

もえぎ

12月号

No. 343

2020/12.15



医療法人社団萌気会

在宅療養支援診療所 (二日町)

在宅療養支援有床診療所 (浦佐)

山口ケンさん書



撮影地：南魚沼市徳田新田

撮影者：小林 順正

金城山、巻機山を望む



クリスマス楽しみだね。(浦佐認定こども園)

地域緩和ケア連携を育てる会講演会

『安心のある在宅移行・在宅療養のためにできること』報告…

萌気会での地域医療研修を終えて……………

漫画 黒岩卓夫一代記……………

菊祭りへお出掛け……………

萌気園通所リハビリセンター浦佐……………

働きながら資格を取得した方々です……………

かんたき萌気コム・ソフィ&ナース……………

2

3

4

5

6

7

8

地域緩和ケア連携を育てる会講演会 『安心のある在宅移行・ 在宅療養のためにできること』報告

萌気園浦佐診療所 院長 黒 岩 巖 志



2020年9月30日、魚沼基幹病院で、上記講演会が開催された。

私が発起人の一人である「地域緩和ケア連携を育てる会」は、南魚沼市・魚沼市・湯沢町における、病院医療－在宅医療連携の深化、在宅医療の推進、病院医療・在宅医療・介護における緩和ケアの推進、を掲げ2019年の9月に第1回の会合が行われた。特にがん終末期患者など医療や介護の手間がかかる入院患者とその家族は、退院後の在宅療養生活に大きな「不安」を抱えている。この会では、【①病院－在宅間の患者情報共有をより効率的に行うことでその患者・家族が在宅移行において抱えている課題・問題・不安の解決・解消を図る】、【②病院スタッフに在宅医療・介護の実際を知ってもらうことで入院中の患者・家族のより深い理解につなげる】、【③基幹病院を含めた地域全体で緩和ケアのレベルアップを図ること

で、がん等の終末期に苦痛を伴う患者が住み慣れた場所で苦痛なく安らかな最期を迎えられるようにする】、ことを目的とし、具体的には多職種による話し合いや講演会開催などを行う予定であった。

3月以降コロナにより活動を休止していたが、この度、魚沼基幹病院職員のみ会場参加、他はインターネット(オンライン)での参加として講演会開催に漕ぎつけた。講演会の趣旨は、医療ニーズの高い入院患者・家族が在宅移行期に抱く「不安」を「安心」に変えるため多職種がどう関わり、どう活動しているかを報告することで、病院スタッフに在宅医療・介護を知ってもらう、また、在宅医療・介護専門職同士の情報共有の場を提供することである。200人近くの医療・介護・福祉の専門職が参加した。演題は3職種からで、1「ケアマネジャーの立場から」越南苑居宅介護支援事業所管理者 高村恵、2「訪問看護師の立場から」南魚沼市訪問看護ステーション管理者 今井静子、3「在宅医の立場から～がん末期の在宅移行・在宅療養～」萌気園浦佐診療所 黒岩巖志。

私の発表の一部を紹介する。下表は、魚沼基幹病院開院後10カ月経った2016年4月から現在までの4年7カ月間に萌気園の二つの診療所がお看取りしたがん患者47例のうち、病院からの紹介で在宅移行となった21例の詳細である。魚沼基幹病院からの紹介が殆どだが、特筆すべきは長岡赤十字病院からの紹介が1例いることである。南魚沼市民であるこの患者は麻薬の持続注射を受けており、それを扱える在宅医が居ないと自宅に戻れない。当院で扱える旨伝えと病院主治医は「今までは麻薬持続注射を行っていた患者を受けてくれる在宅医が居らず南魚沼に帰すことができなかったのが良かった。」と喜んでいて、21例の麻薬使用率は62%。麻薬が退院後持続注射に変更となった例が58%。麻薬は持続注射がとにかく効く。痛みは食欲も奪う。少量のお粥と野菜しか食べられなかったが麻薬を内服から持続注射に変更後痛みが治まり「スペアリブ」「うな重」「カレー」が食べられるようになった例があった。21例の最期の場所は18例が自宅、家族の介護疲れなどで病棟での最期が3例。在宅移行から死亡までの期間は、退院時既に麻薬が使用されている例はその後の病状の進行が早く余命が短い傾向であった。



