

JCHO うつのみや病院広報誌



新しいすみ

第5号

通算73号 2015.9.20 発行

独立行政法人地域医療機能推進機構 (Japan Community Health care Organization : JCHO) うつのみや病院
〒321-0143 栃木県宇都宮市南高砂町 11-17 TEL028-653-1001 HP アドレス JCHO うつのみや病院 <http://utsunomiya.jcho.go.jp/>

地域包括ケア推進室の設立 —地域包括ケア体制の構築—

副院長

地域包括ケア推進室長 ◆ 木平百合子

地域の皆様こんにちは。木平です。

日頃より地域活動の場所でお目にかかることが多いと思います。宇都宮社会保険病院（社保）から独立行政法人 地域医療機能推進機構（JCHO）うつのみや病院になって2年目に入りました。地域の皆様にとっては「社保」から「JCHO」に変更してどう変化したのか気になると思います。病院においても今まで以上に地域の皆様にとって頼りになり、役に立つ病院組織に変わらなければ何の意味もないと思っております。まずはJCHO（ジェイコー）の名称を知っていただく必要があったので、去年4月より以前から定期的開催していた「医療講座」を『JCHO 医療講座』と名称を変更しました。また、「認知症カフェ」を『JCHO カフェ』、介護されている家族及び今後介護することが予測されるご家族に参加していただく『JCHO 家族の会』も同時に立ち上げました。

地域の皆様にとってご自身の体が健康であり、日常生活が健やかに過ごすことができる環境があることが大切だと思います。たとえ認知症の症状がみられても住み慣れた地域で一生過ごすことが可能であり、また、介護をしなければならぬ状況になったとしても仕事を休まず続けられ、困らない、疲れない、介護生活を行なえる地域でありたいと思います。そのため、JCHOうつのみや病院が地域の包括的医療を担うとともに介護体制の充実した機能である病院になれるようにJCHOの名称をつけた講座にしました。更に、10月には、多くの地域の皆様に病院の新しい体制を知っていただく機会として『JCHOうつのみや病院市民公開講座』を開催致しました。大勢の方々に集まっていただき、盛大な講演会となり感謝申し上げます。また、外来診療棟においては毎週火曜日の午前中に待ち時間を利用して頂く為、糖尿病に関する知識を提供できる機会として

『JCHO モーニングセミナー』を立ち上げ、今年の3月までに22回開催しました。この会の演者は診療協力部署（看護部、薬剤科、リハビリテーション科、検査科、栄養管理室）の職員と私がそれぞれ専門分野の内容を話すミニ勉強会です。もし機会があれば生活習慣病についてのお話もしていますので参加してみてください。



今年の4月にはJCHO本部より全国の病院すべてに地域包括ケア推進体制の構築の命が下り、当院も地域包括ケア推進室を設立しました。10名の職員が選出されて、私もそのメンバーのひとりとなりました。皆様はこの新しい部署が何を行うところと思われませんか？南宇都宮地区における医療・介護連携を密にし、住み慣れた地域で少しでも健康寿命を長くするように過ごしていただき、たとえ病気になっても地域で生活できるような組織作りをるところです。具体的に説明させていただきますと、もしご自身が入院するような病気となり、急性期治療によって症状が改善し、ご自宅へ退院できるまで回復されてたします。無事に退院された後も地域の医療・介護連携をご利用されてご自宅でも専門的・継続的医療（訪問診療、訪問看護、訪問薬剤指導、訪問リハビリ）を受けられるように体制を整える一貫した地域社会で暮らせるシステム作りです。近々、この医療・介護連携体制の構築とその組織強化目的のため地域包括支援センターと共催で、地域の医療・介護職に参加していただく研修会（仮称：南宇都宮医療・介護連携強化のための研修会）を企画しています。是非この研修会で多職種協働により、この南宇都宮地区の皆様が医療・介護体制が充実した生活が送れる環境作りができる地域の病院でありたいと思っております。

