

みらい

人を大切に、よい医療・やさしいケア・安心を
提供できる病院を目指します。

VOL.51

2017年10月号

安来市立病院

〒692-0404

島根県安来市広瀬町広瀬1931

TEL0854(32)2121 FAX0854(32)2125

<http://www.city.yasugi.shimane.jp/hospital/>



「暮らし」に 目を向けた看護へ

看護部長 渡部 純江

日本は世界に類を見ないスピー

れます。

当院看護師は、2014年から

代が後期高齢者となる2025年
までに、少子高齢化に対応した社
会保障制度を構築するため、人々
の働き方を含めた改革に着手して
います。保健・医療・福祉制度は、
従来の病气やけがの治癒・回復を
目的とする「医療モデル」から、
生活の質に焦点を当て、病气や障
がいを抱えながらも、住み慣れた
地域で自立し、その人らしく暮ら
すことを支える「生活モデル」に
大きく変わろうとしています。

このような情勢の変化に伴い、

私たち看護師も病院内から地域へ
と目を向けることが求められます。
病院に勤務する看護師は、患者さ
まの病气やけがの治療には関心を
持ちますが、治療を終えた患者さ
まが帰られる、地域や家庭環境に
は関心が薄い傾向にありました。

環境の整った病院では困らないこ
とも、自宅で生活してみても初め
問題に気付くことは多々あり、患
者さまが退院後の生活で困らない
よう、入院中から家庭生活をイメー
ジし、関わっていく必要性が問わ

る。訪問看護ステーションの協力を得
て、訪問看護実習をしています。
病院を退院された患者さまが、
「家」では入院中とは別人のよう
に、元気に笑顔で過ごしておられ
る姿を見て、多くの看護師が環境
の持つ力を実感しています。実際
に個々に違う「家」での暮らしを
確認することで、各々の患者さま
に見合った看護を提供する必要性
を学んでいます。家庭の介護力な
どの問題から、誰もが同じように
自宅へ退院できる訳ではありません
が、地域に密着する病院的看護
師として、病院から地域へと「看
護のバトン」がスムーズに渡るよ
うに、介護サービス事業所との連
携や、退院前の患者さま宅への訪
問などを通して、患者さま・ご家
族の希望を叶えられるよう取り組
んで参ります。また地域の皆さま
との交流を図ることで、地域を理
解し、日々の看護に活かしたいと
考えておりますので、今後ともよ
ろしくお願いいたします。

基本方針

1. 人権を尊重し、平等の精神をしっかりともちます。
2. 安心を提供できるよう、切磋・協調し責任をもって医療にあたります。
3. 常にやさしさとぬくもりのある心で、ケアに努めます。
4. 保健・医療・福祉の連携を積極的に進め、地域包括医療を実践します。
5. 公務員であることを自覚し、地域住民のために尽くします。

《患者さまの権利》

1. 良質な医療を公平に受ける権利
2. 診療に関して十分な説明と情報の提供を受ける権利
3. 自分の意志で検査や治療法に対して決定できる権利
4. セカンドオピニオン（他の医師の意見）を求める権利
5. 個人情報（プライバシー）が守られる権利
6. 人としての尊厳性を保証される権利

《患者さまの義務》

1. 医療従事者と共同して治療に参加する義務
2. 医療安全の実践に協力する義務
3. 快適な療養環境の維持に協力する義務
4. 病院の規則を守る義務

中学生・高校生一日看護体験

安来市立病院では、毎年夏休みの期間を利用して、「一日看護体験」実習を行っています。この実習は、看護体験を通して看護の心や看護職についての理解を深め、一人でも多くの方に看護職を目指すきっかけとしていただきたいとの思いから行っています。

今年度は中学生5名（7/20）、高校生7名（7/27、8/3、8/17）の参加があり、入院病棟の業務を体験していただきました。例年に比べ、若干人数が少なめでしたが、来ていただいた参加者のほとんどは将来の仕事として医療職に関心を持ち、自らが希望して参加してくださいました。