私が発表で主に伝えたのは、「がん末期の患者を多職種チームでケアすることの大切さ」、「効果の高い麻薬持続注射の早期導入の大切さ」、「がん末期でも在宅で十分な苦痛緩和が可能でほとんどの患者が住み慣れた場所で最期まで苦痛なく過ごせる」、という点である。

紹介元	魚沼基幹病院19人、南魚沼市民病院1人、長岡赤十字病院1人
退院カンファレンス施行	魚沼基幹病院5人(在宅医参加2人)
現在の生死	全例死亡
退院時麻薬使用	10人(48%)(持続注射1人、その他(内服、パッチ)9人)
在宅移行後麻薬開始	3人
麻薬が持続注射に変更	内服、パッチ12人中、7人(58%)が持続注射に変更
死亡場所	自宅18、当院病棟2人、他院病棟1人(自宅以外の3人は家族の意向)
在宅移行後生存期間	3日～385日(平均65.3日) 退院時麻薬使用例⇒3日～87日(平均34.1日) 退院時麻薬未使用例⇒11日～385日(平均107.2日)

萌気会での地域医療研修を終えて



東京慈恵会医科大学付属病院 研修医 助川 祐香

2020年11月に萌気会で一ヶ月間の研修をさせていただきました。

まず着いて一番に驚いたことは駅を出た瞬間に山が見えることでした。もちろん日本にそういったところはたくさんあると思いますが、東京で生まれ育った私にはそれだけでもちょっとした感動でした。浦佐に滞在してまもなく山に雪が積もりました。朝寒い中を診療所に向かいながら眺めた山々は本当に綺麗でした。

それからの一ヶ月間は外来につかせていただいたり往診に同行させていただいたり、それ以外にも通所リハビリやデイサービス、訪問看護等を通して様々な角度から患者さん、利用者さんの生の生活に触れる機会をいただきました。生活様式や習慣、家



たもんの郷にて

また、卓夫先生の「迷惑を掛け合える関係」という言葉が印象に残りました。普段なかなか患者さんが一人の人間として社会でどのように生きているかを目にする機会はなく、どうしても与える側受け取る側という枠組みの中で対話しがちな気がします。しかし、患者さんは地域の中で役割を担っていて、私達もいろいろなものを享受しながら生きています。私達医者も歳をとりますし、迷惑もかけます。共に地域で生きている存在なのだとすることを改めて考えさせられた言葉でした。

自分なりにいろいろなことを考えて過ごしましたが、なんと言っても皆さんが優しく温かくて、業務に追われて失いかけていた心を取り戻した一ヶ月間でした。萌気会の皆さんはもちろん、快く迎え入れて下さった南魚沼の皆さんには感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。

寒さが厳しい季節となりますが、どうぞご自愛ください。



族の形、住居の特徴…いろいろなことが見えてきました。南魚沼でそうであるように、東京でも人の数だけ生活があります。それは変わりません。でも大学病院の中にいる時、私には患者さんの背景がさして見えていなかったと気づかされました。『患者さんの生活、価値観、想いに寄り添いたい』と学生時代から常々思ってきましたし、意識はしてきたつもりでした。それでも見えていなかったのです。『どう患者さんと関わりたいか、どういう医者でありたいか』ということを改めて思い出させていただきました。同時に、それを実現する一つのモデルとして黒岩卓夫先生、巖志先生をはじめ諸先生方の姿を目に焼きつけることができました。



あやめ診療所の柿原先生と共に

第3話

本郷に引越して



本郷は文京区にある地名で、東大本部、安田講堂、医学部、病院など主要な学部は1キャンパスに備わっている。YMCAはYoung Men's Christian Associationの略。キリスト教青年会。卓夫にとっては衣以外は学問含めて全て変わった。ランプ少年以降5年後であった。ちなみに駒場は目黒区で教養学部の2学年。

