

美祢市立病院広報

第54号

平成29年1月発行

〒759-2212

山口県美祢市大嶺町東分1313番地1

日本医療機能評価機構認定病院

美祢市立病院 発行人 本間喜一

TEL 0837(52)1700 FAX 0837(52)1820

E-Mail byouin@city.mine.lg.jp

ホームページ <http://www.mine-city-hosp.jp/mineshiritsu/>



明けましておめでとうございます。皆様にとって幸多き一年になりますように。

医師の交代

<退職> 大変お世話になりました。

外科 岡田 敏正 医師 (10月31日付)
耳鼻咽喉科 沖中 洋介 医師 (12月31日付)
耳鼻咽喉科 岩本 文 医師 (12月31日付)

<採用> よろしくお願いたします。

外科 西山 光郎 医師 (11月1日付)
外科 藤本 拓也 医師 (11月1日付)
外科 中島 正夫 医師 (11月1日付)
耳鼻咽喉科 津田 潤子 医師 (1月1日付)
耳鼻咽喉科 堀 健志 医師 (1月1日付)

お知らせ

インフルエンザ予防接種

接種期間：2月28日(火)まで

予約受付：総合受付・小児科受付・事務

※予約制ですので、詳細については当院へ連絡されるか、総合受付へお尋ね下さい。

年頭のごあいさつ

美祢市立病院院長 本間 喜一



新年明けましておめでとうございます。市民の皆様におかれましては、新しい年をいかがお迎えでしょうか。平成28年は、熊本地震、鳥取地震、また再度の東北の地震が起こり、不安な年でしたが、平成29年はどのような1年になるのでしょうか。

さて、美祢市立病院では医師、看護師、介護士の不足はあいかわらず続きそうです。このような医療職全般の人手不足の中で、「地域医療構想の策定」「地域包括ケア」および「新専門医制度」等の難しい制度改革が進行しつつありますが、着実に準備、対応を進めて参りたいと思っています。

美祢市では特に高齢化が進み、当院を受診される患者様も高齢者の方が非常に多くなっています。また、高齢者の独居あるいは夫婦世帯も非常に多くなっている印象を受けます。退院後の生活に不安を抱えている患者様も非常に多くおられます。医療だけでは解決は難しく、介護あるいは在宅医療との連携が非常に大切になってきています。

美祢市立病院およびグリーンヒル美祢にある医療・介護人材を、どうすれば効率的に超高齢少子化を迎えた美祢市民のために役立てられるか共に考えていきたいと思っています。

平成29年1月より、在宅医療（いわゆる往診）及び訪問薬物指導（薬剤師の患者さん宅への訪問）を開始いたします。美祢市に2カ所ある訪問看護ステーションと協力して、自宅での治療を希望されている患者様の為に少しでも役に立てばと考えています。

平成29年も宜しく申し上げますとともに、医療・介護サービスの向上のため市民の皆様の忌憚のないご意見をお待ちしています。

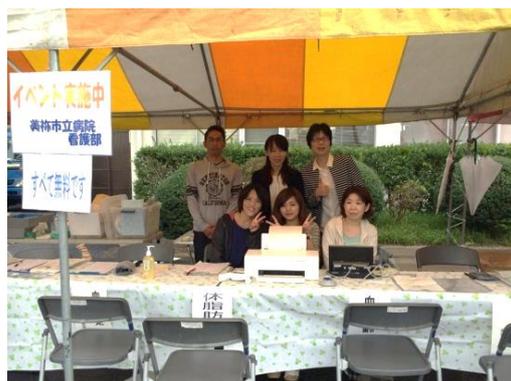


福祉の市に参加しました

10月16日、美祢市役所駐車場にて「笑顔の輪 大きく広がる 福祉の市」をテーマに、第31回「福祉の市」が開催されました。当院も10回目の参加となりました。看護師・介護福祉士・言語聴覚療法士・臨床検査技師・放射線技師・栄養士が参加し、血圧測定・体脂肪測定・骨密度測定・血管年齢測定・栄養相談を行いました。あいにくの雨天の中、100名以上の方が参加してくださいました。特に骨密度・血管年齢は多くの方が測定されました。また、体脂肪測定・骨密度測定結果から、食事に関する事が気になられた方には管理栄養士による栄養相談が具体的でわかりやすいと好評でした。

「福祉の市」に参加し、多くの皆様とふれあえる貴重な機会をいただきました。また来年も、地域に根ざした病院としての活動の一環として参加できるよう頑張っていきたいと思っています。

