


# NAGOMI

## 新入職員特集！

和  
2022.6  
み



「褥瘡」ってなあに？  
ウチのかわいいペット自慢  
紹介！ 看護師の岩本さん  
和楽苑ってこんなところ  
大人気！ 栄養士さんの給食便り  
～春野菜のサラダ～

No. 98

院内情報誌

新たな仲間が加わりました！ 今後も和田病院をよろしくお願いたします！



### 趣味・特技

趣味：ウォーキング(始めて15年です)。  
特技：不動産関連です。

### ひとこと

経理課に所属になりました添田昭生と申します。経理業務は初めてであり、皆様のご指導を宜しくお願い致します。

経理  
添田昭生



### 趣味・特技

フラフープ。

### ひとこと

新たな業務に挑戦し、がんばっていきたいです。

看護師  
岩元成花



### 趣味・特技

お買い物にいくこと。

### ひとこと

まだ覚えることがたくさんあるので、はやく仕事に慣れるように頑張ります!!

看護師  
奥田桃子



### 趣味・特技

韓国ドラマを観るのが好きです。

### ひとこと

早く仕事に慣れるように一生懸命頑張りますのでよろしくお祈りします。

看護師  
熊本知子



### 趣味・特技

多趣味なのでこれといった特別なものを1つと言えば映画鑑賞です。料理も得意です。……などと言えばキリがないです(笑)

### ひとこと

元気な事と、明るいのが自慢です。笑顔で楽しく頑張って仕事ができればと思っています。よろしくお祈りします。

看護師  
緒方里江



### 趣味・特技

料理、お菓子作りが得意で、趣味は美容関係です。

### ひとこと

楽しく仕事ができるように頑張りたいです。

介護士  
藤井留美子

# 入職おめでとうございます!

新たに10名の職員が加わりました。  
今後とも和田病院をよろしくお祈りいたします!





### 趣味・特技

ルービックキューブを全面揃えられること。

### ひとこと

迅速で丁寧な検査ができるように頑張ります。

臨床検査技師  
松田このは



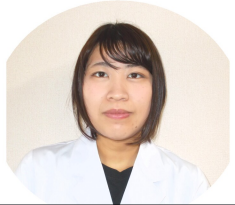
### 趣味・特技

筋トレ・サイクリング。

### ひとこと

少しでも早く業務に慣れ、患者様に心から寄り添えるよう頑張っていきます。

理学療法士  
下山幸佑



### 趣味・特技

趣味はゲームです。最近は「APEX」というゲームを毎日しています。特技はお菓子作りです。自分でレシピや盛り付けを考えてよく作っています。

### ひとこと

熊本から来て、大分の方が方言が分からず勉強中です。ご迷惑をお掛けすることもあるかとは思いますが、ご指導よろしくお願致します。

管理栄養士  
鶴田智草



### 趣味・特技

趣味は、映画を見ることです！  
特技は、料理が得意です！

### ひとこと

ご迷惑をたくさんおかけするかとは思いますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願致します！

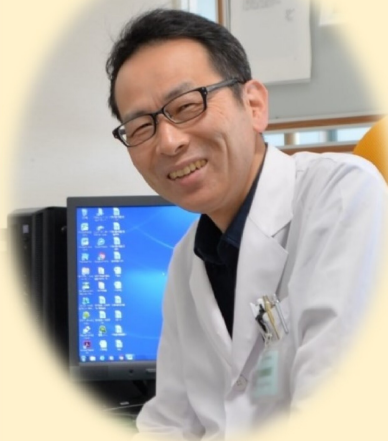
事務  
本田海夕

令和4年3月22日、入社式を執り行いました。厳かな雰囲気の中、理事長より新入職員へ辞令が交付され、新入職員は緊張した面持ちで抱負を語っていました。

入社式後は新入職員へのオリエンテーションを実施。病院や各部署の業務についてなど、みなさん真剣な表情で聞いていました。感染症が猛威を振るう大変な時期ですが、フレッシュな仲間を加えて気持ちも新たに乗り越えていきたいと思ひます。



