独立行政法人国立病院機構
沖 縄 病 院

〒901-2214
沖縄県宜野湾市我如古 3 丁目 20 番 14 号
TEL：098（898）2121
FAX：098（898）6433（地域連携室直通）

ISO 9001:2008

2019 年 3 月 **NO.99** 発行地域連携室

神経内科部長 渡嘉敷 崇

「フレイル」とは －認知症対策の観点から－

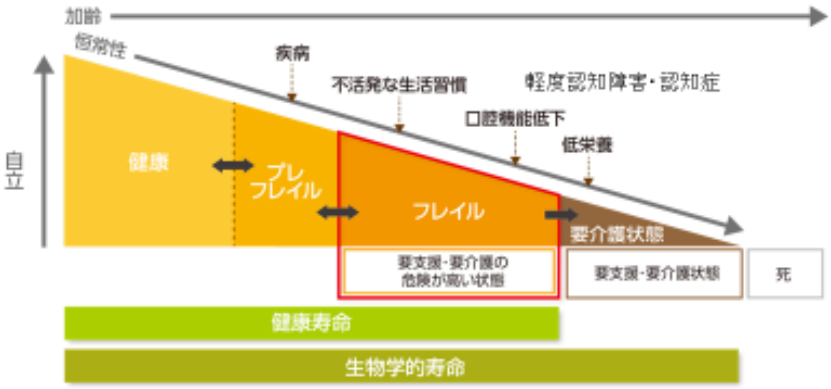
高齢化社会の急速な進行により、認知症対策が大きな課題であり、様々な地域・社会活動や行政による新オレンジプランの策定など様々な取り組みがなされています。特に要介護状態をいかに遅らせるか（生物学的寿命に対する健康寿命の伸長）が社会的な課題として注目されています。

従来は加齢に伴う虚弱や脆弱と呼ばれていた状態を 2014 年に日本老年医学会が「フレイル」と呼ぶことを提唱しました。フレイルは「加齢とともに心身の活力（運動機能や認知機能等）が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」とされ、健康な状態と要介護状態の中間を意味します（図 1）。フレイルには身体的問題（身体的フレイル）、精神心理・認知的問題（精神心理的フレイル）、社会的問題（社会的フレイル）の3つの側面があり、それが相互に影響し合って負の健康アウトカムにつながると考えられています（図 2）。（Gobbens RJ ,et al, J Nutr Health Aging ,14;175-181,2010）フレイルの構成要素の 1 つである精神心理・認知的問題（精神心理的フレイル）は「身体機能が低下した高齢者でみられる可逆性の認知障害で、放置すると認知症への進展リスクが高い状態」と定義され、身体的、社会的フレイルとも密接に関係します。

フレイル状態からより良い状態へ戻すための明確な方法はまだ未解明な点が多いのも事実です。筆者はフレイルを回避・改善する、健康寿命を伸長するためのヒントは地域在住で健康な高齢者にあると考えています。

筆者と琉球大学第三内科と 80 歳以上の地域在住高齢者における認知機能研究を継続して行っていますが、その結果からは高齢者で認知症がなく地域で暮らしているお年寄りの特徴は歩行速度が早い、ウォーキングやグランドゴルフなどの運動習慣があるなどの身体機能が維持されていて、公民館や地域での行事参加が多いことや社会的役割（民生委員、区の班長）を担うなど、身体的および社会的フレイルの要因が少ないという特徴があります。

「先達に学ぶ」という姿勢で高齢化社会におけるフレイルあるいは認知症対策としては身近に出来ること、例えば「ヤーグマイ（引きこもり）をさせない」との観点から独居の方への声かけ、見回りや地域への行事参加を促したり、予防リハや身体的な衰えがあればうまくデイケアなどへの参加を進めることを考えてみるという意識がより大切になってくるのではないかと考えています。



葛谷雅文：日本老年医学会雑誌 2009；46（4）：279-285
荒井秀典：血圧 2016；23（4）：255-258
より改変

図1．フレイルの概念 ―要支援・要介護の危険が高い状態

図2．フレイルの構成要素

沖縄病院と連携していただいている医療機関をご紹介します

中部徳洲会病院 在宅･緩和ケア科

所在地

北中城村アワセ土地区画整理事業地内２街区１番

◎受付･相談は中部徳洲会病院　地域連携室からお願いします。

新屋　洋平　先生

皆さまこんにちは。新屋と申します。中部徳洲会病院在宅･緩和ケア科で主に訪問診療と往診を担当しており、また週に 2 回沖縄病院で緩和ケア外来をさせていただいています。

