

井原市立井原市民病院



井原市の草花 パンジー

# 病院だより

日本医療機能評価機構 病院機能評価3rdG:Ver2.0認定



2022(令和4)年  
2月発行



新春の井原市民病院

地域とともに歩み、  
より愛される病院を目指して



井原市マスコットキャラクター  
でんちゆうくん

- |       |       |            |      |      |      |     |       |
|-------|-------|------------|------|------|------|-----|-------|
| 内科    | 循環器内科 | 小児科        | 外科   | 整形外科 | 眼科   | 麻酔科 | 消化器外科 |
| 脳神経外科 | 耳鼻咽喉科 | リハビリテーション科 | 放射線科 | 皮膚科  | 泌尿器科 | 婦人科 | 救急科   |



# あけまして おめでとうございます

本年もよろしくお祝い申し上げます



昨年末のコロナ感染者数の急激な減少もあり、ご家族と新年を迎えられた方も多かったのではないのでしょうか？しかし、この安寧な生活も束の間、オミクロン株の襲来により感染者数は急増しました。当院も戦々恐々の思いで、**地域医療の維持**を目指し様々な対策にあたっています。

今年一年コロナ対応に振り回されることなく、コロナ後のこの地域における医療提供体制確保のため井原市民病院のあるべき姿は何か、そのために何をなすべきかを職員のみならず、行政さらには最大の受益者であろう地域住民の皆さんと考えていかねばならない1年です。

我々の井原市民病院も1963(昭和38)年に住民の皆さんの要望により開設して以来、明年で60周年を迎えること

になります。地域医療構想の検討が進められる中、いかにこの節目を乗り切るか否かは、この1年の病院継続に向けた**当院のあり方の議論**を本格化していく必要があります。

昨年来、新しいスタッフが増えたことにより、従来よりも、より一層診療の幅が広がっています。近隣に高機能病院があるといえども、当院が地域に貢献できる場所は多々存在しているはずで

職員一同さらなる自己研鑽に励み、田中翁の名言『やらねばいつできる。俺がやらねば誰がやる。』を心に秘めて、この1年、地域住民の皆さんのために一致協力し、**職務を全う**していくことをお誓い申し上げます。



事業管理者 院長  
ごうち あきら  
**合地 明**

Covid-19もオミクロン株の嵐が吹き上げ、猛威をふるっている状況(2022(令和4)年1月末時点)ですが、これが最後となり、風邪ウイルスに落ち着いてくれることを願っております。

私事ではありますが、昨年65歳になり、この3月で**定年**を迎えます。1995(平成7)年5月に当院へ赴任して26年間、皆さんには大変お世話になり、感謝の気持ちでいっぱい

です。後任も決まり、安心しております。4月からは、愛犬とともに趣味の写真に勤しみ、これまで支えてくれた家族と自分自身の労をねぎらいたと思います。

これからも、当院が井原市の中核病院として、今まで以上に発展していくことを願っております。また、職員も優しさの中に熱い心を持ち続け、活躍してくれと信じております。今後とも、ご指導ご協力のほど、なにとぞよろしくお願いいたします。



副院長  
たかやま に ろう  
**高山 二郎**

昨年一昨年と同様に新型コロナウイルス感染症に翻弄された1年でした。国を挙げての**ワクチン接種**が怒涛の勢いで迅速に行われ、現在は**3回目**の接種が進められています。また、この原稿を執筆時点ではウイルス変異株の影響が非常に懸念されています。今回のようなパンデミックやあるいは災害もそうだと思いますが、有事の際には診療においても、また病院運営においても、状況を的確に判断し迅速に決定していくこと、その中で実際の運用においては臨機応変に、ある程度柔軟に対応していくことが大事だと感じています。

診療部では今年度末で3名の常勤医師が定年退職されます。長い間当院の診療・運営ならびに地域医療に貢献さ

れた先輩方であり、“長い間お疲れ様でした”という感謝の気持ちと共に、正直なところとても寂しい思いや今後に対する不安な思いが交錯しています(幸い定年後も当院で勤務される先生がおられるのは心強いことです)。新年の挨拶で泣き言ばかり言っていられませんが、前を向いて職員みんなで協力して進んでいくほかないと思っています。

今年は、新型コロナウイルス感染症の動向を見定めつつ、ポストコロナにおける当院の在り方や運営についてさらに進めていかなければならない年になります。課題は多いですが一歩ずつ着実に進めていき、新たな発展につながる年となるように努めていきたいと思っています。



副院長兼診療部長  
しまだ もりぞう  
**島田 百利三**

2021(令和3)年も新型コロナウイルス感染症が猛威をふるい、感染拡大により私たちの生活様式は大きく変化しました。緊急事態宣言、不要不急の外出自粛、リモートワーク、オンライン研修、web会議など新しい生活様式に置き換わり、あらゆることが様変わりした1年となりました。

私は、2021(令和3)年4月より、井原市に新設された**「新型コロナウイルスワクチン接種対策室」**で勤務させていただいております。医療現場でしか働いたことのない看護師の私にできることを探しながらの毎日でした。病院職員の視点で行政の取り組みを見て、また、市職員として行政の視点で市民病院の取り組みを見て、井原市における

病院事業への期待や市民病院が果たすべき役割など、さまざまな形で確認することができました。ワクチン接種対策室のメンバーだけでなく、健康医療課の方々をサポートをいただいで、貴重な経験を積み重ねています。その中で、私が医療現場で培ったものをさらにどう生かすのかということが今後の課題だと考えています。新型コロナウイルスワクチン接種事業において、3回目接種だけでなく、これから1回目・2回目接種を希望する市民のみならずにも円滑かつ迅速に、そして安全に接種していただけるよう取り組んでまいります。引き続き、ご指導ご協力をよろしくお願いいたします。



副院長 兼  
健康福祉部参与 兼  
健康医療課参事 兼  
新型コロナウイルスワクチン  
接種対策室次長  
いけだ えつこ  
**池田 悦子**

旧年中は、新型コロナウイルスの影響で大変だった方、仕事にならなかった方、さまざまだったのではないのでしょうか。医療技術部も、微力ながら診療の一翼を担わせていただけたのではないかと考えております。

さて新しい年になり、今年の医療技術部としての目標を次代の働き方改革としようと考えました。世間で働き方改革が叫ばれて久しいですが、実際はどうでしょうか？コロナ

禍が落ち着けば、また元どおりになると思っている方が意外と多いのではないのでしょうか？残念ながら、そうはならないし、そうであってはならないと私自身は考えます。重要なのは、業務の効率化による**患者サービスの向上とスタッフの労働環境改善**につきますと思います。そのために、学術活動も推し進め、医学医療的知識を高めていこうと思っております。



医療技術部長  
ひら た てつ お  
平田 哲男

2021(令和3)年も、ドック・健診部でも新型コロナウイルス感染症への対応に追われた1年でした。私たちの日常行動もネットの普及、デジタル化、人工知能(AI)の導入化などにより、大きく変わりつつあります。ドック・健診部門においても、この波が間近にきているようです。オンラインドック(自宅健診)や従来のがん検診に替わって、簡易で苦痛なく副作用のないリキッドバイオプシー(液体生検)といわれている少量の尿(線虫を利用する検査)や少量の血液(マイクロRNA検査)で早期がんの予測をする検査、あるいは将来の疾病を予測する遺伝子検査(ゲノム検診)などが一般化されつつあります。また、長寿化に伴いフレイル(虚弱:加齢

とともに身体と心の活力が低下した状態)を予防する健診(寝たきり予防健診)も始まっています(後期高齢者健診に加えて)。しかし十分に周知されておらず、また当院での対応も不十分な状態ですので、今後、対応していきたいと思っております。

