



社会医療法人 松藤会 広報誌

TAKE FREE

ご自由に
お持ち帰りください

まほろば

「地域にいきる」を支えます

Vol. 71

2022 WINTER

表紙のおはなし

子どもたちの笑顔が
地域を元気にする

特集 消化器外科より

身体への負担が少なく、整容性の良い
腹腔鏡手術とは

消化器外科 | 腹腔鏡手術について

腹腔鏡手術は、腹部に 3mm ～ 10mm の小さな穴を数か所開け、カメラのついた内視鏡を腹腔内に挿入し、テレビモニター上に映し出された映像を見ながら手術を行う術式です。



患者さんのこれからの生活を思い
求められるのは、質の高い手術

やると出来るのは違う

消化器外科では、主に治療を要する疾患の診療を担当し、胃・大腸・肝胆膵などの悪性腫瘍、鼠径ヘルニア・虫垂炎・胆石症などの良性疾患や腹部外傷などの手術を行っています。

当院には、日本内視鏡外科学会の技術認定医が在籍しており、消化器疾患全般の診療や消化器がんに対する手術・化学療法（抗がん剤治療）・緩和医療を受けて頂ける体制を整えています。この資格は実際の手術映像による技術評価などもある資格で、消化器・一般外科領域の認定医は国内で2500名、兵庫県では130名程となっています。

がんの手術で最も大切なのは、がんを取りきる、できうる限り再発させない質の高い手術を行うことです。医療の進歩に伴い、手術も進歩していきます。医療機器も格段に性能が向上し種類も多く出回るようになってきましたが、最終的に手術するのは人間です。出来もしない手術を決して医者自己満足でやってはいけないのです。

“やるのと出来るのは違う”とも思いながら手術を行っています。

当院では、がんに対する有資格者がおり、手術の質を第一としながら、さらに先進的な腹腔鏡手術に取り組んでいます。一緒に最良の方法を考えていきましょう。

さらなる高みを目指して

当院では、腹腔鏡手術を発展させた Reduced port surgery (RPS) にも取り組んでいます。これは、腹腔鏡手術は通常5、6ヶ所の穴（5〜20ミリ）を開けて行うことが多いですが、穴の数を減らしたり、穴の大きさを小さくしたりして行う腹腔鏡手術のことです。

先に述べた通り、特にがんに対しては手術が命を左右することがあるため、なにより手術の質が最も大切だと考えています。手術の質が担保された上で RPS を行うことができれば、患者さんのメリットはかなり大きいと考えています。がんの進行度やがんの部位、内臓脂肪の多さなど RPS に適さない場合もあるため、全ての方に行えるわけではありませんが、可能な限り取り組んでいます。もちろん、虫垂炎や胆石症などの良性疾患にも可能です。

最後に、高齢者の場合はがんが治ることも大切ですが、元通りの生活に戻ることも大切です。その上で、腹腔鏡手術は開腹手術比べて、食事の開始時期も、ベッドからの離床も早く、ADL を落とさないまま日常生活に戻ることが可能です。

これまで、大腸がん腹腔鏡手術は約700例、胃がん腹腔鏡手術は約200例の手術実績があります。もし、手術が必要でお悩みの場合はご相談ください。

最大のメリットは低侵襲

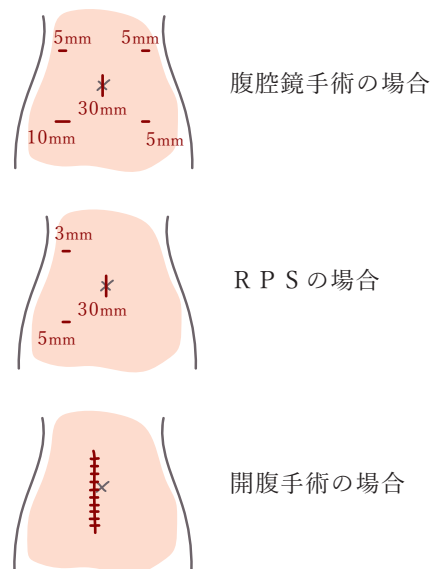
手術に際しては、患者さんの身体的・精神的負担を第一に考慮し、腹腔鏡による負担の少ない低侵襲手術を実施しています。

