

2019年1月 外来医師一覧表

		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		
脳神経内科 <small>※神経内科より名称変更</small>	午前				済生会熊本病院医師 (2、4週)	
心血管外科	午後	済生会熊本病院医師				
循環器内科	午前	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	
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	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 (1、3週)		済生会熊本病院医師		
腎臓病外来	午前				町田 健治	
	午後			町田 健治		
糖尿病外来	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	甲斐 幹男	
ペインクリニック	午前		荒川 和也			
	午後					荒川 和也
禁煙外来	午後					藤岡 正導
動脈硬化外来	午後		藤岡 正導			
脳ドック	午後			藤岡 正導		

- 受付時間 / 午前8:30～11:00 (土・日・祝日・年末年始を除く)
- 診療案内 / TEL.0964-53-1656 FAX.0964-53-1657
※お電話での予約や予約変更は平日14:00～17:00に承っております。
※休診日がございますので、事前にお問い合わせください。

休診の
お知らせ

- 2月 1日(金) / 藤本医師(消化器科)
- 2月 8日(金) / 藤本医師(消化器科)
- 2月25日(月) / 庄野医師(循環器科)

患者さんの権利と義務

私達は、安心して診療・治療を受けて頂くために、病状や治療法などについて十分な説明を行います。
また患者さんのご負担を軽減し、同意に基づいた医療を提供します。

患者さんの権利

1. 良質な医療を公平に受ける権利
2. 診療の内容等について十分な説明を受ける権利
3. 治療方法など自分の意志で決定する権利
4. 個人の秘密や医療上の情報が保護される権利
5. 診療記録の開示を求める権利
6. あなたの病気について他の医師に意見を求める権利

患者さんの義務

1. 自分の健康状態を出来るだけ正確に伝える義務
2. わからない事柄について質問する義務
3. 病院の規則と指示を守り治療に専念する義務
4. 他の来院者に対して迷惑をかける義務

理念と基本方針

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。

「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」



社会福祉法人 恩賜財団 済生会みすみ病院
〒869-3205 熊本県宇城市三角町波多775-1
TEL.0964-53-1611(代表) FAX.0964-53-1618

お知らせ・休診情報はこちら
<http://sk-misumi.jp>



発行 / 平成31年1月 社会福祉法人済生会みすみ病院 広報委員会

咲かせよう いのち 世代を越えて いつまでも。



49 Take Free.
2019.1



患者さんから寄贈
ピンクリボンの
タペストリー

医師年頭挨拶

リハビリテーションだより「認知症を学び地域で支えよう」
部署紹介[中央材料室] / みすみ病院のできごと
外来医師一覧

[特集] 「健康フェスタ2018」を開催しました



健康と福祉の情報誌 / 発行者 庄野 弘幸

年頭挨拶



院長
庄野 弘幸

あけましておめでとうございます。
「医療・福祉を通じて、安心して生活できる地域作りに貢献します」が、みすみ病院の理念です。
三角、上天草地域では、全国に先駆けて超高齢化社会となり、働く世代の人口は減少し、これからさらにこの状態は進みます。一方、「働き方改革法案」が今年4月から施行されます。病院で働く私達も例外ではなく、長時間労働は許されません。しかし、医師や看護師、薬剤師、看護助手、調理師などなかなか集まらない現状があります。外国人に手伝ってもらう法案も国会で審議されていますが、このような環境で、住民の皆さんが、「安心して生活できるように」今後のみすみ病院のあり方を職員みんなで考えているところで、皆さんに愛される素敵な病院を目指したいと思います。



名誉院長
瀬井 圭起

昨年もまた西日本豪雨、超異常高温の夏、北海道地震など何十年に一度という自然災害が満載で大変な一年でした。しかし、こと熊本に限って見れば、おおむね安寧の年だったと思われれます。私はみすみ病院に赴任して16年になります。そこで、この間の病院の医療圏の現況を医者的に診断してみました。その診断結果はほぼ小康を保ち、著変なしの状態ではあるが著しく老化の進み具合が早いと見ました。高齢者は増加し、人口減少は16年間で数千人に達し、体力低下に歯止めが掛からない状態が由々しき問題となっています。診断はしたものの、悲しいかなその治療法は全く思い付きません。後期高齢者の私に出来ることと言えば、元気に病気をせず仕事することしかありません。誰かが言っていました、生きがいは元気で、自分の好きなことをして、そして社会貢献する事と。高齢の皆さん、健康に気をつけて楽しい毎日を過ごすことは社会に貢献している事です。頑張らしましょう。



