

さいせい

第42号 (H28年9月)

済生会みすみ病院
健康と福祉の情報誌

咲かせよう いのち 世代を越えて いつまでも

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』



地域奉仕清掃活動

目次

- 病気のはなし 2
- 健康フェスタ2016予告 5
- 通所リハビリテーションセンター コンパス開設 6
- 病院だより 9
- 済生会熊本福祉センター紹介 10
- 外来医師一覧、部署紹介

機能的ディスペプシア（機能的胃腸症）

消化器内科 医長

築村 哲人

つて病気を知ってますか？



ストレス社会といわれる現代では、生活を送る中で様々な胃の症状を感じることがあります。胃もたれ、胃の痛みを主な症状とする機能的ディスペプシアという病気に関してお話します。

△病気の概念▽

胃潰瘍や胃がんといった目に見える明らかな病気が認められないにも関わらず、胃の働き、つまり胃の機能に問題があり、胃もたれ、すぐにお腹がいっぱいになる早期満腹感、胃の痛みといった症状が、慢性的にあらわれる病気を機能的ディスペプシアといいます。「慢性的」ということが1



つのポイントで、機能的ディスペプシアの患者さんはこのような症状が非常によく起こるといのが特徴です。食べ過ぎやストレスなどで、時々胃の調子が悪くなるという方がいらっしゃると思いますが、症状がたまに起こるという場合は機能的ディスペプシアではありません。また、胃食道逆流症を合併していることも多く、胃もたれ、胃の痛みと一緒に胸やけ症状を感じている方も多いです。

△病気の原因▽

機能的ディスペプシアはストレスが大きな原因となつて起こります。症状は、胃もたれ（早期満腹感を含む）と胃の痛みの2つのグループに分けることができ、ストレスを受けることで胃が動きにくくなる、膨らみにくくなるといった胃の運動機能異常が起こると、胃もたれの症状があらわれます。また、

ストレスによって胃が胃酸の刺激に対して過敏になると胃痛が起こります。どの程度のストレスで機能的ディスペプシアが起こるかは個人差があります。幼小児期の体験や体質、感染症による炎症などが関係していることが、最新の研究からわかってきています。

このほか、生活習慣やピロリ菌感染、飲酒、喫煙などが関与していることもわかっていきます。

△病気の人の数▽

色々な報告から推察すると、日本人の1～2割くらいが機能的ディスペプシアではないかと考えられています。機能的ディスペプシアにはストレスが非常に大きく関係していることがわかっていますから、今後ますます社会が複雑化してストレスが増えることで、患者数は増えていくのではないかと考えられています。

△病気の診断▽

まず、症状とその頻度を確認します。胃もたれは1週間に2～3回以上、胃の痛みは1週間に1回以上継続して起こっている場合、機能的ディスペプシ

アの可能性が考えられます。その上で、胃内視鏡検査を行い胃がんや胃潰瘍など、他の疾患がないことが確認できれば、機能的ディスペプシアと診断します。特に、出血や貧血がある、体重が減ってきた、食べ物が飲み込みにくいなどの症状がある方、これまで一度も内視鏡検査を受けたことがない方には、必ず内視鏡検査を行います。

△病気の治療▽

治療ではまず、胃の運動機能を改善するお薬や胃酸の分泌を抑えるお薬が使われます。このお薬で1ヵ月治療しても症状が改善しない場合には、胃の動きを良くする漢方薬やストレスへの対策として抗不



安薬や抗うつ薬が使われることもあります。また、胃食道逆流症を合併している場合にはプロトンポンプ阻害薬（PPI）が投与されます。ピロリ菌に感染している場合には、機能性ディスペプシアに対する治療ということだけでなく、胃がんや胃潰瘍の発症を抑制するという意味で、ぜひ、除菌治療を受けていただきたいと思います。その他、生活習慣の改善として、食事や睡眠などに気を付けて規則正しい生活を送る、禁煙する、運動の習慣を持っていたことも大切です。

