

地域のみな様と、私たちがむすぶ広報誌

Vol.32

2017.1
Winter
新春号



公立南丹病院

Nantan General Hospital



平成 28 年 12 月 10 日に第 2 回公立南丹病院健康フォーラムを、「ガレリアかめおか」にて開催しました。職員からは、5 題の発表と 18 の展示を用意しました。また、宇宙航空研究開発機構の大島 博先生に「宇宙医学に学ぶ健康長寿の秘訣」と題した特別講演をおこなっていただきました。今回も多数の地域住民の方々にご来場いただき感謝しております。フォーラムで過ごされた時間が皆様の健康に役立つものであったなら幸いです。来年度も開催を予定していますので、どうぞご期待下さい。

実行委員会副委員長・眼科部長 伴 由利子

Contents

- 巻頭の言 ①
- 初春を迎えて ②
- ピンチをチャンスに ②
- 緩和ケアチームの紹介 ③
- 栄養サポートチームの紹介 ③
- 放射線治療室の紹介 ④
- 第 2 回健康フォーラム ⑤
- 公立南丹看護専門学校 ⑥
- インフルエンザ シーズン到来！ ⑦
- 知ってほしいインフルエンザ予防接種 ⑦
- 世界糖尿病デーのイベント開催 ⑧
- 病棟ローテーションを経験して ⑧
- 近隣の連携医療機関の先生方 ⑨
いわもと内科外科医院
しらかわ医院
- 新たなるとりくみ ⑩
- 冬の栄養管理 ⑩
- 平成 28 年度緩和ケア講演会のお知らせ
- 第 29 回 丹後半島駅伝大会
- 看護師・助産師募集
- 編集後記

臨床研修指定病院 地域がん診療病院 救急告示病院
日本医療機能評価機構認定病院 へき地医療拠点病院
第二種感染症指定医療機関 地域周産期母子医療センター
京都府地域リハビリテーション支援センター エイズ拠点病院
京都府難病医療協力病院 地域災害医療センター
DMAT指定医療機関 認知症疾患医療センター

公立南丹病院

〒629-0197 京都府南丹市八木町八木上野 25 番地
TEL 0771-42-2510 (代) FAX 0771-42-2096
<http://www.nantanhosp.or.jp>





巻頭の言

院長 たつみ てつや 辰巳 哲也

新年明けましておめでとうございます。新春を迎え皆様におかれましては、お健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。病院長を拝命し3度目の新年となりました。今年もどうか宜しく願い致します。

2016年も様々な出来事がありました。4月には熊本地震により家屋の倒壊などが相次ぎ、死者50人に達する災害となりました。被災された方々には心より御見舞いを申し上げます。当院からもDMAT隊を現地に派遣したことは未だ新しく記憶に残っており、10月に起きた鳥取地震も含めて日本が地震大国であることを改めて実感させられました。

また7月に東京都知事が代わられると豊洲市場の土壤汚染問題が明らかにされ、食の安全についての危機管理や組織の透明性のあり方など、考えさせられる問題が浮き彫りとなりました。海外に目を向けると、世界のどこかでテロや戦争が起



山田 啓二京都府知事と

こっており、11月には過激な発言で物議を醸してきた共和党のトランプ氏がアメリカ大統領選挙で勝利するなど、今後の世界経済や日本を取り巻く安全保障において、先行きが読めないような展開になってくる時代となりました。

2017年、日本の医療を取り巻く環境はさらに変化していくことが予想されます。病床機能報告制度が既に進む中、今後、京都府における地域医療構想、医療計画が策定され、医療圏ごとにそれぞれの課題に対応しながら、各医療機関が親密な連携を取って地域包括ケアシステムを進めていくことが必要となってきます。公立南丹病院ではこれまでの7:1急性期病床を一部機能再編し、2015年12月から回復期リハビリテーション病棟を、2016年4月から訪問看護ステーション、8月からは地域包括ケア病棟を開設し、医療圏の実情に応じた病床の機能分化を行い、医療の質向上と効率化を図る努力を推し進めてきました。今後も南丹医療圏の拠点病院として「急性期疾患とがん診療を含む高度専門的医療」と「回復期機能と在宅支援機能」を持ち合わせた地域包括ケアシステムに貢献できる病院へと進化を続けていきたいと考えています。

