

皆様には、お忙しい中、桃花水開設5周年記念市民公開講座に、ようこそお運びいただきまして、厚くお礼申し上げます。さて、日本人の死亡原因の1位はがんとなっています。高齢者の約半数ががんになるとも言われております。そうした中、最近では、検診など予防医学の発達、治療法の研究開発等も進んで、助かる高齢者の皆様もおられます。依然としてがんにより亡くなる皆様も多い所であります。こうした現状を踏まえ、国では、平成19年にがん対策基本法を制定し対策の強化を図って参りましたが、その中の目玉として緩和医療の推進も掲げていいところです。緩和医療と言いますと、終末期ケアと言う暗いイメージもありますが、患者さんや家族の皆様の心のケアも含めた幅広い医療対応を指しています。病院の現場は、本当に毎日が忙しく回っています。阿蘇温泉病院の中でも緩和ケア病棟だけは、雰囲気が違います。そこでは、豊かな自然の中でご家族と一緒に、その人なりの、その人らしい時間を過ごして頂きたいといふ思いに満ち溢れた暖かく穏やかな時間が流れています。平成20年に開設した緩和ケア病棟「桃花水」では、そうした当病院の緩和ケアの実態を広く理解して頂くために、大変お忙しい中、国立がんセンターの垣添名譽総長を講師をお迎えして、この講座を企画させて頂きました。最後になりますが、今回の講座の趣旨にご賛同頂き、後援を頂いた熊本県、阿蘇市、並びに阿蘇郡医師会の皆様に衷心より深く感謝を申し上げます。

平成25年10月26日(土)ホテル角萬にて市民公開講座を開催しました。参加人数は予定(300人)をはるかに上回る約400名の方が参加されました。主な内容は、左記の通りです。

桃花水

五周年記念市民公開講座

大盛況にて閉幕

主催者あいさつ 阿蘇温泉病院 総院長 下村貴文先生




「そとがき」とは
外輪山を意味する
古い言葉です。

医療法人社団 坂梨会
基本理念
よりよき人間性を
よりよき環境を
よりよき医療を

特別講演 人が生き死ぬこと
國立がんセンター名譽総長
(財)日本対がん協会会長 垣添忠生先生

緩和ケア病棟5周年まことにおめでとうございます。
そして坂梨理事長、下村先生、お招きいただきまして厚くお礼申しあげます。

1・人の生と死と多様性

がんの患者さんは様々な患者さんがおられます。すぐがんが見つかって治る患者さん、発見が遅れて半年程苦しめる患者さんなどもおられます。がんの治療に対する患者さんの受け止め方も天と地の差があります。ニュースウイークに掲載された一枚のアヒルがたくさん写った写真があります。写真の下には「Recognizing that every individual is unique」書かれています。意味は、皆さんから見ると全部同じように見えるかもしれません、注意深く一羽一羽見ると大きさや顔つきも異なっていることを指しているようです。人もまたそうではないかと思います。がんに向き合うことに対する強い人もいれば弱い人もいる。そうした一人一人の人間の強さ、弱さをすべて包摶してはじめて医療はあるのです。

2・妻を看取る日

私の妻は若い頃から難病を患っていました。薬で何とか調整しながらも楽しく生活をしていました。妻が病弱だったため私も進んで家事を分担していましたので、妻が先に亡くなつた後でもどうにか身の回りのことは自分で出来たと思います。妻は亡くなるまで3つのがんを経験しました。甲状腺がん、肺がん、小細胞がん。最後の小細胞がんを治療するために色々な専門家で検討し陽子線治療を行いました。結果、がんは完全消失し、その時は妻をはじめみんな喜びました。しかし、6ヶ月後に右肺のリンパ節に転移したがんを1個発見しました。1個だからまたすぐ治ると考えすぐに抗癌剤治療をしましたが、3ヶ月後の再検査では、多発性転移をしており直ちに入院と診断されました。妻は、「もう新しい抗がん剤治療しかないですね」と納得し、治療をはじめました。しかし、薬の副作用で口内炎などができたり思うように食事がとれなかつたりしました。つらい治療を受けても妻は一言も泣き言を言いませんでしたが、ある時私に「ふとこう言いました。「このつらい治療を受けるのはあなたのためよ。私は、あなたのがんセンターの立場を考えているのよ。」症状が進んできた時期でした。が、週末に外泊をし、家の片付けを手伝わされた時には、「もしかしたら妻は先の、体調は悪いのに、「もしかしたら死を覚悟して着飾っているのではないか」と思いました。ことを考え自分にものありかななどを教えてくれてるのかもしれない」と思いました。11月半ばの最後の外泊では、自宅で妻はファッショナブルを見せてくれました。体調は悪いのに、「もしかしたら死を覚悟して着飾っているのではない」と思いました。12月になると体調が一層悪くなり寝たきり状態となりました。妻は私にしきりに「私が死んでも葬儀はしないで欲しい、出来れば家で死にたい。」と何度も申しました。