△病気の対処法▽

ストレスをどうやって克服するかという点は非常に大切です。ストレスを取り除くというよりは、この病気がストレスによるものだということを理解するだけでずいぶん違ってくると思います。実際に、ご自身の症状がストレスと関係があるということを理解する、



あるいは、胃がんや胃潰瘍などの重大な病気ではないとわかるだけで症状がかなり改善する方がおられます。機能性ディスペプシアの根本はストレスですから、これを取り除くための患者さんと医師の信頼関係がとても大切だと考えています。

△病気で悩む方へのアドバイス▽

機能性ディスペプシアの患者さんは、慢性的に症状があらわれるため、生活の質が非常に大きく低下しています。これまでは、胃もたれや胃の痛みが続いている場合、「慢性胃炎」と診断されるケースが多かったのですが、このような状態は機能性ディスペプシアという病気である可能性もあり、治療すべき状態であるという認識が広まってきています。まずは医療機関を受診していただき、機能性ディスペプシアと診断されれば、この病気がストレスと深く関係しているということ、胃がんのように命に関わる病気ではないこと、そして治療によって症状が改善するということを理解していただくことが大切だと思います。また、治療を受ければ症状は改善しますが、再発する場合がありますこともご理解下さい。

済生会みすみ病院

健康フェスタ

テーマ:みんなで備えよう!

もしものの時の健康管理



落語特別講演



三遊亭 好太郎 落語

- ・健康づくり講演会
- ・相談・体験コーナー
- ・出店・バザー
- ・落語独演会
- ・バルーン etc

総合司会



木村 和也

長縄飛び大会

子どもから大人まで誰でも楽しめる「長縄飛び大会」を開催。
職場・クラブ・友人でチームを作って、心身の健康と豪華商品を目指してチャレンジしてみませんか?

**1チーム7~10人で
事前エントリーが必要です。**

詳細は事務局まで
お問い合わせください。



お楽しみ抽選会

場所 屋外特設ステージ

ご来場受付時、抽選券をお一人様につき1枚お渡しします。抽選会は屋外特設ステージにて、出し物の最後に行います。抽選で粗品をプレゼント!

※都合により一部イベントを変更する場合がありますのでご了承ください。



☆メインステージ☆ タイムスケジュール

10:00~	開会挨拶
10:10~	みすみ保育園(体操)
10:35~	わかき保育園(太鼓)
11:00~	介護予防体操
11:30~	健康づくり講演会
12:30~	上天草慈秀 よさこい
12:55~	チーム「KANADE」アカペラ
13:30~	長縄大会決勝
14:00~	落語 三遊亭 好太郎
14:30~	お楽しみ抽選会

皆様のご来場 お待ちしております!

