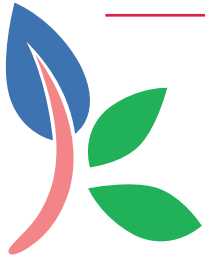


地域のみな様と、私たちをむすぶ広報誌



京都中部総合医療センター

Kyoto Chubu Medical Center



写真は令和2年10月17日、南丹市秘書広報課の松澤さんが撮影したものを寄稿いただきました。現地到着時は5羽のコウノトリが飛来しており、エサを探しているようでした。他にも写真を撮りに来られている方も数名おられたとのことです。(関連記事P10)

CONTENTS

- | | | |
|--|--------------------------------------|--------------------------------------|
| ■新年のあいさつ ① | ■PCR・抗原定量検査に用いる装置を
導入しました ⑤ | ■公立南丹看護専門学校 ⑦ |
| ■指定感染症について ③ | ■発熱外来棟を設置しました ⑤ | ■嚥下食ってご存じですか ⑧ |
| ■新型コロナウイルス感染対策
ー受診時のお願いと手洗いについてー ③ | ■FreeStyleリブレ®を導入しました ⑤ | ■お薬の飲み忘れを防ぐには ⑨ |
| ■新型コロナウイルス感染症
(COVID-19)の感染対策 ④ | ■病棟紹介
第二病棟4階東 地域包括ケア病棟 ⑥ | ■患者さんへのクリスマスプレゼントを
頂戴しました ⑨ |
| | | ■コウノトリ物語 ⑩ |

地域医療支援病院 臨床研修指定病院
救急告示病院 日本医療機能評価機構認定病院
地域がん診療病院 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 ヘき地医療拠点病院
京都府地域リハビリテーション支援センター
京都府災害拠点病院(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
エイズ拠点病院 京都府難病医療協力病院

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

<https://www.kyoto-chubumedc.or.jp>





2021.1
Vol.48
新春号

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。

病院の基本方針

1. 常に患者さんの立場にたち、権利を尊重して医療を行います。
2. 地域医療支援病院として地域の医療、介護や福祉等との連携を推進します。
3. 救急医療体制を充実し、いつでも安心して受けられる医療を目指します。
4. 集学的医療の提供を推進し、地域で完結できる高度ながん医療を行います。
5. チーム医療を強化し、医療の質や安全性の向上のため、全ての職員が資質の向上に努めます。
6. 公営企業としての役割を果たすため、経営の効率を高め、健全な経営に努めます。

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

新年のあいさつ

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、健やかに過ごしのこととお慶び申し上げます。今年もどうぞ宜しくお願い致します。新型コロナウイルス感染症拡大は、世界的に猛威を振るい感染者の拡大と多くの人命が失われ、世界および日本経済を揺るがし、人々の生活様式のあり方にまで深刻な影響を及ぼし続けています。日本では昨年3月より第1波が始まり、第2波の収束が見えないまま第3波が大きな波として現在も訪れています。とりわけ感染拡大は医療界にも厳しい影響をもたらし、受診抑制による経営危機や院内感染発生による病院機能の低下、長引く感染対応による医療従事者の疲弊などを招いています。京都中部総合医療センターの職員の皆様には、従来業務に加えて新型コロナウイルス感染症対応へご尽力頂いていることをこの場をお借りしまして深甚なる感謝と敬意を申し上げます。

一方で、少子超高齢時代への時計の針は確実に進みつつあり、国は「2025年問題」さらに「2040年問題」（現役世代人口が急減する高齢化社会での社会保障制度の維持）に対応するため、地域医療構想の実現、医師・医療従事者の働き方改革の推進、実効性のある医師偏在対策を三位一体で推進しようとしています。コロナ禍を経験し、Withコロナ時代における医療の提供体制のあり方は、従来求めてきた効率性のみを追求したものでは到底対応できないことは明白です。今後の地域医療構想調整会議においては、未知の感染症に対応できる医療の提供体制を取り入れ、医療崩壊を招かないような役割分担をきっちりと再協議する必要性を感じます。国難とも言える今回の感染症危機を経験して、病床機能の再編や公立・公的医療機関の再編統合問題、専門医シーリング制度を含めた医師数・医師偏在の問題、働き方改革の進め方などを改めて考え直すべきだと思います。