地域包括ケア推進室

- ◎目的
- ・ 地域における関係者との連携の推進
 - ・ 地域への情報発信の推進

<p>JCHO 市民公開講座</p> <p>☆目的 地域医療・介護連携に対する知識や病院及び介護老人保健施設の役割</p>	<p>JCHO モーニングセミナー</p> <p>☆目的 外来通院患者への情報提供とサービス向上</p>	<p>JCHO 医療講座</p> <p>☆目的 地域住民の健康増進</p>	<p>JCHO カフェ</p> <p>☆目的 認知症本人やそのご家族に寄り添いながら認知症についての理解</p>	<p>JCHO 家族の会</p> <p>☆目的 介護に携わる地域住民の悩みを考えながら、介護するための知識や知恵を提供</p>	<p>JCHO フレイル予防講座</p> <p>☆目的 地域住民の身体活動能力における運動及び栄養についての理解</p>	<p>JCHO リクエスト講座</p> <p>☆目的 医療・介護の専門職を地域へ講師として派遣</p>
--	---	--	---	--	---	--

新任医師紹介

氏名

1、担当科および専門分野 2、出身地 3、一言

武島 えり

- 1、腎臓内科・透析科
- 2、茨城県守谷市
- 3、地域の皆様の診療のお役にたてるように努力して参ります。今後ともよろしくお願い致します。



金井 義彦

- 1、呼吸器外科
- 2、栃木県
- 3、1人1人の患者様に丁寧に誠意をもって診療にあたるように心がけます。



災害時救護所にて使用するエアーテントの使用説明会

総務企画課◆栗野博道

5月28日 宇都宮市保健所から依頼を受け『災害時救護所にて使用するエアーテントの使用説明会』を介護老人保健施設1階大ホールにて行いました。

このエアーテントは昨年12月に宇都宮市と結んだ「災害時における救護所の設置等に関する協定」によって3月に宇都宮市より配備されました。

宇都宮市保健所の担当者様から説明があり、当院職員と医科特別救護班(宇都宮市医師会様・宇都宮市薬剤師会様・栃木県看護協会様・栃木県柔道整復師会様)が協力し、エアーテントの展張から収納まで行いました。今後は災害時に備えてスムーズに行えるよう 当院職員で継続して訓練を行っていく予定です。



展張の様子

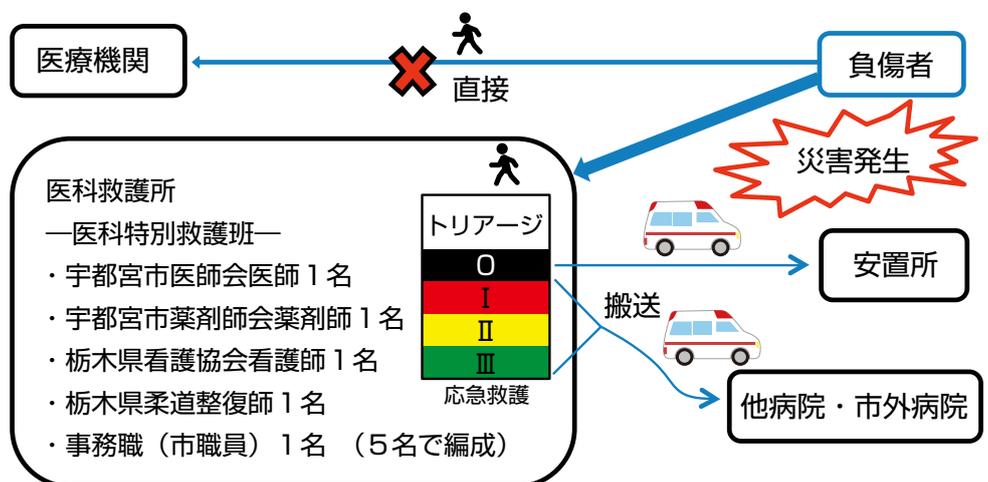


テント内部の様子

◇医科特別救護班と医科救護所について

宇都宮市では、広域災害時医療救護活動マニュアルを策定しており、災害が発生した際には、市長が必要に応じて医科特別救護班等の出動を要請。

医科特別救護班は医療機関職員と医科救護所を設置し、負傷者のトリアージ(治療順番の選別)を行い、医療機関内への軽症者の患者の流入を防ぐとともに、軽症者の応急救護も行います。



*** かわいい看護師の卵たち ***



JCHO (ジェイコー) うつのみや病院では、医療職の理解と関心を深めてもらい、近い将来の医療職を担う子供たちの育成に力を入れております。そのため、小・中学生の職場体験や高校生のふれあい看護体験をはじめ大学生・専門学校の看護実習など幅広く研修の受け入れをしています。

