

丘の上の 風だより

日本鋼管福山病院情報誌
2021 AUTUMN

73

<https://www.nkfh.or.jp>





人間ドックのご案内

～早期発見・早期治療のために～

当院では豊かな経験と質の高い健診で、
皆さまの健康をサポートしています。
早期発見・早期治療のために、
人間ドックをお役立てください。

詳細はこちらから



ご予約・ご相談

お電話またはFAXで、人間ドック担当まで
お気軽にお問い合わせください。

受付

月～金曜日 9:00～16:00

電話

084-945-3920

FAX

084-945-9123

73号*INDEX

- P1 病院からのお知らせ・理念と基本方針
- P2・3 外来診療表
- P4 薬の豆知識
- P5・6 Q & A 小児の予防接種
- P7 乳腺外科だより
- P8 ナースこんにちは
- P9・10 健康ノート 意外にも大切な足の指
- P11 病院を「陰」で支えるすごい人
- P12 私、これにはまっています
- P13 看護部紹介
- P14 行事報告・読者コーナー
- P15 クイズ・編集後記

病院理念

私たちは誠意と思いやりを持ち、‘最幸の医療’を提供します。

基本方針

- 1 患者中心で安全最優先の医療を実践します。
- 2 医療の質の絶え間ない向上と
人間性豊かな医療人の育成に努めます。
- 3 地域から信頼され、職員が誇りを持ち、
幸せに働ける病院を目指します。
- 4 地域とともに支え合い、高め合う医療連携を図ります。
- 5 働く人々、地域に暮らす人々の健康増進に貢献します。



日本鋼管福山病院 外来診療表

(2021年9月10日現在)

診療受付時間 午前 8:30～11:30 (整形外科初診 10:30 まで)
午後 13:00～15:00 (歯科 16:30 まで)

総合案内 084-945-3106
予約専用 084-945-4198

※ 専門外来(予約制) は専門外来ごとに受付時間が異なります。円滑に受診していただくため、前日までの電話予約をお願いします。

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内 科	岡本 奥野 山岡 岡	池田 石木 持田 13:30～15:00	岡本 吉田(智) 石木 リウマチ・膠原病 藤田 第1・3・5週	山岡 石木	岡本 奥野 山岡 吉田(智)	山岡 岡崎(恭) 13:30～14:45	和田 奥野 石木 小池 小池 13:30～15:00	持田 岡 池田 小池 13:30～15:00	持田 岡 石木 山岡 11:00～	岡本 池田 小池 13:30～15:00
消化器内科	武 石木 持田 小橋 織田 池田	—	武 岡 持田 土井 新田 豊澤 池田	—	武 石木 持田 室 池田	—	武 岡 神原 土井 井川 門脇	—	武 岡本 小池 青山 池田 水野(隔週) 楠本(隔週)	—
糖尿病内科	—	—	箱田 糖尿病特定看護師 岡崎(眞)	箱田 13:30～15:00 糖尿病特定看護師 岡崎(眞) 13:30～14:45	—	—	箱田 糖尿病特定看護師 岡崎(眞)	—	箱田 糖尿病特定看護師 岡崎(眞)	山岡
外 科	浜田 新田 禁煙 浜田	—	森木 神原 心臓血管外科 川畑 9:00～11:30	—	神原 土井	—	浜田 渡邊 禁煙 渡邊	—	森木	—
乳 腺 外 科	藤井	藤井	藤井	藤井	藤井	—	藤井	藤井	藤井	藤井

※最新情報はホームページをご参照ください。(ホームページ www.nkfh.or.jp)

※各診療日の担当医師は学会出張や異動などにより、変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。





日本鋼管福山病院 外来診療表

(2021年9月10日現在)

診療受付時間 午前 8:30～11:30 (整形外科初診 10:30 まで)
午後 13:00～15:00 (歯科 16:30 まで)

