

社団医療法人 養生会 月刊発行新聞

かしま

ほっと HOT ほっと hot 通信

ホームページ <http://www.kashima.jp>

かしま病院

検索

スマートフォンをご利用の方は、
QRコードを読み取り、アクセスしてください。
PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。

1月号

Vol.324

令和2年(2020年)1月1日発行

■編集/かしま病院広報企画室
■発行/社団医療法人養生会
〒971-8143

福島県いわき市鹿島町下藏持字中沢目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。
かしま病院広報企画室(江坂 宛)まで
r-esaka@kashima.jp

1 養生会 年頭のご挨拶

中山 大 (社団医療法人 養生会 理事長)
渡邊 修 (かしま病院 院長)
村上 佳代子 (かしま病院 副院長兼看護部長)

2 糖尿病のおはなし

『東京2020』は受動喫煙撲滅&卒煙 元年に!」
かしま糖尿病サポートチーム

3 コラム ひんがら目(151)

『不吉な「まさか」を受け入れられないひとたち
残された人が困らないためには…』

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



社団医療法人 養生会

令和二年

養生会 年頭のご挨拶

中山 大 (社団医療法人 養生会 理事長)

渡邊 修 (かしま病院 院長)

村上 佳代子 (かしま病院 副院長兼看護部長)



社団医療法人 養生会
理事長 中山 大

新年あけましておめでとうございます。

厚生労働省は「地域医療構想」の中で、いわゆる2025年問題以降の急性期必要病床数は大幅に減少すると見込んでいます。DPCデータによるいわき市の将来推計も、がんや急性心筋梗塞、くも膜下出血などの急性期病態の多くは、2030年前後にピークアウトするとの推測されており、これらの疾患群は、当地域ではいわき市医療センターや福島労災病院などのハイボリューム施設に集約され行くと想像されます。

一方で高齢者の複合疾病が大きく増加していくことが明確であるため、これからは重症度別の役割分担ではなく、病期別(高度急性期-急性期-回復期-慢性期)の役割分担が求められます。特に回復期機能に対する需要は今後2045年以降まで増加し続けると推測されています。更に本邦の高齢者の健康水準が非常に高いことを考慮すると、既存の急性期医療とは仕組みを異にする新たな受け入れ病院が求められるようになります。

更に当法人は在宅と入院を結びつける「在宅救急」の役割を担うべく、平成27年度より介護施設を中心とした訪問診療を展開し、順次に結果(看取り件数の増加のみならず、救急入院受け入れの増加)を残しており、この取り組みは県内外の医療施設やメディアなどにも取り上げられるようになつてきました。

昨年度までの様々な病床機能の変更や院内システムの変更は、2025年問題を超えて、2035-2045年より先の医療状況を見据えた改革であつたと言えます。医療は地域にとって「インフラ」であり、私には自分の時代の収益計算のみならず、自施設が地域にとつてなくてはならない存在であり続け、そのためにかしま病院を継続させる義務があると考へています。

引き続き、職員の皆様、地域の皆様より力強いご指導、ご支援を頂けますようよろしくお願ひいたします。





立上げた、ラグビーワールドカ
れます。

一方、昨年の明るいニュースと
しては日本中をにわかファンに仕
たなしの国際的な取組みが待た
れます。

もしも、これらの現象が地球の
温暖化に関係したものであるならば、
今後グローバルにこのような災害
が増加し甚大化していく事が予想
されます。温暖化対策に背を向け
ている超大国を巻き込んでの、待
つたなしの国際的な取組みが待た
らしました。

10月12日に上陸した台風19号
は関東地方や福島県を通過し大雨
により各地に甚大な被害をもたら
しました。いわき市でも夏井川と
その支流の決壊により流域の広い
範囲で住民の皆さまが水害に遭われ、
今はお不自由な生活を強いられて
いるご家族も少なくありません。
被害に遭われた皆さまにはあらため
て心よりお見舞い申し上げます。