Withコロナ時代はまだ続くかと思いますが、今月号でも紹介しておりますように受診していただいた際の外来や各種検査室でのコロナ対策、PCRや抗原定量検査体制の整備、コロナに対応できる発熱外来棟の設置など、第二種感染症指定医療機関として感染防止に細心の対応をして、地域の皆様が安心して受診され本来の診療を受けていただけるよう、職員が一丸となって最善を尽くしてまいります。今後とも皆様の御協力と御支援を賜りますようどうか宜しくお願い致します。

令和3年の干支は辛丑かのと・うしです。「辛」は思い悩みながら、ゆっくりと衰退していくことや、痛みを伴う幕引きを意味し、「丑」は、発芽直前の曲がった芽が種子の硬い殻を破ろうとしている状態で、命の息吹を表しているとのことです。全く自己流に解釈すると、苦勞しながらも新型コロナウイルス感染症を克服し、コロナ禍で芽吹いたICT技術がさらに社会を豊かにしていくような年であって欲しいと願います。

令和3年が困難を乗り越え、明るい希望に満ちた世の中になることを願っています。最後になりましたが、皆様にとって令和3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。

総長 ^{ふしき しんじ} 伏木 信次

新春を寿ぎ2021年のご健勝とご活躍をお祈り申し上げます。顧みますと昨年は、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の未曾有の世界的流行（パンデミック）により世界全体が大混乱に陥りました。この間、当院におきましても職員一同が協力してパンデミックに対応してきました。

新型コロナウイルスという表現がまさに物語るように、当初はどのような性格のウイルスかについての情報はありませんでしたが、時を経るにつれてその正体が見えてきました。感染予防対策や治療方針を決めるうえで、感染力の強さや持続期間は不可欠な情報ですが、今では多くのことがわかり具体的対策に活かされつつあります。インターネットのおかげで、研究で得られた有用な情報は短時間で世界に行き渡り、私たち地域の病院でもそれらの情報を活用できます。グローバルという言葉は「地球」という言葉に源をもちますが、グローバルな人やモノの動きが感染拡大を生み出す一方で、感染を抑えるために有効な方策や治療薬が地球上のどこかで発見されれば人類全体が共有できる時代を迎えています。国際協調の大切さを感じます。

振り返りまして今からおよそ100年前の1918年にはインフルエンザのパンデミックが日本に及び、1920年にかけての三度の流行により日本だけでも総計38.8万人あまりが亡くなりました。ウイルス感染に対してこれといった有効な武器をほとんど持たなかった時代ながら、当時の人々が流行の拡がりを少しでも食い止めようと、叡智と持てる資源を結集して流行に立ち向かったことは、貴重な記録（内務省衛生局編『流行性感冒「スペイン風邪」大流行の記録』）から伺い知ることができます。国が配布した予防のためのポスターには挿絵とともに「マスクをかけぬ命知らず!」「汽車電車人の中ではマスクせよ」と大書されていました。また、演説会や講演会を見合わせることや劇場等、多数の人の集まる場所への立ち入りを控えるなど、COVID-19で提唱されている「3密回避」と同様の対策が取られています。細菌を原料としたワクチンが開発され接種されましたが、インフルエンザウイルス自体の存在がまだ知られていなかった時代であり的を射てはいなかったものの、これも現在に通じる取り組みです。100年の流れを経て、果たして私たちはどれだけ進歩したのだろうかとも考えさせられますが、感染予防の基本は変わらないのだといえます。COVID-19に奏効する対処法が一日も早く見出されることを切に祈念して、年頭のご挨拶といたします。

