

かしま HOT 通信

6月号 Vol.293

平成29年(2017年)6月1日発行

■編集/かしま病院広報委員会
 ■発行/社団法人 養生会
 〒971-8143
 福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
 tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は...
 上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。
 かしま病院広報委員会(井沢 宛)まで
 k-izawa@kashima.jp

ホームページ <http://www.kashima.jp>

かしま病院

検索

携帯サイト <http://www.kashima.jp/m/>

インターネット閲覧機能搭載の携帯電話から、
 クリニックかしまの診療情報をご覧いただけます。



- 1
2
小学生職業体験プログラム
「キッズ医者かしま2017」
 開催のお知らせ
 かしま女子的ちょっと井戸端会議
- 3
『養生会の訪問診療の取り組みについて』
 訪問診療課
 コラム ひんがら目(120)
 『今村復興大臣の失言』
 呼吸器科 部長 山根 喜男
- 4
ようこそ家庭医療へ!
 リハビリPOST
 イベント開催予定のお知らせ
 かしま荘通信

一般社団法人 いわき市医師会
 第50回 在宅医療市民公開講座

望む医療を 入場無料
 かなえるための心構え
 ～地域包括ケア在宅医療～

6月17日(土)
 午後2時30分～5時
 いわき市総合保健福祉センター
 多目的ホール

講演者
 木村 守和 先生
 中山 大 先生
 同 原 麻紀子 先生
 上道野 理恵 先生
 園部 義博 先生

お知らせ

第50回 在宅医療市民公開講座

日時 6月17日(土)
 午後2時30分～

場所 いわき市総合保健福祉センター内 多目的ホール

養生会からは理事長の中山大が、講演とパネルディスカッションに参加します。かかりつけ医、在宅医療、地域包括ケア、リビングウィルなどに興味をお持ちの方、お気軽にご参加ください。

福島県立医科大学・かしま病院共催 小学生職業体験プログラム

キッズ医者かしま2017 開催のお知らせ

2017年度 参加者募集!

- 開催日時** 平成29年7月22日(土)
 ・午前の部 9時00分～12時30分
 ・午後の部 13時30分～17時00分
- 開催場所** かしま病院内
- 対象** 小学1年生～6年生
- 募集人数** ・午前の部 15名
 ・午後の部 15名
- 参加費用** 540円
 テキスト代、保険料など、消費税込み



かしま病院で、リアル医者体験してみませんか!!

- その他**
- 申し込み受付 7月3日(月)9時開始。時間前到着分は、無効とします。
 - 申し込み方法 E-mail、FAXのみ。電話での申し込みは、お受けできません。「参加のしおり」をお読みの上、所定の方法でお申し込みください。
 - 参加のしおり かしま病院ホームページからダウンロード可能。かしま病院、クリニックかしまの受付でも配布。

かしま病院ホームページ <http://www.kashima.jp>

問合せ先 かしま病院地域医療連携室
 TEL: 0246-76-0350 E-mail: k-izawa@kashima.jp

主催: 福島県立医科大学 医学部 地域・家庭医療学講座
 共催: 社団法人 養生会 かしま病院・クリニックかしま

キッズは、かしま病院の新任研修医になりきり、患者さんの診察や検査を行います。また、AED(自動体外式除細動器)を使った救命訓練も親子で体験できます。病院だからこそできる様々な体験を通して、医師や看護師などの仕事について学ぶだけでなく、人に対する優しさや思いやりなども学びます。

さらに、配布するレポートをまとめるだけで、夏休みの自由研究が出来上がります! キッズが安心して仕事(研修)に専念できるように、託親所(保護者預かり所)を用意しますので、保護者の方と一緒に出勤して下さい。

キッズ医者かしま2017

楽しみながら医者体験

院内探検 ④



毎年子どもたちに大好評の院内探検では、普段見ることができない病院の様々な施設を見学します。

開院せしモニー ①

かしまキッズ病院への着任式、白衣やカルテ(研究レポートブック)の授与、集合写真の撮影などを行います。



←ネームプレートも発行されます。

一次救命処置 ⑤

誰にでも出来る心肺蘇生法と題して、心臓マッサージ、AED(自動体外式除細動器)の使い方などを学びます。



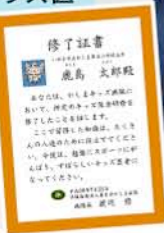
診療体験1 ②

子どもたち同士で心臓や肺など体の中の音を聴いたり、体温を計ったりして、聴診器や体温計、血圧計など、診察でよく使う機器の使い方を勉強します。



開院せしモニー ⑥

厳しい研修を見事にクリアしたキッズ医者には、研修修了証書が授与されます。



研修修了証書▶



診療体験2 ③



「先生、急患です！」診療体験1で学んだ知識と技術を駆使し、患者さんの診療にあたります。

- 1. 開院せしモニー (15分)
- 2. 診療の練習 (45分)
- 3. 患者さんの診療体験 (45分)
- 4. 病院探検 (45分)
- 5. 一次救命処置 (BLS)実習 (30分)
- 6. 開院せしモニー (15分)

