

# SAKASO

「さかそう」

ご自由にお持ちください

特集 専門職に聞いてみよう

## 認知症看護認定看護師のこと。



2024.8 Vol.67

### お知らせ

#### 脳神経外科・リハビリ科 外来診療室移動の お知らせ

6月より脳神経外科・リハビリテーション科（富山医師）は坂総合クリニック外来に、また整形外科の外来は坂総合病院に移りました。  
毎週の診療日はホームページの予定表をご覧ください。  
なお、初めて整形外科の受診を希望する方は、かかりつけ医からの紹介状を持参の上、ご予約ください。

坂総合病院 診療時間 🔍 検索

#### 坂総合病院市民公開講座を 多賀城市で開催します

「がん診療 ～心とからだの緩和ケア～」と題し、当院の緩和ケア科 科長・北山 治仁による講話を行います。また、当院が行っている無料低額診療事業について社会福祉士が解説します。

- 日時: 2024年9月7日(土) 14:00～15:30
- 場所: 多賀城市文化センター 第3・4会議室(多賀城市中央2-27-1)
- 申込方法: 坂総合病院022-365-5157(代表) または下記QRコードからお申込みください



こちらからお申込みできます



#### 診療予約・変更・お問合せ

まずはコールセンターへお電話いただきご確認をお願いいたします。

コールセンター **022-361-8288**

- 平日 8:30～16:30(小児科のみ8:00～)
  - 土曜 8:30～11:30(小児科のみ8:00～)
- ※日曜・祝祭日、年末年始(12/30～翌年1/3)、8/16(お盆)は休業。

◎紹介状をお持ちの方は、必ずその旨をお伝えください。  
◎上記時間以外で救急診療のお問合せは、病院代表番号(022-365-5175)にお電話をお願いします。

詳細はwebサイトでもご確認いただけます。

坂病院 🔍 検索 <https://www.m-kousei.com/saka/>

#### 表紙について

「子どもの頃、自宅に多賀城碑の掛け軸があったんです」と思い出を語る阿部さん。今後、多賀城碑が国宝への指定が見込まれることもあり、思い出深い場所で絶好の撮影機会となりました。

- 表紙撮影 / 多賀城碑



電車の場合 ▶ JR仙石線・下馬駅下車。駅前が当病院です。

お車の場合 ▶ 第三駐車場は、当院ご利用の方は無料です。第三駐車場と病院間の送迎バスを運行しています。

SAKASO 坂総合病院 広報誌「さかそう」  
2024年8月1日発行



〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5 <https://www.m-kousei.com/saka/>  
【広報誌に関するお問合せ】Tel 022-365-5175(代)



毎回特集内容を変え、病気や病院のあれこれを発信。今回は「認知症看護認定看護師」について紹介します。

## 特集

# 専門職に 聞いてみよう

# 認知症看護 認定看護師 のこと。



精神科の野村 綾医師、社会福祉士の吉田真理さんと同行うラウンドカンファレンスの様子。患者さんの症状や経過状況を共有できるよう、データをリストアップすることも阿部さんの大切な仕事だ

塩釜市を中心に地域の医療を支える坂総合病院。適切な治療と高度な技術で人々を支えています。今回は、高齢化社会を支える質の高い認知症ケアを行う「認知症看護認定看護師」について聞きました。

## 阿部 育実 (あべ いくみ)

宮城県出身。文系大学卒業後、「やりがいのある仕事に就きたい。社会に貢献したい」と看護師を志す。1999年坂総合病院に入職。ICUや緩和病床などでの業務を経て、2007年に認知症看護認定看護師の資格を取得。専従看護師としての業務のほか講師活動も行っている。

### 「地域と人」とのつながりが私をつくりあげている

私が認知症看護認定看護師の資格を取得したのは看護師9年目の時。キャリアアップに悩んでいた頃、当時の看護部長から「これから高齢者が増えていく中で、看護師としてやりがいを感じる分野だ」と思う。ぜひ資格を取ってほしい」と勧められたことがきっかけでした。