看護部長 ^{かわかつ ともこ} 川勝 智子

ナイチンゲール生誕200年となった2020年は、看護職への関心を高め、地位を向上すると共に、人々の健康向上に貢献することを目的とした世界的なキャンペーンが展開されました。しかし、新型コロナウイルス感染拡大が全世界に脅威をもたらし、私達は100年単位で起こる歴史的パンデミックの渦中に立たされています。当院においても、これまで構築していた看護に加え、感染拡大を防止するためのさまざまな取り組みを行うこととなりました。「勇気の行動ありがとう」「皆様のおかげで安心して生活できます。共に笑顔が迎えられるように」などのお手紙を頂き、たいへん励みになりました。

このような状況においても、患者さんが安心して医療を受けていただけるように、看護ケアの充実、患者さんやご家族に寄り添った看護を提供したいと思っております。

今年は「丑年」、忍耐強さが特徴です。黙々と目の前の仕事をこなし、将来の成功のために努力するといわれております。私たちも目の前の問題に忍耐強く取り組み、安心、安全な看護を提供することを目標としてまいります。楽しく素晴らしい未来が待っていると信じて、みんなで助け合いながら今を乗り越えていきましょう。本年もよろしくお願い申し上げます。

指定感染症について

呼吸器内科副部長 伊達 紘二

日本では感染症法という法律に基づいて、感染症への対応がなされます。感染症法では、感染力や重症度などに応じて「1類感染症」から「5類感染症」、「新型インフルエンザ等感染症」、「新感染症」、そして「指定感染症」という区分で分類され、区分に応じた措置が取られます。

これらのうち、「指定感染症」は、新しい感染症への対策を迅速に行うために、期限付きで運用できるようにするためにつくられたカテゴリーです。「指定感染症」では、1類～3類感染症に対して行える措置のうち、必要なものを選んで組み合わせた対策が取れるため、その感染症に適した措置が行えます。

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) は2020年1月28日から期限つきで「指定感染症」に指定されました。COVID-19では1類+新型インフルエンザ相当の措置が取られてきましたが、指定は一時的ですので、期限が来れば審議の下に1類～5類のうちのいずれかに指定されることになります。

分類	主な感染症	交通制限	無症状者への適応	入院勧告	就業制限	消毒	汚染場所の自衛要請	濃厚接触者への外出
1類	エボラ出血熱、ペストなど	○	○	○	○	○	×	×
2類	結核、SARS、MERS など	×	×	○	○	○	×	×
3類	コレラ、腸チフスなど	×	×	×	○	○	×	×
4類	マラリア、A型肝炎など	×	×	×	×	○	×	×
5類	インフルエンザ、梅毒など	×	×	×	×	×	×	×
新型インフルエンザ等		△	○	○	○	○	○	○
指定感染症		1～3類に準じる						
COVID-19		○	○	○	○	○	○	○

感染症法上の指定感染症と主な措置の概要 (厚生労働省)

新型コロナウイルス感染対策ー受診時のお願いと手洗いについてー

院内感染対策室 感染管理認定看護師 上田 多加子

全国で新型コロナウイルス感染症の増加が認められ、患者数は日を追うごとに増加しています。3密を防止するため、みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

受診時のお願い

厚生労働省より新型コロナウイルス感染症の対策として発熱や風邪症状のある方、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザを心配されている方の受診方法の案内が変わりました。院内感染の防止にご協力をいただきますようお願いいたします。

- ① かかりつけ医にご相談ください。
- ② 当院かかりつけの方は電話でご相談ください。電話で問診を行います。待ち時間の短縮と3密を避けるためにご協力ください。

手洗いのすすめ

参考：感染症学雑誌

水とハンドソープでウイルスは減らせます!!