総合案内 084-945-3106
予約専用 084-945-4198

※ 専門外来(予約制) は専門外来ごとに受付時間が異なります。円滑に受診していただくため、前日までの電話予約をお願いします。

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
整形外科	内田 宮里 岩崎 檀浦	予約再診 担当医 スポーツ整形 高原 13:30～16:00	横井 井谷 檀浦	予約再診 担当医 加藤 12:00～15:00 スポーツ整形(肩肘) 加藤 12:00～15:00 16:00～18:00	佐藤 宮里 加藤	予約再診 担当医 リウマチ 高原 13:30～15:00	内田 横井 岩崎	予約再診 担当医 スポーツ整形 檀浦 14:00～15:30	高原 佐藤 井谷	予約再診 担当医
小児科	関本 板野	乳児健診 予防接種 関本 アレルギー 板野	関本 板野	アレルギー 関本 乳児健診 予防接種 板野 神経 村上	関本 板野	乳児健診 予防接種 板野 心臓 大月	関本 板野	関本 13:30～15:00 遺伝 檀原(第4週) アレルギー 関本	関本 板野	アレルギー 関本 板野 神経 村上
泌尿器科	荒木	荒木	高山	—	高山	—	渡部	渡部	高山	—
眼科	塚本 9:00～11:00	—	塚本	—	塚本 9:00～11:00	—	塚本 9:00～11:00	—	塚本	—
耳鼻咽喉科	—	—	—	—	堀内	堀内	—	—	担当医	—
皮膚科	—	—	担当医	—	—	—	—	—	担当医	—
歯科	永原 担当医	永原 担当医	永原	永原	永原	永原	永原 担当医	永原 担当医	永原	永原
人間ドック	月曜日～金曜日(午前中) 完全予約制ですので、事前にお問い合わせ・ご予約をお願いいたします。									

※最新情報はホームページをご参照ください。(ホームページ www.nkfh.or.jp)

※各診療日の担当医師は学会出張や異動などにより、変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。



アトピー性皮膚炎について



薬剤科

アトピー性皮膚炎とは、かゆみのある湿疹が、良くなったり悪くなったりを繰り返す病気です。近年、アトピー性皮膚炎の患者数は増加傾向にあり、乳幼児期に始まることが多いですが、小中学生や成人になつてから発症するケースも増えてきました。

今回は外用薬について紹介します。

●ステロイド外用薬

第一選択治療薬として、有効性・安全性が認められています。ステロイド外用薬は①ストロングスト、②ベリーストロング、③ストロング、④ミディアム、⑤ウィークの強い順に①から⑤まで5つのランクに分類されています。

それに伴い、アトピー性皮膚炎の治療方法も進化しています。長らくの間アトピー性皮膚炎の治療はステロイド外用薬が主流でしたが、ここ数年で治療薬が次々と発売され、薬剤の選択肢が増えていきます。

アトピー性皮膚炎の治療は①スキンケア（皮膚の清潔を保ち、うるおいのある状態を保つこと）、②薬物治療（皮膚の炎症を抑える治療）、③環境整備（環境中の悪化因子を見つけ、可能な限り取り除くこと）の三本柱を中心にした治療を基本に、患者さまごとに適切に組み合わせを行います。乾燥やバリア機能の低下には保湿剤によるスキンケア、炎症にはステロイドや免疫抑制薬、かゆみには抗ヒスタミン薬などを用います。アトピー性皮膚炎の治療薬は外用薬、内服薬、注射薬がありますが、

ステロイドは怖い薬のイメージを持たれることもありますが、適切に使用すれば、ステロイド内服薬で生じるような全身的な副作用はありません。なお、局所的な副作用としてステロイド紅斑（皮膚の表面が赤くなる）や皮膚萎縮（皮膚が薄くなる）などが生じることがあり、顔面や頸部など、薬の吸収率が高い部位は副作用が出やすいため、原則ミディアム以下のランクを用います。

●タクロリムス外用薬

ステロイド外用薬の使用が困難な場合に有効とされています。身体の免疫反応が高まっている状態を正常に整えることで皮膚の炎症を抑える、免疫抑制外用薬です。顔面や頸部な

どにも使用することができます。

副作用は、塗ると

かゆみやヒリヒリするなどの刺激が生じることがあります。

また、皮膚の傷の部分やただれているところに塗ると全身的な副作用が起るリスクがあります。

●新たな外用薬 JAK阻害薬

ステロイド外用薬やタクロリムス外用薬とは異なる作用機序でアトピー性皮膚炎の症状を和らげる新しい外用薬で、2020年6月に登場しました。ヤヌスキナーゼ（JAK）阻害剤と呼ばれ、細胞内のJAK経路から伝達される炎症を引き起こすシグナルをブロックすることで、皮膚の炎症やかゆみを抑え、アトピー性皮膚炎を改善します。

副作用の問題や、使用

できない部位があるなど今までの治療が困難な患者さまの新たな選択肢として期待されています。



プロトピック軟膏



コレクチム軟膏

Q & A

小児の予防接種

小児科長 関本員裕

Q1. 子どもの予防接種について教えてください

A 予防接種とは毒性を弱めた病原体や毒素を前もって投与しておくことにより、安全に免疫をつける。その病気にかかりにくくすることで、投与するものをワクチンあるいはトキソイド（以下、ワクチン）といいます。しかし、自然感染に比べて生み出される免疫力は弱い。ため、1回の接種では十分ではなく、何回かに分けて追加接種が必要になるものもあります。