萌気園大和通所介護「地蔵の湯」菊祭りへお出掛け



コロナ禍で大変な中、なかなか外出行事ができず、今回は久しぶりの外出レクリエーションとなりました。日ごろの行いが良いようで天候にも恵まれた秋晴れの中、利用者さんを浦佐毘沙門堂の菊祭りにお連れしました。日陰では少し肌寒い感じでしたが、参加された利用者さん達は久しぶりのお出掛けで笑顔いっぱいでした。

利用者さんの中には、「この菊は、俺の友達のお〇〇さんが育てた菊だよ」と話されたり、他の利用者さんや職員に菊の育て方について一生懸命に説明をされたりと利用者さんそれぞれの見方で菊を楽しまれていました。利用者さんだけでなく、職員もどこことなく笑顔が多くみられた気がしました。

これから季節的になかなか外出が出来なくなってきましたので、今後も外出の行事だけでなく利用者さんに楽しんでいただけるような企画を提供していきたいと思っています。

萌気園大和通所介護「地蔵の湯」

中島 俊明

書籍紹介

寒くなり外出が減るこの季節、ご自宅で読書はいかがでしょう？
今回はおススメの本をご紹介します。

標高8000メートルを生き抜く 「登山の哲学」

著者：竹内 洋岳
日本人初の8000m
峰全14座登頂。
なぜ死の恐怖に立ち向かえるのか？
二度も死の淵を彷徨い、
なおも挑戦を
続けられるのは何故か…？
生死を分ける「想像の力」とは。



著者の経歴

1971年、東京都生まれ。ICIスポーツ所属プロ登山家。
95年、未踏の東稜ルートからマカルーに挑み、はじめて8000m峰に登頂。
酸素ボンベやシェルパを使用しない速攻登山を中心に数々の8000m峰に挑戦。
07年ガッシャブルムII峰の雪崩で腰椎骨折や片肺破裂の重症を負うが、奇跡的に一命を取りとめ、翌年には同山の頂きに立つ。
12年にダウラギリI峰の登頂に成功し、日本人初8000m峰全14座完全登頂を果たす。
第17回植村直己冒険賞受賞。

8000mの山、皆さんは想像できるでしょうか？
標高8000mは「旅客機が飛んでいる高さ」。その高さまで歩いて登っている人がいるということです。

当然、酸素も薄く氷点下の「デスゾーン」、息も絶え絶えで数センチしか進まない、死を身近に感じながらの登山です。

この本を勧められた時、「この人はまだ生きている人ですか？」と思わず聞いてしまいました。私の中で高所登山をしている方は山の事故で亡くなるというイメージが強くあったからです。

私自身、登山は年に数回程度しか行きません。知識や経験は多くありませんが山は好きです。ですが、雪山には登りたいと思いません。標高が高ければ、より足場も悪く雪崩や滑落のリスクも高い、生きるか死ぬかの場所へ登山家達はなぜ向かうのか、「ここで死んでも

いい。」と思いながら登っているのか、疑問に思っていました。

読み進めるうちに登場する山や登山家、過去の山の事故などをスマホで調べながら、夢中で読んでいましたし、高所登山に挑む人の思い、山の魅力、登山家の覚悟を知ることができました。大雪崩に巻き込まれ300mの大落下や14座への挑戦の部分では、実際に経験したからこそその情景、感情、苦しみなどがリアルに感じられ、本を読んでいるだけの私が、息がつまり体が硬直するような感覚がありました。

印象的な言葉も数多くあり、困難な場面に直面した時の考え方などは参考になるものがありました。

登山に興味がある方、なにかに挑戦したいけど踏み込めずにいる方などに読んでいただきたい一冊です!!

萌気園通所リハビリセンター浦佐 小沢 萌 ⑤

萌気園通所リハビリセンター浦佐

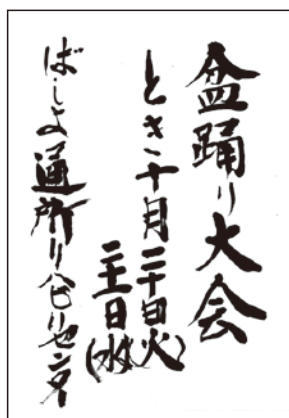
盆踊り大会

今年は、風物詩が軒並み中止となる中、季節を感じて頂けるようなイベントが出来ないかと考え、季節外れの『盆踊り大会』を開催しました。提燈をかざり、中央には太鼓、皆さんにはハッピを羽織って頂きました！