学生の皆様が楽しく・安心・安全に学べるように看護部では、実習指導者免許を取得している看護師が各病棟に3・4名配置し、実習の受け入れに力を入れております。



小学生3年生 職場体験 (薬剤部)

たくさんのくすりがあるね。
病院のくすりはこうやって
作るんだ! (感想より)



中学生 職場体験 (栄養課)



高校生 ふれあい看護体験

はじめて着る白衣に
緊張しました。
患者様とふれあい看護の仕事の素晴
らしさを知りました。
(学生の感想より)



看護管理実習を行いました。
勉強をしてきましたが今回、そのこ
とがどのように実践されているの
かを学ぶことができました。
夜間実習も経験しました。
(学生の感想より)



獨協医科大学 看護学部

こんにちは 薬剤科 です

こんにちは、薬剤科です。少し前まで薬剤師の仕事というとお薬を作りお渡しする事を想像される方が多いのではないのでしょうか？近年、医療情勢が進展していく中、私たちJCHO うつのみや病院の薬剤師の活動の場も調剤業務に留まらず、注射・製剤業務、医薬品情報・医薬品管理業務、そして、入院病棟での薬剤業務や服薬指導と年々広がりを見せております。では、部門別のご紹介をさせていただきます。



～*調剤業務*～

調剤室では、処方箋を受け取ると、処方せんの薬の量、飲み方、飲み合わせが適正かチェックしてから調剤します。調剤されたお薬は、間違えがないか別の薬剤師が鑑査確認したあと、患者様のお手元に渡ります。また、外来患者さんに対する注射薬導入の際の服薬指導や入院前の患者さんに対する服用薬の確認や手術に伴い中止するお薬の説明なども行います。服用するお薬を1回分ずつに小分けする一包化など患者さんが間違えなく安心して服薬していただけるような方法も行っています。



より慎重な取り扱いが望まれます。プロトコール（投与計画）に違いがないか確認し、薬剤科内安全キャビネットで厳重な管理のもと注射薬の混合を行うことで、患者さんの安全と取り扱うスタッフの抗がん剤曝露防止に役立っています。更に、外来化学療法を実施される患者さんに対しベッドサイドに赴き服薬指導を実施することで副作用の早期発見や予防に注力しています。

～*病棟業務*～

平成4年より開始された服薬指導は、薬剤師の病棟での必要性が認識されると共に業務が広がり、平成15年には全ての病棟に専任薬剤師が常駐するようになりました。これにより、入院患者さんのお薬の確認や感染管理、医療安全、栄養サポートにおいて、医師、看護師、各コメディカルと連携し、チーム医療の一員として、適正な薬物療法に貢献していきたいと思っております。



～*注射業務・抗がん剤調製業務*～

入院患者さんの注射薬は、個人別にセットし、365日供給しています。また、一部の注射や点滴などについての混合も行います。この時、薬剤の適正使用（正しく使われているか）や配合変化（混ぜ合わせて効果が薄れたり混濁したりしないか）、投与期間などのチェックを行い、安全で効果的な投薬となるよう心がけております。



特に、抗がん剤の使用に関しては、

～*医薬品情報・医薬品管理業務*～

お薬は、有効性や特徴、副作用や注意点などの情報があって初めて有効で安全な薬物療法がおこなわれます。薬剤師はこれらお薬に関する情報を集め、整理し、提供することで、薬物療法の安全性確保の役割を担っています。また、そのお薬に適した保管管理方法（品質管理）や適正な医薬品配置と安定供給（在庫管理）を行うことで、院内すべてのお薬が安全かつ適正に使用されるよう努めてまいります。

現在、私たち薬剤科は、薬剤師10名事務員1名の総勢11名と少人数で日々奮闘しておりますが、これからも患者さん中心のよりよい医療を提供できるよう努めてまいりますのでよろしくお願いたします。



JCHO うつのみや病院 市民公開講座



**定員
300名**

日時：10月22日(木) 13:20～15:30

場所：宇都宮市南図書館 サザンクロスホール

(宇都宮市雀宮町56-1 JR雀宮駅東側)