雑ばくな内容となりましたが、これからもエビデンス(科学的根拠に基づいた証拠)のある最新の医学知識を提供し、地域の皆さんの**健康増進の一助**になれるよう、努力していきたいと思っております。最後に、新型コロナウイルス感染症との戦いが1日も早く収束されることを心より祈念いたします。



ドック・健診部長  
だんじょう けん じ  
檀上 賢次

2020(令和2)年2月から新型コロナウイルスとの闘いが始まり約2年間、今までに経験したことのない日々の連続で、様々な決断や行動を繰り返してきました。しかし、どのような状況においても、常に前向きに業務に取り組んでくれた看護部職員を大変誇らしく思っております。

看護部長として就任2年目を迎えますが、専門職集団として**自律した看護部組織**を目指しております。そのために、教育担当(副看護部長)が中心となり、**クリニカルラダー**(能力開発・評価のシステム)を導入し、個々の目標管理を行うと共に、看護実践能力の向上を図れるよう、支援体制を構築いたしました。今年も**認定看護師、専門看護師の育成**に力を入れ、専門的知識を備えた看護師が現場の看護を必ず変えてくれると信じ、看護部として全面的に支援していきたいと思っております。

また、今年度は3名の新卒看護師を迎えることができました(中途採用者は6名)。先輩看護師の看護に対する関わり方を学ぶ目的と、患者さんに安心して安全な看護の提供を行う大きな目的を果たすため、地域包括ケア病棟において**PNS看護方式**(Partnership Nursing System:2人の看護師がペアを組んで複数の患者を受け持ち、お互いに補完し、協力し合うことができる体制)を開始しております。

「地域住民の尊厳を守り、命を守り、健康増進を支援する」ことが、当院の使命であります。地域の高齢化が加速していく中、何ができるか常に考え、地域の皆さんに必要な看護が提供できるよう、院内だけではなく、地域に出向き幅広い活動を行い、全世代の皆さんへ看護の力を届けたいと思っております。



看護部長  
み や け いずみ  
三宅 泉

今年も新型コロナウイルス感染症の脅威から解放されないうちに新年の幕開けとなりました。今までの生活スタイルや行動パターンが大きく変化しましたが、これが新しい生活様式として定着してしまうのは少し寂しい思いがあります。

昨年5月から始まったワクチン接種、PCR検査、患者さんの受け入れなどでは、地域の中核病院としての役割が果たせたものと考えております。これも、地域の皆様のご理解とご協力、井原医師会をはじめ地域医療を守ってい

る医療従事者の方々、職員の協力があってのことと深く感謝いたしております。

2月からは、一般の方の3回目接種が本格化しています。当院では、今後も地域の皆さんの命と健康を守るため、**職員一致団結**して頑張っていきたいと思っておりますので、引き続き皆様のご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。



事務部長  
いち や す な お と  
一安 直人

# 新入職員紹介

看護師(3階病棟) **長瀬 三恵**

以前は福山市内の病院に勤めていたが、縁あって入職させていただきました。緊張の毎日で戸惑うことも多いのですが、先輩職員の方々に丁寧に指導をしていただき、なんとか日々頑張っています。早く業務を覚えて、患者さんやご家族のお役に立てよう精進してまいります。



介護福祉士(3階病棟) **笠原 啓代**

笠岡市のグループホームで11年間、生活支援を軸として勤務していましたが、このたび当院へ入職させていただきました。私にとっては人生初の医療現場での業務なのですが、忙しい勤務の中、丁寧な指導をしていただいております。また先輩職員の方々の、ひたむきかつ真剣に仕事に向き合っている姿に刺激を受けると同時に、1日でも早く仕事を覚えて井原市民病院の一員として地域の皆さんの支えとなれるように努力していきたいと思っています。



## 外来診療

# 非常勤医師紹介

### 婦人科

いつも当院への応援をいただいている婦人科医師(岡山大学病院)をご紹介します。

増山医師

- 毎週水曜日
- 受付時間  
午前 8:30~11:30  
午後 13:00~14:30

※詳しくは16ページの診療担当医表でご確認ください。

岡山大学病院 産科婦人科長  
岡山大学大学院 医歯薬学総合研究科 産科・婦人科  
教授 **増山 寿**

週1回の婦人科外来診療を行っています岡山大学の増山です。大学病院では、いろんな施設からのご紹介で来られる初診の患者さんを中心に診察しています。産婦人科医として、がん検診に加えてあらゆる年代の女性のニーズに応えるとともに、必要に応じて岡山大学病院や福山市民病院などの高次医療機関や専門施設へご紹介させていただく窓口として、地域に密着した相談しやすい外来を目指しています。**「女性の健康を生産に渡りサポートし、さらに健やかな次世代を育ていく」**のが、私たち産婦人科医のミッションです。どうかお気軽に受診してください。お待ちしております。



2021(令和3)年11月から  
介護福祉士を配置しております。

# 介護福祉士の 業務内容

※介護福祉士…耳掃除・爪切り・口腔ケア・  
喀痰吸引・経管栄養など  
社会福祉士…退院支援など  
看護助手…入浴介助・排泄介助など



私たち介護福祉士は、医師法・歯科医師法・保健師助産師看護師法の法律医療行為の中での規制対象外行為である、**耳掃除・爪切り・口腔ケア**などを行うことができます。また、2016(平成28)年から介護福祉士実務者研修の修了者であれば、**喀痰吸引、経管栄養**の行為が可能となりました。そして、そのすべての行為に責任が伴うこととなります。

看護補助者と協力し、看護業務が円滑に行えるよう準備を整え、患者さんの情報を共有し、普段と異なる小さな変化を見逃さず伝えることも大切な役割です。各病棟での業務の特色として、3階病棟はナースコール対応や身体的介助に関わり、夜勤もありません。4階病棟は入退院が多く、ベッドメイキング、部屋移動、患者さんの移動、検体物品の運搬。5階病棟はオムツ交換、全身清拭などがあります。

介護福祉士は、入院患者さんにとって**一番身近な存在でありたい**と思っています。患者さんやご家族の声を丁寧に聴き、安全で安心な入院の日々をサポートできるように、努めてまいります。どうぞよろしく願っています。

## ~部署紹介~

### 3階病棟



3階病棟は「**地域包括ケア病棟**」です。急性期の治療を終えて病状が安定した患者さんが、住み慣れたご自宅や施設などにスムーズに退院できるよう、主治医・看護師・リハビリスタッフ・医療相談員などが連携して包括的な支援を行っています(ポストアキュート)。また在宅や施設入所中の患者さんが軽度の肺炎や脱水症など体調不良になった時に、直接受け入れて治療やリハビリを行っています(サブアキュート)。

退院後に安全で円滑な在宅生活を送っていただくために、**退院前訪問**を行い生活環境を把握し、在宅療養の準備を具体的に検討・提案させていただきます。さらに、**退院後訪問**を行い、入院中に提案させていただいた処置やケアがご自宅でも安心して継続できるように支援を行っています。

また、安全で質の高い看護を提供することを目的として**PNS(パートナーシップ・ナーシング・システム)看護方式**を導入しています。2人の看護師がパートナーとなり患者さんを受け持ち、相互に補完・協力しあうことで、より良い看護が提供できるよう頑張っています。

今後も、患者さんが安心して地域で過ごせるように、患者さんやご家族の意向を丁寧にうかがいながら支援を行っていきたく思います。

# ケアキャビネットを 活用した退院支援

※ケアキャビネットとは、専用のインターネット回線を使用して日々の様々な療養情報を多職種間でリアルタイムに共有できる『クラウド型多職種連携システム』の名称です。



地域医療連携室  
社会福祉士  
妹尾 拓馬

当院では、入院患者さんが退院し在宅に戻るための支援の一環として、退院前の患者さんに対する「サービス担当者会議」を行っています。この会議は、すでに介護保険や障害福祉サービスを利用されているか、もしくは退院後初めてサービスを利用される方々の診療情報等の共有を目的として、退院前の患者さんやそのご家族・担当のケアマネジャー・退院後利用が予想される福祉サービス事業所の担当者らと当院の職員が一堂に会して開催されています。

