

JCHO うつのみや病院広報誌



新いずみ

第7号

通算75号 2016.5.20 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/>

新任あいさつ

JCHO うつのみや病院 事務部長◆石引 昌治

平成 28 年 4 月 1 日付で事務部長を拝命しました石引と申します。私は、25 年間、千葉県船橋市にある同じ J C H O の船橋中央病院にて勤務をしてまいりました。この度、人事交流の中から新天地うつのみや病院へ赴任させて頂いております。



当院は、少子高齢化の進む現在にあって急性期から回復期リハビリテーション、そして介護老人保健施設と地域の皆様が安心してご利用でき、患者様と病院が顔の見える関係でいる事が最初からの印象です。

単身で赴任しておりますが、生活の中でも地域の皆様や職員の方々の温かいお人柄を感じており、地域医療機能推進機構の一員として更なる貢献をして参りたいと思います。

また、職員の皆様とは、情報を共有し、一緒に考え、地域、患者様のために病院が良い方向に絶えず変わって行ければと考えております。

平成 27 年度の職員の皆様の頑張りを目を見張るものでした。この頑張りや継続拡張し、より一層、やりがい、働きがいのあるうつのみや病院を形成して行きたいと思っております。

地域の皆様、職員の皆様から、うつのみや病院のよりよい運営についてご助言等を頂き、微力ながら尽力して行きたい所存でございますので皆様方のご協力をよろしくお願いいたします。

地域包括ケアの推進について

附属介護老人保健施設 副施設長◆近藤 佳文

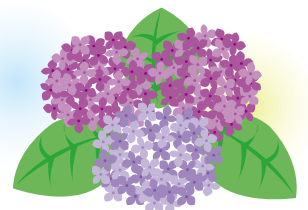
地域の皆様初めまして、4 月 1 日付で JCHO うつのみや老健の副施設長として、埼玉県さいたま市の JCHO 埼玉老健から転勤してまいりました近藤と申します。うつのみや病院の「地域包括ケアの推進」の取組みについてご紹介させていただきます。



「地域包括ケアシステム」の実現とは、たとえ重度な要介護状態になっても、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けられるように、住まい・医療・介護・予防が一体となって提供されることです。これに向けて、当院では様々な活動をしております。

JCHO 移行後に、まず、地域の行政・医師会・住民の代表の皆様と病院が意見交換を行う「地域協議会」をスタートしました。昨年の 4 月には「地域包括推進室」を立ち上げて、地域の皆様向けに、10 月開催の「JCHO うつのみや病院市民公開講座」で医療介護連携情報を、複数回開催の「JCHO 医療講座」「JCHO モーニングセミナー」で健康増進・介護予防情報を発信しております。また、情報交換の場として介護での悩み等には「JCHO 家族の会」を、認知症ケアに関する悩みには「JCHO カフェ」を開催しております。

地域の皆様が安心して暮らせる「地域包括ケア」の実現のために、医療・予防・介護の機能を備えた公的医療機関として、今後とも身近で相談しやすい施設を目指してまいります。よろしくお願いいたします。



新入職員紹介

【病院】



石引 昌治
事務部長



小川 洋子
副看護部長



竹内 裕之
総務企画課長



佐々木 諒平
理学療法士



金田 笑奈
作業療法士



前嶋 美樹
看護師



小林友紀子
看護師



渡邊のどか
看護師



鈴木 温美
看護師



畠本千菜津
看護師



中川 花綸
看護師



手塚 愛実
看護師



島 玲奈
看護師



椎名愛理彩
看護師



名久井保子
療養介助員



森戸 佑葵
事務員

【附属介護老人保健施設】

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

春田 英律

- 1、外科
- 2、千葉県
- 3、外科医として安全で質の高い手術をいつも心掛けています。宜しくお願い致します。



近藤 佳文
副施設長



青木 英則
管理係長



細川 綾加
介護福祉士

巷野 佳彦

- 1、消化器内科
- 2、群馬県
- 3、地域に密着した医療を心がけて参りたいと思います。よろしくお願い致します。



荒井 道

- 1、消化器内科
- 2、栃木県下野市
- 3、まだまだ医師の経験年数としては浅い若輩者ですが、皆さんの悩みに向き合っていきます。胃力メラ未経験の方は是非お越しを！