# 褥瘡について



外科部長

朝川孝幸



褥瘡対策チーム

褥瘡回診を週1回行っています。

## 褥瘡とは

褥瘡とは、同じ姿勢を長時間とることで体重が集中する骨と、寝具や車いすに挟まれた組織が圧迫され血流が悪くなり皮膚、皮下組織、筋肉が死んでしまった状態のことを言います。一般に「床ずれ」と呼ばれています。

## 褥瘡はどこにできやすい

骨が突き出した部位は強く圧迫されて褥瘡ができやすくなります。

好発部位は体位により違います。

仰臥位(あおむけ)では仙骨部が40~60%程度と最も多いです。

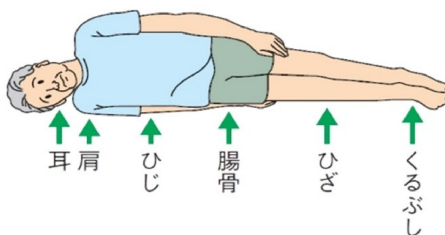
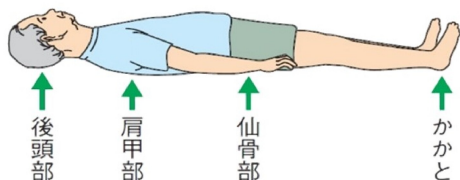


図1

### 直接の原因

自分で寝返りや座り直しができない。

### 皮膚の原因

- 同じ部位に長時間圧迫がかかる。
- 皮膚組織のずれや摩擦による刺激がある。
- 尿や便で常に汚染され、湿っている。
- 皮膚が乾燥している。

### 全身の原因

- 食欲低下
- 栄養状態不良
- 痩せている
- 骨が出ている
- 首や背中が反る
- 肘や膝の拘縮
- 手を固く握っている
- むくみ

### 社会的な原因

介護力不足、サービスや制度などの情報不足。

褥瘡  
(床ずれ)