しかし、一昨年からコロナ禍の影響により、担当の方々に当院へお越しいただくことが難しくなることが何度もありました。そのような時に大活躍してくれたのが「ケアキャビネット(多職種連携システム)」です。

この情報伝達技術(ICT)のおかげで、関係者の皆さんに来院していただくことなくサービス担当者会議を開催することができ、患者さんの退院調整支援に悪影響が及ぶことはほとんどありませんでした。

しかし、関係者の皆さんに患者さんやご家族のご希望や必要な情報をより理解していただくためには、やはり対面での会議に勝るものはないと実感したのも事実です。今後はコロナ禍の状況を見定めながら、患者さんやご家族の退院後のかけがえのない日々のためにサービス担当者会議を途絶えることなく開催し、情報共有をより一層図ってまいりたいと思っています。



## 院内活動

### ● 摂食嚥下機能評価

#### リハビリテーション科

摂食嚥下機能評価法(嚥下障害アセスメント: MMASA (The Modified Mann Assessment of Swallowing Ability))は、患者さんの意識・協力・聴覚理解・呼吸状態・失語・構音障害・唾液・舌の動き・舌の筋力・絞扼反射・口蓋・随意的な咳といった摂食嚥下に必要な評価項目で構成されており、**嚥下障害の重症度や誤嚥リスクを効率的にスクリーニング**することができる評価法です。

ご高齢の入院患者さんが多くを占めている当院では、2021(令和3)年9月より、このMMASAを積極的に活用しています。入院後の早い段階で摂食嚥下障害や誤嚥を発見し、それぞれの患者さんに合った安全な食事形態や食べ方、栄養摂取手段の獲得、誤嚥性肺炎の予防法などを提案し、摂食嚥下リハビリテーションが必要な患者さんに、できるだけ**早期にリハビリテーションを開始**することで、より高いQOL(生活の質)が得られるように努めてまいります。



言語聴覚士  
かさばら あつこ  
笠原 厚子

MMASA 日本語版スコアシート

名前: \_\_\_\_\_ 性別: 男・女 \_\_\_\_\_ 生年月日: \_\_\_\_\_ 年齢: \_\_\_\_\_  
 日付: \_\_\_\_\_ 検査者: \_\_\_\_\_

|       |                        |                        |                        |                         |
|-------|------------------------|------------------------|------------------------|-------------------------|
| 意識    | 1 無反応                  | 2 反応無                  | 3 視線・視線以外の反応           | 4 反応あり                  |
| 協力    | 1 協力不可                 | 2 協力的                  | 3 協力にのみあり              | 4 協力的                   |
| 聴覚理解  | 1 声かけに無反応              | 2 声かけに反応し、簡単な言葉がわかる    | 3 簡単な言葉に反応し、簡単な言葉がわかる  | 4 ほとんどの言葉に反応し、簡単な言葉がわかる |
| 呼吸状態  | 1 呼吸困難あり、呼吸器補助装置を必要とする | 2 呼吸困難あり、呼吸器補助装置を必要とする | 3 呼吸困難あり、呼吸器補助装置を必要とする | 4 呼吸困難なし、呼吸器補助装置を必要とする  |
| 失語    | 1 単語のみ発音可能             | 2 単語のみ発音可能、簡単な言葉がわかる   | 3 簡単な言葉がわかる            | 4 スクリーニング上、誤嚥なし         |
| 構音障害  | 1 構音障害あり               | 2 構音障害あり               | 3 構音障害あり               | 4 スクリーニング上、誤嚥なし         |
| 唾液    | 1 唾液の分泌が不足             | 2 唾液の分泌が不足             | 3 唾液の分泌が不足             | 4 スクリーニング上、誤嚥なし         |
| 舌の動き  | 1 舌の動きが制限あり            | 2 舌の動きが制限あり            | 3 舌の動きが制限あり            | 4 スクリーニング上、誤嚥なし         |
| 舌の筋力  | 1 舌の筋力が不足              | 2 舌の筋力が不足              | 3 舌の筋力が不足              | 4 スクリーニング上、誤嚥なし         |
| 絞扼反射  | 1 絞扼反射あり               | 2 絞扼反射あり               | 3 絞扼反射あり               | 4 スクリーニング上、誤嚥なし         |
| 口蓋    | 1 口蓋の動きが制限あり           | 2 口蓋の動きが制限あり           | 3 口蓋の動きが制限あり           | 4 スクリーニング上、誤嚥なし         |
| 随意的な咳 | 1 随意的な咳あり              | 2 随意的な咳あり              | 3 随意的な咳あり              | 4 スクリーニング上、誤嚥なし         |

MMASA合計点= \_\_\_\_\_

合計点55: 経口摂取を開始し経口摂取、問題があればLESTに遷移。  
 合計点54: 経口必要、経口摂取せずに嚥下の評価が必要な評価を行う。

# トピックス

## 新型コロナウイルスワクチン 医療従事者3回目接種開始



2021(令和3)年12月13日から、医療従事者に対する新型コロナウイルスワクチンの3回目の接種が開始され、まずは、当院の職員191名が12月末までに接種を終えました。接種者の中には、注射部位の痛み、頭痛、発熱、倦怠感などの副反応が見られましたが、そのほとんどは2回目の接種時と同様もしくは、2回目よりも軽微な症状であり、大事に至る者はいませんでした。

これまでの経験を踏まえて、今後開始される追加接種の円滑な実施に生かしてまいりたいと思います。



## 院外活動

## 「新型コロナウイルス 特別企画」に執筆

INFECTION CONTROL 2021 12 Vol.30

感染対策チーム(ICT: Infection Control Team)・抗菌薬適正使用支援チーム(AST: Antimicrobial Stewardship Team)のための医療関連感染対策の総合専門誌『INFECTION CONTROL 2021 12 Vol.30』(株式会社メディカ出版)から執筆依頼があり、『新型コロナウイルス ICTレポート 受け入れ病床確保における取り組み』について寄稿いたしました。

病床準備・患者さんの受け入れ・派遣看護士の受け入れ・今後の課題など、詳しく掲載しております。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により世界中が大混乱になりました。そのような状況の中、当院は公立病院として「地域住民の命を守る」という使命を果たすため、2020(令和2)年3月には発熱外来及び**新型コロナウイルス感染症患者の入院病床を整備し対応を開始**しました。まだ岡山県内で陽性者の報告がされていない時期でした。

未知のウイルスであったことから感染対策に関する情報収集を行い、職員が互いに知恵を出し合い、当院以外の医療機関とも連携し体制を構築しました。多職種での協働により、既に**100人以上の入院患者**の対応をしてきました。

病院長を中心に行った井原市民病院の取り組みを専門誌に紹介できたことを大変うれしく思っています。これからも当院の役割を果たすためには何が必要なのかを考え、精進してまいりたいと思います。



副看護部長  
感染管理認定看護師  
やなぎもと あゆみ  
柳本 亜由美



# 初期研修医

2021(令和3)年  
11月1日～11月30日

このたびは、1か月間研修をさせていただきありがとうございました。

外来では、様々な主訴で来られる患者さんの診察を数多く経験できて大変勉強になりました。また、初診の方や入院で来られる患者さんを担当していく中で、どうすればより良い治療ができるかということをご丁寧にご指導していただきました。診察だけでなく、内視鏡での処置の見学や、動脈血ガス、腹水穿刺、骨髄穿刺などの処置も指導していただき、大変実りある研修となりました。また、普段の業務では見ることのできない特別養護老人ホームや井原消防署、訪問診療、院内でのリハビリテーションの様子などを詳しく教えていただくことで包括的に医療を学ぶことができました。