また新専門医制度を見据え、大学と密接な連携を取りながら研修医教育と専攻医教育を充実させ、医師確保に対応していきたいと思えます。2017年度も5人の研修医がフルマッチできたことを心から喜んでます。今後も当院の魅力を理解して地域医療を学びたいと思ってくれる将来有望な若い医師が就職を希望する病院であり続けたいと思えます。

そのような中、当院が現在、克服すべき深刻な課題は看護師・助産師不足であり、南丹医療圏の拠点病院・急性期病院としての機能を維持するのに苦心しています。看護師確保のために日々さまざまな努力を致しております。もしこの地域で働くことを希望される看護師・助産師の方や免許を持ちながら就労されていないご家族やお知り合いがおられましたら、是非ともご紹介下さいませよう心からお願い申し上げます。

2016年12月には当院では2回目の「公立南丹病院健康フォーラム」を開催しました。宇宙航空研究開発機構の大島 博先生を特別講演にお招きして、当院の職員の健康講話や健康相談なども行いました。多数のご参加をいただき、市民・町民の皆様方と職員が身近に触れ合える実りある健康フォーラムが開催されたことを心より御礼申し上げます。また2016年11月1日には京都府公館にて京都府保健医療功労者表彰(地域保健医療部門)を山田知事から授与されました。このような名誉ある賞を受賞できたことは大きな喜びです。これまでお世話になりました方々にこの場をお借りして厚く御礼申し上げますとともに、当院の職員の皆様もどうか誇りを持って名誉ある受賞を喜んでいただきたいと思えます。

2017年も医療を取り巻く環境は厳しさが続くでしょうが、公立南丹病院は職員一丸となって頑張りますので、今後とも皆様のご協力とご支援をどうか宜しく願い致します。最後になりましたが、皆様にとってこの1年が幸多き1年でありますように、心からお祈り致します。

病院の理念

公立南丹病院は、この地域の住民の生命健康を守る最終拠点病院である。このことを病院職員は深く認識し、患者さんの権利を守り、患者さん中心の医療を行い、患者さんから愛され信頼される病院をめざす。

患者さんの権利と責務

私たちは患者さんの権利を尊重し、十分な説明と合意に基づいた医療を行います。

1. 説明を受ける権利
2. 治療を選択する権利
3. 情報を知る権利
4. 個人情報の保護を受ける権利
5. 自分の健康情報を正確に提供する責務
6. 説明を理解するまで問う責務
7. 病院での規則に従う責務

初春を迎えて

総長 ふしき しんじ 伏木 信次

2017年の新春を寿ぎ、心からお祝い申し上げます。総長として公立南丹病院にお世話になり、2度目の新春を迎えました。改めて申すまでもありませんが、当院は京都府南丹医療圏の中核病院に位置づけられています。国の医療施策が再構築され地域包括ケアシステムが構築される今、中核病院としての機能を考えますと、①急性期病院として救急医療やがん診療を担う②亜急性期・回復期の患者に対応すべく地域包括ケアや回復期リハビリテーションを実施する③認知症疾患医療センターの充実を図る④訪問看護など在宅系サービスを担う、を挙げることが出来ます。そのうち、②は2015年末から病棟再編を実施し、回復期リハビリテーション病棟および地域包括ケア病棟が誕生し、その成果が経営面においても上がりつつあります。超高齢社会という地域のニーズに鑑みますと、患者を病院で「待つ医療」から、患者の居られる地域に「出かける医療」が求められています。当院としても一層その取り組みを深化させていく必要があるのではないのでしょうか。



さて2017年は、十干と十二支の組み合わせでは丁酉(ひのととり)の年です。漢字の成り立ちに遡って考えますと、「酉」は、果実が極限まで熟した状態を表し、「丁」は木を伐る音や勢いの盛んなことを形容する文字です。つまり、両者が合わさった「丁酉」の年は、「実りを大いに期待できる」年と言ってよさそうです。ちなみに60年前の丁酉の年、すなわち1957年(昭和32年)はどのような年であったかと申しますと、日本の南極越冬隊が南極大陸に初上陸し、ソ連が人工衛星スプートニク1号の打ち上げに成功し、『異邦人』や『ペスト』で有名な作家アルベール・カミュがノーベル文学賞を授与された年でした。日本では東京通信工業が世界最小のトランジスタラジオを発売したり、東京都の人口がロンドンの人口を抜いて世界一になったりと、経済成長に向けたスタートアップの年でもありました。