## 褥瘡予防

### 体圧分散

エアマットレスの使用。  
定期的な体位変換。  
ずれや摩擦を減らすために体と寝具の間にマルチグローブを使用して圧抜き。

### スキンケア

入浴、清拭などで皮膚を清潔に保つ。  
皮膚乾燥があれば保湿剤の塗布。

### 栄養管理

低栄養の改善。

## 褥瘡治療

### 保存的治療

褥瘡部を洗浄し、褥瘡の状態に応じて軟膏を選択し塗布する。

### VAC療法

特殊なスポンジを褥瘡に密着させた後にフィルム被覆材で密封閉鎖し、陰圧をかける。

### 外科的処置

壊死組織や褥瘡ポケットの切除。

**症例に応じて治療方法を決めます。**

### ポケットを切除しVAC療法を行い改善が見られた症例



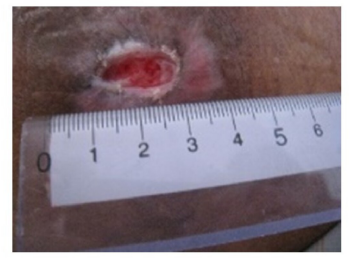
ポケット切除前



ポケット切除後



VAC療法4週間  
施行後



VAC療法終了後  
12週間

### ポケットを切除せずに保存的治療で治癒した症例



治療開始



5か月後



8か月後

褥瘡は数日で発生します。提示した症例は損傷が筋肉に達する褥瘡です。治るのに数ヶ月かかりました。

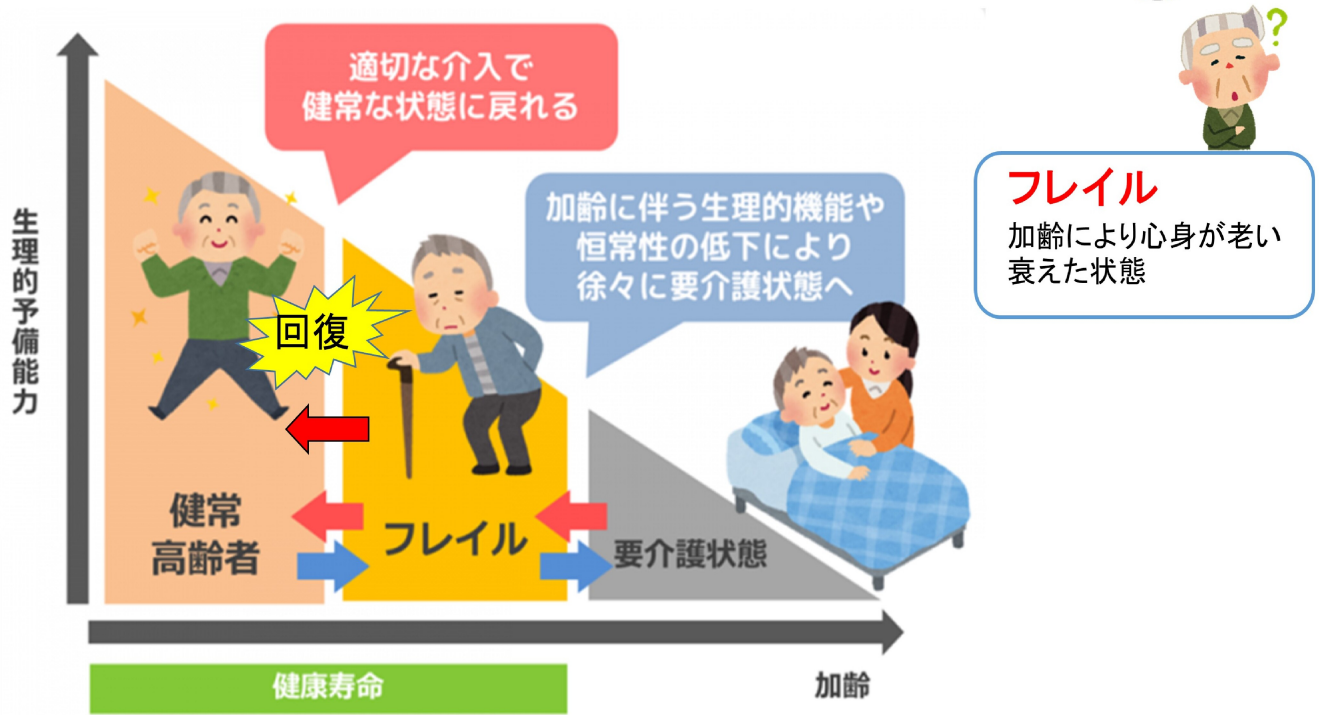
## 褥瘡は予防が一番です！

当院の「褥瘡対策チーム」には医師、看護師、介護士、薬剤師、リハビリスタッフ、管理栄養士などが所属しており、多職種間で連携して褥瘡発生や悪化予防に努めています。

褥瘡好発部位の皮膚の発赤やただれは褥瘡の危険信号です。皮膚の変化に気づいた時点でご相談頂ければ適切なアドバイスができます。

図1: 日本褥瘡学会HPより引用



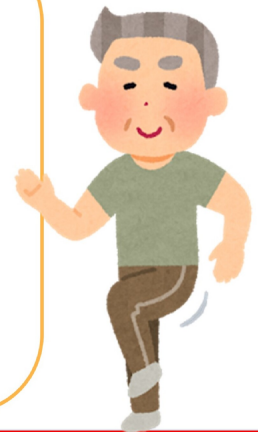


令和3年4月より約1年間、**フレイル予防**をテーマに“いきいきサロンみらい”を開催しました。運動や栄養、認知機能の改善について講義や実技を交えながら年間で22回の開催ができました。

《サロン実施内容》

- ・運動指導
- ・栄養指導
- ・認知機能改善プログラム
- ・体力測定 1回/3ヶ月
- ・スポーツ・作品作り
- ・フレイル予防
- ・骨粗鬆症予防
- ・尿漏れ予防
- ・介護保険について