入場無料

平成28年**11月13日(日)**

済生会みすみ病院内および屋外特設会場

リハビリ室だより 通所リハビリテーションセンター 「コンパス」開設

通所リハビリ 作業療法士 村松美佳子



平成28年6月より通所リハビリテーションセンター「コンパス」を開設いたしました。

【当事業所の理念】

私たちは、通所リハビリテーションサービスを通して、地域住民が生涯住み慣れた地域で、生き活きと暮らし続けることのできる地域創りに貢献します。

【基本方針（コンセプト）】

- ① 主体性を促すリハビリテーション
- ② 自立・自律を促すリハビリテーション
- ③ 社会参加を促すリハビリテーション

【一日の流れ】

6・8時間コース

* 要介護認定をお持ちの方

8時30分 お迎え

9時30分 到着・健康チェック

10時 ベーシックプラン（いきいき100歳体操）

11時 セレクトプラン

12時 昼食

13時 セレクトプラン

14時 セレクトプラン

15時 帰宅準備・一日の振り返り

15時45分 帰宅

短時間（2・3時間コース…午前・午後）

*基本的に要支援1・2の認定をお持ちの方

*送迎はありませんので、ご自分で来られるかご家族での送迎が出来る方

*足鍛（あしたん）..主に運動メインと脳鍛（のうたん）..主に脳トレメインのコースがあります。

（午前）

（午後）

9時30分

13時

到着・バイタルチェック

10時

13時30分

ベーシックプラン

11時

14時30分

（いきいき100歳体操）

マシントレーニング・バランス
トレーニング・ウォーキングエ
クササイズ 又は 脳トレなど

12時

15時30分

帰宅準備・一日の振り返り・帰宅

「やりたいことを自分で決める！」をコンセプトに、セレクトプランでは、自分の目標に合わせて、自分でやりたいことを決めて頂きます。（難しい方は、スタッフが一緒にお手伝いします）

【当事業所で行っている

セレクトプランの活動を一部ご紹介します。】

高知県で開発されたいきいき100歳体操を行っている

る所です。DVDを見ながら約40分程度重りをつけて筋力トレーニングを行います。結構疲れますが、少しずつ筋力訓練の効果は出てきており、立位での運動も随分安定してこられています。

お花を買いに行つて、プランターに植えました。買い物や園芸などの活動は、以前趣味にされていた方も多くおり、皆さん好んで取り組まれています。完成したプランターは通所リハビリの玄関前に飾り、華やかになりました。写真はカーメンテナン（洗車）の風景です。Kさんは左半身の麻痺があります。杖なしでの歩行や上下への重心移動な



ど、大変な作業がたくさん入っており、これも1つの活動（リハビリ）です。頑張ってピカピカに洗車して頂きました。人はいくつになっても、「誰かの役に立ちたい」と思っています。Kさんも他の利用者さんやスタッフから「ありがとう」と声をかけられ笑顔がみられていました。

中庭でグラウンドゴルフを行いました。素敵な芝生がありますので、運動するには最適ですよ。芝生の上は少しデコボコしており、普段とは違う感覚で歩く練習になります。他の利用者さんと会話もしながら楽しく取り組みます。

ウォーキングエクササイズとして、最近流行のノルディックウォーキング



を行っています。両手で杖をついて歩くので、足腰への負担が少なくなります。写真のFさんは、1回目は「きつい」と言われていましたが、2回目は「この前より楽に歩けたよ」との感想が聞かれました。長距離歩行に自信がない方も、少しずつ距離を伸ばしながら取り組むことが出来ます。

私たち通所リハビリスタッフは、医師・看護師・リハビリスタッフ・介護士・管理栄養士など、様々な専門職が揃っており、様々な視点での支援を心掛けております。また、高齢化が進んでいる当病院の周辺地域の住民が、住み慣れた地域で、生き活きと暮らし続けることができるよう、「自立した生活」と「安定した生活」をキーワードに、サポートに努めてまいります。

当事業所は活動・参加型に特化しておりますので、皆様の「やってみたいこと」「もっと上手になりたいこと」「やる必要のあること」など、しっかりと目標をお伺いし、目標達成に向けて一緒に取り組んでいきたいと思っています。

施設見学・体験利用も随時受け付けておりますので、通所リハビリスタッフ・五十嵐・村松までお問い合わせ下さい。

脳卒中患者 家族会開催

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師

高水志保

8月7日（日）、第1回脳卒中患者・家族会を開催しました。患者・家族18名、藤岡院長、石田看護部長、ボランティアスタッフを合わせた37名が参加しました。参加者でたこ焼きを作りながら、退院後の生活や入院中の思い出話等、笑顔あり・涙ありの有意義な時間を過ごしました。

「脳卒中患者・家族会 くるモン」にネーミングが決定し、この会が続くように、患者さん・ご家族・スタッフと共に今後の活動を支援していきたいと思っています。



介護保険研修会

医療連携部

6月16日（木）、医療連携部主催の介護保険研修会を開催しました。昨年介護保険制度の見直しがあり、一定以上の所得の方は2割の自己負担になったことや、特別養護老人ホームの入所基準が要介護度3以上になったことなどをポイントに制度について説明を行いました。