名誉院長
藤岡 正導

私たちはこれまで、皆さんの健康づくりの一環として様々な取り組みを行ってきました。その一つの「出前・健康講座」は昨年12月で700回を超え、私の「脳卒中と認知症で寝たきりにならないために」も100回を数えました。これもひとえに「健康寿命を延ばしたい」という皆さんの熱意の表れと思ひ、今年もさらに力を入れたいと考えております。もう一つの「健康フェスタ」も、9回目を迎えた昨年は1,300人を超える来場者がありました。今秋も数多くの催し物を準備して皆さんの御参加をお待ちしております。今年も「出前・健康講座」と「健康フェスタ」をおおいに活用いただき、一人でも多くの方が長い健康寿命を獲得されることを願っております。



副院長
藤本 貴久

皆様、健やかに新春をお迎えのことと存じます。昨年中は、済生会みすみ病院に御厚情を賜り誠にありがとうございました。今年も、「地域とともにある病院」として、地域住民の皆様のお役に立てるよう邁進する決意です。団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となる2025年までに、残された時間はわずかになってきました。医療機関の役割分担や連携がますます重要になってきています。当院での、患者様の疾患構成や救急の内容にも変化が見られてきています。外来や病棟の診療内容も環境に適合するよう進化させていかねばなりません。今年も皆様にはお願いすることも多くなっていくと思いますが、何卒よろしく御願い申し上げます。



診療部長
田辺 大朗

あけましておめでとうございます。
今年で平成が終わり、いよいよ新しい年号が始まります。みすみ病院は平成の後半15年間を、地域医療を支えることを目標に皆様と歩んできました。その間には、さまざまな医療をめぐる問題が発生してきました。人口減、高齢化社会、医療費の高騰、医師不足・偏在、最近では働き方改革で医師の使命と労働時間の矛盾も議論されています。
新年号となり新しい時代になりましても、みすみ病院が地域とともに歩めるようにさまざまな問題に取り組んでいきたいと思ひます。



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。昨年日本の総人口は27万人減少しましたが、高齢者は44万人増加しました。65歳以上の高齢者は全体の28.1%で4人に1人が高齢者です。
健康長寿を目指さなければ、日本の医療や財政は破綻します。高齢者の虚弱状態をフレイルと呼び、病気や環境の変化に弱くなっています。口腔の衰えをオーラルフレイルと呼びます。80歳で20本の歯を残そうというハチマルニイマル運動があります。筋肉の衰えをサルコペニアと言います。筋肉が減り筋力(握力)が落ちると、身の回りのことが出来なくなり介助や介護が必要となるだけでなく、死亡する危険、寿命も短くなります。何でも食べれる口腔状態を維持することで栄養をとり、筋肉の衰えを防ぐため運動を続けることが健康には大切です。
腰痛や骨粗しょう症、筋肉、膝関節の痛みは整形外科に相談してください。

平成最後の新年、皆様どの様に迎えられたでしょうか。
本日で7年余の手術麻酔で年齢構成は65歳以下25%・85歳まで60%・85歳以上15%の毎年それほど変化はありません。最近、就活・婚活・終活等の字を見られます。筋活つまり筋肉率は体重当たりの筋肉量で、20代を最大(男44%・女39%)に減少し70代では(男25%・女23%)と減るそうです。今の長寿社会では筋力維持は必須です。筋力は3か月の運動で10年分取り戻せて、特に下半身の筋の強化がお勧めです。運動前の炭水化物摂取、軽い筋トレ(スクワットや腕立て伏せ)後の散歩やランニング、終了1時間後の蛋白質摂取、三食とその間の間食及び良質な睡眠が筋肉量増大に働くといわれています。
健康寿命を延ばすために少しでも体を動かす筋活をお勧めします。