資格を取得した2007年は、看護の領域での認知症ケアがまだ確立されていない時期でした。私は東北での資格取得者第1号となり、近隣はもとより県外の病院や老人介護保険施設などから講師の依頼をいただきました。夜勤もしていたので多忙な毎日でしたが、あの時に生まれたつながりが私を大きくしてくれたと感じます。地域に向き、地域を知り、地域と関わるということは、自分とは異なる背景を持つ人々とつながること。この経験が、看護の実践を越えた、患者さん一人ひとりの背景や社会制度の問題に気付かせてくれました。

### 現場の看護師へのケアや認知症の啓蒙も大切な仕事

入院という環境は認知症の悪化やせん妄症状を誘発し、時に治療の遅延や看護師がケアに対する不安や難しさを感じることもつながります。そのような状況を改善するために奔走するのが認知症看護認定看護師です。研修会や学習会での認知症に関する啓蒙やケアに関する助言などを行っています。現在は週に一度、精神科医師や社会福祉士と病棟をラウンドし、カンファレンスを通して患者さんが安心して適切な治療やケアを受けられるよう、そして現場の看護師の負担や不安を軽減できるよう活動しています。もの忘れ外来に通院している患者さんやご家族、受診を希望する方からの相談や、地域包括支援センターやケアマネージャーから地域で暮らす認知症の方に関する相談を受けるのも私の仕事です。認知症の症状は本人と周りの人々との関係性に大きく影響を受けます。逆に言えば、周りの人が本人の想

いを尊重し関わることで症状の改善につながります。

### 将来の「自分ごと」として認知症を捉えてほしい

認知症を思うこと、あるいは認知症の家族をケアすることは家族自身の関係性や歴史にも向き合うことになり、人生の集大成のような出来事かもしれませぬ。そんな当事者の気持ちを少しでも軽くしてあげたい、患者さんと家族が抱える困難に少しでも風穴を開けたい。認知症看護認定看護師は、そうした役目も果たしているのではないかと思います。

残念ながら認知症は、「できないことが増えていく」「自分自分ではなくなる」といったイメージを持たれ続けています。しかし誰でも年を取り、体の機能は衰えていくもの。「認知症になりたくない」「自分だけは認知症にならない」と思わず、誰もがいずれば行く道だと考えることで、認知症を「自分ごと」として捉えることができるのでは

ないでしょうか。大変なことも多いですが、認知症介護を通して素晴らしい体験ができるということもお伝えしたいです。そして私自身、高齢社会の中でこれまでの経験を踏まえてどんな役割を担うことができるか思いを巡らせながら、社会貢献を続けていきたいです。



ラウンド後に設けられる、看護師を交えた話し合いの場。認知症のケアに対して阿部さんから看護師へ助言を行う

誰もが認知症を理解して受け入れる。そんな世の中が理想です

## #12 運動不足解消に役立つ室内運動⑧

日常の中で感じやすい肩の痛み。簡単に行うことができる運動を生活の中で取り入れて、痛みの予防と改善を目指しましょう！肩甲骨の動きを意識して行うとより効果が高まります。

