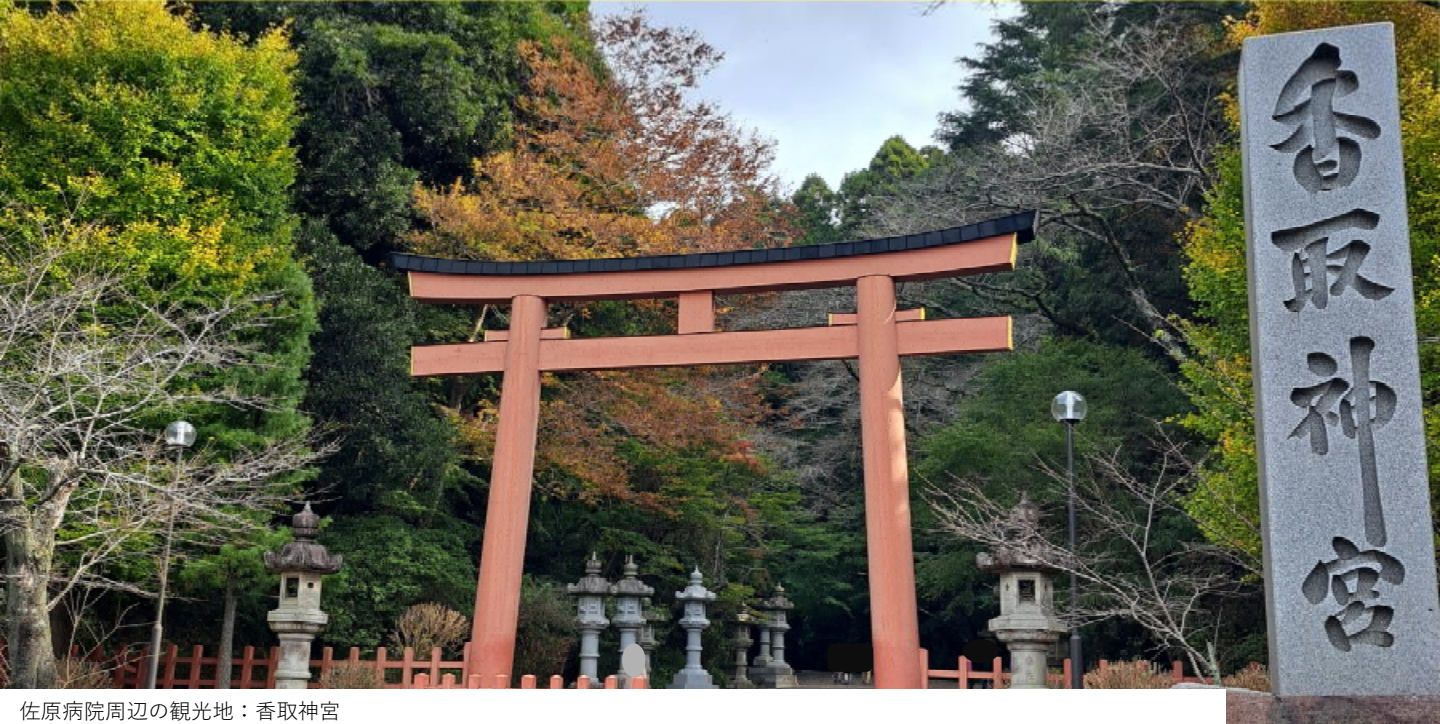


# ぬ く も り



佐原病院周辺の観光地：香取神宮  
この写真は香取神宮の大鳥居です。ここから参道を進み本殿へ参拝できます。※香取神宮広報室より写真の掲載許可を得ています

## 地域包括ケア病棟について

地域包括ケア病棟は、急性期の治療が終了し回復に不安があるかたをお受け入れしています。**住み慣れた自宅または在宅系の施設でいきいきと生活できるよう支援と調整を行う**病棟です。入院期間は医療制度上60日となっています