麻酔科
尾方 信也

去年の年末も寒波到来が遅く、この原稿も年末のややのんびりした空気の中で書いた覚えがあります。
“一昨年は例年よりインフルエンザの流行が遅い”との原稿に書きましたが12月に入り、ややインフルエンザの患者さんを見かけるようになり、数年前のように外来がインフルエンザの患者さんで一杯になるほどではありません。それでも、今年も病院はインフルエンザに備え面会制限を行っています、院内での感染は一度広がると大変なためです。
インフルエンザも新しい薬がでていますが、薬を飲んでものまなくても直るのにかかる期間はあまり変わりません。きつい症状が一日でも早く取れて欲しいため薬を飲むのですが飲み始めは発症から48時間以内でない意味が無く、検査自体は発症から12~24時間立たないと陽性になりにくいのでなかなか受診のタイミングもむずかしいものです。
新年になり、急な気候の変化があると思いますが、食事をしっかり摂り、生活習慣を見直して、病気にならないように気をつけて過ごしてください。



外科
甲斐 幹男

新年明けましておめでとうございます。
いよいよ平成最後の年となりました。来年は東京でオリンピックが開催されます。月日が早く過ぎ去ることに改めて驚かされる今日この頃です。
昨年は日本全国で地震、猛暑、水害などの災いの多い1年でした。少子高齢化が進む中で済生会みすみ病院はマンパワー不足などの深刻な問題をかかえています。個人的には、一般診療、救急診療、当直、研修医の指導など微力ながらがんばってきました。また、政府による働き方改革の影響もあり、仕事を能率よくてきばきとこなす必要性がでてきました。
昨年末から厳しい寒さが続いていますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今年には医師のマンパワーが少し増えそうです。病院スタッフ全員の力をお借りして今まで以上に頑張っていこうと思ひます。
インフルエンザ流行の兆しが見えております。皆様もインフルエンザなどにご注意ください。皆様が健康で幸せな生活を送れますよう、心からお祈り申し上げます。



消化器科
築村 哲人

あけましておめでとうございます。今年も宜しく御願いたします。
慢性腎臓病という言葉をご存じでしょうか。尿蛋白や腎機能異常が3ヶ月以上続いている状態を指します。成人の8人に1人が慢性腎臓病だといわれています。腎臓病は早期発見・早期治療が大事です。健康診断をきっかけに精密検査にて腎臓の異常が見つかることもあります。症状が何も無くても、1年に1回の健康診断を受けられることをお勧めします。
また慢性腎臓病の原因には生活習慣病(糖尿病、高血圧、脂質異常症、喫煙など)が関与しています。是非健康診断やかかりつけ医にてチェックされてみてください。
皆さまのご健康を祈念いたします。



腎臓内科
町田 健治

旧年中は主に、救急・ペインクリニック(痛みの治療)を中心に活動させていただきました。また、専門外ではありますが、地元での加療をご希望される皆様に、できる限りの対応を、科を問わず行ってまいりました。
救急におきましては、宇城消防とチームを作って参加した、メディカルラリーという救急活動の競技において三位入賞しました。競技訓練を通して、救急隊との相互理解を深めることができ、大変有意義な機会でした。
また、痛みの治療においては、まだ認知度が低いですが、痛みが軽減したと喜んで頂き、私自身も嬉しくなる機会を頂いております。
今年も皆様の、災いや痛みが少なくなりますようお願いしながら、仕事をさせていただきます。



麻酔科
荒川 和也



リハビリテーションだより 認知症を学び地域で支えよう

皆さんの周りにこんな方はいらっしゃいませんか？

- 何回も同じことを尋ねる ● 今日の日付や季節、時間が分からない
● よく知っている人の名前を憶えていない ● 近所なのに、道に迷ったりする
● 住所や電話番号を聞いても答えられない ● 耳は聞こえているのに、会話がちぐはぐ
● 周りの状況、物事の善悪などの理解や判断ができない ...など

このような方は認知症の可能性がります
今回は、認知症と、予防のポイントについてお話したいと思います。

認知症とは

一度成熟した脳が、いろいろな原因によって脳の働きが悪くなり、当たり前の暮らしが困難になるほど、わかる力(認知力)が低下した状態。

日常生活や人間関係に支障をきたす。

(体験の一部を忘れる)

