

# 向日回生

真生会  
通信

2024年4月発行



April 2024 春号

# 「べんつうのはなし 排便の悩み解決」を刊行して

この度、京都新聞出版センターから「べんつうのはなし」排便の悩み解決」と題する本を刊行しました(写真)。

多くの人にとって「べんつう」に関する話は、快い話題にはならないでしょう、しかし人が健康な生活を送るには快便も快食・快眠と同様に健康には不可欠な条件です。また、「べんつう」に問題があると心身ともにO.T.T(生活の質)が低下します。

私はこれまで主に直腸・肛門疾患の治療に携わってきましたので、子どもや大人の直腸・肛門の手術後に起こる「べんつう」異常について研究してきました。そしていかに健康な「べんつう」を保つことが、人が生きていく上で大切かを半世紀

にわたり患者さんとともに悩み、考えてきました。

本書を刊行したきっかけは、コロナ禍の「巣ごもり」で便秘を訴える患者さんが増えた折、京都新聞社文化部から「べんつうのおはなし」と題する連載記事を依頼されたからです。そして今回、この記事を加筆・再構成し、「べんつう」の悩みを解決するための生活習慣や治療をわかりやすく解説しました。

本書の内容は、当院に開設した便通異常外来で患者さんに寄り添ってきた経験に基づき、子どもからシニアまで、さまざまな症例や診察、薬の処方について解説しています。また巻末には「べんつう列伝」として、

徳川家康や西郷隆盛、夏目漱石ら偉人の便通トラブルを話題として取り上げていきます。

私は、本書が人知れず「べんつう」異常に悩んでいる患者さんにとって健康回復の一助となって、快適な日常生活を送れるようになることを願っています。

尚、本書の買い求めは書店、京都新聞出版センター、京都新聞販売所、またはネットできます。手に取ってご覧いただければ幸いです。



(写真)



医療法人真生会 向日回生病院  
理事長 **岩井 直躬**

表紙 サメの口から「こんにちはい」 撮影：岩井直躬  
遊園地に置かれた遊具のサメの口から、仲良し兄弟が顔をのぞかせて母親にごあいさつ。「こんにちはい！」。  
(スウェーデン、ストックホルムにて)

# 在宅復帰

に向けた取り組み

# 退院前訪問指導

とは？

## 退院前訪問指導とは？

自宅へ退院予定の患者様が円滑に在宅生活に戻れるよう、必要に応じて退院前に理学療法士(PT)や作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)のリハビリテーションスタッフが、患者様やご家族と一緒に自宅を訪問することを「退院前訪問指導」と言います。

退院後すぐに在宅生活が再開可能かどうか患者様の病状や心身機能、自宅の家屋構造、ご家族の介護力などを考慮した評価やアドバイスを行い、退院に向けた準備を行います。

また、在宅生活で関わってくださるケアマネジャーや福祉用具の業者などが同席することも多く、退院後の問題点や心配事などの情報を共有できるため、退院前から調整し問題を解決することができます。

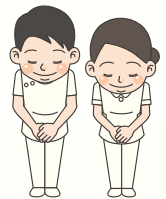
例えば患者様が高齢の場合、入院する前にできていた日常生活の動作が困難になっていたり、認知機能の低下がみられたりするなど、自宅への退院に不安が生じることがあります。そこで、リハビリテーションスタッフが患者様の自宅を訪問することで、自宅での生活をシミュレーションし、安心して退院できるようご支援します。

## 具体的な評価やアドバイス内容

- 玄関の出入りの評価・指導
- 自宅内の移動方法
- 必要な住宅改修（手すり、段差解消など）の提案
- 必要な福祉用具（ベッド、ポータブルトイレ歩行者、車椅子、入浴用椅子など）の提案
- 介助方法の指導
- トイレ動作方法の評価・指導
- 入浴動作方法の評価・指導
- 階段昇降の評価・指導
- 食事環境の評価・指導