た。それで、その年の年末年始を私は妻を自宅で迎えさせようと在宅酸素を用意し、病棟看護師からの点滴に関する指示書、薬なども用意して連れて帰りました。でも29日から妻の意識が徐々に薄ってきて、30日から過呼吸が強まり、31日には昏睡状態となりましたが夕方6時、妻は半身を起こして、私を見て手をギュッと握つてそのまま亡くなりました。最後に意識が戻つて私を見てのあの握手はたぶん「ありがとう」といつてくれたと思います。40年間一緒にいた最愛の人を亡くした私は、家に帰つても誰とも会話ができない、非常につらい日々を過ごしました。食欲がない、ウイスキー、ビールでごはんを流し込みました。夜も眠れないため睡眠薬も飲んだ3ヶ月間でした。6ヶ月が経ち、死ねないから生きる、そして積極的に生きる、山、カヌー、居合、執筆などをやることで悲しみを忘れました。その間の経緯を「妻を看取る日」と言う本にまとめ、出版したら、同じようにがんで奥さんを亡くした方などからの問い合わせが相次ぎ、反響がすごく大きかった。妻をなくしてもう丸5年。私自身も大腸がん、腎臓がんを患いましたが、その悲しみを抱いたまま生きる術を身につけました。

3・そして自らの経験を今後のがん対策にどう生かすかと言うことで、ここでは4つの事を上げて見ました。

①がん検診を国事業とする

目標受診率20%から50%に引き上げる必要があります。平成10年に国の補助金が廃止され、市町村が地方交付税により自ら企画・立案、実施していますが、まだまだ受診率は低い状況にあります。

②がん登録を国事業とする

すべてのがんを把握することにより、がんの罹患率とその地域における生存率を計測する仕組みを作らなければなりません。

③在宅医療、在宅死を希望する人を支援する体制の実現

現在日本人は年間に11万人が亡くなっていますが、その8割は病院で亡くなっています。そうした人の中でも在宅死を望む人が6割もおられます。家族に迷惑かけられない、緊急時の対応が心配等の理由で病院死するしかありません。安心して在宅で最後を迎えることが出来る体制をつくる必要があります。

④グリーフ・ケアを医療システムの中に採り入れる

緩和ケア病棟では、遺族会など身近な人を亡くした方への支援を行つているが、通常の医療現場は、亡くなるまでの数ヶ月は、医師、看護師等が懸命に治療にあたるが、死亡退院したらそこでお终いです。遺族の悲しみ、苦しみはそこから始まるのです。グリーフ・ケアを医療システムに導入し、遺族の支援にあたる仕組みを作る必要があります。

最後に、がん経験者は、再発・転移に関する定期検査、治療に伴う副作用や後遺症への対処などが常に必要となります。一方で、社会では、がんと診断された人は、窓際に追いやられてしまう現状もあります。がん患者さまは、肉体的にも精神的にも社会的にも傷つきやすい存在です。がん経験者が、がんになる以前と同じような生活を来ます。皆様御静聴ありがとうございました。