さらに10月25日には台風21号
に伴う記録的な大雨が追い打ちを

10月12日に上陸した台風19号
は関東地方や福島県を通過し大雨
により各地に甚大な被害をもたら
しました。いわき市でも夏井川と
その支流の決壊により流域の広い
範囲で住民の皆さまが水害に遭われ、
今はお不自由な生活を強いられて
いるご家族も少なくありません。
被害に遭われた皆さまにはあらため
て心よりお見舞い申し上げます。

昨年令和元年を振り返った時、
当地域においてはまず台風19号に
よる豪雨災害があげられます。



かしま病院
院長
渡邊 修

ツップの8強入りが挙げられます。
國中が熱気に沸き立つ中で、出場
チームと合宿先の地元の人たちとの
交流、中でも地元の人たちが出
場チームの国歌を歌つて応援する
様子は胸を熱くし、誇りを感じた
ものでした。

さて、社団医療法人養生会かし
ま病院は、国の地域医療構想に基
づく當法人の立ち位置を明確化す
る方向で歩みを進めているなか、

最近は「質の高い医療」「働きやす
い職場」の構築に特に力を注いで
います。例えば前者は、院内感染
対策・医療安全対策・栄養サポー
トチームによる入院患者さんの栄
養管理、褥瘡チームの活動などが
あげられます。また後者は職員の
健康・リスク管理を目的とした労
働安全衛生委員会の活動や子育て
支援活動等があげられます。昨年
7月には院内託児所の直営や働き
方改善を評価された「将来世代応
援企業賞」を県知事から授与され
ました。今後もこれらの活動をさ
らに充実させて地域の医療に貢献
していく所存です。

今年もどうぞよろしくお願ひ致
します。



かしま病院
副院長兼看護部長
村上 佳代子

新年あけましておめでとうござ
います。

皆様におかれましては、健やか
に新春をお迎えのこととお慶び申
し上げます。

昨年は、5月に新天皇が即位さ
れ元号が令和に改まりました。そ
の他、9月にラグビーW杯日本大
会、10月に吉野彰名誉フェローの
ノーベル化学賞の受賞等喜ばしい
話題で日本中が湧きましたが、

一方では、台風15号や台風19号と
その後の豪雨により甚大な被害も
受けました。被災された皆様に心
よりお見舞い申し上げます。この
災害を通して、気象情報等により、
ある程度予測される自然災害から
患者様と職員を守るために病院の
備えと初動対応の重要性を再認識
致しました。

今年は、昨年の取り組みをさら
に充実に取り組みました。入退院
の充実に取り組みました。入退院
から在宅医療まで一貫した支援機
能を強化するために、9月に新し
く設置された「患者サポート室」
の入退院支援課に看護師を3名配
置し、入院前から患者様に閑りき
め細やかな対応ができる態勢整
ました。また、排泄ケアに関する
研修をレベルアップし1年間かけ
て実施しました。

今年は、昨年の取り組みをさら
に充実させるため、引き続き「入
退院支援、認知症看護、食べるこ
とと排泄ケア、看護記録、接遇」
の向上を目標に、看護部のスタッ
フ一人一人が自分の役割を認識し、
安全・安心で質の高い看護を提供
できるよう、ONE TEAMで
前進してまいります。

地域の皆様が求める看護を、地
域の皆様に選ばれる質で提供でき
るよう日々精進を重ねてまいりま
すので、今年もどうぞよろしく
お願いいたします。

看護部は、病院の方針に基づいて「看
護の原点に立ち返ろう」を念頭に、
「サービス」と「おもてなし」との
違いを意識しながら活動してまい
りました。具体的には、7月に「ひ
だまり庵」を開設し、認知症ケア

また、医療に関して国は、
2040年の医療提供体制の展望
を見据えて、患者様にとって身近
でわかりやすい医療の実現のため、
地域包括ケアシステムを構築する
とともに、かかりつけ医機能や患
者様への情報提供や相談・支援の
充実を打ち出しています。