※申込み方法などの詳細は、かしま病院及びクリニックかしま受付で配布する「参加のしおり」をご覧ください。

お問合せ・・・かしま病院地域医療連携室 TEL0246-76-0350

R a s h i m a ☆ G i r l s ☆ T a l k ☆

かしま女子的

ちょっと

井戸端会議

事務部医事課 荒木友紀

「子育て奮闘中」

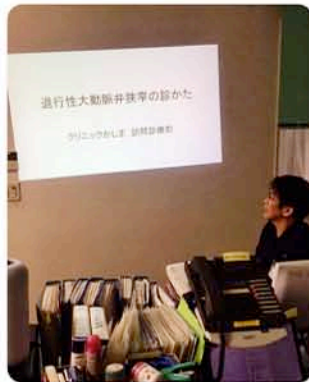
- 現在、子育てをしながら働いている女性はたくさんいます。私もその一人です。仕事をしながらの子育ては、あっといいう間に時間が過ぎていき、二十四時間では足りないと感じています。子供が小さい時は保育園の送迎、病院の通院、小生になれば習い事の送迎、学校行事、PTA役員、中学生になれば部活の送迎や当番、塾の送迎、家事に子育てに親は休む暇がありません。頑張りが過ぎると、体が疲れ、ストレスが溜まり、楽しくありません。
- そこで、両立するために少し手を抜き、親に助けをもらい、家族に協力してもらって、毎日を過ごしています。
- 私が両立するためにしてきたことは、
- ① 子供に簡単な家事を教えて、自分でやるようにする。
 - ② ロボット掃除機など便利な家電を使用する。
 - ③ インターネットや食配サービスで買い物をする。
 - ④ 習い事は、送迎をしている教室や時間に融通の利く教室を選ぶ。
 - ⑤ 掃除は完璧を求めず、上手に手を抜く。
 - ⑥ 料理は、三十分以内で作れる簡単な物にする。
 - ⑦ 旦那にやってもらいたいことは、きちんと話す。
 - ⑧ 子供の送迎は、親に頼む。

それに、楽しみを作ることです。録画してあるドラマを見たり、花を植えたり、旅行に行ったり、音楽を聴いたり、ランチをしたり。少しでも頑張れます。みなさんは、息抜きしてますか。

子育ては長い道のりです。たまには、人に頼り、休憩をとって、楽しみを作ってみたら、いかがでしょうか。



養生会の訪問診療の取り組みについて

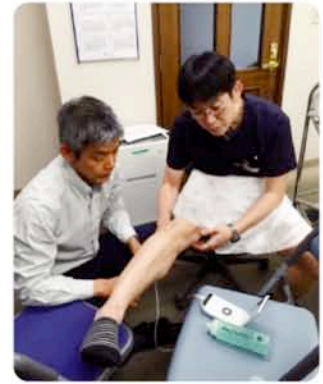


養生会では、昨年から在宅患者さんの主治医制を廃止し、複数の医師による「グループ診療」を始めました。在宅患者さんやご家族の「最後まで長年住み慣れた場所で暮らしたい、終の棲家での生活を続けたい」という希望をできる限りサポートし、在宅患者さんの不要不急の救急搬送や入院を減らすためにも、グループの医師が一貫した医療の提供できるように協力して診療しています。

養生会の訪問診療課では、毎月ミーティングと共にスキルアップセミナーを開催しています。

ミーティングでは、患者さんの情報交換の他、終末期の話しや入院が必要な方の相談、介護をしている家族が抱える問題、薬剤の適正な使用方法など、毎回新しい学びとともに熱い議論が繰り広げられています。近隣の診療所の先生の参加もあり、簡易超音波検査機器を用いたスキルアップセミナーも同時に開催しています。

