

# かしま

# ほっと HOT 通信

## 9月号 Vol.320

令和元年(2019年)9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 寛)まで  
 k-izawa@kashima.jp

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。



## 巻頭特集

『2019 前期  
 地域医療体験セミナー開催報告』

糖尿病のおはなし

『知ってる?新しい糖尿病のお薬』  
 かしま糖尿病サポートチーム

コラム ひんがら目(147)

『タクシーに乗って感じたこと』  
 呼吸器科 部長 山根 喜男

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



## 第12回 かしま病院 認定看護師による勉強会

### テーマ がんについて知ろう～副作用のあれこれ～

内容 ● 副作用とは ● 副作用でできること  
 ● 抗がん治療を受ける患者様 Q&A

講師 がん化学療法看護認定看護師 荒木 美穂



日時 2019年 9月 18日(水)  
 18時00分～19時00分

会場 かしま病院  
 コミュニティーホール

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。

たくさんの皆様のご参加をお待ちしています。

## 巻頭特集

# 2019 前期 地域医療体験セミナー 開催報告

看護士体験、片麻痺スーツ、採血体

2

### 看護師

看護部  
 看護教育室課長代理

石塚 ひろみ

8人の医師志望の学生さんが参加し、前半は内視鏡、気管挿管、心肺蘇生法を体験してもらいました。医療機器を扱う技術力だけでなく、医療スタッフとの連携、患者さんとのコミュニケーション能力の必要性を学んでもらいました。後半は医師としてキャリア形成の話やこれからの高齢者医療で必要とされる総合診療能力を身につける大切さをお話ししました。学生さんの夢の一步のお手伝いになれたらと思います。

1

### 医師

診療部部长 中山 文枝



## 現場スタッフのコメント

今年度は看護師希望者1人だったので、ゆったりとした雰囲気での説明ができました。手洗い実習では、普段の手洗いでは洗い残しがあることが分かり、驚いていました。

採血体験は興味深かったようで、体験後も、もう一度やってみようという声がかかれ、何度か実施し採血技術の難しさを体験していました。その後、病棟で実際に看護師が働いている姿を見てもらい、コミュニケーションの見学を通して患者さんとの触れあい、車椅子操作も体験しました。限られた時間でしたが、看護師の仕事について理解してもらえ、ますます看護師になりたい気持ちが強まった様子でした。今後も看護師の仕事の素晴らしさを伝えていきたいと思っています。



令和元年8月6日(火)、かしま病院で「2019前期地域医療体験セミナー」を開催しました。この事業は福島県教育委員会が主催となり、医師及び看護師を始めとした医療従事者を進路希望とする福島県内高等学校の1年生を募集し、県内の各医療機関及び医療教育機関において地域医療の現場に触れる機会等を設け、各職種の仕事内容の理解と地域医療に貢献する使命感の涵養を図る事業です。

当日は医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師、臨床工学技士、管理栄養士を志す高校生17名が当法人の体験セミナーに参加しました。午前中は職種別に現場体験を行い、午後は現場体験の思いや意見を共有するとともに、当法人職員と交流しながら真剣に情報交換を行いました。

## 2019 前期地域医療体験セミナー



人工呼吸器



挿管

## 職場体験



内視鏡



第3班

## グループワーク



## 交流タイム



第1班



第2班

## 3 薬剤師

薬剤部長 鈴木隆広

今回は、薬剤師を希望する高校1年生2名を受け入れました。専門科目の勉強をしていない高校生ということもあり、何を体験させてあげたら良いか悩みながらの受け入れとなりました。医療現場に来て体験する折角の機会であるため、

話をする時間はできるだけ少なくしよつと思ひ、模擬ではあります、内用薬調剤、軟膏剤混合調剤、注射薬混合調剤などの薬剤師業務を体験してもらいました。今回は、

## 4

臨床検査技師  
医療技術部  
臨床検査科主任

飯ヶ谷奈央子

主に病院薬剤師の基本業務である調剤を体験して頂きましたが、薬剤師を希望して参加した高校生が、医療体験セミナーに参加して良かったと思つて頂ければ幸いです。是非、希望どおり薬剤師となつていわきの医療の担い手となつてくれることを願つております。

臨床検査技師の仕事は幅広く、「検査」とつく多くの業務に関わつて

います。とても範囲が広く、その分たくさんの知識を習得する必要があります。また、検査技師には「臨床」という言葉が付いています。ただ検査するだけではなく、患者さんに接し、寄り添つた検査を行うことが求められています。