等々



ご報告

**R4年度4月以降出張型サロンへ転換いたします！！**

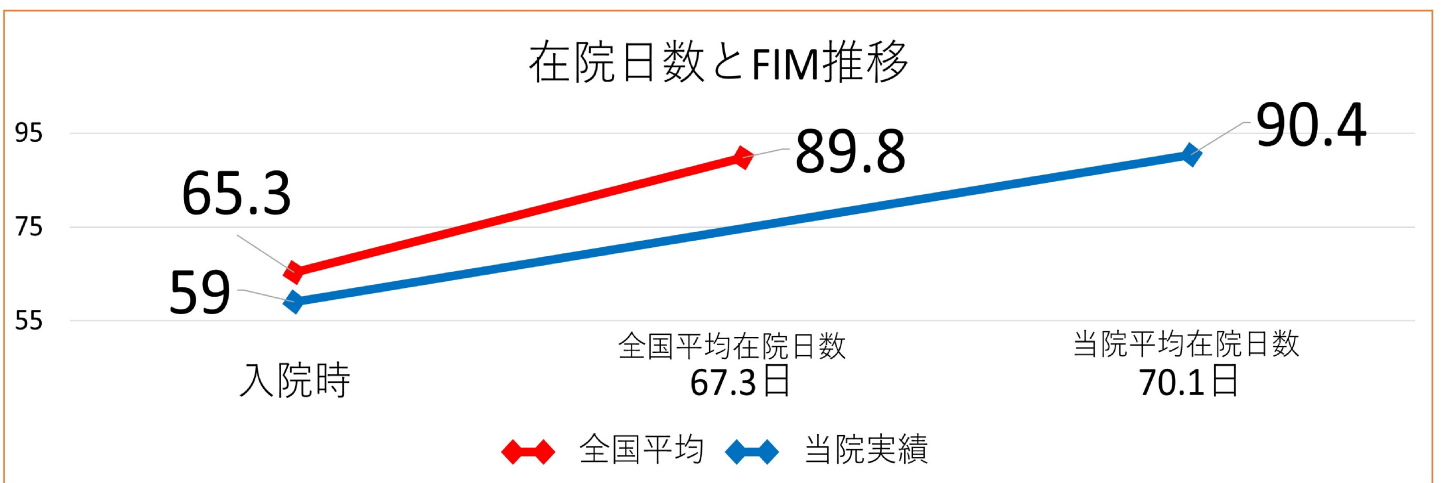
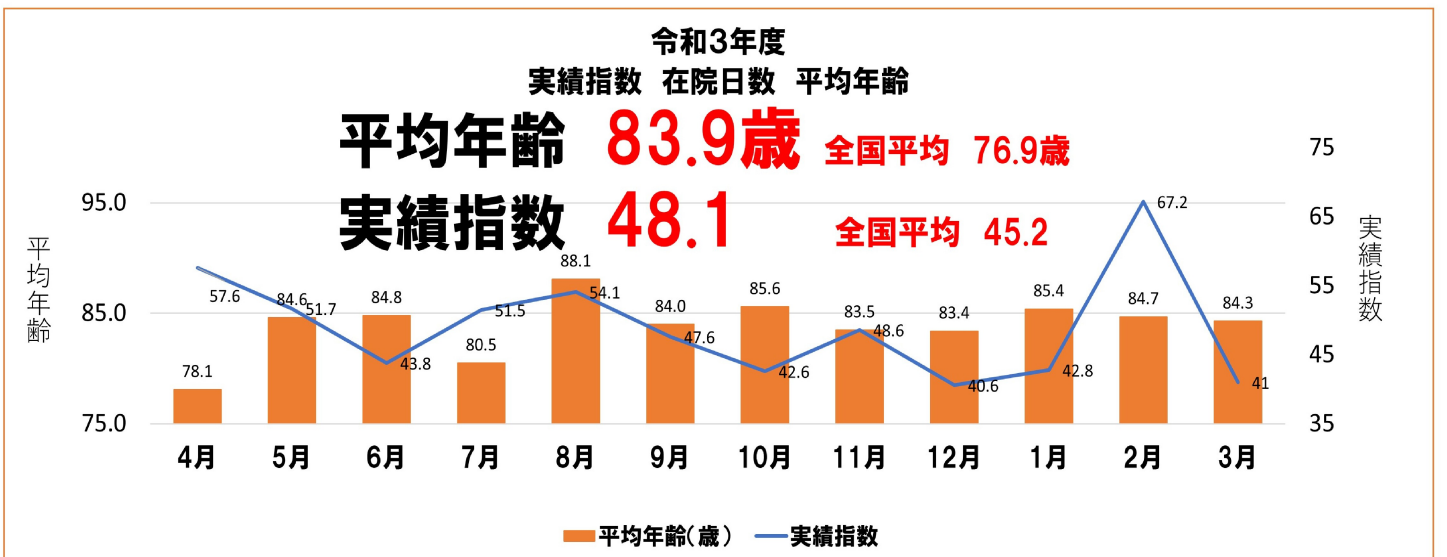
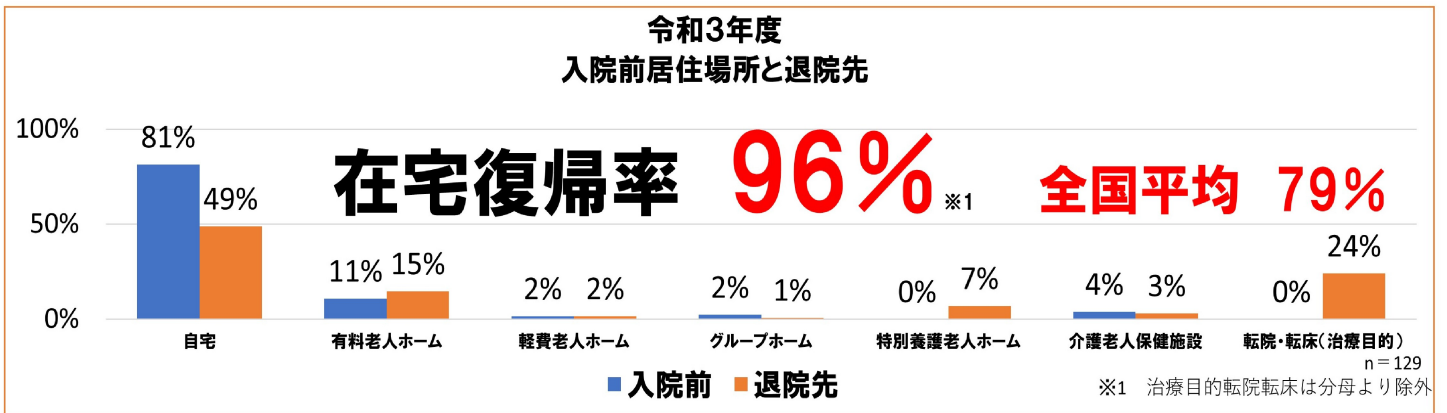
専門職が豊富な知識で指導を行います！  
各地域で行われる体操教室やサロンへ出向いて行きます  
興味のある方はぜひお問合せをお願いします！！

