

さいせい

咲かせよう いのち 世代を越えて いつまでも

第34号 (H26年1月)

済生会みすみ病院

健康と福祉の情報誌

発行者：藤岡 正導

● 済生会みすみ病院の理念と方針 ●

理念：医療・福祉を通じて安心して生活できる地域づくりに貢献します。

方針：『地域医療を支援します』『救急医療を実践します』『健康的な生活を支援します』



居宅介護支援センター開設

目次

●新年のごあいさつ	2
●事前指定書	7
●リハビリ室だより	8
●病院だより	10
●部署紹介・外来一覧表	11
●健康フェスタ	12



新年のごあいさつ



院長 藤岡正導



あけましておめでとうございます。今年も思いを新たに、新年を迎えたことと 思います。

さて、昨年済生会みすみ病院は創立10周年を迎えました。この間、医療スタッフ数は116名から249名とほぼ倍増しました。また、CTやMRIなど最新鋭の医療機器も積極的に導入いたしました。その結果、皆さんから「地域になくてはならない病院」と高い評価をいただきました。

第二段階に入る今年は「出向く医療」を促進したいと思います。そのひとつが「健康出前講座」の充実です。病気予防を目的に各地へ出向いていますが、非常に好評で1昨年度は72回、昨年は4月から12月までに56回を数えました。今後地域の皆さんの健康を守るためにさらに内容を充実させたいと考えています。

「出向く医療」の取り組みのもうひとつが在宅医療です。みすみ病院周辺の高齢化率の伸びは著しく、それに伴つて独居老人、老々介護の世帯は急増しております。このような社会状況の中では病院を受診できない患者さんのお世話を必要になってしまいます。昨年、院内に介護支援センターを立ち上げました。今後は周囲の介護施設や各支援センターの方々と連携をとりながら少しづつ在宅医療の和を広げてゆきたいと考えております。今年もよろしくお願ひいたします。



名誉院長 瀬井圭起



新年おめでとうございます。今年は午年、駿馬のように元気よく駆け巡りたいものです。昨年も色々困った事が沢山起きました。嘗て経験したことのない異常気象の多発、そしてその被害、先の見えない福島原発事故処理、震災復興の遅滞、聴く耳もたない周辺国の横暴、困難をきわめるTPP交渉、等々切りがありません。それに、これらの難題は具合の悪いことに、すべてが今年へ持ち越しています。日本国のことはさておいて三角、上天草の喫緊の問題、それは高齢化、人口減少の加速です。私は三角に赴任して11年になりますが人口は三角、大矢野で相当数減少しているようです。その上に65歳以上のお年寄り、いわゆる高齢化率は熊本県全体では26.4%ですが三角38.2%、大矢野34.0%、湯島にいたつては55.2%と驚くべき状態です。正に高齢化先進地域です。とは言うものの私の少子高齢化を止める妙案はありません。せめてこの現実を皆さんに知つていただいて、お年寄りに元気を出してもらうしかありません。一人一人が自分の事は自分で、健 康、体力維持に努める、出来るだけ身体を動かす、歩く、転ばないように気をつける、そして異常を感じたらすぐ病院を受診する、これがお年寄りのできる地域への協力です。私も今年は年男、高齢者のど真ん中にいます。元気で頑張りましょ。





副院長 庄野弘幸



副院長 藤本貴久

「寒さに負けず、歩いていますか？」

あけましておめでとうございます。

平成26年は午年ですね。私も馬のように格好良く走れたらよいのですが、膝が痛いので、今は歩くことに専念しています。歩くことはいい事だと分つてはいても、冬場は寒いですし、朝も夕方も暗いので、日中に仕事のある人にとっては、なかなか難しい時期ですね。それでも、おいしいものを食べたいと思えば、その分を歩かなくては太ってしまします。

何かしらの工夫を考えましょう。まず、暖かい格好をすることです。帽子やフードのついた上着もいいですし、最近は暖かな下着類もいろいろありますので、これらをうまく使いましょう。楽しく歩くためには音楽やラジオを聴きながら歩くのもいいでしょ。仕事が休みの日には、暖かな日中に歩くことができます。患者さんの質問に多いのは「何分歩けばいいのですか?」です。もちろん、たくさん歩ければいいのですが、最初からは無理ですので、まずは10分からでもいいと思います。「今から歩きに行こう」と気張らず、買い物にいくのに車でなく片道10分歩けば、往復20分です。通勤や畠まで、あるいはグランドゴルフまで歩いて行くこともできるかもしれません。今日からでも、少しづつ歩いてみて下さい。ただし、車には気をつけて。