公立南丹病院では職員が一丸となり、日夜さまざまな課題に果敢に取り組んでいます。2017年は、当院が「大きな実りを期待できる年」に是非なっしてほしいと願います。公立南丹病院が地域の医療ニーズに応える多機能病院としてこの1年、その個性を開花させていくことによって、皆様とともに更なる高みを目指したいと考えます。

ピンチをチャンスに

副管理者 かわの かずお 川野 一男

皆さま明けましておめでとうございます。昨年は世界で予想外のことが続きました。英国のEU離脱やアメリカ大統領選挙でのトランプ氏の勝利など、多くの人々が想定できなかったことが次々と現実になっていきました。見えない部分で予想以上の大きな変動が起きつつある予感がします。

日本でも現在、社会保障制度の大変革が起きており、医療機関においても機能の再編や経営の効率化など、これまでにない厳しい改革が求められています。

公立南丹病院も例外ではありません。拠点病院として地域から求められる医療を提供し続けるために、この変化に対応して進化を続けなければなりません。今、病院では回復期機能病棟や訪問看護ステーションの開設など医療機能を拡大し、地域連携の強化や経営効率の向上などを図って、高齢化や人口減少が進む地域環境の変化に適応した経営を目指しています。

そのために重要なことは人材の確保です。今働いている一人一人の力を伸ばしていくとともに新しい人材を確保しなければなりません。特に看護師の確保は病院機能を維持していく上での重要事項となっています。病院を取り巻く環境は厳しいことばかりですが、決して未来が暗い訳ではありません。「ピンチをチャンスに」という言葉がありますが、職員が力を合わせて新しい医療環境に適応した病院となることで、これまで以上の高いレベルの医療サービスを提供しつつ、安定した経営を維持し、より良い職場環境を作り上げることに繋がると思っています。「環境の変化に適応できたものだけが生き残る」、そして繁栄するということではないのでしょうか。

少しだけ楽天主義も交えながら根気強くこの難関に立ち向かいたいと思います。皆さまのご支援ご協力をよろしくお願いいたします。



緩和ケアチームの紹介

緩和ケアチーム・がん相談支援センター うすい ひろこ
碓井 寛子

緩和ケアチームは、外来及び入院の患者さんやご家族に対して、体やこころのつらさを和らげ、療養生活の質を向上するためのケアを行うチームです。当院の緩和ケアチームは、医師2名、看護師3名、薬剤師2名、理学療法士1名、地域医療連携室職員2名の多職種で構成し、主に緩和ケアラウンドや緩和ケア外来を行っています。

緩和ケアラウンドでは、毎週木曜日に病棟を回り、主治医や担当看護師と相談しながらよりよい治療やケアの提供を目指しています。

緩和ケア外来では、外来通院中の方を対象に緩和ケアの提供を行っています。その他にも、院内の緩和ケアの充実を図るため毎年緩和ケア研究会や研修会を開催、また緩和ケアの啓発活動として講演会も企画しています。緩和ケアについてお話を聞いてみたい方は、主治医や担当看護師に遠慮なくご相談ください。

これからも皆様のお役に立てるよう頑張りますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



栄養サポートチームの紹介

NST (栄養サポートチーム)・看護師長 ふなこし ちさと
船越 千里

NSTとは、栄養サポートチーム (Nutrition Support Team) のことです。当院のNSTは、医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、言語聴覚士、歯科衛生士で構成されています。NSTは第1と第3木曜日に、主治医より依頼のあった患者さんに対してラウンドをおこないます。ラウンドでは一人の患者さんに対して、それぞれの職種の立場から、栄養状態改善に向けたかわりをおこなっています。

病院において必要な栄養サポートのために知っていただきたい、サルコペニアという言葉をご存知でしょうか。サルコペニアとは、加齢や疾患により筋肉量が減少して、全身の筋力が低下し、歩くスピードが遅くなる、杖や手すりが必要になるなど、身体機能の低下が起こることです。原因としては、加齢に伴うもの、寝たきり、不活発な生活スタイル、病気や栄養摂取不足に起因するものがあります。これらの原因を抱えて入院されている患者さんに対して、病気の治療とともに栄養状態を整えることが、早期回復のためには必要です。当院のNSTは日々研鑽を重ねて、患者さんの一日も早い回復のために活動をしています。