講演1 「介護保険について」

附属介護老人保健施設 副施設長 早川 健夫

講演2 「認知症を知ろう♪」

副看護師長(認知症看護認定看護師) 大谷 陽子

【休憩】※転倒予防体操を行います。

14:45～15:15

特別講演 「JCHO うつのみや病院健康管理センターについて」

健康管理センター センター長 平川 隆一

・講演開始に作品展、血圧測定、健康相談等を行っております。

**お申込み
お問い合わせ**

JCHO うつのみや病院 栃木県宇都宮市南高砂町11-17
TEL.028-653-1001 / FAX.028-655-3245

共催 うつのみや病院健康管理センター／うつのみや病院附属介護老人保健施設／地域包括支援センター雀宮

フリガナ		性別 / 年齢
申込者氏名		男 ・ 女 / () 歳
フリガナ		連絡先
申込者住所		

JCHO うつのみや病院 FAX 又は総合受付・地域医療連携室・健康管理センター・老健・包括の窓口にご提出ください。

栄養管理室

栄養だより

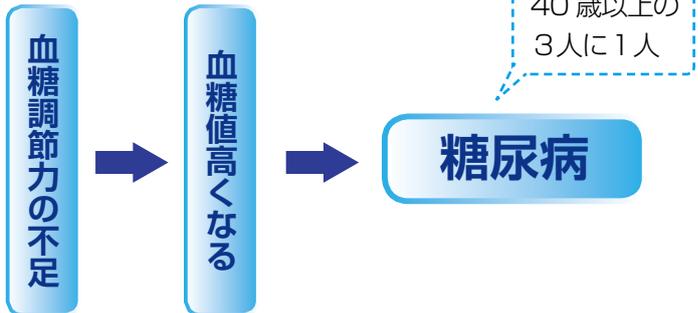
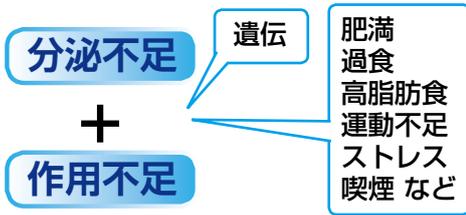
「糖尿病」を考える

11月14日は、「世界糖尿病デー」です。
 拡大を続ける糖尿病の治療を踏まえ、全世界的に糖尿病の予防・治療・療養を喚起するために、国連が決めた日です。
 この日を前に、その使命をもって、みなさまにお届けしたいと思います。



「糖尿病」とは？

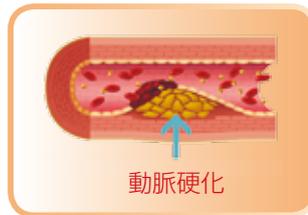
インスリン：血糖を下げる働きのあるホルモン



合併症が怖い！ さまざまな合併症を引き起こします。



3大合併症



+



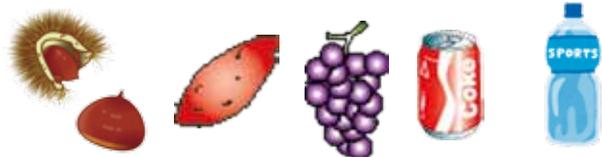
資料出典
 武田製薬工業(株)
 日本イライリ(株)

予防・重症化対策 ～心がけておきたい食事のポイント～

◎野菜・海藻・きのこ料理を1品増やしましょう



◎糖質(炭水化物、果糖など)や高エネルギー食品のとり方に注意しましょう



◎ゆっくりよく噛んで食べましょう



◎1日3食！(間食は適量で)ダラダラ食いは避けましょう



日頃から、食生活に注意して、
 予防・重症化防止を
 目指しましょう！



日本栄養士会刊行物参照

リニューアルオープン ～入院患者様の療養環境の向上のために～

7月より3階北病棟の4人部屋をリニューアルいたしました。



1. ベット毎に収納家具を設置、プライバシーの確保を優先しました
2. 室内の床・壁・カーテンを一新、快適な療養環境を作りました
3. 冷蔵庫を設置しました
4. 抗菌仕様の家具でクリーンな病室の状態を保ちました
5. 肘付き椅子を設置、御面会の方への配慮を致しました

