



八木大橋（かつては大堰橋）

昭和 10 年の歴史的な鋼製橋梁で、横河橋梁製作所（株）大阪工場製。普通のトラス橋ではなく、途中を山形にしたカンチレバートラスという珍しい構造だそうだ。カンチレバーは、両側の橋脚から張り出した梁が中央部を支えるタイプの橋で、昭和初期に車道橋に採用されることが多かったが、車両通行量の増加に対応できず、姿を消した橋も多い。橋長 210.9m、橋幅 5.5m。最近、塗装工事が終了し、彩かな水色の姿を取り戻した。（平成 22 年 6 月撮影）

## ◆赴任のご挨拶

岩崎 靖(呼吸器外科), 岡 佳伸(整形外科), 木村 兌弘(腎臓内科), 小牧 伸太郎(整形外科)

桐田 雄平(腎臓内科), 千葉 史子(小児外科), 辻 恵子(放射線科), 鄭 哲臣(内科)

菱川 恭子(外科), 福井 崇之(泌尿器科), 松井 史裕(小児科), 松島 洋(産婦人科)

三林 明子(小児科), 山崎 太三(眼科), 岐部 幸子(皮膚科), 松本 幸江(耳鼻咽喉科)

2

## ◆訪問診療・訪問看護のご案内

統括部長・内科部長 佐藤 克明

4

## ◆小児救急のトリアージを始めて

看護部主任 前田 絵理子

4

## ◆「クイックシェルター」のご紹介

看護部主任(ICN) 上田 多加子

5

## ◆「お薬はどこに保管していますか？」

薬剤部薬剤師 村山 佳子

5

## ◆「みんなのリハビリテーション」～膝体操～

言語聴覚士 籾生 麻衣子

6

## ◆「健康パワー」みどりの野菜サラダ

栄養科管理栄養士長 八木 成子

7

## 平成22年4月から赴任しました

このたび赴任しました医師メンバーです。どうぞよろしく申し上げます。掲載は50音順。

### 岩崎 靖(いわさき やすし)

呼吸器外科部長／平成元年卒業

大阪の吹田から転勤してきました。この辺はのどかでほっこりした気分で通勤しています。呼吸器外科は1人ですが、頑張っていますのでよろしく申し上げます。



### 岡 佳伸(おか よしのぶ)

整形外科医長／平成11年卒業

皆様の協力を得ながら少しずつでもよりよい医療ができるよう努力したいと思います。宜しくお願いします。



### 木村 允弘(きむら たいこう)

腎臓内科医長／平成13年卒業

今春より、腎臓内科として勤務しております。尿異常から腎不全・透析治療まで幅広く地域医療に貢献できるよう尽力致します。



### 小牧 伸太郎(こまき しんたろう)

整形外科医員／平成19年卒業

平成19年卒の小牧伸太郎です。微力ながら皆様のお役に立てばと存じます。どうぞよろしくお願い申し上げます。



### 桐田 雄平(きりた ゆうへい)

腎臓内科医員／平成20年卒業

2年間の初期研修に引き続き、公立南丹病院で腎臓内科の第一歩を歩むこととなりました。腎疾患はもちろんですが、他疾患も積極的に勉強させていただきたいと思っておりますのでご指導ご鞭撻のほどをよろしくお願いいたします。