加齢による物忘れ

- 経験したことが部分的に思い出せない
● 目の前の人の名前が思い出せない
● 物の置き場所を思い出せないことがある
● 何を食べたか思い出せない
● 約束をすっかり忘れてしまった
● 物覚えが悪くなったように感じる
● 曜日や日付を間違えることがある

(体験の全部を忘れる)

認知症の記憶障害

- 経験したこと全部を忘れている
● 目の前の人や誰なのか分からない
● 置き忘れ・紛失が頻繁になる
● 食べたこと自体を忘れている
● 約束したこと自体を忘れている
● 数分前の記憶が残らない
● 月や季節を間違えることがある

今朝の味噌汁の具は何だったかな? 朝ご飯を食べていない!
昨夜お風呂は何時頃入ったかな? 昨夜お風呂にはいっていない!
帽子はどこに置き忘れたのかな? 帽子がない!



認知症の本人・家族が陥りやすい関係性の悪循環/コミュニケーションの対等性の消失

発生頻度 大腿骨骨折:1件あたりの発生頻度:約3分に対し、認知症:約3秒と年々増加傾向にあります。

認知症予防のポイント

- 生活習慣病(高血圧・糖尿病・脳卒中)予防、アルコール・タバコの危険因子の排除、食習慣(糖分・塩分など)の改善
● 活性化(閉じこもりの解消)...身体の活性化、脳の活性化、心の活性化

認知症の予防1「食事」

食習慣、栄養に気をつけることで認知症になる危険度が変わります

- 野菜中心の食事(緑黄色野菜、豆類)
...1日10.4g以上の摂取で危険度は3分の1
● 肉より魚中心の食事(DHA、EPAが豊富)
...1日18.5g以上の摂取で危険度は3分の1
● 赤ワインの摂取...赤ワインに豊富な種類のポリフェノールが含まれる(1日にワイングラス2~3杯が最適)



認知症の予防2「運動」

運動習慣がアルツハイマー病のリスクを下げます

- 筋肉を動かすと前頭葉が活性化し、脳血流も良くなる
● 自発的に、楽しく運動することでさらに効果が高まる
● 週2~3回の有酸素運動を習慣にしよう(ウォーキングなど)
→運動や習慣を整えることで認知症の危険度は2分の1に下がると言われています!



認知症の予防3「活動」

社会的接触頻度の低い人(閉じこもりの人)は発症の危険度が8倍高いと言われています

- 社会的活動に積極的に参加する、知的活動を積極的にする
● 日記、家計簿をつける
● 趣味を多く持ち、ボランティア活動等に参加する
● 創作料理に挑戦する



自宅でできる認知症予防体操

- 最近のニュースや出来事は何かありましたか?
新聞・テレビ・ラジオ・会話・雑誌
四文字ニュース:たとえば...「今年漢字」「藤井将棋」「辺野古移」といえば、何か思い当たりますか?
■ 手をつなぎ足踏みしながら10個の言葉を考えましょう
頭文字「あ」※単語をなかなか思い出せない場合は、もう一人が「単語のヒント」を出しましょう。終わるまで、運命共同体です!
■ かなひろい体操
ルール あいうえお→自分の膝にタッチ/あいうえお以外→その場で拍手
お題 ①応援団 ②エンドウ豆 ③上をむいて歩こう ④大きな声で挨拶運動
⑤あじさいの植え替え ⑥ああ言えばこう言う

一緒にやってみてください!



認知症は誰にでも起こりうることです。関わる中で何か変化や気がかりになることがあれば、まずは、かかりつけ医や、専門医の受診をお勧めします。住み慣れた地域で安心して毎日を過ごせるよう、また、役割や楽しみ、尊厳のある暮らしを守れるよう、何か困りごとがあれば、悩まず気軽にご相談ください。



10月21日(日)

「健康フェスタ2018」を開催しました。健康フェスタプロジェクト事務局

昨年は台風の影響でステージイベントが中止となりましたが、今年は天候に恵まれ、地域の方が受付開始の1時間前からお見えになっていました。そのため、準備のできたブースから随時受け入れを開始しました。

