



日本医療機能評価機構認定病院

美山だより



第 3 8 号

2017. 3

社団医療法人 啓愛会

美山病院

〒023-0132 奥州市水沢区羽田町字水無沢495-2

TEL 0197-24-2141

FAX 0197-24-2144

URL <http://www.keiaikai-miyama.jp>

美山病院の基本方針

理 念

よき医療とやすらぎの環境

- 1・地域医療に貢献し、すべてのサービスに誇りと責任を持ち愛される病院になります。
- 2・医療人としてよりよい医療や看護が提供できるよう自己研鑽します。
- 3・安心した療養生活ができるように心の通った介護をいたします。
- 4・健全経営を確立し、常に個人と組織が向上する環境を保ちます。
- 5・病院組織をあげて医療の安全確保や感染対策に最善を尽くします。

新 年 度 に 向 け て

総看護師長 佐藤裕子



地域医療における美山病院の役割は慢性期医療です。急性期の病院から患者さんを預かり在宅や施設など退院に向けて支援するという役割があります。その中で私たち看護科は看護の立場から患者さん、ご家族の意向を伺いながら多職種と共にチーム医療に取り組んでいます。

多職種とは、医師、薬剤師、栄養士、リハビリ科（理学療法士、作業療法士、言語聴覚士）、相談員、看護科（看護師、准看護師、看護補助者）のことを表しており、それぞれの立場、専門分野から意見を出し合って話し合いを重ね個々の患者さんに合った退院支援を行っています。

看護科では、看護の提供の中で特に、認知症ケア、看取りケア、エンゼルケアに力を入れています。どの場面でも、患者さんにご家族を尊重し意志決定を支援していく寄り添いの看護、ホスピタリティ＝「こころからのおもてなし」をモットーにこれからも看護を行っていきたいとおもいます。

また、今年度は盛岡市に新設された岩手保健医療大学の臨床実習の場となることから、より一層、看護について考え、どうあるべきか、どのように提供していけるかなど原点に立ち取り組んでいきたいと考えています。

目次

1P………新年度に向けて 佐藤総看護師長

2P～3P 地域住民へ「減塩普及活動」／保湿ケアの大切さについて

4P………生と死

美山病院（栄養科）では地域住民へ「減塩普及活動」

平成 29 年 1 月 28 日（土）いわて減塩・適塩の日イベントに栄養士 2 名調理師 3 名が参加し「おいしい減塩食」のアピールで試食 2 品と減塩レシピの提供を行いました。



産直ろくちゃんと一緒に減塩普及活動に参加できました。by 栄養士と調理師



彩みぞれ和え

【材料(1人分)】

さつまいも…30g

きゅうり…20g

人参…5g

大根…40g

だし汁…5g

酢…小さじ 1

砂糖…小さじ 1/3

△ 薄口醤油…小さじ 1/5

塩…0.4g

揚げ油…適量



エネルギー78Kcal 塩分 0.6g (1人分)

たんぱく質 1g 炭水化物 14.4g 脂質 1.6g

【作り方】

- ① さつまいも、きゅうり、人参は 1cm 角に切る。
- ② さつまいもを素揚げする。人参は茹でて、きゅうりと共にだし汁に漬ける。
- ③ 大根をすりおろす。
- ④ さつまいも、だし汁につけた人参ときゅうり、大根おろしを合わせ、A で和える。

ポイント

さつまいもを素揚げすることで甘味が増し色合いも鮮やかに。みぞれ酢の味をしっかりと吸収し、しっとりした食感で食べやすくなります。

ネバネバ和風ジュレサラダ

【材料(1人分)】

姫ひじき…3g

オクラ…30g

人参…10g

長芋…10g

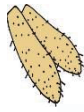
干し菊…0.3g

三つ葉…1g

クコの実

減塩めんつゆ…3g

セラチンパウダー…0.25g



エネルギー28kcal 食塩0.2g(1人分)
たんぱく質 1.5g 炭水化物 6.7g 脂質 0.1g

【作り方】

- ① 姫ひじきはたっぷりの水で戻しておく。
- ② 姫ひじきと人参を一緒に茹でる。
- ③ オクラは茹でて水気を切り小口切りにする。
- ④ 長芋は千切りにする。
- ⑤ 干し菊を茹でる。
- ⑥ 三つ葉を茹でる。
- ⑦ ②～⑤を和え、麺つゆを3倍希釈しジュレにしたものをのせる。クコの実、三つ葉を添える。

