

# 福渡病院だより

## 病院の理念

- ◎地域医療に努め  
皆様に愛される  
病院を目指します
- ◎人間愛を基本とし  
最良の医療の  
提供に努めます

第 19 号

2015 年 1 月発行

発行：岡山市久米南町組合立国民健康保険福渡病院  
〒709-3111 岡山市北区建部町福渡 1000 番地  
http://www.fukuwatari-hp.jp/ TEL：086-722-0525



## 県国保診療施設研究発表会が開かれる

### —— 塩田院長が発表 ——

平成26年11月9日に第51回岡山県国保診療施設研究発表会が約120人の参加のもと岡山市北区のピュアリティまきびで開かれました。

「国保直診と多職種連携による町づくり」をテーマとしたシンポジウムでは、当院の塩田院長が「中山間地域の終末期医療における国保直診の役割—福渡病院にできること—」と題して発表しました。まもなく迎える多死社会では在宅や施設など、生活の場での看取りが増加せざるを得ないが、マンパワー不足、多職種連携や在宅介護力が不十分なこと、経営面での困難さなどで、終末期の在宅診療に国保直診が十分には寄与できていない場合もあり、当院がどのように関わっていけるか、データにより検討した。その結果は、在宅での看取りには家族の介護力と訪問看護が不可欠であること、特別養護老人ホームでは看取りへの対応ができつつあること等をあげられた。こうしたなか、当院には乗り越えなければならぬいくつかの課題が浮き彫りになった。

者さまにお渡しすることとし、その結果お薬手帳があつて良かったという意見が多く、今後も重複投与や相互作用等の不利益を回避し安心して薬物治療を受けて頂けるよう努めたいという内容でした。

また、特別講演として、世界で初めて母親の肺を最小単位で2歳児に生体移植した、時の人、岡山大学病院大藤剛宏（おおとうたかひろ）准教授による「肺移植の現況」についてのお話があつた。肺移植は臓器提供の上に成り立つ医療であり臓器提供者の気持ちを受け止めながら仕事をしていること。この手術は最終手術であり延命ではない、元どおりの人生を取り戻す治療であること。また情熱的なサポートがないと成し得ないこと等、動画をまじえての話に皆、聞き入るとともに感動した様子でした。



研究発表の部では牧浩美薬剤師が「お薬手帳を発行して（アンケート調査を通して）」と題して発表しました。2011年の東日本大震災を教訓としてお薬手帳が重要視されるようになったこと。当院でも患者さんの声を機にお薬手帳をすべての患

## 冷暖房設備を一新しました

— 快適な療養環境を提供します —



今回更新したのは、2階のすべての病室と3階の物療室、浴室で、部屋ごとに細かな温度設定ができる最新式の省エネエアコンです。

これまでは病院建築当時からのもので老朽化し、十分な温度管理ができませんなど、ご不便をおかけすることもありましたが、今後は快適にお過ごし頂けるものと思います。



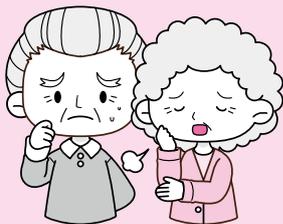
## おうちに看護師さんがやって来る!



# 冬のほうが脱水になりますよ!

この時期お家に伺いますと、寒さをしのぐためにヒーターやこたつ、電気毛布などの暖房器具を利用されています。冬は空気が乾燥し湿度も低く、その上に暖房器具の利用により思った以上に身体の水分が失われています。汗をかかなくなったこの時期はみなさん水分補給を忘れてしまう方が多いように思います。そうでなくても高齢者は脱水傾向になりがちです。身体の水分が不足すると、血液がドロドロになります。すると流れが悪くなり必要な栄養が内臓や筋肉、脳に運べなくなります。足がつったり、立ちくらみがしたり、吐き気、動悸などが起こります。脳の活動も低下ぎみになるためにボーとしていたり、ウトウトと傾眠する時間が増えたりします。認知症の症状が進行したと間違われることもあります。ご本人もご家族の方も「いつもの事」と軽く診てしまうことも少なくありません。また残念なことに高齢者の多くはのどの渇きを訴えることがほとんどありません。

私たち訪問看護師はお家に伺った時に、血圧、脈拍、体温、呼吸数を測定し、顔色、浮腫の有無などの一般状態を観察させて頂いた後、必ず食事のことをおたずねします。「食欲がない」「少し食べる量が減った」と答えられる方は要注意です。食事から摂取できる水分量が一番多いからです。「なんとなく元気がない」「微熱が出る」「おしっこが減った」などの症状も“かくれ脱水”のしわざかもしれません。のどの渇きを感じにくい高齢者の方にこまめな水分摂取を“おっくう”だと感じさせない環境をつくり指導を行っています。



