地域のみな様と、私たちをむすぶ広報誌



✓ 京都中部総合医療センタ

Kyoto Chubu Medical Center 旧:公立南丹病院





平成29年12月16日に今年で第3回目となる一般市民向けの京都中部総合医療センター健康フォーラムを 開催いたしました。「明日に活かせる健康術」と題した病院職員からの一般講演に続き、今年は特別公演と して日本の百寿者研究の第一人者でいらっしゃいます大阪大学の権藤恭之准教授に、長寿時代をより幸せに 生きるためのヒントを非常に分かりやすくご講演いただきました。また院内各部署が工夫を凝らして取り組 んだ催し物会場も終了間際まで大いに賑わっておりました。健康意識の高い多数の地域住民の皆様と貴重な 時間を共有できましたことに、スタッフ一同感謝申し上げます。

実行委員会副委員長・循環器内科部長 野村 哲矢

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 DMA T指定医療機関 認知症疾患医療センター

京都中部総合医療センター

〒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.kyoto-chubumedc.or.jp





京都中部総合医療センター広報誌

病院の理念

地域の拠点病院として、患者さん中 心の良質な医療を行い、地域に愛さ れ信頼される病院を目指す。

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. 個人匿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

2018.1 Vol.37 新春号

CONTENTS

■新春のご挨拶
院長
総長②
看護部 ②
■京都医学会学術賞を受賞して ③
■医学研究の審査委員会の役割 ③
■当院の緩和ケアの取り組み ④
■放射線治療棟開設から3年目を迎えて④
■第3回 京都中部総合医療センター
健康フォーラムを開催して ⑤
■呼吸ケアサポートチーム(RST)の紹介… ⑥
■排尿ケアチームの紹介 ⑥
■看護師として働き始めて ⑦
■冬の感染対策 ······· ⑦
■公立南丹看護専門学校 ⑧
■メディカルランナーとして参加 ⑧
■近隣の連携医療機関の先生方 ⑨
山口マタニティクリニック
石川歯科医院
■健診センターからのお知らせ ⑩
■整形外科領域における
「体外衝撃波治療」のご案内 ⑩
■平成29年度
緩和ケア講演会のお知らせ
■看護師・助産師募集
■第30回 丹後半島駅伝大会に参加して

新春のご挨拶

辰户哲也 院長

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 お過ごしのこととお慶び申し上げます。今年 もどうか宜しくお願い致します。

平成29年の秋は思いのほか気温が下がり、 早い紅葉とともに寒い冬となりました。冬に なると私は留学時代に過ごしたカナダでの生 活をよく思い出します。私が暮らしたオンタ



リオ州では毎年9月半ば頃よりカエデ、オーク、ポプラなどの紅葉が一気に訪 れます。メープル街道沿いの紅葉が有名ですが、私はケベック州にある近郊 の国立公園に家族でよく行きました。美しい紅葉の森の中を思う存分散策し たり、ビーバーが暮らす湖を眺めたりして、大自然と対峙する時間を持つこ とができました。10月後半には初雪が降り、それが溶けないまま積雪となり長 い冬が続きます。銀世界の中、クリスマスシーズンにはイルミネーションに 飾られた家々や街並みが本当に美しさを増します。この積雪は翌年の5月まで 続き、雪解けが始まるとともに新緑の季節となり、美しい花々があちこちに 咲き乱れ一気に春が訪れます。オンタリオ州の州花であるトリリアム (3枚の 白い花弁を持つ可憐な花)もこの季節に咲き人々の心を和ませてくれます。

いよいよ平成30年が始まりました。"惑星直列"と言われる第7次医療計画策 定と診療報酬・介護報酬が同時に改定されます。恐らく次回もマイナス改定 が予想されています。2025年に向けて病床の削減や病床機能分化はさらに加速 され、プロセス評価からアウトカム評価を求められる時代になっていくでし ょう。2025年以降の人口減少と高齢化がさらに進む将来をも見据えて、地域か ら求められている医療とは何かを、国の施策を読みながら熟慮して病院運営 をしていく必要があると考えます。

また平成30年度には新たな専門医制度がスタートします。この制度は、医 師個人の資格制度の問題にとどまらず、地域医療や病院運営への影響を及ぼ す可能性もあります。さらに地域における医師や診療科偏在が解消されない 状況の中で、政府が進めている「働き方改革」は医療従事者に対する労務管 理に大きな混乱をもたらす恐れを懸念しています。

