

## 第21話：第1次日本南極 観測隊上陸地点

今からさかのぼること61年前の昭和32年1月29日、第1次日本南極観測隊は南極観測船「宗谷」に乗り込み、苦闘の末、南極大陸から4km離れた小島に上陸しました。その後、東オングル島に現在の昭和基地が建設されました。この上陸地点の詳しい場所はしばらく不明となっていました。平成19年（第48次隊）に現在の基地から2km離れた西オングル島の海岸地点で、日の丸を掲げた竹竿と固定した石が発見されました。僕たち51次隊ではその場所に赴き、当時使用した竹竿を立て、当時と同じアングルで写真を撮影しました。先人達の思いや大変さ、歴史を感じるとともに、次世代に継承していかなくてはという使命を感じた瞬間でした。また西オングル島には越冬隊で唯一「遭難」して亡くなった隊員の慰霊碑があり、二度と事故が起こらぬよう誓いを立てました。



▲第1次観測隊



▲第51次観測隊



▲上陸地点



▲慰霊碑

### <告知>

岡田院長は第51次南極観測隊員としての講演を幅広くお受けしております。講演のご依頼はつばさクリニック上畑までご連絡ください。

# つばさ新聞



患者さんのお家で！クリスマスコンサート



【つばさ連携の会in岡山】  
多数のご参加有難うございました！



京都医師会  
ポケットエコー講演



施設看取り勉強会



## 理事長コメント

新年あけましておめでとうございます。旧年中は格別のご厚情とご支援を賜り、心より御礼申し上げます。本年も地域の医療・介護・福祉職の皆さまと共に、真摯に在宅医療に取り組んで参ります。皆様のご指導ご鞭撻の程、何卒宜しくお願いいたします。

さて、昨年は従来の訪問診療に加え「在宅食支援」の取り組みを新たに開始したことが、当院のひとつの大きなトピックでありました。昨今の医療・介護ニーズの増大とともに、医療機関も機能分化を迫られ、それぞれの「得意分野」に特化しサービスを提供することが求められてきています。病院が提供する医療の変化とともに在宅医療・介護も同じくして地域の医療ニーズの変化を肌で感じており、単に「家で過ごしたい」から「どう過ごしたい」という質の部分が変わるようになってきているように感じます。

これからもスタッフ一丸となって、これまで培ってきた、患者さんの「家にいたい」を支えるクリニックとしての取り組みを更に広げ、患者さんの在宅療養における質の向上を目指していきます。

(医療法人つばさ 理事長 中村幸伸)



## 医療法人つばさ

### つばさクリニック

診療科目 訪問診療 内科 循環器科  
呼吸器科 整形外科  
定期訪問 午前9時～午後5時  
緊急往診 24時間対応  
住所 倉敷市大島534-1  
電話番号 086-424-0283  
HP www.tsubasa-clinic.net

### つばさクリニック岡山

診療科目 訪問診療 内科 小児科  
定期訪問 午前9時～午後5時  
緊急往診 24時間対応  
住所 岡山市北区奉還町1-7-7  
電話番号 086-254-0283  
HP www.tsubasa-okayama.net

## 第4回 つばさ連携の会in岡山 開催報告

つばさクリニック岡山にて去る12月8日、日ごろ連携をしている皆様との懇親を深めることを目的とする会「つばさ連携の会in岡山」を開催しました。

外部の事業所様にもご登壇頂いたトークセッション「今さらではない連携の話」では、在宅に関わる様々な職種の視点からのリアルな意見が聞かれました。

昨年を上回る参加者数にて盛会に終えることができ、スタッフ一同深く感謝申し上げます。



## 新入職スタッフ紹介

つばさクリニック岡山に1月から言語聴覚士が入職しました！どうぞよろしくお願ひいたします。

言語聴覚士：妹尾 郷史（さとし）

8年以上在宅でリハビリをやってきました。もう在宅分野が大好きで抜け出せません。今後は在宅専門の医師、看護師、管理栄養士とともに更なる研鑽をし、提供させて頂くリハビリに活かしていきたいと思ひます。



管理栄養士 梅木の

## お雑煮回診報告

正月気分を味わっていただくために、お雑煮回診（嚥下食用のお餅をお配りする）をしました。ご希望の方は、来年のお正月にも実施予定です。来年まで待てない方はスタッフまでお声かけ下さい。