放射線治療室の紹介

診療放射線技師主任 うえにし ただし
上西 直志

■放射線治療とは

放射線治療は、手術・抗がん剤とともにがん治療の三本柱として重要な役割を果たしており、放射線を使って腫瘍の成長を遅らせたり、あるいは縮小させるための局所治療法です。手術と異なり、臓器を温存することができますので、手術前と同じような生活をするのが可能な治療手段です。全身的な影響が少なく、高齢者にも適応できる患者さんにやさしいがん治療法ですから、症例によっては外来で放射線治療を受けていただけますので、仕事を続けながら毎日の治療に通われる患者さんも多くおられます。



■地域がん診療病院としての役割

当院は、京都府立医科大学とのグループ指定により南丹医療圏唯一の「地域がん診療病院」に指定されており、地域のがん医療の水準向上に貢献すべく、高い性能・操作性・安全性を備えた外部放射線治療装置(リニアック)を導入しております。前立腺・頭頸部・乳房の症例を中心とした根治照射から、痛み症状の緩和目的あるいは止血目的の照射まで幅広く治療を行っており、近隣医療機関からの紹介患者さんのご利用も含めて、2015年10月の稼働開始以来、1年間で112名の治療を行いました。

■正確な治療を行うための取り組み

安全・確実な治療を行うために、毎回の照射ごとにIGRT(イメージガイド下放射線治療)機能を使用しています。画像誘導放射線治療とも呼ばれ、当院では治療機と一体化した簡易型CT装置を使って、3次元の画像を取得し、体位や臓器等の位置ずれを認識、補正を行います。この機能を使用し、毎回の照射時に、医師が作成した治療計画を忠実に再現することができ、治療による副作用の発生も最小限に抑えることができます。

なかしま あきひろ
放射線科医師 中島 彰宏

放射線治療はがんの三大治療の一つとして、以前よりも認知度が高まりつつあります。しかし、治療法自体は認知されていても、メリットやデメリットなど具体的な内容までは正しく理解されておらず、多くの方は「放射線」という言葉だけで、放射線治療は怖いという印象を持っておられるかと思います。

このような現状を踏まえ、当院では放射線治療前に十分な時間をかけて説明を行い、治療の目的や副作用、および放射線治療の安全性について納得いただけるよう努めています。そして、安心して治療を受けていただけるよう、十分なコミュニケーションをとる体制づくりを心掛けています。

各医療機関から紹介いただく場合は、地域医療連携室で予約を受付しています。電話もしくは事前診察申込書のFAXでの予約が可能です。事前診察申込書はホームページからダウンロードできます。

<http://nantanhosp.or.jp/activity/img/area/jizen03.pdf>

その他、患者さんの紹介・検査依頼は

<http://nantanhosp.or.jp/activity/area/introduce.html>

公立南丹病院「地域医療連携室」にお問い合わせください。

電話：0771-42-2510(代) FAX：0771-42-5071

第2回健康フォーラム

のむら てつや
実行委員会副委員長・循環器内科部長 野村 哲矢

平成28年12月10日に「ガレリアかめおか」にて第2回公立南丹病院健康フォーラムを開催しました。この会は「普段病院以外ではお会いする機会が少ない地域住民の皆さまと病院職員が身近にお会いし、相互に交流することで病院や医療のことをよく知ってもらおうと同時に、普段病院ではなかなか聞けないことも気軽に相談してもらえる機会をもちたい」と、辰巳哲也院長がかねてより構想を練られ、平成27年12月に第1回目の健康フォーラムを開催したのが始まりです。第2回目開催にあたり平成28年5月に実行委員会を立ち上げ、前回の反省を踏まえながら、より充実した会にできるよう実行委員一同が知恵をしょりながら準備を進めてまいりました。



当日は肌寒い気温でしたが幸い天候には恵まれ、師走の慌ただしい週末にもかかわらず、400名を超す地域住民の皆さまにお集まりいただくことができました。病院からの挨拶に引き続き、第1部として「明日に活かせる健康術」と題した一般講演を行いました。これは当院選りすぐりの医師や看護師など5名の病院スタッフから、地域住民の皆さまの日頃の生活や健康に気軽に役立てていただけるような情報や豆知識を、分かりやすくお届けする企画です。腎臓のはたらきや病気、前立腺ガンとの正しい付き合い方、緩和ケアの取り組み、認知症の実際と対策、そしてMRI検査に関して、幅広い分野のテーマに対してその道のエキスパートによる、一般の方々にも分かりやすいようにかみ砕いた内容のお話が展開されました。ほぼ満席近く埋まった聴衆の皆さまも熱心に耳を傾けられており、中には一生懸命にメモを走らせておられる姿も見受けられました。

