～こころに笑顔の種がふる～

はぁとふる

2020 Vol.61

コロナ時代にためされる「地域力」

【特集】職員の新型コロナウィルス感染を経て

地域の皆さまに、
Warm Heart（心）
Cool Head（知識・判断）
Beautiful Hands（技術）で
ヘルスケアサービスを提供するための
コミュニケーション誌

本件の撮影及び取材は、十分な換気と、フィジカルディスタンスを保った状態で 実施しております。

私たちは地域とともに動き続ける。

保健・医療機関とともに考える、地域ぐるみの感染症対策

―職員の新型コロナウィルス感染を経て、今後はぁとふるグループが取り組むこと―

検証① 地域の保健・医療機関との連携が、最少の感染と最短での終息を可能に

8月15日、運動器ケア しまだ病院の職員の新型コロナウィルス感染が判明、衝撃が走った。結果的には、感染者は2名で収まり、発生から2週間で完全終息を宣言することができた。今後の感染対策を考えるうえでも、まずは今回起きた事態・事実とその経緯を記録しておく。

8月15日（土）
職員AがPCR検査で陽性判定
藤井寺保健所から第一報が入る。感染管理認定看護師（ICN／Infection Control Nurse）・看護部長・院長が急遽出勤し、保健所とAと連絡を取りながら対応開始（上記Ⅰ参照）。

出勤した11日の「濃厚接触者」を追跡
Aの行動履歴を確認し、濃厚接触者を見つける作業を開始。Aに症状が出たのは13日。夕方に微熱を認めた。この発症前2日間の行動履歴を調査。Aは10日に知人と接触歴があり、知人は13日に陽性に。Aは12日は自宅待機、11日は出勤。

食事で同席した2名が「濃厚接触者」に
Aは、職場内ではマスク着用を徹底していた。当院では食事場所もゾーニングしているが、食べる際にはマスクは外す。11日に同室で食事をした2名が「濃厚接触者」と判定された。

ミーティングで同席した8名も検査
同日、比較的狭い部屋でA以外に8名が参加するミーティングも行っていた。全員マスクは着用しており、判定基準に従えば「濃厚接触者」にはあたらない。しかし、藤井寺保健所では、密な環境だったこと、病院スタッフであるという観点から、8名も検査対象とすると判断した。

8月16日（日）
10名の検査結果確定、Bの陽性判定が判明
藤井寺保健所にて濃厚接触者2名を含めた10名のPCR検査を実施。同日全員の結果が出た。ミーティングに参加したBの陽性判定が確定。

Bの行動履歴から濃厚接触者を追跡
Bは無症状だった。13日までは出勤していた。Bはお盆帰省を自制していたが、両親からの強い要望に応じ、14日からは実家に帰省していた。しかし、実家には高齢の祖母がいるため、自主的に自宅内でもマスクを着用していた。それが奏功し、実家の家族は濃厚接触者となったが、検査は陰性に。Bは院内でも感染対策を遵守しており、「濃厚接触者」はいなかった。

8月17日（月）
早朝、緊急の病院運営会議を開催
早朝の運営会議では、4つを決定（上記Ⅱ参照）。

8月27日（木）
大阪はびきの医療センターに協力要請
Aは25日には解熱し、咳症状も改善傾向にあったが、味覚障害が残存していた。Bは発症せずに無症状で経過した。AとBの復職にあたっての基準作りのために、大阪はびきの医療センターの院長にアポイントを申し入れ、協力を要請。大阪はびきの医療センターの内科医による診察を受けて復帰可否の判断を仰ぐ協力を要請し、快諾いただいた。

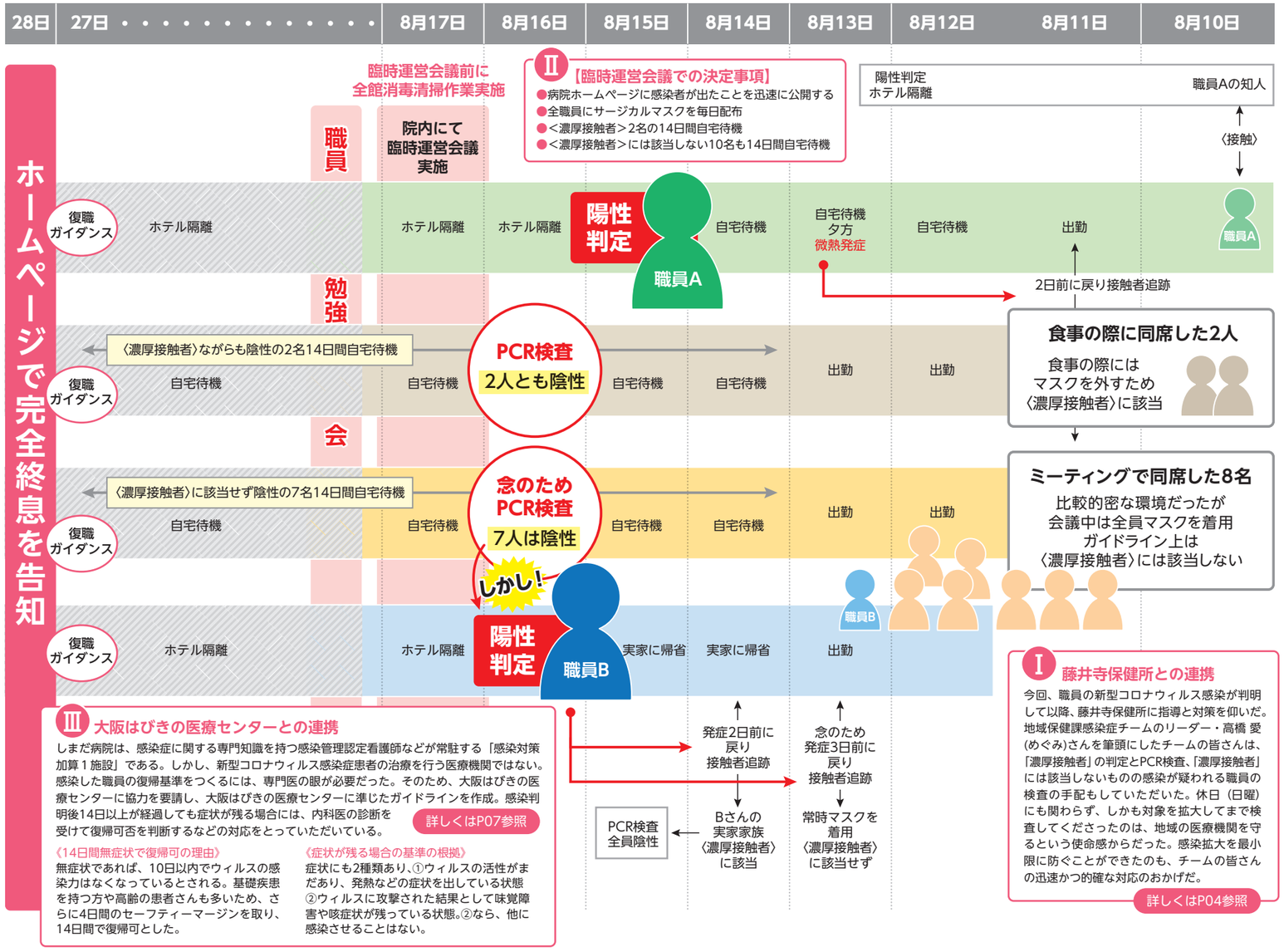
無症状なら14日経過で復職可と判断
無症状なら、14日間経過した時点で感染力は完全に消失していると判断、復職可とした（上記Ⅲ参照）。陽性判定が出て14日間無症状だったBは、職場復帰可能と判断。

症状が残る場合、専門医の診察で判断
症状が残る場合は、①発症後14日を経過していること　②症状が消失して72時間以上経過していることを基本とした（上記Ⅲ参照）。
味覚障害が残ったAは、大阪はびきの医療センターの内科医による診察を受け、職場復帰可能と判断された。

院内勉強会と復帰ガイダンスも実施
院内での復帰に関わる正しい知識を職員に知ってもらい、心ない差別や誹謗中傷が起こらないように勉強会を実施。復帰するA、Bにはそれぞれ、状況説明や不安の聞き取り、そして何か心配なことがあれば聞いてもらえる窓口を設置していることなどを説明する復帰プログラムも用意。