6月は、高齢者の多剤服用について学びます。毎月開催していますので、興味のある先生方、看護師の方がいらっしゃいましたらお問い合わせください。



次回開催予定：6月7日(水) 16時30分～18時

かしま病院フェイスブック
<https://www.facebook.com/youjyoukun1983/>

今村復興大臣の失言

悲しみの程度は、人それぞれ異なります
 強制避難者と自主避難者の悲しみ

今村復興大臣が失言をし、辞任に追い込まれました。失言は2度でした。1度目は、「震災で自主避難したのは自己責任でしょう」というもの。2度目は、「地震が起きたのが東北でよかった」というもの。東北の被災者の気持ちを逆撫でし、被災者に寄り添うべき復興大臣としては不適任であると非難されました。

最初の失言の場面をテレビで見ている、質問した記者に大臣が、「出て行け！二度と来るな！」と罵声を浴びせる光景には驚きました。しかし、記者が被災者の気持ちが分からないのかと大臣を責める姿にも違和感を覚えました。この記者は本当に被災地の人の生の声を聴いているのだろうか？被災地の人たちは皆一様に不幸だと独善的に思い込んでいるのではないだろうか？あなたこそ被災者の気持ちを理解しているのですかと質問したくなりました。



被災者が大変な悲しい思いをしたのは事実です。しかし、被災者の悲しい気持ちが皆一様であるというのは錯覚でありマスクミが作り上げた幻想でしょう。こうした幻想を背景に復興再生を一律にモノトーンで語る姿勢が一番大きな問題です。いろいろなレベルの被災者がいます。放射線量の問題で強制的に避難させられ行政の指示に従い避難場所を転々とし仮設住宅で不自由な暮らしをした人。こういう人たちの悲しみは、愚生のようないわき市民の悲しみとは比較できないものではないでしょうか。

しかし、放射線量が基準値を超えておらず行政的には避難指示はないが、基準値以下でも不安が拭い去れず遠くの土地に避難した人の悲しみは、不安があっても避難しなかった人の悲しみと、客観的には同等とみなすべきでしょう。いわき市から自主避難した人が感じた悲しみと、避難しなかった我々多くのいわき市民が感じた悲しみには大差はないでしょう。許容されている放射線量でも不安を感じる人はいるでしょうが、行政に補償を求めるときには節度が必要で、主観に走りすぎず、同じような境遇の人がどう思っているのかを忖度することです。直接甚大な被害を受けた人は厚く補償されるべきですが、被害がさほどでない人が一緒にあって同様の補償を要求するのは控え、節度ある補償で納得すべきでしょう。

愚生も震災直後には、郷里鳥取の知人から「送って欲しい物があったら何でも送るよ」と促されましたが、「困っています」と言っていて固辞しました。好意を踏みにじったようにも見えます。現状を知らない知人は何でも送ってくれたかも知れませんが、現実を知ったときに相手に不信感を起こさせるような行為は慎まなければなりません。それが節度です。呉れるものなら何でも貰えという雰囲気では自助努力は芽生えず、いつまでたっても復興しません。

復興大臣は、被災者の立場に立たないといけません。同時に国民全員の視点に立ち、被災地を復興させる責任があります。マスクミに同調して復興大臣をバッシングするだけでなく、大臣の言わんとしたことにも一分の理があることを心に留めるべきでしょう。

(呼吸器科 部長 山根 喜男)



ようこそ 家庭医療へ!

～いわきに生きる家庭医育成への挑戦～

第88回 「縮充」して、地域の魅力を凝縮しよう!

～第8回 日本プライマリ・ケア連合学会 学術大会～



2017年5月12日～15日、第8回 日本プライマリ・ケア連合学会 学術大会(以下、学会)が、香川県高松市を会場に開催されました。「うどん県」での開催だけあって、参加賞として「うどん券」が配布され、学会会場には屋台が... (笑)。コシの強いうどんを美味しくいただきました。



今回は、超高齢社会を見据え、いわき市医師会やいわき市・養生会が近年注力している地域包括ケア、病院外看取りに関する新しい知見を求めて、関連するシンポジウムを中心に参加しました。学会では、地域包括ケアに関する、各地での先進的な取り組みが紹介されています。いずれも素晴らしい試みでしたが、そもそも今のいわき市と全く同じ状況の地域は存在しないので、そのまま模倣してもうまくいかないであろうことは容易に想像がつかしました。

一方で、地域住民一人ひとりが、その地域の風土や特長を活かしながら、自分や家族、周囲の well-being (幸福・健康) の実現に向けて主体的に参加・行動し、結果として地域コミュニティーを住民自身がより豊かなものに変えていこうとする「参加」と「自治」をキーワードとした取り組みには、いわきでも参考にできる部分が多いと感じました。気候が穏やかで、観光資源にも恵まれ、農林水産業や工業も盛んな当地のアドバンテージを「参加」と「自治」の住民力で最大限に活用できれば、いわきはまだまだ頑張れると思います。