緩和ケア病棟5年間の歩み

緩和ケア病棟 担当医 坂梨祐司先生



緩和ケアとは、日本ホスピス協会の定義では、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族のQOLの改善を目的とし、様々な専門職とボランティアがチームとして提供するケアとされています。また、患者さんがつらい痛みやその他の苦痛な症状をできるだけ軽くして患者さんが人生を積極的に生きてゆけるように支えることを目的としています。緩和ケアとは、がんの治療を開始したその日から提供されるべきものであって、最初はがんそのものに対する治療が中心となるが、がんの進行に伴い、痛みやつらさの軽減を図る緩和ケアに移行していくこととなります。がん治療専門の大学病院や公的病院では身体症状を担当する医師や精神症状を担当する医師、看護師等のスタッフがチームを組んで行う緩和ケアチーム、緩和ケア外来と、がんの根治を目的とした治療が出来ない、あるいは希望しない方への対応を主とする緩和ケア病棟の2つに大きく分かれます。熊本県内の緩和ケア病棟は、11施設198床となっており、7施設141床が熊本市に集中し郡部は4施設57床となっています。阿蘇温泉病院の緩和ケア病棟「桃花水」は、平成20年9月に開設されました。病室は15床全て個室であり、病室の前には御家族と過ごす事のできる広々としたロビーがあります。また、温泉の浴室がいくつもあり4階には談話室も設けられ患者さんと家族ができるだけ快適に過ごす事のできるようにつくられています。診療体制は、主治医として内科2名、泌尿器科1名、麻酔科1名、その他にも産婦人科、整形外科、耳鼻科、眼科、皮膚科、消化器科、歯科の各科医師も症状に応じて共同で診療に当たっています。その他にも看護師16名、看護介護士3名、MSW1名、病棟クラーク1名が専属し、薬剤師、歯科衛生士、管理栄養士、理学療法士、言語療法士、音楽療法士などがサポートしています。開設後の入院患者数は5年間で412名となつており、紹介元病院は、約半数が熊本市内の拠点病院からとなっています。がんの原発部位としては肺がんが一番多く全体の15%で、胃、脾臓、大腸、肝臓などの腹部臓器が多くを占めています。入院後経過としては亡くなられる方も多いが、症状が軽快して自宅に帰られる方もいます。入院日数は、平均で55日、約半数は30日以内、2ヶ月以上の方も30%います。入院患者の住所としては地元が約6割ある一方で、県内外からの入院もあり、最近で最も多くなったのは、東京や大阪からの患者です。我々ができる事は患者様の痛みの軽減など限られていますが、阿蘇唯一の緩和ケア病棟として今後とも出来る限りの努力を続けてまいりたいと考えています。

緩和ケア病棟5年間の歩み 緩和ケア病棟 師長 井 久美

当緩和ケア病棟は平成20年9月に開設し、5年が経ちました。この間、約410名の方との出会いとお別れがありました。その出会いの中で色々なお話を伺い、たくさんのことを学びました。ここで患者様のお話を少し紹介させていただきます。

Aさん「良いことと悪いことがあるから、良い人生。どちらが多くなるのもいかんもんね。バランスがとれて良い人生でした。」と自分の人生を振り返りお話して下さいました。

仕事や地域のことでご苦労されたこともあった。がんになつたことは辛かった。と話され、しかし子供さんの成長や、病院にくる娘さんお孫さんのことをとても嬉しそうに話されました。

「悪いことがあるから、ささいなことも嬉しいと感じるんですよ」と話して下さいました。夫に今まで「ありがとうございます」と今まで自分でできることができなくなり、「主人が車椅子の移動などお手伝いをされるようにならなかったことは辛いが、自分がご主人とコミュニケーションが良くなつたことは嬉しいです。井さんは元気な内に、今日で感謝の気持ちを言葉で伝えた方が良いですよ。通じていると思っていたら、そうでもないんですよ。言葉でないと心は通じないこともありますからね。」とお話下さいました。



質疑応答（他にも複数の質問を頂きました）

質問：…すぐ近くの診療所勤務の看護師です。見取りの場所についてですが、ホスピスの中でも自宅での看取りを希望される方もおられると思いますが、そのような時にどのように対応されていますか。自宅の方でスタッフの方がやられるのか。それと、これまで在宅で何人くらいの方を看取られたのかお尋ねします。

井師長・・当病院に来られた患者さんのほとんどの方が、緩和ケア病棟で最後まで過ごしたい。緩和ケア病棟で看取って欲しいと希望されており、在宅で看取っていただきたいという方はほとんどおられませんでした。

