

新人職員紹介



名前：宮田 美穂 (トミダ ミホ)
職種：看護師
趣味：散歩 (時々ジョギング)

まだまだ不慣れで不手際もあるかと思いますが、
ホッとしていただけるような存在になれるよう
頑張りますのでよろしくお願いいたします。

AERA

連載コラム「時代を読む」にて、終末期の願いをかなえるというテーマで、ある患者さんの願いをかなえるため東京の医療スタッフと当院を含め岡山の在宅チームで奮闘した事例を取材していただきました。

山陽新聞～一滴一滴～

昨年出版された中村が執筆した本「豊の上で死にたい」を取り上げていただきました。

たまひよオンライン

連載コラム「家族を考える」で、小児在宅医療について取材していただきました。

いろいろなメディアで取り上げられました



訪問診療のあれこれをラジオ番組で放送中!!

日時 毎月第3木曜日 14:30～(10分程度)

放送局 FM ぐらしき 82.8MHz パーソナリティ 大谷 利文

「訪問診療とは?」「在宅療養を支える職種は?」「家族の負担は?」

など、在宅医療に関する話を分かりやすくお伝えする番組です!

FMぐらしきのホームページでも聴けますので、ぜひ聴いてください!

ゲストとして、つばさクリニックのスタッフ+αが月替わりで登場します!

企画・運営 エフエムぐらしき 協賛 つばさクリニック



FMぐらしき
FROM NEARBY, GET LOCALITY

※今後の放送予定: 4月15日・5月20日・6月17日

勉強会のお知らせ

【KHM+カフェつばさオンライン】

医療・介護・福祉に係る皆様を対象とした参加無料オンラインでの勉強会です。

Kurashiki Home-care Meeting

※開催時間: 18:30～19:30

※事前にお申し込みが必要です

※参加人数に限りがあります

つばさ カフェ

詳しくはホームページ又は毎月の勉強会ご案内をご覧ください。
お気軽にご参加ください!



つばさクリニック

定期訪問 午前9時～午後5時 緊急往診 24時間対応

診療科目 訪問診療・内科
循環器科・呼吸器科・整形外科
〒710-0047

岡山県倉敷市大島534-1

TEL 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

〒700-0026

岡山県岡山市北区奉還町1-7-7

TEL 086-254-0283

www.tsubasa-okayama.net

つばさ新聞

理事長のコメント

つばさクリニックはこの4月で開院してから12年たち、干支が一回りしました。これもひとえに地域の皆様、関係する多くの医療・介護関係職の方々の支えのたまものです。いつもありがとうございます。

この12年の間にはたくさんの方がいました。大災害も何度もありました。10年前の東日本大震災、5年前の熊本地震、3年前の西日本豪雨、そして昨年からの新型コロナウイルス感染の拡大も災害と言えるでしょう。

つばさクリニックでは気仙沼、熊本、真備へと災害ボランティアスタッフを派遣して被災地の支援を行い、災害時にどのような備え、心構えが必要かということを常に考えてきました。災害はいつ、どんなところでも起こることのある「自分事」として準備することが大切です。

診療の際にお配りする防災の手引きをいま一度確認していただき、役立てていただければ幸いです。
(医療法人つばさ 理事長 中村 幸伸)

災害コラム

皆さん、日ごろから「もしも」に備えていますか?

⚠️ コロナが心配、でも、命が危なければ避難所に行こう

自宅が水害や土砂災害で危険となりそうなら、安全な場所へ早めに避難しましょう。

避難所は多くの方が集まりますが、

災害自体で命を失うことをまず避けなければなりません。

※避難用の準備物に、マスクや消毒アルコールを加えると安心です。

※親族宅や知人宅も含め、複数の避難先を想定しておくことも役立ちます。



⚠️ ご近所さんの力が、今こそ大切

患者さん本人や家族だけで、避難ができますか?

自宅の2階へ避難予定の方は、本人や家族だけで上られるでしょうか?

難しい方は、近所の方に協力を予めお願いしておきましょう。

気候の良い季節の間に、ぜひ行って頂きたいと私たちは考えています。



病や障がいのことを話すためらいがある方

お気持ちはとてもよく分かります。それでも、命の分かれ目で力を借りられるのは近くにいる人です。
(2011年東日本大震災、2018年西日本豪雨の際も、あやうい所で助かった方の多くが、近所の方の手を借りていたことが分かっています) 大切な一歩をどうか踏み出して頂ければと思います。



想いでエピソード

つばさクリニック 医師 滝内宏樹

こんにちは。昨年からはコロナ禍で病院や施設での面会が制限され、家族や友人との距離がとて離されてしまいかねない世の中になってしまいました。このような状況の中で心に残っているエピソードを一つご紹介します。

多発性骨髄腫を患い、抗がん剤の治療を頑張ってきた男性がいました。いつも入院には奥様が付き添われ、夫婦でご病氣と闘っておられました。コロナ禍の入院は奥様の付き添いができなくなり、心細さや病氣のしんどさも加わって、予定よりも早く退院されました。体の痛み（癌性疼痛）もコントロールできないままの退院でした。退院後は食事も摂れず、ご家族も弱ったお姿を見て、なんとか元気になってくれる方法はないかと当院にご相談を頂きました。