### 肩の痛みを予防・改善する「肘の前後運動」

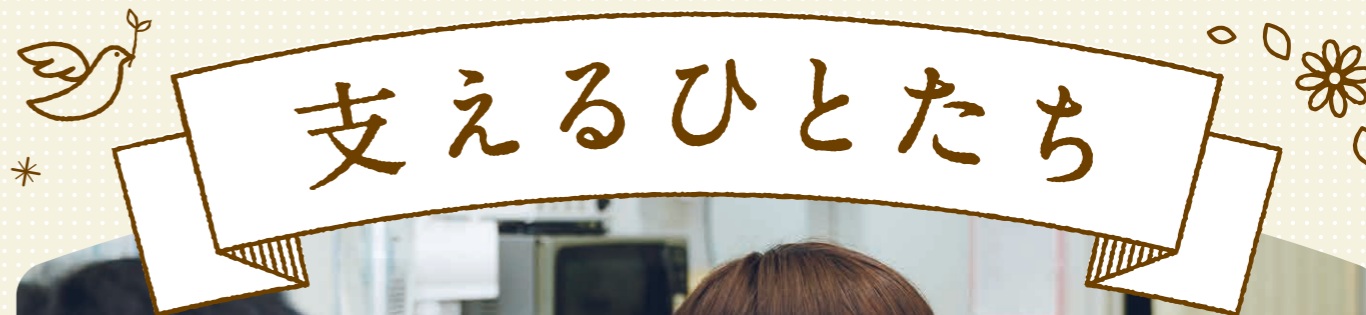
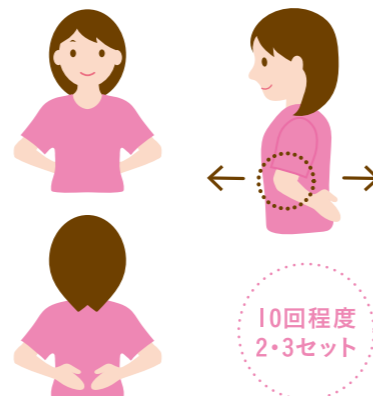
- 1 両腕を腰に回して両手の甲を腰に付け、両手の間隔を少し離す。
- 2 両手の甲を腰に付けたまま無理のない範囲で両肘を前方へ出していき、その後、肘を後方へ引いた状態に戻す。
- 3 この前後動作を10回程度、2〜3セット行う。

〈注意点〉肩や肘が痛む場合は、回数やセット数を減らす。背筋は軽く伸ばし、腰は反らないようにする。

#### 「運動療法センターのびのび」とは…?

坂総合クリニック1号館6階にあるメディカルフィットネス。健康増進・疾病予防運動、生活習慣病の運動療法、介護予防運動などを実践する施設です。

※現在は感染症対策のため、特定の病気の重症化予防を目的として個別にご利用いただいています



第39回  
地域医療連携課

## 栄養手帖 ■■ -食養室だより-

## 夏野菜でビタミンチャージ!

旬の野菜は栄養満点! 夏のこの時期に、おいしさも栄養価もたっぷり蓄えた夏野菜でビタミンを補給しましょう。

### ビタミンの働き

風邪の予防や疲労回復に効果があり、血をつくる働きをします。体の働きを助けて調子を整えてくれる栄養素です。

### ビタミンの上手な摂り方

油に溶けやすい「脂溶性」と、水に溶けやすい「水溶性」があります。調理法を工夫して、効率よくビタミンを摂りましょう。

ビタミンA・ビタミンKなど「脂溶性ビタミン」を含む野菜は、炒め物や揚げ物で調理!

油と一緒に摂ることでビタミンの吸収率アップ!



ビタミンC・ビタミンB群など「水溶性ビタミン」を含む野菜は、レンジ調理、蒸し料理がおすすめ!

サラダでいただくのもおすすめ!



坂総合病院を、そして患者さんを支える人々。その「人となり」に迫ります。

私は生まれも育ちも塩釜です。幼少期に坂総合クリニックの小児科に通院していたことや、母と祖母が坂総合病院で働いていたこともあり、この病院を就職先として選びました。現在は「紹介の窓口」として、紹介状をいただいた患者さんの予約対応や開業医からの臨時紹介受診依頼、かかりつけ医への診療情報提供依頼、紹介患者の統計データ作成など、多岐に渡る業務を担当しています。

今年6月には地域医療連携課課長に就任しました。まだまだ未熟ですが、外部の先生から「坂総合病院の連携課への連絡が一番スムーズだ」と評価していただける職場を目指していきたいです。そして断らない病院の、外部から見た病院の顔に地域医療連携課として、今後も可能な限り先方の希望・要望に応えられるよう尽力したいと思います。

### 次号は

〈看護部長室 副看護部長〉  
渡邊 一也



地域医療連携課は2024年6月から新体制となりました。地域の連携医の皆さん、この場を借りてスタッフのみんなを紹介します!