平成30年も京都中部総合医療センターは地域の拠点病院として住民の皆様に 愛され信頼される病院づくりを目指していきます。医療圏の病院・診療所の先 生方、在宅・介護に携わる医療関係者の方々との「顔の見える関係作り」を推 し進め、地域連携・協調をさらに促進させて、効率的な医療を提供することで 地域包括ケアシステムに貢献したいと考えています。平成30年度も5人の研修 医がフルマッチできました。研修医や専攻医教育に一層の努力を行い、スタッ フの皆様が活き活きとやりがいを持って働ける職場づくりに努力していきます。

平成29年12月16日には当院では3回目の「京都中部総合医療センター健康フ ォーラム」を開催しました。大阪大学人間科学研究科准教授の権藤恭之先生 を特別講演にお招きして「百寿者からのメッセージ」と題して長寿時代を生 きるためのヒントを与えていただきました。また例年通り、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。

平成30年も医療を取り巻く環境は厳しさが続き、しばらくは冬の時代が続 くのかもしれませんが、そんな状況でも医療従事者としての輝きを失わず、 雪解けの後に美しい花が咲き誇ることを願ってやみません。今後とも皆様の 御協力と御支援をどうか宜しくお願い致します。

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、 心からお祈り致しております。

■編集後記

総長 伏木 信次



新年をお祝い申し上げます。平成30年の新春を、皆様はどのように過ご されましたでしょうか。

さて、十十十二支によりますと、本年は戊戌(つちのえいぬ、ぼじゅつ)という年回りです。干支では戌年ということになります。この前の戊戌は昭和33年(1958年)でした。この年の日本では、当時としては世界一の高さの東京タワーが完成したり、一万円札が発行されたりと、その後の高度成長へつながる出来事がありました。ちなみにお正月との関係では、おせち料理に使われる「数の子」の水揚げ量が減少し高値となったため「黄色いダイヤ」という表現が生まれたそうです。五行思想によりますと、戊戌は同じ気が重なる状態で「比和」と呼ばれ、良いものはより良くなり悪いものはさらに悪くなると考えられています。国際情勢も混沌とする中、今年は果たしてどのような方向に向かうのか気がかりですが、是非良い方向に進んでほしいと願うばかりです。

医療界に目を転じますと、今年は診療報酬・介護報酬の同時改定の年であり、改定内容によっては病院経営を直撃することにもなりかねません。平成27年度の国民医療費は42.4兆円であり、これまで毎年2.5%程度増え続けてきましたから、抑制的な方策を適切に講じない限り、いずれ国民皆保険制度が成り立たなくなってしまうことが危惧されます。とりわけ癌に対して開発された新規治療法(ニボルマブ等の新規薬やキメラ抗原受容体発現T細胞:CAR-Tのような遺伝子治療等)は、旧来の治療法に比し大きな効果が期待できるものの、それらに要する医療費は極めて高額となります。日本では、医療における費用対効果についての論議が必ずしも重視されてきませんでしたが「人の命の値段」について真摯に論議する時期を迎えているように思われます。また医師の働き方改革が国レベルで検討されはじめています。日本の医療がどのような方向を目指すべきなのかについて、国民レベルでの議論と今後の方向性に関するコンセンサスが求められています。

南丹医療圏における中核病院である京都中部総合医療センターにとりまして平成30年が次の発展に向けての大きな活路を見いだせる年になりますよう祈念しつつ、新年のご挨拶といたします。

看護部







新年あけましておめでとうございます。昨年5月に京都中部総合医療センターと病院名が変わりましたが、当院をご利用いただいています地域の皆さまにとって、平成30年が健やかな年であることを看護部一同心から願っております。

本年も保険・医療・福祉の連携を強め、地域に根ざした病院として地域社会との役割連携を果たすべく 努力してまいります。

看護師の人員不足は解消されておらずたいへん厳しい状況でありますが「看護の質向上」「医療安全の確保」において一層看護師の充足に力を入れ人員確保に努めて参りたいと思います。

今年の干支は「茂」です。鼻がきく犬のように、いろんなことを嗅ぎ分けて成長できる年にしたいと思います。 これからもこの地域になくてはならない病院としてみんなで力を合わせ活き活きのびのび、チワワのよ うに目をキラキラさせて、働ける看護部にしていきたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。



京都医学会学術賞を受賞して

小児科部長 伊藤 陽里



このたび第43回京都医学会において、京都府医師会学術賞を受賞いたしました。論文タイトルは「京都府南丹医療圏内教育機関の熱中症予防対策に関する検討」です。昨今の気象条件の変化により、夏季の熱中症は大きな社会問題となっています。そして総務省消防庁は、毎年約5万人の熱中症患者のうちの14%程度は高校生以下の小児であると報告しています。

