



おひさま ニュース



〒294-0014 千葉県館山市山本1155番地 TEL:0470-25-5111 <http://www.awairyo.jp/>

発行責任者：水谷正彦 編集責任者：根本達也

新たな チャレンジに 向けて

社会福祉法人太陽会
理事長 亀田信介



明けましておめでとうございます。

安房地域医療センターは平成20年4月1日の開設から早10年を迎えようとしています。この間、救急センターの増設や、安房医療福祉専門学校の開校、ISO9001や日本医療機能評価機構の認定取得など、医療の質向上と充実に努めて参りました。

一方、急性期医療機関の経営環境は厳しさを増しました。それは単に経済的な問題のみならず、医師をはじめスタッフの安定的な要員確保の困難さなど、決して安泰とは申せませんでした。そのような状況の中、病院職員の努力はもとより、太陽会のすべての職員をはじめ多くの方々のご支援をいただきながら、地域からの信頼を得、また地域への貢献を向上させることができた実り多い10年間だったと思います。

しかし、長寿化、少子化、人口減少という、かつて経験したことのない環境変化の中、医療や年金制度をはじめとした社会保障制度を持続可能なものとし、安心できる社会をつくるためには、子育て支援や教育、働き方改革といった若者支援制度の充実が求められています。そのため、増加し続ける高齢者に向けた効率的で質の高い医療、介護サービスシステムの構築が喫緊

の課題であるとして、国は地域包括ケアといったコンセプトを打ち出し、地域医療構想策定を都道府県に指示しました。しかし現実的には、既得権や合理性のない政治的な圧力、住民の抵抗等によって改革が進まないばかりか、病床規制や意味のない構想区域の設定等により、健全な競争による淘汰も行われず、改革は一向に進む気配を見せません。

そこで、安房地域医療センターはこれらの問題を打開するため、真に求められる地域包括ケアシステムモデルの構築を目指したいと考えます。例えば地域行政と一体となり改革を進めるための地域医療連携推進法人設立や、遠隔医療、人工知能、ロボットなど新しい技術を活用した医療の質と効率の向上を図る亀田グループのプロジェクトへの参加、太陽会の特性を生かした医療から介護までの継続的なサービス提供システムの構築など、次世代のための新たなチャレンジを考えています。

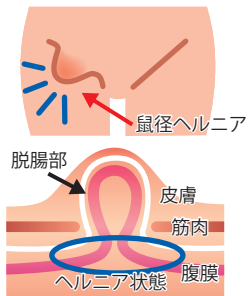
公的なサービスを官が担う時代は終わろうとしています。では公的なサービスを担う民とはどうあるべきでしょうか？ 志高く、透明性の高い組織風土を醸成し、今後一層地域に貢献して参りたいと思います。



診療科のご紹介	総合診療科	消化器科	循環器科	腎臓内科	糖尿病内分泌内科	神経内科
	小児科	リウマチ・膠原病・アレルギー内科	膠原病内科	呼吸器科	皮膚科	腫瘍内科
	外科	肛門科	整形外科	スポーツ整形	乳腺科	ペインクリニック
	救急科	透析科	泌尿器科	甲状腺外来	リハビリテーション科	

外科

「ヘルニア」と聞くと、多くの方は腰痛の椎間板ヘルニアのことを思い浮かべるのではないのでしょうか。ヘルニアという言葉はラテン語で「異常なところ突出する」という意味があります。鼠径部がぼっこり飛び出してくるので「鼠径ヘルニア」と言われていて、俗に言う「脱腸」です。風船のように膨らんだ腹膜が袋状になり、その中に小腸や大腸が入り込むことがあります。



日本では年間約15万人の患者が存在すると言われます。胃がんや大腸がんが年間12万人程度ですから、頻度の高い病気です。立ち仕事やスポーツで日常的に踏ん張ったりする方が年齢を重ねて徐々に風船が膨らむようにして発症してくる後天的な病気です(ちなみに小児の鼠径ヘルニアは先天性です)。症状は、鼠径部の膨隆、違和感、痛みなどです。腸がはまり込んで戻らず、放っておくと壊死を起こしてしまふことがあります。

