

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



2020(令和2)年
11月発行



紅葉の田中苑
でんぢゅうせん



初の出張講座



訪問リハビリテーション



訪問看護

地域とともに歩み、より愛される病院を目指して

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

巻頭言



事務部長
田平 雅裕

新型コロナウイルス感染症が全世界で猛威をふるい、未だに終息の目処が立たない状況が続いています。緊急事態宣言の発令や、オリンピック・パラリンピック2020年東京大会の延期をはじめ、様々なイベントが中止・延期・縮小され、日常における行動の自粛など、生活様式にも変化が求められています。経済的にも大きな影響が出ており、今年は人類がこれまでに経験したことの無い年になっています。

こうした状況の中、我々医療機関も院内感染予防に最大限の注意を払い、日々の業務にあたっています。特に当院は高齢の患者さんの割合が高いため、院内感染が発生することを大変危惧しております。院内では、新型コロナウイルス感染を疑う患者さんと一般の患者さんとの接触がないよう、完全に動線を分けた運用を行っております。また、玄関での非接触式検温やマスク着用のお願ひ、入院患者さんへの面会制限なども行っており、当院をご利用される皆さんには大変ご不便をおかけしておりますが、皆さんのご理解とご協力により、お陰様で現在まで通常診療を続けることができいております。引き続きご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

また、職員には業務中はもちろん、私生活でも感染予防対策に十分留意した行動をとることを要請しており、大きなストレスとなっていると感じています。しかし、医療従事者としての使命感・責任感を持ち、長期間の自粛生活にも協力してもらっており、感謝しているところです。

我々医療機関の職員は、市民の皆さんの命と健康を守る責務があります。

一日も早い、新型コロナウイルスの終息を願いつつ、危機感を持ち、職員一丸となり、今後も安心して医療を受けていただける体制維持に全力で取り組んでまいります。今後とも、皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

小児科診療充実へ



ひおき さおり
日置 里織

縁あって、時折、小児科外来を担当させていただくこととなりました。

「いつもの先生と違う」と戸惑われるかもしれませんが、常勤医師の松原先生としっかり連携しながら、井原市の小児医療のお手伝いができると思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



みたにおさむ
三谷 納

福山市民病院小児科の三谷と申します。このたび不定期ではありますが、診察させていただくことになりました。

井原市の皆さんや、周辺地域の皆さんのお力になれるように努力してまいります。今後ともよろしくお願いいたします。



とびうめひとし
飛梅 斎

月1回程度、小児科外来を担当させていただいている飛梅(とびうめ)と申します。小児科の中でも内分泌・糖尿病を専門としています。保育所・学校健診で身長伸びが少なく、逆に伸びすぎている子どもの中には、成長ホルモンや甲状腺ホルモン、性ホルモンの病気が隠れていることがあります。また肥満や痩せにも、様々な病気が原因になっていることがあります。不安に思われていることがありましたら、遠慮なくご相談ください。

小児科の医師が増えました!

2020(令和2)年8月より、福山市民病院の協力を得て外来診療枠を拡大しています。月・木の午後も通常の外来診療を受け付けていますのでご利用ください。

当院への応援をいただいている小児科医師をご紹介します。



はんざわ まな
半澤 愛

初めまして、福山市民病院小児科の半澤と申します。出身は兵庫県で昨年度まで兵庫県内の病院で勤務していましたが、主人の異動に伴い今年度から福山市民病院で勤務しております。そして今回ご縁があり、派遣医師として時々診療をさせていただくこととなりました。

井原市子どもたちが、笑顔でHAPPYに過ごせるお手伝いできればと思っています。なにとぞよろしくお願いいたします。



ふじい ようすけ
藤井 洋輔

診療協力として様々な専門性を持った福山市民病院の小児科医が週2回外来診療をさせていただくこととなりました。

私の主な専門は、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、気管支喘息などの小児のアレルギー疾患です。アレルギーを持つお子さんは年々増えており、治療や診断も大きく進歩している分野です。お子さんのアレルギーについて、診療希望や疑問があれば、ぜひ受診してみてください。

福山市民病院応援医師

月曜日午後・木曜日午後
受付時間 13:00 ~ 15:30

※詳しくは16ページの診療担当表でご確認ください。

お知らせ

顔認証温度検知システム

2020(令和2)年8月より、受診に来られた方やご家族の方、ご面会の方など、当院を利用される全ての方に対して、顔認証温度検知システムを利用した体温測定を行っています。

このシステムは、カメラを使った顔認証システムと非接触サーモグラフィモジュールを組み合わせ、AI映像解析により、マスク着用の有無・体温の異常を発見し、リアルタイムにブザーや音声で通知することができます。また、メガネとマスクを同時に着用しても測定できる優れたものです。体温測定時の画面と顔の最適距離は50cmとなっていますので、画面の赤枠の中に顔が写るように覗き込んでください。(※画像参照)

体温が37度以上でアラームが鳴るよう設定しています。アラームがなった場合は、職員が伺いますのでそのままお待ち下さい。ご面倒をおかけしますが、皆様のご協力をお願いいたします。



～部署紹介～

総務課



総務課は2階管理部門の事務室にて、主に運営・管理に関する事務などを行っており、総務係と経理係に分かれています。それぞれの主な業務内容などは以下のとおりです。

● 総務課長 1名・課長補佐 1名

- **総務係** 正規職員1名、会計年度任用職員1名
職員の人事・労務・福利厚生などの業務
- **経理係** 正規職員3名、会計年度任用職員1名
収入・支出・予算・決算など会計処理等に関する業務

この他にも院内全般の連絡調整や、建物・設備の維持管理、医療機器の購入など多種多様な業務を行っています。普段患者さんと接する機会はほとんどありませんが、安全安心な病院環境の整備に努め、患者さんからの満足度向上や、地域の皆さんのニーズに適切に応えられる医療提供体制の充実を目指し、総務課一同、今後も尽力してまいります。

外科診療充実へ

2020(令和2)年10月から、呼吸器外科に関する診察を行っています。

毎週金曜日
受付時間 8:30 ~ 11:30
※詳しくは16ページの診療担当表で
ご確認ください。

呼吸器外科の医師が増えました!



