

ながじんまがじん^{Vol.}116

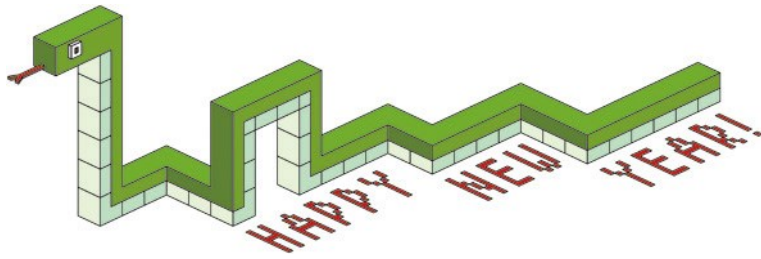
腎臓病専門施設である長崎腎病院・クリニック広報誌

Contents

- ◆新年のご挨拶
- ◆感染情報：手荒れと感染対策
- ◆安全管理：ロコモティブシンドローム
- ◆委員会の部屋：改善委員会
- ◆学会参加報告：アメリカ腎臓病学会
- ◆在宅血液透析：講演会がありました
- ◆アドバンス・ケア・プランニング
- ◆広報委員のつぶやき：ねっこ
- ◆こくら庵の暮らし

**TAKE
FREE**

ご自由にお持ち
帰りください



大村腎クリニック
院長 前川 明洋

新年のご挨拶

新しい年を迎えるにあたり、皆様に心よりお慶び申し上げます。今年もどうぞよろしく願いたします。

私は昨年、岩手を訪れる機会があり、石川啄木や宮沢賢治の世界に触れることができました。啄木の短歌に込められた繊細な感情や、生きる苦悩を通じて見出した人間の美しさ、そして賢治の『銀河鉄道の夜』に描かれる宇宙の広がりや哲学的な世界観には深く心を動かされました。また岩手でプラネタリウムを訪れた際には、「星が遠ざかると赤く、近づくと青く見える」というドップラー効果の現象の説明が心に残りました。宇宙は膨張を続けているため、地球から遠ざかる赤い星が圧倒的に多いそうです。その日から夜空を見るたびに、この壮大な宇宙の広がりを感じることができ、心に残る貴重な体験となりました。

昨年7月には、新しい10,000円札が発行され、その肖像画には渋沢栄一が採用されました。日本の近代経済の父と称される渋沢氏は、時代を超えて響くメッセージを多く残しており、この際に2つの言葉を紹介させていただきます。一つ目は「もうこれで満足だという時は、すなわち衰える時である」という言葉です。常に新しい挑戦を続けることが大切だということを教えてくれる言葉です。二つ目は「一人ひとりに天の使命があり、その天命を楽しんで生きることが処世上の第一要件である」という言葉です。それぞれが自分の特性にあった役割を見つけ、日々を大切に生きていくことの重要性を教えてください。

新年の夜空を見上げた時には、遠ざかる赤い星にはこれまでの日々の思い出を「感謝」とともに見送り、近づき青い星にはこれからの可能性と「希望」を託して、新しい年の抱負を胸に抱き、前進していく決意を新たにしようではないでしょうか。

2025年が皆様にとって希望と挑戦に満ちた一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。本年もどうぞよろしく願いたします。





手荒れと感染対策

感染対策チーム 薬剤課 矢野 未来

気温が低くなり乾燥することもあり、手荒れに悩まされるシーズンとなりました
今回は手荒れと感染対策について考えてみたいと思います



手荒れがもたらす問題点とは？

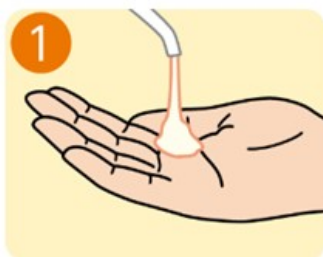
- ☆ 細菌が定着しやすく、定着した細菌が消毒剤の効果を妨げるため感染リスクが高くなる
- ☆ 角質バリア機能の低下により消毒剤がしみるため手洗いや手指消毒がおざなりになる

手荒れを予防するには？



- ☆ 手指衛生習慣を見直す
 - ・石けんと流水による手洗いに温水を使用しない、手洗い後は十分にすすぐ
 - ・手を拭くときはこすらず優しく押し当てるように水分を拭きとる
 - ・手袋を使用するときはパウダフリーのものやラテックスフリーのものなど肌質に合うものを使用する
 - ☆ ハンドケア剤の使用により手肌のうるおいを保ち、角質バリア機能を補う
- 下記のハンドケア手順も参考に