リハビリや筋トレをして治ることはなく、治療は基本的に手術となります。しかし急いで手術を受ける必要はなく、痛みなどで仕事等に制限があり生活上困っている方にお勧めしています。手術は安全なものですが、数%程度のリスクを伴います。出血や感染、術後神経痛などがあるため、十分に説明をし、同意のもとで行います。

手術は、直接鼠径部を5cm切開する方法と、小さな傷を3か所あける腹腔鏡でお腹の中から修復する方法の両方が施行可能です。基本的に患者さまに選んでいただきます。リスクや手術時間に大きな差異はありませんが、それぞれの長所、短所について理解していただくようにお話しています。「脱腸」症状があれば、お気軽に当科にご相談ください。

おおたともゆき

太田智之

出身地：青森県

趣味：低糖質ダイエット+水泳+ロードバイク(2年で20kg減)

房総の好きなところ：

気候(雪が降らない幸せ)、なまり、海



Awa-café project

認知症について正しい知識をもとう

リハビリテーション室
作業療法士 **大瀬律子**

認知症とは「慢性または進行性の脳疾患によって、一旦発達した知的能力が様々な原因で低下した状態をいい、記憶、思考、見当識、概念、計算、言語、判断など多面的な高次脳機能の障害からなる症候群」と世界保健機関(WHO)で定義されています。いまや「認知症」という言葉を知らない方はいないでしょう。ただ、国籍、性別、職業に関係なく誰でも発症する可能性がある病でありながら、現在は誤解を招きかねない多くの情報が溢れています。従って私達は、認知症やその予防について正しい知識をもち、

できる努力をしていくこと、周囲は認知症への偏見をもたず、国や自治体の認知症施策も利用しながら本人や家族を上手にサポートしていくことが大切です。認知症数は人口の高齢化により今後も増加すると考えられ、2025年の日本では約5人に1人と推計されていますが、米国では認知症の有病率が低下しているという報告も出てきています。Awa-café projectでも認知症予防運動などを紹介しています。みなさまぜひご参加ください。



感染性胃腸炎の予防

感染管理認定看護師 豊崎真希

冬は感染性胃腸炎の流行期です。原因となるウイルスで有名なものに「ノロウイルス」がありますが、感染力が強く、あっという間に広がります。主な感染経路は、ウイルスに汚染された食物を摂取することで感染する「経口感染」ですが、嘔吐物や便と一緒に体外に排出されるため、トイレや洗面所が汚染されて感染する場合があります。乾燥するとウイルスが空気中に漂い、口に入って感染することもあります。体内に入ってから症状を引き起こすまでの潜伏期間は24～48時間といわれ、突然の嘔吐や下痢で始まり、重症化すると脱水になることもあるので、高齢の方や小さなお子さまは特に注意が必要です。

感染性胃腸炎の予防は次の3つが大切です。

①流水と石けんで手をこすり洗いする

ノロウイルスはアルコールで死滅しないため、手指消毒用のアルコール製剤では効果がないので、流水と石けんで手をこすり洗いし、ウイルスを洗い流す必要があります。

②食品は十分に加熱する

ノロウイルスは加熱することで死滅しますので食品は十分加熱調理しましょう。

③消毒する

嘔吐や下痢で汚れた床やトイレは、0.1%次亜塩素酸ナトリウムで拭き消毒するのが効果的です。家庭用の塩素系漂白剤で代用する場合は、500mlのペットボトルにキャップ2杯で使用しましょう。衣服は洗剤で下洗いしてから消毒しましょう。塩素系漂白剤は色落ちしますので、製品表示をよく読み、正しくご使用ください。ウイルスが手や衣服に付着しないよう、可能であれば使い捨ての手袋やマスク、ビニールエプロンを着用し、片付け後はしっかりと手を洗いましょう。



食事の前とトイレの後は
手を洗いましょう

きれいに洗うポイント



INFECTION CONTROL 26 巻 11 月号

この時期ご家庭
内で感染すること
も多くなりますの
で、きちんと予防
しましょう。



栄養コラム

とりばいたん 鶏肉とカブの鶏白湯雑炊

調理師 鈴木正人

春の七草に数えられるカブ(スズナ)。カブには胃腸を温め、お腹の冷えを予防するとともに、ビタミンCもある程度含まれているため、風邪予防に有効な食品の1つです。カブの葉の部分にもビタミン・ミネラル・鉄分、さらに食物繊維と栄養豊富なため一緒に摂取すると良いです。鶏肉にはたん白質やビタミン・脂肪酸がバランス良く含まれています。

