治療と平行しておこなわれ、病状の変化に合わせて合併症や後遺症を予防します。たとえ積極的な治療が受けられなくなった段階でも、余命の長さに関わらず「できる限り可能な最高の日常生活動作を実現すること」を目指して行われています。例えば、倦怠感や不眠、食欲低下の改善には適度な運動療法が効果的です。また、運動機能を維持しておくことで、体調に合わせた外出や退院も可能となります。私たちは、リハビリを通じて患者さんが自分らしく生きるためのサポートを行っています。

がんは様々な臓器に発生し、がんやがんの治療に伴い引き起こされる障害も様々であることから、特に多職種によるチーム医療が重要であると考えられています。そのため、がんリハ料の算定には、規定の研修を修了しているスタッフが従事していることが要件となっており、医師・看護師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士から構成されるチームで「がんのリハビリテーション研修会」を受講する必要があります。2022 年 2 月現在、法人全体のがんリハスタッフは、医師6名、看護師6名、理学療法士12名、作業療法士7名、言語聴覚士2名の計33名です。

リハビリテーション部では月に 1 度、スタッフのスキルアップや情報共有を目的とした「がんリハミーティング」を開催しています。ミーティングでは、患者の情報共有の他に、勉強会や最新のトピックスの紹介など、持ち回りで各々が自由にテーマを決めて発表する場を設けています。参加しているスタッフからは、「担当患者以外の患者情報や特性、対応のしかたも共有でき、話し合える場はとても参考になる。カバー時の対応にも役立つ」との感想が聞かれています。ミーティングには臨床心理士も参加し、多角的な視点で患者・家族をサポートできるよう研鑽に努めています。

リハビリテーション部　理学療法士　松岡陽介

リハビリテーション部　がんリハビリテーションメンバー

令和４年度　辞令交付式

2022 年 4 月 1 日（金）16：30 より、令和 4 年度辞令交付式が行われました。
今年度は、医師 1 名、薬剤師 1 名、看護師 8 名、理学療法士 4 名、作業療法士 2 名の計 16 名を迎えることができました。
理事長より、「責任のある行動をとり、これから、励んでいただければと思います。
病院の理念を果たせるように、皆さんと共に担っていければと思います。
各職種の立場がありますが、病院は各職種が集まりやっと一つの仕事ができる職場です。
お互いのコミュニケーションを大事にしながら、これから仕事をしていきましょう。
明るく楽しい病院をつくっていきましょう。」と話がありました。
　新採用者は、オリエンテーションや医療安全・感染管理、異職種研修などを受けた後に、それぞれの部署にて仕事が始まります。一緒に頑張っていきましょう!!

医療と介護の複合施設

メディケアプラザ中央通り

（クリニック・通所リハビリ・訪問リハビリ
居宅介護支援・訪問看護・フィットネス）

訪問リハビリテーション
ご利用者さんの折り紙作品

ショートステイ
８年間ありがとうございました。

このたび諸般の事情により、令和４年３月 31 日をもちまして「メディケアプラザ中央通りショートステイ」を休止することとなりました。

ご愛顧いただきましたご利用者様、ご家族様、各事業所の皆様ありがとうございました。

ショートステイお茶会

「ありがとう８年間の思い出」をバックに、ショートステイ最後のイベントお茶会を開催しました。

職員一同、感謝の気持ちを込めて利用者さんをおもてなしすることができました。

「美味しい」と喜んでいただいた利用者さんの笑顔に胸が熱くなりました。

中央通りクリニック担当医表

院長　　内科　及川 浩樹　　☎　019-654-3781

受付時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前 8：45～11：30 土曜日は 12:00 まで	内科 古和田浩子	呼吸器内科 小西一樹	内科 及川浩樹	内科 及川浩樹	内科 古和田浩子	内科 及川浩樹
午後 14：00～17：00	糖尿病内科 川村　実	呼吸器内科 小西一樹	内科 及川浩樹	内科 及川浩樹	脳神経外科 關　博文	

食と栄養だより

☆今月のテーマ☆　食品ロス

食品ロスとは、本来食べられるにもかかわらず捨てている食品をさします。

日本では、年間約 **610 万トン**発生しており、約半分（54%）が食品製造業・外食産業等の売れ残りや食べ残し、期限切れなどから、残りの約半分（46%）が家庭から発生しています。

610 万トンの食品ロスを

国民 1 人あたりの
食品ロス量で言うと…

1 日で 約 130g
ご飯小盛 1 杯分

年間で 約 47kg
1 人あたり年間の米の
消費量(約 54kg)に近い量

ということに…！！　（農林水産省 HP より）

世界では **9 人に 1 人が貧困** と言われていますが、日本では食品ロス量が世界でワースト 3 に入ります。食品ロスを減らすことは、食料資源の有効利用や地球温暖化の抑制にもつながります。