ハンドケア手順（例）



1 ハンドケア剤を適量手に取る



2 両手のひらでなじませる（体温で温めながら）



3 手の甲から指先へ塗り広げる（両手）



4 指を曲げ、指を手のひらで包み、シワに沿って塗り広げる（両手）



5 関節やシワをのばして、親指から小指まで1本ずつ塗る。この時、指と指の間もマッサージする（両手）



6 指先（爪周り）を重点的にマッサージしながら塗る（両手）



7 乾燥するまで手全体になじませる

こちら
安全管理
チームです！

ロコモティブシンドロームについて

安全管理委員会 看護部 吉野亜須沙

ロコモティブシンドロームについてご存知でしょうか。

運動器症候群といい筋肉や骨、関節、椎間板といった運動器に傷害が起こり、日常生活に何らかの支障が発生している状態の事を言います。このロコモティブシンドローム(以下ロコモ)が進行すると介護が必要になることもあり、予防がとても大切です。

運動器の障害は、少しずつ進行します。自分でも気づくためのツールとして日本整形外科学会から【ロコチェック(ロコモーションチェック)】が出されています。

皆さんもロコチェックしてみましょう。

1	片足立ちで靴下が履けない	<input type="checkbox"/>
2	家の中でつまずいたりすべったりする	<input type="checkbox"/>
3	階段を上がるのに手すりが必要である	<input type="checkbox"/>
4	家のやや重い仕事が困難である	<input type="checkbox"/>
5	2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である ※1L牛乳パック2本程度	<input type="checkbox"/>
6	15分くらい続けて歩くことが出来ない	<input type="checkbox"/>
7	横断歩道を青信号で渡り切れない	<input type="checkbox"/>



委員会の部屋

委員会紹介のコーナー

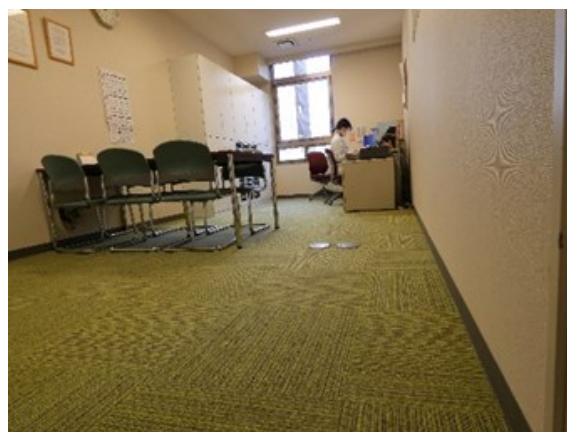
改善委員会

事務課
津久田 健太

改善委員会は、部門横断・組織横断的に話し合い、業務や設備面の改善を行っています。2024年度は「機能評価に向けた設備修繕」を目標に、さまざまな設備修繕を行いましたので紹介いたします。



5F病棟病室



医療相談室

学会参加報告:アメリカ腎臓病学会

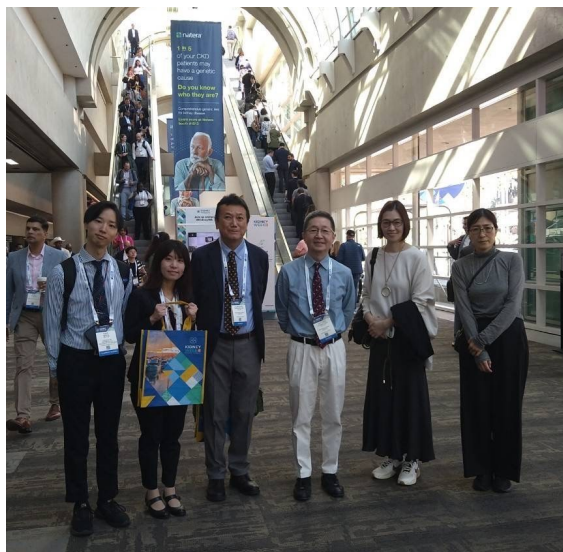
2024年10月23日～10月28日 4泊6日 アメリカ腎臓病学会に同行させていただきました。

看護部 篠原 薫

学会会場内に入らせて頂き長崎大学の先生のポスター発表を近くで拝見させて頂いたり会場内の雰囲気を楽しませてもらい貴重な体験でした。

初めてのアメリカ上陸、更には初めての国際免許を取得し運転をするという今後二度と訪れないであろう体験をさせて頂きました。車も大きく左ハンドルで初めは緊張と不安がありガチガチで、右に寄りすぎて走行したり、ウインカーの右左が良くわからず出したり、安定のワイパー作動など細かいことは沢山ありましたが、理事長のご指導の事故を起こすことなく無事に役目を果たすことができました。