向日回生病院リハビリテーション科では、円滑な在宅復帰を実現するため、退院前訪問指導に積極的に取り組んでおります。患者様およびご家族のご理解、ご協力を得られた場合のみ医師の指示のもと実施しています。

退院に向けての不安や疑問がございましたらお気軽にご相談ください。



段差の評価



階段手すり位置の検討



入浴動作の検討



# 地域包括 ケアシステムとは？

## 高齢者の現状と将来像

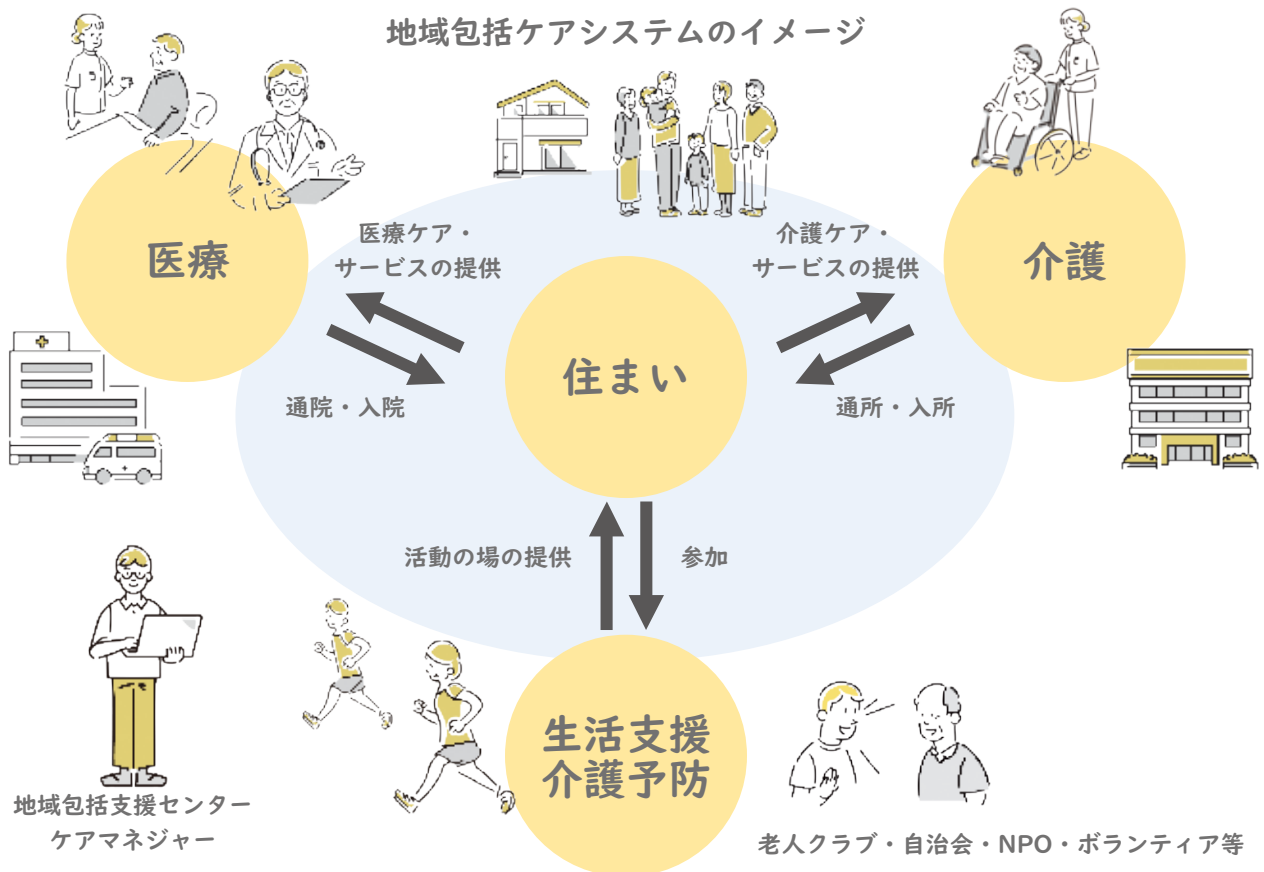
日本の65歳以上の高齢者人口は2025年に3657万人となり、2042年には3878万人となってピークを迎えることが予測されています。日本では今後も高齢化がますます進み認知症高齢者をはじめ、65歳以上の夫婦のみ世帯がさらに増加していくものと見込まれています。いわゆる団塊の世代と呼ばれる人たちが75歳以上の後期高齢者となる2025年には医療や介護のニーズがよりいっそう増大することが予想されているのです。