第2部には、宇宙航空研究開発機構(JAXA)技術領域主幹の^{おおしま ひろし}大島 博先生をお迎えして、「宇宙医学に学ぶ健康長寿の秘訣」と題した特別公演を行っていただきました。奇しくも前日9日には種子島宇宙センターから「こうのとりの6号機」が打ち上げに成功したタイミングでのご講演でした。「宇宙医学」と聞くと日常からかけ離れた世界と思いがちですが、宇宙飛行士に起こっている心身の変化は骨粗しょう症や筋力の低下、ストレスによる心の病など、我々が日常遭遇する病気と何ら変わりはありません。地球に帰還した宇宙飛行士がリハビリに取り組むドキュメンタリー映像なども交えながら、宇宙医学から導き出される研究成果から健康で長寿を迎えるための秘訣へと話は展開し、終始分かりやすく丁寧なご講演をしていただきました。講演の最後には来場の一般聴衆の皆さまからの質問を受け付けてくださり、時間の関係で3つの質問しか受けられませんでした。それぞれに懇切丁寧な対応をしていただきました。講演会場の隣の展示ブースでは、今回も院内各部門が工夫を凝らした合計18の展示を行いました。13時30分の開演にもかかわらず、13時頃にはすでに順番待ちが発生するような体験型のブースもあり、前回以上に健康に関心のある地域住民の皆さまの熱気が伝わってくるようで、どのブースも終了間際まで大いに賑わっておりました。

今回は第2回目の開催ということで、少し心に余裕をもって準備に取り組むことができましたが、それでも当日は何かと至らぬ点多々あったかと思えます。一方で前回同様多数の地域住民の皆さまにご来場いただき、にぎやかな雰囲気のもと、無事健康フォーラムを終了できましたことに厚く御礼申し上げます。健康意識の高い多くの地域住民の皆さまと貴重な時間を共有できましたことに感謝し、今後も地域の拠点病院として公立南丹病院は地域住民の皆さまに寄り添っていける存在でありたいと願っております。今後とも一層のご厚誼のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。



公立南丹看護専門学校の学校祭を10月25日と26日の2日間に行いました。1日目は体育館を借りてリレーや球技大会、2日目は保津川下りを楽しみました。

「学校祭」に参加して

2年生 学生会役員

学校祭は、学生が企画、開催する行事で、私も学生会の一員として、準備に参加しました。当日は、様々なトラブルが発生し、学生会としては至らない点もありましたが、競技は1・2年生合同のチームがそれぞれ一丸となって楽しむことができました。特にリレーでは、最後まで展開の読めない接戦を繰り広げとても盛り上がりました。

今回学校祭を通して、お互いの意見を理解し受け入れることや、人任せにせず、自分の役割に責任を持つことの大切さを痛感しました。この学びを心にとめて、今後の実習に活かしていきたいです。



「保津川下り」に参加して

教員

野山はすっかり秋の装いです。3隻の船は、看護学生達を乗せて保津川をゆっくり下りました。途中、山際を走るトロッコ列車に出会い、手を振り京都の観光気分を満喫。また、船頭さんから亀岡や保津川下りに関する歴史をお聞きし、遠い過去の出来事と景色に思いを馳せながらタイムスリップしました。下る途中の急流も船頭さんの見事な舵さばきで、岩を回避し、スリル満点の川下りを楽しむことができました。地元で居ながら乗船する機会が少なかったのですが、学生と共に非日常的な空間を感じ、マイナスイオンを一杯浴びて優雅な時間を過ごせました。



インフルエンザ シーズン到来!