文責 看護師 瀬戸崎 妙子



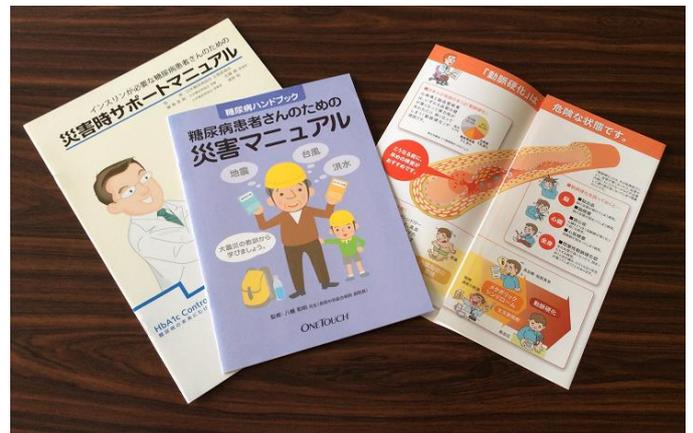
世界糖尿病デー



11月14日(月)、「災害に向けた対策を患者さんと共に学ぶ ～職員の災害に関する意識も高める～」というテーマで、世界糖尿病デーイベントを行いました。糖尿病看護認定看護師が中心となり、やまぐち糖尿病療養指導士の資格を持つ看護師、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士、臨床工学技士、管理栄養士が、それぞれの立場から災害をイメージし、災害時の心構えや対策などについての提案をしました。日頃から準備しておいた方がよい非常用キットや、非常用食品に利用できる食品例の展示、糖尿病治療薬の災害時での取り扱いについて等のポスター掲示を行いました。災害後に発生しやすくなる静脈血栓塞栓症を予防する運動の実技指導や、末梢動脈疾患を早期発見するための検査であるABIの測定も行われ、会場に来られた方も積極的に参加されておられました。また、病院で備蓄している非常用食品のドライカレーや五目ご飯の試食する機会を設けました。試食されながら、職員にいろいろな質問や相談をされる光景も見られました。

近年自然災害が増加しており、災害に対する意識も以前に比べて高まってきてはいるものの、実際に準備されておられる方はそう多くはないのではないのでしょうか。このイベントが、災害の具体的なイメージを持っていただき、何を日頃から準備したらよいのか考えるきっかけとなることを願っています。

文責 糖尿病看護認定看護師 新谷美智子



糖尿病看護認定看護師としての新たな挑戦



私は、平成28年9月17日に日本糖尿病協会が実施する「糖尿病カンパゼーション・マップ™」ファシリテータートレーニングを修了しました。科学的根拠に基づく療養指導の重要性は明確であるが、一方患者の心理への配慮がなければ積極的に療養に取り組む力を育てられないといった背景から糖尿病カンパゼーション・マップ™が開発されました。糖尿病カンパゼーション・マップ™は、知識の詰め込みではなく、遭遇を同じくする患者同士の会話(カンパゼーション)を通して、糖尿病に関して腑に落ちないと思ってきたことに合点がいき(いわゆる、a-ha体験)、自己管理に積極的

的に取り組めるようになることを支援する教材として国際糖尿病連合により世界普及が試みられています。今後は、糖尿病教室等で「糖尿病カンパゼーション・マップ™」を活用していきたいと考えております。ぜひ体験してみませんか。皆様のご参加をお待ちしております。