岡山大学病院 呼吸器外科
岡山大学大学院 医歯薬学総合研究科
教授 ^{とよおか しんいち} 豊岡 伸一

呼吸器が専門です。肺がん、転移性肺腫瘍、気胸、呼吸困難が進む様々な病気など、幅広い胸部疾患に対応しています。胸部レントゲン写真で肺に影があったり、胸が痛んだり、息切れや呼吸困難、咳や痰が多い、あるいは痰に血液が混じるなどの症状がある場合にはご相談ください。

新入職員紹介

2020(令和2)年8月1日付採用の新入職員です。
よろしくお願いたします



看護師(3階病棟) ^{さかもと かよ} 坂本 佳代

以前は、内科病棟や訪問看護、介護保険施設などで勤務していました。病院での勤務は久しぶりで緊張の日々ですが、病棟の雰囲気も良く、先輩たちが丁寧に指導をしてくださるので、楽しく仕事ができています。早く仕事を覚えて、地域医療を担う一員になりたいと思っています。どうかよろしくお願いたします。



表紙写真について

^{でんちゅうえん かい} 上:田中苑「楷の木」ライトアップ

下左・下中左:初の出張講座 下中右:訪問リハビリテーション 下右:訪問看護

—— 関連記事:4ページ、5ページ(地域とともに歩み、より愛される病院を目指して)

地域とともに歩み、 より愛される病院を目指して

出張講座

地域の皆さんの健康増進への意識向上をはかり、日ごろの病気予防やケガ予防などに役立てていただくことを目的として、当院初の「出張講座」を開催いたしました。

当初、2020（令和2）年5月から開始する予定でしたが、新型コロナウイルスの影響により中止を余儀なくされていました。しかし今回、密閉・密集・密接を避け、手指消毒や検温などとともに、十分な感染対策のもと無事に開催することができました。

胃・腸・消化器の話

開催日：2020（令和2）年9月29日
場所：いばらサンサン交流館



診療部長 内科医長
島田 百利三

出張講座にて、講演をさせていただきました。今回の発表内容は以下のとおりです。

- 胃がん検診や大腸がん検診を受けましょう。
- ピロリ菌を除菌しましょう。
- ピロリ菌除菌後も定期的に胃カメラ検診を受けましょう。
- NASH（非アルコール性脂肪性肝炎）に注意しましょう。

出張講座は当院にとって初の試みであり、トップバッターとして講演させていただきました。参加者の皆さんには熱心に話を聞いていただき、質疑応答ではピロリ菌検査や治療について複数の質問をいただくなど、あらためて関心の高さを実感いたしました。

私自身も、準備のためにいろいろと勉強させていただき、とても良い機会になったと思います。

出張講座は当院の各部署が担当してこれからも継続していく予定です。新型コロナウイルス感染の影響で講座が中断することがないようにと、切に願っております。



胃がん検診・大腸がん検診をきちんと受けて、早期発見・早期治療を行うことが大切です。
萎縮性胃炎があればピロリ菌検査を受けて陽性であれば除菌しましょう。

胃がん検診

- ・目的：胃がんを早期に発見し、早期に治療して、胃がんで亡くなる人を減らす
- ・胃がん死亡者数（2018年）：男性28,849人、女性15,849人、合計44,192人（第2位）
- ・日本のがん検診 2017年度胃がん検診：胃X線検査の胃内視鏡検査のいずれも
- ・受診者数20万人
- 検出率検査13万人（受診者の65%）
- 検出率検査10万人
- 胃がんの人数2400人 胃がん検診率約10%
- ・日本胃癌学会がん検診率 2019年度胃がん検診率
- ・受診者数31万人 胃がんの人数22人 胃がん検診率約0.20%
- ・年齢とともに胃がん発見率は高くなる
- ・早期発見、特に肥満がんで見つかった人は内視鏡治療で死にます ⇒ 早期発見が鍵

ピロリ菌の除菌治療

- ・必ず胃カメラ検査が必要です
- ・萎縮性胃炎や胃十二指腸潰瘍や腸胃がん（ピロリ菌感染由来）がある
- （胃カメラで実体ならピロリ菌検査は検査適応になりません）
- ・胃がんがないかどうか
- ・ピロリ菌感染診断：ウレアーゼテスト・生検・血液抗体・便中抗原・UBT
- ・治療：胃酸分泌抑制剤（タケキップなど）＋抗菌薬2種類を7日間内服
- ・検査判定：検査治療後2か月以上の間隔をあけて検査（UBT or 便中抗原）
- ・必ず除菌判定を受けてください（陽性の場合は2次除菌治療）
- ※UBT：検査呼吸試験

非アルコール性脂肪性肝疾患 NAFLD/NAFL/NASHのイメージ

NAFLD → NASH → 肝硬変 肝臓がん

本日のまとめ

- (1) 胃がん検診を受けましょう
ピロリ菌陽性なら除菌しましょう
ピロリ菌除菌をしたあとも定期的に胃カメラを受けましょう
- (2) 大腸がん検診を受けましょう
- (3) 非アルコール性脂肪性肝炎（NASH）が疑われたら、生活習慣を改善して、肝硬変や肝臓がんにならないように注意しましょう

参加者の声（アンケートより）

病院まで行かなくても話が聞けたので良かった。

病気の早期発見が大切なのだと、あらためて実感した。

毎月聞きたい。

検診の必要性がよく分かった。

当院は、これからも地域の皆様のご期待に沿えるよう「地域とともに歩み、より愛される病院を目指して」出張講座や訪問看護、訪問リハビリなどに積極的に取り組んでまいります。

