

厚生会だより..... 第88号 しぎ

# SHIGI

令和6年4月

編集発行人／医療法人厚生会 奈良厚生会病院  
〒639-1039 奈良県大和郡山市椎木町769-3 TEL.0743-56-5678  
奈良厚生会病院ウェブサイト URL <http://www.nara-koseikai.or.jp>

**koseikai**

**防災対策**  
総務課 金地 英樹

令和6年元日の夕方4時ごろに発生した能登半島地震は、阪神淡路大震災に匹敵する規模で、死者241名、住戸は一部破損も含めて11万戸、水道に至っては被害が甚大であった。石川県珠洲市を中心に1300戸以上が現在も断水状態で、9000人の方々がいまでも不自由な避難所生活をいられている状況です。(3月19日時点の内閣府資料より) 震源地から300キロ以上離れ

**災害用の備蓄品・防災グッズ**

自力で生活を継続できる備えを事前におきましょう

飲料水	食料	衛生用品	携帯トイレ	照明器具
医薬品	季節用品	個人の必需品	小物類	情報収集ツール

た奈良県大和郡山市でも、震度4の強い揺れを感じて、新年早々驚かれた方も多かったことと思います。

気象庁の地震情報サイトをみると、震度1という体感では感じられない地震が毎日発生しており、地震関連のニュースも報道されない日は無いので、日本は地震大国と言っても過言ではないと思います。

能登半島地震も決して他人事ではなく、南海トラフ地震のような近い未来に発生すると予想される超巨大地震に対して、当院では耐震補強工事やBCP(災害時でも業務を継続できる体制)などはありませんが、想定外の事もおこりえるので、様々な対策や準備を講じる必要性を感じていきます。

ニュースや動画サイトであらゆる防災対策の情報がありませんが、私なりにこうすれば良いのではという事をご紹介させていただきます。状況に応じて皆さまの防災対策も違うと思いますので、ご参考程度に記憶に留めていただければ幸いです。

今回は地震発生直後にどうしたら良いのかをご紹介します。地震が発生したら、まずは身の安全の確保を最優先にしてください。

では具体的に、身の安全の確保方法とは、

- ① 姿勢を低くしましょう。
- ② 頭を守りましょう。
- ③ 動かないこと。

地震が発生してから大きく揺れるのは最初1分間程度とされており、この時に、慌てて行動すると、大けがをする恐れがありますので、まず姿勢を低くしましょう。

次に頭を守りましょう。机やイスの下、なければカゴや本など、最悪は両手でガードしましょう。頭部をけがしてしまうと致命傷になりかねず、致命傷にならなくても、頭部のダメージのせいで、地震が収まったあとでも冷静な判断が出来ずに、思いもかけない大けがや避難が出来なくなるなどする恐れがあります。

動かないこと。揺れている最中に動くとは大けがをする可能性が大です。揺れが収まるまで、慌てずにじっとがまんしましょう。

最初は火の元を消した方がいいのではと思うかもしれませんが、消しに行く途中でケガを負ってしまったり、動けなくなりさらに火の手が回って逃げられなくなると最悪な状態になりますので、まずは身の安全を最優先にしてください。

まず低く	頭を守り	動かない
<b>DROP!</b>	<b>COVER!</b>	<b>HOLD ON!</b>

何度もしつこいくらいに繰り返しになってしまいますが、ケガをしようとする次の行動(避難など)が取れなくなってしまうので、身の安全確保は最重要事項になります。

最後に、参考までに防災に必要なと思われる物品と、身の安全確保方法のイメージ画像も掲載させていただきます。皆様の防災対策にお役に立てれば幸いです。

**編集後記**  
「春爛漫」

厳しい寒さも一段と和らぎ、日増しに暖かくなってきました。心が浮き立つ季節でもありますね。コロナ禍も終わりを迎え、今年こそはお花見に興じるのも一考です。

さて今号は春の門出となります。就任の挨拶や、令和6年の医療・介護の同時改定でも重要論点とされました人生会議研修、また地域医療相談室主催の勉強会の開催など、職員一同、サービスや質の向上に向け日々研鑽しています。

また、今年1月1日に発生した能登半島地震も記憶に新しいと思います。防災対策におきましても当院ではBCP(事業継続計画)をこの3月に策定し、患者様・利用者様が安心して療養いただく環境を維持する為、今後も引き続き努めてまいります。



**就任ご挨拶**  
副看護部長 霧下 由美子



この度4月1日より奈良厚生会病院へ着任いたしました霧下由美子(きりした ゆみこ)です。三笠院長が奈良県立医科大学感染症センターの教授時代に感染症センター病棟病棟長を務めていたこと、奈良県立医科大学附属病院前看護部長の推薦もあり、両方のご縁で今回奈良厚生会病院副看護部長をお引き受けさせていただきます。