セミナーに参加された皆さんには、様々な臨床検査技師の役割りを学んでももらいました。仕事範囲の広さに驚いたと思います。今の医療は、多職種が連携・協力して一人ひとりの患者さんに合った医療を提供する「チーム医療」が行われています。臨床検査技師の専門性を活

## 5

臨床工学技士  
医療技術部  
ME科主任

吉川正和

かし、医療現場で力を発揮するには、「コミュニケーション能力」も大切です。医療の世界に飛び込むうとして活躍できる臨床検査技師を目指してほしいと思います。

今年も地域医療体験セミナーということで医師、臨床工学技士志望の高校1年生に対しコミュニケーションを使用した体験と説明を行い、その中で人工呼吸器を担当させて頂きました。高校生の皆が興味を持って体験し、疑問やわからないことを時間いっぱいまで聞いてきてくれました。「人工呼吸器を体験し、使用している患者さんの思いを少しでも理解することができた」と言ってもらえ、医療の現場で働く者としてうれしく思いました。

今後はぜひ医療の道へと進み、活躍していただけることを切に願っています。

## 6

臨床工学技士  
医療技術部  
ME科

萩野谷めぐみ

今回、1名の女子高校生が臨床工学技士に興味を持ち、地域医療体験セミナーへ参加していました。臨床工学技士の業務内容、病院内での役割について説明をした後、関連部署の見学、コミュニケーションを使用した医療機器の操作体験

## 7

管理栄養士  
診療支援部  
部長代理

西村道明

などをしてもらいました。まだ医療の道へ進むか、別の道へ進むか思い悩んでいる様子でしたが、この大切な時期に選択肢の一つとして臨床工学技士に興味を持ってもらえたことは、臨床工学技士として非常に感慨深いです。まだまだ高校1年生、可能性は無量大。選択の幅を広げ、より良い進路を見つけて欲しいと願っています。

8月6日の体験セミナーでは栄養課に足を運んで頂き、ありがとうございました。管理栄養士の場合、お話ししたように養成施設の国家試験合格率は大きく異なるので選定材料として注目でみてください。また、就職先も病院以外に産業給食施設、児童福祉施設、介護保険施設、学校、官公署など様々あります。それぞれ仕事の内容が異なります。在学中に調べてみるとよいと思います。今回の体験セミナーでは、ご自身なりに良い悪いの収穫があったでしょうがそれによいのです。実際の現場を体験して自身なりに整理することが大切です。

数は少ないかもしれませんが、可能であればこれからもオープンキャンパスや体験セミナーなどに参加してみてください。何かしらの気付きと発見が得られます。幸運の女神には前髪がありません。機会を大切に。

# ○ 糖尿病のおはなし かしま糖尿病サポートチーム

## 「知ってる?新しい糖尿病のお薬」

糖尿病のお薬には、血糖値を下げる薬、インスリンを出しやすくする薬、インスリンを効きやすくする薬、糖の吸収や排泄を調節する薬など様々な種類があり、一人ひとりにあったお薬が処方されています。今回は、その中でも配合薬といわれるお薬について紹介します。