新年明けましておめでとうございます。
みすみ・天草地域では高齢化の社会を迎えていました。高齢化では日本のトップレベルではないかと思われるぐらいですが、元気で長生きする社会は恵まれた社会でもあります。元気るために、まずは、健康維持のプランをたてることが重要かと思います。

1) しつかり体力作りをする。

2) 病気にかかるないよう気をつける。

3) 健康に自信がある人も健診を受けて、早めに病気を見つけて軽いうちに治療する。

みすみ病院の健診センターも早いもので開設して3年目を迎えます。一般的な健診をはじめ、脳ドック等の最先端専門ドックを充実させています。地域の健康増進のため年度始めの健康プラン作成時には、是非健診センターを利用する計画をたてていただきたいと存じます。健診センターのことで知りたいことがあれば是非、病院のスタッフに声をかけていただければと思います。平成26年度は地域の健康増進のため健診センタースタッフ一同、一丸となつて取り組んでいく所存です。今後ともご支援、ご鞭撻よろしくお願ひいたします。

診療部長 大島茂樹



新年明けましておめでとうございます。

昨年は皆様にとつてどういう年だったでしょうか。当院にとつては、病院誕生10年のひと区切りを迎え、新たな気持ちで再スタートをした1年でした。

開院以来かかげている「医療・福祉を通じて安心して生活できる地域創りに貢献します。」の理念の元、職員一丸となって診療・健康支援活動を行つてきました。今年も更に地域の皆様のニーズに応えるべく、よりactiveに、より細やかに活動を展開していく所存であります。

明けましておめでとうございます。
整形外科の西口です。
整形外科では口コモ対策に取り組んでいます。
口コモはメタボの仲間です。
どちらも長生きできません。
あなたは健康な老後、自立した老後を幾つまで送れるでしょう。

膝が痛くて歩けない、腰が痛くて動けない。

それが口コモです。

口コモの次は寝たきりです。

寝たきりの次は、認知症や死が待っています。

正月早々怖い話です。

自分の健康はまず自分で守る必要があります。

またご自分や御家族が病気になられ、不安や悩みを抱えておられる方も色々なことを相談できるようす相談窓口をもうけておりますので、お気軽に御利用下さい。

今年一年皆様のご多幸とご健康を祈念し、新年の挨拶とさせて頂きます。

整形外科部長 西口雅彦



明けましておめでとうございます。

年の始めというのは、やはり気分的にすがすがしいものです。ところで今年の抱負は皆様はどうされていますか。

私ですが、昨年健診で初めて生活習慣病の数値に黄信号がともりました。

また健康フェエスタの折に動脈硬化の程度を調べてみたら今度は年齢より悪いという結果でさらなるショックでした。原因は何でしょうか。運動不足、食べ過ぎ、飲み過ぎ、ストレス、などなどいずれもあてはまりそうです。つらつら考えるに、根本的には健康への意識の問題ではないでしょうか。空気のようにあつて当たり前と思つているうちに体の中では変化が起きていたのではないでしようか。医者の不養生と言えばそれまでですが、今回の結果を反省材料にこの1年の目標は決まりでしよう。

外科 田辺大朗



明けましておめでとうございます。

年の始めというのは、やはり気分的にすがすがしいものです。ところで今年の抱負は皆様はどうされていますか。

機会にいていただければと思います。

今年もよろしくお願ひいたします。

麻酔科 尾方信也



新年明けましておめでとうござります。

今年の干支は午、元気よく躍動する年にしたいものです。昨年は年男でしたが何とか一年を、一日一日の積み重ねで無事過ごせたよう思います。庄野副院長の口癖である（もつと歩いて）に従つてウォーキングを開始したことで、メタボ予備軍から開放されました。皆さんにも健康と体調維持のために、金もかからず、自分の体調に会わせて出来るウォーキングをお勧めします。