### 千葉 史子(ちば ふみこ)

小児外科医員／平成19年卒業

患者様一人一人に誠実に、適切な医療を届けられるように努めます。

### 辻 恵子(つじ けいこ)

放射線科医員／平成18年卒業

去年は週に一度仕事をさせていただいておりましたが、4月より常勤医として勤務することになりました。至らない点も多いと思いますが、よろしくお願いいたします。



### 鄭 哲臣(てい てっしん)

内科医員／平成20年卒業

研修医として学んだ南丹病院で、少しでも地域の皆様のお役にたてるよう頑張ります。よろしくお願い致します。



### 菱川 恭子(ひしかわ きょうこ)

外科医員／平成16年卒業

患者さまに、より良い医療を提供できるよう努力します。よろしくお願い致します。

**福井 崇之**(ふくい たかゆき)

泌尿器科医員／平成17年卒業

4月から赴任しました。前任地は連日ニュースになっている宮崎県でした。久しぶりの京都で、京都弁のリハビリ中です。



**松井 史裕**(まつい ふみひろ)

小児科医員／平成12年卒業

専門は小児の神経疾患ですが、分野を越えて幅広い小児医療が出来ればと思っています。どうぞ宜しくお願い致します。



**松島 洋**(まつしま ひろし)

産婦人科医員／平成19年卒業

この4月から南丹病院に赴任しました。南丹地域の周産期医療を担うべく尽力していきます。



**三林 明子**(みばやし あきこ)

小児科医員／平成20年卒業

至らない点も多々あるかとは思いますが日々精進でがんばります。今後ともよろしくお願いいたします。



**山崎 太三**(やまざき たいぞう)

眼科医員／平成14年卒業

明るく和やかな診察を心がけております。質の高い診療を提供し、地域の医療に貢献できるように頑張ります。



## ◆7月からの赴任

**岐部 幸子**(きべ ゆきこ)

皮膚科部長／平成2年卒業

7月から赴任しました、皮膚科の岐部幸子です。公立南丹病院勤務の後、一旦医局人事を離れて美容外科の研修をしておりました。この度御縁があり再度お世話になることになりました。どうぞよろしくお願いいたします。



**松本 幸江**(まつもと さちえ)

耳鼻咽喉科医員／平成16年卒業



7月から京都第二赤十字病院より、転勤となりました、耳鼻咽喉科の松本幸江です。福井県の敦賀市の生まれで、平成16年に福井大学を卒業しました。日々努力して地域の耳鼻咽喉科医療に貢献していきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

## 「訪問診療・訪問看護」のご案内

統括部長・内科部長 佐藤 克明



皆様は南丹病院で「訪問診療・訪問看護」を行っているのをご存知でしょうか？その拠点となっている「在宅医療センター」は救急室の上にあります。平成7年7月1日に産声を上げてから満15年を迎えました。担当医は総合内科の私

(佐藤 克明)と神経内科の山口先生の二人で、常勤看護師2名と非常勤看護師2名のスタッフと共に活動しています。

脳卒中、神経難病、整形外科的疾患などで身体の自由がきかなくなった人や、心肺の機能が衰えて在宅酸素療法をしている人や、悪性腫瘍の終末期を迎えている人などが対象で、通院が困難となり在宅での療養を希望された場合に訪問して医療活動を行っています。

外来や入院での医療と異なり、在宅医療では生活の実態も直接拝見させて頂けるので、きめ細やかで個々人の生活に寄り添った治療が行えます。

もちろん病院のような診断装置や治療器具もありますが、それはそれ、自宅にあるものを利用したり、介護されるご家族が様々な工夫をされたりして、知恵を絞りながら治療を展開しています。

介護をされるご家族の心配や苦労はひとかたならぬものがありますが、ヘルパーさんによる訪問介護や、訪問入浴サービスなども利用されつつ、一喜一憂しながら日々が過ぎていっています。

療養生活のちょっとした乱れから肺炎や心不全などを生じ、何度も入退院を繰り返しておられた患者さんが、生活実態に応じた療養指導をすることで入院することがなくなったりするのを見ていると、生活の場に直接触れて行く在宅治療は意義深いものであることが実感されます。

また、悪性腫瘍であったり、感染症や老衰などで在宅で看取りをさせて頂くケースが年に何件かあります

が、ご家族に見守られて最期の時を迎えられる光景は苦しみや悲しみの中にも、何か心温まるものを感じられます。

今日では個々人の生活や要望に合わせた医療活動を行っていくことが求められており、総合的な医療を展開していく上で在宅医療の現場は最良の教師ではないかと思っています。「在宅医療センター」では医学生や看護学生の教育にも取り組んでいます。医の心を備えた若き医療人が育っていくことの一助になればと願っています。在宅での医療をご希望される方がおられましたら、お気軽に声をかけて下さい。



## 「小児救急のトリアージ」を始めて

看護部主任 前田 絵理子

最近よくテレビや新聞などで、医師不足などの問題が取り上げられています。救急診療においては特に深刻な問題であり、その対応策のひとつとして、救急外来におけるトリアージ・システムの導入が注目されています。トリアージとは、医療資源が限られている場合に、受診される患者様などの重症度・緊急度を一定の基準で判断し、優先順位をつけるシステムのことで、JR福知山線の脱線事故で有名になりました。

当院では平成22年4月より6歳未満の小児を中心にトリアージを開始しています。小児救急については、近隣で夜間や休日の診療を行っている施設が限られているため、当院での受診者数も多く、日々変動はあ