タイミング良く、ワールドシリーズ開催中でLADジャース VS NYヤンキースの試合があっていました。試合中の街を歩きましたが、スポーツバーでは大画面のモニターで試合観戦しているファンの方々が大盛り上がりで、見ている私たちも楽しい雰囲気を味わうことができました。



また、ハロウィンが近かったので仮装している人が多く、本格的な仮装に感動し英語も話せないのですが片言の英語と笑顔とジェスチャーと一緒に写真を撮ってもらいました。本場のハロウィンを体感することができて楽しかったです。

ミッドウェイ博物館、コロナドビーチなどにも行き日本では味わえない壮大な景色をみさせていただきました。

行き帰りの飛行機も思っているほどのきつさはなく、長時間のフライトでしたが快適に過ごすことができました。今回、このような貴重な体験をさせて頂き本当にありがとうございました。



5F病棟 廊下 室内機



5F病棟 個室内 室内機

そのほかにも、ワックス剥離、壁や扉の塗装補修、壁の修復、トイレのウォシュレット交換などの設備修繕を行いました。今後も定期的な設備の修繕を行い、皆様が快適にお過ごしできるよう活動してまいります。



もう一つの選択肢
在宅血液透析

選ばれた方の声

- ・体調が良くなった
- ・家族と過ごす時間が増えた
- ・仕事の時間がもてた

— 患者数の推移 —

年	患者数
2003	110
2005	127
2007	187
2009	229
2011	327
2013	461
2015	569

日本透析医学会統計調査委員会調べ

第9回 長崎腎病院地域連携講演会がありました!

大村腎クリニック 看護部 森 由加里



令和6年10月20日(日)に、サンプリエール長崎において長崎腎病院地域連携講演会が開催されました。今年も小野千鶴さんを講師に迎え、「わたしにとっての在宅透析～毎日を自分らしく過ごすために～」について講演していただきました。

72名と多くの患者さんやそのご家族、在宅透析に興味のある方々に参加してもらいました。

小野さんは五島列島の新上五島町で在宅血液透析(HHD)をされています。発症するまでの仕事のことや、発症したきっかけ、在宅血液透析に移行するまでの様々な人々との関り、思いなどHHD導入後の活気あふれる小野さん家族の生活や様子についてお話していただきました。

小野さんはとてもパワフルで、様々なことにチャレンジされています。HHDは生活の一部で旅行にも行けます。

私もHHDチームの一員として、日々患者さんに指導をする立場にあります。何もわからない所から患者さんが日々成長されて出来ることが増えて、HHDへ移行する日は毎回安堵と達成感があります。その人がその人らしく生きていくためにHHDは素晴らしい治療法だと思いますし、私もその一部に関われることを誇りに思います。話を聞いても自分には出来ない・・・と諦めてしまう気持ちも多くあると思いますが、少しでも興味があればぜひ声をかけて下さい。今後も講演会を開催していく予定なので興味のある方はご参加いただけると嬉しいです。



アドバンス・ケア・プランニング(ACP)という言葉をご存知でしょうか？

ACPの定義は、「将来の意思決定能力の低下に備えて、患者様やそのご家族とケア全体の具体的な治療・療養について話し合う過程(プロセス)」とされています。簡単に言うと『もしもの時のための、話し合い』です。

『もしもの時』に、自分がどんな治療を受けたいか、または受けたくないか、そして自分という一人の人間が大切にしていること(価値観)などを、自分自身で考えたり、家族や大切な人たちと話し合うことは重要なことです。

近年の高齢化社会の中、人生の終わりにどのような医療・ケアを受けて最後を迎えるか計画して、自分の考えを家族や近い人に表しておく取り組み、ACP(アドバンスケアプランニング)という概念が2018年、厚生労働省ガイドラインに加えられました。