8月28日（金）ホームページで終息宣言

〈事実と経緯の整理〉



Ⅰ 藤井寺保健所との連携
今回、職員の新型コロナウィルス感染が判明して以降、藤井寺保健所に指導と対策を仰いだ。地域保健課感染症チームのリーダー・高橋 愛(めぐみ)さんを筆頭にしたチームの皆さんは、「濃厚接触者」の判定とPCR検査、「濃厚接触者」には該当しないものの感染が疑われる職員の検査の手配もしていただいた。休日（日曜）にも関わらず、しかも対象を拡大してまで検査してくださったのは、地域の医療機関を守るという使命感からだった。感染拡大を最小限に防ぐことができたのも、チームの皆さんの迅速かつ的確な対応のおかげだ。
詳しくはP04参照

Ⅲ 大阪はびきの医療センターとの連携
しまだ病院は、感染症に関する専門知識を持つ感染管理認定看護師などが常駐する「感染対策加算１施設」である。しかし、新型コロナウィルス感染症患者の治療を行う医療機関ではない。感染した職員の復帰基準をつくるには、専門医の眼が必要だった。そのため、大阪はびきの医療センターに協力を要請し、大阪はびきの医療センターに準じたガイドラインを作成。感染判明後14日以上が経過しても症状が残る場合には、内科医の診断を受けて復帰可否を判断するなどの対応をとっていただいている。
詳しくはP07参照

《14日間無症状で復帰可の理由》
無症状であれば、10日以内でウィルスの感染力はなくなっているとされる。基礎疾患を持つ方や高齢の患者さんも多いため、さらに4日間のセーフティーマージンを取り、14日間で復帰可とした。

《症状が残る場合の基準の根拠》
症状にも2種類あり、①ウィルスの活性がまだあり、発熱などの症状を出している状態②ウィルスに攻撃された結果として味覚障害や咳症状が残っている状態。②なら、他に感染させることはない。

〈地域の保健・医療機関との連携〉
藤井寺保健所とともに

検証②

異なる分野のプロとのパートナーシップで、感染拡大防止と安全な病院運営を実現

今回、発生した当院職員の新型コロナウィルス感染。その拡大を防ぐために重要な鍵となったのが、地域の保健・医療機関との連携だ。そのなかで見えてきた「感染拡大防止のための連携のポイント」を探った。

信頼できるパートナー それが藤井寺保健所だった

職員Aの感染が判明した後、運動器ケアしまだ病院が最大の信頼をおいて密に連携をとった機関が、藤井寺保健所だ。

保健所の業務範囲は広い。市民向けには、母子保健や府民の健康づくり、食中毒対応、さらには飲食店の衛生指導まで、保健衛生のあらゆる分野をカバーする。

また、医療機関との間では、管内の地域医療体制を築くための中長期にわたった協議なども行っている。そして、感染症予防や発生時の対応も、保健所の重要な役割の一つだ。

半年間の相談で蓄積されてきた 保健所の感染対策の知見と経験知

Aの感染が判明して以降、最重視したのは「院内感染を拡大させない」こと。そのために必要なのは、感染者と接触した人を洗い出して「濃厚接触者」を絞り込み、該当者にPCR検査を受けさせ、感染者を特定して適切に対処することだ。

これらの対策を行う際に大きな支えとなったのが、保健所の持つ感染拡大防止の深い知見と経験知だ。

勝田院長はこう話す。「保健所と密に連絡を取り合うことは、地域医療を担う病院の一つとしての〝社会的責任〟です。と同時に、感染拡大を防ぐためには、保健所は〝もっとも信頼できるパートナー〟でした。ウィルス感染症発生以降、対応の最前線に立ってきたのは保健所です。半年にわたって無数の相談が寄せられています。その結果、豊富なケーススタディやそこから得られた経験知があります。私たちにとっての保健所は、対応策を考える際の〝守護神〟でした」。

運動器ケア しまだ病院　院長 勝田 紘史

誰が「濃厚接触者」なのか? 拡大防止は、その判別から始まる

一般にはあまり周知されていないが、感染者に接触した人すべてが「濃厚接触者」に該当するわけではない。医学的な定義がなされており、感染者と接触した際の距離や時間、マスクをつけていたか否か、周囲の換気状況、会話の頻度や声量などの条件によって変わる。このガイドラインに従って「濃厚接触者」を絞り込んでいく。それが対応の第一歩だ。

藤井寺保健所で感染症チームを率いる高橋チームリーダーは、「相談に対応するメンバーは、これまでの経験から『濃厚接触者』の判別や、『濃厚接触者』には該当しないが『感染の可能性を疑ったほうがいい人』を割り出す〝見立て〟も、身につけてきている」という。

新たに感染者がみつかったのは、「濃厚接触者」からではなかった

ここで再度、経緯を確認しておこう。（前ページ参照）。当初、「濃厚接触者」に該当すると判断したのは、Aが出勤した8月11日に食事で同席し、食べる際に「マスクを外さざるを得なかった」2名のみだった。が、保健所では、同じ11日、Aも参加したミーティングに「マスクを着用して」同席した8人も感染を疑ったほうがいいと判断。あえて検査対象者の範囲を拡大することを薦め、その手配もしてくれた。そしてその結果、新たな感染者Bは、濃厚接触者の2人からではなく、対象を拡げた8人の中から見つかっている。

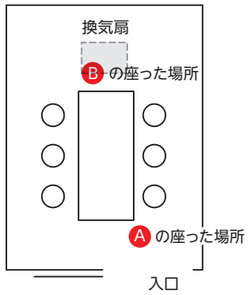
振り返ってみれば、Aの陽性が判明した15日（土曜）翌日・16日（日曜）には、2名と8名計10名がPCR検査を受けることができている。その対応は、週末の検査にも関わらず、柔軟で迅速だった。

濃厚接触者の定義（日本環境感染学会）

新型コロナウィルス感染症患者[注1]と接触したときの状況	暴露のリスク	健康観察の方法（最後に暴露した日から14日目まで）	無症状の医療従事者に対する就業制限
マスクを着用していた感染症患者と15分以上接触あり			
接触者サージカルマスク 着用なし	中リスク	積極的[注2]	最後に暴露した日から14日間の自宅待機
接触者サージカルマスク 着用あり	低リスク	自己[注3]	なし
マスクを着用していなかった感染症患者と15分以上接触あり			
接触者サージカルマスク 着用なし	高リスク	積極的	最後に暴露した日から14日間の自宅待機
接触者サージカルマスク 着用あり、ゴーグル着用なし（飛沫をあびた場合）	中リスク	積極的	最後に暴露した日から14日間の自宅待機
接触者サージカルマスク 着用あり、ゴーグル着用あり（飛沫をあびた場合）	低リスク	自己	なし

注1 濃厚接触者の定義（日本環境感染学会）医療従事者も含む
注2 発熱または呼吸器症状の有無について1日1回、電話化メールで確認する
注3 出勤前、出勤時に検温、発熱または呼吸器症状の有無を報告する

Aが参加していたミーティングが開かれた会議室。全員マスクを着用しており「濃厚接触者」には該当しないが、保健所は、広さと空気の流れを考えて参加者全員を検査対象とした



迅速な検査対応には、正確・的確な情報提供が必要

なぜ、その判断をスピードをもってできたのか? 高橋チームリーダーは話す。「それができた要因は、しまだ病院の感染症に対する院内の仕組みができていたからです。15日のAさんの陽性判定を待つまでもなく、発熱があったその日から、院内ではすでに行動履歴や接触履歴が調べられていた。さらにはこちらから提出を求めるまでもなく、判断に必要な書類や資料が即座に届いた。『濃厚接触者』に該当するのは誰で、その他に誰が接触したのか? それはいつどこで、どのような状況で接触したのか?もし、そうした正確な情報をいただけなければどうなるか?『こんな資料を提出してください』といった、病院にとっては〝煩雑な作業〟ば

