

# チームけせんの和 だより

2019  
vol.22  
3月号

発行 陸前高田の在宅療養を支える会（チームけせんの和）

〒029-2205 岩手県陸前高田市高田町字鳴石42-5 TEL 0192-54-2111 FAX 0192-55-6118

## チームけせんの和に寄せて

社会福祉法人恩賜財団済生会陸前高田診療所 小児科医 深澤信博

「チームけせんの和だより」の原稿依頼を受けましたが、今までは小児科医としての公的病院勤務がほとんどでしたので、高齢者医療、リハビリ、緩和ケア、在宅医療などに直接かかわったことはありませんでした。現在の当診療所の在宅医療は伊東所長が主にされ、先生の往診中に受診した患者さんは私が診察するという体制です。徐々に当診療所の在宅医療にもかかわりたいと思っていますが、今回は自己紹介と近況を述べてみたいと思います。生まれは群馬県山田郡大間々町（＝現在、みどり市）です。気仙川と陸前高田市の関係と同じように、町は渡良瀬川で作られた扇状地で関東平野の始まりとなります。「間」とは、“崖っぷち”の意味で、大きな崖に挟まれた土地として「大間々」と言われたようです。私の実家も少し山奥に入るとシカやカモシカに会えます。現在の家は群馬県佐波郡玉村町にあり、町の人口36000人、群馬県南部で埼玉県との境です。夏は蒸し暑く冬は空っ風が強く吹きますが、雪は5-6cmが年2-3回です。当地は岩手の湘南と言われるようですがやはり東北です。積もる量は多くなくとも降る回数はずっと多いです。群馬での雪かき経験は少ないので、診療所の雪かきはテンションが上がります。

大学は自治医科大学で、“本当に”をいくつも重ねるくらい幸運にも入学できました。

そして診療所長の伊東紘一先生とは、教官と学生の間柄です。

津波ですべてを流された陸前高田市今泉地区に、被災者が安心して戻ってこられるように、また診療だけでなく地域住民の集いの場になるようにとの診療所開設のいきさつと先生の思いを知り、定年後その一助になればとの気持ちで当地に赴任しました。 [次ページへ→](#)

話は変わりますが診療所の敷地に三つの石があります。



① 千葉周作生誕の地の碑：生誕地は陸前高田で、育ったのは宮城県のように



② 中尾喜久自治医科大学初代学長の「亡己利他」の碑：“己を忘れて他を利用するは慈悲の極みなり”の意味で伝教大師最澄の言葉です。自治医大の理念を端的に示す言葉です。



③ さざれ石：いろいろな石が寄せ集まって一つの巖を成しています。一人一人個性が違って一つの目的（＝この地の医療の灯台となるべく）を持ってそれぞれが集まって自分のことに努力しています。異体同心を表していて済生会の象徴のようなものです。

以上の三つの石の見学がてら当診療所にも寄っていただければ幸いです。

“亡妻訓練”の意味合いもあって単身赴任での自炊生活です。昼は仕出し弁当を頼んでいます。今はいろいろ便利な調理器具があるので、朝と夕は自炊です。食べてくれる人がいないので上手にはなりません。料理でなく調理をして自ら食しています。味はおして知るべしです。体調管理は、毎朝のテレビ体操と週3回のウォーキングを続けています。水曜日と土曜日が午前みの診療のため日曜日と合わせて週3回歩くよう心がけています。大股で約5km、1時間ほどのウォーキングです。その結果腹囲と体重が少し減りました。今まで自覚していた不整脈（＝心室性期外収縮）を感じなくなったことはこの生活が体に悪くなく、続けても良いという証拠と思っています。

内科医として働いた経験は少ないので、診療所での診療は「今日の治療指針」と「今日の治療薬」との首っ引きです。この頃やっと患者さんの名前と顔が一致してきましたので、これからはもう少しおしゃべりをして東北人の忍耐強さ、我慢強さ、負けない気質（＝内にエネルギーをため込みいつかそれを吐き出す）の一端に触れられればと思っています。群馬県人の気質は気候風土から“熱しやすく冷めやすい”ので大いに東北人氣質を学ぼうと思っています。