当院では今年6月に通所リハビリを開始し、訪問リハビリ、居宅介護支援事業所と併せて3つの事業所があります。当院周辺は高齢化が顕著な地域ですので、3事業所がしっかりとスクラムを組み、地域の方々が介護サービスを安心して利用し、可能な限り在宅生活が継続できるよう支援を行っていきたいと思います。

研修医湯島診療研修

診療部

8月4日（木）と5日（金）の2日間、熊本病院の初期研修2年目医師と当院スタッフ2名で湯島診療所を訪問し、往診や外来診療を見学しました。この一泊二日の湯島研修は、当院が担う研修医地域医療カリキュラムの中で重要な研修のひとつです。

湯島は人口約370人の小さな離島で、湯島診療所は島内唯一の診療所です。医師1人、看護師2人で、医療機器も医薬品も限られている中、島民の健康を守るべく外来に往診にと奮闘されています。大病院での勤務経験しかない研修医にとって、この湯島研修は一種のカルチャーショックであり、医療の原点を再確認できる大変貴重な機会となっています。



済生会熊本福祉センターの紹介

済生会熊本福祉センターには、熊本市南区内田町に障がいのある方の通所の事業所・グループホームと、白藤町に保育園と児童発達支援センターがあります。「一人ひとりを尊重し共に生きる社会の実現を目指します」を理念として、利用者へのサービスの質向上を目指しています。

済生会熊本福祉センター 内田施設

(6事業所・センターがあります)



○済生会ウイズ

「就労継続支援 A 型」では、病院寝具などのクリーニング事業と食堂厨房内で給食事業をしています。

「就労継続支援 B 型」ではクリーニングのたたみ作業と、野菜加工事業として人参や玉ねぎの皮むき作業などを行っています。



○済生会かがやき

内田施設と済生会熊本病院で 3 つの事業を行っています。「就労移行支援事業」は職業訓練と生活の自立に向けた支援を受けつつ、一般就労を目指しています。済生会熊本病院内では「就労継続支援事業」として、清掃事業とカフェ事業「ベーカリー & カフェふわり」「お弁当のかかし」「喫茶ポプラ」で支援を受けながら働いています。



○済生会ほほえみ

「就労継続支援 B 型」では「パン工房ふわり」にて約 60 種のパンやクッキーを製造し、企業や施設への訪問販売やイベント出店を行っています。「生活介護事業」では食事や入浴などの生活支援と健診セット封入などの軽作業などを行っています。



○済生会グループホーム事業所・短期入所

福祉センター本体から7km以内に13棟のグループホーム(定員87名)と短期入所(定員5名)を併設しています。障がいのある方々が、共同生活を通して、地域の中でより自立に向けた生活が出来るように支援しています。また、短期入所は将来の自立に向けた備えと、家族のレスパイト機能を担うことで、ニーズが高くなりつつあります。



○済生会熊本福祉相談支援センター

障がいのある方やそのご家族からの様々な相談に応じ、福祉サービス利用後も、ご本人・ご家族が望む生活が送れているのか、面接等により確認をさせていただき、必要に応じて関係機関と連携しながら支援を行っています。



○熊本県地域生活定着支援センター

熊本県より委託を受けて、「地域生活定着支援事業」を行っています。矯正施設等を退所した高齢者や障がい者で福祉サービスを必要としている人たちに対して、各人に合った就労や居住について相談・調整・支援をしています。

済生会熊本福祉センター 白藤



○済生会しらふじ保育園

しらふじ保育園は、定員160名で0歳～5歳までのお子さまを、お預かりしています。園目標でもある、“一人ひとりを認める”“遊ぶ力を育てる”“あいさつができる子どもを育てる”という3つ柱をもとに、子どもたちの主体性を育み、保育士や友だちとの触れ合いを通して、自分に自信を持ち周りの人たちを大切にしていけるよう、子どもたちの未知なる可能性を引き出していけるような保育園を心掛けて保育しています。