木村 明德

- 1、整形外科（専門：将来は下肢関節、スポーツを考えています）
- 2、栃木県宇都宮市
- 3、All for patients の精神でフットワーク軽くがんばっていきます。何かあればいつでもご相談下さい。



古藪幸貴子

- 1、眼科
- 2、群馬県富岡市
- 3、赴任して2ヶ月となりますが、あたたかい環境に支えられて、毎日楽しく診療しております。至らない点も多々あると存じますが、どうぞ宜しくお願い致します。



平成28年度 JCHO

『医療講座』・『家族の会』・『カフェ』のお知らせ

年間予定

	日程	テーマ
1	6月17日(金) 午後2時～3時30分	『JCHO 医療講座&カフェ』 熱中症を予防しよう！
2	9月16日(金) 午後2時～3時30分	『JCHO 医療講座&カフェ』 お口のお手入れで肺炎予防！
3	12月16日(金) 午後2時～3時30分	『JCHO 家族の会&カフェ』 歩行器を体験しよう！杖歩行の介助法
4	3月17日(金) 午後2時～3時30分	『JCHO 医療講座&家族の会&カフェ』 笑いヨガ!!で免疫力アップ！

会場

JCHO うつのみや病院 4階中会議室

※日程・テーマ・会場は変更することがございます。
ご了承ください。

タイムスケジュール

1時45分～ 受付
2時00分～ 第1部 医療講座または家族の会
2時50分～ 第2部 JCHO カフェ
3時30分 終了

JCHO 医療講座

健康増進・リハビリ・栄養・介護保険など
毎日の生活に役立つ情報をお知らせします。

保健師：下妻 孝子

JCHO 家族の会

介護をしている家族及び地域住民を対象
に介護予防や介護ケアの技術指導など
在宅介護に役立つ情報をお知らせします。

介護福祉士：藤井 栄二

JCHO カフェ

介護の悩みや、困ったことの解決方法について参加者の皆さんと語り合うと共に、認知症について理解を深めます。

認知症看護認定看護師：大谷 陽子

JCHO うつのみや病院 医療講座委員会

平成28年度『第3回 JCHO うつのみや病院 市民公開講座』のお知らせ

内容

地域医療・介護連携に対する知識や病院及び介護老人施設の役割
について理解を深めます。

年間予定

11月1日(火)

会場

宇都宮市南図書館 (サザンクロスホール)

問い合わせ先：JCHO うつのみや病院 TEL：028-653-1001 (代表) 地域連携室 内線 578

第1回 JCHO 地域医療総合医学会



第1回 JCHO 地域医療総合医学会に参加して

放射線技師長◆赤羽根 誠



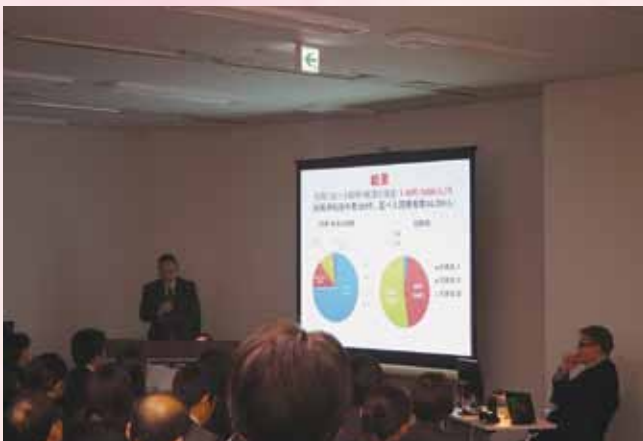
平成 25 年 11 月、群馬県前橋市において第 51 回日本社会保険医学会総会が行われ、社会保険病院時代の医学会に幕を閉じました。その後、社会保険病院は厚生年金病院、船員保険病院と合併し独立行政法人地域医療機能推進機構（JCHO）病院（57 の病院、26 介護老人保健施設を擁するグループ）として平成 26 年 4 月に再出発しました。

この様な背景の中で、平成 28 年 2 月 26 日（金）～ 27 日（土）東京都港区高輪にて第 1 回 JCHO 地域医療

総合医学会が開催されました。特別講演では 80 歳にしてエベレスト山登頂を成し遂げたプロスキーヤーの三浦雄一郎先生を迎え、「目標を持つ意義と家族と人の絆の大切さ、そして新たな挑戦」について聞かせていただきました。大きな勇気を頂いたような気がしました。