遡ること20年以上、腹腔鏡手術が一般的に知られるようになった頃は、虫垂炎や胆石症と言った良性疾患が対象でしたが、技術や機器の進歩により15年前頃には初期の胃がん、大腸がんと言った悪性疾患にまで広がってきました。

腹腔鏡手術の特徴は、創が小さいため、見た目がきれいなこと（整容性が良い）と、身体への負担が少ないこと（低侵襲）です。

手術後の傷痕について、特に女性や若年層は気になるところではないでしょうか。腹腔鏡手術ではわずか数ミリの切開創で手術を行うため、見た目にも優れています。

傷痕の比較（S状結腸癌の場合）





超高齢社会から超高齢多死社会へ



職員の祖母である渡邊高江さん
ゆめさきで最期まで笑顔で過ごされました

いつもどおりの生活を

祖母も私たちも、積極的な治療を望んでいるわけではありませんでした。誰もわからない知らない病院で「患者」になるのが嫌で、今のままの「暮らし・生活」を大事にしてあげたいと思っていました。

ゆめさきでの看取りは、最期まで環境が変わらず祖母にとっては良かったと思います。亡くなる直前まで入浴・食事など普段と変わらない生活を大事にしてもらえて、職員からは「今日はおやつを食べられたよ」などと、日々の小さなことまで情報を貰えた事がとても嬉しかったです。

コロナ禍では、ほとんどの病院で面会ができず、つらい思いをされた方々の声を耳にしましたが、ゆめさきでは離れて暮らしている家族でも面会させてもらえることができました。

最期まで、温かく丁寧なケアをしてもらったスタッフの皆さんに、とても感謝しています。



その人に寄り添い、想いを支え看取る

今から約 50 年前の 1970 年、日本は高齢化社会（※）に突入しました。その後は少子化の進行や平均寿命の伸長も相まって、急速に高齢化社会が進み 1994 年に高齢社会、2007 年に超高齢社会へと突入しました。2021 年 9 月 15 日現在の高齢化率は 29.1%に達しています。

※ 一般的に65歳以上の人口が、全人口に対して7%を超えると「高齢化社会」、14%を超えると「高齢社会」、21%を超えると「超高齢社会」と呼ばれます。

介護老人保健施設ゆめさき

終の棲家を考える

国立社会保障・人口問題研究所の統計資料によると、社会の高齢化とともに、年間の死亡者数は増加し続け、2040年には160万人以上の方がお亡くなりになる時代となります。今後は超高齢社会から“超高齢多死社会”へ局面が変わっていくことになります。

この多死社会を迎えるにあたって、社会的に様々な課題がありますが、私たち一人ひとりには、「終の棲家」になる場所をイメージしておかなければなりません。

近年、在宅医や訪問看護、訪問介護などの充実した手厚いサービスによって、住み慣れた自宅で最期を迎えたいという想いが実現できるようになってきました。しかしそれでも、病院で亡くなる方の割合が高いのが実情です。日本の医療計画では、病院のベッド数が減ることはあっても増えることは考え難いと言えます。

つまり、終の棲家を求める人が病院以外の場所を選択しなければならぬ時代にきています。このような時代の中で、老健ゆめさきにおいても、本来の「在宅復帰」「自立支援」などの役割に加えて、最後までその方の想いに寄り添い、暮らしの中で最期を迎える「看取り」に取り組んでいます。