日本のワクチンには、予防接種法に基づき実施される「定期接種」と予防接種法に基づかない「任意接種」があります。新型コロナウイルスの場合は、特別措置法による予防接種となります。（下表参照）

Q2. 予防接種はしないとだめですか？

A 世界中には、とてもたくさん

種類	ワクチン	予防できる感染症
定期	B型肝炎ワクチン	B型肝炎
	BCG	結核
	4種混合ワクチン	ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ
	水痘（みずぼうそう）ワクチン	水痘（みずぼうそう）
	日本脳炎ワクチン	日本脳炎
	肺炎球菌ワクチン	小児の肺炎球菌感染症 （細菌性髄膜炎、敗血症、肺炎など）
	MR（麻疹・風疹）ワクチン	麻疹（はしか）、風疹
	Hib（インフルエンザ菌b型）ワクチン	Hib（インフルエンザ菌b型）感染症 （細菌性髄膜炎、喉頭蓋炎など）
	HPV（ヒトパピローマウイルス）ワクチン	HPV感染症（子宮頸がん）
	ロタウイルスワクチン	感染性胃腸炎（ロタウイルス）
任意	A型肝炎ワクチン	A型肝炎
	インフルエンザワクチン	インフルエンザ
	おたふく風邪ワクチン	流行性耳下腺炎（おたふく風邪）
	髄膜炎菌ワクチン	髄膜炎菌感染症

ワクチンの種類と予防できる感染症

の感染症が存在します。その中で、ワクチンが開発されている感染症はごく少数です。せっかくワクチンがあっても、接種しなければ予防はできません。日本では、ワクチンで予防可能な感染症にかか

日本小児科学会が推奨する
予防接種スケジュール



必要なワクチンを
ベストなタイミングで
接種しよう



て、健康を損ねる子どもがまだまだ少なくありません。

ひとつには、ワクチンの接種率が低いことが原因としてあげられますが、今の日本では、ワクチンで病気を防ぐことの重要さやワクチンの大切さを一般の方々が知る機会ほとんどありません。もうひとつの原因は、他国では接種できても日本では使用できなかったワクチンが多かったためです。大切なワクチンでも、任意接種でお金がかかると受けにくいものです。

予防接種の目的は、「自分がからならないため」「かかっても重症にならないため」「人にうつさないため」です。ワクチンで予防できる感染症は少ないため、ワクチンではできるだけ接種されることをお勧めします。副反応が心配な方は医師にご相談ください。

Q3. アレルギ―がありま すが予防接種は問題ない ですか？



A ワクチンの成分による

アナフィラキシーを起こしたことがある方は接種ができません。また接種しようとするワクチンの成分に対してアレルギ―を起こす恐れのある方は、接種には注意が必

要です。アトピー性皮膚炎、気管支喘息、アレルギ―性鼻炎、じんましん等の既往、あるいはアレルギ―体質があるだけの場合は、通常接種は可能です。

インフルエンザワクチンは鶏卵を使用していますが、鶏卵アレルギ―があったり、卵白特異的IgEが陽性であっても、鶏卵や鶏卵加工食品を食べて無症状である場合は、接種は可能です。鶏卵のアナフィラキシー歴がある場合のインフルエンザワクチン接種に関しては、小児科でご相談ください。

Q4. 予防接種 後の注意点は？



A 注意点は以下の4点です。

① 予防接種後、通常30分間は接種会場で様子を観察します。アナフィラキシー等の重篤な副反応、血管迷走神経反射による失神等の大半はこの間に起きます。

② 接種後、生ワクチンでは4週間、不活化ワクチンでは1週間は副反応の出現に注意しておきましょう。

③ 入浴は差し支えありません。B CG ワクチンについても、接種後十分乾燥させ、1時間以上

経過すれば問題はありません。
④ 接種当日は水泳、マラソン等の激しい運動は避けましょう。

予防接種後の副反応は、発熱や接種部位の腫脹しゅちやう（はれあがること）が最も多いです。2～3日の経過で治まるものがほとんどですが、生後3か月未満の乳児の発熱は髄膜炎や尿路感染症などの場合もあり、熱が出て何となく元気がない場合は受診をお勧めします。