病棟では、担当の看護師と一緒に患者さまの手足を洗ったり、顔などを拭いてさしあげる作業や、血圧の測定をしたり、血糖値の測定を見学するなど様々な体験をしてもらいました。



体験を終えた後には「いろいろな種類の仕事があってとても勉強になったし、これからの進路に向けてたくさん考えていけそうです」「自分の身体ではないので、考えながらすることが難しかったです」などの感想が聞かれ、看護師の道を目指す意欲を高めるきっかけの一日になったように感じました。

このような体験を通し、より多くの若い方が安来市の医療を支える人材として育ち、今後活躍していただける事を願っています。

薬剤師募集中!!

安来市立病院では、薬剤師として勤務していただける方を募集しています。薬剤師は急性期から慢性期までの患者さまの服薬指導を始め、がん化学療法などに携わっています。



また当院では、スキルアップのためのフォロー体制を整えています。

あなたも私たちと一緒に働きませんか？



問い合わせ ▶ 安来市立病院 総務課 電話 32-2121

平成27年4月より一年半診療させていただきました。病院スタッフをはじめ、地域の皆さんに支えられている事を、この二年半肌で感じる事ができました。

今までお世話になり、本当にありがとうございました。



内科
川田壮一郎
医師

平成29年9月30日付

退任

このたび10月より安来市立病院内科に勤務させていただきましたこととなりました。診療を通じて、地域の医療に少しでも貢献できるよう努めて参りますので、よろしくお願い申し上げます。



内科
今本 龍
医師

平成29年10月1日付

新任

この度医師の異動がありましたので、お知らせします。

医師動向

いきいきとした暮らしを



リハビリテーション室 陰 山 孝 徳

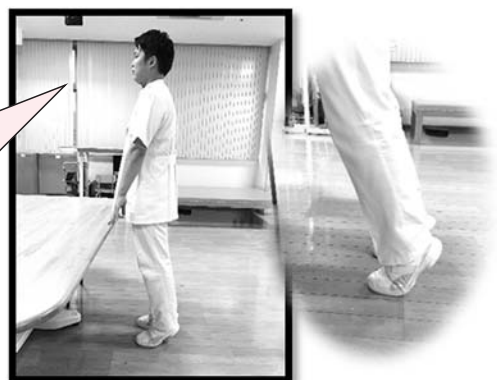
リハビリテーション室で働いている理学療法士の陰山と申します。出雲市出身で、安来で働き始めて3年目となりました。市民の皆さまと関わらせていただき、安来の方はとても優しく、温かい方が多いなと感じております。

さて、次第に秋が深まってきましたね。これから寒い日が続くようになると身体を動かす機会が減り、筋力も衰えがちとなります。また年齢を重ね、膝や腰に痛みが生じ、ウォーキングなどの軽い運動をすることも難しい場合があるかと思います。そこで今回は、自宅で簡単に出来る運動を3つ紹介します。

① つま先立ち

両足で立った状態で、かかとをゆっくり上げ下げします。10回程度の繰り返しを1日3回行いましょう。

ふくらはぎは第2の心臓とも言われます。ふくらはぎを鍛えることで、身体の血液循环を良くし、冷え性や貧血などの改善・予防などに効果的です。



② スクワット



椅子に腰かけるように、ゆっくりお尻を下ろします。深呼吸をするスピードで5～6回を、1日3回行いましょう。

女優の森光子さんも、かつて毎日スクワット運動をしておられたそうです。長く活躍されたことを思い起こせば、効果てきめんです!!