『出張講座』今後の予定

11月26日(木) 美星公民館 定員：40名

13:30～14:00 薬剤師「基本が大事！くすりの飲み方」

14:00～14:30 質問コーナー

1月28日(木) 芳井生涯学習センター 定員：50名

13:30～14:00 管理栄養士「普段の食生活における栄養と食事の工夫について」

14:00～14:30 質問コーナー

3月25日(木) 出部公民館 定員：25名

13:30～14:00 作業療法士「健康や幸福につながる生活習慣について」

14:00～14:30 質問コーナー

※ご注意ください

- ・事前の申し込みは必要ありませんが、各会場ごとに定員があります。
(定員を超えた場合は入場をお断りする場合があります。)
- ・必ずマスクを着用してご参加ください。
(マスクが無い場合は入場をお断りさせていただきます。)
- ・新型コロナウイルス感染防止や、業務等の都合により講師・内容などを変更・中止する場合があります。
最新の情報については、当院のホームページ等にてご確認ください。

訪問看護 ～在宅生活を支えます～

「訪問看護センターまいづる」は、2012(平成24)年に開設され、看護師2名と事務員1名で運営しています。

ご自宅で療養されている当院にかかりつけの患者さんに対して、主治医の指示にもとづいて、看護師がご自宅を訪問し、病状の経過観察、医療処置、療養上のお世話や診療の補助、リハビリテーション、医療機器の管理、認知症ケア、終末期のケアなどを行っています。24時間連絡が取れる体制も整っており、患者さんやご家族のお悩みや、疑問について、より良い方法などをアドバイスさせていただきます。

これからも、主治医、ケアマネジャー、サービス担当者(介護福祉施設、訪問入浴事業者、訪問介護事業者、福祉用具事業者など)と連携をとり、住み慣れた地域、ご自宅での療養が少しでも長く継続できるようお手伝いをしてまいります。

訪問リハビリテーション ～患者さんのご希望に寄り添って～

訪問リハビリテーションは、療法士がご自宅へ訪問し、住み慣れた地域や環境下でのリハビリテーションを提供しています。患者さん一人一人のニーズ(希望)に合わせた目標を設定し、その人らしい在宅生活が過ごせるように支援しています。

また、新型コロナウイルス感染症対策のため、全職員が毎朝検温を行い、マスクの着用、手指消毒などのもと、ご自宅を訪問するようにもしています。どうぞ安心してご利用ください。

○当院の訪問リハビリテーション

支援内容

- ・食事、トイレなど日常生活動作の練習
- ・自宅でできる自主トレーニングのアドバイス
- ・外出や地域交流など社会参加への支援
- ・介助方法など、ご家族へのアドバイスや相談
- ・福祉用具や住宅改修のアドバイス

対象者

介護保険の認定を受けている方(要支援1～2、要介護1～5)

対象地域・サービス提供時間

- ・井原市全域を訪問しています。
- ・月曜日から金曜日(祝日、年末年始(12月29日から1月3日)を除く) 9:00から17:00まで
- 1回の訪問につき40分間のサービスを提供しています。

問い合わせ先

担当のケアマネジャーまたは、当院リハビリテーション科までお問い合わせ下さい。
(井原市民病院 代表0866-62-1133)



ご自宅での調理練習



ご自宅での屋外練習

感染対策チーム (ICT : Infection Control Team)



感染対策チームは医師、薬剤師、看護師、臨床検査技師、放射線技師、管理栄養士や事務職員など多職種で構成され、「病院に関わる全ての人を感染から守る」をスローガンに日々活動を行っています。

現在は新型コロナウイルス感染症対策のひとつとして、外来待合ホールのレイアウト変更や一般診察の患者さんと発熱のある患者さんが交わらないよう、入口や通路、診察室を分けて少しでも安心して受診していただける環境を整えています。

また、医療を提供する私たちが健康であるために、毎日の自己健康観察・記録を行い、私たちが感染源とならないために、手指衛生を徹底し、マスクや手袋などの個人防護具を適切に使用できるよう教育や指導を行っています。これからも、井原市民病院をご利用いただいている皆さんと共に感染対策を行っていきたいと考えています。ご不便等をお掛けすることもあります。ご協力をお願いいたします。

療養環境整備委員会 ～接遇向上強化週間～



療養環境整備委員会では、さらなる医療サービスの向上を図るために、2020(令和2)年7月27日から8月2日までの1週間を『接遇向上強化週間』と定め、院内一斉に接遇強化の取り組みを行いました。

職員に向けては、当院を利用される皆さんへの言葉遣い、挨拶や、笑顔に留意するよう発信し、接遇に関する「自己チェックシート」にて自己採点をしてもらいました。「自分が馴れ馴れしい言葉遣いをしていることに改めて気がつきました。」「引き続き気を付けます。」「笑顔を意識していこうと思った。」などと声が聞かれ、自己を見つめ直す良いきっかけになったのだと思います。

また、『接遇向上強化週間』を強調する衣装(ビブス)を身にまとった委員による院内ラウンドも行い、実際に患者さんや職員が利用する環境の整備に努めました。

接遇は、相手の心に寄り添い共感を持って接し傾聴することが大切です。これからも笑顔での挨拶や、丁寧な対応を継続するとともに、働きやすい職場環境の整備に努め、より良い医療を提供できるように活動していきたいと思います。

医療機器研修会

臨床工学技士 乗本 誠
開催期間：2020(令和2)6月～8月

人工呼吸器は生命維持管理装置といわれ、まさに生命を維持するために「呼吸」を行ってくれる重要度の高い機器です。そのため当研修会では、総論としての座学、挿管人工呼吸器の実習、非挿管人工呼吸器の実習と、計3回に分けて、より丁寧に学習しています。

一口に人工呼吸器といっても、いろいろな種類があり、当院でも4種類の機器を設置しています。患者さんの状態によって使用する機器や、操作方法が異なるため、必要な時に必要な機器を適切に使用できるよう、今後とも継続的に研修会を行っていきます。



心電図について

看護部
開催期間：2020(令和2)年8月～10月

今回の研修は、身近な検査ではあるものの、とても奥深い「心電図について」学習しました。

循環器系(心臓・血管など)疾患の指標になる心電図における基礎を知るため、12誘導心電図にスポットを当てました。12誘導心電図とは、最も一般的に用いられる心電図の検査法であり、日常業務の中では臨床検査技師が行いますが、緊急時は看護師が行う必要があります。そのため、座学だけではなく、実技においても学習しました。