そのため、かしま病院では、国
の動きに合わせて30年度に大きな
体制変換を行い、昨年はそれらの

第14回 かしま病院 認定看護師による勉強会

内容

摂食嚥下に関する 評価をしてみよう

・摂食機能の評価・嚥下スクリーニング

講師

摂食嚥下障害看護認定看護師 青木 美枝子

日時

令和2年 1月 15日(水)
18時00分～19時00分

会場

かしま病院
コミュニティホール

対象者

主に医療、看護、介護に携わっている方。
参加には事前の申込が必要です。

かしま病院の認定看護師が講師を務める、病院、診療所、施設などの現場で役立つ実践的な内容が盛り沢山の勉強会です。

興味をお持ちの方は、かしま病院地域医療連携室 (TEL0246-76-0350) までお問い合わせください。

たくさんの皆さんのが参加をお待ちしています。



地域の皆様が求める看護を、地
域の皆様に選ばれる質で提供でき
るよう日々精進を重ねてまいりま
すので、今年もどうぞよろしく
お願いいたします。

看護部は、病院の方針に基づいて「看
護の原点に立ち返ろう」を念頭に、
「サービス」と「おもてなし」との
違いを意識しながら活動してまい
りました。具体的には、7月に「ひ
だまり庵」を開設し、認知症ケア

に充実させるため、引き続き「入
退院支援、認知症看護、食べるこ
とと排泄ケア、看護記録、接遇」
の向上を目標に、看護部のスタッ
フ一人一人が自分の役割を認識し、
安全・安心で質の高い看護を提供
できるよう、ONE TEAMで
前進してまいります。

○糖尿病のおはなし

かしま糖尿病サポートチーム

“東京2020”は受動喫煙撲滅 & 卒煙 元年に！

今年はいよいよ東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。世界中から日本を訪れるお客様を全力で「お・も・て・な・し」すべく、「望まない受動喫煙の防止」を目的に、昨年7月に健康増進法が改正されました。屋内禁煙が法制化され、今年4月から飲食店が原則屋内禁煙となります。五輪の競技会場には喫煙所を設けず敷地内禁煙となることが決定しています。愛煙家の皆さんには増え肩身の狭い社会になっていくでしょう。当院でも皆さんにはいつも敷地内禁煙にご協力いただきありがとうございます。

ところで、喫煙が糖尿病発症のリスクを高めることはご存知ですか？実は、喫煙は血糖を下げる唯一のホルモンであるインスリンの分泌を低下させ、しかもインスリンの効き目も低下させてしまうことが知られています。血糖値を下げるために必要な機序をダブル・ロックする非常に恐ろしい魔力を持っているのです。その結果、喫煙は糖尿病の合併症、特に失明・腎不全による透析導入・心筋梗塞などのリスクを高めることが多くの研究で証明されています。

多くの医療機関では、糖尿病の患者さんに対して、食事療法・運動療法・薬物療法を提供しています。しかし、糖尿病の合併症を起こさないために最も有効な手段は…？ここまで読み進めてくださったあなたならもうお分かりでしょう。そう、他のどんな治療よりも「禁煙」が最も有効なのです。禁煙というとちょっと厳しく閉塞的なイメージになりそうなので、ここで

は「喫煙から卒業する」という前向きで未来志向的なイメージの「卒煙」という言葉を使うことにします。

というわけで、今年の糖尿病サポートチームは、これまで以上に皆さんに「卒煙」を推奨してまいります。どんな食事療法・運動療法・薬物療法よりも、卒煙・受動喫煙対策が最も効果があるからです。健康増進法改正にともない「タバコを吸いにくい社会」になっていきますし、この機に「卒煙」にチャレンジしてみませんか？自力では自信がないという方も大丈夫！一定の条件を満たせば健康保険を使って禁煙治療が受けられる禁煙外来が、当院を含め市内の多くの医療機関で開設されていますので是非ご相談ください。