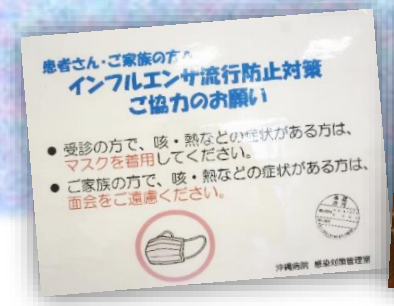
私は離島の小さな診療所と県立中部病院の地域診療科に勤務したあと、当科に昨年 2 月に着任しました。それから 1 年で 60 名を超える患者様に在宅医療を提供し、30 名近くを自宅や介護施設などでお看取りさせていただきました。

在宅医療の役割として、『退院支援』『療養支援』『急変対応』『看取り』が挙げられます。当科では、癌を始めとするつらい症状や病状の変化がある患者様に対し、主に病院と連携して自宅や施設への退院支援を行い、必要時には往診して看取りまで行うことに力を入れています。沖縄病院は週に 2 回来ていますので、特に緩和ケア病棟入院中の患者様の退院支援をスムーズに行うことができており、大変ありがたく感謝しています。

今後も地域の皆さまのお役に立てるよう、沖縄病院と連携を深め、皆さまが望む療養生活を支援することができるように頑張っていきたいと思います。

感染管理認定看護師　竹田　美智枝

今年度、同時期に複数の職員がインフルエンザに罹患し、発症後にインフルエンザと気づかず勤務し、患者へタミフルの予防投与を実施する事態となりました。ICT（インエクションコントロールチーム）が中心となり、インフルエンザウイルスの院内への持ち込み・拡散を防ぐため感染対策の強化をはかりました。対策としては、ポスターの掲示、職員全員サージカルマスクの装着、出勤・退庁時の健康チェック、また、面会者の健康チェックの実施、入院時・外泊帰棟時の症状の有無・周囲の状況・発症者との接触状況の確認を実施するようにしました。現在のところ患者への２次感染は確認されていません。引き続き対策の徹底に努めていきたいと思います。



沖縄病院にキャリアラダー教育を導入して

教育担当看護師長
大田 理美子

平成 29 年に国立病院機構はそれまでの経年別教育にかわり、教育体制をキャリアラダー教育へと変更しました。これは、来るべき 2025 年問題に備えて、看護師の臨床実践能力の開発だけでなく、管理的能力やエキスパートの育成を目的とした変更でした。

当院も平成 29 年度より準備を開始し、平成 30 年 4 月よりキャリアラダー教育を導入しました。準備は看護師長研究会の看護職員能力開発グループが担当し、平成 29 年 9 月から開始しました。平成 30 年度導入までに、平成 29 年度内に必要書類、能力評価表、教育プログラムの作成を済ませる必要がありました。しかしながら、基本とする看護職員能力開発プログラム「ACTy ver.2」の臨床能力評価の到達目標は標準的な記載であるため、沖縄病院オリジナルの到達度評価表の作成に 4 か月を費やしました。グループでの検討に行き詰った時に、「現場でやっているOJTに目を向けて作ってみてはどうか」との田﨑部長の言葉にヒントを得て、レベル Ⅰ の到達度評価表から作成していきました。その後も順調といい難いながらも、平成 30 年 4 月にはレベル申請者 207 人、うち 73 人が研修エントリーし、5 月からレベル別研修を開始しました。

このキャリアラダー導入までの過程と課題についてまとめ、平成 31 年 2 月 16 日の沖縄県看護研究学会学術集会でポスター発表しました。私は平成 31 年 3 月をもって教育担当師長を卒業し、4 月より熊本南病院で勤務します。今後は看護職員一人一人がキャリア開発できるように、沖縄病院にキャリアラダー教育が根付いていくことを期待しています。

看護実践講座

緩和認定看護師
奥間 かおり

ナース・プロクテイショナーについて聞いたことはありますか。

ナース・プロクテイショナーは、診療看護師と呼び、対象者に対して必要とされる診療行為を多職種と協働し効果的、タイムリーに実践できる能力を備えた看護師です。

人口減少を迎えた日本において看護職自らも質の高い効果的な医療・看護の体制が求められています。ナース・プロクテイショナーは今後の医療・看護において、重要な人材です。

