



シェイクハンド

第48号
H28.9

～静岡県訪問看護ステーション協議会便り～

なやみは半分、よろこび倍増

さあ みんなで手をつなごう!!

イソップ童話「北風と太陽」から学ぶ人材育成

静岡県訪問看護ステーション協議会 会長 望月 律子

世の中が一挙に少子超高齢社会に向けて動き出しました。医療・介護の領域では「ときどき入院、ほぼ在宅」の実現に向け、病床の機能分化と地域包括ケア構築が急がれています。在宅の概念が拡大し、訪問看護ステーションのあり方も変化の時代を迎えています。制度誕生から20年余が経ち、粛々と力を蓄え、地域に根付いてきたステーションに加え、新規開業のステーションが増えています。成熟した組織と若い組織それぞれの課題はあると思いますが、共通するのは「人材育成」です。組織は人がつながります。

訪問看護は病院と違い、一人の利用者には限られた看護師が係ります。他のステーションと看護を比較する手だてがないため、おそらく「自分が受けた看護が訪問看護」であると理解する方が多いように思います。訪問看護の質は看護師の資質そのものです。

表題の「北風と太陽」は、皆様ご存じのイソップ童話です。イソップ童話は、ギリシャ人のアイソポスの作品と伝えられていますが、生き方の教訓や知恵が詰まっています。北風と太陽が旅人の上着をぬがせる力くらべをした結果、強い風を送れば送るほど、旅人は上着をすっかり掴んでしまった。太陽がポカポカと照らした結果、旅人は自ら上着を脱いだ。太陽の勝ちというストーリーです。

教育や看護は「主体性を引き出す」「その気にさせる」「自らの力で環境に適應する力を引き出す」ことが必要な場面が多くあり、在宅領域で求められる人材像は「自立して考え行動できる個人」です。

私は子育ての時代に、子どもにイソップ童話を読み聞かせながら、立場上勉強が必要であった「管理論」「教育論」と重なり合わせる機会を得ていました。実習中に質問攻めにあい、ガチガチになって



戻ってくる学生。憧れの看護師に出会い、そうなりたいたと目を輝かせて予習をする学生。環境の重さを実感しました。それ以来「育てるより育つ環境」が組織作りの目標になりました。「業務に追われて看護ができない？」時々耳にする不思議な発言です。自らの看護実践の根拠を辿る時間を持ってないだけのように思います。看護は実践の科学です。自分以外の看護師からの学び、日々の看護プロセスやカンファレンスからの学び、現場は学習材料の宝庫です。専門職業人育成には「教えるべきことはきちんと教える」厳しさは必要ですが、上着を脱ぎたくなるような、自分らしさが出せる居心地の良い環境があれば必ず人は育ちます。組織としての教育方針や「業務基準」が整備されていると、一貫性ある組織力に繋がります。これから益々訪問看護ステーションは、学生だけでなく、有資格者の実習生や新人・新卒看護師の就業者を迎える機会が増えてきます。「新卒訪問看護師育成プログラム」などを活用いただけることを期待します。

訪問看護は看護職にとって魅力ある職場です。「この組織の一員でいたい」という声が沢山聞かれることを心から願っています。



平成28年度 通常総会報告

一般社団法人静岡県訪問看護ステーション協議会の平成28年度通常総会は、6月19日（日）静岡県総合研修所もくせい会館にて開催されました。来賓として、静岡県健康福祉部理事（医療介護連携対策担当）壁下敏弘様のご臨席ならびにご祝辞を賜りました。会員数177事業所のうち、出席は111事業所、委任状は49事業所で、会員の過半数の出席をもって総会は成立致しました。皆様のご協力にお礼申し上げます。

総会では以下の報告と議案の審議が行われ、全て可決・承認されました。

1. 会費規程の一部変更
2. 平成27年度事業報告
3. 平成27年度決算報告
4. 平成28年度一般社団法人静岡県訪問看護ステーション協議会理事
5. 平成28年度事業計画・予算