どの方も親切に接していただき、伸び伸びと様々な経験をさせていただいたので、1か月間があつという間でしたが、本当に良い研修期間を送ることができました。大変お世話になりました。この経験を生かして今後も頑張ります。



岡山大学病院初期研修医  
進 浩太郎

# 学生実習

## 医学科地域医療実習

2021(令和3)年  
10月4日～10月8日

岡山大学医学部医学科3年生 こやま まさや 小山 諒也

たった5日間という短い期間でしたが、職種・職域に区切りなく、患者さんと関わる色々な場面で学習させていただきました。職員の方だけでなく、患者さんにも協力していただく過程で、病院と患者さんとの深い信頼関係を強く感じつつ、たくさんの学びを得ることができました。地域医療の現場を学ぶという本来の目的にとどまらず、私のこれからの医師として、人間としての人生の指針となるようなことも多くご教授いただき、感謝の念が尽きることはありません。大変な時期であるのにも関わらず受け入れていただき、感謝いたします。

岡山大学医学部医学科3年生 にしむら としのり 西村 俊慶

私にとって、今回初めての病院実習であり、わからないことが大半だったのですが、職員の方々が親切にいろんなことを教えてくださったおかげで、多くの経験と学びを得ることができました。中山間地域の病院ということで、やはり都市部の病院とくらべて医師の人数が不足している中で、自分の専門でない分野もフォローして、できるだけ井原市の中で治療を完結していこうという姿勢を感じました。

今回の経験を生かして、これからの実習や臨床の勉強を頑張っていきたいと思います。



## 栄養管理科

2021(令和3)年  
11月8日～11月19日

くらしき作陽大学 食文化学部栄養学科3年生  
かわかみ かずき 川上 嘉規

今回の実習で、病院での管理栄養士の方と他職種の方との連携の様子や患者さんとの関わり方を知ることができました。委員会や栄養指導などで活躍されている管理栄養士の先生方を見て、私自身もっと知識をつけ、成長したいと思いました。2週間という短い期間でしたがとても多くのことを学ばせていただきました。

くらしき作陽大学 食文化学部栄養学科3年生  
こかど まほ 古角 真歩

私は、今回の実習で他職種と連携することの重要性について学ぶことができました。他職種と連携することで自分だけでは知り得ない情報を得ることができ、入院食を通じた治療につながるのだと知りました。また、栄養士とは違った視点からの意見も聞けるので、とても勉強になりました。教科書だけでは学べないことまで教えていただき、充実した時間を過ごすことができました。

ありがとうございました！



## ● 井原放送「市政だより」に出演

地域の皆さんに「役立つ医療の情報を提供」する新しい方法として「井原放送にて放送中の行政番組『市政だより』の新コーナー『いきいき健康講座』に出演」しています。

### ● 井原市民病院の担当月

2021(令和3)年9月・12月、2022(令和4)年4月の予定

### ● 放送時間

毎週火曜日の夜と、水曜日の午前中に、井原放送にて繰り返し放送中

ぜひとも、ご高覧ください！

▶ 放送した動画は、当院のホームページでもご視聴いただけます。



## ▼ 2021(令和3)年 12月放送内容 ICT:感染対策チーム

今回は、でんちゅうくんと一緒に正しい手洗い方法についてご紹介いたしました。

新型コロナウイルスやインフルエンザなどの**感染症の予防**には、**石鹸を使った手洗い**や**アルコール消毒液**が有効だといわれています。今一度、正しい手洗いの方法をご覧ください、感染症対策に役立ててください。

まず、手洗いのタイミングです。

### 手洗いの タイミング

- 料理や食事を**する前**
- 咳やくしゃみ、鼻を**かんだ後**
- トイレの**後**
- 登校・出社したとき、屋外から**屋内に入ったとき**、**帰宅したとき**、などです。

その他にもこまめに手洗いをするのが大切です。

次に、正しい手洗いの方法です。手洗いをするとき、特に意識して洗うのは下記の6か所です。

### 意識 する所

- 手のひら
- 親指のまわり
- 指の間
- 爪
- 手の甲
- 手首

大切なことは、ウイルスや汚れをしっかりと落とすことです。そのためは、石鹸やハンドソープを使って泡をつくり、「**20秒以上**」かけて**ゆっくり丁寧に**洗うことがポイントです。

今回は、子供たちの間でもお馴染みの「あわあわ手洗いうた」を使用しました。

## あわあわ手洗いうた



時計や指輪は外しておきましょう。水でよく手をぬらし、十分に石鹸をつけて準備完了です。



♪おねがい、おねがい  
→手のひらをしっかりとこすります



♪かめさん、かめさん  
→手の甲を伸ばすようにこすります



♪あの三角のお山の上で  
→指の間をしっかりと洗いましょう



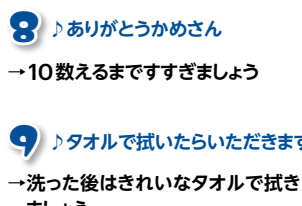
♪オオカミおとととと  
落っこちそう  
→指の先、爪の間は手の平にこすりつけて洗います



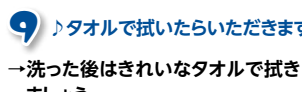
♪いそいでバイクをブルン  
→親指をもってねじり洗い



♪危機一発つかまえた  
→手首をにぎってねじり洗い



♪ありがとうかめさん  
→10数えるまですぎましょう



♪タオルで拭いたらいただきます  
→洗った後はきれいなタオルで拭きましょう

是非、皆さんやってみてください。



## 「心不全について」

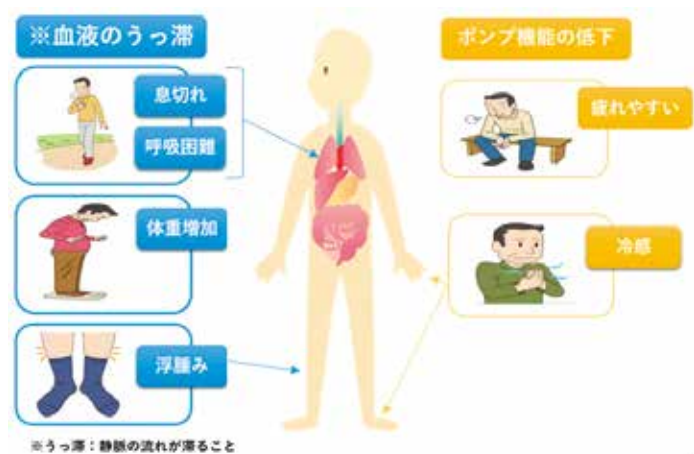
岡山大学学術研究院医歯薬学域  
高齢者救急医療学講座 助教あおかけ としゆき  
青景 聡之

いつもご拝読ありがとうございます。岡山大学の青景です。年が明けても、寒い日が続きますね。寒くなると、心臓や脳などの血管に関する病気が増えることをご存じでしょうか？今回は、その中で心臓の病気：心不全についてお話させていただきたいと思います。

「いままで心筋梗塞になったことがないから私は大丈夫!」と思っている方もおられるかもしれませんが、しかし、心筋梗塞の既往がなくても、弁膜症や不整脈がなかったとしても、たとえ心臓の動き(注1)が悪くなくても、心不全を患ってしまう可能性はあります！

心臓は、血液を全身に運ぶための動力を与えるポンプであると同時に、血液を貯留する袋でもあります。心臓に向かう血液が少なくなると心臓の容量は小さくなり、逆に血液が多いと容量を大きくして多くの血液を受けとめます。加齢とともに心臓の筋肉がかたくなり、その”やわらかさ”が失われると、心臓は多くの血液を受け止められなくなり、行き場を失った血液は肺に溜まり(うっ血)、呼吸困難を引き起こします(これが心不全です)。