今後とも質の高い救急医療などが行えるよう、研鑽を積み重ねていきたいと思っております。



人工呼吸器の回路を学ぼう ～緊急時にも迅速な対応を～

呼吸リハビリテーション委員会
開催日：2020(令和2)年8月6日、8月21日

呼吸リハビリテーション委員会は、慢性呼吸器疾患の患者さんに対してチームで支援することにより、質の高い呼吸リハビリテーションを提供することを目的として発足いたしました。

現在、他職種間で各現場における問題点などを議論し、再学習するために定期的に研修会を開催しています。これまでは、看護師自らが講師となり学習していましたが、今年度より他職種の専門的知識を用いた勉強会を実施しており、今回は「臨床工学技士による人工呼吸器の回路の組み立てについて」学習いたしました。

実際に4種類の人工呼吸器を使用し組み立てることで、より臨床をイメージすることができました。参加者は、お互いに意見を交換し合いながら回路を組み立てていました。

今後も、できるだけ多くの職種からの知識を提供してもらいながら、多方面における呼吸器の知識を深めることにより、より良い看護を提供できるよう努力してまいります。



●研修会受講報告

新型コロナウイルス対策

主任看護師 小林 恵子

開催日：2020(令和2)年8月28日 場所：井原市地場産業振興センター

猛威を振るっている新型コロナウイルスは、7月末から第2波をむかえたとされています。無症状者が4割に及んだり、飛沫・接触感染に加え空気感染も指摘されていたりと、未だに正体がはっきりしないウイルスに対しての対策を学ぶため、研修会に参加しました。

院内クラスターを発生させないために、感染者と非感染者の動線が交差しないようなゾーニング(区分化)と確実なPPE(個人防護具)の着脱の習得が重要であると改めて感じました。

新型コロナウイルスに感染してしまうと、身体的・心理的・社会的にもダメージを受け、それは症状がなくなった後も続く場合があります。当然のことながら、私たちは患者さんを責めることなく、これらのダメージを念頭にケア(看護)する必要があると感じました。「関わった医療従事者も偏見や差別を受ける」このような事態は今まで経験がないことです。直接患者さんをみていなくても今の状態にストレスを感じている医療従事者は多く、心のケアが求められていることも知りました。



●学会発表

臨床実習における作業療法士の 職業的アイデンティティ自己評価尺度(PI尺度)の有用性 ～事例集積研究による検討～

第54回日本作業療法学会

開催日時：2020(令和2)年9月25日～10月25日



作業療法士 佐野裕和

本学会は新潟県での開催予定でしたが、新型コロナウイルスの影響のため、私にとっては初のWEB学会での発表となりました。事前に収録した私の7分間の口述発表が、期間中web(インターネット)上で公開されました。

今回は、実習生(作業療法学生)の職業的アイデンティティ(職業領域におけるその人らしさの感覚)に焦点を当てた実習指導の方法について研究しました。実習生の職業的アイデンティティを評価尺度によって数値化し、学生の特徴に応じて実習指導を行いました。その結果、作業療法独自の支援プロセスを経験することができ、職業的アイデンティティの向上につながる事が分かりました。

今回私が感じたweb学会のメリットは、「発表を事前収録するため、あまり緊張しない」「自宅に居ながらリラックスして学会に参加できる」「1ヵ月も公開期間があるため、多くの講演や演題を聴くことができる」などです。一方、デメリットは「発表の際に聴講者の顔が見えないため、発表内容が十分に伝わっているか分からない」「参加者同士の意見交換を行いにくい、横のつながりを得ることが難しい」などです。

今回は初めてのことも多く、少し戸惑うこともありましたが、これからも状況変化に適応しながら臨床実践発表を続けていきたいと思っています。

放射線科より No.③

安全で危険な? MRIのお話

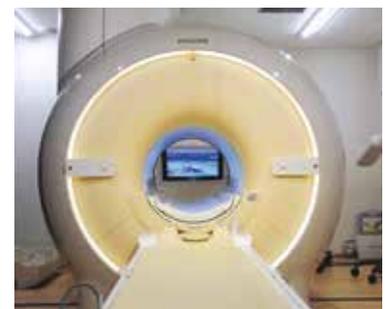


当院では年間約2000件のMRI(Magnetic Resonance Imaging: 磁気共鳴画像診断装置)検査を行っており、皆さんにもMRI検査を身近に感じいただいているかと思います。今回は、そんなMRI検査についてご紹介いたします。

MRI検査は強力な磁石の力と、ラジオの周波数ほどの電磁波を用いて撮影しています。放射線科で行われる他の検査とは異なり、放射線は全く使用しないため被ばくをすることがなく、身体に優しい検査といえます。

しかし、強力な磁石を使用しているため、電子機器や金属類の物は検査室内に持ち込むことができません。そのため、腕時計やネックレスなどは必ず外していただきます。また、体内に埋め込まれているペースメーカーや、骨を固定している金属などは、思わぬ事故につながってしまうこともあるため、必ず申し出てください。検査を受ける前には、全身の体内外における金属類の確認をお願いいたします。特にこれからの時期は、使い捨てカイロ(主成分は鉄粉です)などに十分ご注意ください。

危険な一面もありますが「診断に有用なMRI検査」の詳しい内容については、医師もしくは放射線科スタッフまでお気軽にお尋ねください。



救急科からの研究報告

「救急現場における終末期医療:医療スタッフの葛藤」

岡山大学大学院 医歯薬学総合研究科

助教 青景 聡之

岡山大学病院の青景です。この度はご拝読いただきましてありがとうございます。井原地区の救急について連載させていただいております。今回は「救急現場における終末期医療」の話題です。“暗い”タイトルで、この内容をとりあげようか悩んだのですが、近年増えているご高齢の方(終末期)の搬送症例、そして医療スタッフの葛藤について少しでも皆さんに知っていただきたいと思います、寄稿しました。



人口4万人弱の井原市における1年間の死亡届数は、約650件(「元氣いばら まち・ひと・しごと創生 人口ビジョン」平成28年井原市策定より)です。その内約**12%にあたる80件**は、ご自宅や施設内で心停止となり、心臓マッサージや人工呼吸をされながら、救急車で病院に搬送されています。