消化器内科 築村哲人



新年明けましておめでとうございます。寒い日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。私事で大変恐縮ですが、新年早々、うかつにも感染性胃腸炎にかかってしまい、恶心、嘔吐、下痢、腹痛で数日間苦しみました。消化器内科の医師が、何とふとどきなどお叱りを受けるかもしれませんのが、やむをえません。改めて患者様の気持ちがよくわかりました。感染性胃腸炎は体の抵抗力が落ちた時は誰でも罹患する可能性があります。手洗い励行はもちろん、御自身の体調を普段から整えることも重要と考えます。患者様の中には、がまん強い方もおられ、かなり重症化して初めて来院される方を時々お見かけします。自身の健康管理はもちろんのこと、早期発見、早期治療が重要であることは、私が申し上げるまでありません。調子が悪い時は遠慮なさらずに来院されて下さい。皆様の健康を心からお祈り申し上げます。

外科 甲斐幹男



あけましておめでとうございます。元気で病院と縁の無い生活が送りたいと考えています、外科の甲斐幹男です。去年のお正月はたくさんの患者さんが来院されたことを思い出しながら記録をふりかえってみると、冬らしく、上気道炎の患者さんがおられましたが、インフルエンザはお正月の時期は少なかったようです。

毎年冬場のこの時期に上気道炎、感冒といった病気と負けない患者数を認めるのが、感染性胃腸炎です。夏場に限らず冬のこの時期にも必ず胃腸炎の患者さんがかなり来院されるようです。平成24年のお正月にも10人弱の方が胃腸炎にて当院を受診されたようです。

この時期の胃腸炎は、ウイルス性のものが見られます。ノロウイルスは毎年11月から4月にかけて流行します。ロタウイルスによる感染線胃腸炎も冬から春に流行します。子供のみならず大人もこれらの胃腸炎にかかることがあり、手洗い等に注意して、元気な冬を過ごしてください。



内科医師 阪川比佐子



あけましておめでとうございます。早いもので今年の春で赴任してきて3年になります。一年目の目標は「当院を呼吸器学余認定施設にする」と「当院に呼吸器科医がいるとわかつてもいい」ことでした。二年目は救急疾患への対応の充実のために「ICLS (Immediate Cardiac Life Support) インストラクター、JMECC (Japanese Medical Emergency Care Course) インストラクターを取る」を目標とし、現在は院外でもインストラクターとして参加させていただいています。

三年目の目標についてお話する前に、予防医学について説明させてください。予防医学には一次予防から三次予防まであります。大まかには一次予防が「病気にならないようにする」と、二次予防が「病気を早期発見し、治療する」と、三次予防が「リハビリなどをを行い、社会復帰する」ことです。私の一年目、二年目の目標はまさにこの「二次予防」にあたります。次にすべきことは、やはり「一次予防」と感じていました。

「一次予防」には予防接種、事故防止、職業病対策などがあります。事業者は従業員の数や使用物質によって産業医の嘱託や専従など規則が決まっていて、中小企業の中には、これらの規則に当たはまらないために嘱託の産業医すらない事業者も多いようです。そこで、私は元々産業医の資格は持っていましたが、三年目の目標として、事業者の方々に相談したいと思つていただけるように、数年前から労働衛生コンサルタントという国家資格の取得を挙げていました、無事2013年に取得できました。この資格が、三角周辺の労働者の「一次予防」に役立てなければと考えています。そして「一次予防」から「三次予防」まで当院でしっかりとやっていけるようにしていきたいと思つています。



内科 磯部博隆



今年も宜しくお願ひ申し上げます。
病院として地域の支えになれるよう、
診療に携わっていただきたいと考えています。



事前指定書ってご存知ですか ～自分らしく生きるため～



我が国の平均寿命は男女とも80前後（男性79・5、女性86・3）となりました。それとは別に「健康寿命」という言葉をご存知ですか。これは「病気や怪我で介護を受けることなく、自立して健康に生活できる年齢」（男性70・4、女性73・6）を意味します。よく見ると平均寿命と健康寿命との間には10年程の隔たりがあることに気づきます。つまり「自立して健康に生活できない年数」が10年近くあることになります。では自分の身体が不自由になつた時に、あなたらしく生きることつてなんでしょう？そんなことを一緒に考えてみませんか？