当院の近くには丹波自然運動公園があり、夏季に大きな運動大会が多く行われています。そのため毎年当院には熱中症患児が搬送されてきます。中には体温が下がらず、臓器不全を認め、気管内挿管の上ICU管理を要した高校生もいました。

そのような事態を鑑み、教育現場では熱中症対策がどのように行われている かを早急に確認する必要があると考え、この研究を行いました。南丹医療圏に

存在するすべての小学校、中学校、高等学校に調査用紙を送付し、9割以上の施設から回答をいただきました。 調査の結果、熱中症発症予防に対して各学校では水分摂取を促したり体調を確認したりする事は徹底されているものの、暑熱日に運動を行うかどうかは現場の教職員の方々が主観的に決定されていて、気温や湿度などで客観的に判断している学校は少数でした。このことは、子供の健康状態に危険がおよぶだけでなく、判断をまかされている教職員の方々の大きなストレスになっていることも判明しました。そのため学校毎に気温計や湿度計をきちんと設置し、測定結果によって運動実施を決定することが望ましいことを論文にて報告いたしました。

様々な感動を呼ぶ運動競技場が、悲しい現場へと変わらないためにも、保健所や教育委員会、各学校とも連携し、熱中症予防対策の啓蒙活動を続けていきたいと考えております。最後になりましたが、この研究を行うにあたり、南丹保健所、亀岡教育委員会、南丹教育委員会、京丹波町教育委員会、南丹医療圏の各学校の校長先生や教員の方々に多大なご協力をいただきましたことに深謝申し上げます。

医学研究の審査委員会の役割

医学研究の審査委員会事務局 和田 淳

当委員会は人を対象として行われる医学研究を審査する委員会です。医学研究とは病気の予防・診断・治療方法の改善や病気の原因の解明、患者さんの生活の質の向上を目的として行われる研究のことです。そこでは、長時間かけて発症する病気や、稀にしか見られない病気も対象になりますし、すでに行われている治療の効果やその予後を観察していくこともあります。医療に活用できる確かな情報とするため、患者さんにご協力いただいて行っております。実施については、研究責任者が実施計画を作成し、委員会での審査・承認を得て行われます。

当院で行われる医学研究は、世界医師会が定めた「ヘルシンキ宣言」や文部科学省・厚生労働省が定めた「人を対象とする医学系研究に関する倫理指針(平成29年2月28日)」などを遵守し、研究に参加される方の人権に配慮した上で実施しています。また、あらかじめ患者さんに同意を得ることなく、個人情報をその本来の目的を超えて取り扱ってはならないことや、個人情報の漏えいを防止するなどの安全管理措置を講じることも求められています。患者さんの大切な個人情報については、各種法令に基づいた院内規定や取り決めを遵守し、厳重に管理いたします。

なお、当院が参加した医学研究に関して、研究者の保有する情報を知りたい場合には、その情報を支障のない 範囲で入手することができます。当院で行われている医学研究は病院のホームページで公表されております。原 則として事前に公開することで、その透明性を確保し、患者さんの保護と医学研究の質を保つようにしております。

当院の緩和ケアの取り組み

緩和ケア認定看護師 貞方 初美

日本緩和医療学会『市民に向けた緩和ケアの説明文』に沿って、当院での取り組みをお話させていただきます。

がんとわかったら・・・あなたのつらさに耳を傾けます

「緩和ケアって何?」ときかれることがあります。緩和ケアは、病気によって起こるからだの症状、こころのつらさ、仕事・治療費の問題などの緩和について、ご家族を含めて話し合うことで、生活の質の維持・向上を目的としています。

医師の説明だけでは治療を決められないとき・・・分かりやすい言葉で一緒に考えます

最善となる治療を決めるために、医師からの説明の席に看護師が同席し、説明された内容をどのように受け止められたかの確認や、分からないことが分からない場合、一緒に話し合うことで、理解して治療の選択を行ってもらえるよう努めています。納得して治療を選択することは、より良い治療につながります。

つらさがあるとき・・・からだやこころのつらさは、まずお伝えください。すべての医師・看護師が対応します

がん診療に携わるすべての医師に対する緩和ケア研修会の開催や、緩和ケアの定期的な勉強会などの学習機会を設け、さまざまな職種で連携して苦痛を緩和する方法を考えています。

つらさが続くとき・・・痛みや眠れない、気持ちのつらさが続くなら専門チームが対応します

医師・看護師・薬剤師・理学療法士・地域医療連携室スタッフで構成されたチームがあります。医師や看護師などの依頼を受け、病棟を回診して苦痛緩和の方法を話し合っています。