手洗いの効果 (イメージ)



新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染対策

消化器内視鏡検査

消化器内科部長 いのうえ かおり
井上 香織

当院では患者さんとスタッフの安全を守るため、消化器内視鏡学会の指針に則った確実な感染防護策のもとで検査を行うことを心掛けています。

内視鏡検査室への入室までに問診、体温測定を行います。新型コロナウイルス感染が否定できない方は検査を延期させていただく場合があります。また、お待ちいただく患者さんは密にならないよう距離をあけて座っていただきます。

検査室ではスタッフはゴーグルおよびマスク・手袋・長袖ガウンを装着し対応させていただきます。密閉を避けるために、胃カメラ室では常時窓を開けています。さらに定期的に窓とドアを大きく開けしっかり換気し、検査終了ごとにベッドや枕をアルコールで消毒しています。

大腸カメラなどでも、上記に準じて検査を行っています。新型コロナウイルスに感染、あるいは感染の可能性がある方でも、吐血など特に緊急性があると判断された場合はスタッフがN95マスクやフットカバーも装着し、室内の換気や処置後の消毒を更に厳重に行うことで対応できる体制を整えています。



心臓カテーテル検査

循環器内科部長 のむら てつや
野村 哲矢

緊急性の高い急性心筋梗塞では、COVID-19を除外する十分な時間的余裕がないままカテーテル治療に入らざるを得ないケースが想定され、感染暴露リスクが懸念されます。来るべき事態に備え、十分な感染予防対策を行いながらいかに円滑にカテーテル検査を進めるかのシミュレーションを、関係職種の参加のもとに実施しました。

事前にカテーテル室のゾーニングを設定し、救急室からカテーテル室への移動、検査後のICU入室に至るまでの患者動線を実際の時系列に合わせて逐一確認を行いました。幸いこれまで実際にこのシミュレーションを発動する機会はありませんが、今後の流行拡大時にカテーテル治療に携わる医師、コメディカルスタッフの健康と生命を守ることは、南丹医療圏唯一の緊急カテーテル検査対応可能施設として、医療資源を維持し医療崩壊を防ぐ上で最も重要な観点と考えています。



PCR・抗原定量検査に用いる装置を導入しました



PCR検査に用いる装置



抗原定量検査に用いる装置

臨床検査技師長 ^{たく ま かずひろ} 宅間 和秀

2020年11月5日より新型コロナウイルス抗原定量検査とPCR検査に用いる装置を導入しました。

抗原定量検査はウイルス粒子の核タンパクを取り出して特異的な抗体を用いて検出する方法です。PCR検査は Polymerase Chain Reaction を略

してPCRと呼ばれています。この検査はウイルスが持っている特有の遺伝子を増幅し測定します。検査を行うために、鼻咽頭ぬぐい液や唾液、喀痰が用いられますが、鼻咽頭ぬぐい液は患者さんに少しの苦痛を伴うため負担になること、また医師が採取時に飛沫を暴露するリスクが高いこともあり、当院ではできるだけ唾液を用いた検査を中心に行っています。検査に係る時間は、検体が提出されてから結果が出るまでの時間は、抗原定量検査が約1時間、PCR検査は約2時間30分となっています。この地域での感染拡大を防止するため、また地域医療を守るためにも迅速かつ正確な結果を提供し、皆様に安心と安全を提供できるように努めています。

発熱外来棟を設置しました



消化器内科部長 ^{かね まさ ひでとし} 金政 秀俊

2020年は日本を含め、世界中で新型コロナウイルス感染症が猛威をふるい、未だ終息の気配が見えない状況が続いています。今後の感染者増加に対応して、発熱患者専用の診察室の必要性を考え、2020年8月から計画を開始し、設計、建設を経て12月に完成しました。通常の診察室とは異なり、医療従事者が前室で感染防護服を着用してから診察室へ入室します。診察室には換気装置を備え、十分に換気された

環境で診察することができます。新型コロナウイルスの抗原検査やPCR検査をおこなう検査場もあります。皆様に安心して当院を受診していただけるよう、また院内感染を起こさないために、この診察室が活躍するものと考えています。