いのちは誰のものなんだろう

病院には様々な病気の患者さんがいらっしゃいます。病院は患者さんに意向に沿つた医療を行いますが、治療を行なながらも「はたしてこれは患者さんが望む医療だろうか」と悩むこともあります。例えば、ある患者さんが癌になり余命1ヶ月はないと宣告されていました。その方が呼吸困難になり救急車で運ばれてきました。病院に到着した時は心臓も停止した状態で、緊急蘇生措置が行われ、生命の危機は脱しました。でも癌が完治したわけではありません。患者さんは人工呼吸器につながれ、言葉を出すこともできません。家族は「一日でも長く生きてほしい」と願っています。

事前指定してみませんか

今回「事前指定書」私はこう生きたいを作りました。最近「エンディングノート」とか「終活」という言葉をよく耳にします。これは人生の最後を自分自身で準備をしようという試みです。我々のこれはそうではなく、「不自由な身体

医療は患者さんの選択で進められます

病気に対する治療の方法は一つではありません。もちろん医療者は患者さんに最もふさわしいと思う治療法を奨めますが、最後は患者さんの選択が尊重されます。患者さんと話せる場合は患者さんの選択により治療を進めることができますが、仮に「寝たきりになつて話せない」「意識障害で判断ができない」となつた場合どうでしょう。そのような場合、家族の判断で治療を選択していただきます。ご家族は自己のこと以上に不安に駆られますし、悩まれることでしあう。結局、散々悩んだ上で、自分達（家族）が納得できる医療」「できることは何でもしてください」を選択していることも珍しくありません。それが患者さんの意志に沿うことになつたのかどうかは、誰もわかりません。

誰しもがそう思いますが、これは患者さんが思う「自分らしく生きることにつながつたでしょうか？患者さんご自分が喜んでくれたでしょうか？」

今まで数回に渡り出前健康講座等でこの指定書を紹介し、その中でご家族と話し合つておくことが重要ですとお伝えしてきました。先日ある患者さんから「息子に話したら、縁起でもなか。そぎやん話はせんでよかと一蹴された」というお話を聞きました。そして「だけん内緒で書いて目のつかん所に隠しどる」と笑つて仰いました。おそらくヘソクリと一緒に大事に隠されていると思いますが、でもこれではいざとなつた時に患者さんの思いはおそらく活かせないことになります。残念ながらお亡くなりになつた後、遺品を整理中には息子さんが書類を発見され、息子さんはそれから先ずっと後悔の念を拭い去ることはできないかもしれません。

たしかに楽しい話ではありませんが、誰でもその時がやつてきます。考えることを先延ばしにして後悔するより、事前に身内の気持ちを理解しておくことが大切だと思います。

私どもはご高齢な方が多いこの地域だからこそ、皆さんが安心して生活されるために、この取り組みは重要ではあります。だからこそ、皆さんが安心して生活されたいかと考えました。作成の手引きもついています。もしご不明な点がありましたら、遠慮なくご相談ください。

リハビリ室だより 脳損傷者等の自動車 の運転について

リハビリテーション室 五十嵐稔浩

平成23年4月18日

栃木県にて集団登校中の小学生の列にクレーン車が突進し児童6人が死亡する事故が発生しました。クレーン車を運転していた人がてんかん発作を起こして意識を失った事が原因であつたと言われています。てんかん発作とは突然意識がなくなってしまったり、体にけいれんなどの症状が起こってしまっています。この事故をきっかけに最近、高齢者の自動車運転や脳卒中などにより障害を持たれた方々の自動車の運転が注目されています。

何故運転ができるなくなってしまったのか?という事を考えてみると、「怪我によつて両足が動かない」、「脳卒中になつて右手・右足が動かなくなつた。」などでは、自動車の運転が出来なくなつてしまふが多いのではないか?しないでしょうか?私は自動車を運転する時、周囲に人はい

ば、現在様々な道具の改良がなされており、自動車の運転は比較的可能なものとなっています。皆さんもテレビなどで両手がない方が足だけでも自動車を運転するなどの場面を見たことがあります。自動車を運転するには、車の運転が出来なくなつてしまふ原因は何なのでしょうか?私は自動車を運転す

ないか？子供が飛び出してこないか？信号の色は何色か？前の車との距離は？自分の運転技術は？など様々なことに注意を払い、状況を判断しながら運転をしています。もしこの機能が障害されてしまふと運転は大変危険なものとなってしまい、自動車の運転は出来なくなってしまいます。このような機能障害は、認知機能障害、注意機能障害、高次脳機能障害