当院では、事前指示書という形で、意思表示をしていただくように運用しています。ご家族と十分話し合うきっかけになればと思います。

厚生労働省より「人生会議」について、より多くの方に知っていただくため短い動画が出されています。

お時間がある時に見てみて下さい。

●アニメーション1

「大切にしていることを
頼める人へ話そう編」



●アニメーション2

「こんな私のストーリー編」



家族で
人生会議
しませんか？！

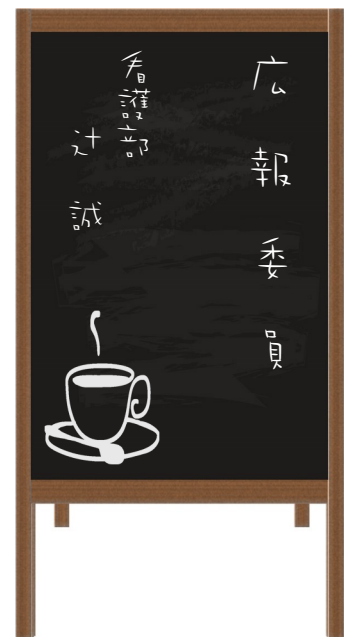
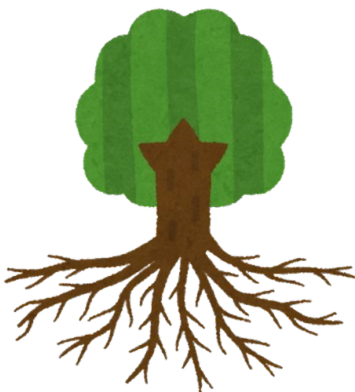


私の、ささやかな楽しみである、YOU TUBEを見ていたところ、偶然、「抜根」動画というものを見つけました。ただただ「木のねっこを抜く」という内容のもので、我が家にも枯れてしまい、放置されたままの切り株があります。導かれるようにスコップを手にした私は、周りの土を掘り始めていました。

直径5cm程の細い木でしたので、簡単に考えていましたが、それが甘い考えであったことは掘り始めてすぐに分かりました。小石混じりの土は、驚くほど固く、まったく掘れません。根は複雑に絡み合いながら四方に伸びています。何とか掘り進めて、ある程度横に広がった根が見える状態になり、多少グラグラするかと期待しますが、びくともしません。下に伸びた根を探しだし、なんとか掘り進めると、ようやくグラグラしてきました。

それでも、そこからがまた長い。少しずつ掘り進め、結局丸々日掛かって、ようやく抜くことが出来ました。

何とも言えない達成感とともに、こんなに固い土の中で根を伸ばし続けていた植物の強さを感じた休日でした。



特別養護老人ホームこくら庵 こくら庵の暮らし

岩屋ユニット
介護福祉士 小森 優也

こくら庵では全体行事とは別に、ユニット毎にレクレーションを行っています。
岩屋ユニットでは誕生日会、クリスマス会等の季節行事のほか、定期的に工作レクレーションを行い入居者様と一緒に作品作りに取り組んでいます♪

昨年はボディタオルとコースターを「シルバー作品展」に出品。
クリスマスシーズンにはスノードームにもチャレンジしていただきました！
どの作品も細かい作業があり、皆さん真剣に、そしてとても丁寧に作っておられました
入居者様の余暇の時間の楽しみの一つとして、
今後も色々な作品作りに挑戦したいと思います。



地域連携室より ご案内

理念：衆和会は、透析医療を中心とした24時間対応の腎疾患専門施設として、地域社会に貢献します。
基本方針：1. 自己研鑽により、透析技術の飽くなき追求に努める。
2. 患者の権利を守り、機能的なチーム医療を提供する。
3. 地域の医療・福祉と連携し、入院を必要とする患者の受け皿となる。

外来診療医師		月	火	水	木	金
長崎腎病院 -診療科目- 内科・腎臓内科 泌尿器科	AM 9:00-12:00	山口医師	阿部医師 澤瀬医師 (泌尿器科)	船越医師	山口医師	阿部医師 澤瀬医師 (泌尿器科)
	PM 15:00-18:00	橋口医師 河津医師	橋口医師 休診	橋口医師 河津医師	橋口医師 休診	橋口医師 河津医師
長崎腎クリニック -診療科目- 内科・腎臓内科	AM 9:00-12:00	前川医師	前川医師	前川医師	前川医師	前川医師
	PM 15:00-18:00		休診		休診	
大村腎クリニック -診療科目- 内科・腎臓内科	AM 9:00-12:00	前川医師	前川医師	前川医師	前川医師	前川医師
	PM 15:00-18:00		休診		休診	

※2024年4月1日より長崎腎病院の午後外来は、休診となりました。

Nagasaki Kidney Group

医療法人衆和会 長崎腎病院
TEL. 095-824-1101
FAX. 095-824-1181



〒850-0032 長崎市興善町5-1

医療法人衆和会 長崎腎クリニック
TEL. 095-813-2777
FAX. 095-813-2888



〒851-2105 西彼杵郡時津町浦郷272-14

医療法人衆和会 大村腎クリニック
TEL. 0957-54-1113
FAX. 0957-54-1114



〒856-0826 大村市東三城町7-12