連絡先：080-3960-7658 和田病院 元永



# 回復期リハビリテーション病棟

～令和3年度における当院の病棟実績を報告します～



全国平均より**高齢・重症**の患者を受け入れ、**全国平均以上**の**リハビリテーション効果(実績)**がありました。

全国値参照：  
「回復期リハビリテーション病棟の現状と課題に関する調査報告書」

# 我が家のペット

～読者の皆様も癒されてください～

ハムスター(キンクマハムスター)  
&うさぎ(ネザーランドドワーフ)

飼い主:介護士 渡邊貴美子

Q.ペットのお名前は？

A.ハムスターが『きなこ』、アプリコット色で熊みたいな.....でもとてもかわいいです。うさぎが『ちゃちゃ』で、家に来た頃は茶色だったのでちゃちゃという名前にしましたが、今ではグレー色になりました。

Q.飼おうと思ったきっかけは？

A.友人から頂いてきました。

Q.飼ってよかったことは？

A.癒しや、頑張るぞ!! の気持ちを日々もらっています。

Q.最後に一言

A.小さな同居人ですが私にとっては大きな存在です。

これからも仲良く一緒に過ごしていきたいと思っています。



うさぎ(ホーランドロップ)

飼い主:介護士 花水瑛希

Q.ペットのお名前は？

A.ミミちゃんです。

Q.飼ってよかったことは？

A.とにかくかわいい。

3歳の息子は積極的にみみちゃんのおうちのお掃除をお手伝いしてくれます。

主人の溺愛っぷりは凄く、木材を買い小屋や遊び場を日々研究し制作しています(笑)。私はチモシー(牧草)を食べているときのポリポリ音とかわいい寝顔をみるのが大好きです。