FreeStyleリブレ®を導入しました



糖尿病委員会委員長・総合内科医長・腎臓内科医長 ^{こ もり ま い} 小森 麻衣

当院では令和2年度診療報酬改定で追加された「間歇スキャン式持続血糖測定」に対応したFreeStyleリブレ®を導入いたしました。腕にグルコース値測定センサーを装着し、リーダーをかざすだけでグルコース値を確認できます。このセンサーは、皮下の間質液中のグルコース値を測定し15分毎に自動で記録されるため、リーダーをかざした時以外のグルコース値も後で見返すことができ、従来の血糖測定方法では分からなかった24時間の血糖値の日内変動を確認できます。リーダーでの読み取りは服の上からでも

可能ですし、またセンサーをつけたまま運動や入浴も可能です。

強化インスリン療法中もしくは強化インスリン療法の後、混合型インスリン1日2回投与中の患者さんが保険適応の対象となります。導入にあたっては、主治医の先生にご相談ください。

第二病棟4階東 地域包括ケア病棟

病棟師長 ^{たにもと} 谷本 みゆき

地域包括ケア病棟では、在宅療養中の患者さんの予定入院（レスパイト入院など）や緊急入院、急性期治療後の患者さんを受入れ、在宅や介護施設への復帰に向けた医療提供や支援を行い、在宅療養へ橋渡しする役割を担っています。南丹医療圏の地域包括ケアシステム的一端を担い、住み慣れた場所で患者さんが過ごせるように多職種や他の医療・介護施設とも連携し支援を行っています。

入院患者さんは治療の他、日常生活動作や認知機能の低下を少しでも予防するために週2回のリズム体操で集団リハビリを行ったり、塗り絵や工作などにも取り組んでいただいています。また季節のイベントも取り入れ楽しくリハビリや動作訓練が継続できるように取り組んでいます。

現在新型コロナウイルスの影響で、距離を取るなどの制限はありますが、少人数での遊びを通してリハビリを行うなどの働きかけを考えて工夫し、看護師・介護福祉士・理学療法士を中心に取り組んでいます。施設面では新しく改修した特殊浴槽があり、患者さんが安心して入浴していただけるようになっています。

退院支援では患者さんの退院後の暮らしをイメージし、安心して療養生活を送れることを目標に、患者さんとご家族と共に地域の各関係機関と連携を取りながら、どのようにすれば退院後も必要な治療・看護を継続できるかを多職種で考え、支援しています。

今後も地域の医療介護施設や多職種と連携を取りながら患者さんが安心して療養生活を送れるように支援してまいります。



特殊浴槽



病棟での多職種カンファレンス

レスパイト入院のご案内

地域医療連携室 退院調整係主任 ^{ふなこし ゆみ} 船越 由美

当院では、地域包括ケア病棟を中心に、レスパイト入院の受け入れを行っております。レスパイト（respite）とは「小休止」「ひと休み」「息抜き」といった意味で、在宅で介護にあたられているご家族が日々の介護に疲れを感じ、介護力の限界を超えてしまい介護不能となることなどを予防するための短期間の入院をレスパイト入院と言います。

退院後はご自宅に戻り、再び介護を継続していただきますが、介護者の休息のほか、病気・入院・出産、近親者の冠婚葬祭や旅行などで一時的に在宅介護が困難になる場合にも受け入れを行っておりますのでご利用ください。

ご利用につきましては、当院へのかかりつけの有無に関わらず、利用していただけます。ご希望の際には主治医（かかりつけ医）やケアマネジャー、訪問看護師などにご相談ください。

なお、空床ベッドを利用しておりますので、状況によりお部屋や期間などご希望に添えない場合がありますが、ご了承くださいますようお願いいたします。

ご利用手順など詳しくはホームページをご覧ください。

<https://www.kyoto-chubumedc.or.jp/medical/respite/>

〈レスパイト入院についてのお問い合わせ先〉

地域医療連携室0771-42-2510（代）／0771-42-5061（直通）



iPad®を導入しました

副教務主任 わきさか さとこ 脇坂 智子



学校全館にWi-Fiを完備し、Google製のグループウェアも併せて導入しました。学生はオンラインで授業を受けることができ、学習スタイルも大きく変わっていきます。ICT活用によりコミュニケーションが大きく変化して行く中で、学校現場も時代に合った変化を求められています。そのため私たち教員も自然と変わっていきますし、変わらざるを得ないと思っています。今後の変化を学生と共に楽しみたいと思います。