今年の11月14日（土）・15日（日）の両日、郡山市のビッグパレットふくしまにおいて「全ての人にTobacco-freeな未来を！～福島からの発信～」をキャッチフレーズに、第14回日本禁煙学会学術総会が開催されます。野球やソフトボール競技が福島で開催されるオリンピックイヤーに、日本禁煙学会学術総会が福島県で開催されることはとても意義深く、この大会が福島県民はもとより全国民の健康意識向上に寄与することを期待しています。



不吉な「まさか」を受け入れられない
ひとたち
残された人が困らないためには…

Nさんは66歳の男性で、札幌や静岡など全国の道路工事の現場を転々とされ、東日本大震災後は二本松に移り、2年半前からは、いわきの会社に移られました。10年前から関節リウマチを発症され、いわきでも整形外科に通院されるようになりました。

1ヶ月ぐらい前から、咳や痰が出るようになり、やがて呼吸困難となり当科に急遽入院となりました。間質性肺炎といつて、肺が炎症によりヘチマのようにすじっぽくなり酸素が取り込みにくくなります。副腎皮質ホルモンを大量に注射して炎症を軽減させようとしたが、期待したほどの効果は得られませんでした。急速に悪化することも稀ではありませんので、急いで御家族の方と連絡を取ってほしいと話しました。

ご本人には言いづらい悪い話でも、御家族の方には理解してもらえますし、最悪の事態に備える覚悟をしてもらいます。まずは保証人ともいっべき、会社の社長さんに来てもらい病状を説明しました。社長さんは、入社時に記載された連絡先に伝えれば、後は家族で何とかするだろう、とお考えのようですが、病状が悪化する可能性を説明してもいい危機感をもたれないでお帰りになりました。しかし、もしもの時には面倒を見ると約束されていた静岡にいらっしゃる前妻の方には、連絡がつきませんでした。身元引受人が見つからないようではござ
う時に困るので、市役所に相談しましたが、



生活保護者でない限り市役所は介入できないと返されました。ソーシャルワーカー（MSW）の宮本さんが介入してNさんに働きかけて下さいましたが、「自分はよくなるうつと思つて努力しているのに、悪くなるときのことばかりを強調する」と抗議され関係が悪化しました。凡医が学会出張で数日間病院を離れた折に、病状はどんどん悪化し同僚の今井監督先生の遺体を運んでもらいました。ところが、一度葬儀社に行った遺体が病院に戻されて来ました。一昔近いはずの社長さんの話がつかなかつたようでした。戻ってきた遺体を前に、しばし葬儀社と病院で押し問答があつたそうです。結局は話がついて、再び葬儀社に運ばれましたが、一時は修羅場でした。

最悪の結果になることが

Nさんは受け入れ難く対策が進みませんでした。凡医も一度、悪くなる可能性を説明し、その際への準備をお願いしましたが、「あまり悪い話ばかりをしないで下さい」と釘を刺されました。

人間は希望を持って生きています。それは悪いことではありませんが、現実は希望通りには進みません。最悪への備えが必要です。それなのに、平和ボケした日本人は、「まさか」のことを考えようとはしません。「その時はその時、なんとかなる」と流す人が少なくありません。病院が何とかしてくれるだろう、行政がなんとかしてくれるだろう、と高を括っている人が多いようです。病院や福祉関係者は、困難な事態にも何とか骨折りをしますが、本来はご本人が先頭に立って解決策を模索するべきです。

（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～

皆さん、風邪をひいてしまった時どうしていますか？慌てて寒い中ブルブル震えながら医療機関を受診したもの、何時間も待たされた挙げ句、医師から「風邪を治す薬はないので自宅で安静にしていた方が良かった」などと冷たく扱われ、受診したことを後悔したという経験はありませんか？しかし、確かにこの医師の発言内容自体は正しくて、本当に風邪であれば、医療機関を受診するメリットはほとんどありません。なぜなら、風邪は自然に治る上に特効薬がないからです。そう言われても「風邪かどうか分からぬから心配で受診するしかない」という方もおられるでしょう。そこで今回は、本当に風邪かどうかをご自身で判断するためのコツをお示します。