厚生労働省では、この2025年を目途にそれぞれの地域で、地域の実情に合った医療・介護・予防・住まい・生活支援が一体的に確保される体制を構築していくことの必要性を強調し、地域の包括的な支援・サービス提供体制の構築を推進しています。このように、それぞれの地域ごとに体制を構築することが、「地域包括ケアシステム」と呼ばれているものです。

## 医療と介護の一体化

地域包括ケアシステムは、介護保険制度と医療保険制度の両分野から、高齢者を地域で支えていくものとなります。医療と介護サービスが地域の中で一体的に提供されるようにするためには、医療と介護の連携が重要となります。

## 地域包括ケアシステムのイメージ



## 地域包括ケアシステムが目指す「植木鉢モデル」

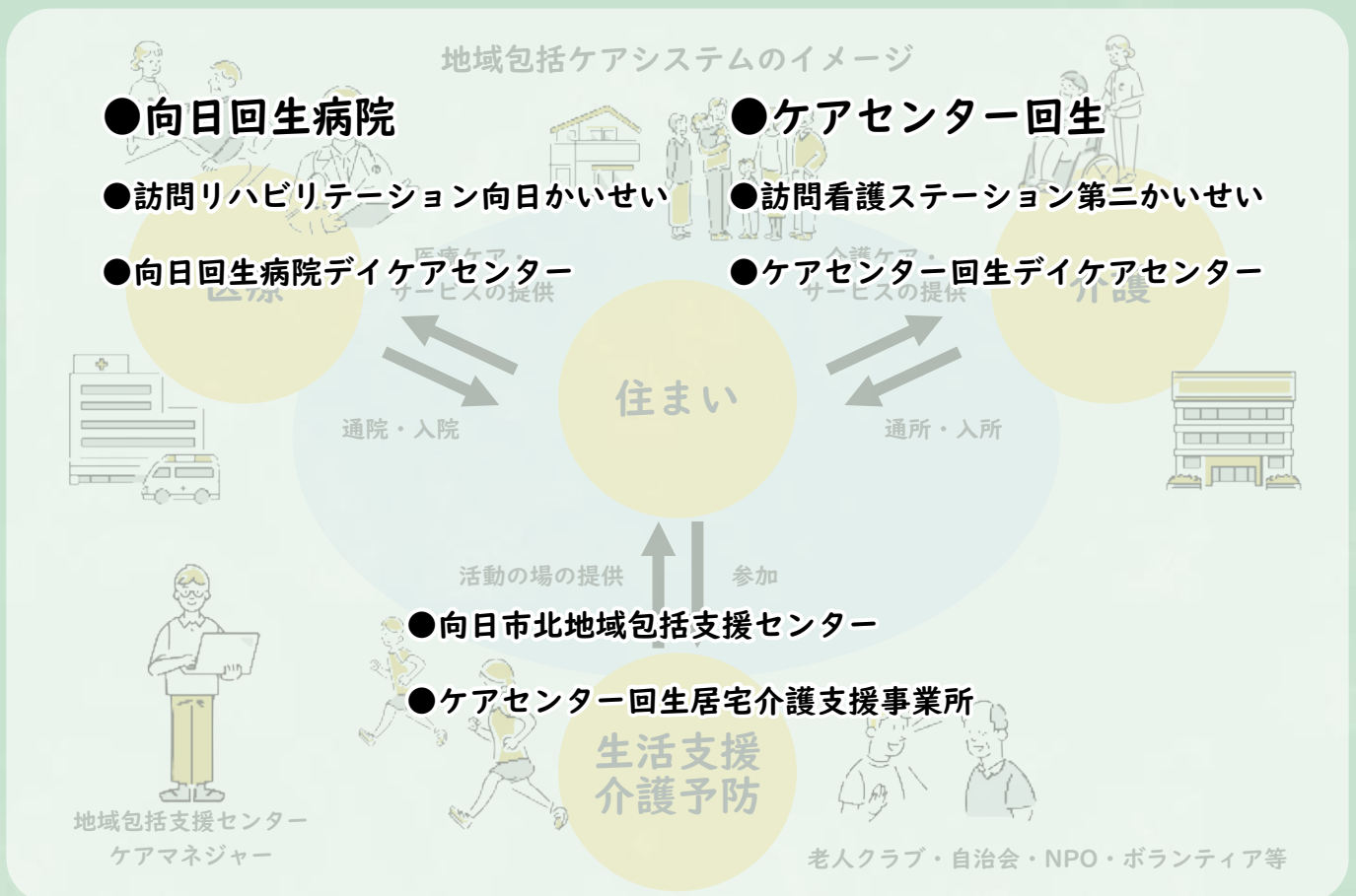
左の植木鉢図は、地域包括ケアシステムの5つの構成要素（住まい・医療・介護・予防・生活支援）が相互に関係しながら、一体的に提供される図として図示したものです。

