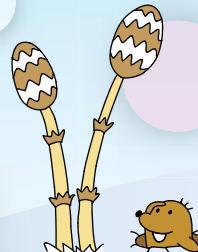




マルホンの

# スマイル

巻頭  
特集

## 在宅酸素療法と火災



プラーナクリニック  
臨床工学技士  
阿部 博樹さん

みなさんこんにちは。埼玉県深谷市にあるプラーナクリニックで勤務している阿部博樹と申します。私は、臨床工学技士として在宅酸素療法に携わっています。今回在宅酸素療法と火災について話をさせて頂きます。

在宅酸素療法を始めると、呼吸が楽になります。酸素が体内に行きわたることにより、体が楽になります。みなさん的生活を助けてくれる酸素ですが、実は取扱いに注意が必要です。酸素は、燃焼を助ける性質が強いガスであり、火を近づけると大変危険です。試験管に酸素を満たし、火の付いた線香を入れると、勢いよく燃焼する映像をみたことがありませんか。もしかすると、理科の実験等で体験している方もいるかもしれません。厚生労働省と日本産業・医療ガス協会から、在宅酸素療法をしている方の火災に関して

データがあります。平成15年12月～平成26年10月までに52件の火災が発生、50名の方がお亡くなりになっています。火災の原因で

最も多いのは、喫煙でした。(写真)残念ながら在宅酸素療法を行なながら、タバコを吸っている方がいたのです。喫煙以外の原因としては、ストーブや漏電がありました。



外で火を使う作業中に携帯酸素に引火した例(平成21年)

在宅酸素療法を安全に継続するには、火気の取扱いに注意が必要です。酸素濃縮器や液体酸素、酸素ボンベの周囲2m以内に火気を置いてはいけません。喫煙者が在宅酸素療法を開始する際には、禁煙が必要です。ご家族に喫煙者がいる場合には、家族全員の禁煙が安全へのスタートになります。ご自宅での火気はタバコだけではありません。台所のガスコンロ、部屋のストーブ、仏壇の線香、室内に暖炉がある方もいるかもしれません。生活の場の中に火気は沢山あります。

酸素濃縮器は小型・軽量化され、最近では停電対策としてバッテリー搭載のも出てきました。機材は日々進歩しますが、火災は防ぐことができません。利用者1人ひとりが気を付ける必要があります。



写真  
昨年9月、マルホンでもタバコによる火災がありました



# いきいき HOTさん

群馬県  
伊勢崎市

## 根岸 治美さん (85)

まず自己紹介から致します。私は20代から15年ほど詩のグループに参加していました。萩原朔太郎門下だった岡田刀水士さんの"青猫"という集団で、12,3名ほど入っていました。それから現在まで作詩は続けております。いまでも上毛新聞で詩の審査をしている梁瀬さんや曾根さんの名前を時折拝見し、誇らしく見受けています。

25歳位から渓流釣りに凝り、65歳近くまで続けていました。県内の諸渓流をはじめ新潟や長野の谷の山女魚や岩魚釣り、その折り山河渓谷からさまざまの恩恵を受けました。山野草や風景の写真、日本画風の詩画、そして山釣りの単行本6冊、山菜やキノコの本2冊などの所産に



根岸さんの著書の一部

恵まれ、私の半生を彩ってくれました。特になつかしいのは、奥利根源流のほとんどの沢の踏破や奥只見源流の諸渓流を釣り歩いたのは自分の誇れる思い出です。

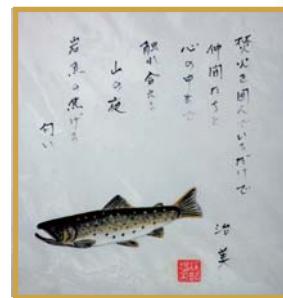
また高校時代からギターやウクレレを弾いていましたので、明治大学に入って

すぐにハワイアンバンドに入り、銀座の松坂屋の地下1階(現在改装中)にあった大きなダンスホールで1年半ほど演奏したのも良い思い出です。大学を出てから伊勢崎や前橋周辺でも活動し、現在でも兄弟達と好きなハワイアンに興じております。