Q.最後に一言

A.ミミちゃんはよく食べて、よく寝て、よく走り回って元気に育ってくれています。これからもすすく成長する姿見守っていきたいです。







# 給食だより

春野菜をたくさん食べて

春野菜に元気をもらおう！



皆様、日々温かくなっていますが、いかがお過ごしでしょうか？  
新たな出会いが多く、ワクワク、ドキドキと期待で胸が膨らむ季節です。一方で新しい環境に対する不安や緊張からストレスを感じやすい季節でもあります。未だ、コロナが収束しない中ではありますが、しっかりと3食、食事を摂り、健康に過ごしていきましょう。  
今月は、春野菜の栄養価と春野菜を使用したレシピを1品紹介したいと思います。

## <代表的な春野菜>

### 春キャベツ

春キャベツは柔らかくて、薄く、みずみずしく甘みも強い傾向にあります。主な栄養素としてはビタミンC、ビタミンK、カリウム等が含まれます。ビタミンCには抗酸化作用があり、有害な活性酸素から細胞を守ってくれる働きがあります。



### 新玉葱

新玉葱は皮が薄く、水分も多く、白い実が露出しているのが特徴です。ビタミンB1、硫化アリルという成分を含みます。硫化アリルには血液サラサラ効果があります。



### 筍

不溶性食物繊維が豊富に含まれており、腸内で水分を吸収して腸の活動を促進してくれます。便秘解消はもちろん、腸内の老廃物を排出する効果もあります。

春野菜がたくさん摂れる1品になっています！



## ☆春野菜のサラダ☆

### ○材料(2人分)

- ・春キャベツ・・・60g(1枚半)
- ・新玉葱・・・80g(1/2玉)
- ・茹で筍・・・1/4個(50g)
- ・パプリカ・・・1/4個(30g)
- ・鶏のささ身(サラダチキンでも可)・・・50g
- ・マヨネーズ・・・大さじ3
- ・塩、胡椒・・・お好みで

### ○作り方

- ①キャベツは一口大に切り、筍は薄切りにして、さっとお湯で茹でる。茹でたら、冷水に取り、ザルにあげて水を切る。
- ②パプリカは1口大にし、鶏のささ身は手で、適当な大きさにちぎっておく。
- ③玉葱は皮を剥き、薄切りにして、水にさらしておく。
- ④ボウルに①、②、③を入れ、塩・胡椒・マヨネーズで和えて出来上がり！



釣り好き看護師の

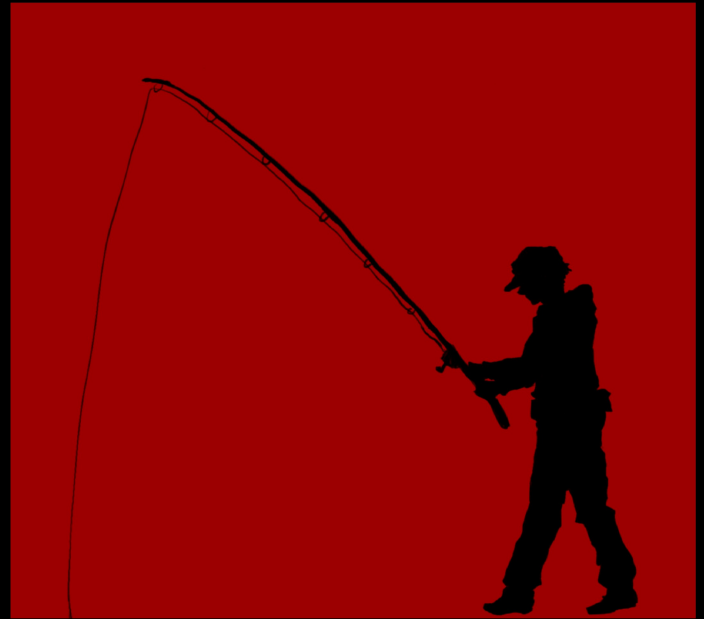
# イモトさん

VS

# アカメ

みなさんは幻の魚「アカメ(赤目)」をご存じですか？ 日本三大怪魚のひとつで、体長は130cm、体重は30kg以上になる、日本のごく一部のみに生息する大型肉食魚です。岸からルアーで狙える日本最大級の魚で、ヒットした直後から走り回り、ジャンプを繰り返す強烈なパワーがあります。

