

お元気でずか

発行者
大分県勤労者医療生活協同組合
大分市大字宮崎953-1
電話 097-568-2299

訪問看護専門分野研修会に参加して

9月20日、大分県看護研修会館にて訪問看護専門分野研修会がありました。『在宅看護に必要な慢性呼吸不全の病態生理と最新の治療と看護』との講演内容で、大分協和病院の山本真院長が講師を務めました。

「在宅人工呼吸管理の中核は、ALSの呼吸管理である。本日は、この問題を極めます。」との話から始まり、大分協和病院とALS患者さんとの最初の関わりからの話がありました。ALS患者さんへの人工呼吸器管理は手探り状態で始まったということが分かりました。ただ、患者さんの声に

熱心に耳を傾け、その状態を改善させようとしていることが、ALS患者さん在宅へ導く足掛かりになったことは間違いないと思います。「ALSは病気ではなく、障害に過ぎない。」この言葉はALS患者さんを病院から在宅へと居場所を変えていく大きなきつかけになったと言われましたが、ここからが安定した在宅生活を送るための長い道のりのスタートだったと分かります。患者さんの繰り返し呼吸苦と肺炎に対し、慢性呼吸器疾患ではありえない呼吸器設定にしましたが、それが行えたのは、呼吸器を



専門とする先生ならではの数値であり、根拠に基づいたものだからこそです。人間の体は複雑です。医師が専門の枠を超えて、お互いの話にも耳を傾けあうことで、私たちに襲い掛かる病気や病状を改善していくことに繋がるのだと思えました。

(訪問看護…小川)

待合室

消費税の引き上げが決定された。消費税は、竹下首相が1989年4月に3%で初めて導入した。その後、橋本首相が1997年4月に5%、安倍首相が2014年4月に8%に引き上げた。そして、2015年10月を1年半延期し、2017年4月を2年半延期して、安倍首相は2度目の引き上げとなる10%を2019年10月に実施することにした。今回、軽減税率を導入する。

引き上げの直前に参議院議員選挙がある。これまでも、導入や引き上げを表明して、多くの首相が選挙に敗れている。大平・中曽根・竹下・細川・菅・野田の各首相である。今回はどうだろう。

国民は、わかりにくい税金と税金の使われ方が明確でないので、政治家

を信用していないのではないだろうか。不正請求や不明献金が後を絶たない。献金を受けたら少額でも政治資金収支報告にあげるべきであるし、報告漏れや不正請求をしたら議員辞職するべきではないだろうか。

定数削減を公約して政権交代したと思うが、どうしていつの間にか6人も増やそうとしているのか。そのため歳費を月7万円3年間減らすとしている。定数も増やさず、歳費も減らしてほしいものだ。税金を納めるので、国民を欺かない政治をしてほしい。

(敏)



今、私たちにできること
火災避難訓練を実施

9月11日の火災避難訓練に参加しました。久しぶりの参加で緊張して汗もいっぱいかきました。夜間帯の設定で夜勤時の動きができて、自分以外の他の看護師2人の動きも見ることができ、大変

勉強になりました。

特に「119番」へ直ちに連絡がつながる電話のボタンは、焦つていても強く押して、きちんと連絡がいったかの確認は、とても大事ななと思えました。患者様の避難



誘導では、独歩・護送・

第21回囲碁大会

大分協和病院「健康クラブ囲碁大会」が9月20日に、豊の国健康ランドで行われました。今回は、78名と過去最多の参加者数で、対戦は段・級別にA・B・Cパートに分かれ予選をし、パート毎に決勝トーナメントを行いました。

白熱した対戦が行われ、静寂した空気の中、碁石を打つ音と固唾を呑んで対戦を見つめる方々



が一体となった大会でした。(本部・衛藤)

成績表(敬称略)

パート	優勝	準優勝	3位
A	松木聡明	安達義則	辻 英久・矢野宏志
B	梶本哲生	室 康雄	中園丞司・井上秀能
C	加藤豊己	今井治行	吉谷鈴代

担送の順に行うことができなかつたこと、車イスから抱えて搬出する際には、時間がかかりスムーズに動けなかつたことなど、課題も見つかりました。

日頃よりイメージ

レーニングをして、いつ何が起こつても対応できるように、消火器の操作、火災報知機の操作、避難経路などを把握しておく必要性を再確認しました。(協和病院病棟・荻野夏枝)

0-121ってなに?