臨地実習は学生にとって視座を養う大事な機会

副教務主任 なか お 中尾 みゆき



本年度は5月から9月までの期間は、実習の大半を学内と自宅演習で代替えました。臨地実習不足は「実践での実習に比べると十分な経験値が得られたとは思えない、学生として学ぶべきことが身についていないという自覚がある」という学生の将来への不安につながっていました。

2020年10月5日からは、十分な感染予防対策のもと京都中部総合医療センターでの臨地実習を再開することができました。学生は緊張と不安を携えながらも、患者さんと実際に話し、考える実習から多くの

「わかる」学びを経験し、この学びによって、明確になった「わからないこと」を自ら探求する力を伸ばしてくれました。また、実習指導者や担当看護師の臨床実践力に触れることで、看護の魅力を感じてくれました。教科書だけでは得られない臨地実習での学び、成長であったと思います。

学生も「実践の経験からは看護の喜びを感じられました。不安は尽きないけれど、学び続けることで成長していきたい」と話していました。実習中の学生の表情や気づきにはっとさせられることがあります。次世代を担う学生たちとより良く話し、考えることで困難な時代、状況にあっても学生一人ひとりの可能性を引き出し、発揮していくことができるように私自身も学び続け、ともに成熟していきたいと思っています。

キャリア教育（亀岡市立大成中学校訪問）

専任教員 なかざわ はつこ 中澤 初子



学習のはじめに、短時間で資料を用いながら「看護師になるには」「看護師として大切にしていること」「給与」などを講義形式で説明しました。熱心にメモを取りながら真剣に耳を傾ける中学生のみなさんの姿に私自身の緊張が増し、身が引き締まる思いでした。

説明の後、実際の医療材料を使い、楽しい看護師・助産師体験イベントを企画しました。血圧測定や小児の点滴固定見学を通じて看護師が行うケアの方法を体験であったり、また新生児の授乳やオムツ交換などの育児体験によりケアを受ける当事者体験をしてもらいました。

聴診器を使い、「音が聞こえた！」と喜んだり、新生児を実際に抱っこしてその重さに「重～い！」と驚いたり、小児の点滴交換の複雑さに感心する姿も見られました。笑顔で目をキラキラさせたり、真剣に私たちの話すことを聞いている中学生のみなさんの姿をみて自分自身が看護師になろうと思った時の新鮮な気持ちが思いだされました。

多感な時期にある中学生にとって、専門職である看護師や助産師の話を直接聞く経験や医学モデルを使った体験は、中学生一人ひとりの勤労観・職業観を育て社会で生きていく力について考える機会となったのではないかと思います。この学習を通じて社会に出てから自分は何をするかを考えるきっかけとなり、今、自分は何をすべきかということを考え努力することの意味を感じてもらえていたらうれしく思います。

このような機会を設けていただいた、大成中学校学校長および先生の皆様方にはこの場をお借りして御礼申し上げます。

嚥下食ってご存じですか

栄養科 管理栄養士 にし かわ はるか 西川 悠

嚥下食とは飲み込む力、噛む力が弱くなった時でも楽しんで食事を食べていただける様に工夫した食事のことをいいます。嚥下食にはゼリー状、ペースト状などいろいろな食事の形態があります。

嚥下食が必要といっても「飲み込む力だけ弱くなった」、「食べものを噛みにくくなった」または「飲み込む力も噛む力も弱くなった」など、人によって必要な嚥下食はさまざまです。当院には現在、嚥下訓練用のゼリーと、嚥下食1から嚥下食4まで4段階に分けた形態があり、飲み込む力、噛む力に合わせて提供をしています。

当院の嚥下食



嚥下食1

ゼラチンや寒天などを使用したゼリー状で、ゼリーから水分がでてこない特徴があります。市販されているゼリーやヨーグルト（水分が出てこないタイプ）は嚥下食1と同形態です。