○済生会なでしこ園

発達に偏りや遅れ、障がいがある就学前の子ども達の通園施設です。日常を安心安定して過ごせることを基本に、遊びを通し、コミュニケーションや身の自立等、生活スキルの向上を目指しています。



○済生会なでしこ園相談支援事業所

相談支援事業所では、ご家族からの相談や福祉サービスの利用のお手伝い・利用計画の作成などを行います。



H.28年9月 外来医師一覧表

受付時間／午前 8:30 ～ 11:00

診療科	午前・午後	月	火	水	木	金
外科	午前	田辺 大朗		田辺 大朗	甲斐 幹男	
整形外科	午前	西口 雅彦	西口 雅彦		西口 雅彦	
	午後		西口 雅彦			
脳神経外科	午前			藤岡 正導		藤岡 正導
	午後			藤岡 正導		
心臓血管外科	午後	済生会熊本病院医師 (第 2.4 週)				
循環器内科	午前	庄野 弘幸	庄野 弘幸		庄野 弘幸	庄野 弘幸
	午後	庄野 弘幸	庄野 弘幸		庄野 弘幸	庄野 弘幸
呼吸器内科	午前	済生会熊本病院医師 (1.4 週)				
消化器内科	午前		藤本 貴久	築村 哲人	築村 哲人	藤本 貴久
	午後				築村 哲人	
肝臓外来 (予約制)	午前			熊大病院医師 (川崎 剛)		
泌尿器科	午前	済生会熊本病院医師		済生会熊本病院医師		
腎臓病外来 (予約制)	午前		町田 健治			
	午後			町田 健治		
糖尿病外来 (予約制)	午前					済生会熊本病院医師 星乃(2週)松尾(3週)
乳腺外来	午前	田辺 大朗		田辺 大朗		
禁煙外来 (予約制)	午後				藤岡 正導	
動脈硬化外来 (予約制)	午後		藤岡 正導			
脳ドック (予約制)	午後			藤岡 正導		

◎休診等のお知らせ

- ・9/30(金) 脳神経外科(藤岡医師)
- ・10/21(金) 脳神経外科(藤岡医師)
- ・10/6(木) 整形外科(西口医師)
- ・10/28(金) 循環器内科(庄野医師)

部署紹介

【医師室】



質 問

**あなたの所属部署は
どんな部署ですか？
(設立時期、
スタッフ構成や担当業務、
部署の雰囲気など)**

答 え

開院当初より女性率が高かったのですが、ここ1・2年の異動等により、現在は男性4名、女性2名の構成です。以前に比べると多少男くさくなったかもしれませんが、病院の顔としてソ・フ・トな対応を心がけています。

委託職員と協力しながら受付をはじめ、計算・会計・クレーク・予約等の日常業務を行っています。また月ごとの「保険請求」や「統計作成」などの管理等も行っています。この他にも診療報酬における「施設基準届出」や、電子カルテをはじめとした「システム管理」も担い、他職種と連携をとり幅広い業務を遂行しています。

**部署での最近のホットな
話やPRしたいことを
教えてください。**

2年に1度の「診療報酬改定」への対応を重点的に行います。新規項目や施設基準見直し等について、国の動向や医療環境の変化を考えながら、「今注力すべきもの」「必要な体制・仕組み」等について、検討や調整を行っています。

と、もちろん真面目な話ばかりだけではなく、「健診前に体重が増えたのは自分のせいではない」とか、「誕生日に旨いものを食べてお腹をこわした」とか、「娘に好きな男の子ができた」とか、など何気ない日常会話を通じてチームワークを高めています。



発行日／平成 28 年 9 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 財団 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>



明治 44 年創立 100 周年