本人の選択が最も重視されるべきであり、本人・家族がどのように心構えを持つかという地域生活を継続する基礎を皿と捉え、生活の基盤となる「住まい」を植木鉢、その中に満たされた土を「介護予防・生活支援」、専門的なサービスである「医療・看護」「介護・リハビリテーション」「保健・福祉」を葉として描いています。

介護予防と生活支援は、地域の多様な主体によって支援され、養分をたっぷりと蓄えた土となり、葉として描かれた専門職が効果的に関わり、尊厳ある自分らしい暮らしの実現を支援しています。



## 地域包括ケアシステムのイメージを基にした 向日市地域における回生グループの連携



医療と介護の切れ目のない連携を目指しています！



# 乙訓地区大規模災害訓練



令和5年11月24日、震度6を想定した大規模災害訓練を行いました。

乙訓医師会や地域の方々に患者役をしていただくなど、皆様にご協力いただき無事終わることができました。訓練にあたって2か月程前から取り組み、外科部長の長岡によるトリアージ(※1)の研修会も行われ、職員一丸となって万全の準備の上訓練に挑みました。訓練後も反省点、改善点を出し合い、更なる災害対策の向上に努めております。

(※1)トリアージ・・・災害発生時などに多数の傷病者が発生した場合に、傷病の緊急性や重症度に応じて治療優先度を定めること



トリアージ研修会の様子



ロビーの受入れ態勢を整える様子



トリアージをしている様子



グリーンゾーン(軽症)にて聞き取りをしている様子



トイエローゾーン(中等症)にて患者情報をまとめる様子



トリアージによって重症と判断された方のカード



レッドゾーン(重症)にて処置が行われている様子



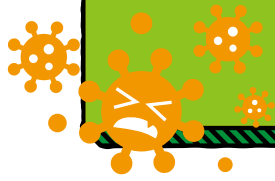
他院への搬送を依頼した救急隊が到着した時の様子



患者情報を救急隊に伝えている様子

実際に災害が起こった時に冷静な判断と素早い行動を安全に行えるように、今回のような訓練はとても大切であると感じました。皆さまも今一度、避難場所や防災バッグをチェックして一緒に災害に備えましょう！