大阪府藤井寺保健所　地域保健課
感染症チーム　チームリーダー
高橋 愛さん

かりが増えてしまいます。それでは私たちの経験知を活かすどころかアドバイスすらできませんし、何よりもいつまで経っても肝心の〝次の一手〟が打てません。しまだ病院は『感染対策加算1施設（感染管理認定看護師［ICN /Infection Control Nurse］などが常駐し、感染防止対策がなされている病院』として指定されていますが、さすがだな、と感じました」。

「念には念を…」。病院だからこそ、判断は柔軟に

その言葉を継いで、メンバーの皆さんが判断した際の経緯を話してくれた。「たとえば、食事をするエリアはどんな空間なのか、ゾーニングの仕方はどうなっているのか。資料には、写真も間取り図もつけられていました。もちろん、ミーティングの行われた会議室にもありました。どれぐらいの広さなのか、窓はどこにあって、エアコンの吹き出し口はどこについているのか。参加人数、会議時間、座った位置なども正確に記されていました。それらをつぶさに見て、加えて電話でお話しを聞き、メンバーで集まって見立てをすり合わせた結果、検査対象も拡大した方がよい、と考えました」。

地域医療を支える病院でもあるだけに、念には念を入れた方がよいのではないか、その認識からの判断であり、検査が週末にかかっても迅速に対応することを決めたという。

保健所は、地域医療の屋台骨 異なるプロの力を借りたい

勝田院長はその時を振り返って話す。「『濃厚接触者』には該当しないと判断した8人の中から、新たな感染者が見つかったと聞いた時には、背筋が凍る思いがしました。もし、その8人が検査を受けなかったとしたら、そこを感染源としてもっと拡がってしまったかもしれない。まさに保健所は守護神でした。たしかに、高齢者の患者さんをはじめ地域の患者さんと直接向き合うのは、私たち病院の医療者です。が、その病院の安全をしっかりと守ってくれているのは保健所です。その視点から見れば、保健所は地域医療の屋台骨です。私たちとは守備範囲は異なるものの、プロフェッショナルな知識と技、仕事に傾ける思いは同じなんだと胸が熱くなりました」。

高橋チームリーダーは、最後をこう締めた。「行政には、一定のガイドラインは必要です。ですがそれは〝最低標準〟。保健師による疫学調査から、社会的に必要で対応可能なら、基準以上に動きます。それもまた、私たち保健師の誇りですから」。

〈地域の保健・医療機関との連携〉
大阪はびきの医療センターとともに

いつから再び働けるのか？ 復職の基準づくりも必要

さらなる陽性者を出さないことを最優先し、感染者A、Bはもちろんだが、検査で陰性だった残りの職員も全員、Bの最終出勤日から2週間後にあたる27日までの14日間は、自宅待機とすることを決めた。

幸いにも新たな感染者は出ず、28日に終息宣言を出すことができた。しかし、これで終わりではない。感染した職員が復職する際の基準づくりが必要だった。

しまだ病院は、感染管理認定看護師などが常勤し、感染症に対する対策が徹底しているとされる「感染対策加算1施設」となっており、地域の「感染対策加算2施設」の感染対策に関わる相談も受けている。が、あくまで整形外科専門病院であり、新型コロナウィルス感染症の治療にあたる医師はいない。復帰基準をつくるには、専門医の眼が必要だった。

近年、地域の感染症対策で重要なのは、感染対策加算1施設同士の横の連携である。その観点から、近隣の大阪はびきの医療センターに協力を願うこととした。

内科医の診察を経て、復職可否判断を仰ぐ協力を要請

勝田院長は、大阪はびきの医療センターの院長にアポイントを申し入れた。

復帰基準は、同じ地域内でばらつかないように、大阪はびきの医療センターの医療従事者が感染した場合の復帰基準にそろえたい。大阪はびきの医療センターの内科医の診察を経たうえで復帰可否の判断を仰ぎたい。その2点の協力を要請し、快諾をいただいた。

現時点では、14日間を経過した時点で感染力は完全に消失していると判断し、復職可としている。一般的には、無症状なら10日で感染力は消失しているとされる。

だが、基礎疾患を持つ患者さんや高齢の患者さんも多く入院するため、セーフティーマージンを取って14日間で復帰可能とした。

厚生労働省の定義によれば、症状が残る場合には、発症後14日を経過していることと、症状が消失して72時間以上経過していることとされている。

Bは発症後14日間が経過。Aは味覚障害が残ったものの、大阪はびきの医療センターの内科医を受診し、職場復帰可能と判断された。

同時に、院内に向けては、復帰に関わる正しい知識を学び、心ない差別や誹謗中傷が起こらないよう勉強会も実施した。

A、Bに対しては、何か心配なことがあれば聞いてもらえる窓口を設置していることなどを説明する復帰プログラムも用意し、それを経ての復帰となった。

考察

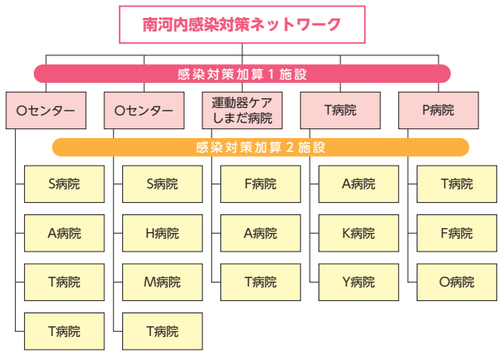
他の医療・介護機関や自治体と連携し、正しい情報で、正しく恐れ、正しく備える

今回の事態を経験し、あらためて浮き彫りとなったのは、地域連携の大切さだ。病院間連携や自治体との連携、住民とも一体化した地域ぐるみの感染症対策が必要になる。

〈地域の感染対策と高齢者の健康管理〉

●病院ネットワークで感染に備える

現在、南河内地区の病院では「南河内感染対策ネットワーク」を編成している。すべての病院が、感染管理認定看護師などの専門知識を持つ人材を常時配置できてはいない。感染症に影響されることなく安定した地域医療を行うには、こうしたネットワークづくりが必要だ。



そのなかでしまだ病院は、感染管理認定看護師などが常勤する「感染対策加算1施設」に指定されている。今後も「感染対策加算2施設」にノウハウを提供・指導しながら、感染対策加算1施設同志の連携も進めていく。

●感染を恐れ、「動けなくなる」矛盾

この半年間、外出を控えるあまり、足腰が弱って動けなくなってしまう高齢者が増えた。高齢者は、高血圧や糖尿病、循環器の基礎疾患を持つケースが多い。たしかにこれらの人は、より注意深い生活が求められる。一方で、〝見えない敵〟を不必要に恐れるあまりに運動機能が衰え、寝たきりになるのは〝本末転倒〟だ。

▲「動いてナンボ！チア体操 2020」は、スポーツ医学にもとづいた体操やストレッチをチア風にアレンジしたもの。高齢者のフレイル、サルコペニア予防に活かすことができる

詳細は P16 で紹介

しまだ病院では、運動機能の維持・向上を図るため、自宅で日常的にできる運動メニュー作りを進めている。「動いてナンボ！チア体操２０２０」も、そうした取り組みのひとつだ。

●いわれなき非難を生まないために

感染した人が、油断した無防備の生活をしていたとは限らない。経済活動を止めることもできず、人の移動をシャットアウトすることはできない。治療薬やワクチンが開発されても、「型の違い」によっては、必ずしも効くとは限らない。つまり私たちは、ここ数年、この環境を強いられる。どんなに注意深く生活しても、今後も感染は起こり得る。

一方で、新型コロナウィルス感染症への対処法は次第に明らかになってきている。今後も、地域に向けて小まめな情報発信を心がけていく。正しい情報を持って、自治体、他の医療・介護機関とも連携しながら、正しく恐れ、正しく備える。そうした啓発活動を続けていく。

介護施設対象の感染症対策研修会に、当院の感染管理認定看護師が登壇

10月5日、大阪府福祉部と藤井寺保健所が共催する「感染症対策研修会」が開催された。より注意深い感染対策が必要となる介護老人福祉施設や介護老人保健施設、通所介護サービスなどを営む事業者を対象としたもので、その職員約２００名が参加した。