阿蘇温泉病院 栄養課より

今が旬！色々役立つ、きのこの魅力

- ◎ ◎ 癌予防効果
腸にも骨にも全身に役立ちます
- ◎ 不溶性食物繊維
・ β-グルカンは免疫機能を高め病気を防ぐ
- ◎ ダイエットや減塩に役立ちます
・ 色々な栄養素を含め、カロリーが低い食材
- ◎ 嘴みごたえがある
・ 食べると腸の中でかさをまし、余分な脂肪を取り込み排泄を促す作用がある
- ◎ 肌や爪、髪を作るために欠かせないビタミンDが2倍に含まれて
・ 噛みごたえがあるので薄味調理にも合い減塩に役立ちます
- ◎ 2時間天日干しをして紫外線にあてると、カルシウムを吸収しやすくなるビタミンDが2倍に増えます

キノコ それぞれの主張



（「健康日本21」より抜粋）

「熊本県高圧ガス保安協会」より感謝状をいただきました



感謝状を受ける病院スタッフ

10月30日(水)、ホテルニューオータニ熊本で行われた、平成25年度熊本県高圧ガス保安大会において阿蘇温泉病院が感謝状をいただきました。この高圧ガスは、酸素が必要な入院患者様のためにあるもので、「マイナス183度」、漏れたりすると低温やけどの危険性あります。当院の管財部が、18年間日々管理し、安全に努めたから頂けた感謝状です。その他管財部は、建物や設備・車両・土地・植物などの維持管理、法で定められた基準審査など担当しています。今後も縁の下の力持ちとして職員や患者さまを影で支えていきます。



病院裏にある高圧ガス装置

祝百歳おめでとうございます

4階西病棟にご入院中の本田ミエ様が3月29日に百歳のお誕生日を迎えられ、9月13日に内閣総理大臣から長寿のお祝い状と記念の銀杯が、小国町から賞状と祝い金とお祝いの言葉が贈られました。お粧しをされたミエさんは上品で百歳とは思えないほどお肌もツヤがあり、とてもお綺麗でした。長生きの秘訣は、「毎週土曜日に家族が顔を見に来てくれること。」

「また病院の方も優しく良くしてくれます。」と笑顔で話してくれました。これからも私達の人生のお手本としていつまでもご健健であられますようお祈りしております。

阿蘇きぼうの家
秋祭り ↗講師として

日本アロマセラピー学会 第16回学術総会

音楽療法士 大塚 知世
緩和ケア病棟 主任 松田 裕

高齢者や要介護認定者の増加に伴い、地域包括システムは保険者である市町村や都道府県が地域の自主性や主体性に基づき地域の特性に応じて作り上げていくことが必要になる。今後は地域ケア会議等へ積極的に参加し保険者との連携を図り、在宅で過ごす利用者の方によかっただと思われる様に信頼関係の構築に努めたい。

※右記以外にもたくさんの職員の方が研修・出張に行かれました。

平成25年度 熊本介護支援専門員更新研修

春草苑 師長 岩下 純子

10月の研修レポートから ↗スキルアップを目指して

～スキルアップを目指して～

早めのインフルエンザ予防を！

当院では・・・

●接種期間 11月～12月まで ※1月以降も接種できますが、全額自己負担となります。

●接種回数

- 13歳未満・・・2回接種をおすすめしています。
- 13歳以上65歳未満・・・1回（2回接種も可能です）
- 65歳以上・・・1回のみ

●ご予約 ご予約は病院外来受付で行って下さい。※お電話でのご予約はできません。

●注意事項

- 予約時に問診表をお渡します。必要事項をご記入の上、接種日にご持参下さい。
- 体温はご自宅にて測って来ていただけますとスムーズに接種できます。
- 18歳未満の方は必ず母子手帳をご持参下さい。
※母子手帳がありませんと、接種できません。

<料金表>

	6ヶ月～3歳未満	3歳～64歳	65歳以上
阿蘇市に住民票がある方	3,600円／回	1,000円／回	1,000円／回
阿蘇市外に住民票がある方	3,600円／回	3,600円／回	3,600円／回



坂梨会グループの各施設紹介



病床数260床、
阿蘇唯一の産婦人科も有する
阿蘇温泉病院
0967-32-0881
日本医療機能評価機構
認定病院



阿蘇唯一の緩和ケア病棟、
夜間透析も可能な透析センター
桃花水
0967-32-5250
その人らしく過ごして
頂けるようお手伝いします



要支援、要介護者を支援する
介護老人保健施設(125床)
愛・ライフ内牧
0967-32-5511
ティケアの利用を含めた
ご相談、施設見学等
受け付けております