私は奈良県立医科大学附属看護専門学校卒業後、奈良県立医科大学附属病院に39年間勤務してまいりました。この間、中央手術部、整形外科、耳鼻咽喉科・頭頸部外科、呼吸器内科、感染症センター、高度救命救急センター、心臓血管外科・呼吸器外科、放射線科、血液内科等々の所属を経験、

師長として病棟管理を経験してまいりました。また医療安全管理者としても6年間勤務させていただきました。その他、災害派遣医療チーム(DMAT)にも属しており、東日本大震災や石川県能登半島地震にも派遣・支援してまいりました。

私は現在夫と二人暮らしです。二人の息子たちはすでに結婚し独立をしております。上の子は、救急救命士として県内の病院に勤務し、同じ医療者として人々に寄り添い健康を守ることに取り組んでいます。下の子はアスリート社会人です。中学校のクラブでフィードホッケー部に入部、その後高校、大学とホッケーに情熱を傾けてきました。その結果、大学生ながら日本代表選手に選ばれ2018年アジア大会に出場し初優勝、そして2020年東京オリンピック競技大会では53年ぶりに日本男子ホッケーの出場が決まり、最年少選手として出場しました。残念ながらメダルを獲得することはできませんでしたが、世界ランキング一位のオーストラリア戦では、デイルフェンスながら1点ゴールを決めることができました。コロナウイルス感染症拡大

大により無観客観戦のため自宅での応援となりましたが、得点した瞬間は歓喜の声にあふれていました。そのプレーは今でも鮮明に記憶しています。現在栃木県にあるLEE BEE(リーベ)栃木というチームに所属し、国内外の試合で優勝目指してトレーニングを重ねています。プロがないため一般企業に就職し、ホッケーとの二刀流で頑張っています。一度、「ホッケー霧下」と検索していただけると幸いです。

最後になりましたが、奈良県立医科大学附属病院での経験を活かし、大学と連携し人材の確保と育成・教育の面でお役に立てればと思います。

また、同時に主任として着任いたしました中西やよいは、私以上に数々の所属を経験しています。共々よろしくお願いたします。

看護主任 中西 やよい

<p>◆ <b>医療法人厚生会 経営理念</b> 持続的な安定経営と発展に努め、地域の医療と介護に貢献します。</p> <p>◆ <b>奈良厚生会病院 方針</b> 1、安全で良質な医療と介護を提供します。 2、清潔な療養環境を提供します。</p> <p>◆ <b>奈良厚生会病院 患者の権利章典</b> 私たちは、科学的で安全性の高い医療と福祉を、患者と医療従事者の「共同の営み」として継続・発展させていくために『患者の権利章典』を定めます。</p> <p>◆ <b>患者の権利と責務</b> 1、良質な医療・看護・介護を公平に受ける権利 2、人格を尊重され、相互協力関係のもとでサービスを受ける権利 3、診療に関して十分な説明、情報を受け、自分の意志で選択する権利 4、プライバシーを保護される権利</p>	<p>◆ <b>行動指針</b> 1、患者さんの人格を尊重し権利を守ります。 2、医療従事者としての自覚と厚生会職員であることに誇りを持ちます。 3、相互の信頼と協調、気配りと思いやりのある態度で職務を遂行します。 4、自制と責任感を持ち、規律と厳しさのある職場を目指します。 5、常に自己研鑽に努めます。</p> <p>5、患者自身の健康に関する情報を提供する責務 6、医療・介護上、理解できないことについて質問する責務 7、他の患者の治療や介護及び病院職員の医療・介護提供に支障を与えないよう配慮する責務</p>
---	--

# アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

## ～ 人生会議 ～ の研修を終えて

看護部長 井上 ゆかり



看護部では、永畑副看護部長を中心として病棟部長や介護課長、介護主任の6名で構成された緩和ケア委員会があります。委員会では「穏やかな入所生活が送れるように疾患の理解を深め、ケア事例を委員で共有し問題解決に努めていくこと」を目標に、各部署の症例を紹介し、終末期における看護・介護の振り返りを行っています。

今回、アドバンス・ケア・プランニング(ACP)について研修会を開催しましたのでご報告させていただきます。

### 研修目的

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)の定義を理解し、人生の最終段階における医療・ケアに日々携わる私達にできることを考え実践できる。