るものの待ち時間が決して短くはありません。子供を持つ保護者としては、子供の急な傷病への不安は大きく、少しでも早く診察を受けたいのが当然の思いですが、実際にはより具合の悪い子供が、順番を待っているうちに状態が急変するようなこともあり得ます。

今回のトリアージ・システムでは、問診票から重症度の判断を開始して受付処理を行い、少しでも早く看護師などの医療スタッフが一度患者様に接し、必要な対応を行うことができるようにしています。また、診察の開始が先でも、待ち時間のできるだけ早い時間から定期的にスタッフが声をかけることで、患者様に安心感を持ってもらえればと考えています。今後も現状に合わせて工夫と改良を重ね、地域の方々が安心して、救急診療を受けられる病院として日々向上できるように努めていきたいと考えています。

### 「クイックシェルター」のご紹介

看護部主任(ICN) 上田 多加子

平成21年5月より、国内では新型インフルエンザ感染が猛威をふるい、約8ヶ月間医療機関はもとより社会は混乱しました。その感染の拡大を防止するために、様々な対策が講じられ、その対策の一つとして、感染拡大を防止するために陰圧換気装置を備えた診察や医療行為を行うためのテントとして、災害医療用緊急エアーテント「マク・クイックシェルター」(太陽工業株式会社)を、京都府の平成21年度発熱外来設置事業費補助金を利用して、当院でも配備しました。太陽工業のテントは世界的にも有名で、南アフリカワールドカップの3会場の天井にも使用されています。



今回6月22日に、院内の講堂にてテントを実際に設営し、設営方法のレクチャーを受け、感染対策チームメンバーと災害時救急医療メンバーが各々の立場で、活用方法について検討しました。設置方法は思ったより簡単で、エアーを送り込むことにより1分程度でテントが立ち上がる様子は圧巻で、集まったスタッフから「うわあ〜」と言う歓声があがりました。

今後、予測される毒性の強い新型インフルエンザ感染対策に、また災害時救急医療現場においてこのテントを活用し、地域住民の皆さまの健康に役立てていければと考えています。



### 「お薬はどこに保管していますか？」

薬剤部 村山 佳子

薬は、温度・湿度・光に影響をうけやすく、保管状態が悪いと変質しやすく、薬の効果が減弱するだけでなく、有害な物質に変化することもあります。



特に、梅雨時や夏場など高温多湿時の保管には十分な注意が必要で、真夏の日中の車内は50℃以上になりますので、放置しないようにして下さい。

☆薬は正しく保管しましょう

#### 【粉薬・錠剤・カプセル剤】

特に指示のない場合、低湿度で、高温にならないような場所(ふたの閉まる缶や箱、引き出しの中など)に保管して下さい。乾燥剤の使用もお勧めです。

【水薬】

水で薄めてあるものは冷蔵庫で保管し、処方された日数(約7~10日)を限度に服用して下さい。ただし、鉄剤のシロップ等は冷蔵庫に入れると固まってしまうので、遮光、室温で保管して下さい。原液(水などで薄めてない)のものは処方された日数まで室温で保管できます。

【点眼薬】

薬袋や点眼袋(遮光袋等)の指示通りに保管して下さい。用時溶解する点眼薬は、ものによって使用期限が異なりますので注意して下さい。

【坐薬】

薬袋に冷所の指示があるものは、冷蔵庫に保管して下さい。室温で保管できるものでも夏場は溶けやすいので、なるべく涼しい所に保管して下さい。

【インスリン注射薬】

未開封のものは凍結を避けて冷蔵庫で、使用中のものは室温で保管して下さい。また、携帯時は直射日光を避け、なるべく温度が上がらないように注意して下さい。

「みんなのリハビリテーション」

～膝体操をしましょう～  
言語聴覚士 籾生 麻衣子

夏が近づいてきました。日頃から健康のためと“運動”を心がけている人は、少なくないと思います。しかし無理な運動をすると、逆に身体に負担がかかることもあるので注意して下さい。今回は膝体操をご紹介します。