研修会に講師として登壇したのは、運動器ケアしまだ病院感染管理認定看護師の富田睦美だ。富田は、感染症対策チームのリーダー。今回、職員が感染した事態にあって、藤井寺保健所と連絡・協議しながらその陣頭に立ち、スタッフの接触経緯調査をはじめ、一連の対策を指揮、管理した。その迅速で確実な対応が評価されて指名を受け、研修会の講師を務めることとなった。

約2時間にわたって行われた研修会では、しまだ病院で感染が発生した経緯、それに伴って打った対策などを子細に報告。その後、そこで得た経験にもとづいて、院内ルールを作成する際のポイントやスタッフ各人の行動レベルに落とし込んだ注意点など、今後取り組むべき具体的な対策を中心に、感染予防・感染拡大防止のための知見が報告された。

院内対策

患者・利用者さんとスタッフの安全のために「地域の病院」に求められる感染症対策を！

今回の職員の感染は、今後私たちが、この新型コロナウィルス感染症に対してどう対応すべきかを、あらためて突きつけた。事態を経て、現時点ではぁとふるグループが運用するおもな感染症対策をまとめておく。

〈はぁとふるグループの感染防止・拡大防止対策〉

新型コロナウィルス感染症対策ガイドラインの作成

４月７日、大阪府を含む7都府県に初の非常事態宣言が発出された。はぁとふるグループでは、3月18日には新型コロナウィルス感染症・拡大防止を図るガイドライン（初版）を作成、基本となるさまざまな対策が施された。以後、全国・地域の感染状況や、次第に明らかになるウィルスの医学的知見などに応じて、随時改訂・追加・更新を行っている。

施設の安全と安定的な運営 地域と共生した感染症対策を

はぁとふるグループでは、はびきのエリア、八尾エリアの施設群のいずれも、基本となる感染症対策は共通で策定し、状況に応じて、随時変更・改善している（面会対応のように施設ごとの事情を考慮した対策もある）。また、今回の職員感染を経験して、感染者の復職ガイドラインも新たに設けた。

病院や介護施設は、「地域社会の公器」である。何よりも安全を優先するため、「陰性でも自宅待機」といった厳格な対応も必要になる。一方で、自宅待機者が増え、安定的な運営ができないなら、地域社会の公器としての使命は果たせない。また「陰性で自宅待機」したスタッフに、いわれなき非難が起きないとも限らない。今回、もっともジレンマに陥ったのはそこである。今後も、ウィルスに関する医学的見地や地域のなかで担うべき役割など、多角的な視点から感染症対策を検討していく。

感染防止意識の向上と日常行動改善

☑ 食堂・休憩室の配置換え

☑ 各部署で当番を決め毎日パソコン・電話・スイッチなどの清掃

☑ 朝10時の全館放送で換気を徹底

日常的な感染防止施策として、まずは職員が集まる食堂と休憩室のゾーニングを変更。摂食を伴えばマスクを外さざるを得ない。空気の流れを考慮しながら椅子や机の間隔・向きを決め、飛沫の拡散を抑えるアクリル板も設置。そのうえで同じ部署の職員が同時に集まらないよう、ローテーションでの食事・休憩を実施。

☑ 院長からのメッセージ（八尾）

☑ 感染対策チームからのアドバイス

全国で起こったクラスターの発生状況やウィルスに関する新たな情報は、感染症対策チームから院内のイントラネットを通じて随時発信。さまざまなケースから得た知識をもとに、自院内の環境改善に努めた。八尾エリアでは、スタッフの意識向上のために定期的に院長からのメッセージも発信した。

☑ 入館時の検温とアルコール消毒の徹底

☑ 各自体温計を持参し、定時に検温

☑ 院内では食事の時をのぞき、常時サージカルマスク着用

スタッフによるウィルスの院内持込みを防ぐために、入館時の検温とアルコール消毒を徹底。各自で体温計を持参することとしたのは、当初は非接触型検温計が納入されにくく検温がままならなかったことと、深刻化していた消毒用アルコールの消費を抑えるため。体温計を共有して使用すると一人ひとり検温のたびにアルコール消毒することになり、消費量が増加する。現在は、非接触型検温計も消毒用アルコールも充足されているが、体温計を持参した定時の検温は継続している。

八尾はぁとふる病院の面会対応

リハビリを中心として治療にあたる八尾はぁとふる病院は、「家族の顔を見る・家族と会話する」ことは、患者さんのリハビリに向かう意欲に大きく影響すると考え、大阪府の緊急事態宣言期間を除き「面会謝絶」措置は取らなかった。ただし、面会にあたっては細かなルールを設定。ご家族にも理解・協力いただいたうえで、「やる気の素」となる面会の機会を確保した。

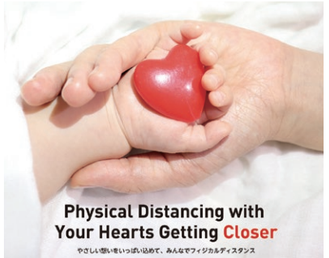
■八尾はぁとふる病院の面会に関する規定（2020. 10月15日時点）・地域の感染状況により変化する

面会の条件 面会可能人数	病棟に入室できる人数は1患者さんにつき1名のみ （1病棟につき3名の患者さんまでの人数制限を設け対応）
面会できる時間	〈月～金〉13時～17時　〈土・日・祝日〉10時～12時 1回15分まで　※面会者はタイマー持参。15分以上経過した場合は病棟に連絡し、退室を促す
面会できる回数	原則週2回まで
面会できる方	ご家族と患者さんにとってのキーパーソンのみ
面会前のチェック	受付前に手洗いをして手指の衛生を確保。マスクの装着を確認 検温と問診票による体調チェックを実施
面会記録	必要
面会するうえでの注意事項	①院内では必ずマスク着用し、濃厚接触を避ける ※売店にてマスク販売あり／閉店後は事務所にて販売 ②1階ロビーの密を避ける　※ロビーでは間隔をあけてお座りいただき、会話をお控えいただく ③37.5度以上の方、風邪症状のある方は面会できません
その他	①希望があればスタッフにて荷物の引き渡しを行っている ※病棟ナースステーションも協力して、部屋番号と入院者の確認を実施

業務スタイルと進め方の変更・改善

☑ 自宅から入院される患者さんの胸部CT検査を必須に

自宅から入院してくる患者さんには、入院後の治療の安全を図り、感染可能性のチェックと肺炎の有無を確認するため、必ず事前に胸部CT検査を実施することを決定（他院からの転院してくる患者さんは除外）。



☑ 毎日の感染対策ミーティング（緊急事態宣言解除後は週2回）

緊急事態宣言下は、毎日感染対策ミーティングを開催。病棟、病室、リハビリルームなどの現場に足を運び、対策の甘い箇所の発見・改善や、万が一職員が感染していた場合に備えて看護やリハビリで患者さんへの接触を極力減らす工夫など、あらゆる課題を整理して解決策を検討。

☑ 病棟でのカンファレンス中止（会議室の利用）

☑ 会議室の定員と一回の会議時間を設定・厳守

職員の感染が原因となって病棟内にウィルスが拡散してしまう事態も想定し、ナースステーションでのカンファレンスを中止。すべての会議室に「密」を避けることができる定員を定めた。そのうえで会議時間もできるだけ短縮を促し、厳格に運用している。

はぁとふるグループ 感染症対策チーム

（インフェクションコントロールチーム〈ICT／Infection Control Team〉）

八尾はぁとふる病院
臨床検査技師
濱田 邦仁

八尾はぁとふる病院
看護師
小倉 牧子

運動器ケア しまだ病院
感染管理認定看護師
富田 睦美

職員に感染が起きた場合の対応と復職について

☑ 感染管理認定看護師を中心とした「濃厚接触者」の確定（P03・P05参照）

☑ 管轄保健所と連携したすみやかな検査実施（P03・P04参照）

☑ 無症状の陽性者は、14日間無症状なら復帰可能と判断（P03・P06参照）

☑ 症状が残る陽性者は、呼吸器内科を受診し復職の可否を判断（P03・P06参照）

＜陽性で無症状の場合＞

14日間経過した時点で復職可とする。無症状で14日経過した段階であれば、医学的にはすでにウィルスの感染力は完全消失していると考えられているため。

※参考 PCR検査はウィルス遺伝子の有無を検査する方法であり、感染力を失った（死んだ）ウィルスでも、遺伝子が残存していれば陽性判定が出ることがある。

＜陽性で発症があった場合＞

①発症後14日を経過していること
②症状が消失し72時間以上経過していること
この2点を基本として復職可能と判断。
症状が残るケースには2種類ある。
①引き続きウィルスが活性状態にあり、発熱などの症状が続いているケース
②ウィルスに攻撃されたことによる影響が残っているケース（味覚障害や咳症状など）
②であれば、他者に感染することはないとされている。症状が残る職員は、内科医の診察を受けて復職の可否を判断する。