私たちは救命が仕事ですから、当然、心臓マッサージや人工呼吸などを行い、最大限の救命を行います。しかし、心停止の患者さんの**約60%は80歳以上のご高齢の方**です(図1)。(ご高齢の方の場合)「この患者さんは、心臓マッサージや人工呼吸をされることを望んでいたのかな?」と葛藤が生じることもあるのですが、患者さん本人に聞くことも敵わないため、私たちはやはり最大限の救命処置を行います(※「延命処置はしてほしくない」とよく言われますが、延命処置は救命処置と重なる部分が大いにあり、救命処置と延命処置とを区別することが実のところ難しいのです)。

誰もが「最後は安らかに迎えたい」と考えていると思いますが、誰もが死にたくはありません。しかし永遠に生きる人はいません。この様々な矛盾が本人だけではなく、むしろご家族や私たち医療スタッフが(本人に対する)「最大限の救命処置」を選択している根源となっているのでしょうか。

もちろん様々な考え方があり、ご自身の持病の状況や、周囲・家族の状況、地域・文化によって違いがあるのが当然です。私たちは、井原市のご高齢の皆さんがどのような考え方なのか、まだわかっていない部分が多いのです。もし、現在行っている「最大限の救命処置」が、ご高齢の方々の希望に沿っていないものであれば、できるだけ希望に沿えられる対策を考えていかなければならないと思っています。

最後になりますが、**冬は持病が悪くなりやすい季節**です(図2)。寒さ対策は十分に行っていただき、栄養はしっかりと摂って、突然の「もしも」が起こらないように予防することが大切です。

井原消防2014年～18年(4年間)の心停止搬送例(全326例)

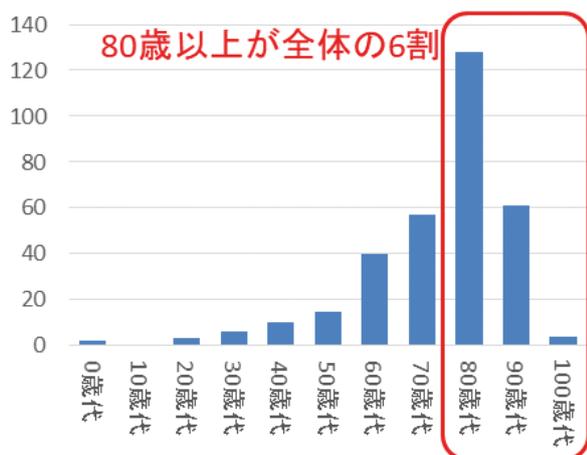


図1 年齢の分布

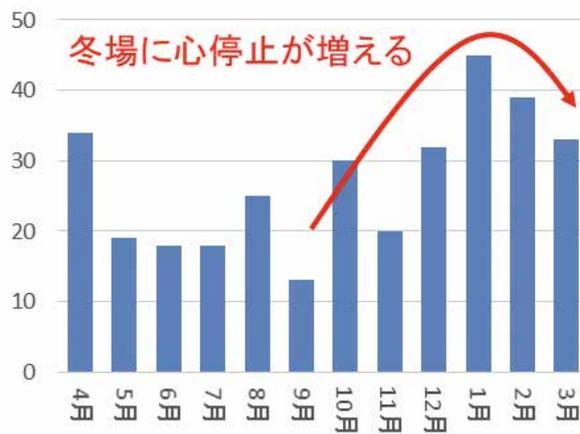


図2 季節の分布

2020(令和2)年6月29日～7月10日



地域医療実習で2週間、大変お世話になりました。
私は、岡山県の地域枠制度の学生として医学部に入学しているので、低学年の頃から新見、笠岡、水島などで地域医療を体験してきましたが、このたびは井原市で地域医療を学ばせていただきました。それぞれの地域で高齢化は進んでいますが、程度の差や、都市部の病院との距離感など地域ごとの特性や違いを感じています。

生活圏や医療圏が福山市に近い井原市ですが、住みなれた地域でなるべく治療が完結できるようにと、診療に取り組まれているスタッフの方々を見て、地域を支える病院としての思いを感じることができました。

あっという間でしたが、先生方をはじめ多職種の方々から多くのことを学ばせていただいた貴重な2週間となりました。今回の経験を活かして、実習や国家試験に向けて頑張っていきたいと思います。本当にありがとうございました。

岡山大学医学部医学科3年生 大林 寛

この5日間の実習は、本当にかけがえのない経験となりました。

中でも貴重だったのは、訪問看護の実態です。患者さんとご家族の意見が噛み合っておらず、患者さんは「病院に行きたくない」、ご家族は「長生きしてほしい」とのことでした。私は、ご家族から「あなたは、このような患者をどうしますか?」と質問されましたが、何も言えず、こういった問題について甘く考えていたことに気付かされました。どんなに授業で学習していても、現場では意見が言えなかったのです。しかし、いつかは自分の信念を見つけ、自分の意見をはっきりと言えるようにしたいと思いました。

また、地方では都市部と比べて、かなり医師が不足しており、医師以外の医療関係者の連携が大切だと感じました。医師だけが患者さんを救っているのではなく、医師が見えていない部分で一生懸命働いている方々がいるということを知ることができました。自分が医師になり処方箋や治療の指示を出す際に、少しでもこのような方々の姿を思い出せるようにしたいと強く思いました。

2020(令和2)年8月31日～9月4日



岡山大学医学部医学科3年生 山本 悠偉

私は、今回の井原市民病院での地域医療実習で、地域での医療のあり方を学ぶことができました。

また、スタッフの方々が親切に地域医療について教えてくださったので、とても学ぶことの多い有意義な実習だったと感じています。退院カンファレンスを見学させていただいた際には、患者さんを中心としたチームとしての医療の大切さを改めて実感しました。