私は漫画「釣りキチ三平～四万十川のアカメ編～」を読んで憧れ、自分も挑戦してみたいと思いアカメ釣りの聖地である四万十川への遠征を繰り返しています。現在はコロナ感染症で自粛していますが……。



遠征中は、昼間に潮の満ち引きによって起こる川の流れや地形、アカメが捕食しているであろうボラやコノシロの位置等を観察し、いつどこで、どのタイミングで、どのルアーを投げるべきか考えます。

夕方から朝まで河川に立ち込み、刻々と変化する状況に合わせてフィールドを駆けめぐりひたすらルアーを投げますが、何の反応も得られないまま終わることがほとんどです。

アカメは本当に簡単には釣れません。しかし、私にとっては夢とロマンのつまった釣りです。

四万十川には全国からアカメを求めて凄腕の釣り師が集まります。その方々から情報を収集したり、時には釣りかたを教えてもらったり。このような出会いも私にとっては楽しみのひとつです。コロナが落ち着いて釣りに行ける状況になれば、再び四万十川へ挑戦したいです。

休日は釣りばかりしている私ですが、釣りに行くときはいつも笑顔で送り出してくれる妻には感謝しています。

これからも仕事を楽しみながら、釣りも頑張りたいと思います。



回復期病棟 看護師 岩本優介



# 住宅型有料老人ホーム 和楽苑

## 理念

利用者様、ご家族様との信頼関係を第一とした個別ケア。  
個人の自由が尊重された暮らしへ。



## 住宅型有料老人ホーム和楽苑

居室 67室 (1人部屋 : 58 2人部屋 : 9)  
定員 76名

介護保険が必要な場合は介護保険での訪問介護、通所系サービスなどを利用して入居生活を行うことができる施設です。  
当ホームでは介護認定を受けられていない方(自立)からのご入居も可能です。

## 和楽苑デイサービスセンター

### よりそう個別ケア

よりそい、個別ケアを重視し、スケジュールは基本的に設けておりません。  
ご利用者様、ご家族のニーズに応じた1人1人のスケジュールを提供させていただきます。

### 楽しゅう療法 (機能訓練)

「楽しく頭を使い、体を動かして、人と関わりあうこと」  
を重視し、ご利用者様ご自身で積極的に訓練ができることを目指しています。



### 表紙撮影 和楽苑管理者 小松憲一

たくさんの写真提供ありがとうございました。  
和田病院にほど近い向野川。  
地区の皆さんが川の上に掛けたこいのぼり。  
今日も泳いでいました。



～信頼性と安らぎのある医療提供を通して地域社会に貢献する～

医療法人 信和会

# 和田病院

TEL:0978-37-2500  
FAX:0978-37-2502

## ～診療科案内～

- ・内科
- ・胃腸科
- ・整形外科
- ・循環器内科
- ・リハビリテーション科
- ・皮膚科
- ・外科
- ・肛門科
- ・呼吸器内科
- ・泌尿器科
- ・脳神経外科
- ・禁煙外来

### 診療時間案内

	月	火	水	木	金	土	日
8:30   12:30	●	●	●	●	●	●	-
13:30   17:30	●	●	●	●	●	-	-

## アクセス

〒879-1131 大分県宇佐市大字出光165-1

～オレンジの看板が目印です～

**\* 和田病院まで \***

#### 【JRをご利用の場合】

宇佐駅より徒歩5分

#### 【バスをご利用の場合】

宇佐駅前より徒歩5分

#### 【タクシーをご利用の場合】

柳ヶ浦駅より10分

豊後高田市街地より5分



### 医療法人信和会グループ

介護老人保健施設和光園

TEL:0978-37-3887

住宅型有料老人ホーム和楽苑

TEL:0978-37-2218

グループホームみらい

TEL:0978-37-1180

和光園居宅介護支援事業所

TEL:0978-37-3880

宇佐圏域地域包括支援センター

TEL:0978-37-3881

和光園訪問介護事業所

TEL:0978-37-1170

～院内情報誌「和み」は地域医療連携室が真心を込めて作成しております～

TEL:0978-37-2500

FAX(直通):0978-37-3715