**どうして冬になると心不全が増えるのでしょうか？**それには「寒さ」が関連しています。寒いところに居ると全身の血管が収縮して、血圧が上がります。血管の中には血液が貯留していますので、これが収縮することで多くの血液が心臓や肺に向かって流れていきます。しかし、心臓の筋肉が”がたい”と、その血液を心臓で受け止めることができず心不全になります。特に夜間の生理的な尿量の減少や、夜明け前の寒さもあり、心不全による呼吸困難の発作が起こりやすい時間帯は**早朝・夜明け前**です。



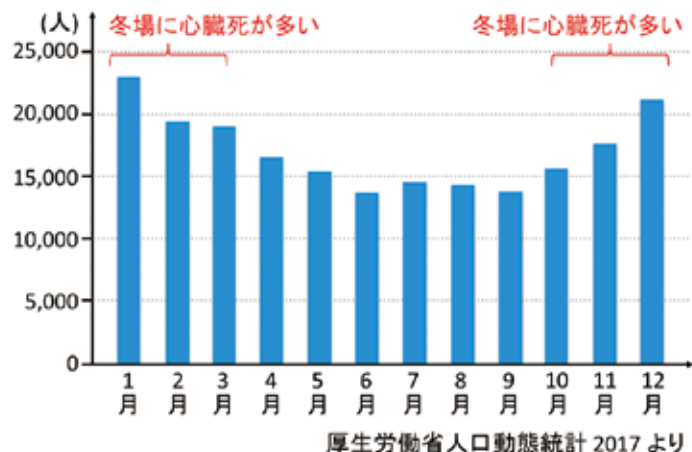
心不全の予防のために気をつけることは・・・

- ①**高血圧**があれば、治療をする。
- ②**過度な塩分摂取**は控える。  
塩分は体の中の水分量を増やす作用があり、結果心臓に負担をかけます。
- ③**寒さ対策**をする。  
急激な温度変化は避けるように、脱衣所やトイレは暖かくしましょう。朝はゆっくり(部屋を温めて)布団から出ましょう。
- ④寝る前の**飲酒は程々**にする。  
寝る前の過度な水分摂取や塩分摂取は禁物です。

ゆっくり心不全が進行していくこともあります。動悸、息切れ、むくみなどが、悪化することがあれば、早めにかかりつけの先生に相談しましょう。

(注1) ここでの「心臓の動き」というのは駆出率(つまり心臓の内腔がどれくらい収縮しているかの指標)を表す

## 心疾患の月別死亡率





皆さんは“視能訓練士”をご存じでしょうか？あまり馴染みのない人の方が多いかもしれません。

私たち視能訓練士は、視能訓練士法という法律にもとづく国家資格を持った専門技術者です。こう言うと、なんだか堅苦しい感じがしますが、主に眼科で一般検査（視力・視野・眼底写真など）をおこなっています。検査を行うのに、なぜ訓練士？と思われたでしょうか。日本に視能訓練士が誕生した1971(昭和46)年には、斜視や弱視のための視能訓練をおこなう専門職でしたので、その名残です。しかし、それから50年が経過する間に様々な眼科機器が開発され、視能訓練士には機器の正確な操作と結果の評価が求められるようになりました。そして、検査が主な業務に移り変わってきたのです。

当院では、**眼科一般検査**、**視能訓練**、および**健診業務**をおこなっております。ロービジョンケア（視覚に障害があるため生活に何らかの支障を来している人に対するすべての支援の総称）につきましても、現状では眼科外来に補助具を備えておりませんので、病状に合わせて医師から情報提供を行っております。

**眼科一般検査**

遠視や近視、乱視といった屈折異常に対して、メガネやコンタクトレンズの検査をします。また白内障や緑内障など目の病気に伴う検査をおこなっています。

**視力検査**

ランダム点という異なる切れ目を誘った検査です。眼鏡やコンタクトレンズに関するご相談にも視能訓練士は対応します。

**視野検査の様子**

見える範囲を測る検査です。緑内障や網膜色素変性症などで視野狭窄の診断に大切な検査です。

**眼底画像検査の様子**

眼底(目の奥)は人体で唯一血管を造影剤で造影する高度な技術を駆使して高次元に眼底の構造を調べたり、血管の状態を調べます。

視能訓練士の4つの業務分野

- 眼科一般検査
- 視能訓練
- 健診(検診)業務
- ロービジョンケア

**健診(検診)業務**

3歳児眼科健診や生活習慣病眼科健診をすることで眼疾患の早期発見、早期治療ができます。視能訓練士は健診(検診)業務でも活躍しています。

眼疾患の手帳は「早期発見・早期治療」が大切です。また、生活習慣病眼科健診から見つかることもあります。視能訓練士は健診(検診)業務にも活躍しています。

**視能訓練**

遠視や乱視などによって視力の発達が遅れた弱視の子供さんや、片目の視力が下がることで両眼が調節される斜視に対して視能向上のための訓練を行います。

**斜視検査の様子**

片目ずつ視て斜視があるかの検査をしています。

**ロービジョンケア**

小児の先天異常や成人の眼の慢性疾患、事故による眼外傷などによって視機能が低下した状態(ロービジョン)の方には、一人一人の発見方法にあった補助具の選定や視機能の活用を支援します。また、日常生活の工夫や地域の福祉、就労や生活などのリハビリテーションの情報提供を行います。

▲文字を大きく読めるための拡大鏡や、拡大読字器の選定を行います。▲本や新聞を電子リーダーで読み取ります。

私たち視能訓練士は、専門技術者として、皆さんの目の健康を守るお手伝いをしたいと思っています。目のことで疑問・相談などがありましたら、お気軽にお声掛けください。

## 職員表彰

### 病院優良職員表彰 (岡山県病院協会)



看護師長兼地域医療連携室副室長  
もり さとみ  
森 里己

このたびは、病院優良職員表彰をいただきありがとうございます。「信頼される看護師」を目指して努力してきましたが、知識や技術の未熟さに悩むこともありました。しかし、何度も挫折を繰り返しながらもここまで動めてこられたのは、やはり、患者さんやご家族・職員の皆さんのおかげです。本当に皆さんに感謝しております。これからも、目標に向けて邁進していきますのでよろしく願いいたします。

### 病院優良職員表彰 (岡山県病院協会) 勤続25年表彰



さかもと えいこ  
看護師 坂本 英子

このたびは、2つの賞を賜り、誠にありがとうございます。これまで25年間勤続できたのも、良き先輩や後輩が支えてくれたおかげであると感謝の気持ちでいっぱいです。この表彰をひとつの励みとして、これからも患者さんやご家族に「やさしさと信頼」が伝わるよう、努力を重ねていきたいと思ひます。

### 勤続25年表彰



みやけ てるみ  
主任看護師 三宅 輝美

このたび、勤続25年となり井原市職員表彰規則にもとづき表彰を賜りました。一緒に働いている同僚や諸先輩方に支えられて今日まで頑張ることができました。そして、看護師としていつも元気に働くことができるのも、家族の協力があつたからこそだと思っています。今後とも地域の皆さんのために、向上心を持ち、日々努力していきたいと思ひます。

## ● 教育従事者対象の小児医療相談会 (オンライン)

開催日: 2021(令和3)年12月24日

教育と医療の連携による安全な学校生活の支援を目的に、2017(平成29)年から実施している教育従事者対象小児医療相談会ですが、今回もオンラインでの開催となりました。

新見公立大学副学長  
岡山大学名誉教授 おだ めぐみ  
小田 慈

### 新型コロナウイルス感染症について

#### Q. 変異株に対して、いままでとは別に教育現場で注意すべきことがありますか？

A. いろいろな情報が錯綜していますが、基本的に教育現場での対応は、今までどおりの感染防止対策を続けることにつきます。子どもたちから感染が始まることは極めてまれなので、周囲の大人(教職員、家族)たちが、感染リスクの高い行動を避けることが重要です。