この3月で東日本大震災後8年が経つことになりますが、復興とは土地、建物、インフラが整うだけでなく、“心の復興”がなされて完成するものと思います。子供たちの笑顔や笑い声が周りの大人たちを和ませ、皆の気持ちが前向きになることが心の復興の一助になると考えています。子供が病気になると親は身を代わってやりたいと思うものですが、その子供たちの応援・支援・見守りの役割ができれば親のためにもなり、私にも働き甲斐となります。周りの沢山の人の物心両面の応援があって診療ができていますので皆さんに本当に感謝しています。

## チームけせんの和に寄せて

医療法人 希望会 希望ヶ丘病院 作業療法課長 山田博之

気仙管内にある民間の医療機関では、唯一の精神科病棟を有し、当院に入院されている方々や地域で生活されている精神障がい者の方々に対する地域移行、地域定着に向けた支援に取り組んでいます。病棟では日常生活の支援に加え、内服自己管理支援、金銭等の貴重品の自己管理、洗濯の実施等、退院後の生活において必要となりえる生活技能（生活関連活動）の獲得に向けた支援を行うと同時に、精神科作業療法と入院生活技能訓練（SST）を医師の処方のもと実施しております。

精神科作業療法では、日中活動の場、他者との交流の場、復職・就労を視野に入れた作業所としての場など目的は様々で、参加する方々の個々のニーズに応じた対応が可能となるよう、作業（活動）内容は創作系作業からレク活動まで幅広く、主体的に取り組めるよう対応しています。

入院生活技能訓練（SST）では、参加されるメンバー個々の「生活のしづらさ」に焦点を当て、課題の対処方法や対人スキルの獲得を目指し、時には実際の生活場面を想定した環境で取り組みを行っています。実際に市街地に出掛けて行う買い物や外食などは、長く入院されている方々にはとても重要な取り組みの1つです。退院後の生活がその人らしくあるために、医療スタッフが協同して支援しています。

安心して地域での生活に戻ることができるように、入院時なるべく地域との繋がりを保つため、季節行事は地域の方々にもご参加頂けるよう企画しています。夏祭りや文化祭などの行事は施設を開放し、地域に根差した医療機関であるための取り組みを今後も続けていきたいと思っておりますので、今後ともよろしくお願いたします。



作業療法室



文化祭



畑作業

## チームけせんの和に寄せて



### 新沼はり・きゅう院 新沼 大

埼玉県越谷市、気仙沼市の鍼灸接骨院での勤務を経て、昨年6月に陸前高田市高田町の下和野災害公営住宅に開業しました。日頃「チームけせんの和」会員の皆さんやご家族に広く、利用いただいております。

受療率の全国平均があまり高くないといわれる鍼灸ですが、テレビや雑誌で東洋医学が特集される機会も増え、世間の関心を集めるようになってきたのは我々にとって追い風です。これまで実業団のスポーツ選手のケア（ストレッチ指導、ケガをした際のアイシングやテーピングなどの応急処置含む）や接骨院での経験から、鍼灸施術の素早い疼痛軽減を日々、実感しています。痛みに我慢強い方達が多い気仙地方で、鍼灸師が地域の健康を支えられるよう、一層努力していきたいと思います。

平成26年から地域包括ケアシステムの中に鍼灸師も明記されました。陸前高田市や大船渡市には鍼灸に理解を示してくださる医師・歯科医師の先生がとても多くいらっしゃいます。今後も医療・介護の現場とますます「医鍼」連携していく機会が増やせるよう情報を発信して参ります。また、フレイル予防の運動指導や、生後まもないお子さんから中高生までを対象とした、体表を刺激する刺さない「小児はり」も提供できますので、お声がけください。



### 医療通訳・鍼灸師・介護予防運動指導員 藤林初枝

古い話になりますが、当会に「東洋医学」をテーマにした勉強会に2回呼んでいただきました。参加された皆様には、仏教と共に大陸から伝わり大宝律令（ルビ：たいほうりつりょう）の医疾令に「鍼博士」「鍼医」の地位が示され、日本古来の医療であると説明致しました。2018年6月に、世界保健機関（WHO）が30年