★膝がつま先より前に出ないようにします。

★足を肩幅程度にひらき、つま先はかかとから30度くらい外に開きましょう。

★膝に痛みがある場合は控えましょう。

③ 開眼片脚立位

片脚で立つ運動です。どちらかの手で椅子や机につかまり、体を支えながら脚を上げます。左右1分間ずつ、1日3回（計6分間）行いましょう。この運動をすると、約50分間の歩行に相当する効果があります。また、この運動で脚の骨密度が上がり、転倒を予防する効果もあります。

転ばないように椅子や机につかまりながら行いましょう！



皆さま、いかがだったでしょうか。今回は筋力アップの運動を紹介しました。これらの運動は、骨を丈夫にして転倒を防ぎ、心肺機能を向上させます。

動きやすい時期から体をしっかり動かし、寒い季節も元気で、いきいきとした毎日を過ごせると良いですね!!

平成28年度 病院事業決算状況 ～より良い病院づくりのために～

■決算概要

平成28年度の運営状況は、病床数183床、常勤医師による診療科目8科、非常勤医師による診療科目6科により事業を展開しました。

人口減少や市外の病院への流出等により、患者数の減少傾向が続いており、経常収支は1億円余のマイナスとなりましたが、安来市一般会計からの経営改善特別支援繰入金2億3千円により、収支状況は、純利益が1億円余となり、累積欠損金は17億円余から16億円余となりました。

経営改善の取組みとして、病院管理体制の一層の充実や医療の質向上のため、病院機能評価の更新認定を受けました。また、島根県が策定した「地域医療構想」を踏まえ、「安来市立病院新改革プラン」の策定を行い、当院の果たすべき役割を明確にし、必要な医療機能を備える体制の整備や、経営の効率化を図り、持続可能な病院経営を目指すこととしています。

今後も経営改善の方策を積極的に実施し、質の高い医療を提供することにより、市民の皆さまの健康を守り、安心した暮らしの一助となるよう、職員一丸となって頑張ってまいります。

■病院事業会計決算書

(単位：千円)

区 分		決 算 額
病院事業収益		3,061,106
主なもの	入院収益（病床数183床、患者数47,814人）	1,428,675
	外来収益（患者数63,268人）	639,665
	健診収益	84,851
	一般会計繰入金（うち、経営改善特別支援繰入金 230,510）	787,000
病院事業費用		2,945,069
主なもの	給与費（医師：17人、看護師：123人、事務職員：13人、その他職員：115人）	1,896,751
	材料費（薬品・診療材料等）	327,690
	経 費（光熱水費・委託料・修繕料等）	380,678
	減価償却費	230,789
純利益（収支差引）		116,037
当年度未処理欠損金（累積欠損金）		▲ 1,630,080

■安来市立病院の果たすべき役割

1. 二次救急を主体とした急性期医療の提供
 - ① 緊急手術等に対応した急性期入院患者の受入
 - ② 小児救急を含む小児医療、救急医療、地域医療、災害医療への対応
 - ③ 急性期医療におけるリハビリテーション・がん患者リハビリテーション等の提供
2. 在宅医療の提供
 - ① 保健・医療・福祉・介護との連携
 - ② 在宅医療の支援
3. 予防活動への対応
 - ① 各種健診・人間ドック・がん検診の実施
 - ② 生活習慣病への対応
4. 医療技術員の人材育成と確保
 - ① 医師・看護師・薬剤師・安来市消防本部救急救命士等の実習生受入
 - ② 地域の中学生や高校生の医療現場体験等の受入れ

「もしも」の時の行動法

内科 森 正 剛

もし反応がなく倒れている人に出会ったらどうしますか？その人がもし最愛のご家族だったら……。今日皆さんにお話しするのは、もしもの時の行動法です。

一般的に下記の3つの手順が推奨されています（図1）。

- ① 声をかける。人を呼ぶ。119番通報を行う。
- ② 意識なし、呼吸なしであれば胸骨圧迫を開始。
- ③ AEDを取り寄せ、操作する。

では具体的に説明をします。

まず、倒れている人を発見したら、その方のもとに駆け寄ってください。声をかけても反応がなければ肩を軽く叩きながら声をかけてみましょう。それでも反応なければ、意識がないと判断し、急いで人を集め119番通報をしましょう。またAEDが近くにあれば、持って来てもらいましょう。