診断後のこれからの過ごし方・・・仕事、生活、療養の場所、これからの過ごし方も一緒に考えます

あなたとあなたのご家族の置かれている環境、困りごとは、千差万別です。あなたらしい生活を送るための方法もそれぞれですので、話し合いながら生活のしやすさを考えています。

緩和ケアについて詳しく知りたい方は、病院スタッフにお気軽に声をお掛けください。

放射線治療棟開設から3年目を迎えて

うえにし ただ し 診療放射線技師主任 上西 直志

当院において南丹医療圏初となる放射線治療の開始から2年あまりが経過いたしました。放射線治療室では「確実な治療品質管理のもと地域がん診療に貢献する」を理念として、治療開始から延べ250名以上の患者さんに対し放射線治療を行ってまいりました。これまで病院全体の協力はもちろん、近隣医療機関や関係機関の方々のご支援ご協力のおかげで、安定した治療室の運用を行えてきましたことに感謝いたします。

治療業務開始当初と比べて他施設からの紹介数も大きく増加しており、この 南丹医療圏において放射線治療が「がん治療」の選択肢の一つとして認知さ れてきたことを強く実感しております。今後も皆様に当施設を有効利用して いただき、さらに地域医療に貢献できるようスタッフー同業務を行っています。

- 治療用照射装置出力線量の第三者機関による測定評価 -

放射線治療装置の出力線量は全国的に同一基準ということががん治療の基本です。適正な放射線治療の品質を担保するためにも、第三者機関による評価が求められるようになってきています。当院では公益財団法人 医用原子力技術振興財団 (ANTM) が行っている「治療用照射装置(X線)の出力線量測定事業」に参加・測定評価を受けることによって、安心して治療を受けていただくための根拠に基づいた放射線量の維持・管理に努めております。



第3回

京都中部総合医療センター健康フォーラムを開催して

実行委員会副委員長・眼科部長 伴 由利子

平成29年12月16日にガレリアかめおかにて第3回京都中部総合医療センター健康フォーラムを開催致しました。この会は、市民、町民の皆様に健康にまつわる情報や話題を提供し、ご自身の健康について考えるきっかけとしていただくことや、普段は病院の中でしかお会いできない皆さまと病院のスタッフが、身近にお話しをさせていただく機会を作る事を目的として開催させていただいています。

当日は、雨の天気予報で心配しておりましたが、幸い雨が降ることもなく、比較的暖かな1日となりました。師走の慌ただしい時期にもかかわらず、多数の方々にご参加いただきました。



講演会場では第1部として4名の病院スタッフの講演をお届けしました。副院長の山岡延樹医師からは日本で増加している大腸がんの最近の手術、治療が有効な時期に発見する方法、地域にある病院で治療を受けるメリットなどの話がありました。外来師長の船越千里皮膚・排泄ケア認定看護師は、加齢によって起こってくるスキントラブルを紹介し、全身管理においてもスキンケアは重要であるということを説明、高齢者にとって大切なスキンケアについて話しました。栄養科次長の中澤誠管理栄養士からは、元気で長生きできる期間(健康寿命)を延ばすには「足や心臓の筋肉を減らさない」ことが重要となり、食事から筋肉や骨の材料となる「タンパク質」を摂取することが大切で、そのための食品・食材選びをお伝えしました。地域医療連携室副室長の平井久美子看護師からは、地域の医療機関や、介護・福祉の関係者の方々との連携を取ることを目的に設置されている「地域医療連携室」の紹介がありました。

第2部の特別講演では大阪大学人間科学研究科准教授権藤恭之先生に「百寿者からのメッセージ 長寿時代を生きるためのヒント」をテーマにお話ししていただきました。

日本は100歳以上の百寿者先進国であり、厚生労働省によると平成29年現在、我が国には百寿者が67,824人おられます。2033年には30万人を上回るという予測もあるのだそうです。権藤先生は、平成12年から現在まで、慶応義塾大学と共同で、東京都23区の百寿者および全国の超百寿者の方達を対象に訪問面接調査を行っておられます。また、平成22年より、東京都健康長寿医療センター研究所、慶応大学医学部と高齢者の縦断調査SONICを開始されており、今回のご講演でも、沢山の百寿者の方々をご紹介いただきました。加齢と共に、体力や身体機能などの生物学的側面は低下していきますが、超高齢期における心理的側面はほとんど変化しないか、逆に若干の上昇がみられるそうです。この乖離は老年的超越によってもたらされますが、老年的超越とは、高齢期に高まるとされる「物質主義的で合理的な世界観から、宇宙的、超越的、非合理的な世界観への変化」を指すのだそうです。だれもが長寿を謳歌できる時代が近付いてきたといえますが、この講演から長寿時代を生きるヒントを提供していただきました。