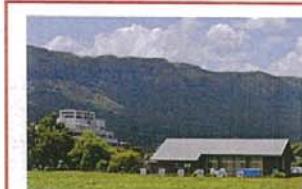
居宅介護支援事業所
訪問介護事業所
春草苑
0967-32-4021
介護が必要な在宅の皆様の
相談を受けつけます



ケアハウス茶寿苑
0967-32-3955
阿蘇五岳が一望できる
食事・天然温泉付き施設



源泉掛け流し温泉が利用可能
あそ整骨院
0967-32-5488
地域の方も旅行に来られた
方もアスリートの方も皆様
大歓迎！！



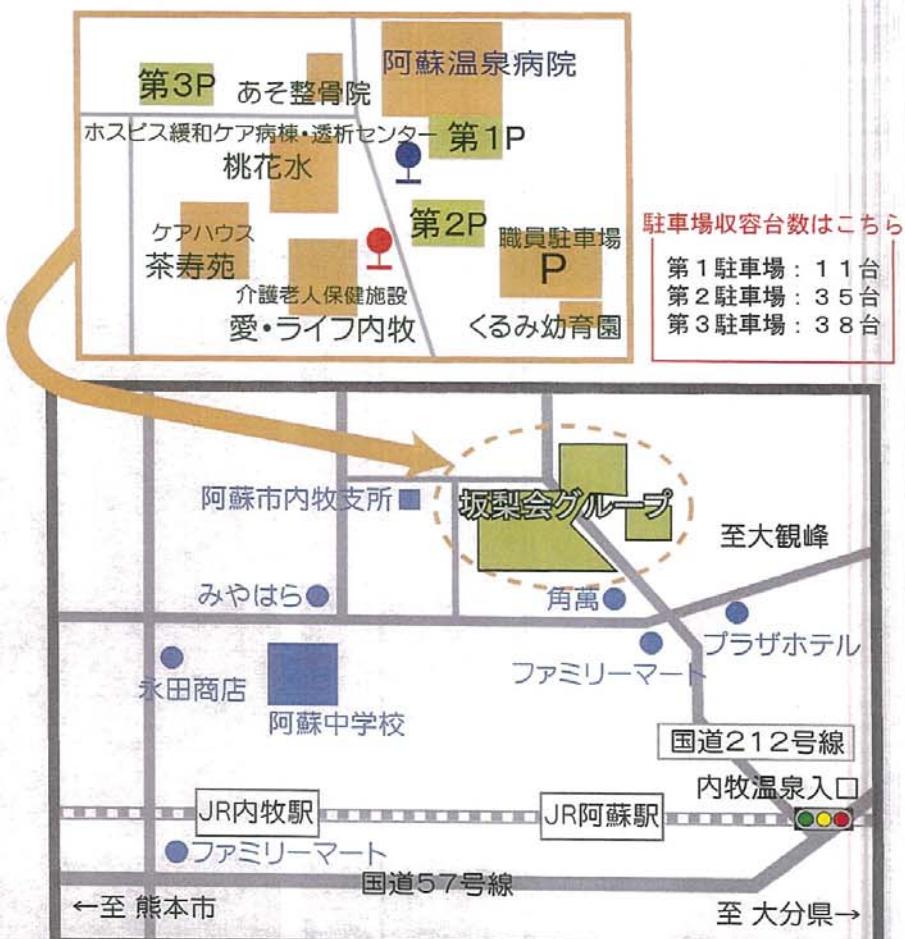
働く女性を応援する
事業所内託児所
くるみ幼稚園
0967-32-1940
坂梨会職員以外の方も
ご利用できます！