※室料は1日2160円(税込)
是非、ご利用ください



おかげさまで —第40回—

「精進」

みなさん、いかがお過ごしですか？今年の夏も猛暑日の連続でした。しかしお盆が終わってからは涼しくなり八月なのに秋の気配を感じました。「暑さ寒さも彼岸まで」といいますが、「猛暑の暑さもお盆まで」といわれそうです。

さてこの夏、世界陸上選手権大会が北京で開かれました。数々の名勝負が観られ楽しませていただきました。この日この走りのために、この一投のために、この跳躍のために、一年間、大変な苦勞・努力をして練習してきたことでしょう。実力を発揮できた選手、あるいは実力が発揮できなく残念な結果に終わってしまった選手、それぞれの思いがあることでしょう。優勝した選手は、来年も連覇しようと、敗れた選手は来年こそはと決意新たに練習をすることでしょう。

結果が数値で見えることは、嬉しいこと、辛いこと、残酷なこともあるでしょうが、ある意味私は羨ましいと思います。いずれにしてもこのように、目に見える形で結果が出ることにより、一年の反省ができ、今後の練習の励みになりさらなる進歩ができるからです。

それに比べて、我々の精神修行の場合はそうはいきません。なかなか目に見えて現れてきません。到達地点(成仏)からみてどのレベルなのか、昨年よりどの程度心が清らかになっているのかが解りません。ひたすら清らかな心を求め精進するしかありません。

我々が持つ三毒(とん・じん・ち)をいかにして少なくしていくか。三毒とは、

薬王寺 住職◆倉松 俊弘



貪(とん)……むさぼり、欲深く物をほしがる。

瞋(じん)…… 怒り、自己中心的で怒り腹を立てること。

癡(ち)…… 無知(智慧がない)、道理を知らず迷うこと。

スポーツ選手にはコーチが付いています。正しい練習方法を教えてくれ、食事などの生活指導もしてくれます。では私たちのコーチは誰でしょうか？一つ一つ手を取って指導してくれるコーチはいません。でも本当は優秀なコーチがついているんです。それは仏さま、ご先祖様です。毎日毎日、片時も目を離さず、間違った道に行かぬよう見守っていてくれます。「そんな事をしてはいけないよ。」「そんなことを言うてはいけないよ。」「そんなことを思ってはいけないよ。」と教えてくれているのです。そのことに気づくことが大切であり、気づくことにより三毒が少なくなり、心清らかになっていくのです。コーチはそばにいるのではなく、心の中にいるのです。

また、スポーツ選手には、誰にでも引退というものがあります。悲しいけれど、寂しいけれど潮時という時期が来ます。しかし、我々の心の修行には引退はありません。毎日が勝負です。