展示会場では、今年は20の部門から工夫を凝らした展示があり、様々な体験コーナーも設けられており、 終始賑わいをみせていました。毎回人気の血管年齢測定ブースでは、整理券をお配りして、待ち時間も他の 展示を観ていただけるように工夫しました。また、薬剤部のブースでは、器械を使ったお薬小分け体験を行い、子供も大人も楽しんでいただけました。

なにかと至らぬ点もあったかと思いますが、無事に終了できましたことをお礼申しあげます。当日ご参加いただきました方々にはどうも有難うございました。今後も、市民町民の皆さまに、病院からさまざまな形で情報提供ができるように努めて参りますので、よろしくお願い致します。

呼吸ケアサポートチーム (RST)の紹介

RST (Respiratory Support Team)とは医師や看護師・理学療法士・臨床工学技士・歯科医師・歯科衛生士など多職種で様々な専門的知識を持ち寄り、人工呼吸器を装着されている患者さんの管理、人工呼吸器からの早期離脱、質の高いケア提供を目的としている専門チームです。人工呼吸器を装着されている患者さんを中心に、酸素療法をおこなっているすべての患者さんを対象に活動しています。

人工呼吸器は自分の力だけでは上手く息ができないような状況の時に、息が出来るように呼吸を補助する 役割を持った機械です。しかし、人工呼吸器装着に伴う人工呼吸器関連肺炎の発症や苦痛を強いる可能性も

あります。治療を行うための機械が逆に患者さんにとって不利益を招くことはあってはならないことだと考えます。そのため、少しでも早く人工呼吸器によるサポートから抜け出し、日常生活復帰を目指していただけるように、毎週病棟を回診しながらカンファレンスを行い、意見交換を行っています。

また患者さんの治療および観察にあたって、呼吸状態だけでなく、からだ全体の観察能力が必要とされます。そのために知識や技術の向上目的に院内全体での研修会も年4回行っています。

平成29年度より、地域でご活躍、ご尽力されています医療関係者の方々ともスムーズな連携活動が行えるよう研修会を行い、さらなる充実を図っています。すべては患者さんのために。



排尿ケアチームの紹介

泌尿器科部長 中西 弘之

急性期病院である京都中部総合医療センターには、毎日のようにさまざまな重症患者さんが入院されます。 肺炎の方、心筋梗塞の方、がんの手術目的の方など、その理由はさまざまなのですが、治療法にはいくつか の共通点があります。点滴や安静、心電図の装着などもそうですが、結構欠かせないのが、膀胱に直接管を 入れて尿を排出させるための「尿道カテーテル」の留置です。安静が必要な患者さんが、排尿のたびにトイ レに行くことは簡単ではないですし、実は尿量は全身管理において非常に大切な項目で、日々の尿量を把握 することは、治療がうまくいっているかどうかの大切な判断材料になります。

しかし、病気が良くなった時にいざ尿道カテーテルを抜こうとすると、思わぬ問題が発生することがあります。例えば長期臥床によりトイレへの移動がスムースにできなくて「お漏らし」してしまうとか、尿道カテーテル留置中に排尿の機能が落ちてしまって、うまく排尿できなくなってしまうことなどです。さらに尿道カテーテルがないとうまく排尿できないからといって、いたずらに長期間カテーテルを入れておくと、高率に「尿路感染症」になって、新たな治療が必要となることも少なくありません。

当院では平成28年12月から専門の医師・看護師・理学療法士からなる排尿ケアチームを発足させ、尿道

カテーテルがトラブルなく抜けるようお手伝いするための病棟 回診を開始しています。具体的には、排尿ケアチームのスタッ フは排尿ケアに必要な各領域の教育を受けた上で、尿道カテーテル抜去希望の患者さん一人一人に対し、排尿機能を評価の 上、適切なアドバイス・投薬・リハビリ等を実施することにより、 尿道カテーテルなしの自立した排尿が可能になるような指導を 実施しています。

最終的にはそれが早期の退院、社会復帰に繋がって、排尿の自立という人としての尊厳を維持し、ひいては寝たきり患者さんの減少につながればと思い日々奮闘しておりますので、もしあなたが入院された時に排尿ケアチームが回ってきた時にはよろしくご協力お願いいたします。