☑ 陰性判定の場合でも原則14日間の経過観察期間を設定

陰性と判定されても、2週間の健康観察期間を設ける（場合によっては自宅待機）。その間は1日2回の検温と体調を報告。Googleformに体温や体調を入力し、情報を一元管理できるシステムを作成。

☑ 感染職員の復職規定作成

- 復職する職員に対するガイダンス実施（P03・P06参照）
- いわれなき非難等が起きないように院内勉強会を実施（P03・P06参照）

関わる手術スタッフの精神的支柱となって、スムーズで安心・安全な手術をマネジメント

ここまで続けられたのは「好き」だから。看護という仕事を「好き」になってほしい。

50年以上看護の仕事に携わり、2017年の「瑞宝単光章」も受章した看護のプロ・森重文子。2016年から当院に入職し、いま「手術エリアのマネジメント」という新たな看護領域に挑んでいる。

灯台と防波堤の二役をこなす手術エリアの〝空気〟をつくる人

8時45分、運動器ケアしまだ病院2階。5つの手術室が並ぶ手術エリアの朝はあわただしい。ドクター、看護師や技士などの手術スタッフが、それぞれの役割にそって持ち場を往来する。多ければ1日で15件近く、少なくとも6〜7件の手術が行われるこの場所には、手術で使う器械の音や器具が摺れあう金属音が絶えず響き、それがかえって静寂と緊張を高めている。

その中をあちこち目配りしながら見回る女性がいる。森重だ。その日予定されている手術が滞りなく進むように「手術エリアの〝空気〟をマネジメントする」のが役割だ。

森重は語る。「スタッフは、自ずとその瞬間の自分の役割に集中します。それは正しいのですが、裏返せば、まわりや先が見えない状態。ほかの手術室の手術は順調か? 3時間後、自分はどの手術の何を担当し、何の手配・準備が必要か?目の前に集中するほど、見えなくなりがちです。そんな手一杯なスタッフに代わって5つの手術室の流れすべてを把握するのが私の仕事です」。

手術が長引いて次の手術の開始が迫れば、誰でも少なからず焦る。そんなスタッフがいれば、「間に合うよ、大丈夫」と声をかける。時間が足りないかもと感じれば、自ら器具や資材を運んでセットする。人が足りない手術があれば、手術室に入ってサポートする。緊張から解き放たれて休憩するスタッフには、ほどよい時間を見計らって「さ、次はコレ用意するよ」と指示を出す。動きは変幻自在だ。

手術スタッフの一人は、森重をこう評した。「手術エリアの〝空気〟をつくる人。森重さんが入っているだけで安心感が違う。自分たちがこれから向かう先を示す灯台であり、焦りや不安、うっかりやしょんぼりといったマイナス要因の侵入を防いでくれる防波堤でもあります」。

入職後、手術に立ち会いながら、自分で作った手術ファイルが宝物

看護の仕事に就いて50年を過ぎた。さまざまな病院を経験した。一番長く勤務したのは、藤井寺市民病院だ。27年間、おもに急性期看護に携わり、多くの手術も経験した。退職前の11年間は、看護部長として約80人の看護師をマネジメントした。

「しまだ病院に入職したのは6年前です。長年の経験を買われたんだと思いますが、当初はまるでダメ、でね。手術マネジメントなんてしたことがなかった。それまでの経歴と経験では太刀打ちできませんでした(笑)」。

何がダメだったのか?その理由は二つあったという。

「一つは、『人』です。スタッフは初めての方ばかり。この人はどんな性格か、何が得意で何が不得意か。どこに注意して観てあげ、何をサポートすれば力を発揮するのか。最初の1年は、すき間を見つけては話しかけ、人となりを知るように努めました」。

「もう一つは、整形外科専門病院の手術を知らなかったことですね。総合病院とは深さが違いました」。

ひと口に整形外科といっても、その範囲は広い。足・脚・膝・腰・肩・首・脊椎・肘・腕・手…。細分化するほど、一つひとつは深くなる。どんな手術かを知らなければ、スタッフに指示できない。

「1年目は毎日の手術を見て、その日のうちにファイリングして、翌日の手術に備える作業を続けました。スタッフのファイルを参考にさせてもらったり、説明をしてもらったり…。今はどのスタッフもやっていることですが、一からの勉強はなかなか頭に入らなかったのを覚えています。手術様式も数年前と比較してもいろいろ変わってきたため、今はもうその資料は使うことはありませんが、頑張った思い出として大切にしています」。

幼いころに失った母のそばで耐え難い不条理に傷つく人のそばで

「私は、看護師という仕事に出会えたことに感謝していますよ」。

森重は、その生い立ちを静かに語る。小学生のときに母を亡くした。母は、長い間入退院を繰り返した。その母に寄り添う看護師を見て育ち、中学を卒業する際、自然と看護師の道へ進んだ。選んだ看護学校は、船でしか行けない瀬戸内海の小島にある『国立療養所 大島青松園』付属の学校だ。ハンセン病療養所である。

「いわれなき差別や不条理に苦しむ人たちの、心の傷の深さと慟哭を肌で感じました。この人たちのためにいま私にできること。『看護』という仕事の重さを知り、誇りを持ちました。これが私の原点です」。

「ここまで続けられたのも、看護が『好き』だから。それ以外、何もない。若い看護師たちも、どうぞこの仕事を好きになって、好きであり続けてほしい。そのために私が何かをお手伝いできるなら、寄り添ってあげたい。それができれば、これもまた看護師冥利です」。

Fumiko Morishige

●2017年「瑞宝単光章」受章

森重 文子

運動器ケア しまだ病院 手術事業
看護師

〈私の履歴書〉

鹿児島県出身
<中学卒業後>

■「国立療養所 大島青松園」(香川県高松市大島)付属准看護学院入学
- 大島青松園は、瀬戸内海の大島にあるハンセン病の療養所
- 付属准看護学院は高校卒業資格も取得可能な看護学校。通信教育で4年かけて高卒資格を取得。最初の2年で准看護師資格取得。残り2年は大島青松園で准看護師として勤務

■国立兵庫療養所(兵庫県三田市/現・独立行政法人国立病院機構兵庫中央病院)附属看護学校入学
- 正看護師資格取得

■国立病院機構 大阪南医療センター入職
- 3年間勤務し、結婚出産で退職

■民間病院に6年間(3年ずつ2カ所)勤務

■藤井寺市民病院入職
- 27年間勤務(うち11年看護部長を務める)。おもに急性期患者を担当

2014年3月　藤井寺市民病院　退職
2014年4月　運動器ケア しまだ病院　入職

看護の現場経験と大きな組織の管理職経験も活かして、スタッフの能力開発に挑む

ここは「その人らしく動く」を叶える場所『はぁとふる』らしい体制と働き方をつくりたい

看護や医療教育現場、行政・組織管理の現場を歩み、2020年に「瑞宝単光章」を受章した吉村ありさ。いまその豊富な経験が、はぁとふるらしい体制と働き方を生み出し始めている。

看護師ながら、看護師だけでない現場と組織を知る異色の看護師

よくとおる声ですたすたと。吉村は、あちこちを歩きながら、通りかかるスタッフに気さくに声をかける。その姿は、前職の大阪はびきの医療センター看護部長・吉村を彷彿とさせる。だが、いまの吉村は、直接患者さんと向き合うのが仕事ではない。はぁとふるグループ本部で、スタッフの教育研修や能力開発、それぞれの仕事の範囲や目標（ミッション）を明文化するヒューマン・リソースの仕事に携わる。