#### Q. 机の消毒は効果がありますか？

A. 消毒の基本は、まず教室のドアノブなど多くの人が触れる場所をしっかりと消毒することです。机についても、個々の生徒のものよりも、教壇の机や実習室の机のように、複数の人が触れるところは、しっかり(1日数回)と消毒してください。個々の生徒の机は、お昼休みの前後(昼食の配膳前後)や帰宅前くらいで良いように思います。また、手洗い場所の蛇口をセンサー付きのものにするなども大切です。

#### Q. 休憩時間や、給食の際に特に気をつけることはありますか？

A. 黙食といっても現実的にはなかなか難しいと思います。同じクラスの子どもたちは、不特定多数ではなく特定多数ですので、まず日頃の行動と健康状態のチェック(同居のご家族も含めて)を継続することが大切でしょう。できれば、飲食店で行われているように、アクリル板で向かい合わせの席を区切っても良いと思います。



今後も、子どもたちが楽しく学校生活を送ることができるよう、正しい医療情報を発信してまいります。

## 健康講座



井原市マスコットキャラクター  
でんちゅうくん

## 子育てサロン in まいづる保育園 2021(令和3)年10月22日

子育てサロンは、子育て中の保護者の方々や地域で子どもたちの健やかな心身の成長と発達を願って支援や保育・教育に携わっておられる皆さんと、ざっくばらんに語り合える場として、**原則的に毎月第3金曜日の午後**に開催しています。

今回は、院内保育施設『まいづる保育園』の先生方と、日ごろの保育に関する疑問などについて話し合いました。

新見公立大学副学長  
岡山大学名誉教授 おだ めぐみ  
小田 慈

#### Q. 園児の便が柔らかいのが気になるときは、

**ただちに保護者の方に連絡した方が良いでしょうか？**

A. 排便の回数が多かったり、柔らかかったり、あるいは多少水様便であっても、本人が機嫌が良く元気も良く、食欲も普段と変わらないければ、**慌てることは何もありません。**

#### Q. 園児が嘔吐した場合は、

**ただちに保護者の方に連絡した方が良いでしょうか？**

A. 1回だけの嘔吐で、けろっとしている場合は、様子を見てかまいません。ただ、**便の性状にも気をつけて**おいてください。せき込むなどして吐いてしまった場合は、いわゆる“嘔吐”とは小児科医とはらえません。むしろ、“吐いてしまうほど咳がつよい”とらえて、必要な場合は咳に対する治療を行う場合があります。

#### Q. 園児の体温が37.5℃ある場合は、ただちに保護者の方に

**連絡した方が良いでしょうか？**

A. 子どもたちの体温は大人と比べて、まわりの環境の温度や運動の影響をより強く受けます。室温が高い、あるいは少し暑い日に運動をした後などは、37.5℃を超えることは、よくあります。少し落ち着いた環境で体温を**測りなおしてみる**などの対応を是非、行ってください。仮に熱があったとしても、熱だけであわてることはありません。大切なことは、**機嫌が良いか、元気が良いか、食欲があるか**といった、一般的な体調をよく見ることです。

#### Q. よく「ゼイゼイ」いう園児がいるのですが、

**どのようにしたら良いでしょうか？**

A. 風邪をひくとゼイゼイしやすい子どもはいます。一過性に収まれば、様子を見てかまいません。**繰り返す子どもの場合は、喘息発作の可能性**もありますので、保護者と事前によく話し合っておくことが大切です。機嫌が良く、元気で遊んでいるのであれば慌てることはありませんが、息苦しい、肩で呼吸をしている、ゼイゼイしてお昼寝をしないなどの場合は保護者に連絡をし、かかりつけ医受診を勧めてください。

#### Q. 保護者の方から預かった薬は、

**絶対に飲ませなければいけないのでしょうか？**

A. **可能な限り、服用させてください。**ただ、対象児が服用を嫌がって、どうしても服用できない場合は、無理に服用させようとせず、保護者とよく話し合ってください。かかりつけ医が、保育園での時間帯に服用をしなくて良いような処方に変更すると思います。

#### Q. 園児の体温をわきの下で測るのですが、

**いつも左右差があり、困っています。**

A. **腋(わき)下で測定する場合、左右差はよくです。**測定中に上肢を動かす(結果的に腋(わき)下で測定中の体温計を摩擦することになる)だけでも誤差は出てきます。なるべく左腋(わき)下(利き腕でない方の腋(わき)下)で、**上肢を動かさないように**、じっと体温計を挟むように指導して測定してみてください。再測定したいときは、反対側で測定するのではなく、もう一度同じ側で測定する方が良いと思います。

これからも子供たちの目線を大切に情報提供のもと、良い話し合いの場になればと思っています。皆さんのご参加をお待ちしています。

# 大豆製品 食べていますか？



栄養管理科長  
西本 智子

皆さん、大豆や大豆製品を食べていますか？

納豆やお味噌汁の豆腐・油揚げはおなじみですが、メイン料理としては、やはり肉料理の割合が多くなりがちでしょうか。

一粒の大豆の中には、良質なたんぱく質・ビタミンB1・ビタミンE・葉酸・カルシウム・鉄・亜鉛など、豊富な栄養素が含まれています。特に、大豆は別名「畑の肉」と言われるように、肉にも負けない優秀なたんぱく源です。

たんぱく質は私たちの髪の毛や筋肉・皮膚を作るうえで欠かせない栄養素です。毎日少しずつ大豆製品を取り入れるように心がけてみましょう。

| 品目      | 目安量 (g)  | エネルギー (kcal) | たんぱく質 (g) | 脂質 (g) | 炭水化物 (g) | カルシウム (mg) | 鉄 (mg) | 食物繊維 (g) |
|---------|----------|--------------|-----------|--------|----------|------------|--------|----------|
| 大豆(蒸)   | 20       | 37           | 3.3       | 2.0    | 2.8      | 15         | 0.6    | 2.1      |
| 納豆      | 1パック(40) | 76           | 6.6       | 4.0    | 4.8      | 36         | 1.3    | 2.7      |
| 絹豆腐     | 100      | 56           | 5.3       | 3.5    | 2.0      | 75         | 1.2    | 0.9      |
| 厚揚げ     | 60       | 86           | 6.4       | 6.8    | 0.5      | 144        | 1.6    | 0.4      |
| 豆乳      | 200      | 88           | 7.2       | 4.0    | 6.2      | 30         | 2.4    | 0.4      |
| 高野豆腐(乾) | 16       | 79           | 7.6       | 5.1    | 0.7      | 101        | 1.2    | 0.4      |
| きな粉     | 大さじ1     | 45           | 3.7       | 2.6    | 2.9      | 19         | 0.8    | 1.8      |

## 魚のけんちん蒸し



エネルギー：141kcal たんぱく質：16.7g  
塩分：1.3g カルシウム：51mg

魚に豆腐の衣をまとわせボリュームアップ。あっさりしていますが、食べ応えは十分です。

### 【材料4人分】

- ・白身魚 4切れ(1切れ60g)  
(下味：醤油 大さじ1/2、酒 小さじ2)
- ・豆腐 160g
- ・にんじん 20g (せん切り)
- ・卵 1/3コ
- ・しめじ 80g
- ・みつば 8g
- ・調味料(片栗粉 小さじ2、砂糖 小さじ1/2)
- ・あん(だし120cc、みりん大さじ1/2、醤油大さじ1)
- ・片栗粉大さじ1/2(少量の水で溶いておく)



### 【作り方】

- ①魚は骨を取り、下味をつけておく。
- ②豆腐は水切りして、なめらかになるまでつぶす。豆腐に、にんじん・卵・調味料を混ぜ、魚の身の上のにせる。
- ③耐熱の容器に②の魚を入れ、魚に火がとおるまで蒸す。
- ④あんを作る。しめじをあんの材料で煮て、水溶き片栗粉でとろみをつける。最後にみつばを入れる。
- ⑤蒸しが終わった魚に④のあんをかける。