今回の実習で学んだことや感じたことを、これからの勉強やその先に生かしていきたいと思っています。

2020(令和2)年9月7日～9月11日

岡山大学医学部医学科1年生 大橋 清香



このたび、地域医療実習として5日間お世話になりました。

私はまだ1年生で、医学をほとんど学んでいない中での実習でしたが、地域医療や井原市民病院ならではの様々なことを経験させていただきました。外来診療や検査の様子、カンファレンスなどを見学させていただき、たくさんのことを学びました。また、介護保険施設や消防本部の救急体制、訪問診療の様子なども見学させていただき、地域全体で連携を取り、一体となって医療をされていることが分かりました。

今回得た学びを今後の実習や臨床に活かせるよう、頑張っていきたいと思います。

岡山大学医学部医学科1年生 木村 将人

今回、地域医療実習ということで、井原市民病院で5日間実習をさせていただき、地域医療の実態について様々なことを知る機会になりました。

その中で特に心に残ったのは、「地域の病院では都市部の病院に比べて、患者さんに強く寄り添っていること」、そして「この地域の医療が、将来の日本全体の医療の姿になるかもしれない」ということです。

合地院長をはじめとした先生方の姿が、私が将来なるべき医師像のように見えました。この経験を生涯の財産として忘れずに、これからも頑張っていきたいと思います。5日間本当にありがとうございました。



子育てサロン

子育てサロン

2020(令和2)年8月21日、9月18日、10月16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子育て支援や保育・教育に携わっていらっしゃる皆さんと、子どもたちの成長・発達、保健、医療にかかわる様々な話題について、ざっくばらんに参加者が語り合える場として、毎月一回開催しています。

8月は管理栄養士(職員)の方に、離乳食についてお話をさせていただきました。インターネットやSNSによる情報過多の時代に、初めての育児に奮闘中の保護者の方々には悩ましい離乳の進め方や、乳幼児の栄養、お菓子の与え方などについて、参加された方々の疑問や心配事についてわかりやすく説明をしていただき、小児科医としての意見も加えさせていただきました。

9月は、近年社会問題としても取り上げられている発達障がいテーマといたしました。ここでも情報過多のため、多くの間違った概念が作り上げられ、子どもたちの個性や自由な発達を妨げる要因にもなりかねないということを中心に、お話をさせていただきました。

10月は、喘息を取り上げました。季節の変わり目にはゼイゼイが起こりやすい子どもたちが増えます。ゼイゼイやヒューヒューという症状が起きたときの対処法などについて説明をさせていただきました。

これからも子育てサロンでは、参加された皆さんと一緒に、子どもたちの目線を中心に情報提供をさせていただきます。地域の皆さんにとって、良い話し合いの場になればと思っていますので、是非ご参加ください。



新見公立大学副学長
岡山大学名誉教授
小田 慈



健康教室

「それ、レントゲンで写るんです！」 ～撮影時の脱衣・更衣の必要性について～

2020(令和2)年8月19日

皆さんは、レントゲン写真を撮る時に、なぜ服を脱ぐ必要があるのかご存知ですか？寒い日などに服を脱ぐのは、面倒ですよね。ネックレスやボタンなどがレントゲン写真に写ってしまうと、そこに隠れた病変が見えなくなってしまうなど、診断の妨げになってしまいます。

図1のレントゲン写真では、コルセットが写っています。もし病変が隠れていたら、手遅れになるかもしれないのです。

このほかCTやMRI検査では、金属性の物質などが非常に強い障害陰影(アーチファクト)を作ってしまう(図2・図3)。

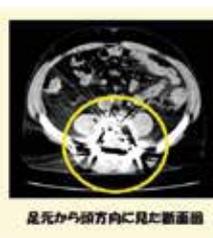
診断に有用な画像のもと、より良い治療を行うためにも撮影時の脱衣・更衣にご協力をお願いいたします。



図1



関節手術後の留置具



足元から顔方向に見た断面図



図3



放射線科長
岡本 吉生

糖尿病教室

医師の目から見る糖尿病

2020(令和2)年9月1日

新型コロナウイルスの影響により、しばらく中止になっていた糖尿病教室ですが、久しぶりの開催となりました。今回は「医師の目から見る糖尿病」についてお話ししました。

- 糖尿病は治す病気ではなく、血糖値をコントロールする病気であること。
- 糖尿病の患者さんの病態は様々なので、それぞれご自身に合った治療が必要であること。
- 糖尿病のコントロールには生活習慣の影響が大きいということ。

血糖コントロールは、網膜症や腎症などの慢性合併症の予防に必要です。また、血糖値が高いと肺炎や尿路感染などになってしまった場合、重症化しやすかったり、手術した場合の術後に合併症が多くなるなどの悪影響があります。このため、日頃からの血糖コントロールが大切です。

糖尿病の患者さんの中には、大腸がんや乳がんになってしまう方も多いため、定期的に「がん検診」を受けましょう。



総病棟医長
内科医長
立古 浩雅

You are what you eat (人は食によって決まる)

栄養と食事

腸を元気に!
～毎日の食事から～



みなさんの腸は元気ですか?

腸内環境を整えることは、免疫力を高めることにつながります。また、アレルギー反応を抑える効果もあると言われています。今回は、腸を元気にする食事のポイントをご紹介します。

食事のポイント

- ①1日3食、きちんと食べる。
- ②発酵食品(ヨーグルト、麹など)を取り入れる。
※ヨーグルトに含まれるビフィズス菌はストレスやお酒の飲み過ぎで減りやすいので、意識して取り入れたい。
- ③野菜をたっぷり食べ、食物繊維をとる。
食物繊維は腸内細菌の発酵を受けやすく、有益菌を増やして腸内環境を改善させる。
- ④腸内細菌のエサとなるオリゴ糖を含む食品と一緒に食べる。
(オリゴ糖は野菜や果物、牛乳、はちみつなどに少量含まれる。)



さつまいのヨーグルトサラダ

おすすめレシピ!