今年8月末、ファストフード店から「0-121」の食中毒が発生しました。「0-157は知っていても0-121って?」と思つた方も多いのではないのでしょうか。0-121とは、腸管出血性大腸菌O157の仲間で、血清の違いにより分類されているそうです。他にも、0-26、0-111、0-145などがあります。潜伏期間はおおよそ3〜5日、下痢、腹痛、発熱などが起こり、血便が出たりします。

原因は分かっています。大腸菌は75℃で1分間の加熱で死滅するそうです。予防としては、手洗い、大腸菌に対して感受性の高い幼児や高齢者は生肉などさける。焼肉は箸を使い分ける。まな板、包丁などは洗浄、消毒(熱湯や塩素系の漂白剤)をきちんとしましょう。

食欲が増す秋を苦しめない様に!皆様気を付けましょう。

(病棟・河野)

命をつなぐ災害対策

在宅人工呼吸の危機管理

大分協和病院 院長 山本 真

この夏は、記録的猛暑だったといわれています。台風の襲来も平年より多く、とくに大阪に上陸した台風21号の暴風は、多くのスマホ動画のおかげもあって私たちを驚かせました。車がくると宙を舞う光景などこれまで見たことがありません。台風の恐ろしさをあらためて見せ付けられました。電線も引き倒され多くの地域が長時間の停電に見舞われました。大分市は今年も台風がそれてくれて、幸いなことにもう10年近く直撃を受けていません。昨年は津久見水害に襲われた県南も今年は被害なしと聞きます。私たちのように在宅人工呼吸を扱っている者にとって、一番怖いのは停電です。それでもまだ台風の場合は、予

測コースを見ていつごろ来るとわかり、準備できるのでまじですが、大地震による停電はぶつつけ本番ということになります。在宅人工呼吸をされている方々にはさまざまな危機管理のための取り組みをしています。半年に1回は、人工呼吸器停止対策として手でバッグを押して呼吸を維持する方法や、気管カニューレが抜けたときの再挿入の手法などです。そして機器の面では、非常用バッテリーと充電器、インバータ、コードリールなどを病院的責任で用意しています。もし台風による停電であれば、暴風雨のさなかには外に出ず、室内のあらかじめ充電をしたバッテリーにインバータを繋ぎ、人工呼吸器と吸引器を動かします。万

一台風が抜けたあとも長時間停電が続くようなときは、エンジンをかけた車のシガープラグから電気を取り、コードで室内に誘導します。軽自動車であつても満タンにしておけば4日間くらいはアイドリングでエンジンを動かせます。この間患者さんに必要な最低限の発電が出来るわけです。ま

たさらに長時間停電が続くようなら他の車を持つてくるか、ガソリンを補充するなどして発電期間を延長できます。水害でないかぎり暮らした自宅で頑張ることが混乱した状況にあつて最も安全と考えるわけです。もし病院に20数名の在宅人工呼吸患者が一度に押し寄せたらマンパワーが足

佐伯島の通信

子供の頃、よく遊びに連れて行ってくれた知り合いのお兄ちゃんに「今からハワイに行くよ」と、車に乗せられ辿り着いたのは、白い砂にエメラルドグリーンの海。それは蒲江の波当津海岸でした。

あの頃はかなり長い時間を車に揺られ、すごく遠くに連れて行ってもらった感じがしたのですが、東九州自動車道の波当津ICが出来て、かな

りず対応不能です。危機は来ないにこしたことはありませんが、あわてずしつかり乗り越えたいものです。



(佐伯診療所・山口)

狙いを定めた一振り！ ブラウンドゴルフ大会



大分協和病院杯グラウンドゴルフ大会を10月2日、七瀬川自然公園で開催しました。当日はさわやかな秋晴れの下、133名の参加者が熱戦を繰り広げ、汗を流しました。

この大会は、地域との交流を深め、住民のみなさんの健康増進に役立てていただこうと、2014年に始まり今回で5回目となりました。コースは長短さまざまな8コースで合計3ラウンドを回ります。日ごろの練習の成果をと、はつらつとプレーされ、「惜しい」「ナイスー」などの声も飛び交い、ホールインワンで盛り上がる場面もありました。ブラウン