今大会の発表数の合計は 435 題でした。うつのみや病院でも 8 題の発表を行いました。

私は放射線技師として、胃がんになりやすい胃の X 線画像や、統計的に胃がんが発生してくる年齢と背景要因をまとめた演題を発表してきました。この医学会は普通の学術大会と少し異なります。病院で働く職員全員が対照の学会となるために、自分の専門分野の他に、普段は一緒に働いている他の職種の発表を聞くことができます。診療、医療技術、介護、健診、接遇、患者サービス、病院運営など様々な発表が含まれておりました。またシンポジウムを聞くことにより、私達の JCHO が、一般診療の他に健診から老健までの幅広い施設を整えているという利点を生かし、地域の人たちに貢献して行こうと積極的に活動していることを再認識しました。まさにチーム JCHO による新しい地域医療のスタートを確信させられた大会でした。



第1回 JCHO 学会に参加して…

地域包括支援センター雀宮 社会福祉士◆山口 真



今回、私達は「地域包括支援センター雀宮の取り組み」としてJCHOうつのみや病院の職員に実施した「認知症サポーター養成講座」の内容を第1回JCHO学会で発表しました。認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り支援できるよう、これまで地域包括支援センターでは、地域の住民や企業に「認知症サポーター養成講座」を行ってきました。しかし、新機構に移行し地域包括ケアシステムを推進する中で、医療と介護の連携の必要性を感じていました。高齢社会においてこの地域

にケアを必要とする高齢者がどの位いるのか。今後も高齢者が地域で生活するには何が必要なのか。これからは高齢者を中心としたケアの必要な人が地域で生活する時代ですので、病院・老健・在宅支援が連携し急性期から回復期、老健から在宅までシームレスなケアが求められます。その中で認知症に対する知識の向上やケアが重要になってきます。JCHOうつのみや病院は急性期から在宅までの関連機関を持ち、地域完結型医療を使命としておりますので「認知症サポーター養成講座」を病院職員に実施できたことは、今後の地域貢献へ繋がってくると思っており、学会でその実践を発表できたことは大きな経験になったと思っています。



第1回 JCHO 地域医療総合医学会 参加者 (座長・演者)

氏名	職名	形態	タイトル
草野 英二	院長	座長	地域医療・介護 (地域包括ケア③)
細野 克子	看護部長	座長	安全 (医療安全・医療事故調査制度・TQC活動)
赤羽根 誠	診療放射線技師長	口演	背景粘膜を基に検討した上部消化管検査結果について
阿部 裕之	臨床検査技師	口演	心臓カテーテル検査中に心室細動を起こした冠攣縮性狭心症を経験して
蕪木 亨有	看護師長	口演	睡眠薬と転倒・転落の関係性をインシデントレポートから探る
館野 洋子	看護師長	口演	U病院における股関節手術での手術部位感染発生リスクの検討
大谷 陽子	副看護師長	口演	地域の病院として医療・介護体制が充実した生活環境づくりを目指して～ JCHO カフェの取り組みと今後の課題～
伊東 雅子	看護師	口演	「口腔衛生管理加算導入の取り組み」
鶴牧 明記	主任介護福祉士	口演	JCHO 家族の会～地域包括における家族の会の役割について～
山口 真	医療社会事業専門員	口演	地域包括支援センターの取り組み

栄養管理室



栄養だより



1食分(210g当たり)*	
エネルギー	348kcal
たんぱく質	6.9g
脂質	15.3g
炭水化物	20.6g
食物繊維	0.8g
ナトリウム	1071mg
(塩分相当量)	2.7g)