## 食べたらずこう、歯も義歯も

当院に入院中の患者さんの中には、100歳を超えていても、きれいに歯がそろっていて、普通食を全部ペロリと食べる方もおられて驚かされます。また、自分の歯が全くななくても、ペースト状の食事を十分に食べている方もいらっしゃいます。しっかりと食べることができる方は、お口の中が潤っていてきれいです。

しかし中には、あまり食べることができず、お口の中が不衛生な状態になっている方もいらっしゃいます。このような方の歯に付着しているネバネバしたものが、細菌の塊である**バイオフィルム**です。これは、うがいだけでは取り除くことができません。食べた後は、歯ブラシを使用して**しっかりブラッシング**をすることが大切です。義歯(入れ歯)も同様で、食後にブラシで磨いた後に、洗浄液につけるようにしましょう。

未来のご自分のために定期的な歯科受診で、お口のメンテナンスをして『口から食べる幸せ』を守りましょう。



主任看護師  
たかはし かずよ  
高橋 和代

## 放射線科より No.⑦

## CT検査などの医療被ばくに関するQ&A

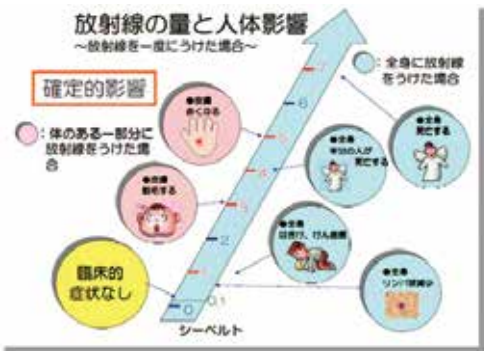


図1 放射線を用いた検査の被曝量

### 放射線被ばくとがんのリスクの話

病気の検査には、被ばくを伴うものがあります。ひとえに被ばくといっても、様々な種類があり、通常にわかりにくくなっています。次の資料は、環境省による放射線被ばくと生活習慣によるがんのリスクに関する資料を参考にしたものです。



図2 放射線とがんの発症リスク

### Q. CT検査の被ばくで、がんになるのでしょうか？

**A.** 計算上は、1万人中数人が、がんで死亡することになりますが、検査を受けなくても3人に1人はがんで亡くなっています。

CT検査で受けるような少量の放射線被ばくとがんのリスクの関係については、明らかにされていません。放射線から人体を防護するための基準は、放射線に少しでも被ばくすれば、がんのリスクが直線的に増えるという仮定を用いています(図1)。基準になっているのは、原爆被爆者のデータです。ここから得られた線量と発がんの関係を用いると、**1万人が10mSv**(およそCT検査1回分相当)の被ばくを受けた場合、その中で**5人**が、放射線被ばくに起因するがんで死亡すると推計されます。一方、放射線被ばくを受けなかったとしても、日本人の**1万人中3,000人**は、がんで死亡します。こうしたがんについては、ほとんどの場合は何が原因でがんになったかはわかっていませんが、喫煙・食事・ウイルス・環境汚染物質など、一般の生活環境における要因が原因でがんになるケースが多いと考えられています。CT検査の放射線被ばくによってがんのリスクが増加すると仮定するとしても、その増加分は他の原因による場合と比べて**非常に小さい**と考えられます(図2)。

当院でも、これらのことを踏まえながら、患者さんに対して「より安全な放射線検査」をお届けできるように努めておりますので、安心して検査を受けていただけたら幸いです。



主任放射線技師  
こもり よういちろう  
小森 陽一郎



# お知らせ キャッシュレス決済スタート

2022(令和4)年1月から、会計の際にキャッシュレス決済ができるようになりました。  
ご利用になれる決済方法は表のとおりです。

## ※注意!!

キャッシュレス決済の利用可能時間は、  
平日の8:30～17:15です。  
(夜間や土日祝日は利用できません)

| 利用できるキャッシュレス決済                        |  |
|---------------------------------------|--|
| クレジットカード                              |  |
| VISA、Mastercard                       |     |
| JCB、Amex、Diners、DISCOVER              |       |
| 交通系ICカード・電子マネー                        |  |
| 各種交通系ICカード、WAON、nanacoカード、iD、楽天Edyカード |     <br>    <br>    |

# まいづる保育園

院内保育施設の様子を紹介します。

おたんじょうび  
おめでとう!!



10月 お誕生日会/  
ポンポン持ってダンス

ごはんごきょう~



こっちだよ!



12月 リトミック/クリスマス会  
クリスマスリース製作

11月  
リトミック(葉っぱ拾い)/  
ままごと遊び/パズル遊び

サンタさんありがとう!!

## ✕健康講座休止のお知らせ✕

「糖尿病教室」「健康教室」「子育てサロン」「出張講座」などの健康講座は、新型コロナウイルス感染対策のため、しばらくの間休止させていただくこととなりました。再開につきましては、今後の状況を踏まえて判断したいと考えています。誠に申し訳ありませんがご理解を賜りますようお願い申し上げます。

※最新の情報については、  
当院のホームページ等でご確認ください。



## 院内絵画 No.⑩



雪景(制作年不明)  
森昌俊 F15 油彩・カンヴァス  
展示場所:4階病棟廊下

## 豆知識



作業療法士  
さだひら まさひろ  
定平 真実

### タイムバケット

タイムバケットとは、「死ぬまでにやりたいことリスト」を年代ごとのバケツに入れていくことで、**夢の実現を目指す方法**です。

(バケツ(バケツ)には、人生・死などの意味があるそうです。)

このタイムバケットを行うメリットとして、次のようなものがあります。

- ①人生を俯瞰的に捉えることで、やりたいことを計画的にできる
- ②ライフワークバランスについて考える機会になる
- ③計画することで、適切なタイミングで行動を起こせる

私は、このタイムバケットを使うことで、「いつかやろう」と後回しにしていたことに取り掛かることができたり、ライフワークについて考えるきっかけになりました。また、家族や友人とシェアすることで「そういえばそれやりたかった」とやりたいことリストを思い出すこともできるのでオススメです。

家族の年齢も一緒にバケツに書いておくことで、家族のライフイベントも含めて、旅行や大きい買い物などのタイミングなども計画することができます。人生100年時代、ご自身の人生の質を高める方法として、ぜひ試してみてください。



## 私ってこんな人!

鬼軍曹から  
白衣の天使へ



看護師  
やまぐち しげる  
山口 盛



私は看護師になる前、**航空自衛隊**で航空機整備士として働いていました。あのブルーインパルスの外来機支援(中継基地での離発着支援、飛行前後点検、燃料補給)もしていました。新兵の教官をしていたこともあり、まさに**鬼軍曹**でした(笑)。

そんな私が自衛隊から看護師を目指したきっかけは、**一つの経験**からです。ある時、同じ電車に乗っていた人が、体調不良になり倒れ込んだことがありました。駅員が対応していましたが、私は色々考えてしまい動くことができませんでした。その時、「国を守ることが仕事である自衛隊なのに、目の前の1人も救えないなんて情けない。医学の専門的な知識がある看護師であれば、私でも**目の前の人を救えるかもしれない。**」と考え、看護師を目指そうと決心しました。