### ■ 配合薬って何か知ってますか？

配合薬とは、何種類かのお薬の成分をひとつの薬に混ぜ合わせたものです。

皆さんが今まで飲んでた薬に新しい成分が合わさって1つのお薬になっているものなど、たくさんの種類が発売されています。

#### 2種類のお薬を合わせた配合薬を紹介します(右図参照)

このように、作用の違うものが合わさり1錠で2種類のお薬を飲んだのと同じ効果が得られるのが配合薬の良いところです。

みなさんが飲んでいるお薬に「配合薬」とついていませんか？

「配合薬」とついていたら、他に同じ成分のお薬を飲んでいないか確認して、医師の指示通りに服用するようにしましょう。

糖尿病サポートチーム 薬剤師 若松 実加子

### 配合薬

**リオベル配合錠** インスリンの分泌を促しインスリンの働きを高めることにより血糖値を改善するお薬

**アログリブチン(ネシーナ錠)**

インスリン分泌を促すホルモンを分解する酵素を阻害する薬

**ピオグリタゾン(アクトス錠)**

インスリンの抵抗性を改善する薬

**エクメット配合剤** 血糖を下げるお薬

**ビルダグリブチン(エクア錠)**

インスリン分泌を促すホルモンを分解する酵素を阻害する薬

**メトホルミン塩酸塩錠(メトグルコ錠)**

肝臓に作用し、糖の放出を抑えたり筋肉などでの糖の利用を促したりする薬

**スー ज्याヌ配合錠** 血糖値を下げるお薬

**イブラグリフロジン(スーグラ錠)**

腎臓での糖の吸収を阻害し、尿からの糖排出を促進させ、血糖値を下げるお薬

**シダグチブチン(ジャヌビア錠)**

インスリン分泌を促すホルモンを分解する酵素を阻害するお薬

## タクシーに乗って感じたこと

いわき市医師会小名浜支部の夏の納涼会は、いわき市からアクアマリンや、ら・ら・ミユウの夜景を眺めながら歓談できるとあって参加申し込みが殺到しました。

当日は午後7時集合とのことだったので、遅れないように6時頃には帰宅しいつもよりは早めにタクシー予約を入れました。社内のタクシーは出払って20分くらいは待たされるとのことでしたが、十分時間があるので安心していました。しかし、6時30分になってもタクシーは来ません。家内は気を揉んで自家用車で送ろうかと言ってくれましたが、いまさらキヤンセルするのも申し訳ないと思い、じっと待つことにしました。しかし、6時40分になっても来ません。タイムリミットです。とうとう、タクシー会社にキャンセルの電話を入れました。ところが、自宅近くまで迫っているとの返事で、断ることも出来ず、結局、さらに数分待つ羽目になりました。15分では集合場所に着けそうにありません。

馴染みのタクシー運転手の方は交通ルールを守りながらも急いでくれました。7時3分頃にはら・ら・ミユウの駐車場に着きました。予想に反して船はまだ岸壁に停泊していません。乗船できなかった場合に備えて、タクシーには待機してもらい、よろめく足取りながら全速力で乗船場に向かいました。甲板にいた幹事の先生が愚生に気付いてくれました。やっと安心して立ち止まり、後ろを振り返ってタクシーに向かって両腕でOのサインを送りました。クルーズは医師会の貸切だったようでした。遅刻した愚生を待って急いで出航しました。



ひんがら目(147)

約1時間周遊を楽しんだ後、タクシーで帰宅しました。タクシーが自宅近くのラパークの信号で止まったところ、前の乗用車の運転手がドアを開けて、タクシーに向かって、「あおり運転だ」と因縁をつけて来ました。プロであるタクシー運転手に果敢に文句を言う人がいるんだという事に驚きました。信号が青になって左折し次の赤信号で停車したときには、乗用車とタクシーが横並びになりました。左車線の乗用車の運転手は窓を下ろして大声で右車線のタクシーに罵声を浴びせました。タクシー運転手さんは冷静な口調で「あおり運転はしていません」と対応していましたが、恐怖を覚えるとともに、切れやすい社会が悲しくなりました。

その後、常磐自動車道であおり運転殴打事件が起こりました。容疑者は余罪が多く社会的にも問題の多い人なのですが、平素は冷静な人でも前の車がノロノロ運転をしているというらしいです。そんなイライラを鎮める為に、運転中だけタバコを吸うという患者さんがいました。眠気を催さない鎮静剤です。

高速道路でのあおり運転は生命の危険と隣り合わせです。被害にあった遺族の方の「厳罰を科すよう法整備をすべきた」という悲痛な訴えをテレビで見ました。気持ちには分かりますが、法律が増えても犯罪は減りません。法に反しない限り罰せませんし、先日タクシーのように、言いがかりをつけられて犯罪者にさせられることもありです。多少のノロノロ運転には寛容に接する鷹揚さと同時に、あおられそうになったらスピードを上げるような周囲への気配りも必要です。

お互い様という、思いやりと気遣いを、心がけたいものです。

(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療への挑戦～

第115回

## 家庭料理が養い生みだす家庭医療



診療部 石井 敦



皆さんは「いつだれkitchen」をご存知ですか? いつだれkitchenは、いわき市平上荒川にある共助スペース「あらたな」

内で毎週木曜のお昼にオープンしています。いつでも、だれでも大歓迎の「みんなのお勝手」をコンセプトとした食堂です。採れ過ぎて余ってしまい、食べられるのに廃棄される運命の野菜などの食材を募って、それらを有効活用し、ボランティアのお姉さま方が腕に縋りをかけて美味しい家庭料理を提供します。料金は原則無料の投げ銭制ですので、だれでも足を運ぶことができ、お年寄りや障がいを持つ方々を含めた交流の場になっているようです。食品ロス(もったいない)を抑制しながら食材費を抑えられるなんて、たいへん素晴らしいアイデアですね。