小児科副部長 おたへ おさむ 小田部 修

「インフルエンザ」と聞くと、皆さんはどんなイメージを持たれるでしょうか。「普通の風邪じゃないよね」とか「すぐ検査してもらってお薬飲まなきゃ」とか、メディアから溢れる情報によって様々な印象をお持ちだと思います。

本当にそうなののでしょうか? インフルエンザ流行により生じたと推定される死者数を“超過死亡”と言い、数千人と言われます。特に65歳以上の高齢者、3歳未満の小児、喘息や心臓・腎臓などに病気を抱えている方は重症化しやすく“普通の風邪”とは違い注意が必要です。

検査についてはどうでしょう。ご存知の様に鼻に綿棒を入れる「迅速検査」は、12～24時間程度経たないとウイルスが十分増えていないため検出できない、とされています。ですから、検査が出来るようになるまでは自宅でゆっくり体力を温存する方が良いでしょう。

治療については、タミフルなどの抗インフルエンザ薬(NAI)は2001年に出来たお薬ですが、発熱期間は短くするもののウイルスは除去できず、脳炎や脳症の発症は防げません。本来インフルエンザは普通の風邪と同様、お薬なしでも安静と水分・栄養補給で自然治癒する病気ですので、普段健康な人はNAIが必ずしも必要わけではありません。ワクチンや手洗い・うがい、マスクの着用、人混みに近寄らない等気をつけ、罹らない・うつさないことが大切です。なお、マスクは口と鼻をスッポリ隠さないと効果がないので注意しましょう。

インフルエンザは社会全体で予防しお互いがお互いを守ることが大切です。この冬を元気に乗り越えられるよう、しっかりインフルエンザから身を護りましょう!



知ってほしいインフルエンザ予防接種

薬剤師 はるな やすひろ 春名 康裕

今シーズンはインフルエンザで学級閉鎖が例年の4倍のペースで流行し始めました。

Q1 ワクチンってすぐに効果が出るの?

A1 ワクチンの種類にもよりますが、投与後2～4週間経過しないと免疫が付きません。インフルエンザに関しては流行の2週間前には接種が望ましいです。

Q2 インフルエンザは予防接種を打ってれば大丈夫?

A2 インフルエンザワクチンはA型とB型から流行を予想したそれぞれ2種類合計4種類のウイルス株から作られます。しかし、インフルエンザウイルスには様々な種類が存在します。予想株が外れた場合やワクチンによる十分な免疫が得られなかった場合など、ワクチンを接種していてもインフルエンザにかかる可能性はあります。ただ、かかっても重症化しないことが多いといわれています。

Q3 赤ちゃんや小さい子供の予防接種で同時にいっぱいって大丈夫?

A3 通常1種類のワクチン接種後は1～4週間程度の期間を空けて予防接種を行います。しかし、海外では同時接種が一般的な医療行為となっており、また日本でも今までも医師の判断で同時接種を行ってきた背景より、日本小児科学会から同時接種を一般的な医療行為にする必要があるという考えがでています。ただし医師の見解が個々で異なることもあるので、ワクチンスケジュールを立てるときはインフルエンザワクチン接種希望の有無を事前に伝えておくとうスムーズでしょう。

世界糖尿病デーのイベント開催

糖尿病委員・看護師長 まつおか みよこ 松岡 美代子



当院の「糖尿病委員会」は、医師・看護師・薬剤師・栄養士・理学療法士・事務員などで構成され、入院・外来の患者さんの糖尿病教室や栄養相談を毎月、行っています。

11月14日は世界糖尿病デーです。当院は11月8日に、世界糖尿病デーにちなんだイベントを開催しました。イベント会場には約40人の患者さんやご家族の方に足を運んでいただき、血糖測定や栄養相談、薬剤や運動・健康相談、足のケアなどのブースを回っていただきました。

糖尿病委員会では、今後も糖尿病患者さんやそのご家族が、安心して病気と向き合っていけるような活動を続けていきます。よろしくお願いします。

病棟ローテーションを経験して

当院では新人の看護師を対象に、教育の一環として所属部署以外に月に約3日間、他の部署をローテートし、そこでの看護を学ぶシステムを2014年より導入しています。

ふじもと かずま
看護師 藤本 和真

このローテーションを通じて各病棟の特徴や急性期から回復期までの治療の流れを知ることができました。また私は学生時代は他の病院で実習を受けていたので、あらためて病院の雰囲気を感じとることもできました。

私が働いている病棟は急性期病棟ですので、入院しておられた患者さんがローテーション先で回復しリハビリされている姿を見ることができました。どのような経過で回復されたのかを1人の患者さんを通してみることでより治療や看護ケアをイメージしやすかったです。またそれぞれの診療科によって特殊な治療や処置もあり、自分の病棟では経験することができない貴重な体験をすることができました。