文責 糖尿病看護認定看護師 新谷美智子

外来満足度調査結果

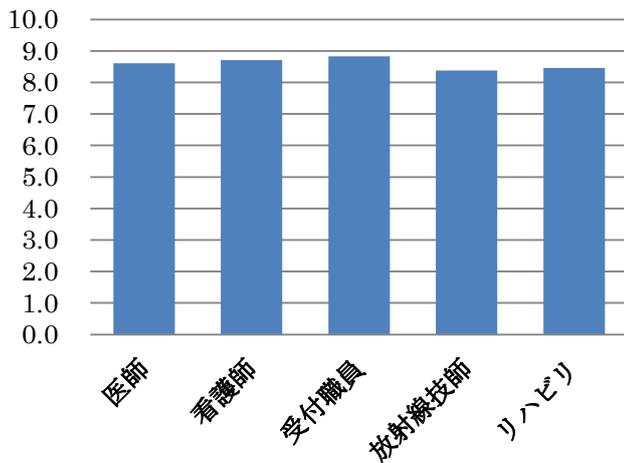
調査期間：平成 28 年 10 月 11 日～10 月 24 日

調査対象・回収枚数：再診患者 126 枚

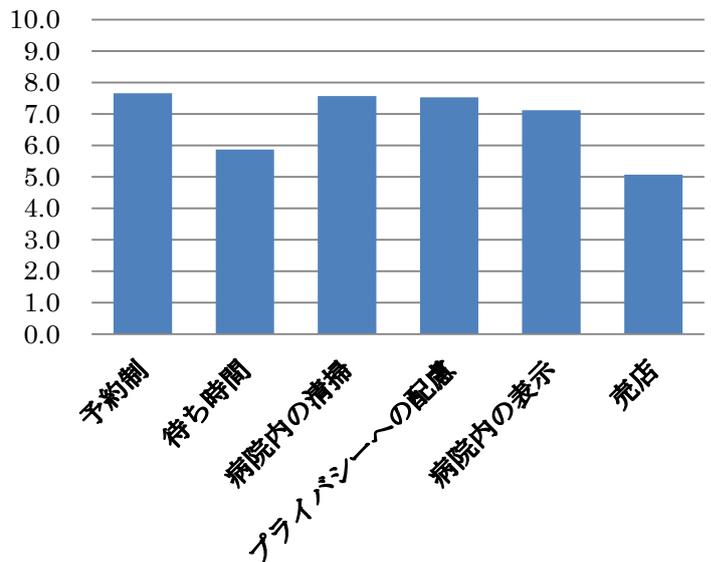
アンケートへのご協力ありがとうございました。結果は以下の通りになりました。満足は 10 点、不満足は 0 点として集計しています。診察等の待ち時間と売店について特にご意見を頂きました。出来るところから改善していきますのでよろしくお願い致します。

サービス向上委員会

職員に対する満足度



その他満足度



防災訓練実施



去る 11 月 1 日（火）に病棟 3 階を出火元とする防災訓練を行いました。この訓練は夜間に火災が起きた場合を想定したもので、非常事態において、いかにスムーズに患者さんや職員の安全を確保し、避難することができるか、また、どうすればより確実にかつ迅速に避難することができるかを確認するために毎年行っている訓練です。訓練の後半では美祢市消防本部のご協力により、消防隊による逃げ遅れ患者の救出訓練、はしご車による屋上避難者の救出訓練、また消火栓による消火訓練を行いました。この訓練を行うことによって非常事態における職員の役割、

任務を再確認することができました。全職員がいざという時に確実に行動ができるようにこれからも訓練を続けてまいります。

最後に、訓練当日は入院患者さんをはじめ多数の方々にご迷惑をおかけしましたこととお詫びし、併せて訓練にご協力いただきましたことに感謝申し上げます。

文責 事務部 谷 直子

看護師特定行為研修修了



一昨年10月より「特定行為に係わる看護師の研修制度」が施行され、日本慢性期医療協会の行っている第1回看護師特定行為研修を終了しました。一昨年10月に開講したこの研修で、約半年間のe-ラーニングによる講義と筆記試験、集合研修、去年4月よりさらに半年間当院での実習を行ってきました。

「特定行為」とは、「医師の判断を待たずに」「手順書によって」看護師が行う「診療補助」の行為です。全部で38行為ある特定行為の中で、私が受けた研修は14行為です。その中には、褥瘡の処置の一部や気管カニューレの交換などもあります。今後は、日々研鑽を重ね、医師と緊密に連携を取りながら患者様の利益となるようタイムリーに必要な特定行為を行っていかれたらと思います。

当院の実習では多くの患者様及びご家族にご協力いただきました。この場を借りてお礼申し上げます。

文責 看護師 杉山佐千子



クリスマスコンサート開催

12月15日(木)に、ボランティアの山相智加枝さんと外来看護師の徳重めぐみさんのピアノ演奏によるクリスマスコンサートを開催しました。お二人の軽快な演奏に会場も明るい雰囲気になりました。懐かしい曲に手拍子したり口ずさんだりと、患者さん、利用者さんの日頃と違う表情を拝見することができ、職員も胸がいっぱいになりました。わずか30分の演奏でしたが、山相さん、徳重さんには楽しい時間を作ってくださいました。お二人のおかげでとても素敵なクリスマスコンサートとなりました。

文責 サービス向上委員 山田祐子



人工呼吸器研修開催

10月24日と11月9日に人工呼吸器の研修を行いました。今回は、主に人工呼吸器管理中の加温・加湿の重要性と吸引の基礎について学びました。

人工呼吸器を使用中でも私たちの呼吸と一緒に、十分な加温・加湿は気道粘膜を正常化し感染リスクの軽減など、重要な役割をもっています。また痰の排出も大切な管理のひとつです。いつも行っている痰の吸引についても、基礎知識の再確認から最新の情報までを聞くことができました。実習モデルを使用し、普段の吸引の手技を見直すよい機会になりました。

文責 臨床工学技士 中村宏江

冬に気を付けたい!