嚥下食2

食材の粒が見られず、ペースト状である事が特徴です。作り方は料理をミキサーにかけ、食材の粒を無くし、とろみをつける事のできる調整剤を加えて作ります。



嚥下食3

嚥下食2と同じく料理に食材の粒が見られない事は同じですが、舌で簡単に押しつぶすことができるように形成されている特徴があります。作り方は嚥下食2より水分をやや加えてミキサーし固形物を無くしたものに凝固剤を混ぜ、型に流しこみ固めています。



嚥下食4

料理を口の中に入れた時に食材がバラバラになりにくい特徴があります。作り方は、料理を包丁などでみじん切りにし、そのままでは口の中を含むと食材が分散してしまう危険があるため、あんかけ料理にして、口の中でまとまり、飲み込みやすくしています。

お薬の飲み忘れを防ぐには

薬剤部 薬剤師 ^{かわ かつ ゆう き} 川勝 勇樹

皆さんは飲み忘れなどで余った薬、いわゆる「残薬」がどれくらいあるかご存知でしょうか。厚生労働省の調べによると金額にして年間500億円にものぼるといわれています。定期的にお薬を服用されている方であれば、「ついうっかり」「忙しくて」など一度はお薬を飲み忘れた経験があるのではないのでしょうか。薬剤師として勤務している私もご入院された患者さんのお薬を確認した際に残薬を目にすることも少なくありません。そこで今回は薬の飲み忘れ防止についてお話させていただきたいと思います。

まず初めに「一包化」という方法があります。一包化とは朝・昼・夕など服用するタイミングが同じお薬を一袋ずつパック詰めすることです。特に服用するお薬が増え、飲み忘れや飲み誤りが増えた方には有効な方法です。普段ご利用されている薬局で異なる事もありますが、パック詰めした袋にはお名前や服薬するタイミング、日付などを印字することが可能です。そのため、たとえ飲み忘れた場合でも早く気づくことも可能となります。一包化を希望される場合は医師や薬剤師にご相談ください。



一包化されたお薬

次に、服薬カレンダーやお薬ケースなどの道具を活用することも有効です。服用するタイミングごとにセットしておき、順番に飲んでいくと飲み忘れや飲み誤りが防げるというのが特徴です。いろいろなタイプのものがありますが、お近くの薬局・薬店や100円ショップ、ネット通販などで購入できますので、探されてみてはいかがでしょうか。



お薬ケース

医師は皆さんが飲み忘れなく、きちんと服用していることを前提にお薬を処方しています。急に服用をやめてしまうと、お体に不具合が起きるお薬もありますので、今回お話ししたものも活用しながら、毎日のお薬と付き合ってください。何か疑問に思うことや気になることがございましたら、いつでもお近くの薬剤師にご相談ください。

患者さんへのクリスマスプレゼントを頂戴しました

ボランティアの受入に関する小委員会 委員長・看護師長 ^{みなみ で けい こ} 南出 圭子



「ラポール八木」の利用者の皆様より入院されている患者さんへと、クリスマスプレゼントとして手作りのサンタクロースマスコット人形を頂戴しました。プレゼントは入院患者さんへ贈らせていただきました。

例年12月には業務改善委員会のボランティアの受入に関する小委員会が中心となり、院内クリスマス会を開催しています。今年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、残念ですが中止となりましたが、今回のプレゼントで少しでも入院患者さんにクリスマスの雰囲気を感じていただければと思います。

コウノトリ物語

広報委員 ^{いわ た} 岩田 ^{じょう じ} 譲司

コウノトリは特別天然記念物、国内希少野生動植物種に指定されており、極東に約2,000羽生息している絶滅危惧種である。昭和46年、狩猟解禁、河川湿地開発による生息地の消失、農薬の使用による採餌条件の悪化などのため日本の空から一度は消えたが、豊岡市のコウノトリ保護増殖センターでは、極東ロシアのハバロフスクから譲渡されたペアで平成元年に飼育下繁殖に成功した。コウノトリを1羽ずつ個体識別するため、リリースあるいは野外で巣立ちをしたコウノトリには個体番号を付けるとともに、番号に対応したパターンの色のついた足環を装着する。標識の年月日と場所、孵化年月日、性、親鳥などの情報が分かるので、世界中のどこで発見されても、その個体の年齢や性別、巣立ち後の経過、他個体との血縁関係などが分かる。