看護師として働き始めて

第二病棟4階東・地域包括ケア病棟 岡本 茉子・川岡 愛実・村上 知聡・村田 夏海

平成29年4月から地域包括ケア病棟で働き始め、早いもので半年以上が経ちました。働き始めた頃は分からないことばかりでしたが、日々の業務にも少しずつ慣れ、今では複数の患者さんを担当させていただくようになり出来ることも増えてきました。最近では様々な処置につかせていただく機会もあり、同期の仲間たちと経験したことを共有して学びを深め、次



の実践に活かせるよう努めています。しかし先輩方に助けていただくことがまだまだ多く、これから学ぶべきことがたくさんあることを 痛感しています。

地域包括ケア病棟では「自宅に帰りたい」「また歩けるようになりたい」という患者さん一人ひとりの思いを受けとめながら、退院後の生活を見据えて多職種で連携してリハビリテーションや退院前カンファレンスを行うことが必要だと実感しています。自分達にできる精一杯の看護を提供し、患者さんが笑顔で退院される姿を見る度に嬉しさややりがいを感じます。

これからも看護師として成長していくために、患者さんやご家族の思いを尊重し、毎日の関わりの中で知識や技術を磨き、看護師としての自覚と責任感を持って日々精進していきたいと思います。

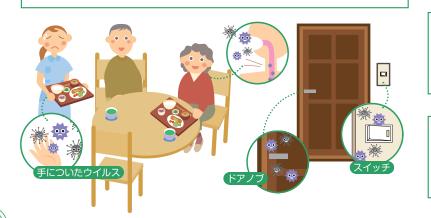
冬の感染対策

ご存知ですか?ノロウイルスは部屋の中で7日間生きられることを!

インフルエンザや感染性胃腸炎が流行する時期です。毎年のことですが熱が出たり、吐き気や下痢をするのは とっても嫌なもの、まして家族や他人にうつすなんてとっても困ります。そこで元気に冬を乗りきるために効果的で、 誰でもできる感染対策についてお話します。

清 攝

もっとも重要な感染対策です!驚くことにインフルエンザウイルスは2日間、ノロウイルスは7日間も乾燥した場所で生きられるのです。 大切な家族や友人にうつさないためには、特に良く触るドアノブやリモコン、スイッチをこまめに拭き取り、ウイルスを取り除きましょう。できれば除菌ができるクロスを使用すると更に効果がアップするでしょう。



手洗い

食事を作る前や食べる前、トイレの後は必ず行いましょう。 さらに咳やくしゃみが出て る時は1日に何度も手を洗いましょう。

マスクの着用

必ず鼻からあごまでしっかりおおい、ウイルスを吸い込まないようにブロックしましょう。

-食事

ビタミン豊富な野菜や果物 など、バランスのよい食事を とって免疫力を高めましょう。

公立南丹看護専門学校

平成29年度学校祭に参加して

1年生 藤林 シュウ



平成29年11月1日学校祭がありました。1、2年生がバレーボールやバスケットボールを通して交流でき、スポーツの秋と言える一日を過ごしました。普段は見ることができないクラスメイトの一面を知る機会にもなり、チームワークの重要性を改めて感じました。スポーツと同様に「個のスキルアップ」の大切さ。お互いに弱点をフォローし、長所を伸ばす「チーム力」の大切さ。これらを常に意識し、看護を学んでいきたいと思いました。

臨地実習に出る前の学習

副学校長 森 瑞枝

今回は看護学生が初めて臨地実習(病院実習)に出る前に、どんな学習をしているかご紹介したいと思います。 演習内容は「模擬療養環境の状況に応じた環境整備の実施」です。臨床現場(病室)を想定した環境の中で、グループで相談しながらベッド周囲の環境を整える練習をします。演習室は仮想の病室をつくり、ベッドにはモデル人形(お名前が小春さんやさくらさんなど)が寝ています。教員が事前に実際の病室にありそうな物を散乱させておきます。日常生活でも整理整頓が苦手な学生や清潔不潔を区別する知識が不十分な学生がおり、整えるのに時間がかかります。シーツをきれいに整えたり、患者さんが気持よく過ごしていただけるような環境になるまで、一生懸命練習をしています。





メディカルランナーとして参加

研修医 広田 幸穂

平成29年12月10日に亀岡市で開催された第3回京都 亀岡ハーフマラソンに、当院の医師11名がメディカル ランナーとして参加しました。また、一般ランナーとし て看護師、放射線技師や臨床工学技士など多くの職 員も参加しました。亀岡ハーフマラソンは今年で3回目 と歴史は浅いものの、全国ランニング大会100選に認 定され、約4,000人が参加する大規模な大会です。