📧これは何を示すものでしょうか？

前号の栄養だよりの記事を読まれた方は、前号と同じでは？と思ったかもしれませんが。

ご家庭にある、食品の入った袋・箱など見てみて下さい。
どこかに「これ」があるはずですよ。

📧**答え：栄養成分表示**

*表示対象量を確認して利用しましょう。

◆◆◆最新トピックス◆◆◆



日本食品標準成分表

2015年版 - 七訂
先ごろ初版出版！

一般的には、「食品成分表」と言われます。
今回の目玉は…

- ・収載食品数が増えたこと (2,191 食品)
- ・炭水化物の組成が明らかにされたこと など

日頃、国語辞典、和英辞典 (今は、電子辞書?) を使うように、食品の辞典と思ってもらうとイメージしやすいでしょうか？

便利・活用ポイント

1. **メタボリックシンドローム対策に。**
エネルギー、脂質および塩分など、とり過ぎを防ぎたい時。
同じような食品の中で、多いもの、少ないものを比較できます。
2. **栄養素の過不足のチェックに。**
日頃、良く食べる食品を検索しておく、どんな栄養素がとれているか、日頃の過不足を大まかにイメージできます。
3. **摂取栄養量計算に。**
食べた料理・使用食品・使用量から、自分で算出することができます。
4. **市販惣菜(41種)の栄養量のチェックに。**
栄養価・食材の配合割合(最大・平均・最小)を知ることができます。
5. **廃棄率を知る。**
食品の実際口にする量(正味重量・可食量)を算出できます。
例) 180gの鰻1尾食べたとなると、実際口に入るのは…81g、といった具合に。

可食量 100g あたりの数値で掲載されています。

◎◎管理栄養士からのメッセージ◎◎

今回ご紹介した、栄養成分表示や食品成分表を活用して、食生活を楽しみながら、栄養摂取量を意識して、元気に健康に過ごしていただければと思います。

就職ガイダンスに参加してきました

教育担当師長◆石母田恵美



3月5日下野新聞社主催、3月19日東京アカデミー主催の看護職就職ガイダンスに参加してきました。

平成29年度新規採用者を確保するため県内外の病院（下野新聞社18病院、東京アカデミー31病院）が集まりました。各ガイダンスともに約160人の看護学生や再就職希望者が集まり、病

院の概要や新人教育、福利厚生などについて説明を受け、質疑応答など活発に行われていました。当院のブースも人気があり、臨地実習に来ている学生や地元での就職希望の学生など各ガイダンスともに約50の方が説明を聞きに来てくれました。JCHOという全国組織である病院の強みや新人教育が充実していることをアピールできたと思います。

今後も病院の魅力や看護の仕事の素晴らしさを伝え、当院に多くの方が就職希望してくれるように努力していきたいと思います。



おかげさまで —第42回—

「無財の七施」

新緑が美しい季節となりました。北関東自動車道を上三川から友部方面にドライブしますと、山々が雑木林のため、みごとに多彩な緑色の新緑で染まり心豊かになります。この季節一見の価値あります。(安全運転を守って下さい。)

さて、このように自然から生命の息吹を感じとることができる季節、今を生きることは有り難く感謝をしなければいけません。でも楽しいことだけではありません。皆さまも毎日大変な仕事をされ疲れ切ってしまうこともあると思います。先日、私も肉体的精神的にも疲れてしまい、そんな状態でうつのみや老健に行きました。そこで素敵な体験をさせていただきました。ある職員が入所者に素敵な笑顔を見せていたのです。入所者の介護をすることは身体的、精神的にも大変なことであり、いろいろなストレスが溜まってくるだろうと思っていた私は驚きました。けっして作り笑いではなく、その場しのぎの笑顔ではなく、心の底から湧いてくる笑顔でした。周りを明るくする笑顔でした。こんなにも笑顔って人を幸せに人を元気にさせてくれるものなのかとあらためて気付かされました。

お釈迦様は、財産がなくても、裕福でなくても、いつでも、誰でも、どこでもできる布施を説かれています。それが無財の七施です。

- 一、眼施（がんせ）優しい眼差しをすること。
- 二、和顔悦色施（わがんえつじきせ）優しい顔、喜びの顔を

薬王寺 住職◆倉松 俊弘



すること。

- 三、言辞施（ごんじせ）思いやりのある言葉をかけること。
- 四、身施（しんせ）人のために体を動かすこと。
- 五、心施（しんせ）人を思いやる心を持つこと。
- 六、牀座施（しょうざせ）寝床、座る場所を提供すること。
- 七、房舎施（ぼうしゃせ）宿を提供すること。