須田 里歩 (すだりほ)  
地域医療連携課 事務

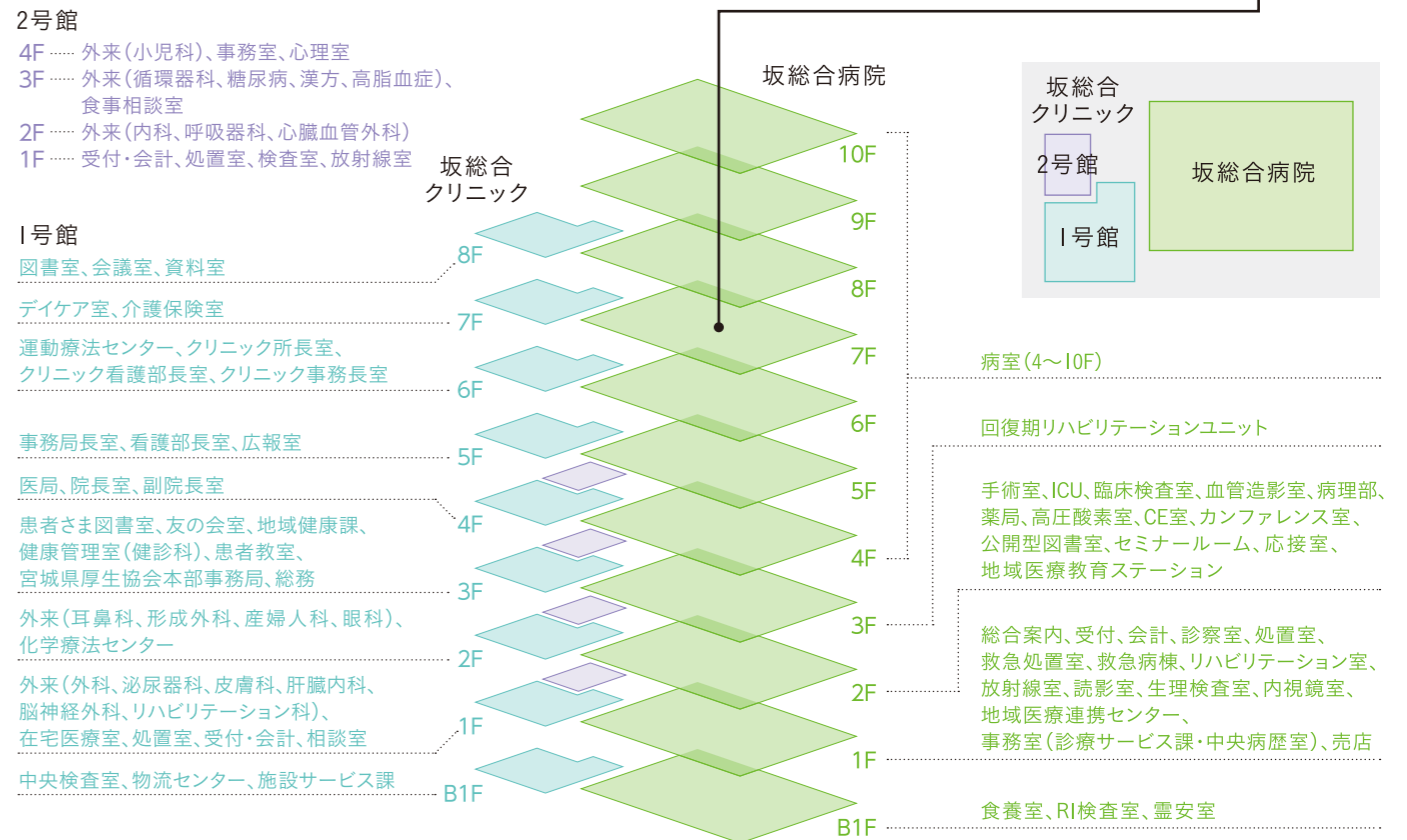
安孫子 陽子  
(あびこ ようこ)  
師長

7階病棟は消化器内科、糖代謝科、内科の混合病棟です。消化器科では早期がんや膽管疾患、消化管出血に対する内視鏡治療、がんの術前検査や化学療法など専門的な分野を。糖代謝科では糖尿病の生活指導、血糖調整、糖尿病合併症による治療を。そして内科では高齢者の誤嚥性肺炎や尿路感染症などを対象に、急性期から慢性期、終末期まで様々な患者さんの看護を担当しています。それぞれ専門的な分野ですが、チームを越えて病棟全体で患者さんを支えています。私たちの目標は、患者さんが病気と上手に付き合いつながり日常生活を快適に過ごせるように援助することです。そのため日々のコミュニケーションやカンファレンスにおいて患者さんの情報共有を行い、医師をはじめ退院支援専門看護師や医療ソーシャルワーカー、リハビリ部門、事務部門、薬剤師、栄養士、心理士がそれぞれの視点から患者さんを支えています。

患者さんからは投書でお褒めの言葉をいただくことがあります。「心情に寄り添ってくれた」「看護師の笑顔に救われた」「親切な対応に元気をもらった」などの言葉は私たちの励みになっています。これからも患者さんに不安や不快な思いをさせないよう、日々精進していきたいです。



期まで様々な患者さんの看護を担当しています。それぞれ専門的な分野ですが、チームを越えて病棟全体で患者さんを支えています。私たちの目標は、患者さんが病気と上手に付き合いつながり日常生活を快適に過ごせるように援助することです。そのため日々のコミュニケーションやカンファレンスにおいて患者さんの情報共有を行い、医師をはじめ退院支援専門看護師や医療ソーシャルワーカー、リハビリ部門、事務部門、薬剤師、栄養士、心理士がそれぞれの視点から患者さんを支えています。



連携医のご紹介

# 青葉通り一番町 形成外科皮ふ科

[ 形成外科・皮膚科 ]



院長  
志藤 祥子 先生 ※写真右  
(しどう しょうこ)