Q5. 接種回数や時期を忘 れていた時はどうしたらいい ですか？

A ワクチン接種を受けることなく成長し、自然感染を経験しないままですと、免疫を獲得する機会を逃してしまい、いつでも感染する可能性があります。ワクチン接種を忘れていることに気づいた時点で接種することが必要です。定期接種の場合、対象年齢の範囲内であれば定期接種として早く済ませ、定期接種の対象年齢を超えている場合には、その他の必要な予防接種を含めて任意の予防接種として受けることが望ましいです。



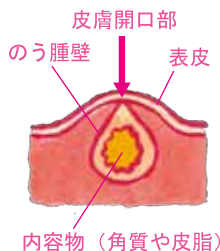
わきの下のしこり・痛みについて

乳腺外科長 藤井清香

医学用語ではわきの下を「腋窩^{えきこ}」と呼びます。ここには神経や血管、リンパ節、副乳・乳腺、皮膚・脂肪・筋肉などが存在しています。今回は、腋窩にしこり・痛みが起る病気について説明します。

わきの下にしこりを触れるものとして、「粉瘤^{ふりゅう}」があります。皮膚の下に皮脂や垢などの老廃物を蓄えた袋ができる病変です。それに細菌が感染して赤く腫れたり、痛み、悪臭といった症状が現れたりすることがあります。

粉瘤の中の様子



副乳が原因で、しこりや痛みを自覚することがあります。哺乳類である犬や猫などは、一対以上の乳房を持っています。人間も複数の乳腺のもとを持っていますが、退化して一対になります。乳腺のもとが消えずにわきの下に残って

いるものが「副乳」です。副乳には乳腺組織があるため、ホルモンの影響を受けて硬くなったり、痛みが出たりすることがあります。



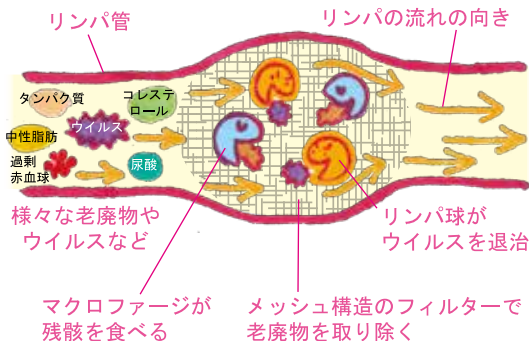
通常の乳房とは別の部位に、乳腺組織が存在すること。男性の1.5%、女性の5%の人が副乳を持つ。

わきの下には、比較的大きなリンパ節「腋窩リンパ節」があります。

リンパ節は、体全体にある免疫器官の一つで、全身の組織から集まったリンパ液が流れるリンパ管の途中にあります。細菌、ウイルス、がん細胞などがなくいかにチェックし、免疫機能を発動させる「関所」のような役割を持ちます。細菌やウイルスが体内に入り込むと免疫系の反応としてリンパ節が腫れて痛くなります。最近では、新型コロナウイルス接種後に、この免疫反応により腋窩リンパ節が腫れて痛くなることが報告されています。また、乳がんや悪

性リンパ腫などの悪性疾患で腋窩リンパ節が腫れることもあります。乳がんでは、わきの下のリンパ節が腫れることがありますが、これはがん細胞がリンパ節に転移したためです。この場合、わきの下だけでなく乳房内にもしこりを触れることがほとんどです。

リンパ節の構造



その他にもわきの下に痛みやしこりを起こす病気があります。腋窩のしこり・痛みが続くときは、乳腺外科を受診してください。



成長の手助け、陰になり日向になり

新人看護師教育の一場面

当院では今年度18名の新人看護師を迎えました。各部署に配属後、プリセプター（教育係）を中心とした先輩看護師の指導を受けながら日々頑張っています。看護部では新人看護師が必要な基礎知識や看護技術を習得できるよう、各委員会が協力し、1年を通してさまざまな研修を企画・実施しています。

7月10日にBLS、ACLSの研修を実施しました。コロナ禍のため感染対策を行いながら2グループに分かれて行いました。BLSとは一次的救命処置のことで、心臓マッサージとAED（自動体外式除細動器）を使用した救急蘇生法です。講習を受けることで一般の人でも行うことができます。

ACLSとは病院などで行われる二次的救命処置で、心肺停止に陥った人に対し医療者が行う心肺蘇生法で、死に瀕している人をチームで救うための看護師にとって不可欠な研修です。