男性陣は若かりし頃にお祭りに熱心だったようで「俺も太鼓を叩いていた、神輿も担いでいたよ」と思っていたが蘇ったり、地域の盆踊りや甚句を流せば、「着物をきて鎮守様へ行ったなあ」と懐かしさから涙ぐむ方、音楽に合わせて楽しそうに踊る方、皆さん各々良い時間が過ごせたようでした。

職員も就業後に少しだけお六甚句を練習し、披露させていただきました。不慣れな動きで笑いが起きながらの盆踊りでしたが、皆さんと踊り、笑い、楽しいひと時となりました。来年は本当のお祭りができることを願っています。

萌気園通所リハビリセンター浦佐
職員一同



萩原 暁様書



綱引き大会



こんにちは！リハビリセンター浦佐の諸橋です(以下モロハシ)。

毎月何かとイベントを開催していますが、今回は『職員対抗 綱引き大会』を行いました！普段は穏やかな職員の本気の綱引きが見れたのではないのでしょうか！？

観戦していた利用者さん(以下SYRさん、KMEさん)にお話を伺ってみました！

モロハシ 「綱引き大会はどうでしたか？」

SYRさん 「予想外だった！(結果が)」

KMEさん 「そうだねえ、予想外の結果だったねえ」

モロハシ 「午前中は予想外のチームが優勝しましたよね！」

SYRさん 「所長がかっこよかった！次は筋肉の人達で筋肉を披露して欲しい！」

KMEさん 「俺は綱引きに参加したかったよ(冗談交じりに…)」

モロハシ 「これからいろいろなイベントがありますがいかがですか？」

SYRさん 「次は選手として参加したい！筋肉もお願いします！」

KMEさん 「ぜひ参加したいね！(腕を動かすポーズをする)」

モロハシ 「今のやりとりを萌気新聞に載せてもいいですか？」

SYRさん 「えっ、今更だめですとは言えないよ～」

KMEさん 「上手く編集しといてね！！」

☆リハセンコソコソ噂話☆

お二人の会話で出てきた「筋肉の人達」とは…？

リハビリセンターでは、日々身体を鍛えている男性職員が複数名おります。イベントの出し物で度々、筋肉隆々のマッスルボディを披露させて頂き、皆様楽しんでいただいています。

リハビリセンターでは恒例となりつつあり、特に女性の皆さんには好評なのです！！

予想外の展開やハプニングもあり、職員もすごく楽しめました^^
今回は職員対抗という新しい試みでしたが、意外な反響をいただきました。

今後は利用者さん参加型のイベントもありますのでお楽しみに！！

萌気園通所リハビリセンター浦佐 諸橋 滉哉

働きながら資格を取得した方々です。

介護福祉士

志太 称子

(萌気園浦佐ヘルパーステーション)

介護福祉士の資格をとり、利用者さんに自信を持って接することができ「笑顔ケア」で毎日仕事ができ楽しいです。これで終わりではなく、更なるスキルアップを目指し頑張ります。

小林 成美

(萌気園浦佐ヘルパーステーション)

資格のために勉強した事を自信に繋げて、みなさんのお役に立てる様な介護士になりたいと思います。

諸橋 滉哉

(萌気園通所リハビリセンター浦佐)

これからも皆さんに、もっとワクワクを。
お届けします！ Merry X'mas !

小野塚 美佳

(萌気園通所リハビリセンター浦佐)

職場の皆さんの協力もあり、無事合格することができました。これからも頑張りたいと思います。

保育士

笠原 縁里

(萌気園浦佐診療所)

思うように絵が描けず、実技の練習で挫折しかけてましたが何とか取得。挑戦して良かったです。

佐藤 渚

(浦佐認定こども園 / 大空クラブ)

働きながら資格を取得することの大変さを実感しましたが、実際に勤務している日々のおかげで取得できました。無事取れてよかったです。

勤続10年表彰受賞者

久川 真美 (浦佐栄養調理室)