現在体調を崩し、1年ほど伊勢崎のグループホーム"くるみ"に入居してお世話になっています。肺気腫になってしまい、酸素吸入をしています。いろいろと不便ではありますが、ウクレレを持ち込んで時々皆さん達となつかしの歌を合唱して楽しんでおります。そして天気の日には近くを散歩して足を鍛えています。日毎に足腰が良くなっているように思えますので、これからも頑張りたいと思います。



そ山径が青草にかかるようになった  
霧が流れ車百合がかすかに  
その趣きの揺らめいている  
なんと幽玄に満ちていることだろう  
山中草莽の霧の奥に  
夕星のひかりが見えてくるよう  
な  
治美



焚火を囲んでいるだけで  
仲間たちと  
触れ合える  
山の夜  
岩魚の焦げる  
匂い  
治美

# イラストでわかる! 「日常動作のコツ」



## 2. 入浴

入浴には息苦しくなりやすい動作が多く含まれています。今回はなるべく楽に入浴できるコツをご紹介します。

### 入浴の際の苦しい動作



### 楽な入浴のポイント

#### ●指示されている吸い方を守りましょう

労作時は  
毎分〇〇リットルだな

入浴は負担の大きい動作です。  
流量変更の指示がある方は  
きちんと守りましょう



#### ●洗髪は片方の腕だけを 挙げましょう

首を少し傾けると  
腕を高く挙げないで  
洗髪できます



#### ●体を洗うときは呼吸に合わせて ゆっくり大きく動かしましょう

呼吸のペースに  
動作を合わせよう



これは楽だ

タオルを2枚つなげるなど  
工夫すると、楽な姿勢で  
背中を洗えます。

#### ●長めのタオルを使いましょう



#### ●休んでから体を拭きましょう

入浴後に息切れを感じる方  
が一番多いのです。脱衣所を暖める  
など環境を整えておきましょう。

まあ  
ゆっくり  
休もう



#### ●高めのいすを用意しましょう

40cmくらいの高めのいすを  
用意し、腹部を圧迫しないよう  
足を組むと楽に洗えます。



出典:「楽にできる!日常生活動作のコツ」帝人ファーマ(株)

# HOTの安全情報 \*

このたび、液体酸素充填工場が新しくなりましたのでご紹介いたします。

この工場では、HOT患者様や病院様向けの液体酸素を充填しています。充填を行う場所が半屋内になり、充填方法も新しくなったことにより、これまで以上に安全に液体酸素を充填できるようになり、清潔な酸素ボンベを皆様にお届けできるよう



真ん中が新設したタンク

になりました。また、おおもとの酸素タンクも新設し、容量が増えたので災害時の備蓄としても役立つことができます。



神主さんによる安全祈願



新しくなった液体酸素充填工場

## Vol. 22 究張ってます! HOTな社員

こんにちは。貝瀬と申します。事務をしています。皆様とは直接お話する機会がないので、ご注文を承った時の声で今日は体調が良くないのかなと思ったり、また旅行に楽しく無事に出掛けられたことを伺うと良かったと嬉しくなります。

プライベートではヨガを週一回のペースで



かいせ ゆうこ  
貝瀬 裕子



血液型： A型

好きな食べ物： 炙りサーモン

嫌いな食べ物： 納豆

欲しいモノ： ヨガパンツ

通い始めて3年が経ちます。カラダが固いので思ったようにポーズはできませんが、今ではゆっくりした動作と呼吸法でカラダをほぐして一日終えるのが日課になっています。これからも陰ながら皆様のお役にたてるよう心がけていきたいと思いますので宜しくお願い致します。

## 編集後記

◆厳しい寒さが続きインフルエンザ、風邪が流行っています。基本的なことですが、うがい・手洗い・外出時はマスク着用など心がけたいものです。今年一年宜しくお願いします。(アサイ)

◆近々、家族で片品までスキー旅行へ行く予定です。スキーもですが、終わった後の温泉が楽しみです。毎日寒いですが、体調崩さないよう気を付けま

しょう。(オイカワ)

◆お正月から、家族が当番医のお世話になりました。寒い日が続いているので、暖かくしてお過ごしください。(キクチ)

◆毎日寒い日が続いている体調崩さずお過ごしください。私事ですが先日、娘の成人式が無事終りました。あつという間の20年でした。(マスミ)