※ 状態によっては体操をやってはいけない場合があります。実際に膝の痛みをお持ちの方は、本院の整形外科を受診して下さい。

① あおむけに寝て、膝をまっすぐにのばし、膝の後面を床におしつけるように力を入れます。同時に太ももの筋肉が緊張し、膝のさらが上がるようにします。

『力を入れたままゆっくり5つ数えて力を抜きます。』

② あおむけに寝て、膝をのばしたまま、約10°脚を上げます。

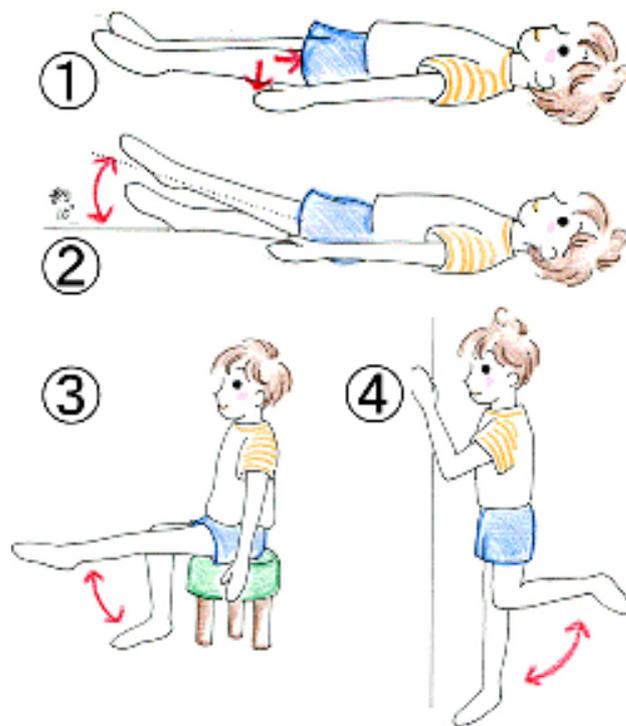
『あげたままゆっくり5つ数えておろします。』

③ 椅子に腰かけ、膝をまっすぐにのばします。

『のばしたまま5つ数え、おろします。』

④ 壁につかまりながら、膝をのばした状態で90°曲げ、再びのばします。

これを各々10~20回、筋力に応じて回数を調整してください。痛みが出れば中止してください。



## 「健康パワー」みどりの野菜サラダ

栄養科 管理栄養士長 八木 成子

彩りが良く、つけ合わせやサラダに欠かせないブロッコリーは、免疫アップに欠かせない野菜です。鮮やかな緑色で、初夏がよく似合う野菜のアスパラガス。緑の葉野菜のビタミン「葉酸」に注目します。

葉酸はほうれん草から発見されたビタミンB群の一種です。ブロッコリー、グリーンアスパラガスは葉酸を多く含んでいます。葉酸は胎児の発育に欠かせない栄養素で、女性の必須のビタミンです。また動脈硬化や認知症のリスクを減らす効果も報告され、健康寿命を延伸する栄養素として注目されています。



### みどりの野菜サラダ

#### ◆作り方◆

材料 2人分

ブロッコリー・・・200g

グリーンアスパラガス・・・120g

玉ネギ(薄切りスライス)

(香味野菜入りソース)

- |       |                  |
|-------|------------------|
| (A) { | パセリ(みじん切り)       |
|       | キュウリ・・・10g       |
|       | 玉ネギ・・・10g        |
|       | マヨネーズ・・・大さじ2杯    |
|       | 酢・・・小さじ2杯 塩・・・少量 |

- ① ブロッコリーは小房に分けて、沸騰湯で約3分ゆでて湯をきります。
- ② グリーンアスパラガスは8mm幅の斜め切りにして、沸騰湯で約1分ゆでて自然に冷まします。
- ③ (A)の材料のキュウリ、玉ネギはみじん切りにして水にさらしておきます。
- ④ ③のキュウリ、玉ネギとみじん切りのパセリ、マヨネーズ、酢、塩を合わせて、香味野菜入りソースを作ります。
- ⑤ 器に①のブロッコリー②のグリーンアスパラガスを盛り合わせます。
- ⑥ ⑤のブロッコリー、グリーンアスパラガスに④の香味野菜ソースをかけて、薄切りした玉ネギを上にかざります。

### おいしいひと手間

- ★ ブロッコリーは薄い塩水に浸して洗い、汚れを出します。アクはないので、ゆでてザルにあげ、そのまま冷ましましょう。ゆでると茎もおいしく食べられます。
- ★ アスパラガスをきれいな緑色にゆでて仕上げたい場合は、あらかじめ板ずりしておくとし色が仕上がります。根元はかたいので、手で折れるところで折っておきましょう。