### 講師

近畿大学奈良病院 がんセンター がん専門看護師 看護長 市村 紀子氏

### 内容

- ① アドバンス・ケア・プランニング(ACP)の基礎知識
  - ACPを簡単に言うと「もしもの時の話し合い」の過程である。今後の治療・療養について患者・家族・医療従事者があらかじめ話し合う自発的なプロセスである。
  - ACPの取り組みはいつから始まったか
  - アドバンス・ディレクティブとリビングウィル
  - DNA R
  - 「もしも」の時のことを考える
  - ACPのタイミング
  - ACPはいつ開始する?
  - ACPのプロセス
  - ACPにより得られるもの(効用)
  - ACPの影響
  - 患者さんの「聞きたくない権利」
- ② ACP支援について
  - 意思決定能力の評価
  - 認知機能障害により意思決定が難しい場合
  - 意思決定支援のあり方
  - 近大奈良病院 高齢がん患者の意思決定支援
  - 家族からの情報と家族の意向
  - ACPで重要なこと
  - その人らしさを支えるということ
  - ACPのきっかけ「人生会議のきろく」
  - 近畿大学奈良病院ACP推進ワーキンググループ作成の紹介
  - 事例紹介 70歳代 女性 すい臓がん
  - もしバナゲームの紹介

人生の最終段階を当院で迎える方への支援として、今回の研修で得た気づきは、大変大きかったと感じています。そして最期まで寄り添ってお世話ができる看護・介護が、私たちの使命でもありとらえています。

ご家族や患者さんからは「奈良厚生会病院でお世話になって良かった」と感じていただき、私たちは「最期までお世話させていただける」ことに感謝とやりがいを持てるように、これからも質の向上

を目指していきたいです。この研修で、ACPについての理解や、当院での活用方法などについても考えることができたことに感謝申し上げます。

最後になりましたが、今回の研修をご紹介いただきました、近畿大学奈良病院 看護部長 宮本 雅美様にお礼申し上げます。



# 退院調整NARRAラボ勉強会を開催して

## ～ 退院調整看護師NARRA勉強会から現在へ ～

地域医療相談室 看護師 上田 裕子



「退院調整NARRAラボ」は、退院調整部門に看護師の配置が始まり、退院調整看護師と呼ばれる前から、看護師が集まって勉強会を定期的に行っていました。勉強会の内容としては、退院調整を行う上での研修や困難事例の検討会などを行い、知識向上を目指してきました。また、顔の見える関係性を構築し、スムーズな連携を行えるようにと会の開催を行いました。

現在は、退院調整部門の看護師やソーシャルワーカーが参加して勉強会を行っています。「退院調整NARRAラボ」は、退院調整の際のネットワーク構築を目指し、情報交換や退院調整に関わることの研鑽の機会を持ち、療養生活を

支える質の向上を目的として運営しています。コロナの影響で会の開催が一時中止となっておりましたが、昨年度より再開し、年に4回の開催予定です。再開以降は、年間計画を作成して研修会を実施しています。今回の研修の開催までに、8月に「最新の在宅医療機器の知識を得る」、11月に「ACP実践できていますか?」の研修を開催し、多数の参加で研修会を行っています。

今回の研修は、近隣の11施設22名参加となり、講師を迎えて研修会・病院紹介を行いました。研修会は、日本ケミファ株式会社の本氏を講師で迎え、「在宅医療への考察」訪問看護の実践・多死社会に挑む アドバンスケアプランニング」を講演いただきました。

訪問看護の現状については、利用者が増加しており2040年度以降にピークを迎えます。



医療保険による訪問看護が増加しておりターミナルケアの利用者も増加傾向にあります。ターミナルケアでの利用では、24時間対応を希望される方が多く、夜間・早朝・深夜・緊急の訪問看護が増加しています。訪問看護の職員の精神的・身体的な負担が増加しており課題となっていると話をされました。質の高い在宅医療・訪問看護の確保を実現するには、どのような診療報酬改定をするべきかについて評価検討をされているとの事でした。

直し・ケアプラン作成の有料化・要介護1、2の生活援助サービスを保険給付の対象外に・利用者負担が2割の人の所得基準の見直し・65歳以上の高所得者の保険料値上げ・介護医療院などの多床室料(相部屋料)を保険給付の対象外に等が検討されているとの事です。介護保険改定の今後の動向を見守り、どのような改定となったかを確認していく必要があると思っています。

病院紹介は、恵王病院の地域連携室 高橋看護師、および、当院の地域医療相談室 百谷が担当、発表を行いました。

当院の紹介では、ご相談頂いてから面談、判定会議を経て受け入れまでの流れを説明しました。また、医療病棟(障害者施設等入院基本料)と介護医療院の費用について、そして、現在の面会の状況について説明しました。

入院と入所減額対象として利用できる制度は、医療病棟では負担限度額認定証・身体障害者手帳(1級もしくは2級)など、介護医療院では介護保険負担限度額認定証・高額介護サービス費などがあります。医療、介護ともに適



今回の研修に多くの病院や施設の方に参加して頂けて、当院について理解を深めて頂き、情報交換や顔の見える関係性の構築が出来たと思います。これからも病院や施設の方とのかわりを広く持ち、より良い連携ができるようにと思っております。