感染症のはなし



私たちの周りにはインフルエンザやノロウイルスなど数多くの感染症が存在します。それらの感染症から身を守る為に、手洗いやうがい、消毒、除菌など様々な感染の予防対策をとっています。この感染予防には感染予防三原則『(病原体を) 持ち込まない! 拡げない! 持ち出さない!』という基本があります。この感染予防三原則をする事で、より効果の高い感染予防が可能と言われています。

全ての感染症の発生には、①感染源、②感染経路、③感受性のある人(感染を受ける可能性のある人)という三大要素が必要になります。感染予防三原則は、感染症の発生に必要な三大要素①、②、③の3つのつながりを断ち切る事です。家庭や職場で感染症が発生してから対策をとるのではなく、日頃から清掃や体調管理を徹底しておく事が感染予防につながります。私たちには、日ごろから自己の健康・衛生の管理に十分気を配り、病気を早期に発見し、集団への伝染を防ぐことが重要と言えます。現在医療が進化し様々な治療されていますが、その反面様々な耐性菌なども出現してしまっているのも事実です。すぐ治療すればよいというような習慣がついてしまっていないでしょうか? 医療が今後いかなる進歩を遂げてても感染症対策の基本は『治療』ではなく『予防』ということをお忘れなくしたいものです。

感染症への備え

1. 手指衛生, うがいの励行。
2. バランスのよい食事と適度の睡眠を心がける。
3. 流行前には予防接種(インフルエンザなど)を受ける。
4. 人ごみをさけ、咳が出ている時は咳エチケットする。
5. 咳の多い人から2~3メートル以上離れる。
6. 体調不良時や発熱時(37.5℃以上)には、早めに医療機関を受診する。(厚生労働省 HP より)



【手指衛生】

外出から帰宅後や、ドアノブなど色んな人が触ったものに触った後は、手洗いか速乾性消毒用アルコールにより手指衛生をしましょう。また、水と石鹸による手洗いは、付着したウイルスや細菌を除去して感染のリスクを下げます。アルコール製剤(60~80%)の除菌・消毒剤はさまざまなウイルスや細菌に効果があります。しかし、正しい使用方法で除菌や消毒を行わないと効果がなかったり、薬剤に対する抵抗力が強い一部のウイルスや細菌には効果が低い事があります。

【うがいの正しい方法】

いきなりガラガラうがいをするのは間違いです。細菌や食べかすなどを洗い流すために、初めに口の中をクチュクチュすすぎ、吐き出します。そして新しく水を口に含み、上を向いてガラガラうがいを15秒程度行い吐き出します。このとき、「おー」と発声しながらやると喉の奥まで洗浄しやすくなります。それを何度か繰り返します。

【咳エチケット】

咳やくしゃみがひどい時に、人にうつさないためのエチケットのことを言います。咳やくしゃみが出る時は、ティッシュなどで口と鼻を被(おお)い、人から顔をそむけ、可能な限り離れましょう。その時使ったティッシュはポケットなどに入れなくて、ゴミ箱に捨てましょう。また、鼻をかんだり、口をおおった手ではなるべくまわりに触れないで、速やかに手指衛生を行いましょう。咳エチケットは、新型インフルエンザにも有効と言われています。



看護部リレー随筆

4階病棟 松尾 知恵美

早いもので、美祢市立病院に就職してから4年経ちました。今だから言えますが、就職してからの1年間は辞めたくて仕方ありませんでした。家族や先輩看護師に迷惑ばかり掛けて、自己嫌悪に陥る毎日でした。それでも、今日まで働いて来られたのは、優しく楽しく接して下さい、時には厳しくご指導、しっかりと支えて下さった先輩方々のおかげだと感謝しております。心からありがとうございます。

わたしの所属している4階病棟は29人の看護師、5人の介護士（パート含む）で、毎日丁寧に真剣に、患者様の看護、お世話をしています。忙しい中でも、みんな明るく笑顔の絶えない楽しい職場です。もちろん緊張感を持ち、日々患者様の回復に向けて、みんなで一丸となって頑張っています。時には悩むこと、辛いこともあります。今ではそんな職場が大好きです。