【平成28年度 一般社団法人静岡県訪問看護ステーション協議会役員紹介】

会 長	望月 律子	公益社団法人 静岡県看護協会	会長
副 会 長	上野 桂子	社会福祉法人 聖隷福祉事業団	監事
副 会 長	岡 慎一郎	一般社団法人 静岡県医師会	理事
理 事	石川 英也	一般社団法人 焼津市医師会	理事
理 事	多田みゆき	訪問看護ステーションひより	所長
理 事	櫻井 悦子	聖隷訪問看護ステーション千本	所長
理 事	杉山恵美子	三島市医師会訪問看護ステーション	所長
理 事	野中美保子	ラポールあい訪問看護ステーション	所長
理 事	横田 佳苗	訪問看護ステーションれん	所長
理 事	森 洋子	訪問看護ステーションアイケア清水	
理 事	大村 純子	訪問看護ステーション一休	所長
理 事	小出 裕子	鳥田市訪問看護ステーション	管理者
理 事	新村 礼子	訪問看護ステーション入野	所長
理 事	山口美津子	訪問看護ステーション住吉	所長
理 事	長瀬 由美	訪問看護ステーションいわた	所長
理 事	金子 規子	天竜厚生会訪問看護ステーション	所長
監 事	吉富 雄治	一般社団法人 三島市医師会	理事
監 事	鈴木 千春	公益社団法人 静岡県看護協会	常務理事

東部支部長 多田みゆき 中部支部長 横田 佳苗 西部支部長 新村 礼子

広報委員 ◎大村 純子、杉山恵美子、長瀬 由美

研修委員 ◎森 洋子、櫻井 悦子、山口美津子

総務委員 ◎野中美保子、小出 裕子、金子 規子

企画委員 ◎森 洋子、多田みゆき、櫻井 悦子、横田 佳苗、新村 礼子、山口美津子

※◎は各委員会の委員長

事務局 鈴木 恵子（事務長）、朝比奈結華、徳本 みき、白鳥江里佳、佐川登美江



全 体 研 修 会 報 告

訪問看護ステーション大岩 中 村 友 子

テ ー マ：①「医療と介護の連携について
～静岡県地域医療構想と地域包括ケアの推進～」

講 師：壁下敏弘氏
静岡県健康福祉部理事

テ ー マ：②「保険診療の指導監査について」
講 師：八田睦美氏

厚生労働省保険局医療課
医療指導監査室医療指導監査官

開催日時：平成28年6月19日（日） 16：00～17：40

会 場：静岡県総合研修所もくせい会館富士ホール

参加者：148名



今回のテーマは2つありました。①医療と介護の連携について「地域医療構想と地域包括ケアシステムの推進」②「保険診療の指導監査について」それぞれお話がありました。

まず、医療と介護の連携についてはみなさんご存知の通り高齢化は年々進み、特に75歳以上の高齢者人口はここ10年で1.4倍。高齢者の中の高齢化が進み、それに伴い医療・介護の需要増加がさらに見込まれる為、将来の医療・介護サービス提供体制を見直す必要がある。しかし高齢化人口の増加は地域によって異なる為、各地域ごとの医療提供体制を構築しなければならないということでした。

静岡県の地域医療構想の考え方は入院医療については高度急性期病院、急性期病院、回復期病院などといった病床の機能分化です。また、慢性期及び在宅医療ではそれに関わる医療従事者、実施機関の拡大、慢性期からの受け皿の確保ということです。その地域医療構想の具体的な進め方の一つとして「訪問看護ステーションの充実」がありました。訪問看護師の資質向上の為の研修会の実施、「みなし事業所」への働きかけ、地域偏在解消の為の支援、ステーション数の増加、効率的な多職種連携です。これを受け私達訪問看護ステーションができることは何かを考えさせられました。やはりそれはより良い

在宅生活支援の提供ではないでしょうか。今までの自分のステーションをふり返り、静岡県地域医療構想の一端を担う訪問看護ステーションとして積極的な研修参加、ステーション内でのカンファレンスの充実、多職種とのスムーズな連携体制作りに努力していきたいと思いました。

次に「保険診療の指導監査」についてのお話をうかがいました。日本は国民皆保険制度です。誰でも平等に医療が受けられるという大きな長所がありますが、超高齢社会を迎える中保険収入が増えない一方で高齢者の医療費が増大しています。限られた財源を有効に活用し、保険制度を継続させていく為「指導」は必要であり、目的は訪問看護療養費の支給に係る指定訪問看護の内容及び訪問看護療養費の請求に関して周知を図り、指定訪問看護の質の向上及び適正化を図る、ということでした。これに対し「監査」は指定訪問看護の内容または訪問看護療養費の請求について、不正または著しい不当が疑われる場合等において的確に事実関係を把握し、公正かつ適切な措置を採ることと教えていただきました。指導は全訪問看護ステーションが対象となることを知り少し安心しました。それと同時に訪問看護に携わる者として指定訪問看護ステーションのルールを再確認し遵守していくことが大切だと思いました。