次に呼吸の様子を見ます。口だけでなく胸やお腹の動き全体を観察します。この時、普通の呼吸をしていないと思えば呼吸なしと判断します。意識なし、呼吸なしと思ったら、胸骨圧迫を開始します。胸の中央を、まっすぐ速いテンポで押します。1分間に100回以上、5 cm以上の深さが目標です。一生懸命のときは速く浅くなりがちですので、丁寧に深く押してください。

そしてAEDです。これが確保できれば最良です。心臓が悪くて倒れた人の場合、AEDを使用すると、1か月後の生存率は胸骨圧迫だけのときと比べ16.1%から54.0%へと約3倍上がります⁽¹⁾。AEDの操作は簡単で、電源を入れてしゃべりだした機械の指示に従うだけです。しかし、いかにも簡単そうに言われるけれど難しそうで、自分にはできそうにないと思われる方もあるかと思います。そのときは以下の2つだけは必ずしていただきたいのです。

- ①倒れている人に近寄って声をかける。②119番通報をする。

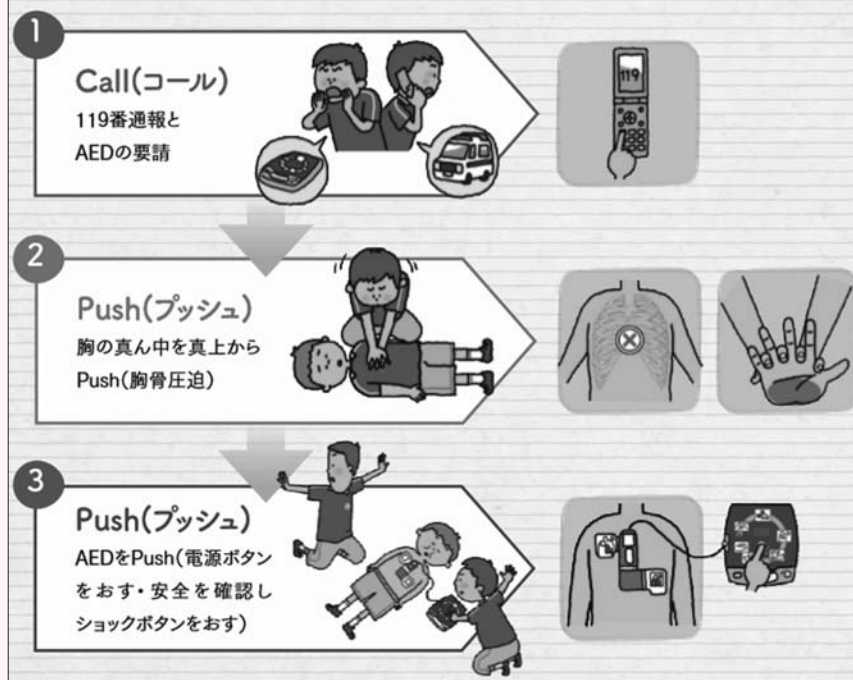
119番通報すると、消防の担当者が電話越しに処置の手順を教えてください。

救急車が現場到着するまでに平均8.3分かかりますが⁽²⁾、この間救急隊を待っているだけだと、心臓に原因があり心肺停止となっておられる方は1か月後の生存率が9.2%しかありません。しかし皆さんに胸骨圧迫を主とする蘇生を行っていただくと、それが約2倍の16.1%に増加するのです。⁽¹⁾

一人でも多くの人の命を救うためには皆さんの協力が不可欠です。よろしくお願いします。

- (1)「平成28年度 救急・救助の現況、総務省消防庁」より
- (2)「平成28年版安来市消防本部年報」より

大切なのは、「早い通報・胸骨圧迫・AED」、つまり「コール&プッシュ」だということをおぼえておいてください。



(図1) 救命の手順(減らせ突然死AEDプロジェクト 成人版副読本『命を守る 心肺蘇生・AED』より)