材料(2人分)

さつまい	100g
きゅうり	40g
たまねぎ	10g
プレーンヨーグルト	40g
砂糖	小さじ 1/2
塩	ひとつまみ
こしょう	少量

作りかた

- ①さつまいは角切りにし、茹でて冷ましておく。
- ②きゅうりは薄切りにして、塩水(分量外)に入れてもみ、水気をしっかりととる。
- ③たまねぎは薄くスライスして水にさらし、水気をしっかりとる。
- ④ヨーグルト、砂糖、塩、こしょうを合わせておく。
- ⑤ボウルに①②③④を入れて、あえる。

1人分 熱量86kcal、食塩相当量0.3g、食物繊維1.4g



口から食べる幸せを守り増す No.⑥

入れ歯を使っておいしく安全に

入れ歯は、食べる、話すといった「口腔機能の維持・向上」のために必要です。口元が綺麗になり若々しくみえる、しゃべりやすくなる、踏ん張る力が向上し転倒の軽減につながるなど、多くの効果も期待できます。

また、食べることににおいては、咀嚼(食物を細かくなるまでよく噛むこと)だけではなく、喉への送り込みや、飲み込む圧などにも影響するので、ゼリーやペースト食などでも入れ歯は必要となります。

入れ歯が合わない場合は、早期に歯科を受診し、調整してもらうことが必要です。入れ歯安定剤などを使用する場合は、味や匂いによって食欲が落ちる場合もあるので、状態に合わせて正しく使用しましょう。



栄養サポートチーム
歯科衛生士
池田 由香





あって良かった、おくすり手帳

すっかり定着してきた『お薬手帳』。

持参していただくことで薬の使用状況が把握できるため、病院や薬局ではとても助かっています。

今回は、お薬手帳を上手に活用するためのポイントをまとめました。



薬剤科 薬剤師
柴田 裕子

ポイント①

『医療機関にかかる際には必ずもって行く』

- ・薬の使用記録があることで、より安全に薬を使用することができます。
- ・飲み合わせや重複を未然に防ぐことができます。
- ・同じ薬による副作用の再発を防ぐことができます。

ポイント②

『一冊にまとめる』

- ・医療機関ごとに分けてしまうと、薬の重複に気が付きません。一冊にまとめて、一目で使用状況が分かるようにしましょう。

ポイント③

『副作用歴・アレルギー歴を記入する』

- ・薬を使って副作用が出た時には必ず記入しましょう。食べ物によるアレルギーも必ず記入しましょう。副作用の発現や再発を防ぐことができます。

ポイント④

『市販薬、健康食品も記入する』

- ・思いがけず、良くない組み合わせが見つかることがあります。

ポイント⑤

『持ち歩く・保管場所を決めておく』

- ・旅先や災害時、救急時にも、いつもの薬を伝えることができるように、お出かけの際には持ち歩くようにしましょう。また、ご家族や生活をサポートしてくれる方にも分かるように、家での保管場所を決めて、知らせておきましょう。

ポイント⑥

『気になる事を記入』

- ・次の受診時にたずねたいこと、薬を飲んでいて気になったことなどを書き留めておきましょう。

★上手に活用し、あなた自身を守りましょう

臨床検査科より No.①

血液検査のあれこれ ～コレステロール、中性脂肪～

コレステロールや中性脂肪などの脂質は、たんぱく質や糖質と並ぶ三大栄養素の1つで、人間の体に必須の栄養素です。コレステロールは細胞膜やホルモンの原料として利用され、中性脂肪は運動するときのエネルギー源として必要です。脂質は大切な栄養素である反面、取り過ぎると体に悪影響をおよぼします。コレステロールや中性脂肪の異常は、血液検査をすることで分かります。

コレステロール(CHO)は、悪玉コレステロール(LDL)と善玉コレステロール(HDL)に分けられます。悪玉コレステロールは、コレステロールを組織に運搬する役割があり、善玉コレステロールは、組織に運搬された余分なコレステロールを回収する役割があります。悪玉コレステロールが多い場合や、善玉コレステロールが少ない場合は、組織に蓄積されるコレステロールが多くなり、余分なコレステロールの回収ができなくなります。組織にコレステロールが蓄積され過ぎると動脈硬化の原因となります。また、中性脂肪(TG)も脂肪成分の一つで、人間が活動するために重要なエネルギー源となります。しかし、増え過ぎると体内に蓄積され、肥満や脂肪肝の原因となります。

コレステロールや中性脂肪が高くなる原因には、体質(遺伝)、脂肪の多い食事、運動不足などがあり、男性は40～50歳くらいから、女性は閉経を迎える頃から高くなる傾向が多くみられます。コレステロールや中性脂肪が異常と診断されたら、生活習慣を見直し動脈硬化を予防することが大切です。

血液検査に関してご不明な点がありましたら、医師または当院スタッフまでお気軽にお尋ねください。

検査項目名(略称)	基準値
総コレステロール(TCHO)	142～248mg/dL
善玉コレステロール(HDL)	男性：40～90mg/dL 女性：40～103mg/dL
悪玉コレステロール(LDL)	65～139mg/dL
中性脂肪(TG)	男性：40～149mg/dL 女性：30～149mg/dL

※当院で設けている基準値です。

まいづる保育園

院内保育施設の様子を紹介します。

- 最大受け入れ可能人数：20人
- 2020（令和2）年10月1日現在の利用園児数：15人（一時預かり含む）
- 受け入れ可能日時
月曜日から土曜日（日曜日、年末年始（12/29から1/3）は休園）
7:30から19:00まで（基本保育） 19:00から20:00まで（延長保育）



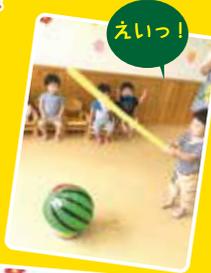
シロップはカラフルなお花紙。



7月 かき氷の製作／水遊び／新入園児たち／
オンライン英会話／プレイルーム遊び／
お誕生日会／七夕会



上手に描けてる？



えいっ！

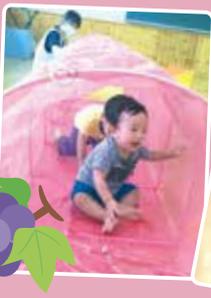


8月
お魚の製作
水遊び
スイカ割り大会
お誕生日会



速い！速い！！

9月
ブドウの製作
プレイルーム遊び
室内運動会
読み聞かせ



ボランティアの会「ひまわり」

花壇整備

2020（令和2）年9月15日、やっと秋の気配が感じられてきた頃、「ひまわり」のみなさんによる花壇整備が行われました。今回は5名の方が精力的に草抜き、追肥、水やり作業をしてくださいました。