ステーション紹介

東部 訪問看護ステーションリエぞん

加藤 則子

こんにちは。伊東市にある「訪問看護ステーションリエぞん」です。

リエゾンとは、フランス語で「絆」の意味を持ち、皆様とのつながりを大切にという思いがあります。

平成22年6月に開設、今年で6年目を迎えました。平成26年には東伊豆にサテライトを開設し、サービス提供地域は、伊東市・東伊豆町・河津町です。ともに24時間体制でターミナルケア・看取りもおこなっています。現在、看護師3人、事務員1人で運営しています。

伊東市は総人口約7万人、65歳以上の高齢化率が39.4%、75歳以上は18.8%と高齢化が進んでおり、独居高齢者や、家族が働いている場合も多くみられます。そのような環境から、在宅療養が困難になってしまうこともあり、病気を抱えながら自宅で過ごすことは課題が多いと感じます。

以前、利用者の家族から「訪問看護が本人にとって精神衛生上とても良い。本人はあなたたちを待っている。」と言っただけでした。利用者は100歳の女性で、訪問看護を導入するほんの少し前まで身の回りのことはできていました。しかし、ベッドで過ごすことが多くなり、全身状態の観察と保清目的で訪問看護を始めました。元々人見知りだったため、当初は表情も硬く訪問看護の1時間はこの方にとって苦痛だったかもしれません。家族の配慮で一緒にお茶をいただく時間を設けたことで『自分のために来てくれる人』だと認識してもらえ、会話も増えてきたことで徐々に心を開いてくれるのが分かりまし

た。

療養の仕方や家族の在り方は本当に様々ですが、利用者・家族に対し、私たちだからこそできる支援、そしてみんなが笑顔、ハッピーな気持ちになれるような関わりを心がけ今後も奮闘していきます。

当法人は、治療院・訪問マッサージ・訪問入浴介護もおこなっています。今後も、スタッフ全員で在宅療養を望む方たちをサポートしていきます。

よろしく願い致します。

次は訪問看護ステーション・エコーさんです。



中部 訪問看護ステーションあおむし

原 との子

こんにちは、訪問看護ステーション「あおむし」です。「あおむし」と言うと皆さん「えー」と必ずおっしゃいます。聞き直しをされることも何度もありました。しかし、逆に名前を知ってもらえるチャンスにもなっています。

当ステーションは、平成25年6月4日に開所し、丸3年がたちました。小児病院での勤務経験から在宅で過ごす疾患を持った子どもや障害を持った子どものケアを行っています。医療保険の占める割合は85%で、介護保険の占める割合は全体の15%です。

介護保険は全く分からないところから始まり、ケアマネジャーや近隣の訪問看護ステーションの所長さん達にご指導を受けながら何とかやっています。介護保険・看取りの看護は、細々できる範囲内で行っています。

小児看護の在宅を専門に行っていて、病院での指導が在宅に大きく影響することを知る機会にもなりました。病院を退院して不安の中にいるご家族に少しでも不安を減らすことができればと援助を行っています。私たちは、1回の訪問に90分使い、入浴や



医療ケアの実施、家族の話を聞いたり、外出支援等を実施しています。近年、人工呼吸器装着児の在宅も増えています。当ステーションにも10名程います。そのため、静岡市と「難病患者等介護家族リフレッシュ事業」の契約を行い、在宅支援事業（在宅で8時間以内看護を行う）と就学支援事業（特別支援学校に行き呼吸器をつけた児童に付き添う）を実施しています。