看取りに対する職員の気持ち

先に述べた通り、老健の本来の役割は在宅復帰や自立した生活をサポートすることにあります。

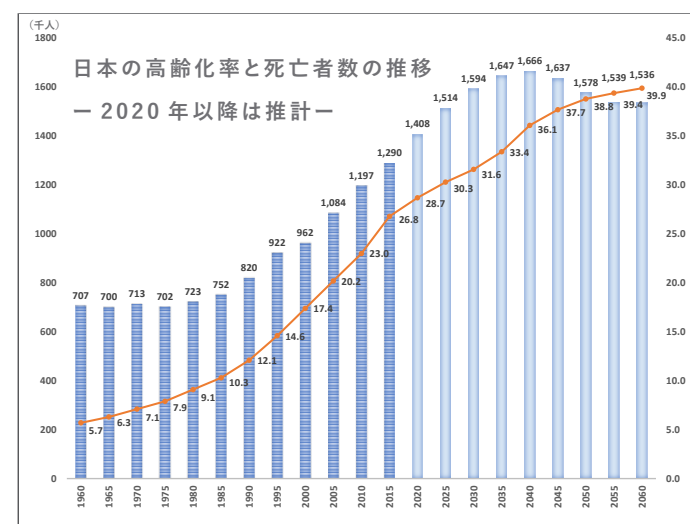
ゆめさきで看取りを行うことの意味

老健での看取りは、最期までその方に寄り添い、叶えたいことを可能にしたり、暮らしの中で最期を迎えることです。今日もいつもの一日が始まり、過ぎていく。チューブもカテーテルもモニターもなく枯れるように。慣れ親しんだ環境やスタッフ、利用者たちの中で一人寂しい思いをさせないように。最期の時に必要なのは治療ではなく、人の手で行う温かい心通うケアなのだと思います。

初めての看取り経験に職員の不安や緊張はとても高かったと思います。「何かしたいことはないやろか」、「手足が冷たいな」、「痛いところはないやろか」、「まだ、お風呂入れるかな」。色んなことを思い、チームメンバー全員が同じ方向を向き、とにかく考えながらケアしていただきました。

ます。しかし、徐々に食事が食べられなくなり衰弱していく利用者を一番近くでケアしながらも、最後は病院に送らなければならぬという虚しさ、長く慣れ親しんでいた、このゆめさきで看てあげたかったという思いを抱えながら、ゆめさきでの看取りを叶えるために準備を進めてきました。

多くの職員は看取りの経験がなく、何をしたらいいのかかわからず怖い、業務が大変になるのではないかと不安ばかりが先行しました。そして何より、「死」に対する向き合い方を考える、人生の最期に携わるこの意味を深く理解することが必要でした。



出典：厚生労働省 人口動態統計
国立社会保障・人口問題研究所 人口統計資料

これで良かったかどうか
出来ていたかどうかかわからない
でも“見届けられた”と思った

見届けられたことの安堵の気持ちとこれで十分と言いたい切れないスタッフたちの思いが伝わってきます。きれいなお身体で穏やかな最期は私たちにとても救いでありました。看取りケアに携わる機会を頂いたことは、すべてのスタッフの心の成長に繋がりを、自分たちの仕事の意味を深く知り、利用者とそのご家族に真摯に向き合い、丁寧なケアを実践する大切さを振り返ることとなりました。

そして、ご家族が自宅を老健に置き換えて最期まで関わる事が出来ることは、在宅支援でもあると言えます。これからも私たちは、利用者、そのご家族に寄り添い、支援が出来ることを願っています。

一人での生活は不安…
でも、施設には入りたくない
自由な生活がしたい



Information

サービス付き高齢者向け住宅リリーフあがほ
自由な生活に安心をプラス

このようなお悩みに
リリーフあがほはいかがですか？

目の前が入江病院なので安心！
職員は24時間常駐！
外出も外泊も自由！
介護サービスもそのまま利用可能！



気軽にお問合せください
TEL 079-238-5855
[平日 9:00 ~ 17:00]

外来診察の日程
● 月曜日 午前診察／夜診察
● 木曜日 午前診察

総合診療科 野坂英樹（のさか ひでき）
日本内科学会認定医、総合内科専門医
日本腎臓学会専門医、指導医 / 日本透析医学会専門医
日本集中治療学会専門医



Doctor

新入職医師のご案内



表紙の
おはなし

VOL.013

今号の表紙は、英賀保公民館で行われている「子供おやつ教室」の様子です。この教室は、平成17年から続く、人気の地域講座です。現在は30名ほどの参加者が2班に分かれて月1回の教室に参加しています。

英賀保公民館の岡崎館長は、

「子どもが喜ぶことによって、地域の活性化に繋がる」と言います。子どもたちに良い経験をしてもらうことで、それが家族の喜びに繋がり、そこから地域の子どもたちのサポート体制が築けます。サポートする方々も率先し、喜んで取り組んでおられるとのこと。