皮膚科担当  
志藤 光介 先生 ※写真左  
(しどう こうすけ)



形成外科、皮膚科  
青葉通り一番町形成外科皮ふ科

〒980-0811  
仙台市青葉区一番町2-4-19  
シリウス一番町3F  
TEL 022-302-7816  
<https://shido-derma.jp/>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 - 13:00	○	○	○	△	○	○	△
14:30 - 19:00	○	○	○	△	○	★	△

休診日/木・日曜、祝日  
(★第1土曜午後のみ休診)  
※最終受付時間17:30



通いやすい立地で良質な医療を提供

皮膚にできる腫瘍は数百種類にも及び、中には切除しなければ良性・悪性の区別が難しいものも多く含まれます。これまでは大きな病院へ紹介後に手術を受けるのが一般的で、検査や手術は気軽に受けることが難しい状況でした。そこでアクセスが良い「藤崎」の近くに開院し、日帰りでも皮膚腫瘍の切除が可能なお環境を整えました。局所麻酔で良性腫瘍は約30分、悪性腫瘍は30〜60分程度の手術を行うため、高齢者でも身体的負担が少ないと考えています。手術は完全予約制ですが手

術枠は設けず、開院時間内で柔軟に対応可能です。年間約1300件の手術は形成外科専門医である院長が担当し、悪性の場合は皮膚科専門医が診断と経過観察を行います(2024年6月現在土曜のみ専属。平日は坂総合病院でも対応)。これにより、高いレベルの医療が提供できます。皮膚は絶えず再生を繰り返すため、年齢とともに様々な腫瘍が現れることがあります。早期に対応すべき症状もあるため悩む前に受診いただき、不安なく健康な生活を送りましょう。

坂総合病院から

青葉通り一番町形成外科皮ふ科さんは、仙台中心部の非常にアクセスのよい場所にあります。受診しやすい環境づくりに力を入れており、日帰り手術などで速やかな診断・治療につながっています。皮膚科専門医の先生は当院でも外来診療を行っており、今後も良い連携を継続していきたいと思えます。