優しい眼差しをして、優しい笑顔を見せて、優しい言葉を使い、優しく人に接し、優しい心遣いをする、身体の不自由な方には車椅子を提供し、入院が必要な人には、ベッドを提供する。これ正に病院のあるべき姿を説いています。

みなさんいかがでしょうか？最近、忙しいし、いろいろと大変な事もあったのでこの優しい人を思いやる心が足りなくなっていますか？

いつでも、誰でも、どこでもできるこの無財の七施。うつのみや病院職員の皆さまが常に実践し地域に開かれた、信頼のある病院でありますように祈っています。

また、これを読まれた皆さまも、いつでも、誰でも、どこでもできる布施の行為であります。お互いに実践し、このいただいた「いのち」という時間を大切に使いたいと思います。

合 掌

JCHOうつのみや病院 外来診療担当医表

平成28年4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) 鶴田勝哉	(総合診療) 松村正巳	(初診外来) 中澤克行	(初診外来) 金子大介
		3診		山本尚史 (腎臓)		(初診外来) 草野英二	
		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)	中澤英子 (腎臓)
		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)	荒井 道 (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)	根岸経太 (循環器)	石澤彩子 (アレ膠)
		10診	藤川日出行 (ペースメーカー外来)	水上浩明 (血液)			照内聡美 (ほほえみ)
	PM	1診	武島えり (腎臓)			滑川道人 (神経内科)	
		2診	細野達也 (呼吸器)			室崎貴勝 (アレ膠)	
		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	藤田英理子 (内分泌)	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			石川三衛 (内分泌) 第2・4週	木平百合子 (禁煙外来) 第2・4週	
		7診	平川隆一 (生活習慣病)	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)	根岸経太 (循環器)	木平百合子 (ほほえみ)
		呼吸器外科	AM	10診	金井義彦		金井義彦
	心臓血管外科	AM	10診				大木伸一
	外科	AM	11診	春田英律	熊谷祐子	春田英律	齋藤 晶 (1.3.5週)
12診			巷野佳彦	齋藤 晶	齋藤 晶	熊谷祐子 (2.4週)	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	木村明德 (10:30迄)	坂口亮人	高田 尚		坂口亮人
		2診	天海裕至 (10:30迄)	木村明德			蓮江正賢
		3診					天海裕至
泌尿器科	AM	1診	藤崎 明	原 暢助	徳江章彦	原 暢助	原 暢助
小児科	AM	1診	齋藤貴志	自治派遣	齋藤貴志	齋藤貴志	小熊真紀子
	PM	1診	齋藤貴志	自治派遣	齋藤貴志	鈴木 峻 (心臓) 第2・4週 予約	齋藤貴志
		2診		(予防接種) 要予約		小熊真紀子 (乳幼児健診) 第2・3・4週 (予防接種) 要予約	宮内彰彦 (神経外来) 第3週 要予約
眼科	AM	1診	古藪幸貴子	古藪幸貴子	古藪幸貴子	古藪幸貴子	澤野宗顕
	PM	1診					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				自治派遣
耳鼻科	AM			自治派遣		山川秀致 (5/12~)	
	PM					自治派遣	自治派遣
麻酔科			村田克介・大竹一榮				村田克介・大竹一榮

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	
休診日		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9月

この世のすべてのものは「陰陽」の2つの氣、「木・火・土・金・水」の5つの要素（五行）で成り立っており、五行には色が当てはめられ（木⇨青・火⇨赤・土⇨黄・金⇨白・水⇨黒）さらに「陰陽道」でいう「魔除け」の意味があるとされています。一見、鯉のぼりの脇役のように見える「吹き流し」ですが、実は「魔除け」の意味があり、その下に家族の鯉が泳いでいるというところは、男児の出世のみならず「家族全体の魔除け」の意味もあるかもしれません。昔から続く習慣は意味も含めて大人から子供へ伝えていきたいものですね。

芦毛の怪物

編集後記

JCHOうつのみや病院として3年目を迎えました。GWも終わり、また日々の業務に奮闘している今日この頃です。

5月といえば、皐月晴れに並びいている鯉のぼりを見掛けるようになります。最上部にある「吹き流し」には5色（青・赤・黄・白・紫）が使用されていますが、意味があるのを存じでしょうか？中国から伝わった「陰陽五行説」から取り入れられたもの