現在の看護師業務の中でも、どんな大変な時でも全力を出し切ること、礼儀正しさ、仕事に対する姿勢など、自衛隊で培った経験が生かされていると思います。

これからも、地域の皆さんの健康を守ることができるよう、初心を忘れず頑張ってまいります。

# 外来診療担当医表

| 診療科          |    | 受付時間等              | 月                                   | 火               | 水                         | 木                            | 金                              | 備考  |
|--------------|----|--------------------|-------------------------------------|-----------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|---|
| 内 科          | 午前 | 8:30～11:00         | 吉澤                                  | 岡大 岡田           | 島田                        | 上坂                           | 立古                             |   |
|              |    |                    | 岡大 高橋                               | 高山              | 立古                        | 吉澤(予約有)                      | 吉澤                             |   |
|              |    |                    | 梶谷(予約有)                             |                 |                           |                              |                                |   |
|              | 午後 | 予約のみ               | 高山                                  | 吉澤              | 高山                        | 島田                           | 島田                             |   |
|              |    |                    |                                     | 島田              | 岡大 岡田(予約有)                | 岡大 下江                        |                                |   |
|              |    |                    | 高山                                  | 高山              | 高山                        | 島田                           | 島田                             |   |
|              |    |                    | 島田                                  | 岡大 岡田           | 岡大 下江                     | 梶谷                           |                                |   |
|              |    |                    |                                     |                 | 立古                        |                              |                                |   |
| 循環器内科        | 午前 | 8:30～11:00         | 岡大 吉田                               | 齋藤大             | 徳永                        | 齋藤大                          | 徳永                             | 急患の受付時間に関しては、左記の限りではありません。  |
|              | 午後 | 13:00～15:00        | 徳永                                  |                 | 岡大 斎藤幸                    | 徳永(第1・3・5)<br>福山市民応援(第2・4)   | 徳永                             |   |
| 呼吸器内科        | 午前 |                    |                                     |                 |                           |                              |                                | 医師の都合によりしばらくの間、休診とさせていただきます。  |
|              | 午後 | 13:00～15:00        | 福山市民応援医師(第1・3)                      |                 |                           |                              |                                |   |
| 神経内科         | 午前 | 8:30～11:00<br>予約のみ |                                     |                 |                           |                              | 倉敷平成 菱川(第1・3)<br>大田記念 片岡(第2・4) |   |
|              | 午後 | 予約のみ               |                                     |                 |                           |                              | 倉敷平成 菱川(第1・3)                  |   |
| 糖尿病内科        | 午前 | 予約のみ               |                                     |                 |                           |                              |                                |   |
|              | 午後 | 予約のみ               |                                     |                 | 川大 大西                     |                              | 川大 杉崎                          |   |
| 消化器外科<br>外 科 | 午前 | 8:30～11:30         | 合地/小林                               | 合地              | 小林                        | 合地                           | 小林                             |   |
|              | 午後 | 13:00～15:00        | 川大 赤木(第1・3・5)                       | 岡大 近藤           |                           | 合地(第1・2)                     | 岡大 枝園                          |   |
| 乳腺外来         | 午前 |                    |                                     |                 |                           |                              |                                | 木曜日以外となる場合があります。  |
|              | 午後 | 予約のみ               |                                     |                 |                           | 岡大 松岡(隔週)                    |                                |   |
| 乳癌検診         | 午前 | 8:30～11:00<br>予約のみ | 森崎                                  | 森崎              | 森崎(第2・4)<br>岡大 宇野(第1・3・5) | 森崎                           | 原藤                             | 第1・3・5水曜日の診療時間は10:00～12:30となります。  |
| 整形外科         | 午前 | 8:30～11:30         | 予約 平田                               | 予約 平田           | 予約 平田                     |                              | 予約 平田                          | すべての曜日で予約がとれるようになります。<br>急患はこの限りではありませんが、それ以外では予約が優先されますのでご了承ください。                  |
|              | 午後 | 午後診療なし             | 手術日                                 |                 |                           | 手術日                          |                                |   |
| 脳神経外科        | 午前 | 8:30～11:30         |                                     |                 | 川大 福原                     |                              |                                |   |
|              | 午後 | 13:30～16:00        | 川大 日黒(第1・3・5)                       |                 |                           |                              |                                |   |
| 眼 科          | 午前 | 8:30～11:30         | 岸本                                  | 岸本              | 岸本                        | 岸本                           | 岸本                             | ただし、木曜日の受付時間は11:00までとなります。斜視・弱視の診療は予約が必要です。   |
|              | 午後 | 予約のみ               | 手術日                                 | 手術日・検査          | 手術日                       |                              | 予約 大月・岸本                       |   |
| 小 児 科        | 午前 | 8:30～11:30         | 井上                                  | 井上              | 井上                        | 井上<br>診療時間<br>9:00～10:30     | 井上                             | 木曜日午前の受付時間は10:00まで、診療時間は10:30までとなります。福山市民応援医師による診療は受付時間13:00～15:30、診療時間13:30～となります。 |
|              | 午後 | 13:30～16:00        | 井上/福山市民応援医師                         | 井上(15:00～16:00) | 井上                        | 福山市民応援医師                     | 井上                             |   |
| 耳鼻咽喉科        | 午前 | 8:30～11:30         | 岡大 岡野(第1)<br>岡大 赤松(第3)              |                 | 岡大 安藤                     |                              |                                | 初診は紹介患者のみです。  |
|              | 午後 | 13:00～14:00        | 岡大 岡野(第1)<br>岡大 赤松(第3)<br>補聴器相談(第1) |                 | 岡大 安藤                     |                              |                                |   |
| 婦 人 科        | 午前 | 8:30～11:30         |                                     |                 | 予約 岡大 増山                  |                              | 予約 岡大 早田                       | 一般診療は予約無しでも受け付けますが、予約優先です。  |
|              | 午後 | 13:00～14:30        |                                     |                 | 予約 岡大 増山                  |                              | 予約 岡大 早田                       |   |
| 泌尿器科         | 午前 | 8:30～11:30         | 龍治                                  |                 | 龍治                        | 龍治                           |                                | 一般診療は予約無しでも受け付けますが、予約優先です。  |
|              | 午後 | 13:00～14:30        | 龍治                                  |                 | 龍治                        | 龍治                           |                                |   |
| 皮膚科          | 午前 | 8:30～11:30         |                                     | 川大 浅沼           |                           |                              | 川大 藤田                          | 一般診療は予約無しでも受け付けますが、予約優先です。  |
|              | 午後 |                    |                                     |                 |                           |                              |                                |   |
| リハビリテーション科   | 午前 | 8:30～11:30         |                                     |                 | 予約 岡大 派温医師                | 予約 中角                        |                                |   |
| 禁煙外来         | 午前 | 完全予約制              |                                     |                 |                           | 予約 中角<br>診療時間<br>11:00～12:00 |                                |   |
| 内視鏡検査        | 午前 | 胃(上部)              | 島田                                  | 八木              | 岡大 赤穂                     | チクバ外科応援<br>医師                | 岡大 佐藤                          |   |
|              | 午後 | 大腸(下部)             | 合地                                  | 小林              | 梶谷                        | 高山/小林                        | 梶谷                             |   |
| 放射線科         | 午前 |                    | ○                                   | ○               | ○                         | ○                            | ○                              |   |
|              | 午後 |                    | ○(岡大 黒田)<br>○(岡大 冨田)                | ○(岡大 黒田)        | ○                         | ○(岡大 平木)                     | ○(岡大 黒田)                       |   |

■自動再来機の受付時間 8:00～ ■面会時間 13:00～20:00 ■診療時間 午前/9:00～(婦人科、皮膚科 ※金曜日のみ 9:30～) 午後/13:00～(脳神経外科13:30～、小児科14:00～)  
 ■休診 土曜日、日曜日、国民の祝日、年末年始(12/29～1/3) ■電話予約 月曜日～金曜日 13:00～17:15 ※ただし、急患の場合はこの限りではありません。



井原市立井原市民病院  
 〒715-0019 岡山県井原市井原町1186番地  
 TEL 0866-62-1133(代) FAX 0866-62-1275(代)  
 ホームページ <http://www.ibarahp.jp/> 電子メール byoin@ibarahp.jp

2022(令和4)年2月発行  
 発行責任者:合地 明