ドゴルフという共通の楽しみを通して、みなさん親交を深めることができました。

(本部・武石)

成績(敬称略)

赤組	氏名	所属	打数
優勝	斉藤 久一	田尻	55打
準優勝	高山 毅	寒田北町	56打
3位	安部加寿子	ふじが丘西	57打

白組	氏名	所属	打数
優勝	川野 吉則	田尻	48打
準優勝	佐藤 一男	ふじが丘西	51打
3位	福永 利己	ふじが丘西	51打



感染症発生動向調査をご存知ですか？

毎年、この時期になるとインフルエンザや感染性胃腸炎の流行を知らせるニュースが流れます。そのもとになっている感染症発生動向調査をご存知ですか？

対象となる疾患を診断した医療機関の医師は保健所に届出を提出し、集計されます。都道府県などでは、これらの感染症情報から、地域の感染症の発生状況を確認し、公表します。

状況や感染症対策についての情報が得られます。

大分県でも感染症発生動向についての速報、週報を県のホームページで公開しています。皆さんも感染症のニュースで気になることがあったら、「感染症発生動向調査」で検索をしてみてください。最新の感染症の流行

インフルエンザ予防接種のご案内

大分協和病院・佐伯診療所では、インフルエンザ予防接種を実施中です。

【料金】

●64歳以下

組合員 2,600円 非組合員 3,800円

●小人(3歳以上~13歳未満)

組合員のお子様

1回目: 2,300円 2回目: 1,900円

(1歳以上~3歳未満)

組合員のお子様

1回目: 2,100円 2回目: 1,600円

非組合員(1回目・2回目) 3,800円

※「おおい子育てほっとクーポン」利用可能

※13歳未満の方は2回接種が必要です。

●65歳以上は公費助成あり。

※在住の自治体により自己負担が異なります。

※接種ご希望の方は、事前にご予約ください。

大分協和病院 ☎097-568-2333
佐伯診療所 ☎0972-23-2212

読者の お便り

読者の皆さんから感想が寄せられています。その一部を紹介します。

- 毎日できる無理のない理想の健康法を見つけます。
- 楽しんでではなく、自分のペースで地道に頑張ります。
- 中学生は良い経験をしたのでは、頑張ってください。
- ヒモを使っての体操を図で教えてほしい。
- 歴史を忘れないように、平和を考えないとなりません。
- お楽しみクイズ難問で苦戦しました。

(共通語クイズ)

Q1. □に入る共通する読みは何？カタカナで答えよ。
□豚・財□・□安・豆□・□警・恐□

Q2. □に共通する漢字で
二字熟語を完成しなさい。
開 □ 気
普 □ 好

(記録クイズ)

Q3. 羽生結弦選手が金メダルを取った冬季オリンピックの開催国2つ答えよ？

(名曲クイズ)

Q4. 並び替えて曲名を。(大分東)
イゴドスンプウ

- 〔応募の仕方〕
ハガキに答え・郵便番号・住所・氏名(フリガナ)を記入し、「お元気ですか」の感想を書いて応募下さい。抽選で10名の方に図書カードを進呈します。クイズは4問あります。
- (送り先)
〒870-1133 大分市宮崎953-1
大分県勤労者医療生活 協同組合宛
- (締切り) 12月20日必着分
- 〔9月号お楽しみクイズの答え〕
Q1 シン(真・心・身・森・請)
Q2 湾
Q3 水泳男子フリーリレー
水泳女子フリーリレー
水泳女子メドレーリレー
陸上男子リレー
- Q4 荒城の月
- 〔当選者〕10名
甲斐 敏生(大分市) 加藤 京子(佐伯市)
加藤 信康(別府市) 河野 洋子(佐伯市)
河野 和子(佐伯市) 真田 博文(佐伯市)
清家 信彦(大分市) 飛田 亜矢(大分市)
政丸佐智夫(由布市) 吉田 晏士(佐伯市)

お楽しみクイズ