食品ロスを減らすために気をつけること

家庭での工夫

☆買い物☆

① 先に冷蔵庫の中を確認

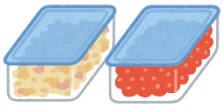
② 必要な分だけ買う

すぐ食べるものは期限の近いものや値引き商品を選びましょう

☆調理☆

食品に記載されている保存方法に従って保存しましょう

一度に食べきれない野菜などは小分けや、冷蔵・冷凍保存を使い分けましょう

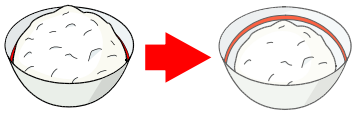


期限の近いものや痛みやすいものから使いましょう

食べきれる量をつくりましょう

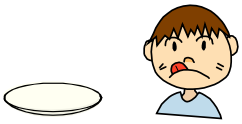
外食時の工夫

食べきれる量を頼む



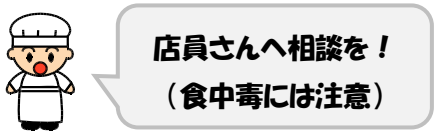
ハーフサイズや小盛の利用を！

頼んだものは



好き嫌いせず食べる

どうしても残る場合はお店に持ち帰りの相談をする



日頃多く作りすぎてしまい、食事が残ることはありませんか？お腹が空いていて、つい頼みすぎてしまうことはありませんか？一度自分の食事を見つめ直し、食品ロスの削減を目指しましょう。

ＪＲ小岩井駅 ⇔ 盛岡つなぎ温泉病院の無料シャトルバス

ＪＲ小岩井駅と当院とを結ぶシャトルバス（シルバーのワゴン車）を月曜日～金曜日と第１・３土曜日に下記のとおり運行しております。ご不明な点がございましたら遠慮なくお尋ねください。

＜ 平日 ＞

病院発	経由	小岩井駅		経由	病院着
		到着	出発		
7：20	－	7：30	7：35	－	7：45
7：50	－	8：00	8：20	－	8：30
9：00	－	9：10	9：15	七ツ森	9：35
9：40	西安庭	10：10	10：17	－	10：27
10：35	－	10：45	10：50	－	11：00
12：00	七ツ森	12：25	12：30	－	12：40
12：40	－	12：50	13：05	西安庭	13：30
13：35	－	13：45	14：00	－	14：10

＜ 土曜日 ＞

病院発	経由	小岩井駅		経由	病院着
		到着	出発		
7：20	－	7：30	7：35	－	7：45
7：50	－	8：00	8：20	－	8：30
9：00	－	9：10	9：15	七ツ森	9：35
9：40	西安庭	10：10	10：17	－	10：27
10：35	－	10：45	10：50	－	11：00
11：30	七ツ森	11：55	12：00	－	12：10
12：10	－	12：20	12：25	西安庭	12：40
12：45	－	12：55	13：05	－	13：15
13：35	－	13：45	14：00	－	14：10

外 来 診 療 担 当 医 表

※令和４年４月１日より下記のとおりに変更となりました。

内 科 外 来

	午 前	午 後
月	小西・三浦・南	南
火	大澤・南	南
水	川村・古和田・南	古和田 ・ 15時～ 関
木	川村・谷藤	毛利
金	小西・関・大澤	高橋
土	第１週 大澤 第３週 谷藤 川村（再来）	

整 形 外 科 外 来

月・火	午前	八幡順一郎
木・金	午後	急患のみの対応となります

※整形外科は水曜日、土曜日は休診です。

特 殊 外 来

診療科	診療日時	担当医
神 経 内 科	火曜日午前	高橋純子
禁 煙 外 来	月曜日･金曜日 午前	小西一樹

受付時間

平 日　８：３０ ～ １１：３０
　　１３：３０ ～ １６：３０

第１・３土曜日　８：３０ ～ １２：００

※ 第２・４・５土曜日は休診です。

編集後記

いつのまにか御所湖の氷はすっかり融け、桜も散り、新緑の季節を迎えました。コロナウイルスとの戦いの間にも、季節は着実に移り変わっています。慌ただしい日々ですが、静かに木々を映す御所湖や、雄大な岩手山を眺めては、自然の力強さに励まされています。

新年度もどうぞよろしくお願いいたします。（裕）

盛岡つなぎ温泉病院だより第 64 号
令和４年５月発行
（発行・編集）
盛岡つなぎ温泉病院
広報委員会

＜ 表紙の写真 ＞　桜とメジロ

当院で訪問診療に伺っている患者さんのご家族からご提供いただいた写真です。

桜の枝にとまった小さなメジロが可愛らしく、満開の春を感じる一枚です。