周りの人達の協力により楽しく働く事ができました。これからもわくわくする気持ち忘れず頑張ります！

山口 昌巳 (移送・環境整備・農園室)

萌気会に勤めて早いもので10年になりました。記念すべき10年目をこのコロナ禍で忘年会を含め様々な行事が中止になってしまい残念ですが、今まで当たり前に出ていたことの有難さを感じこれからも頑張っていこうと思います。

上村 喜春 (萌気園大和通所介護「地蔵の湯」)

あっという間の10年でしたがまわりの人達に助けられ、何とかここまで来る事ができました。今後も精一杯勤めますので宜しくお願いします。

関 小百合 (萌気園大和通所介護「地蔵の湯」)

萌気に入って10年。いくつもの出会いと別れを経験しました。その経験が今の自分を作っています。これからも良い介護職をめざしてがんばって行きたいと思います。よろしくお願いします。

星 えりか (萌気園大和通所介護「地蔵の湯」)

あっという間に10年すぎました。周りの皆さんに支えられ、勤める事ができています。これからも良い介護職になれるようがんばります。よろしくお願いします。

金本 優理 (萌気園訪問リハビリテーション りらいふ)

出産、子育てを経験しながら働き続けることができました。利用者さん、職場の皆さんには本当に感謝しています。これからも、よろしくお願いします。

かんたき萌気コム・ソフィ&ナース

「子供のころの思い出は？」

「いろいろあるけど苦労ばかりだったなあ。家が貧乏でいきたい学校に行けなかった」

「好きなこと・得意なことは？」

「書くこと、読むこと。絵も描いたなあ。裁縫も何でも縫った♪」

「料理は得意ですか？」

「得意だよ。下宿で小学校や中学校の先生を泊めていて、その料理をしていた。25年もやっていた」

「どんな料理が人気でしたか？」

「煮物や木の芽、こごめの天ぷら。山菜は自分で採ってきたし、メニューも自分で考えた。家族も含めて10人分作って、みんなで一緒に食べていた。おいしい!と言ってくれるのが嬉しかったなあ。他にも豆腐屋をして自家製の豆腐を売ったり、雑貨屋をしたり・・・、ぼこさま(カイコ)も飼ったなあ。忙しくて寝る暇もなかった。だから今が一番幸せだ。家族も大事にしてくれるから感謝しているがあてエ」



利用者 井口キノイさん

第11回 令和2年度 さくり温泉 歳末感謝祭

○日時 12月29日(火) 10:00~17:00

○回数券販売 特価¥1,800 お一人様10シートまで

当日お越しになれない方の回数券販売は事前予約で(前金にて)承ります。

○おまけあり! 回数券購入の方(先着150名)へプレゼントあり!

年末年始も休まず営業いたします。(朝10時から夜8時まで)

お問い合わせ:さくり温泉 ☎025-774-2802

年末年始診療日程のお知らせ

二日町診療所 ☎025-778-0088

年中無休

	12/30 (水)	12/31 (木)	1/1 (金)	1/2 (土)	1/3 (日)	1/4 (月)
午前	○	○	○	○	○	○
午後	×	×	×	×	×	○

浦佐診療所 ☎025-777-5222

	12/30 (水)	12/31 (木)	1/1 (金)	1/2 (土)	1/3 (日)	1/4 (月)
午前	○	×	×	×	×	○
午後	×	×	×	×	×	○

※診療科目・時間については、診療医師予定表をご確認ください。



編集後記

萌気園浦佐有料老人ホーム「ハイマートハイム島田」 星光

今年も残すところあとわずかとなりました。

今年はこれまでと違い雪の無い中で始まりました。東京オリンピックが開催される予定でしたが新型コロナウイルスの流行があり、延期となりました。大きなイベントだけでなく、身近なところでは地域のお祭り等の行事も中止、普段の買い物等の行動にも細心の注意が必要にな

り、これまでとは違う様式での生活を送っています。流行が早く終息して今まで当たり前だった生活に戻る事を願っています。

今年もこの季節に流行するインフルエンザには注意が必要です。積雪はどの位の量になるのでしょうか。皆様お身体に気を付けてお過ごしください。今年も一年ありがとうございました。