※期間上限までの入院をお約束するものではありません

### 【対象となるかた】

- ・継続したリハビリテーションが必要なかた
- ・自宅退院の準備が必要なかた
- ・緩和ケアを受けているかた
- ・レスパイト入院（介護者の病気や介護疲れ）

※継続的な医療と介護を必要とされるかた

### 【入院のご相談】

かかりつけ医・担当のケアマネージャー・入院している病院の相談員・佐原病院の**地域医療連携室**までお願いします。

☞ 詳細な病棟のご紹介は裏面をご覧ください。

# 地域包括ケア病棟ってどんなところ？

## 自宅退院をサポートします

### 【急性期治療後の継続入院】

自宅で安心・安全に過ごすために、介護保険や介護サービスについて担当のケアマネージャーなどと連携し準備を進めています。退院後の生活状況を把握するため家屋の段差やお風呂・トイレなど住居環境の情報提供をご協力いただく場合があります。入院中は可能な範囲で自立を促し自宅退院を目指して支援しています。

### 【緩和ケア】

心と体のつらさをやわらげ、患者さんとご家族が安心して心穏やかに過ごせるように、ご希望に沿った支援をしています。

### 【レスパイト入院】

「介護者の休息を確保し、在宅介護の持続性を保つ」ことを目的とし一定の入院期間を設けています。

**患者さん個々の状況に合わせて医師の指示のもと理学療法士・作業療法士がリハビリを提供しています。専従の川村さんにお話を聞きました。**



専従理学療法士  
川村真弘さん

小中高とサッカーをしていました。ケガをしたとき、理学療法士さんを見て憧れたことがきっかけでこの仕事を目指しました。

限られた期間内にどこまで動けるようになるか、今がどんな段階なのかを見極めるようにしています。自宅で自立した生活が送れるかどうか、サービスや家族の助けはどこまで必要なのかを特に意識して患者さんに接しています。

自分は患者さんが自宅に帰るための「退院調整」をサポートする役割だと思っています。リハビリで得た情報を主治医や看護師・薬剤師・栄養師・ソーシャルワーカーや院内のチームと共有して、退院後の患者さんの生活がよりよく過ごせれば良いなと思っています。

一般病棟を担当していたときよりも、患者さんや医療スタッフとの距離が近く、より深く関わることができているなど感じています。



リハビリの様子  
(病棟にて)

## 週2回レクリエーションを行っています

栄養科と協力し、季節をテーマにしたお話や、音楽レクリエーションを行っています。



季節のお話（栄養科）



音楽レクリエーションの様子

# 地域医療従事者研修会のおしらせ

第3回医療従事者研修「意思決定支援とACP（アドバンス・ケア・プランニング）の実際」は会場とオンラインのハイブリッド開催で実施されました。申込者は57名で医療従事者の皆さんの関心の高さがうかがえました。



講師の石毛さん（左）田上さん（右）

【令和5年度開催実績（予定含む）】

- 令和5年 9月21日（木）「1からわかる栄養科の食支援」講師 栄養科長 櫻井 美夏子  
令和5年10月19日（木）「認知症の理解と関わり」講師 認知症看護認定看護師 神澤 由佳  
令和5年11月16日（木）「意思決定支援とACPの実際」  
講師 がん性疼痛看護認定看護師 田上 千佳子  
講師 訪問看護認定看護師 石毛 千尋  
令和6年 1月18日（木）「介護と医療の現場でできるフットケア」  
講師 皮膚・排泄ケア認定看護師 岡部 久代  
令和6年 2月22日（木）「多職種で安全な食支援を考えよう」  
講師 摂食・嚥下機能障害看護認定看護師 鈴木 友子・大嶋 淳子