★栄養管理室おすすめレシピ★

紅葉がきれいな季節になりましたね。
今回は、さつまいもを使った酢の物をご紹介します。

～さつまいものみぞれ和え～

☆材 料☆	分量(2人分)
さつまいも	60g
サラダ油	適量
人参	20g
きゅうり	20g
大根	80g
米酢	小さじ2
A うすくち醤油	小さじ1
砂糖	小さじ2/3

☆作り方☆

- ① さつまいもは1cm角、人参・きゅうりは5mm角のサイコロ状に切る。
- ② 人参は茹で、さつまいもはこんがりとするまでサラダ油で揚げる。
- ③ 大根をすりおろし、軽く水気を切る。
- ④ ボールにAを入れて混ぜ合わせる。
- ⑤ ④に、きゅうり・②・③を加えて混ぜ合わせたらできあがり♪

1人当たり：87kcal 塩分0.5g



外来診療案内

平成29年10月1日

診療科	曜日	月	火	水	木	金
内科	消化器内科	足立加津彦	今本 龍	足立加津彦	今本 龍	
	循環器内科	森 正剛	大学医	森 正剛	大学医	森 正剛
	腎臓内科		大学医			乗本 業文
	神経内科	田中 弘道		田中 弘道		田中 弘道
	神経内科 (予約制)			入江 秀樹 (非常勤医師)		
	内分泌内科	乗本 道子	乗本 道子	乗本 道子	乗本 道子	乗本 道子
		※ 部分は予約診療の日です				
外科(予約制あり)		菅村 健二	小川 東明	水澤 清昭	菅村 健二	水澤 清昭
小児科		太田原宏子	大学医	太田原宏子	太田原宏子	太田原宏子
整形外科	一診 (再診は全て予約制)	大森 敏雄	大森 敏雄		大森 敏雄	
	二診	賀川 武	賀川 武 (予約)	大学医 (一部予約)	賀川 武 (予約)	賀川 武
	三診	水村 浩之 (予約)	水村 浩之		水村 浩之	水村 浩之 (予約)
婦人科 (予約制あり)			水田 正能 (診療13:30～)	野坂啓介(検診のみ) 【非常勤】	水田 正能 (診療午前中のみ)	
麻酔科 (ペインクリニック)		玉川 竜平				
泌尿器科			大学医		大学医	
皮膚科		大学医				大学医
形成外科					大学医	
眼科			大学医		大学医	
耳鼻咽喉科			大学医			大学医
専門外来	乳腺甲状腺 (予約制あり) 診療14:00～16:00			小川 東明 水田 正能 (第2,4週)		
	ストーマ (予約制) 診療9:00～12:00	菅村 健二	小川 東明	水澤 清昭	菅村 健二	水澤 清昭
	もの忘れ(予約制) 診療14:00～16:00					田中 弘道
	呼吸器 診療9:00～12:00		松江医療センター 非常勤医師 (第1・3週)			

◆受付時間 <<急病の方は、
受付時間・休診日に関係なく
いつでも診療を行っています>>

●新患(新患窓口)

- ・各科 8:30～11:00
- ・婦人科(火曜日)
8:30～16:30

●再来(自動受付機)

- ・各科 8:00～11:30
- ・婦人科(火曜日)
8:00～16:30

(予約以外で11:30以降に
受付される方は再来窓口)

●リハビリ、注射、検査、健診等 (再来窓口)

8:30～11:00

※小児科夜間救急対応について

鳥取大学の小児科医師が週に
1回救急対応いたします。受診
を希望される方は、21:00まで
に電話連絡のうえお越しください。

※対応時間

毎週木曜 17:30～21:30

◆診療開始時間

各科 9:00～

※婦人科(火)

診療時間 13:30～17:00

◆予約

初診の方および当日の予約
はできません。

◆休診日

土曜日・日曜日・祝日
年末年始(12/29～1/3)