看護師でありながら、看護師だけでもない。それが吉村のキャリアだ。

看護学校の教員を8年間努めた。病院を離れ、府の職員として3年間の庁舎勤めも経験した。大阪はびきの医療センターに復帰した後も、約400名もの看護スタッフをマネジメントする立場に身を置いた。〝医療施策を立案できる看護師〟で、〝医療組織の労務管理ができる看護師〟だ。

「看護師の経歴としては〝少し異色〟、でしょうね」。吉村が語る。

「私の仕事を端的に言えば、それぞれの職種が『めざす姿』を明確にすることです。どこまでを仕事範囲とし、何に責任を負い、どんな仕事をするべきか。仕事の質を上げるには、どんな能力を身につけねばならないか。言い換えれば、自分の能力や成長、仕事の成果を正しく評価するための〝ものさし〟をつくることです。一方で組織としては、スタッフにその力を身につけてもらうために必要な研修やキャリアステップを準備する。働く人と組織、両者が喜び合える関係を築く土台作りをはじめています」。

はぁとふるらしさとは、「その人らしさ」と「Shared Decision」

看護部長という役職を担った大阪はびきの医療センターでは、院長や事務局長などと病院の運営について話すことが多かった。吉村が「やります」と答えれば、すなわちそれは看護部が「やる」と同義だ。その決断には、約400人の看護スタッフの理解と協力が求められる。絶えず組織の長としての責任と対峙した。

大阪はびきの医療センター退職後は看護管理者として経験を積み、生まれ育った地域で働きたい、という思いからはぁとふるグループに入職した。大阪府庁で勤務したとき、はぁとふるグループの石神（現・常務理事）を中心とした南河内地域の看護管理者と仕事をしたことが、その思いを強くした。

はぁとふるグループに入職してからは、スタッフとのコミュニケーションの取り方も「縦」から「横」へと変わった。原点回帰。役職など無縁に、さまざまな職種のスタッフと気軽に話し、患者さん・ご利用者の幸せを考える。

「ヘルスケアは患者さん・ご利用者のためのもの。担当スタッフがどんな役割を担っていようが、ましてやどんな役職にあろうが、患者さん・ご利用者には関係ない。治ったら住み慣れた地域でどんな生活を営みたいか、どんな幸せを求めて治療しているのかが第一。いま私は、このグループのさまざまな職種のスタッフが、患者さん・ご利用者にどんな思いで、何を大切にして患者さん・ご利用者と向き合い、どんなサービスを提供したいと考えているのかを聞いて回っている最中です。充実してますよ」。

そこで得た情報は、吉村の経験と組織でのマネジメント経験というフィルターを通して、「はぁとふるグループらしいヘルスケアのあり方と働き方」に翻訳されていく。

「はぁとふるグループにしかできない、はぁとふるグループらしいヘルスケアがあり、働き方がある。どうすればそれが実現できるのか、みんなで考えていきたいんです」。

そのキーワードは「その人らしさ」と「Shared Decision（シェアード・デシジョン）」だと吉村はいう。Shared Decisionとは、患者さん・ご利用者とスタッフが、目標とその方法を話しあったうえで決定し、互いに納得して共有すること。はぁとふるグループのヘルスケアの基本は、「動く」。歩く、寝る。食べる、排せつする。動くことは、人が人らしく生きるための基本だ。そのうえで、お茶やお花のお師匠さんなら正座できる膝や腰が、旅行や山登りが好きなら闊達な脚が、お孫さんを抱っこしたいなら、しっかりした腕や肩がほしい。自分が自分らしくあるために、求めることは一人ひとり違う。それを叶えるために寄り添う。それがはぁとふるグループのめざすヘルスケアだ。

「その考え方には深く共感します。まずは、その『動く』を叶える最前線に立つ各部門の仕事の『標準化』に取り組む予定です。これだけの療法士を擁する組織は、他にはありません。そこを起点として、『その人らしく動く』を叶える私たちらしい体制と働き方をつくっていきたいですね」。

医療の最前線に立ち、大きな組織の職責も果たしてきた吉村。その重責から解き放たれたいま。長年で培った知識と技術と経験を携えながら、今日もフロアを自由に動く。

Arisa Yoshimura

●2020年「瑞宝単光章」受章

吉村ありさ

医療法人はぁとふる ヒューマンリソース事業
看護師

〈私の履歴書〉

大阪府羽曳野市出身
<高校卒業後>

■大阪府立成人病センター（現・大阪府立病院機構 大阪国際がんセンター）附属高等看護専門学院（3年制）卒業
- がん患者の看護をしたい思いから、大阪府立成人病センター附属看護学校に入学。卒業して同病院に入職、大阪府職員に。看護師として12年、看護専門学校教員として8年勤務

■大阪府立病院機構 大阪急性期・総合医療センターに異動
- 看護師として3年勤務

■大阪府健康福祉部医療対策課看護グループに異動
- 府庁に3年勤務
- 看護師を養成する看護学校の指導、看護協会や医師会などとの交渉、府民が求める医療・看護の施策立案など、大阪府行政の仕事に携わる
- 現場を離れ、府庁の管理部門勤務を通じ、国の医療政策が都道府県にどのように下りてくるかなど、地方自治体や公共団体の仕事の道筋・流れを理解

■大阪府立病院機構 大阪はびきの医療センターに異動
- 11年勤務。うち副看護部長4年、看護部長7年
- 看護師と看護補助者、合計400人をマネジメント（非常勤を含む。常勤は380人）。病院や院長の方針を受けて看護部の役割と業務を考え、看護部スタッフの目標管理に携わる業務にあたる

2019年3月　大阪府立病院機構 大阪はびきの医療センター 退職
2019年4月　医療法人はぁとふる入職

「その人らしさ」を支援する「むすぶ」チーム 私たちは、いつもつながっている

今年の4月から、運動器ケア しまだ病院では、「その人らしい」退院支援を実現するための「むすぶ」チームが発足した。その活動の狙いと今後を聞いた。

「しまだ流・退院支援の質」を上げる それが、むすぶチームの目的

運動器ケア しまだ病院の退院支援は、入院から退院までの期間に限らない。「症状が出た時から、再び自宅生活を営むことができるようになるまで」の支援をめざしている。むすぶチームは、ケアに携わるスタッフがその人らしさを支援するため、何が必要かを自ら考え、動けるように支援することが目的のチーム。

マネジャーの村口は、活動の狙いをこういい切る。「これまで以上に支援の質を上げ、患者さんに〝その人らしさを全うしてもらう〟ことです」。

支援体制はすでにある。チームが取り組む課題は、その先だ。理学療法士として自宅復帰に向けたリハビリを担当する西谷がいう。「一人の患者さんには、医師をはじめ、外来看護師や病棟看護師や療法士など、多様な職種のスタッフがさまざまな段階で関わります。実はこれまでも、患者さんの〝その後〟は、気になっていました。一緒にリハビリに取り組むなかで、患者さんの自宅環境や家族構成などを聞けば聞くほど、自宅復帰後が気になっていたんです」。

そうした背景もあり、退院後の訪問看護に注力してきた。医師が「特別訪問看護指示書」を出した場合には、退院後も2週間にわたって自宅を訪問し、経過観察・看護・リハビリにあたることができる。

訪問看護を担う山本が話す。「それだけでも退院後の様子がわかるようになりました。そこで得た情報は、カンファレンスなどで共有し、必要ならば外来通院を促して治療にあたることもできます。それでも足りないものが出てきます。それは『入院前の暮らしぶり』です」。