今回の看護実践講座は宮崎県にある都城医療センターより、ナース・プロクテイショナーとして活躍している原田由紀子先生に「NP(ナース・プロクテイショナー)の役割と活動の実際」を講演して頂きました。

医師や看護師など多職種の参加がありました。看護師だからこそ気づけることや、その気付きを臨床に活かせることなどナース・プロクテイショナーの活動や役割について理解を深めることができました。

事業所紹介

みなさんはじめまして！一般社団法人ふたふぁです。今回、沖縄病院旧北病棟(5 階病棟）活用事業の入札応募し、めでたく当事業所が決定されましたこと、職員一同、感謝申し上げます。

今回は当事業所の事業所説明をさせていただきます。平成 22 年 10 月、中城村南上原に開設し、今年度で 9 年になります。訪問看護事業を軸とし、ケアマネ事業(居宅介護支援事業)、ヘルパー事業(訪問介護事業）を展開しています。職員は現在 16 人で、訪問看護 8 人(内 1 人作業療法士)、ケアマネ 3 人、ヘルパー4 人と代表理事 1 人の構成です。

職員が幸せで楽しく仕事をすることができ、その職員がお客様にサービスを提供することでお客様やご家族、地域にも幸福の輪がつながるようにと考え、日々邁進しています。

法人の名称の”ふたふぁ”とは、どういう意味？とよく質問されますのでご説明します。ふたふぁとは琉歌に中の揚田節の 1 節からとりました。

【ふたふぁから”んじてぃ”いくとぅしがふいたら岩をだちまちぬむていちゅらさ】

松の葉は若葉から 2 葉で枯れて地に落ちて上から踏まれても、2 葉のままで常に 1 対となっています。当法人ふたふぁもそのような強い絆で元気な時から、介護や医療が必要な状態になっても利用者様と松の葉のような 1 対の関係を持てる企業でありたいと思い、名付けました。この説明でふたふぁが向かう方向を理解していただけると思います。

事業内容は、訪問看護事業は医師の指示書にて、看護師が在宅にて、医療ケアや看護行為を行います。医療保険、介護保険が利用でき、利用者さんの年齢も制限はありません。難病の疾患や心臓疾患、ターミナルケアの看取りも行います。最近は医療ケア児も訪問しています。悩む事もありますが、やりがいのある仕事です。みんな、元気に笑顔で訪問しています。次は、ケアマネ事業です。ケアマネジャーが介護保険でサービスの提案、計画を行い、利用者さんが在宅で過ごしやすい生活が継続して、過ごせるように関わります。最近は、医療ケアのある方のケースが多く、医師や看護師、との連絡調整を密にしなければならない計画が多いので、医療の事も理解を深めなければなりません。毎月モニタリングで自宅訪問し、在宅でゆったり穏やかに過ごしている様子を見れることが、最高にうれしいですね。最後にヘルパー事業ですが、在宅で生活に基盤の排泄やお風呂食事、洗濯など多岐にわたる内容です。法律が改定し、時間が短縮される中、どうしたら、これまで通りのサービスが維持できるか、検討しながら、生活を支える大事な仕事です。

この 3 事業を、全力で頑張っています！！簡単ではありますが、ふたふぁの説明でした。

今回、このように広い場所と病院との連携が取りやすい環境で事業展開できることは、幸運と言うしかありません。その幸運を返謝できるように、ふたふぁが出来る、在宅を支える事業をこれまで以上に拡大し、地域貢献をしっかりしていきます。また、沖縄病院から退院される患者さまが在宅で安心して過ごせる環境設定のご提案や、訪問看護での病院と在宅の連携サポートを誠心誠意していきたいと思っております。

これからよろしくお願いします。

一般社団法人ふたふぁ　代表理事　新垣絹子

基本理念

患者さまの立場を尊重し
高度で良質の医療を提供します

運営方針

1. 政策医療を中心に、質の高い適切な医療サービスの提供
2. 患者様の視点に立った、あたたかく思いやりのある接遇
3. 健全な経営基盤の確立
4. 安心して療養に専念できる快適な環境
5. 臨床研究の活性化と臨床教育・研修機能の充実

GINOWAN CITY FM 81.8Mhz
ぎのわんシティFM

毎週月曜日 9 時 30 分から当院職員による病気に関する様々な情報をラジオ放送しております。当院 HP にも放送内容を掲載していますのでご覧ください。