風邪かな？と思ったら、まずは風邪の主な3つの症状「鼻水」「のどの痛み」「咳」の有無をチェックしましょう。これらの症状がほぼ同時発症で2つ以上そろっていれば風邪の可能性が高く、数日で自然に快方に向かうことが期待できます。この場合、

第119回 風邪をひいた時にオススメのセルフチェック

診療部 石井 敦



よほど症状が強くない限り、医療機関を受診するよりも安静の確保を優先する方が賢明です。症状の緩和が必要であれば市販薬を服用しても良いでしょう。一方、逆にこれらの3つの症状が全くないか1つしかなく、その症状が悪化していく場合は、自然治癒が期待できない他の疾患の可能性が高まりますので、早目の受診が必要です。

その他、以下の①～⑦に該当する場合は、風邪をこじらせて合併症を起こしているか、放置してはいけない風邪以外の疾患が疑われますので、医療機関を受診しましょう。

- ① 3日経っても症状が軽減しない、悪化する
- ② COPD（慢性閉塞性肺疾患）など、肺に持病がある
- ③ 一旦よくなつたのにぶり返す
- ④ 寒くてガクガク震え、自力では止められない
- ⑤ 過去に経験したことのない強い痛み（頭、のど、胸など）
- ⑥ 咳が3週間以上続く
- ⑦ 息が荒い、息が苦しい

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。

リハビリ POST

第106回

嚥下食について

気管へ入り、誤嚥性肺炎などを引き起こす場合もあります。そういうよう、食物の形態を変えて食べやすく工夫する必要があります。当院の食事を参考にご紹介したいと思います。

一番食べやすい、食事としてペースト食があります。特徴は、コンソーブのようにとろみが適度についており、喉の力が弱い方でも、むせにくく食事が出来ます。次にやわらか食です。これは、一般的なムース食に近い食事の形態で、舌でつぶせる程度の軟らかさ・ぱらつきにくいよう工夫して作られています。そして、全粥ときざみ食です。全粥ときざみ食の特徴は、噛む力が無くとも飲み込むことができます。

加齢・脳卒中後遺症により
嚥下障害を伴った方は、食事の際に食物や水分の飲み込みが困難になり、喉につかれる、むせる、などの症状が出てきます。特にむせやすいのは、味噌汁やお茶などの水分、または水分と固形物が混ざった食べ物です。そのまま、食事をしていると、食道へ行くはずの食物や水分が

しかし、全粥は時間が経つと離水しやすく、水分でむせる方には注意が必要です。他にも、軟飯・軟菜など、普通のご飯やおかずを軟らかくした食事もあります。このように嚥下機能に合わせた食事をとって頂く事で、より安全においしく食事がとれるかと思います。むせや、喉の違和感に意識を向け、いつまでも口からおいしく食事がとれるように、食形態を考えることが必要です。不安がある方は一度、医療機関にご相談下さい。

言語聴覚士 渡邊 正太



かしま荘通信

誕生会・年末お楽しみ会

12/18(水)



12月の誕生会は、クリスマス会や忘年会を兼ねた「年末お楽しみ会」を開催しました。様々なプレゼントが当たる抽選会や紅白歌合戦と称して、職員が仮装し、自慢の歌声やハンドベルの演奏などを披露しました。

イベント開催予定のお知らせ

糖尿病 何でも相談会

1月の糖尿病何でも相談会は、インフルエンザの流行を懸念して中止となりました。個別相談は随時受け付けておりますのでお声掛けください。次回開催は3月を予定しております。

家庭医療セミナー ～実践家庭医療～

時間 19:00～20:00
会場 かしま病院コミュニティホール
・1月23日(木)
・2月27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 かしま病院コミュニティホール
・1月25日(土)
・2月15日(土)

乳がん患者のつどい アイリスの会

時間 14:00～15:30
会場 かしま病院コミュニティホール
・1月15日(水)
・2月19日(水)

認定看護師による 勉強会

時間 18:00～19:00
会場 かしま病院コミュニティホール
・1月15日(水)
・3月18日(水)

興味のある方は、お問い合わせください。