まずは痛みのコントロール、次は管理栄養士さんと食事の相談を行い、徐々に元気を取り戻されました。1か月ほどはとてもお元気に過ごされましたが、やはり病氣は徐々に進行していました。

ご家族は「最期まで自宅で」と決心されていました。「4人の孫娘に囲まれて過ごすのが夢」と教えてくださいました。そしてお孫さんが揃われて、楽しいひと時を過ごされた翌日に笑顔で旅立たれました。

退院からご自宅で過ごされた期間はわずか6週間でしたが、「家族みんなで一緒にいよう」という思いから献身的に介護され、最期を迎えられた時は「充実した時間を過ごせました」と仰っていただきました。コロナ禍では距離を保つことは重要ですが、「心の距離はいつも近く」にありたいものです。



在宅生活をサポートする
医療・介護サービスのご紹介

訪問看護



訪問看護ステーション晴 赤瀬佳代

私たち訪問看護師は、病気になったり障害をおっても皆さんが望む場所で自分らしく過ごすことができるようお手伝いをしています。点滴などの医療行為が必要になっても、かかりつけ医の先生方と協力して対応します。また、病気を重篤化させないように、皆さんの生活の中で何に注意をすればよいのか一緒に考えていくことも重要な役割です。

看護の強みは、医療と生活の両方の視点を持っているからこそ、その橋渡しができることにあると考えています。その為、在宅生活を支えるメンバーや病院の方々との橋渡しに取り組んでいきます。

また、訪問看護ステーション晴では、皆さんの心が晴れて、次に進む力が湧くようなお手伝いを心がけています。病気になる前から、自分の健康について考えることも大切です。その願いもあり、月に1回いきいきサロン晴れ晴れを開催しています。看護師と一緒に健康について考え、健康的な体づくりのため岡山市介護予防事業のあっぱれもたろう体操を行っています。病気になっても病人にはならず、自分らしく生きることを大切にしていきたいと思います！



いきいきサロン晴れ晴れの風景



訪問看護ステーション 晴

住所：岡山県岡山市北区表町3丁目21-1 細堀マンション 201号

電話番号：086-201-3986



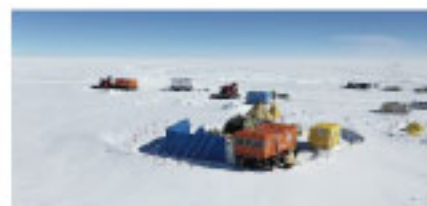
Dr. 岡田の 南極物語リターンズ



第5回：「ドーム基地での掘削作業」

2018年12月6日ドームふじ基地に到着した旅行隊は、すぐに50km離れた場所へ移動し、キャンプ地を設営しました（写真1）。ここで行う重要な任務が「氷床コアの掘削」。南極は長い年月をかけて大陸に降り積もった雪が圧縮され氷（氷床）となり、その厚さは平均2500mにもなります。この氷を掘り出した円柱状のサンプルを氷床コアといい、中に詰まった気泡（空気成分）を調べることで、数千～数万年前当時の地球の気候を知る事ができます。

僕は掘削するための機械（ウィンチ）操作を担当しました（写真2）。マイナス30℃、酸素濃度が平地の2/3という超過酷な環境の中で連日掘削を続け、最終的に深さ140mの氷床コアを採取することに成功しました（写真3）。



(写真1)



(写真2)



(写真3)



たんぼう つばさの食支援探訪



管理栄養士 梅木 麻由美

ご自宅へ訪問して食や栄養に関するお困りごとに向き合う食支援ですが、時には患者様の台所をお借りして調理方法についてお話しさせていただきます。そのような場合、そこにご自宅にある調理器具をお借りしながら、さらには食材や調理方法などを工夫しながらおこなっています。

実際の場面では、嚥下食を作ることも多くあります。そのような場合でも、ご自宅にある器具を利用して行うのですが、ミキサーがあると大変便利です。時間の節約にもなります。購入をお勧めすることもあるのですが、「どういったものが良いのか？」と悩まれる方が多いです。最近は一口にミキサーといっても種類が沢山あるので悩まれるのもよくわかります。

今回は、それぞれどのような用途に適しているのかをご説明します。

- ① ジューサーミキサー：容量が大きくまとめ作りに便利
- ② ミルミルサー：1食分など家族の食事をとり分けて作る方におすすめ
- ③ ハンドブレンダー：ボールや鍋に直接入れて使用できる、持ち運びが便利
- ④ フードプロセッサー：みじん切りや少し粒があった方が良い方におすすめ

その他に、回転数、稼働時間、調理スペース、調理者の調理技術等により選び方は様々です。どんなものがご自身に合っているか悩まれている方はぜひ管理栄養士にご相談ください。