本来、我々が持っている心は、満月のように陰りがなく清く穏やかな心であると信じ毎日を精進しましょう。

合掌



JCHOうつのみや病院外来診療担当医表

平成27年9月1日より

診療科名		月	火	水	木	金	
内科	AM	1診	(初診外来) 輪番制	(初診外来) 梅田裕司	(初診外来) 武島えり/9~10時	(神経内科) 滑川道人	(初診外来) 照内聡美
		2診	(初診外来) 新島 聡(循環器)	(初診外来) 鶴田勝也(血液)	(総合診療) 松村正巳	(初診外来) 北本千雅	(初診外来) 渡辺裕昭(循環器)
		3診		山本尚史(腎臓)	北本千雅(初診外来)	草野英二(初診外来)	中澤英子(腎臓)
		5診	長嶺伸彦(消化器)	安藤明彦(内分泌)	梅田裕司(循環器)	倉科智行(内分泌)	
		6診		木平百合子(呼吸器)	細野達也(呼吸器)	六角久美子(内分泌/2-4週)	
		7診	大貫次利(呼吸器)	長嶺伸彦(消化器)	相良裕一(消化器)	吉田友直(消化器)	中澤克行(消化器)
		8診	草野英二(腎臓)	安藤喜仁(神経内科)	草野英二(腎臓)	室崎貴勝(アレ膠)	石澤彩子(アレ膠)
		1診	武島えり(腎臓)			滑川道人(神経内科)	
	PM	2診	細野達也(呼吸器)	根岸経太(循環器)			
		3診	岡田和久(一般内科)	山本尚史(腎臓)	藤川日出行(循環器)		藤川日出行(循環器)
		5診	平川隆一(生活習慣)	安藤明彦(内分泌)	中澤英子(腎臓不全外来)	齋藤新介(内分泌)	
		6診	山崎久隆(内分泌)		石川三衛(内分泌) 第2・4週	禁煙外来 木平百合子	
		7診		梅田裕司(循環器)	角田真人(消化器)	中澤克行(消化器)	鈴木紫布(頭痛外来)
		8診	草野英二(腎臓)		草野英二(腎臓)		ほほえみ
		10診	藤川日出行 (ペースメーカー外来)	水上浩明(血液)			ほほえみ
		呼吸器外科	AM	10診			金井義彦
	心臓血管外科	AM	10診			山本真一(呼吸器外科) (第2・4週)	大木伸一
	外科	AM	11診	風當ゆりえ	齋藤 晶	齋藤 晶	
12診			森嶋 計	高橋大二郎	森嶋 計	風當ゆりえ	堀江久永
脳神経外科	AM	1診	高 善督	栗田英治	高 善督	高 善督	永井 睦
整形外科	AM	1診	伊志嶺卓(10:30迄)	坂口亮人	高田 尚(11:00迄)		坂口亮人
		2診	福島 崇(10:30迄)	福島 崇			蓮江正賢
泌尿器科	AM	1診	藤崎 明	原 暢助	徳江章彦	原 暢助	原 暢助
	AM	1診	齋藤貴志	自治派遣	齋藤貴志	齋藤貴志	小熊真紀子
小児科	PM	1診	齋藤貴志	自治派遣	齋藤貴志	佐間田一則(心臓)第1 岡健介(心臓)第2・4	齋藤貴志
		2診		(予防接種)要予約		小熊真紀子 (乳児健診)第2・3・4週 (予防接種)要予約	宮内彰彦 (神経外来)第3週予約
眼科	AM	1診	田中智子	田中智子	田中智子	田中智子	澤野宗顕
	PM	1診			検査	予約のみ	澤野宗顕
皮膚科	AM	1診	小宮根真由美(隔週)				
	PM	1診	小宮根真由美				北島麻耶子
耳鼻科	AM			自治派遣			
	PM					自治派遣	自治派遣
麻酔科			村田克介・茂木康一				村田克介・茂木康一

外来	AM	受付時間	AM 8:30 ~ 11:30	(内科のみ 11:00)
		診療時間	AM 9:00 ~ 12:00	
	PM	受付時間	PM 1:00 ~ 3:30	(皮膚科のみ 1:30 ~ 4:00)
		診療時間	小児科(木のPM 予約制) 耳鼻科(火・木・金)	(皮膚科のみ 2:00 ~ 4:00)
入院患者面会時間		平日 15:00 ~ 20:00	休日 13:00 ~ 20:00	
休日		土曜・日曜・祝日	12月29日~1月3日	(救急患者は随時受入可)

From one of Editors

◆「新しいすみ」に関するご意見、イベント情報などを、どんとお寄せください
編集委員会

次回発行予定◆2016年1月

編集委員・長いしつぽ

ます。

なぜ鰻を食べるかはいろいろな説がありますが、栄養価の高い鰻を食べて夏を乗り切ろうという説を信じ、毎年美味しく鰻を頂いています。

「土用」も「節分」も年4回あることに驚きました。

「土用」も「節分」も年4回あるのが「土用の丑の日」となります。「土用」も「節分」も年4回ある

夏・立秋・立冬・立春の直前約18日間毎年4回訪れ、さらに最後の日は節分と呼ばれます。その期間の中で「日ごとに十二支(子・丑・寅...)が決まっており、丑の日

が「土用の丑の日」となります。「土用」も「節分」も年4回あるのが「土用の丑の日」となります。「土用」も「節分」も年4回ある

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

編集後記

JCHOうつのみや病院となり、新しいすみ第5号の発行となりました。名称の浸透もだんだんと進み患者様からも「JCHOってどついつの意味だい？」など聞かれることも多くなり、関心もたれているように感じます。

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立

今年も暑い夏が続きました。体調崩してはいませんか？私は毎年、土用の丑の日には鰻を食べるようにしています。「土用」のことを「土曜」の日だと勘違いしていた時期もありました。たまたま土曜日の「土用の丑の日」があったんでしょね。そもそも「土用」ってなんでしょ？「土用」とは立