メディカルランナーとして参加者の方々が怪我や急病に遭った際に救助にあたることが第一ですが、亀岡の



自然に触れ、普段の運動不足を解消し、何より地域の皆様との交流を深める良い機会となりました。今後も病院内のみならず、地域の皆様の生活を様々な面からサポートし、皆様に愛され信頼される病院を目指して参ります。

近隣の連携医療機関の先生方

安全な医療を目指して

医療法人芽生会 山口マタニティクリニック *** ぐち ひろゆき 院長 山口 裕之

平成23年に馬堀駅前で開業しました山口マタニティクリニックです。13床の病床で、分娩、産科手術、婦人科小手術などに対応しています。外来では産科、不妊症、月経困難症、更年期障害など産婦人科全般の診療を行っています。近年の少子高齢化の波は当院でも感じられ、婦人科患者様も多くご来院いただいています。当院の診療方針は第一に全ての患者様にしっかりと病状、治療の事をご納得していただき、お互いで方針を決めていくこととしています。医師、看護師等が携わっていき、ここに来て安心して帰っていただけるよう努力しています。産婦人科は診療圏が広く、南丹市、京丹波町からも遥々来院していただいていますので、安心して通院できることが一番大事だと考えています。

次に分娩という人生の一大イベントに携わることにスタッフ一同喜びを感じ、最高のおもてなしができることに全力を注いでいます。食事においても地産地消で亀岡のいい材料を用い、献立を工夫しています。最後に近隣の基幹病院としっかり連携し、患者様の事を第一に考えた医療を心がけています。分娩をしていますと、大量出血、妊娠高血圧腎症、前期破水、胎児の状態悪化、婦人科では卵巣茎捻転、子宮外妊娠など昼夜を問わず、緊急で救急車で京都中部医療センターにお願いすることが多々あります。その際いつも親切に対応していただき、非常に嬉しく思います。患者様にとって最も安心できる事と思います。高度な医療で患者様を救命頂いています基幹病院としての貴院の益々のご発展をお祈りし、今後ともご指導ご鞭撻を頂けたら幸いです。今後ともどうぞよろしくお願い致します。



お陰様で開業して27年

石川歯科医院 院長 石川 清之

日本経済がバブル絶頂期であった平成2年に亀岡駅前に4階建てのテナントビルを建てその4階で隠れ家的な医院を開業し今年で27年が経ちました。今考えてみると金利も高い時代に、よくそんな無謀とも思える計画ができたなと思い起こします。

今年は長男が歯科大学を卒業し、今後の医院継承も考えることができるようになり、将来展望も見渡せるようになりました。父、石川正昭は公立南丹病院(現:京都中部総合医療センター)で数年間内科外来を担当させていただいたこともありましたが、80才で脳梗塞をおこし引退、現在(89才)は施設で療養中です。

私の歯科医師人生を振り返りますと20才台では基本的な歯科知識と技術を学び、30才台で開業、基本技術の成績の向上、40才台で診断力の向上、50才台では総合力の向上と後輩への伝達を行ってきたかと思います。今後60才台では医院継承を行い、国民へより歯科への関心を高め、若手指導にも力を入れていきたいと思います。

アナログ時代からスタートした診療スタイルも時代の 変化とともに多くがデジタル化され、歯科の治療も今後 はロボットが歯を抜き、削る時代がきて、失った歯も再 生療法でまた歯ができる時代が来ると思います。

開業時には考えられなかったインプラント治療、歯科用CT、レーザー、CAD/CAM冠、光学印象(オーラルスキャナー)、マイクロスコープ等新しい治療法、診断機器、治療機器、マテリアルが世の中に登場してきました。中にはすぐに消えていくものもあり、何が正しい情報なのかを見極める感性を持ち時代の変化に対応できる医療人として今後も研鑽をしていかなければなりません。今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



●健診センターからのお知らせ

健診センター長 光吉 博則

悪性腫瘍・心臓病・脳卒中は日本人の死亡疾患の約7割を占めています。これらの疾患は初期の症状が乏しく、知らない間に病状が進行してしまうことが特徴です。生活習慣が原因となる場合が多いことから3大生活習慣病とも呼ばれます。人間ドックはこれらの疾患の予防や早期発見の力強い味方です。人間ドックでは多項目の詳しい検査を行うため、自分では気づいていない初期の異常を見つけることが可能です。当健診センターでは「総合健康診断システム」を導入し、先端の技術と設備により、病気の予防や早期発見などの多様な健診(人間ドック)をご受診いただけるよう環境を整えております。