きむら ねね
看護師 木村 寧々

私は病棟で外科や内科の患者さんに対し、日々看護をしています。今回のローテーションは手術室でした。病棟では術前、術後の状態をみているのですが、手術を見学することで、術前の患者さんの心境や、術後の観察点など根拠を



踏まえた知識を深めることができました。患者さんが安全に手術を終え退院できるよう、全員が同じ目標を持っていることを改めて実感しスタッフ同士のコミュニケーションの大切さ、また次にすることを予測し、先を考え行動することの大切さを学びました。この貴重な体験をこれからの看護に活かし頑張ります。

近隣の連携医療機関の先生方

『新年・開院のご挨拶』

いわもと内科外科医院
いわもと ありひろ
岩本 在弘

新年酉年、明けましておめでとうございます。昨年11月1日、亀岡市千代川町で内科外科医院を開院させて頂きました。遡ること5年前は公立南丹病院で外科医としてメスを握っていたことが遠い昔のように感じられます。

今回の開業は20年間の勤務医生活から心機一転、自分の生まれ育った南丹・亀岡地区で残りの医者人生を地域医療に捧げる想いで臨みました。公立南丹病院のように地域にとって存在することが至極当然な存在になれるように、また「世界に一つだけの花」の如く当院だけの花を咲かせることが出来ますように努力して参る所存です。

最後に公立南丹病院の益々のご発展と皆さまのご多幸、ご健康を祈念致しますと同時に、至らぬ点が数多くあるとは思いますが今後、当院に皆さまのご指導ご鞭撻の程を何卒、宜しく願い申し上げます。



『ちいさな診療所を開設して』

しらかわ医院
しらかわ かずお
白川 和夫

平成21年5月、亀岡市河原林町の旧診療所跡に内科医院を開設しました。小さな診療所です。医院の周囲はご高齢の患者さんが多く、交通も不便ですし、周囲には薬局もありません。往診も必要です。地域の特殊性を考慮した診療体系にしなければなりません。当初、皆さんから「なぜ、亀岡へ、河原林へ来られたのですか?」の質問攻めにあい、返事に大変戸惑いました。「お見合いと同じです」とお答えしました。地域の人や環境に惹かれる想いには理由などありませんでした。

多くの方々に支えられ、無事軌道に乗せることができました。とりわけ公立南丹病院の院長先生はじめ諸先生方、職員の皆様方には、小さな診療所が抱えるどのような悩みでも昼夜を問わず、快く速やかに対応していただき、深く感謝しております。皆さんのお蔭で診療できることを肝に銘じて頑張ります。

一昨年開催されました健康フォーラムで南丹病院の歴史をお聞きし、感銘いたしました。と同時に、地域密着に専念されてきた長野県の佐久総合病院を思い出しました。何か共通点があるのではと思っております。

診療所を開設して想うことは、私どものような小さな診療所と南丹病院との病診連携の重要性です。今後どうすれば良いのかを真剣に考えていきたいと思えます。私などお世話になりっぱなしで、まさに一方通行の状態です。無い知恵を絞っていきます。今後も小さな診療所をよろしく願います。



新たなるとりくみ



入院患者サポートセンター副センター長 しみず まゆみ 清水 真弓

平成28年10月1日より業務拡大を目指し、「入院準備センター」より「入院患者サポートセンター」に名称を変更しました。

今後は入院準備だけではなく、新たに後方部門として退院支援をお手伝いします。退院が決定した患者さんの「退院後訪問指導」の実施を通して、退院直後の戸惑いや生活に対する不安の軽減に繋がるように支援をしていきます。

「退院後訪問指導」とは？

看護師長 どい ゆきこ 土居 由起子

医療処置への対応が必要なケースや、中重度(日常生活自立度判定Ⅲ以上)の認知症患者さんやそのご家族の方に退院後の一定期間、自宅療養初期の体制づくりや、必要に応じて在宅療養が送れるよう見守りや指導を行います。退院後1ヵ月間に数回訪問することで、在院日数短縮と再入院予防を図ります。