更に、鹿島地域の動きと照らし合わせて考えてみました。学会のシンポジウムを通して、「医商連携」「一円融合」のまちづくりを目指す鹿島地域の取り組みを加速させるためには、「参加」と「自治」に加えて、「縮充」という発想が重要であることに気付くことができました。縮充の語源は、ウールをアルカリ水のなかで揉むとできる、縮んで中身の詰まったフェルト状の素材(縮充ウール)です。縮充は縮小でも縮退でもなく、かといって拡充でも補充でもありません。縮みながら充実していくという発想です。人口を増やすとか、市街地を拡大するとか、経済成長を目指すようなまちづくりは、これからの人口減少時代、殊に原発事故にともなう避難から帰還への動きが加速し、更に小名浜にオープンするイオンモールとの競合が必至となる当地には不向きで、これからはむしろ縮充のまちづくりが求められるでしょう。縮充という視点から言えば、人口が減ったとしても積極的にまちづくり活動を展開する人の割合が増えれば良いのです。「自分たちのまちは自分たちで経営していくんだ!」という意識を共有する人の割合が増えることが重要であり、そういった意味では鹿島地域における地域住民主導の熱い取り組みは、超高齢社会を乗り切る「鹿島モデル」として世界に発信できる先事例に発展する可能性を秘めていることを確信して帰還した次第です。

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。



第75回

かしま病院 リハビリテーション部のご紹介

わたしたち、かしま病院リハビリテーション部は、理学療法士(PT)26名、作業療法士(OT)18名、言語療法士(ST)9名の総勢53人で患者様の回復を目指して日々活動しています。PTは運動や温熱、電気などの物理療法を用いて立つことや歩くことなどの動作の改善を図る専門家です。OTは環境に合った道具を選定し、手工芸、園芸などの作業活動を用いて、食事や入浴といった生活動作、さらに復職などといった応用動作の獲得を図る専門家です。STは食べることや話すことなどの機能の改善を図る専門家です。この3つの職種がそれぞれの立場から治療を行い、連携を図ることで患者様が退院後により良く過ごせるように改善を図っています。

また、当院では入院から在宅へと継続したリハビリを提供しています。患者様が病気を発症してからすぐの時期を「急性期」といい、状態が安定し、身体機能の回復時期を「回復期」、退院して自宅や

施設で生活している時期を「生活期」といいます。わたしたちは、このような患者様の病態時期に合わせてリハビリを行っています。病気を発症してから間もない場合には「急性期病棟」に入院し、治療をしながら早期離床を目指します。病状が安定してくると「回復期病棟」や「地域包括病棟」に入院や転棟をし、今後の退院場所に応じた、生活動作の獲得や復職を目指します。また、自宅への退院後に、身体機能の維持を図るために生活期のリハビリとしてクリニックかしまでの「通所リハビリ」を行っています。さらに、自宅環境での生活に問題がある方や通院の出来ない重度の障害の方に対して行う「訪問リハビリ」があります。このように入院から退院後と継続して関わることで、患者様の身体状況だけでなく、他職種やご家族との関わり、個々の性格や生活環境などを大切にしながら、リハビリを行っています。

理学療法士 佐藤 里菜



かしま荘通信

誕生会

5/16(火)



5月は5名の利用者様が誕生日を迎えられ、副施設長より、お祝いの言葉と花束が贈られました。今回は、いわき清笛会様による山口流篠笛の演奏をお聴かせ頂きました。会場の皆様も「浜辺の歌」等の曲を、篠笛の美しい音色に合わせ、自然に口ずさんでいました。

イベント開催予定のお知らせ

糖尿病教室

日時 毎月第1火曜日 10:00～10:30
会場 クリニックかしま会議室
・6月6日『クイズで知る糖尿病のお薬』
・7月4日『食事療法って大変? みんなどうしてるの?』
・8月1日『検査について』

家庭医療セミナー～実践家庭医塾～

時間 19:00～20:00
会場 かしま病院コミュニティーホール
・6月22日(木)

ゆる体操教室

時間 1回目 13:30～14:30
2回目 15:00～16:00
会場 クリニックかしま会議室
・6月3日(土)
・7月1日(土)
・8月27日(日)

乳がん患者のついで アイリスの会

日時 毎月第3水曜日 14:00～15:30
会場 かしま病院コミュニティーホール
・6月21日(水)
・7月19日(水)
・8月16日(水)

興味のある方は、お問い合わせください。