こどもたちの笑顔に支えられながら、小さな変化に驚かされたり発達の変化にご家族と喜び合いながら楽しく訪問させてもらっています。

次は訪問看護ステーション「池ちゃん家」さんです。



西部 ニチイケアセンター南浜松訪問看護ステーション

前原 裕子

はじめまして、ニチイケアセンター南浜松訪問看護ステーションと申します。

私たちの事業所は、浜松市南区三和町の、のどかな田園風景の中にあります。

ニチイケアセンター南浜松は、訪問看護、訪問介護、通所介護、居宅と4サービスを持ち、それぞれが協力しながら在宅生活を支援できるように体制を整えています。

なかでも訪問看護は平成24年10月に開所の新しい部門ですが、訪問看護が加わったことで医療分野への対応が可能になりました。

スタッフは平成28年4月から8名に増えて、ようやく体制が整ってきたところです。

職場の雰囲気は明るく元気。笑顔で楽しくやっています。最近では、若くてやる気の有るスタッフに恵まれ、保育園や小学校低学年の子育て中にも関わらずがんばってくれています。何より子供の発熱や行事で休む場合、調整に協力的でとても助かっています。一方先輩看護師は、総合病院勤務の後に老人施設やケアマネジャー・介護認定調査員等の経験を持ち、在宅介護のスペシャリストとしても良きアドバイザーです。

そしてニチイケアセンター南浜松では、毎月実施している事業所内研修に加え、年に1~2回程度外部の方にもご参加頂ける研修会も行っています。昨年12月には近くの開業医と薬剤師に、糖尿病に関する講義をお願いしました。

当社ヘルパーやケアマネジャー、他事業所の訪問看護師さん達に多数ご参加いただきました。スタッフは準備や当日の駐車場案内等を分担し、手

作りで行っています。

私達スタッフは、お客様がその人らしく自宅で生活することの素晴らしさを日々感じています。認知症や中重度で介護の負担も大きく、在宅生活が困難な方々が、安心して自宅で生活を送れるよう支援していきたいと思っています。まだまだ力不足ですが、優しく誠実なサービスを心がけてがんばっています。

今後共、ご指導ご協力をお願い致します。

次は訪問看護ステーション頭陀寺さんです。





東部支部研修報告 平成27年度 新人管理者・新任管理者研修会

1. 研修目的：新人の管理者を対象に、訪問看護管理者が知っておきたいこと、心構えなどを学ぶ
2. 開催日時：平成28年2月20日（土） 14：00～16：30
3. 会 場：沼津 千本プラザ 大会議室
4. 参加者：27名

「新任管理者研修を受講して」

訪問看護ステーションあおぞら

松原 久美

去る平成28年2月20日に、東部地区支部『新任管理者研修』が沼津千本プラザで開催されました。参加者数は27名で、管理経験・訪問看護経験共に2年未満の管理者が半数を占め、日々奮闘されている様子が伝わってきました。お互いのステーションの状況を意見交換する中で、人材確保・育成に苦労されている訪問看護ステーションが多いように感じました。訪問看護ステーションは、その大半が小規模の組織で運営され、スタッフの顔がステーションの顔となり、スタッフのイメージがステーションのイメージに繋がります。だからこそ人財の質が重要で悩みどころになるのでしょうか。

講義では、聖隷訪問看護ステーション千本の櫻井所長より、訪問看護の歴史・訪問看護制度・医療保険制度・管理職の役割等を、経験談を交えながら解かりやすく説明して下さいました。その中で「管理者の影響力は大きい。理念をいつも頭に。立ち位置はぶれない。」との言葉が印象的でした。組織には理念が大切です。管理者は、スタッフに向けて何を指すのか示し、信念を貫いていく事が欠かせません。私も組織の理念を意識し、日々の業務と向き合いたいと改めて感じました。

また、講義の中で連携の重要性についても触れられていました。これまではあいさつ程度だった他のステーションの管理者同士の関係も、この研修での意見交換をきっかけに関係を深める事ができ、連絡を取り合えるようになりました。

今後、地域包括ケアシステム構築に向けて中核を成す訪問看護師の役割は大きく、まさに連携がキーワードになってきます。お互いに志を高く持ち、刺激し合える関係で、これから更に連携を深めていければと思っています。

今回、このような機会をいただき、運営事務局の方々や、ステーションのスタッフに深く感謝しています。

「訪問看護管理者初任者研修に参加して」

訪問看護ステーション梅名の里

谷本 明美

訪問看護ステーション梅名の里は、介護老人保健施設梅名の里を母体として平成12年4月に開設した事業所です。私は入所部門で看護師や施設ケアマネジャーとして高齢者の生活支援に携わってきましたが、施設内の移動で訪問看護ステーションに勤務することになりました。看護管理の研修は終了してはいたものの、新たな分野での業務は分からないことが多く、管理者としての役割が担えるのか戸惑いと不安がありました。