かくれ脱水の対策、通院困難、退院後の療養や認知症等在宅ケアが必要な方はお気軽に訪問看護ステーションにご相談ください。

冬の乾燥が気になるこの時期はお肌だけではなく、身体の内部の乾燥にも十分気をつけてお過ごしください。

岡山市久米南町組合立訪問看護ステーション TEL (086) 722-0351

## 今年3人の初期臨床研修医が当院で研修しました

当院では岡山市立市民病院と岡山中央病院の初期臨床研修医（医師になって2年目）を協力施設として受け入れ、「地域医療」の分野の研修をして頂いています。今年は市民病院から2人、岡山中央病院から1人を受け入れました。うち、9月に研修された市民病院の中川真理先生から次のような便りが寄せられましたので、紹介します。

なお、この制度は将来専門とする分野にかかわらず、基本的な診療能力を身につけることができるよう、平成16（2004）年から2年以上臨床研修を受けることが義務付けられましたものです。内科、救急のほか「地域医療」が必修とされています。



### 「福渡病院で地域医療を体験して」 - 岡山市立市民病院 研修医 中川 真理

9月の1週間をいただき福渡病院での地域医療を体験させていただきました。

この地域の総合病院は貴院だけと知り驚きましたが、急患対応、様々な病態への迅速な対応ができるように先生方は常に準備をしておられました。車があまり通らないような山奥にあるお宅に訪問診療に同行させていただいたり、小さい外科手術を行ったりと市民病院ではできないような経験をさせていただきました。訪問先で病院のような医療機器が備わっていないなかで、患者様の病態を把握し、適切な医療を行うという医師として大切な姿を勉強させていただきました。

先生方をはじめ、病院スタッフの方々はいつも笑顔で患者様に対応しておられ、患者様からも、この病院に来るだけで元気になるわと言ったような声も耳にしました。病院が地域にとって、なくてはならない存在であると感じました。地域を優しく見守り、患者様と心をかよわせることのできる医療を私もしていきたいと強く思いました。この場を借りて、実習に時間を割いて頂きました先生方をはじめ、病院スタッフの皆様に感謝申し上げます。患者様へ 福渡病院は本当に素敵な病院です。



## 公開医学講座



# 本当は怖い 高血圧の話

平成26年11月22日、恒例の当院公開医学講座が建部町文化センターで開かれ約230人の参加がありました。今回は黒瀬匡雄当院副院長による好評の「マムシ、マダニに咬まれたら」に続き、週刊朝日MOOK「手術数でわかるいい病院2014」で心筋焼灼術 全国ランキング5位に紹介された岡山ハートクリニックの村上充（たかし）院長をお迎えし「本当は怖い 高血圧の話」と題してのお話をして頂きました。高血圧は最も多い生活習慣病。高血圧はなぜ怖いか、その治療法等。関係する一つとして塩分のとりに過ぎがあげられ、脳、心臓、腎臓などに合併する疾患が生じること、認知症にも大きく影響すること、肥満は早死・壮年死のリスクであること、食事療法と運動療法のことなど。また、高血圧は心房細動の発症リスクを高めることなど、分かりやすく説明して頂きました。会場から多くの質問が出され皆さんの関心も高かったようでした。



講演に先立っての健康測定や栄養相談のコーナーも好評で、とりわけ血管年齢や頸動脈エコーのブースは希望者でごった返しました。

## 岡山県警より感謝状

平成26年10月19日、当院の塩田院長に岡山県警察本部長から感謝状が授与されました。これは長年にわたり警察協力医として犯罪捜査等の警察活動に協力してきたことへの労苦にこたえるものです。



## ベンチが寄贈されました

御津・建部コミュニティバスが当院に乗り入れて3年近くが経とうとしています。その間バス利用者の皆さんはバスが通過ぎてしまうのが心配で、玄関の外でお待ちになることが多く、大変不自由をおかけしていました。この度、当院正面玄関前のバス乗り場に建部町富沢在住の大川晃さんから頑丈な木製のベンチが寄贈され、お年寄りや身体の不自由な方から喜ばれています。十分活用させていただきます。



## 当院の冬おすすめメニュー



### 材料 (2人分)

小かぶ ..... 1/2個 (30g)  
 かぶの葉 ..... 10g  
 人参 ..... 20g  
 白菜 ..... 30g  
 ブロッコリー ..... 20g  
 しいたけ ..... 15g  
 しめじ ..... 15g  
 えのき ..... 15g  
 ベーコン ..... 20g  
 バター ..... 4g  
 顆粒鳥がらだし ..... 小さじ1  
 水 ..... 200cc  
 豆乳 ..... 100cc  
 味噌 ..... 小さじ2  
 こしょう ..... 少々