この度、福島県立医科大学 医学部 地域・家庭医療学講座の月例勉強会「家庭医療レジデント・フォーラム」の会場として、いつだれkitchenを特別に臨時貸切オープンしていただきました。私自身初めての訪問でしたが、元々は焼肉屋さんだった建物を、これまた余った建材等を活用して格安でバリアフリー

にリフォームされたそうです。その内装は、光溢れるとても明るい快適空間でした。

家庭医は患者さんやそのご家族だけでなく地域全体も診ることが出来る医師です。勉強会では、かしま病院総合診療科のメンバーが、医師会活動や学校保健・市民教育活動などの地域への取り組みを紹介し、更に、いつだれkitchenと同様にいつも美味しい家庭料理によるおもてなしでいわきの医師の胃袋をガッチリ掴んでいる「いわきの医師を応援するお姉さんの会」代表の宮野由美子さんから特別講演をいただき、課題の多いいわき市の医療を、自治体や医師会・多職種・市民らが一丸となって乗り越えていこうとしていることを参加者に伝えました。

ランチタイムに振る舞われた温かくて美味しい家庭料理の数々は、間違いなく参加者の活力を養い、よいパフォーマンスを生みだしていました。食を基礎とした地域住民の養生を考えることができる広い視野は、家庭医に求められる大切な能力です。わざわざ病院を飛び出して、いつだれkitchenで勉強会を開いて本当に良かったです。

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。



## 退院先について

**先**月、当院でも2018年10月に開設された介護医療院を紹介しました。介護医療院は、入院治療後の退院先の一つです。今月は介護医療院以外の新たな退院先として、どのような選択肢があるのかを紹介します。

最初に自宅退院の場合を考えます。心身の状態が完全に回復していない場合もあり、以前のように暮らせるか不安があるかもしれません。そこで必要に応じて各種介護サービスを使われるといいでしょう。例えばホームヘルパーが自宅を訪問して介護を行うサービスがあります。またデイサービスでは送迎付きで食事や入浴、レクリエーションなどを受けられます。ショートステイでは、家族が一時的に介護にあたれないときに、被介護者が施設へ出向いて短期間介護を受けるサービスもあります。

次に自宅以外の退院の場合では「介護老人保健施設(老健)」 「特別

養護老人ホーム(特養)」「有料老人ホーム」などの施設への入所ということになります。それぞれ役割や特色が違います。「老健」は介護やリハビリテーションを受けて在宅復帰を目指す施設ですが、「特養」は介護を受けながら生活できる、新たな住処です。「有料老人ホーム」は特養と同様に新たな住処となりますが、「特養」が自治体等が運営する公的施設であるのに対し、「有料老人ホーム」は民間施設です。そのため「有料老人ホーム」は、特養に比べて費用がかかりがちですが、施設によって多種多様なサービスがあります。

退院先は今後の生活を左右します。どのような生活の場を求めるとかを考え、退院先の特徴をよく理解した上で判断しましょう。退院先に関する相談は、地域包括支援センターや担当のソーシャルワーカー、ケアマネージャーにするのが良いでしょう。

理学療法士 遠藤 宏貴



## かしま荘通信

誕生会

8/20(火)



毎年8月の誕生会は、鹿島町久保の金光寺住職の箱崎様に法話をいただいております。今回はお盆にまつわるお話「モチモチの木」「くもの糸」を紙芝居でお話下さいました。相手を思いやる気持ち、欲深くならないことが大切だというお話に会場の皆様も耳を傾けていました。

## イベント開催予定のお知らせ

<b>糖尿病何でも相談会</b>	時間 10:00~10:30	9月25日(水)
	会場 かしま病院外来待合室 (自動販売機そば)	
<b>家庭医療セミナー ～実践家庭医塾～</b>	時間 19:00~20:00	9月19日(木)
	会場 かしま病院コミュニティーホール	
<b>ゆる体操教室</b>	時間 1回目 13:30~14:30 2回目 15:00~16:00	9月7日(土) 10月5日(土)
	会場 かしま病院コミュニティーホール	
<b>乳がん患者のつどい アイリスの会</b>	時間 14:00~15:30	9月18日(水)
	会場 かしま病院コミュニティーホール	10月16日(水)
<b>認定看護師による勉強会</b>	時間 18:00~19:00	9月18日(水)
	会場 かしま病院コミュニティーホール	

興味のある方は、お問い合わせください。