一定期間在宅の現場を見ることで、より現実に即した退院後指導ができ、「地域を看ること」に繋がると考えます。地域医療連携室や訪問看護ステーション、認知症に関わる各関係機関との連携を図りながら退院後の訪問指導・訪問診療や訪問看護に繋げ、地域医療連携における円滑な在宅療養への移行及び、在宅療養の継続を目指し、後方支援活動に取り組んでいきたいと思えます。皆さまのご支援の程よろしくお願い致します。

冬の栄養管理



管理栄養士長 はた ちえこ 畑 千栄子

寒さが身に染みる頃となりました。風邪や感染症を予防して、この冬を乗り切りたいですね。風邪をひかない為には『栄養』と『休養』が大切になります。風邪に負けない体作りには、過労や睡眠不足などで体力や免疫力が落ちないように注意しましょう。『栄養』で気を付けることは「バランスの良い食事を毎日続けること」。特に良質のタンパク質を十分摂って体力をつけることは大切です。良質のタンパク質は、卵、牛乳、魚、脂身の少ない肉、豆腐などです。他に野菜、芋類、果実を1日3食に分け、ご飯も含めしっかりといただきます。ビタミンAは喉などの粘膜を丈夫に、ビタミンEは白血球やリンパ球の働きをよくなり、免疫力を高めます。ビタミンCはコラーゲンの生成や血管・皮膚・筋肉などを作り、不足すると抵抗力が弱まります。風邪の時は消耗が激しいので多めに摂りましょう。

野菜の持つビタミンや食物繊維、フィトケミカルは風邪の予防に欠かせません。フィトケミカルは野菜や果実の持つ色素や渋みの成分をいい、強い抗酸化作用があり、体から有害なものを除去する働きがあります。食物繊維は腸の掃除をし、腸内環境を整え、免疫力を高めます。効果的な食べ方はやはり体を温めるメニューになります。冬の時期であれば鍋料理に肉や魚、豆腐、野菜をたっぷり入れていただきます。食事は身体にいいからとたくさん食べても効果はありません。適正な食事の範囲で参考にしていただければと思います。『休養』は過労や睡眠不足を避け、体力を温存することです。疲れたらすぐに体を休めましょう。

平成28年度緩和ケア講演会のお知らせ

日 時：平成29年2月25日（土）14：00～16：00

場 所：ガレリアかめおか 2階 大広間

内 容：演題「自分らしい最期を迎えるためには どう生きていけばいいのか？」



講 師

聖路加国際病院精神腫瘍科

ほ さか たかし
保坂 隆 先生

がん患者のメンタルケアを専門とするサイコ
オンコロジー（精神腫瘍学）の第一人者。イメー
ジ療法、グループ療法など日本ではまだ希少
な臨床ケアや緩和ケアに積極的に取り組む。

お問い合わせ・申し込み

公立南丹病院 地域医療連携室

電話：0771-42-2510（代） / FAX：0771-42-5071

第29回 丹後半島駅伝大会

今年も総勢28人で丹後半島駅伝大会に参加しました。仕事が終わってからの合同練習、休日に陸上部の練習、今年の練習距離は短めですが、しんどい練習が終わって、みんなでしんどいと笑っている光景も、楽しい思い出です。この大会を通して職場内の連携を深め、忙しくても気持ちよく仕事ができる職場になるように頑張っていきます。



看護師・助産師募集（正職員・臨時職員）

正職員・臨時職員共に院内保育所の利用可
寮（正職員のみ）利用可（月額10,480円）

〒629-0197 京都府南丹市八木町八木上野25番地
公立南丹病院 総務課人事係 TEL 0771-42-2510（代）まで
詳しくは公立南丹病院ホームページをご覧ください。

<http://www.nantanhosp.or.jp>



編集後記

2016年は、さまざまな意味で変革の1年であった。国内では熊本地震、鳥取地震を含め災害や地震が多く、また、小池百合子新東京都知事の東京2020オリンピック会場選定問題、築地市場の豊洲移転騒動など。一方海外では、1月20日より大統領に就任する米国 Donald John Trump 新大統領の強行姿勢などいろいろ心配点もあったが、政治経験がないからこそ、今までと違うことを提案してくれると期待している声が多いのも事実。時代は常に変化している。地域中核病院としての公立南丹病院も「患者さんファースト」の精神で、地域医療に貢献して行くため、今年は大きく変革して頑張っていきたい。今後とも情報発信としての広報誌をどうぞご覧ください。

編集委員 G.I.

MAP