※ 状況により研修会の中止や日程が変更になる場合がございますのでご了承ください  
ご不明な点は、地域医療連携室までお気軽にお問い合わせください。

## 人生会議って？



11月30日は人生会議の日（いい看取り・看取られ）  
人生100年時代、どこでどのように過ごしたいですか？  
自分が大事に思っている方たちと話し合うきっかけになるとよいですね

Q：人生会議ってなんですか？

A：ACP（A：アドバンス＝事前にC：ケアをP：プランニング＝計画する）の愛称です。厚生労働省で「人生会議」に決定し普及・啓発しています。

Q：どうすればよいのですか？

A：自分自身で「ご自身が大切にしていること」「信頼できる人」「信頼できる人・医療/ケアチームとの話し合い」「話し合いの結果を大切な人たちと共有したか」を紙面（ACPシート）を利用するなどして繰り返し考え話し合うことです。

Q：気を付けなければならないことはありますか？

A：「知りたくない、考えたくない」人には無理に勧めるものではありません。  
かかりつけ医から十分に適切な情報が自身や家族に提供されているかを確認しましょう。心身の状態に応じてご自身やご家族の意志は変化していきます。  
何度でも繰り返し考えて話し合うことが大切です。

- ▶ 佐原病院では独自のACPシートがあり、病棟や外来で対象の患者さんへお渡しています
- ▶ 患者相談窓口（新館1階 正面玄関右）では、看護師やカウンセラーがお話を伺います  
ACPシートのご希望などお気軽にお声かけください。

# 感 染 症 に つ い て

感染予防対策として「手洗い」「アルコール消毒」が習慣になっていると思います。冬場は空気が乾燥していて菌やウイルスが体の中に入りやすいため感染症が気になる季節です

今シーズンの千葉県内の流行状況は

☞インフルエンザ、感染性胃腸炎、咽頭扁桃炎（溶連菌、アデノウイルスなど）が増えています

☞家庭内感染が増えています

ところで、アルコール消毒の効果がないウイルスがあることをご存じですか？

アルコールはウイルスの生体膜を破壊し感染力を失わせることで消毒効果を発揮しますが、生体膜がないウイルスにはアルコールの効果がないと言われています。現在流行しているノロウイルスやアデノウイルスなどが当てはまります。

アルコール消毒が万能というわけではありません。

そこで！

大切なのは下記のタイミングで「しっかりと手を洗う」ことです。①帰宅時②食事前③トイレの後は石鹸で手洗いする習慣をつけましょう。

また、吐いたものや便が付いたものを触ったときも手洗いが必要です

**正しい手の洗い方**

手洗いの前に  
・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう

- 1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 2 手の甲をのぼすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 4 指の間を洗います。
- 5 親指と手のひらをねじり洗います。
- 6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で洗い、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

首相官邸  
厚生労働省  
厚労省

# 精 神 科 の 診 療 に つ い て

令和5年10月から佐藤奈美医師の外来診療につきまして年齢制限（21歳以上）を設けさせていただいております。

令和5年4月1日からの勤務開始当初は、受診年齢に制限を設けておりませんが、高齢者の初診枠が確保できなくなり、やむを得ず年齢制限を設けさせていただくことになりました。

児童精神の診療は当面のあいだ閉鎖となります。ご理解のほどお願いいたします。

**編集後記**年を取るにつれ筋肉って大事なな～と思う今日このごろ。特に下半身の筋肉を中心に鍛えると転倒防止や生活動作の改善になるそうです。当然ですがトレーニングを続けると筋肉量は増えます「継続は力なり」ですね。いわゆる一発屋芸人の中には同じネタをやり続け2度3度脚光を浴びている人がいます。何事もあきらめないで続けられる気力と体力が欲しいものですね（パワー！）

発行 千葉県立佐原病院 地域医療連携室  
住所 千葉県香取市佐原イ2285  
TEL 0478-54-1231  
FAX 0478-54-5281（直通）  
ホームページ

<https://www.pref.chiba.lg.jp/sawara/>

発行日 令和6年1月