### 嚥下食用のお餅(約2ヶ分)

準備しておくもの:(材料)上新粉18g、白玉粉18g、水112g、スベラカーゼ3g  
(物品)ボール、計量カップ、はかり、泡だて器、レンジ

- 作り方:①白玉粉をボールに計量する。水を計量カップに準備する。  
②白玉粉に水を少しずつ加えて溶かす。  
③溶けたら上新粉、スベラカーゼを入れ、混ぜる。  
④③をレンジにかける。30-1分ごとに取り出し、混ぜる。  
一度固くなりますが、その後サラサラになると出来上がりです。  
⑤容器に移す。  
※スベラカーゼはゼリーの素(酵素入)です。



## 勉強会のお知らせ

医療・介護・福祉に関わる皆様を対象に【毎月】【参加費無料】の在宅医療の勉強会を企画しています。詳細は【つばさクリニック】【つばさクリニック岡山】各ホームページでご確認ください！

Kurashiki  
Home-care  
Meeting

### 倉敷ホームケアミーティング

開催日 毎月第3金曜日18:30~19:30  
会場 倉敷商工会議所(倉敷市白楽町249-5)

カフェ つばさ

### カフェつばさ

開催日 毎月不定日19:00~20:00 (HPに随時掲載)  
会場 オルガビル2F カフェグレン(岡山市北区奉還町1-7-7)

## 在宅NSTの活動に取り組みます

在宅NSTという言葉を目にしたことはありますか？

患者さんが在宅での療養生活を送るうえでの困りごとのひとつに「食」に関するものがあります。食べ物が飲みこみにくくなった方、食欲がなくなってきた方、栄養状態が気になる方など・・・

NSTとはNutrition Support Teamの略で、「栄養サポートチーム」と呼ばれるものです。医師、歯科衛生士、看護師、薬剤師、管理栄養士、リハビリスタッフなど多職種から成るチームで、患者さんの栄養状態の評価・判定から適正な栄養補給を実施し、栄養状態の改善を目的とするチームです。もともとは病院で発祥したチームですが、これを在宅の現場でも導入したものが「在宅NST」と呼ばれるものですが、全国的にもまだ数が少ないのが現状です。

つばさクリニックでは昨夏から管理栄養士による訪問栄養指導をはじめましたが、この度言語聴覚士のスタッフが入り、「在宅NSTチーム」を立ち上げ、さらに質の高い食支援ができるようにしていきます。



## 言語聴覚士による訪問リハビリはどんなことができる？

### 言語聴覚士とは

話す、聞く、表現する、食べる・・・。誰でもごく自然に行っていることが、病気や事故、加齢などで不自由になることがあります。また、生まれつきの障害で困っている方もいらっしゃいます。こうした、ことばによるコミュニケーションや食事に問題がある方々の社会復帰をお手伝いし、自分らしい生活ができるよう支援するのが言語聴覚士になります。

### 摂食嚥下障害

例) ご飯を食べる際、水を飲む際などによくむせる…  
まずは、ゼリーや水分を使用して飲み込みの評価を実施します。その後、評価をもとに飲み込みに必要な機能を維持・向上できるよう練習します。また、安全に食事が行えるように食事形態の調整や姿勢調整、食事介助方法の指導を行います。



### 言語障害(失語症、構音障害)

例) 言葉がうまく出てこない、呂律がまわらず喋りにくい…  
失語症で言葉がうまく出てこない、理解力の低下などに対して言葉の練習やコミュニケーションの練習・指導などを行います。構音障害などでの喋りにくさに対しては、言葉を話す際に必要な機能を維持・向上できるよう練習していきます。また、話し方の工夫などの練習・指導も行います。

### 高次脳機能障害(注意障害、記憶障害など)

例) 脳血管障害などにより、物事に集中できない、物事を忘れる…  
注意障害や記憶障害などを改善させる高次脳機能練習・指導を行います。



上記のような症状でお困りで、かつ通院困難な状況であれば、言語聴覚士による訪問リハビリが役に立つかもしれません。いつでもお気軽にご相談ください。

※現在のところつばさクリニック岡山で訪問診療を受けている患者さんのみご相談をお受けできます。  
※この記事の発行時点(H30.1.22)では、言語聴覚士は「つばさクリニック岡山」に勤務しています。ご相談の場合、つばさクリニック岡山へご連絡ください。