令和2年10月 飛び立つコウノトリ
八木町日置にて撮影：飛翔時に首を曲げないのが白鷺との違い

最後の生息地だった兵庫県豊岡市では、再びコウノトリを羽ばたかせようと野生復帰計画が開始され、平成17年に日本の空へ飛ばすことができた。その後は野外でも繁殖に成功し、順調に数が増加。現在は豊岡だけでなく、日本全国の空を舞いはじめている。国の特別天然記念物コウノトリが南丹市八木町室橋の文覚池近くに設けられた営巢用の塔に飛来している姿が初めて確認された。何度か飛来していることから、地元の室橋自治会が令和2年の8月末に高さ約11mの人工巣塔を建てた。令和2年10月15日の朝には日本コウノトリの会（兵庫県豊岡市）の理事が塔の上にいるのを確認したという。2歳の雄が営巢用の台に止まり、別の2羽が周辺に飛んでくると、くちばしを打ち鳴らすClatteringを行っているのが確認された。結構、縄張り意識が強いらしい。

私が訪れた時には、文覚池や、その傍に建てられた人工巣塔にはコウノトリの姿はなかったが、幸運にも通称「東池」という近くの溜池に数羽のコウノトリがいるのを確認した。黄・赤・青・緑・黒の5色の足環の色の組み合わせで、個体識別が判るようになっている。コウノトリ個体検索というインターネットのサイトで簡単に情報が得られる。例えば表紙の右側のコウノトリは右足に黄青、左足に赤青の足環が付いていることから平成30年10月6日に兵庫県立コウノトリの郷公園で飼育下で孵化したオス、左側は右足に黄黄、左足には緑黒の足輪があり平成29年5月19日に豊岡市の祥雲寺巣塔で野外孵化したメスということも判る。

一般にコウノトリは中国北東部からロシア南東部のアムール川流域で繁殖し、冬季になると韓国、日本、台湾などへ南下して越冬する。また来シーズンも八木に立ち寄って羽休めして欲しいものだ。



日置から神吉に抜ける紅葉山トンネルに抜けるバイパスであるが、巣塔の代わりに電柱にコウノトリが並んで停まっている珍しい光景（筆者撮影）。



八木町室橋自治会によって建てられた人工巣塔

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医とは…

普段の健康状態を把握してしてくれる
もっとも身近な「主治医」のことです。
具合が悪くなったり、困ったときにはいっしょ
に受診できる「かかりつけ医」を持ちましょう。



かかりつけ医についてのご相談は

総合受付①窓口

- 地域医療連携室／電話0771-42-5061(直通)
- 受付時間／平日8:30～17:15

看護師・助産師募集 (正職員・臨時職員)

◆看護師寮利用できます。(正職員)

月額4,000円(税込)

*水道費込み

*冷暖房・キッチン・バス・トイレ完備

〒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ください。

<https://www.kyoto-chubumcdc.or.jp/nurse/>



腎センターにて透析の準備中

編集後記

2021年、新しい年が始まりました。昨年は様々な出来事があり過ぎましたが、皆様のご理解とご支援を受け乗り切ることができたと感謝しております。今年は新型コロナウイルス感染が終息しオリンピック・パラリンピックが開催され、きっと楽しい出来事で満ち溢れることを願い、祈り、頑張って参ります。皆様方のご健勝をお祈りしますとともに、今後なお一層ご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。 M.A.

新型コロナウイルス感染症の影響で、広報誌執筆当時の病院や看護学校の運用、体制が現状と異なる場合がございますが、ご容赦ください。