# 汚物処理研修会



インフルエンザやノロウイルス等が流行してきました。当院では感染の拡大を防ぐため汚物処理研修会を実施し、嘔吐物の正しい処理方法を勉強しました。特殊な塗料を汚物と見立て、ブラックライトで照らすことで消毒後に汚物が付着していないか、また普段の手洗いや消毒が正しくできているか確認しました。



嘔吐物が気化しないようにペーパーを被せる様子



実技演習する様子



手洗い後に塗料が付着していないか確認する様子



汚物が飛び散っていないか隅々までチェックする様子



感染源となる細菌やウイルスは、目には見えないほど微細です。一見汚れが落ちて綺麗になったように見えても、まだ菌が残っている可能性があります。そのため手洗いは30秒かけて手の甲や手首、爪の間まで丁寧にいきましょう。また、院内で嘔吐されたときは吐物には触れずに速やかに職員にお知らせください。



当院では感染症対策を強化すべく、こういった研修会を開催し多くの職員が積極的に参加しています。これからも職員一同気を引き締めて感染対策に努めてまいります。



# 「単純CT検査」と「造影(ぞうえい)CT検査」の違いは？

CTスキャンの検査には、

造影剤を用いない「単純CT検査」と造影剤を用いる「造影CT検査」の2つがあります。そこでここでは造影CT検査について紹介しようと思います。

## 造影CT検査

撮影前に造影剤を入れるための血管を確保します。

そしてCT撮影時に造影剤が静脈注射されます。この造影剤(ヨード造影剤)を用いた検査には、副作用が起こることがあり、その副作用を上回る診断、治療上のメリットがある場合に限り行われます。

### 検査室の様子



### 自動注入器

造影剤を一定速度で注入することのできる装置

### 造影剤



検査時間は単純検査と比べ10分程度長くなります。

## 造影検査の目的

胸部の造影CT検査を行う目的は、血管の病気(大動脈解離、大動脈瘤など)が疑われる場合、胸部レントゲン、胸部単純CTで肺腫瘍が疑われている場合などが挙げられます。

腹部の造影CTを行う目的は、腹痛の精査、腫瘍の精査(肝臓がん、すい臓がん、腎臓がんなど)や腸管虚血の有無、血管の病気の判別などがあります。

特に腹部は臓器が混在しており造影剤によりコントラストがついて病気が見つかりやすくなるとされています。

### 腹部単純CT



### 腹部造影CT



単純CTに比べて白くなっている部分が造影剤により染められた部分になります。

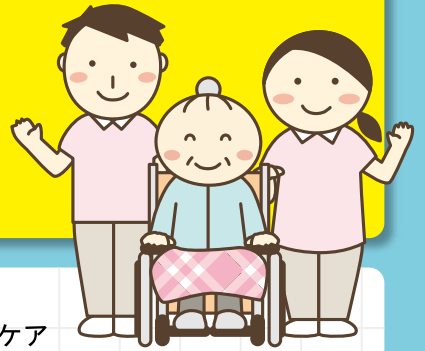
造影CT検査により得られる情報量は増えることが多いですが、単純CT検査よりも一概に優れているというわけではなく、疑う病気に対しての得意不得意があります。

またMRIや超音波にも同様に得意不得意があり、より目的にあった検査の選択が重要とされています。



私たちは介護の

# プロフェッショナルです



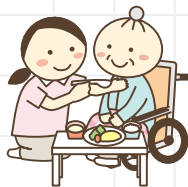
看護師やリハビリセラピストは必ずライセンスを持っています。介護職の場合はケアマネジャー・介護福祉士の有資格者以外にもこれから資格を取ろうと努力している人、中期から介護職を始めた人と様々です。しかし、介護は患者様、利用者様の日常生活に関わる重要な仕事です。資格を持っていないからできなくても仕方がない、また資格を持っていても活かされていない。「まだ経験が浅いから」「教えてもらっていないから」など患者様、利用者様にしたら「介護の専門職じゃないの?」とがっかりされてしまいます。