今月の料理

ふろふき大根肉味噌かけ

1人分の栄養量 70kcal 蛋白質 3.3g 塩分 0.6g

{材料 (4人分)}

肉 み そ	大根	100g
	豚ひき肉	40g
	玉葱	40g
	人参	20g
	サラダ油	小さじ1
	中華だし	少々
	酒	大さじ1/2
	砂糖	大さじ1強
	しょうゆ 赤みそ	小さじ1弱 小さじ2

{作り方}

- ① 大根は皮をむき、輪切りにして面取りをし、十字に切り込みを入れる。
- ② ①を米のとぎ汁で竹串がある程度通るまで煮る。その後 昆布の出し汁で柔らかくなるまで煮ておく。
- ③ 玉葱、人参はみじん切りにする。
- ④ ③と豚ひき肉をサラダ油で炒め、分量の調味料で味付けをする。
- ⑤ ②の大根に④の肉味噌をかけて 出来上がり。



大根のおいしい季節になりました。

定番の味噌ではなく、少し変わった肉味噌だれのふろふき大根です。

好んで肉味噌にトウバンジャンなどを加えてピリ辛にしても良いでしょう。

栄養科

編集後記

輝かしい新春をお迎えのことと、心よりお喜び申し上げます。

お正月はいかがお過ごしだったでしょうか。楽しく過ごされましたか？今年私は仕事で慌ただしくしていました。まだまだ寒さも続き体調を崩しやすい時期です、体調管理にはしっかり気をつけていきましょう。

去年は災害など不幸なニュースが多かった印象です。今年1年は明るく楽しい1年になったらいいなと思います。皆様の1年がまた豊かでありますように。(R.N)

美祿市立病院診療日程表

平成29年1月1日

	月	火	水	木	金
初期診療	古賀 靖卓				
(受付時間)	8:15~16:30				
(診察時間)	8:45~				

	月	火	水	木	金
内 科	李 博文 (循環器系)	日野昭宏 (循環器系)	西村達朗 (消化器系)	李 博文 (循環器系)	小川 亮 (消化器系)
	田部勝也 (血液・内分泌系)				日野昭宏 (循環器系)

外 科	本間 喜一	山大医師	田中 昭吉	田中 昭吉	本間 喜一
(受付時間)	8:15 ~ 11:30				
(診察時間)	8:45 ~				

脳神経外科	末廣 栄一	松永 登喜雄	松永 登喜雄	古谷 泰浩	松永 登喜雄
(受付時間)	8:15 ~ 11:30				
(診察時間)	10:00 ~	8:45 ~			

泌尿器科	河村 英文	河村 英文		河村 英文	山本 義明
(受付時間)	8:15 ~ 11:30			8:15 ~ 11:30	
(診察時間)	8:45 ~			8:45 ~	9:00 ~

整形外科	徳重 厚典		川上 武紘	小田 裕胤	小笠 博義
(受付時間)	8:15 ~ 11:30		8:15 ~ 10:30	13:00 ~ 15:00	8:15 ~ 11:30
(診察時間)	9:00 ~		9:00 ~	13:30 ~	9:00 ~

耳鼻咽喉科	堀 健志		津田 潤子 (第2・4週)		山本 陽平
(受付時間)	8:15 ~ 15:00		8:15 ~ 15:00		8:15 ~ 15:00
(診察時間)	14:00 ~		14:00 ~		14:00 ~

眼 科	播磨 希			緒方 惟彦	
(受付時間)	8:15 ~ 16:00			8:15 ~ 11:30	
(診察時間)	13:00 ~			9:00 ~	

小 児 科	午前：飯田 恵庸	午前：高橋一雅 または橋高節明 *隔週交代	午前：楠田 剛	午前：長谷川俊史	午前：脇口 宏之
				午後：高橋 一雅	
	(受付時間)	8:15~11:30	8:15~11:30	8:15~11:30	8:15~11:30 13:00~16:30
(診察時間)	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00 14:00~17:00	9:00~12:00

◆ 予防接種及び乳児健診 (要予約)
午前：月 ~ 金曜日 (10:30 ~ 11:00) 午後：木曜日 (14:30~16:30)

皮膚科			一宮 誠 (第2・4週)		
(受付時間)			8:15 ~ 14:30		
(診察時間)			13:00~		

精神科			中野 雅之		
(受付時間)			13:00 ~ 15:00		
(診察時間)			13:30~		

◆ただし、院内紹介患者のみの診察となります。