年末年始の疲れた胃に手軽にできる優しい味の雑炊です。



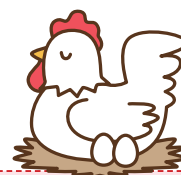
<作り方>

- ① 鶏肉はひと口大、皮をむいたカブはくし型に4等分し、カブの葉は細かく刻む
- ② 鍋に鶏白湯スープと水を入れ、沸騰したら鶏肉とカブを入れる
- ③ 具材に火が通ったら水で洗ってぬめりを取ったご飯とカブの葉を入れてひと煮立ちさせ、最後に溶いた卵を入れてできあがり



<材料 / 1 人分>

- 鍋用の鶏白湯スープ(市販) ……250cc
- 水 ……100cc
- ご飯 ……100g
- 鶏もも肉 ……60g
- カブ ……2個
- 卵 ……1個



トピックス

第4回
災害訓練実施

11月18日(土)災害訓練を実施しました。

今回は、地域災害拠点

病院として、大規模地震時の多数患者さまの受け入れ体制を確認することが目的で、院外の関係機関職員を含む約170名が参加しました。

13時30分震度6強の地震が館山で発生、当院へ患者さまが多数搬送されるかもしれないという訓練放送で開始しました。院内には、災害



災害対策本部



患者さまに付き添う様子

対策本部や傷病の程度で分けられた診療区域が設置され、傷病者役の安房医療福祉専門学校生が来院しました。

屋外に設置された館山消防の救護所から、仮の救急車で患者さまを搬送する訓練や、富浦町の南房総市役所担当者との衛星電話による通信訓練も行われました。富津館山道での事故を想定した多数負傷者受け入れなど、大混乱の中訓練は約3時間続きました。

外部評価者として、千葉DMAT(災害派遣医療チーム)の方々を招き、客観的なご意見をいただきました。また、職員からは各部門の問題点や課題等の意見を求め、訓練結果を今後の対策に活かせるように検討を重ねています。



診療現場

ISO9001
再認証

当院は、“自ら改善する仕組み”作りを目指してISO9001※に取り組み、

2011年12月に認証機関から認証されました。10月に行われた継続のための審査の結果、最新の2015版で再認証されました。この最新版は認証取得に取り組む業種の多様化や時代の変遷に対応できるように改訂されたものです。当院もこの再認証を受けたことにより、今後も「医療の質」の向上に努めてまいります。



FS 578158 / ISO 9001

の再認証を受けたことにより、今後も「医療の質」の向上に努めてまいります。

※ ISO9001 = 国際標準化機構 (ISO) が定めた良質な組織運営のための評価

チャレンジするって
楽しいね

6月20日(火)と9月13日(水)に、日本サッカー協会キッズリーダーチーフインストラクター座間裕一氏による体操教室が、ひまわり保育所で開催されました。「体



と心を育てる運動遊び」「幼児期に必要な運動遊びとは…」をテーマに2~3歳児が参加しました。いつもと違う先生だ! とみんな興味津々。フープを足の指に挟みケンケンでゴールや、フワフワの物を投げてキャッチしたり、平均台に鉄棒、マットなどに次々と真剣にチャレンジ! はじめは戸惑いながらも、どんどんやる気がわいてきて、「できたよ!」「もっとやりた〜い!」と楽しそうな声と笑顔でいっぱいになりました。遊びながら楽しくチャレンジした教室となりました。

編集
後記

おひさまニュース
バックナンバー

先日、約20年ぶりに以前の職場のテニス部OB会がありました。当時は、やっと持てるようになった携帯電話が数少ない連絡手段として活躍していました。仕事の後は汗を流し、地区大会、県大会と遠征し、親睦を深め職種を超えた絆がありました。久しぶりに会った仲間は、職場は違って医

療、介護、教育と各々の道でがんばっていました。ちょっと驚いたのは、通話とメールだけのただの連絡手段でしかなかった携帯電話が、今はスマホに形をかえて大活躍していました。グループLINEで会話が弾み、facebookで離れていても近況がわかります。テレビ電話や写真にビデオ、あとは何ができるようになるのでしょうか。凄い時代になりました。

じゅんべりい