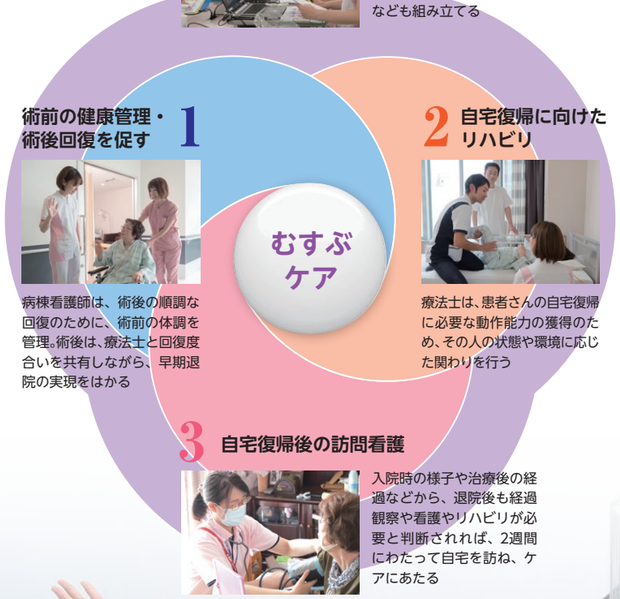
「前」の暮らしを知ることが、その人らしい「後」につながる

ソーシャルワーカーの上西が言葉をつなぐ。「入院・手術前に、その人はどんな暮らしをしていたのか?を知らなければ、自宅に帰った後、果たして患者さんがその暮らしに納得できているのかどうかはわかりません。少しでも自分らしい生活を取り戻し、暮らしの満足度を高める支援を考えるのが、私たちの役割です」。

『前』を知ることは、その人らしい『後』を実現する。患者さんは、治療を受けることで、どのようになりたいと願っているのか。寝起きや排せつに困らないことか、自炊ができることか、それとも趣味の散歩ができることか。その願いをかなえるための治療方針が組み立てられる。治療やリハビリで補えない部分は、介護サービスを上手く組み合わせていく。それが「その人らしさを全うする」ということだ。

この活動は、3年をめどとした有期の活動だ。3年の理由を村口はこうまとめた。「自分の担当の『ひとつ前・ひとつ後』を知る。患者さんを思う気持ちのすそ野を広げていくことが、患者さんの望む生活の実現につながります。スタッフにその意識が高まり、自律した行動ができるようになれば、活動の目的は達成です。私たちの役割は、現場で働くスタッフの力を最大限活かせるようにすることだと思っています。その実現にむけて模索しながら進んでいきます」。

支援の質のレベルを高める
入院前から自宅復帰後まで



［連載］私のはぁとふる

「ヴィゴラスと生み出したチアダンスで、関西から日本を元気にしたい！」

チアダンス界の〝異端児〟が、今度はメディカルチアダンスに挑戦！

「私、チアダンス界のなかでは、かなりの〝異端児〟なんですよねぇ（笑）」。チアリーダーズクラブJUMPSを率いる代表・石原さんは、いかにもチアリーダーらしい元気いっぱいの笑顔を満面に浮かべ、そう話す。

石原さんは、この秋、はぁとふるグループのEudynamicsヴィゴラスと共同で、チアダンス運動プログラム「動いてナンボ！チア体操2020」を開発した。これはスポーツ医学にもとづいた体操やストレッチをチアダンス風にアレンジしたもの。コロナ禍のステイホームで巣ごもりしがちな人の運動不足解消や、高齢者のフレイル、サルコペニア予防に活かすことができる。

なぜ異端児なのかを聞いてみた。「だって、そうでしょ！チアダンスって、普通は若い女性のイメージ。でも私が思うチアダンスは、それだけじゃない。男女も年齢も関係なく、楽しく体を動かして、まずは自分が元気になる。その元気で周囲も応援して、日本をまるごと元気にしたい。それがチアスピリット＝チアの精神というものですが、うちのように幅広い年齢層かつ性も超えてというのは珍しいかと」。

現在、石原さんは、大阪と兵庫に5カ所のチアダンススタジオを運営する。そこに通うメンバーは4歳から79歳までの男女。幅広い年齢層から生まれる世代間交流もクラブの大きな魅力で、それも狙いの一つ。教育や福祉に活かしたり、地域参加活動を促したりと、チアを個人と社会をつなぐ手段として捉えている。

しまだ病院は、「病院らしくない病院」ここは、元気になりに来る場所

「動いてナンボ！チア体操2020」を制作するきっかけは、理事長・島田永和との出会いだった。祖父が空堀商店街の理事長だったこともあり、まちの活性化にも興味があった石原さん。2年前、大阪を元気にする「大阪活性化事業実行委員会」に入会した。そこを通じて、道頓堀界隈のコミュニティFM局・Yes-fmに出演している島田とつながった。「お会いしたのは、今年の6月頃です。以前から、運動器ケアしまだ病院は、〝アスリートが通う整形外科〟という噂を聞いていました。でも調べてみると、必ずしもアスリートだけじゃない。理念は、『その人らしい生き方を全うすることを支援する』とあった。コレってJUMPSの活動と共鳴するなぁ、って嬉しくなったんです」。

トントン拍子に話が進み、9月には、「動いてナンボ！チア体操2020」が完成した。

打ち合わせで初めて羽曳野を訪れた時の印象も新鮮だった。「全然病院らしくない。病院だけど、カッコいいヴィゴラスがあったり、病院でも老健でも高齢者の方がイキイキとリハビリしてる。そうか、ここは、『元気になりに来る場所』なんだな、と。すっかりファンになっちゃいました」。

現在、「動いてナンボ！チア体操2020」は、ビデオの制作も進めている。「ヴィゴラスのトレーナー・小田さんの筋骨隆々の肉体とチアをかけ合わせたら、きっとおもしろい映像になりますよ（笑）。オリジナル曲も作りますので、そこには島田先生が大切にされている言葉もたっぷり盛り込む予定にしています」。

「動いてナンボ！チア体操2020」のお披露目の舞台となったのは、「道頓堀復活フェス（9月19日開催）」。当日は、JUMPSのメンバーも駆けつけ、小・中・高校生チームだけでなく、シニアチームも華麗なパフォーマンスを披露

「道頓堀復活フェス」のステージ終了後、御堂筋で娘の優里さん（右／小学5年）と一緒に、はい、ポーズ！JUMPSメンバーの優里さん、人混みを恥ずかしがることもなくこのスマイル、さすが！

Eudynamicsヴィゴラスと共同で、「動いてナンボ!チア体操2020」を開発

チアリーダーズクラブ JUMPS
株式会社JUMPS代表取締役
石原 由美子さん
いしはら　ゆみこ

Profile●
高校時代までは自称「文系一筋」だったが、神戸女学院大学に入学を機に出会ったチアリーディングに目覚める。大学卒業後、大手衛生材メーカーに就職。マーケティング部門に配属され東京勤務となるも、営業職に就きたく退職して関西へ。大手情報出版社にてウエディング情報誌、求人情報誌の営業職を経験。2005年9月、チアリーディングを本業にするため、チアリーダーズクラブJUMPSを立ち上げて独立。2013年4月、株式会社JUMPS設立。現在、大阪と兵庫の5カ所でチアダンススクールを運営。

古墳のまちでのエトセトラ

Information

オンライン健康相談 のご案内

相談であり診療ではないため、診断や治療を行うものではありません

はぁとふるグループ代表 島田永和が
みなさまの“動く”に関するさまざまなお悩みに対して
医学的なアドバイスや 適切な診療科への紹介を行います

日時 毎週 水 曜日　10時00分～11時00分

料金 10分　5,000円（予約料 1,000円含む）
最大 5 分延長可　1,000円追加でお支払いいただきます。
当日キャンセルの場合、キャンセル料として予約料は返金されませんのでご注意ください。

予約 右のQRコードを読み取りお進みください。
予約するにはアカウント登録（無料）が必要になります。

問い合わせ先 shimada-online@heartful-health.or.jp
運動器ケア しまだ病院

オンライン診療　オンライン診療　オンライン診療　オンライン診療　オンライン診療　オンライン診療

はぁとふる食堂

管理栄養士の旬のレシピ

vol.6

豚肉の梅巻き

【1人分あたりの栄養価】
エネルギー：190kcal
たんぱく質：15.9g
脂質：12.0g

身の三夕（さんせき）は秋の空腹

【意味】「三夕」とは、新古今和歌集にある「秋の夕暮れ」を詠んだ三首の和歌。この3つの和歌はとても風流だけれど、風流など無縁の自分は、秋の夕暮れを見たところで腹が減ったと感じるだけだ、と笑い飛ばした戯れ言葉。

運動器ケア しまだ病院
診療管理部 栄養管理課 課長
管理栄養士／公認スポーツ栄養士
角野 章子

皆さん、料理疲れしていませんか？
思うように外出ができず、家で料理をする機会が
増えているのではないでしょうか。
そんな時のプラス一品、お手軽メニューをご紹介します。