### 野菜ときのこの味噌スープ (2人分)

いっぺん作ってみられえ〜♪  
 体があつたまるで〜♪

### 作り方

- ①小かぶは6か8つ割程度のくし形に切る。かぶの葉は3cm程度に切りゆでる。人参、白菜は3cm程度の短冊切り、ブロッコリーは小房に分けて茹でる。しいたけ、しめじ、えのきは石突きを除き、食べやすい大きさに切る。ベーコンは1cm幅の薄切りにする。
- ②鍋にバターを熱し、ベーコン・かぶ・白菜・にんじん・きのこを炒める。
- ③②に水と鳥がらだしを加え静かに煮る。

寒い季節にぴったりの豆乳仕立ての味噌スープを紹介します。野菜をたっぷり使用しているため、普段不足しやすいビタミンやミネラル、食物繊維が摂れて、体の調子を整えてくれます！



- ④野菜に火が通ったら味噌・豆乳を加えひと煮立ちさせる。
- ⑤こしょうで味を調え仕上げにかぶの葉・ブロッコリーを加える。

1人分 エネルギー・・・109kcal  
 たんぱく質・・・5.4g  
 炭水化物・・・7.4g  
 脂 質・・・7.0g  
 塩 分・・・1.1g  
 食 物 繊 維・・・2.5g

(栄養科)

## 建部中学校の2年生が 職場体験学習を 行いました



▲血圧測定を体験

建部中学校2年生の岸田裕江さんが平成26年11月18日から20日までの3日間、当院で職場体験学習に取り組みました。看護部、放射線科、検査科、薬剤部、内視鏡検査などで、医師や職員の話の聞いたり、実際の業務を見学し、院内にはさまざまな医療機器があり、医師、看護師だけでなく多職種の人が働いていることを知り貴重な経験になったようです。また、患者さんと会話ができたこと、病院食が一人ひとりの患者さんに合った形態にいろいろと工夫されていることにも感動し、普通食の試食もおいしくうれしかったようです。

## 第54回国保地域医療学会 で発表しました

平成26年10月10日・11日の2日間、岐阜市で第54回国保地域医療学会が開かれ、当院から伊藤綾子看護師が「ストラップ付きマウスピースはメリットが大きい」と題して発表しました。内視鏡検査時にストラップ付きのマウスピースを採用することで、①患者さまの顎に力が入らないため検査が楽に受けられるようになった②検査中にマウスピースが外れることがなくな



った等、患者さま、医療従事者双方にメリットがあり検査の安全性や質の向上につながった、という内容でした。

## 診療予定表 (2015年1月現在)

【受付時間】 午前 8:00 ~ 11:30 午後 1:30 ~ 4:00  
【診療時間】 午前 9:00 ~ 12:00 午後 2:00 ~ 5:00

※外科の診察時間は、午前9:00~12:00 午後2:30~4:30とさせていただきます。  
(外科では、手術その他のため午後休診となることがあり、出来るだけ午前中の外来受診をお勧めします。)

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前のみ
内科	武進	片岡淳朗	岩崎良章	片岡淳朗	塩田哲也		塩田哲也	内科診察医	塩田哲也	内科診察医	担当医 (第1・3・5)
			塩田哲也 【予約】	塩田哲也 【予約】							
外科	黒瀬匡雄		黒瀬匡雄		黒瀬匡雄		黒瀬匡雄		黒瀬匡雄		藤井洋佑 (第1・3・5)
整形外科	上原健敬 【予約】			三谷茂 (第2・4) 【予約】				遠藤裕介 【予約】			
形成外科				稲川喜一							
眼科			担当医 (15:00まで)						塩出雄亮 (15:00まで)		
循環器科			寒川昌信 (第3)								
心臓血管 外科		古川博史 (第2・4)									
脳神経 外科											難波洋一郎 (第1)
心療科											寺田整司 (第3) 【予約】
泌尿器科										小林知子 (第1) 【予約】	
婦人科								萬もえ(第2) 和祐(第4)			

※第2・第4土曜日の外来診察は休診いたします。(急患はこの限りではありません。)

※予約外来については、各科外来看護師・担当医師にご相談ください。

※医師の都合で診療日が変更になる場合があります。あらかじめ職員にご確認ください。

## 編集 後記

厳しい寒さのこの季節、冷えきった体を温めてくれるお風呂。景色を見ながら入る露天風呂なんて最高の贅沢です。しかし、世界的に見るとお湯につかるという行為は非常に稀で、浴槽があっても、それはシャワーを受けるところ、体を洗うところという国がほとんどだそうです。日本では体は洗い場で洗い、湯船に浸かるという習慣があります。その効果は血

液循環がよくなり疲労回復・ムクミ解消・体のコリをほぐす、体温があがって免疫力のアップ、副交感神経が動きリラックスできる等さまざまです。

すばらしい風呂文化を持つ日本。寒い日が続いていますが、お風呂にゆっくり浸かって体も心もあたためましょう。

(Y.K)