誰でも最初はわからないことや失敗があり、見よう見まねで行ったりすると「違う」と注意されたかと思うと、「人に教えるのって難しいのよね、私はこうするけど・・・」と正しいことが分からず自信を無くすこともあります。

## プロフェッショナルシート

令和5年度は介護医療院の介護職員をはじめ、介護職全員が、「プロの仕事」ができていますか、1年間を通して振り返りました。「自分がプロ」だと思えるケアは、何をきっかけに学び、どんな行動を取り、意識する前はどのような状態だったか、毎月振り返りを行いました。



令和5年度  
プロフェッショナルシートまとめ

人権と倫理に基づいて、一歩ずつ前進した取り組みが、介護職としてプロフェッショナルの意識を高めることに繋がりました。

分野/項目	知識	技術	根拠	倫理観
介護職としての役割	・介護職としての役割を正しく理解し、利用者様のニーズに応えることができるように努める。 ・利用者様の安全・安心を確保するための知識を身につける。	・利用者様の安全・安心を確保するための技術を身につける。 ・利用者様のニーズに応えるための技術を身につける。	・利用者様の安全・安心を確保するための根拠を身につける。 ・利用者様のニーズに応えるための根拠を身につける。	・利用者様の安全・安心を確保するための倫理観を身につける。 ・利用者様のニーズに応えるための倫理観を身につける。
ケアマネジャーとの連携	・ケアマネジャーの役割を理解し、連携してケアを提供できるように努める。	・ケアマネジャーの役割を理解し、連携してケアを提供できるように努める。	・ケアマネジャーの役割を理解し、連携してケアを提供できるように努める。	・ケアマネジャーの役割を理解し、連携してケアを提供できるように努める。
チームワークの発揮	・チームワークの発揮を促すための知識を身につける。	・チームワークの発揮を促すための技術を身につける。	・チームワークの発揮を促すための根拠を身につける。	・チームワークの発揮を促すための倫理観を身につける。
自己研鑽の取り組み	・自己研鑽の取り組みを促すための知識を身につける。	・自己研鑽の取り組みを促すための技術を身につける。	・自己研鑽の取り組みを促すための根拠を身につける。	・自己研鑽の取り組みを促すための倫理観を身につける。

令和5年度  
プロフェッショナルシートまとめ

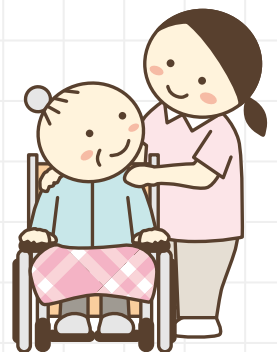
人権と倫理に基づいて、一歩ずつ前進した取り組みが、介護職としてプロフェッショナルの意識を高めることに繋がりました。

分野/項目	知識	技術	根拠	倫理観
介護職としての役割	・介護職としての役割を正しく理解し、利用者様のニーズに応えることができるように努める。 ・利用者様の安全・安心を確保するための知識を身につける。	・利用者様の安全・安心を確保するための技術を身につける。 ・利用者様のニーズに応えるための技術を身につける。	・利用者様の安全・安心を確保するための根拠を身につける。 ・利用者様のニーズに応えるための根拠を身につける。	・利用者様の安全・安心を確保するための倫理観を身につける。 ・利用者様のニーズに応えるための倫理観を身につける。
ケアマネジャーとの連携	・ケアマネジャーの役割を理解し、連携してケアを提供できるように努める。	・ケアマネジャーの役割を理解し、連携してケアを提供できるように努める。	・ケアマネジャーの役割を理解し、連携してケアを提供できるように努める。	・ケアマネジャーの役割を理解し、連携してケアを提供できるように努める。
チームワークの発揮	・チームワークの発揮を促すための知識を身につける。	・チームワークの発揮を促すための技術を身につける。	・チームワークの発揮を促すための根拠を身につける。	・チームワークの発揮を促すための倫理観を身につける。
自己研鑽の取り組み	・自己研鑽の取り組みを促すための知識を身につける。	・自己研鑽の取り組みを促すための技術を身につける。	・自己研鑽の取り組みを促すための根拠を身につける。	・自己研鑽の取り組みを促すための倫理観を身につける。