ぶりの大幅改訂を行った国際疾病分類（ICD-11）に、「伝統医学」が新たに追加され鍼灸医療の詳細について国際舞台で熱い駆け引きが続いております。

すでに海外の民間の医療保険や軍隊では医療費の削減になるという点と、鎮痛剤依存によるオピオイド危機の打開策として鍼が保険適応になっています。気仙に来られた外国人の患者の多くは、母国で鍼灸を日常的に受けていて「物理療法（鍼灸）と処方（漢方薬）」をリクエストされるのですが毎回、日本の鍼灸師が処方箋を出せないことを説明しております。

今秋開催されるラグビーW杯以降も、世界が岩手を目指す流れは加速するでしょう。定期的に東京都新宿区にある国立国際医療研究センターで、医療通訳の研修を受けておりますが、訪日外国人のニーズも都市部から地方へ刻々と変化し、プライマリケアの選択肢として、重篤な症状でない場合は大病院でなく鍼灸院に誘導することも医療現場を混乱させないために必要でないかと考えております。感染症問題含め、今後は猛スピードで意識改革が求められるのは大都市だけに限った話ではなさそうです。



平成30年12月13日(木)

平成30年度 第4回研修会

陸前高田市コミュニティホール(44名参加)

テーマ:「多職種連携の実践的勘所」～多様な「見立て」と「手立て」～

講師:ケアタウン総合研究所 所長 高室 成幸 氏



毎年講義をして頂いている先生よりは、多職種連携の実践の勘所は「加算」を報酬のみとは考えずに連携と捉え、包括が事業者の加算内容も把握した上で、サービス担当者会議や入退院(所)会議、地域ケア会議を連携スタイルとして確立し、様々な加算を連携として活用していく大切さを話されました。

連携による地域ケアシステム強化のための具体例としては、個々の介護情報を介護手帳(ファイル)としての共有化や、ターミナル期に家族とスタッフ等がアイパットやLINEを活用する方法等の紹介がありました。さらに多職種連携で行なう自立(自律)支援には役割分担の「見立て」と「手立て」により情報が共有され、自分だけでなく相手が助かるだろうというのりしろがさらなる連携を生み計画が実行されるとの事でした。

また認知症や障がい者、軽度者支援に関しては、参加型で就業の場としても活用できるつどいの場と生活支援コーディネータを配置した通い場の創設等、地域共生社会構築の仕組みづくりが重要であることを教示されました。

平成31年2月2日(土)

平成30年度 第5回研修会

陸前高田コミュニティホール(200名参加)

テーマ:支えよう あなたの命と暮らし

基調講演:命と暮らしを支えるやさしい地域づくり

講師:諏訪中央病院名誉院長 鎌田 實氏

シンポジウム:命と暮らしを支えるやさしい地域づくりとは



～私たちの活動からできること～

市民の皆様も招いて地域包括ケアフォーラムを開催し、地域包括ケアの現状と重要性に理解を深めあいました。鎌田實先生は地域医療の充実に尽力され、長野県を日本一の長寿県に導いた立役者であり、東日本大震災後は当市にもたびたび足を運び、健康に関する市民への意識改革に努めています。「陸前高田市で一番大事なのは人と人との関係を豊かにする『つながり』だ」と強調され、「チームけせんの和は医療・介護の専門職が結集しているが、活動には市民も巻き込み発展させてほしい」と話されました。又、「貯金よりも“筋筋”が大切」とし、ロコモティブシンドロームなどを予防する手軽な運動法を紹介されました。その後、石木幹人先生を座長としてのシンポジウムも開催され、当会員の医師、薬剤師、看護師、ケアマネジャー、理学療法士の6名が日々の活動報告や地域づくりのための提言を行い、市民の皆様にも私達の会の取り組みを知っていただき、これからも地域づくりを一緒に取り組んでいくための励みとなりました。



### 編集後記

2月開催の市民フォーラムのアンケートにおいては、劇団ばば☆を含め、私達の活動が少しずつでも地域に浸透し広がっていることを実感しました。それも会員の皆様の日々の業務の下でのご協力の賜物であることに改めて感謝申し上げます。

次号ではアンケートの内容と、劇団ばば☆の新作DVD2本のご紹介を予定しております。年号も改まる新年度においても会員の皆様にとって実りある年となりますようお祈り申し上げます。

(事務局 菅野)