などと呼ばれています。「体の障害」とは違つて「目」には見えません。そのため周囲の方々や時には本人さえも気付かないこともあります。

現在、脳血管疾患など一定の病気の治療を受けている方のうち、運転免許を取得しようとする人、持っている人への協力として、①免許取得または更新時に、警察に自身の症状を正確に申告すること。
②運転免許の取得前に必要に応じて警察に相談すること。
③自動車などの運転に支障のある場合は、運転を控えること（薬の飲み忘れなど）
④免許は持つているが、運転に支障がある状態は続く場合は警察に相談すること。
など、運転に不安を感じた時は、自らの判断ではなく医師をはじめとする医療関係者との検討が必要です。



災害訓練実施

企画総務室



10月2日（水）、全職員対象の災害訓練を開催しました。本年度の想定は、21・30、大雨により波多浦駅周辺にて土砂崩れ発生。土砂崩れの影響により三角線の脱線事故発生。又、同時刻に国道57号線大田尾付近にて観光バスの事故発生。2カ所から本院に20名の患者受入要請があつたと想定し、26名のスタッフにより受入訓練を実施しました。

訓練では、訓練参加スタッフ以外の50名程度を各救護所の評価者として配置し、訓練終了後に全体で意見交換会を行つた事により各

救護所での反省点

を明確にする事が出来ました。今回

の反省点を活かし、

今後の災害マニユ

アルの改正と次年

度の訓練の参考に

したいと考えます。

在宅療養支援体制構築に向けた意見交換会

地域連携室



当地域は高齢化・単身世帯の増加が顕著で、高齢化率は三角町で38%、大矢野町で34%と県平均を大きく上回っています。そのために各地域で「地域包括ケアシステム」という様々な取り組みが検討されています。

今回、宇土地区医師会より当地域の在宅療養体制構築に向けた取組みへの協力依頼があり、10月22日（火）に第1回目会合が当院にて開催されました。参加者は医師会の尾崎会長をはじめ近隣診療所や老人保健施設の先生方、宇城や天草保健所、宇城市・上天草市など自治体からもご参加いただき、総勢40名近くとなりました。

中学生職場体験

企画総務室



これからいろんなことに役立てもらえたらいいなど考えました。将来優秀なドクター・ナースになつてみすみ病院で活躍して下さい。

9月10日（火）から12日（木）まで、三角中学校より1名の男子と2名の女子が職場体験に来てくれました。三日間で、病室での患者さん対応や検査室・放射線室・薬局・患者さんの食事を作っている栄養などを回ったり、手術着を着てみたり、AED体験を一生懸命やってくれました。最初の日には恥ずかしがっていた3人でしたが、最後の日には進んで患者さんと話ができるようになつっていました。いつも見ることができないところを見学したり、体験したりしたことが

部署紹介

[1・2病棟]



質問	答え
どんな部署ですか？	1・2病棟は、主に脳外・循環器・整形外科・外科・内科・消化器の急性期～慢性期治療や療養・介護が必要な患者さんが入院される病棟です。長期の入院・療養になることもあります。患者さんとのコミュニケーションを大切にし、医師やコメディカルと協働しながら、患者さんもスタッフも笑顔で過ごせるように心がけています。自宅退院にむけて患者家族参加型カンファレンスを実施し、退院後に患者さん・ご家族の方が安心して生活できるように支援しています。
部署での最近のホットな話題やPRしたいことを教えてください。	4月から新人3名、経験者4名の新規加入があり、良い刺激をもらっています。1・2病棟のスタッフに限らず他職種にも声をかけ、メンバーが揃えば休日に、三角岳や次郎丸の登山をしています。翌日からの勤務には体力的に堪えますが、職場内雰囲気作りの一役となっているようです。