**知識・技術・根拠・倫理観が備わってこそプロであり相手に寄り添えるベースになると考えています。**

今後も介護のプロとして、他職種とともに患者様、利用者様へ質の高いケアの提供を目指して自らも学びながら、育成に取り組んでいきます。



# 稲掛医院

内科・循環器内科・胃腸内科  
放射線科・呼吸器内科

今回訪問させていただいたのは、西京区の洛西ニュータウンにある稲掛医院です。竹の里本通(福西東通)より少し入った閑静な住宅街の中にあり、入り口横にバラの木のある、落ち着いた洋風の外観が印象的な建物の医院です。医院前と向かいに6台分の駐車場があり、車でも通いやすくなっています。診療科目は内科・循環器内科を専門とされ、胃腸内科・放射線科・呼吸器内科と幅広く診てもらえます。

院長の稲掛英男先生は、昭和46年に大阪医科大学を卒業され、2年間大学に残り循環器内科で研修をされた後、京都大学にて昭和59年5月23日に学位を取得されました。国立南京都病院で週2・3日透析管理をし、残りの日を大学の研究に充てておられ、開業されたころは三股で業務をこなしていたそうです。

先生のご実家は御所の近くにあり、洛西ニュータウンの開発をきっかけに、昭和57年に今の場所に開業することになったそうです。当初から在宅診療も同時に行っており、多い時には患者様を30名ほど抱えておられ、夜中の呼び出しなど多忙な時期を乗り越えてこられました。新型コロナウイルスが流行する前までは、在宅医療で10人ほど往診をされていたのですが、コロナ禍以降は、在宅専門のクリニックに往診を依頼されています。

先生にとって仕事をしている中で一番うれしいことはと伺うと、やはり患者様に喜んでもらえることが一番うれしいとおっしゃっていました。医療の制限の厳しい中でも、患者様にとって一番いい治療方法へ導き、なるべく患者様の希望にこたえられるようにと日ごろから心掛けておられます。

先生の趣味は、病院勤務をされていた若い頃はゴルフを楽しまれたそうですが、開業された頃は医院がお休みの日に奥様と旅行を楽しまれていたそうです。最近はお孫さんの子守などご家族と過ごされる時間も多そうで、ご自身の時間より、ご家族との時間を大切にしておられるのだなと感じました。先生のお話される優しく温かい雰囲気から、お孫さんにとっても先生は優しく安心できる存在であるのが伝わってきました。その先生の温かい雰囲気が医院の外観からも伝わり、先生が大切に守ってこられた、地域の皆様が安心して通える医院となっています。

取材：幸山 沙名美



〒610-1113  
京都市西京区大枝南福西町2丁目13-12



いなげひでお  
院長 稲掛 英男 先生



# 栄養科の献立紹介

当院では、季節を感じられる献立を毎月提供しています。3月3日の桃の節句には、菜の花やとろまぐろを添えたさくら風味のちらし寿司や、菱餅に見たてた手作りの三色ババロアなど、春を贅沢に感じられる献立を提供しました。とろまぐろはマグロの脂身などをたたいたもので、口の中でベタつきが少なくなめらかな嚥下しやすい食材です。そのため、きざみ食の方から、とろみの必要な細かきざみの方まで、同じ食材を提供することが出来ます。

ババロアは、嚥下・

咀嚼機能の低下の有無に関わらず、全ての患者様に見た目でも春を感じていただけるデザートです。



ちらし寿司：常菜



粥：細かきざみ

## 編集後記

冬が長く感じた3月が過ぎ、待ち遠しかった春がようやくやってきたように感じます。新年度を迎え、ご自身やご家族の環境の変化で忙しくされている方も多いのではないのでしょうか。この春、当院でも7名の新入職員を迎えました。次号ではピカピカのフレッシュヤーズの紹介を予定していますので、楽しみにしていてくださいね。