そのような中、管理者になり7ヶ月目で研修に参加させて頂きました。講師の櫻井氏からは、訪問看護の歴史や制度、診療報酬改定、地域包括ケアシステムまで基礎的なことから、進むべき方向性や管理者としての役割など多くを学ぶことができました。

管理者に必要な視点については、看護師としての知識・技術の向上の他、スタッフからの信頼を得るためのリーダーシップの発揮、訪問看護ステーションとしての理念や方針を堅持し、揺るぐことなく前進することが重要だと感じました。訪問看護の対象者は、高齢者が圧倒的に多い状況ですが、小児や若年層の障害者まで多岐にわたり、幅広い医療知識が必要になります。管理者自らが学ぶ姿勢を持ち続けることで、ステーション全体に及ぼす影響は大きいと考えます。また、利用者様の意向に沿った看護を提供し満足して頂けるように、カンファレンスを通じて看護内容を振り返り、質の高い看護が提供できるように取り組んでいきたいと思っています。適切な看護の実践で、看護師にも達成感が得られモチベーションに繋がりを、ステーション全体がレベルアップできるようにしたいと思います。

今回の研修は、管理者として貫くべき方向性を見極め、一步を踏み出すきっかけになりました。今後は、ステーションの更なる成長と、地域に視野を広げ他事業所・他機関の多職種と協働して地域包括ケアシステムの基盤作りに積極的に取り組んでいかなければならないと考えています。



「新卒訪問看護師さんより」

訪問看護ステーション三方原 河野 瑞穂

大学を卒業して訪問看護師として働き4か月が過ぎました。仕事にも慣れ、ご利用者様のケアをさせて頂くことが増え、とても充実した毎日を送ることが出来ています。

私が訪問看護師を目指したきっかけは、高校生の頃に偶然見たテレビ番組でした。「看護師が患者様のお宅に訪問し、家で看護が出来る」ということを知って、とても驚き印象的でした。大学に入学してから私は病院でアルバイトをしていました。その時に多くの患者様と関わらせていただきましたが、患者様と話していてもナースコールが鳴ったら中断しなければならなかったり、忙しくて患者様と関わっている中でも業務に追われてしまったりと、アルバイトながらもどかしい思いを感じました。そこで訪問看護であれば、訪問したその時間はその方だけのために使うことが出来る、1対1で関わることが出来るということを考え、訪問看護師として働きたいと思うようになりました。しかし授業で学び実習やアルバイトをしていく中で、訪問看護師は技術と判断力、看護師としての経験が求められるため、新卒では務まらないと実感し、経験を積んでからだと思っていました。そんな中授業で講師をして下さった訪問看護師の方に、県で新卒の訪問看護師を育てる教育プログラムがあるということを知り、新卒で働けるかもしれないと思いました。そして大学4年の春に、大学で行われた就職説明会で詳しい話を聞かせて頂きました。その後も様々な方に話を聞いてもらったり、意見を頂いたりして、訪問看護師として



働いていきたいという思いは変わらず、就職試験を受けました。

私が働いている職場は訪問看護ステーション、デイサービスセンター、ケアプランセンターの3事業所が併設しています。その強みを学ぶことができること、また見学に行ったときに職場の雰囲気が良いと感じたことから、今の職場に就職しました。まだまだ技術も知識も未熟でわからないことばかりの私ですが、利用者様、そのご家族が頑張られている姿や、お宅で穏やかに過ごしている姿など、様々な家族の形などを見せて頂き、看護の奥深さを感じ、とても楽しいと思っています。そう思えることが出来るのは、私を優しく迎えて下さる利用者様とご家族、未熟な私を熱心に優しく指導して下さるスタッフの皆様、支えて下さる静岡県看護協会、静岡県訪問看護ステーション協議会の皆様、サポートして下さる大学の先生方のおかげです。その方々への感謝を忘れず、少しずつでも成長していけるように、日々の積み重ねを大事にやっていきたいと思っています。