午前のメインステージでは保育園児や小中学生の演技や演奏が行われ、司会の緒方由美さんと一緒に来場者を盛り上げてくれました。午後からの健康づくり講演会では当院の庄野弘幸院長、藤岡正導名誉院長が、そして熊本病院心臓血管外科部長の上杉英之先生にも「最先端の心臓手術につい

て」と題してご講演いただきました。講演会を聞くためだけに来場される方もおられたため、住民の健康意識の高まりを感じられました。

今年は熊本市出身の津軽三味線奏者 高崎裕士さんにご出演いただき庄野院長と二人羽織で三味線の演奏をされました。庄野院長はギターの実験があるとのこと、弦の扱いに慣れておられ意外な姿を垣間見ることができました。

今年はおかげさまで1,304名と過去最高の来場者にお越しいただきました。地域のイベントとして根付いたことを実感し、ありがたく思っております。

部署紹介★

中央材料室



再生器材が安全且つ正常に機能することを念頭に日々従事

中央材料室では、ハイリスクな汚染器材を多く取り扱っており、血液・体液・分泌物・排泄物等の感染性生体物質に曝露しないために、標準予防策(スタンダードプリコーション)を励行しています。再生処理、機能性の管理・確認、物理的・化学的・生物学的インジケータによって無菌保障水準をクリアした器材の適切な供給・回収を行い、いつでも再生器材が安全・正常に機能することを念頭に日々従事しています。また、各部署へ物品を配送し、様々なニーズに対応するサプライ業務も行っています。

以前はアルカリ洗浄だけでしたが、中性洗浄剤が加わり、用手洗浄を行っていた器材も洗えるようになり効率がアップしました。これからは滅菌の核として医療の安心・安全に寄与して行きたいと思っております。

ボウリング大会

みすみ病院の恒例行事である、職員交流ボウリング大会を開催しました。

今年、初の試みとして、「部署別対抗」での開催ということもあり、日頃のチームワークを発揮すべく、熱い戦いとなりました。

庄野院長の始球式でスタートし、各チーム笑い声や声援が聞かれ、大いに盛り上がりました。



記念すべき部署別対抗ボウリング大会第1回目の優勝チームはリハビリチームでした！今後の業務もこのチームワークを活かして頑張りたいと思います。

とても楽しく、他部署の職員とも交流できるよい機会となりました。

職場改善委員会

みすみ病院の
できごと

SAISEIKAI MISUMI HOSPITAL

高齢者犯罪被害
予防研修会を
開催しました

通所リハビリの利用者さんに市の関係者と名乗る人から電話がかかってきて、「あなたの個人情報が漏れてしまった…早く処理をしないと大変なことになりますよ!」という詐欺まがいの電話があったことをきっかけに、熊本県宇城警察署生活安全課の中野隆一課長をお招きし、「どう防ぐ! 高齢者への犯罪!」と題した勉強会を9月15日に開催しました。

講演では、まさか私が犯罪に巻き込まれることはないだろうという気持ちではなく、犯罪はごく身近にあるものとして認識をして欲しい等の心構えや、もしも犯罪に巻き込まれた場合は、「犯罪に巻き込まれるなんて恥ずかしい!」など思わずにすぐ家族や警察に相談して欲しいなどの対処方法まで実際の話を変えながらわかりやすく話をしてくださいました。

きっかけとなった利用者さんは怪しいと思い周りの人に確認してから返事をすると言えられたため事なきを得ましたが、高齢者を狙った詐欺は巧妙化しているようです。医療福祉だけではなく警察など様々な機関との連携も重要であると再確認しました。



リハビリテーション室/五十嵐 稔浩

済生会くまもと
「人権研修」

10月12日(金)に当院研修室で人権についての研修会を開催しました。



本部「中期事業計画」の全体計画設定指標に「人権に関する研修の回数」があり、2回/年を年間計画値としてあげていましたが、今年初めて実施することができました。

今回は熊本県が2018(H30)年度より人権啓発の一貫で、講師派遣をする研修支援事業を利用し、以前熊本病院に勤務されていた箕田誠司先生(国立療養所菊池恵楓園園長)を派遣され、「ハンセン病患者と人権」という内容で講演いただきました。熊本県と関わりが深い、ハンセン病について知ることができ、いい機会となりました。

企画総務室/深堀 洋子