基本ドック ¥44.280 (税込)

問診、採血、採尿、心電図、腹部超音波、 胸部レントゲン、胃透視*

*胃透視を胃カメラに変更される場合は別途費用が必要です。

オプション検査 (費用別途)

骨密度測定、乳がん、子宮がん、前立腺がん 他

【お問い合せ・ご予約】京都中部総合医療センター健診センター TEL 0771-42-2566(直) ●受付/平日(午前9時~午後4時30分)



当院の人間ドックは、午前中3~4時間程度で終了するため、多くの方にご利用いただいております。今後は、更なる健診内容の充実やリラックスできる環境作りを目指した取り組みを進めていきます。定期的に人間ドックを受けていただき、ご自身のお体の状態をチェックすると共に、「早期発見・早期治療」に繋げることで、より健康な毎日を過ごすお手伝いができればと考えています。ぜひお気軽にお問い合わせ下さい。

整形外科領域における「体外衝撃波治療」のご案内

体外衝撃波治療とは?

整形外科医長 琴浦 義浩

衝撃波を用いた治療は主に泌尿器科領域の尿路結石で用いられてきました。その衝撃波の出力エネルギーを抑えて、整形外科領域の疾患に応用した新しい治療方法です。1990年代からヨーロッパを中心に普及し、足底腱膜炎など多くの疼痛性疾患の治療に応用されています。特にスポーツの分野では低侵襲で、安全かつ有効な治療法として日常的に使用されています。さらに近年は偽関節など治療においてもその有効性が認められてきています。当院では平成29年10月から導入し運用を開始しています。

また現在、難治性足底筋膜炎に対して医療保険が適応されています。

- 治療の特徴・

- 1回の治療時間は約10~15分です。 一般的に2~3回の照射で治療効果が確認されています。
- ■麻酔などは不要です。
- 副作用、合併症もほとんどありません。
- 治療後の日常生活にも制限はありません。
- 治療効果は60~80%と報告されています。

治療の流れ一

- 当院整形外科外来をご予約ください。
- 予約日に受診いただき、適切な診断のもと治療方針を決定します。
- 体外衝撃波治療を予約し、照射を開始します。





平成29年度緩和ケア講演会のお知らせ

時 / 平成30年 1月28日(1) 14:00~16:00 所 / ガレリアかめおか 2階 大広間 場

内容:「あなたも必ず幸せになる実践的幸福論

~在宅ケアと看取りの視点から~」

講師: 中村 伸一 先生 (国民健康保険 名田庄診療所所長)

京都中部総合医療センター地域医療連携室

TEL: 0771-42-2510(代)/FAX: 0771-42-5071



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ができます。 看護師寮(正職員のみ)の利用も可能です。(月額10,480円)

〒629-0197 京都府南丹市八木町八木上野25番地 京都中部総合医療センター 総務課人事係

TEL 0771-42-2510(代) まで

詳しくはホームページをご覧下さい。

http://www.kyoto-chubumedc.or.jp



無料

申込不要

第30回 丹後半島駅伝大会に参加して

私が所属する陸上部は、走力、職種、年齢などは異なりますが、走るこ とが大好きなメンバーで集まっています。私たちにとって最大のイベントは1 チーム6人でタスキを繋ぐ丹後半島駅伝の参加です。今年は一般3チーム・ 女子1チームで参加しました。女子チームは昨年からの参加ですが、想像 以上に大会レベルも高く昨年は悔しい結果に終わりました。今年はその悔 しさを胸に、みんな多忙の中練習に取り組み、優勝することができました。 さらに、個人成績では6人全員が区間表彰され、表彰された瞬間は最高



の喜びを感じました。私は駅伝を通じて力を合わせることの大切さを感じ、頑張ってくれたメンバーに感謝しています。

編集後記

早いもので京都に来て6ヶ月が経ちました。京都= 古都といったイメージしかなかったため、京都駅周辺 の現代的な街並みに唖然としたり、保津峡駅からの絶 景に驚嘆したりと新鮮な毎日を過ごしてきました。ま た、通勤電車から見える田園と山々は郷里の景色とよ く似ているため、初めての土地にもかかわらず懐かし さを感じる時もあります。

そんな京都での生活に慣れ始めた頃に広報委員とな り、右も左も分からない状態で委員会に参加すること になりました。まだまだ打ち合わせについていくのが 精一杯の状況ですが、他の委員の方々と共により良い 広報誌を目指していきますので、これからもご期待く ださい。

広報委員 T.T.



発行:京都中部総合医療センター広報委員会