2014年1月～ 外来医師一覧表

受付時間／午前8:30～11:00

	月	火	水	木	金
診察室 1	午前 循環器科 ショウノ ヒロユキ 庄野 弘幸	循環器科 ショウノ ヒロユキ 庄野 弘幸	循環器科 ショウノ ヒロユキ 庄野 弘幸	呼吸器科 ミヤカワ ヒサコ 宮川 比佐子	呼吸器科 ミヤカワ ヒサコ 宮川 比佐子
	午後 循環器科 ショウノ ヒロユキ 庄野 弘幸	循環器科 ショウノ ヒロユキ 庄野 弘幸	ベースメーカー外来(予約制)		禁煙外来(予約制) ミヤカワ ヒサコ 宮川 比佐子
			担当医		
診察室 2	午前 呼吸器科 済生会熊本病院医師	泌尿器科 済生会熊本病院医師	内科 イソベ ヒロタカ 磯部 博隆	泌尿器科 済生会熊本病院医師	消化器科 フジモト タカヒサ 藤本 貴久
	午後 禁煙外来(予約制) ミヤカワ ヒサコ 宮川 比佐子	腎臓病外来(予約制) 済生会熊本病院医師	腎臓病外来(予約制) 大島 茂樹	済生会熊本病院医師(4週) 甲斐 ミキオ 大島 茂樹	
診察室 3	午前 外科／乳腺 タナベ ダイロウ 田辺 大朗	消化器科 フジモト タカヒサ 藤本 貴久	外科／乳腺 オオシマ シゲキ 大島 茂樹	外科 カイ ミキオ 甲斐 幹男	肝臓外来 フクバヤシ コウタロウ 福林 光太郎
	午後			消化器科 ツキムラ テツト 築村 哲人	
診察室 4	午前 整形外科 ニシグチ マサヒコ 西口 雅彦	整形外科 ニシグチ マサヒコ 西口 雅彦	脳神経外科 フジオカ ショウドウ 藤岡 正導	整形外科 ニシグチ マサヒコ 西口 雅彦	脳神経外科 フジオカ ショウドウ 藤岡 正導
	午後	整形外科 ニシグチ マサヒコ 西口 雅彦	脳神経外科／脳トーカ(予約制) フジオカ ショウドウ 藤岡 正導		循環器科 ショウノ ヒロユキ 庄野 弘幸
診察室 6	午前 消化器科 ツキムラ テツト 築村 哲人	内科 イソベ ヒロタカ 磯部 博隆	消化器科 ツキムラ テツト 築村 哲人	循環器科 ショウノ ヒロユキ 庄野 弘幸	内科(糖尿病・予約制) ホシノ アビコ フワキ タスト 星乃 明彦(2週) 松尾 靖人(3週)
	午後			循環器科 ショウノ ヒロユキ 庄野 弘幸	心臓血管外科 サッサ トシハル 佐々 利明(3.5週)

※基本的に午後は予約となります。初めての方は午前11時までにいらして下さい。

済生会みすみ病院 健康フェスタ 2013



済生会みすみ病院にて、今年で4回目を迎える「健

康フェスタ2013」も行われ行列ができてきました。

11月10日に開催されました。病院・医療を身近に感じてもらうこと、子どもたちの中から一人でも地域医療を支える医療者に育つてほしいとの願いを込めて開催しています。院内の催し物では、子ども向けに、「外科・内視鏡手術体験」「リハビリ体験」「動脈硬化測定体験」「一次救命処置体験」などの医療体験、高齢の方向けには、「健康相談」「お薬相談」「栄養相談」等企画しました。また昨年も人気の高かった「アロマ入り足浴コーナー」「手洗いチェック」「プチ健診」「医師・看護師写真撮影体

（健康フェスタプロジェクト）

雨の影響もあり来場者数は約450名でしたが、来場された方がスタッフと気さくに話しておられ、フェスタを通じて地域との交流ができ、スタッフにとつても有意義な時間となりました。

屋外には特設ステージを設け、熊本のタレント「うんばば中尾」さんに総合司会をしていただきました。ステージでは地元の保育園や和太鼓、よさこい踊り、三味線の団体などたくさんの方に出演していただき、最後のお楽しみ抽選会まで子どもから大人まで楽しんでいただけました。



発行日／平成26年1月

発行所／熊本県宇城市三角町波多775-1
社会福祉法人 恩賜財團 済生会みすみ病院 広報委員会

医事代表／TEL 0964-53-1656 FAX 0964-53-1657

病院代表／TEL 0964-53-1611 FAX 0964-53-1618

ホームページ <http://www.sk-misumi.jp>