春の訪れはワクワクする一方で、気持ちが不安定になりやすい季節ともいわれています。日常の中で、忙しくてついイライラしてしまったり、悲しいことがあったりと気持ちが落ち込むこともあると思います。私も周りの環境の変化に影響を受けやすく、感情が左右されやすいので、日々「ごきげんさん」でいられるように、なるべく自分の気分を上げるように心がけています。1つ目はマスクの中でニヤリと口角を

上げる(何だか幸せな気分になります)、2つ目は空を見上げる(空から特別なパワーがもらえると思います)、3つ目はこっそり鼻歌を歌う(単純にルンルン気分になります)、4つ目は……と色々ありますが、どれも誰にでも簡単にできて、私の中で習慣になっています。「ごきげんさん」でいられる方が楽しく過ごせて、得をした気持ちになると思います。皆さんはどんな方法で自分の機嫌を取っていますか？

春は人生の喜びや変化を体験する季節です。春の訪れが、皆さんの心に温かさと活力をもたらしますように。



ニッコやまやなみ



令和6年4月1日付

## 外来担当医表

## 外科

受付	月	火	水	木	金	土
午前	長岡	福井 松生	菅野	長岡 井口	福井	長岡
午後 (専門外来)	—	—	—	岩井 (便通異常)	—	—
夜診	福井	—	菅野	—	長岡	—

## 内科

受付	月	火	水	木	金	土
午前	作田(初) 小黒(再)	西山(初) 高野(再)	高野(初) 松岡(再)	小黒(初) 中根(再)	松岡(初) 作田(再)	中根 田中 崔 (神経内科) (第1週) (もの忘れ) (第3週)
午前 (専門外来)	—	才村(心療内科) (第2週)	枝川(泌尿器)	—	野々村(泌尿器科) (第1,3週)	—
夜診	作田	—	高野	—	中根	—

## 患者様の権利と責務

## 権 利

1. 良質な医療を公平に受ける権利があります  
患者様は、個人として常にその人格を尊重され、病院がなし得る最善・適切である良質な医療を公平に受ける権利があります。
2. 説明や情報を得る権利があります(インフォームド・コンセント)  
患者様は、病気、治療、検査、見直しなどについて、十分な説明と情報提供を受ける権利があります。
3. 選択の自由と自己決定権があります  
患者様は、十分な説明と情報提供を受けたうえで、治療方法などを自らの意思で選択し、決定する権利があります。また、他の医療機関の医師の意見(セカンドオピニオン)を希望される場合には、当院で受けた診療に関する情報を求める権利があります。
4. 個人情報およびプライバシーが保護される権利があります
5. 診療情報の開示を求める権利があります  
患者様は、申請によりご自身の診療記録等の開示を求める権利があります。
6. 研究途上にある治療方法や薬剤の投与(治験)を行うことは、致しません

## 責 務

1. 自ら健康に関する情報を正確に医療者に伝える責務があります  
良質な医療の提供を受けるために、自分の健康状態について、正確に提供する責務があります。また、病状の変化や治療中に生じた問題については、速やかに申し出ください。治療上必要な指示や助言は、お守りください。
2. 病院の規則に従い他者への迷惑にならないように努める責務があります  
全ての患者様が等しく適切な医療を受けられるようにするために、他の患者様や病院職員に支障を与えないよう配慮する責務があります。
3. 治療等に関して自分の意思を明らかにする責務があります  
適切な治療方針を決めるために、自分の意思や意見を伝える責務があります。
4. 加入の医療保険等を提示し、受けた医療に対する医療費を支払う責務があります



向日回生病院、では、各階フロアに「ふれあい箱」を設置しております。皆様のご意見、ご要望等の声を少しでも反映させたく思いますので、お気付きのことがあれば投書ください。