所長から一言

訪問看護ステーション三方原 所長 新井 良子

新人を採用するにあたって、正直様々な不安がありました。しかし、今は河野さんと一緒に働ける事に本当に感謝しています。

その理由は、河野さん自身が訪問看護に飛び込んできた事に「迷いが無い」からです。新人ひとり、時に心細さや戸惑いは、当然今もきっとこの先もあると思います。しかし、そんな事ものはねのける純粹

でまっすぐな彼女の心に触れるたび、私自身が勇気づけられます。「この道でいいんだ」そう思える魅力ある訪問看護の道を、共に歩んでいきたいと思っています。

大学の先生や協議会の方々、新人教育に関わる関係者の皆様、本当に多くの方にサポートして頂いていることに心から感謝致します。



【研修のお知らせ】

◆就業セミナー

訪問看護のやりがい・楽しさ・おもしろさを知って頂くためのセミナーです。訪問看護師の確保に向け一人でも多くの方に参加していただけるよう、皆様のご協力をよろしくお願い致します。

地 区		開催日（全日程3日間）	会 場
東部	御殿場	9 / 7 (水)、実習、9 / 14(水)	御殿場市民交流センターふじざくら
	三島・沼津	9 / 21(水)、実習、9 / 28(水)	沼津千本プラザ 大会議室
	富士・富士宮	9 / 14(水)、実習、9 / 21(水)	富士市フィランセ ふくし学習室
中部	静岡市	10 / 6 (木)、実習、10 / 13(木)	静岡県総合福祉会館シズウェル102
	焼津市	10 / 12(水)、実習、10 / 19(水)	ウエルシップやいづ 小会議室
	藤枝市	10 / 17(月)、実習、10 / 24(月)	藤枝市民会館 第3会議室
西部	浜松市街	9 / 8 (木)、実習、9 / 15(木)	浜松市子育て情報センター
	浜松市北部	10 / 11(火)、実習、10 / 25(火)	浜北文化センター 第2会議室
	中東遠	9 / 12(月)、実習、9 / 20(火)	菊川総合保健福祉センター

◆新任訪問看護師等育成研修（Ⅱ期）

新任の看護師等を対象に、他の訪問看護事業所での同行訪問等の実践研修をとおして、訪問看護師としての必要な基礎を学びます。

実施期間：平成28年11月1日（火）～平成29年2月3日（金）

研修期間：1日～5日程度／人

対象者：新任の訪問看護師・PT・OT等（就業して1年以内） 30名

受講料：無料

申込期間：平成28年9月23日（金）～10月10日（月）まで

◆認知症訪問看護研修

認知症の病態や治療・ケアについて学び、認知症患者が自宅で日常生活をすごせるように、本人とその家族を支援できる実践能力を高めるための研修です。

地区	開催日（全日程2日間）	会 場
東 部	平成29年1 / 21(土)・1 / 22(日) 10:00~16:00	沼津労政会館／プラサヴェルデ
中 部	平成28年10 / 8 (土)・10 / 9 (日) 10:00~16:00	あざれあ／常葉サテライトビル
西 部	平成28年12 / 17(土)・12 / 18(日) 10:00~16:00	研修交流センター

対象者：訪問看護事業所の看護職員 各会場30名 ※2日間出席可能な者 受講料：無料

申込締切：平成28年9月16日（金）まで（締切後でも定員に余裕があれば受付可能です）

編集後記

秋の気配も次第に色濃くなり、好季節となってきました。今年は暑い夏でした。リオ五輪のテレビ観戦で熱くなる日もあったのではないのでしょうか。

広報委員会では、この夏、事務局の協力の基にシェイクハンドの他、今年度4月の診療報酬改定に合わせ新しい『訪問看護活用ガイドブック』を制作しました。もう暫くでお手元にお届けできることと思います。

これからは台風の季節。近づく台風の被害に遭いませぬよう切に願っています。



シェイクハンドNo.48

2016年9月発行

発行所 一般社団法人 静岡県訪問看護ステーション協議会
〒420-0043
静岡市葵区川辺町二丁目4番地の13
常葉サテライトビル3階
Tel 054-275-3339
Fax 054-275-3338
e-mail sizuokahoumonst@cy.tnc.ne.jp

発行人 望月 律子
編集者 杉山恵美子（三島市医師会訪問看護ステーション）東部
大村 純子（訪問看護ステーション一休）中部
長瀬 由美（訪問看護ステーションいわた）西部