ポイント

シンプルなひじきとキラキラとしたジュレに野菜を合わせてみました。

オクラ、長芋のネバネバと、アクセントのクコの実でアンチエイジングにも！

ジュレは少しかために作ることでよりキラキラ感が増し、食材にも絡みやすいです。

毎月28日はいわて減塩適塩の日です！皆さん覚えて一緒に減塩しましょう。



(保湿ケアの大切さについて) 褥瘡予防にも

看護師 猪股悦子

高齢者の皮膚はうすく、弾力性が低下し乾燥しているため、外的な刺激に弱く、かゆみを伴ったり、皮膚損傷のリスクが高い状態にあります。皮膚を良好に維持するためにはスキンケアが必要です。

①洗淨・清潔②保湿③保護の3つの過程を適切に行うことが大切です。

石鹸はよく泡立てて使用し、保湿剤で潤いを保つようケアしましょう。





生と死

緩和ケア病棟 主任看護師 戸巻礼子

生と死。私たちはその間で自分の人生をいかに生きるべきか、など様々なことを考えて生きています。特に医療従事者は毎日その生と死に関わっているために、死生観というものを持っている人がほとんどだと思います。しかし、そういうことにほとんど触れることなく生活している方は、生きとし生けるものすべてに死が訪れると知ってはいても、意識することなく、目の前の生活に追われているのではないのでしょうか。

戦前は大家族で生活していましたから、生と死がとても身近にありました。家で子供が生まれ、家で人が亡くなっていく。しかし、今は病院で子供が生まれ、病院や施設で人が亡くなる時代になり、私たちから生と死が自然なものではなく、特別なものになってしまったのです。高齢者が多く、これからの時代は多死社会と言われ、終活という言葉が聞かれるようになり生前葬やエンディングノートなど死を意識した言葉が随分語られるようになってきました。人々の意識も少しずつ変わってきたのかと思ってきましたが、だからと言って自分が、あるいは家族が病に倒れ、余命いくばくもないと言われたときに、動揺せずに、「仕方がない、いずれは最期があるのだから」と思える人はいるのでしょうか？まず、そういう人はいませんよね。理屈ではわかっている、大切な人との別れ、それは切なく悲しいものです。そして、そのお別れまでの日々をどのような人たちに見守られながら過ごすのか、まさに病院や施設で働く私たちがその見守らせていただく側にいるわけですね。

エンゼルケアはその深く悲しい別れの後にあるケアであり、それが最初のグリーンケアになるわけです。私たちの言葉一つ、ケアの一所作が家族の癒しにつながり、一生忘れられないお別れのお手伝いができると思うと、何回経験しても、毎회가、初めましての緊張感で行っているというのが正直な気持ちです。

でも、家族と一緒にいるケアは、私たちも一緒に癒されています。そして、最初は悲しみに沈んでいる部屋の中が、エンゼルケアを通していつの間にか、和やかな雰囲気になっていくのも信じられないかもしれませんが、事実なのです。生きているときは体も心も辛くて、私たちに色々その思いを話されていた方も、最期にとっても穏やかなお顔でお帰りになられると、本当にこれで楽になられたんだな—という気持ちになり、それまでの色々な思いは一瞬にして癒されていきます。



最期の顔が、残された人の心にいつまでも残ると言われています。少しでも早くご遺族が前を向いて歩きだせるように、私達の最期のケアがその役に立てるように、これからも誠心誠意ケアさせて頂きたいと思っています。

最後に、「エンゼルケア」についてお伝えする場をいただけたことに感謝すると共に、複数回にわたり、私の拙文を読んで頂き本当にありがとうございました。