2004（平成16）年7月に設立された「井原市民病院ボランティア ひまわり」は今年度で17年目を迎えています。現在「ひまわり」に所属されている方は約10名で、設立当初からのメンバーの方も多く、「患者さんからのありがとうが励みになる。」「久しぶりの人に会えて嬉しい。」「ボランティアをすることで自分自身が元気になる。」など、様々なやりがいを持って活動をされています。当院では、このような皆さんと一緒にボランティア活動をしていただける方を募集しています。「ひまわり」の活動に関心を持たれた方は、井原市民病院総務課までお気軽にお電話ください。（TEL0866-62-1133）



院内絵画案内

No.⑤



空（2006年（平成18）作）
倉橋 英男
F30 油彩 カンヴァス
展示場所：放射線科受付前

健康講座 お知らせ

■ 出張講座 (奇数月 第4木曜日13時30分～14時30分 井原市内 (公民館))

- 11/26 木 美星公民館
「基本が大事! くすりの飲み方」 担当: 薬剤師
- 1/28 木 芳井生涯学習センター
「普段の食生活における栄養と食事の工夫について」 担当: 管理栄養士



■ 糖尿病教室 (毎月第1火曜日11時30分～ 外来待合ホール)

- 12/1 火 「演題未定」 担当: 看護師
- 2/2 火 「演題未定」 担当: 理学療法士

※糖尿病治療食の試食 (400円) は、現在中止しております。

■ 健康教室 (偶数月 第3水曜日11時30分～ 外来待合ホール)

- 12/16 水 「検査で早期発見『動脈硬化』」 担当: 臨床検査技師
- 2/17 水 「話すこと」と「食べること」について (仮) 担当: 言語聴覚士

■ 子育てサロン (毎月第3金曜日14時30分～15時30分 外来待合ホール)

講師: 岡山大学名誉教授、新見公立大学副学長 小田 慈 先生

- 1/15 金 「災害と子ども ～今、災害が起こったら!? 備えよう! 考えておこう!～」
- 2/19 金 「けいれん・ひきつけ ～いざという時! 慌てないために～」



※各教室は「健康いばらチャレンジポイント」の対象事業です。
※新型コロナウイルス感染拡大防止や、業務等の都合により講師・内容等を変更・中止する場合があります。
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。

私の趣味 長距離 Run の魅力

管理栄養士 吉田 美穂

私の趣味はマラソンです。出勤前などに1時間程度(約10km)自宅周辺や競技場を走っています。初めてフルマラソンを走ったのは大学生の頃です。友人たちと大会に向けて練習しました。一番思い出に残っている大会は別府大分毎日マラソンです。怪我で満足に練習できなかったのですが、自己ベスト(3時間12分)が出た大会です。しかし、翌年は同じ大会を途中で棄権してしまいました。なかなか思い描くようにはならない、それがマラソンの魅力の一つだと思います。

子どもが産まれてからは、走る機会が少なくなってしまいました。いつかは家族でマラソンに出場したいと思っています。



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 初診(予約外) 再来(予約)	8:30~11:00	吉澤	岡大 岡田	島田	上坂	立古	
			岡大 岡	高山	立古	吉澤(予約有)	吉澤	
	午後 予約のみ	高山	高山	高山	島田	島田		
			島田	岡大 岡田(予約有)	岡大 下江			
循環器内科	午前	8:30~11:00	岡大 藤本	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	岡大 藤本		徳永	徳永(第1・3・5) 福山市民応援(第2・4)	徳永	
呼吸器内科	午前							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 予約のみ					岡大 菱川(第1・3)	
	午後	予約のみ					岡大 菱川(第1・3)	
糖尿病内科	午前	予約のみ						
	午後	予約のみ			川大 段		川大 下田	
消化器外科 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	手術日	合地	手術日	合地(第1・2)	岡大 豊岡	
乳腺外来	午後	予約のみ				岡大 松岡(隔週)		木曜日以外となる場合があります。
乳癌検診	午前	8:30~11:00 予約のみ	森崎	森崎	森崎(第2・4) 岡大 安部(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	無し	予約 平田	すべての曜日で予約がとれるようになります。 急患はこの限りではございませんが、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 目黒(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時までとなります。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		岸本 予約 大月・岸本	
小児科	午前	8:30~11:30	松原	松原	松原	松原	松原	ただし、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 乳児健診(火) 予防接種(水)	松原/福山市民応援医師	予約【乳児健診】 受付時間 13:30~15:00	予約【予防接種】 受付時間 13:30~15:30	松原/福山市民応援医師	松原	
耳鼻咽喉科	午前	8:30~11:30	岡大 岡野(第12・35) 岡大 赤松(第4)					初診は紹介患者のみです。
	午後	13:00~14:00	岡大 岡野(第12・35) 岡大 赤松(第4) 補聴器相談(第2)					
婦人科	午前	8:30~11:30			予約 岡大 増山		予約 岡大 三島	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 三島	
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	8:30~11:00		川大 浅沼			川大 佐藤	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	12:30~14:30		川大 浅沼			川大 佐藤	
リハビリテーション科	午前	8:30~11:30			予約 岡大 派遣医師	予約 中角		
禁煙外来	午前	完全予約制				予約 中角 診療時間 11:00~12:00		
内視鏡検査	午前	胃(上部)	島田	八木	岡大 赤穂	チクバ外科応援医師	岡大 濱田	
	午後	大腸(下部)	小林/合地	合地/小林	合地	高山/小林	高山/合地	
放射線科	午前		○	○	○	○	○	
	午後		○(岡大 黒田) ○(岡大 富田)	○(岡大 黒田)	○	○(岡大 平木)	○(岡大 黒田)	

■自動再来機の受付時間 午前8:00~ ■面会時間 午後13:00~20:00
 ■診療時間 午前9:00~(婦人科、耳鼻咽喉科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 午後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

2020(令和2)年11月発行
 発行責任者: 合地 明