材料（2人分）

- 豚肉しゃぶしゃぶ用･･･150g
- 梅干し･･･2 個
- 塩・こしょう
- 大葉･････4 枚
- 油

作り方

①梅干しの種を除き包丁でたたく
②豚肉はラップの上に並べ、塩･こしょうをふり梅肉をぬって半分に切った大葉をひく
③端から巻いていく
④巻き終わりを下に油を引いたフライパンでこんがり焼く。

＊ポイント＊
しゃぶしゃぶ用のスライス肉を使用すると火の通りも早く、調理しやすくなります。

疲労回復にかかせないビタミンB群を多く含む『豚肉』はスポーツ栄養士のオススメの食材です。その『豚肉』でミネラル･ビタミン･有機酸を含む『梅』を巻き、焼きあげました。『梅』の有機酸の1つクエン酸は糖の代謝を活発にし、乳酸の処理を高め、運動後の筋肉疲労を和らげてくれます。今回は梅と大葉を巻きましたが、豚肉でその時々の旬の野菜を巻いてホットプレートやBBQ台で焼くとちょっと変わった雰囲気で食卓が賑やかになります。巻くのを子どもたちと一緒にしても楽しめます♪秋にはキノコ類、茄子、お芋など、あと竹輪やチーズを巻いても美味しいです。私は夏にオクラを巻いて美味しく食べました。お肉と野菜、手軽にバランスよく食べることができますよ。またお弁当にもオススメです♫

はぁとふる
Vol.61 2020年11月

●年4回発行
●発行・編集
[広報戦略室]
〒583-0875
大阪府羽曳野市樫山100-1
☎072-953-1001（代）
●制作協力
株式会社エディウス

［今号の記事］

【特集】
私たちは地域とともに動き続ける。
コロナ時代にためされる「地域力」
－職員の新型コロナ感染を経て－
02 ●検証①<事実と経緯の整理>
04 ●検証②<地域の保健・医療機関との連携>
藤井寺保健所／大阪はびきの医療センターとともに
07 ●考察<地域の感染対策と高齢者の健康管理>
08 ●院内対策<はぁとふるグループの感染防止・拡大防止対策>
プロフェッショナルは、終わらない。
－長年の経験を現場に活かすセカンドステージのカタチ－
10 ●2017年「瑞宝単光章」受章　森重 文子
12 ●2020年「瑞宝単光章」受章　吉村 ありさ
14 2号連続特別企画Vol.2
〈治療（Cure）とケア（Care）をつなぎ、むすぶ〉切れ目のない退院支援体制
「その人らしさ」を支援する「むすぶ」チーム

【連載】
16 私のはぁとふる
Eudynamicsヴィゴラスと共同で、「動いてナンボ！チア体操 2020」を開発
チアダンスグループ JUMPS 代表取締役 石原 由美子さん
18 はぁとふる食堂
豚肉の梅巻き
18 はぁとふる たより 動く。
19 古墳のまちでのエトセトラ

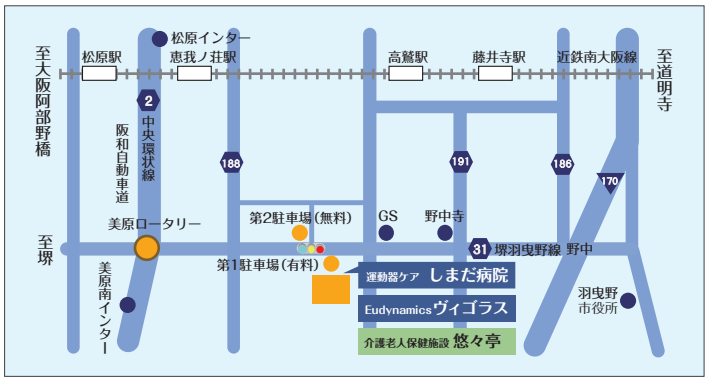
はぁとふる たより 動く。

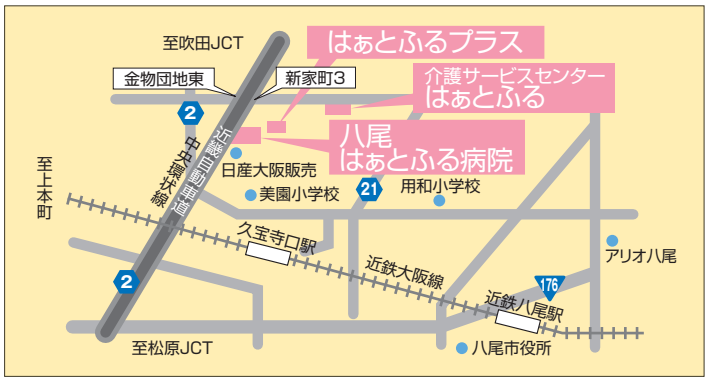
はぁとふるグループでは、毎月1回、施設内にメッセージポスター「動く。」を掲出しています。私たちが日々の医療・介護現場で感じていることをスタッフみんなで共有したい、そんな想いから始めた活動です。ぜひご一読ください。

扉をひらくと、ベルの音がやさしくひびく。
ここは、訪問看護ステーション
ハートパークはびきの。
ひだまりの公園のようにあたたかい空間。
訪問の看護師さん、理学療法士さんの
みんなとお話をしたんだ。
みんなが大切にしていることについて。
瞳をうるませながら、
たくさんのことを教えてくれたよ。
それは――
その人を想ったときからケアがはじまること。
その人が幸せになるように想いをこめること。
その人を想うことはだれにだってできること。
その人を想ってケアすると元気をもらうこと。
その人を想う仲間を信頼していること。
看護師さんと、理学療法士さんと
患者さんっていうかかわりじゃなくて。
ひとりの人として、その人のことを想うんだね。
そうか。みんなのお話を聞いて気がついたよ。
世界は、目には見えない人を想うこころで
満たされているんだね。
こんなときだからかな。離ればなれの
友だちのこと、もっと好きになったよ。
教えてもらったこと、はやく
友だちに話したいな。

その人がその人らしく自分の人生を全うすることを
Warm Heart −心−　Cool Head −知識・判断−　Beautiful Hands −技術−　で支援します

http://www.heartful-health.or.jp/ はぁとふるグループ





はぁとふるグループ

医療法人はぁとふる

□運動器ケア しまだ病院　Tel.072-953-1001／Fax.072-953-1552
□Eudynamics ヴィゴラス　Tel.072-953-1007／Fax.072-953-1007
□介護老人保健施設 悠々亭　Tel.072-953-1002／Fax.072-953-1911
　□通所リハビリテーション　Tel.072-953-0045／Fax.072-953-1911
□通所介護 悠々亭　Tel.072-979-7807／Fax.072-953-1911
□在宅介護支援センター 悠々亭　Tel.072-953-1003／Fax.072-953-1332
□介護サービスセンター ゆうゆう亭　Tel.072-953-5514／Fax.072-953-1332
□訪問看護ステーション ハートパークはびきの　Tel.072-953-1004／Fax.072-953-0022
〒583-0875 大阪府羽曳野市樫山100-1

□ヘルパーステーション 悠々亭　Tel.072-953-1062／Fax.072-953-0022
〒583-0883 大阪府羽曳野市向野3-96-7

□八尾はぁとふる病院　Tel.072-999-0725／Fax.072-923-0180
　□通所リハビリテーション　Tel.072-999-0726／Fax.072-923-0186
　□訪問リハビリテーション　Tel.072-999-0725／Fax.072-923-0180
〒581-0818 大阪府八尾市美園町2-18-1

□介護サービスセンター はぁとふる　Tel.072-999-8126／Fax.072-999-6118
〒581-0815 大阪府八尾市宮町5-6-22

□通所介護 はぁとふるプラス　Tel.072-920-7216／Fax.072-920-7256
〒581-0815 大阪府八尾市宮町6-6-16

社会福祉法人はぁとふる

□通所介護 ゆうゆうハウス　Tel.072-931-1616／Fax.072-931-1128
□サービス付高齢者向け住宅 ゆうゆうハウス　Tel.072-931-1616／Fax.072-931-1128
〒583-0875 大阪府羽曳野市樫山96-10