実際に教室を担当する木村倫代さんは「恐れていたら何もできない。たしかに、包丁を使うことや、揚げ物は危ないけれ



ど、どのように料理をすれば危なくないかと言うことを伝えたいです」と、思いの丈を話して下さいました。
参加していた子どもたちは1つ1つの説明にしっかりと耳を傾け、終始笑顔で作業に取り組んでいました。
「楽しく参加してもらうことが何より大事。私たちも楽しいです。お互いさまですね」と、木村さん。子供おやつ教室は、地域にとって、とても大切な場でした。



「ちょっとええよ〜」

管理栄養士の
健康アドバイス

栄養は「元気」の源です

「朝ごはん、めっちゃ大切です」

食事をするよりも
1分でも長く寝たい



集中力がなくイライラの原因に!?

朝食を食べることで、胃や腸などの内臓が活発に働き、眠っていたカラダが内側から活動的になります。特にブドウ糖は脳のエネルギーとなる重要なものです。ブドウ糖が不足すると、朝から思考能力が低下します。さらに集中力がなくなり、やる気も出ずイライラするなど、仕事も勉強も捗りません。頑張るお父さん!!朝食をしっかりと食べて1日のスイッチを入れましょう。

ブドウ糖の摂取

コンビニに立ち寄れるなら
サンドウィッチがオススメ



ダイエットのために
朝食を抜いています



正しい方法でしなければ逆効果!?

朝食を抜くと代謝が悪くなり、エネルギーのもとである脂肪をため込みます。そして、空腹のあまり昼食はドカ食いになり、さらに余分なエネルギーが蓄積され、結果として肥満を招きます。また、血糖値が急上昇・急降下することで空腹感を招きます。朝、昼、夜の食事の配分は、3:4:3が理想です。ダイエットに大切なことは3食の栄養バランスと、それぞれの活動量に応じた量を食べることです。朝食で代謝のスイッチを入れることはダイエットの1つのポイントです。

適切なエネルギー摂取

高たんぱくで
低脂肪食品の代表
ヨーグルトがオススメ



朝はごはんと漬物で
ささっと済ませます

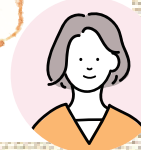


朝食にたんぱく質で筋力アップ!?

加齢により、筋肉量が減少すると、立つ・歩くなど運動機能が低下する恐れがあります。さらに糖尿病や心疾患のリスクも高まります。筋肉量を維持するためには、運動も不可欠ですがたんぱく質を上手に摂取することも大切です。肉や魚に多く含まれるたんぱく質は、夕食に偏りがちですが、筋肉は絶えず合成(食後)と分解(空腹)を繰り返しており、身体が求めているのは、毎食均等に食べることです。朝食でも、しっかりとたんぱく質をとり、筋力アップのスイッチを入れましょう。

たんぱく質摂取

レパートリーに富んだ
卵料理がオススメ



急性期医療から回復期リハビリ、施設介護、そして在宅医療まで。

「安心と満足」の医療・介護で地域を支えます。



社会医療法人
松藤会

「地域に生きる」を支えます

表紙のおはなし

当法人では「**地域に生きる**」を支えますを合言葉に地域医療・福祉に取り組んでいます。

そして、広報誌まほろばでも地域の皆さまとのコミュニケーション、繋がりを大切にしたいと思っています。

中面にインタビュー記事がありますので、どうぞご覧ください。

今号の表紙：子供おやつ教室（英賀保公民館 地域講座）

入江病院

〒672-8092 姫路市飾磨区英賀春日町2丁目25番地

TEL.079-239-3121（代）

併設事業所：短時間型通所リハビリテーション

訪問看護ステーション

介護老人保健施設 ゆめさき

〒671-1103 姫路市広畑区西夢前台6丁目56-1

TEL.079-237-8735（代）

併設事業所：居宅介護支援事業所

サービス付き高齢者向け住宅 リリーフあがほ

〒672-8092 姫路市飾磨区春日町2丁目11番地

TEL.079-238-5855