職員、患者様、ご家族も
ご利用可能なレストラン
グラシアス (桃花水1F)
0967-32-1951
日替わりランチやスパゲティ
などメニューが豊富！

患者様駐車場案内

- 阿蘇駅方面行き
- 内牧・宮地・小国方面行き



11月の診療日程

●受付時間

午前 7:00~12:00
午後 13:30~17:00

●診療時間

午前 8:30~12:30
午後 14:00~17:30



受付時間は左記のようになりますが急患や時間外の場合は**外来受付(0967-32-0881)**まで遠慮なくお電話下さい。

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科 <small>7:00~12:00 13:30~17:00 まで受付</small>	萩原		萩原		萩原		萩原	萩原				
	戸上	荒武	荒武	戸上		荒武 16:00~			荒武	戸上	戸上	荒武
総合診療科	中川		中川		中川		中川		中川			
内視鏡検査			神崎				小田(外来)				熊本中央病院医師	
整形外科 <small>8:30~12:00 14:00~17:00 まで受付</small>	田崎	田崎		田崎	田崎		田崎		田崎		非常勤医師	
	8:30~12:00 まで受付	14:00~17:00 まで受付	8:30~12:00 まで受付	8:30~12:00 まで受付	14:00~17:00 まで受付	8:30~12:00 まで受付	14:00~17:00 まで受付	8:30~12:00 まで受付	14:00~17:00 まで受付	8:30~12:00 まで受付	14:00~16:30 まで受付	
小児科	松本知			松本知							松本知	
腎・泌尿器科 <small>10:00~12:00 まで受付</small>	下村		下村		下村		下村		下村		熊本医療センター または熊大医師	
	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	10:00~12:00 まで受付	
耳鼻咽喉科 <small>午前診察は9:00から</small>	村川	村川					村川	村川				
	初診~12:00	14:00~17:00					初診~12:00	14:00~17:00				
	再診~12:30	14:00~17:15					再診~12:30	14:00~17:15				
皮膚科											非常勤医師	
眼科											黄	
緩和ケア相談		坂梨		坂梨				坂梨				
		9:00~12:30		9:00~12:30				9:00~12:30				
歯科	宇野	宇野	宇野	宇野	宇野	宇野	宇野	宇野	宇野	宇野	宇野	
			17:30~19:00までは予約制で診療								12:00まで受付	
産婦人科・妊婦健診 (更年期・不妊・思春期・腫瘍)	荒尾	荒尾	田島 婦人科・不妊	休診	荒尾	荒尾						
	受付 8:30~12:00 / 14:00~17:00		受付 9:30~12:00	手術	受付 8:30~12:00 / 14:00~17:00							
小国公立病院			荒尾									
透析	下村	下村	下村	下村	下村	下村	下村	下村	下村	下村	熊本医療センター又は熊大医師	
健康診断・訪問診療 (一般・胃カメラ・子宫がん・乳がん)	中川	中川	中川	中川	中川	中川	中川	中川	中川	中川		

※一部診療時間が異なる場合がありますので、上記診療日程の注記も確認下さい。

※診療日程は外来受付にもございます。

「阿蘇温泉病院前」バス停時刻表

お気をつけてお帰り下さいませ



阿蘇駅方面行き ※温泉病院前バス停

	平日	土曜	日曜・祝日
行先	阿蘇駅前	阿蘇山西駅前	阿蘇駅前
経由	成川	成川	成川
6			
7 22	34	22	34
8 24, 29, 43		24 29 43	24 29 43
9 5, 57	36	5 57	36
10 36, 59		36 59	36 59
11 13, 51		13 51	13 51
12 6		6	6
13 2, 40		2 40	2 40
14 4		4	4
15 15, 39, 41		15 39 41	15 39 41
16 35, 52		35 52	35 52
17 33, 56	18	56	18
18 17, 25		17 25	17 25
19 8, 55		8	8
20 37		37	37

内牧・宮地・小国方面行き ※愛ライフ内牧バス停前

	平日	土曜	日曜・祝日									
行先	立	内 牧	立	内 牧	立	内 牧	立	内 牧	立	内 牧	立	内 牧
経由	ゆう ス唐 テ笠 一松 ショ ン	ゆう ス唐 テ笠 一松 ショ ン	内 牧	宮地 ・道尻	ゆう ス唐 テ笠 一松 ショ ン	ゆう ス唐 テ笠 一松 ショ ン	宮地 ・道尻	ゆう ス唐 テ笠 一松 ショ ン	ゆう ス唐 テ笠 一松 ショ ン	内 牧	宮地 ・道尻	宮地 ・道尻
6		22	35				22					
7	6		20	内36			20	内36			28	20
8			13 36	56			13 36	56			13 56	56
9 13					13				13			
10 31					31				31			
11					53				53			53
12	22					22				22		
13					10	53			10	53		10
14					13				13			13
15		56		28			56		28		56	28
16 56		13 20	56	55			13 20	56	55		13 20	56
17		11	45				11	45			11	45
18 13												48
19		48					48					48
20												