シミュレーターで心臓マッサージの演習を行う新人看護師

基本のCPR（気動確保、人工呼吸、心臓マッサージ）と共に、気管内挿管、電気的除細動、薬物投与を行うことを主体とした高度な処置です。

研修は講義と演習で行いました。演習ではシミュレーターを使用し、心肺停止の患者さまを発見した場面から始まり、講義で学んだ心肺蘇生法を活用して

心拍再開までのシミュレーションを行いました。心臓マッサージの演習ではアプリを使用し、的確な速度・圧力でマッサージが行われているか計測を行い、先輩に叱咤激励を受け、交代しながら頑張りました。緊張の中、真剣な表情で取り組み、終了後には「学校で行った実習とは違い、大変だったけどいろいろな学べて良かった」「楽しい研修だった。心臓マッサージをする自信が付いた」という意見があり、充実した表情で研修を終えることができました。

研修は新人看護師が興味を持ち学べるように資料や研修方法を担当者で相談しながら考えています。ジェネレーションギャップを感じることも多々ありますが、新人看護師の成長の手助けができるよう、これからも陰になり日向になり支えていきたいと思っています。

西3病棟 波田奈津子

意外にも大切な足の指

リハビリテーション科
前 亮佑

『足は人間工学上、最大の傑作であり、そしてまた最高の芸術作品である』。かの有名なレオナルド・ダ・ヴィンチはこのように述べています。

足はさまざまな多くの骨や筋肉、靱帯じんたいなどの組織から構成され、「エネルギーの伝達」、「衝撃の吸収」といった多くの役割を持っています。足は全身の土台であり、身体の中で唯一、毎日何千回も地面に接地し、負荷が加わる部位です。そのため、足の状態で身体が良くなることもあれば、悪くなることもあります。

足のアーチ構造とは？

突然ですが、アーチ橋は見たことがありますか？ 日本で有名なアーチ橋と聞くと長崎の眼鏡橋や、山口の錦帯橋がありますね。

なぜアーチ状の構造にしているのかというと、剛性こうせい（曲げやねじりの力に対する、寸法変化（変形）のしづらさの度合いのこと）に優れ衝撃を吸収できるためです。

実はこのアーチ構造が足にも存在します。足の裏には内側縦アーチ、外側縦アーチ、横アーチと呼ばれる、骨が弓状に並び形作られたアーチ構造があり、この中でも内側縦アーチは、よく耳にする土踏まずのことを指します。



足のアーチは、重心の移動をスムーズにして地面の蹴り出しのサポートをすることや、荷重時にアーチ構造から沈み、形を変えることで衝撃を吸収する役割を担います。つまり、このアーチ構造が破綻していると衝撃を吸収する機能

能が低下するため、体に加わる負担が増えてしまいます。先ほど述べたようにアーチは骨で形作られたものであり、その骨を支えるのは筋肉と靱帯です。そのため、足や足の指の筋肉を強化することは、アーチが破綻している扁平足や外反母趾の予防や改善につながります。

足の指について

日常生活でほとんど意識することはないですが、足の指はとても重要な部位です。また、全身の中でも年齢とともに筋力が衰えやすい部位でもあります。なぜ足の指が重要であると言われるのか、足の指が身体に対してどのような影響を及ぼすのかを説明します。



● 転倒予防

人間は立っているときや動いているときは、足の裏の一定の範囲内に重心が落ちるようにバランスをとっています。この範囲外に重心が移動するとバランスが崩れてしまいます。足の指は重心が範囲外とならないように、範囲内に留める役割を果たしています。

● 歩行速度の向上

人間は歩くときに、足の指で踏ん張り、地面を蹴ることで前方への推進力を生み出しています。足の指の踏ん張る力が弱いと、前方への推進力を生み出せないことで、歩行速度が低下してしまいます。

● 体力の維持

転倒せず長い距離を歩くことができるので、結果的に体力の維持や向上に繋がります。いつまでも元気に歩くためには、足の指の筋力が必要不可欠です。

足の指の運動

最後にいつでもどこでもできる足の指の運動を紹介します。

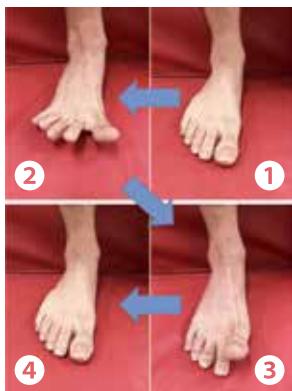
エクササイズ 1

①自然な状態から②足の指を全て反らし、指の間を離すように広げる。この時、親指と小指の付け根は地面から離れないように注意する。反らした指を全て下ろし、①の状態に戻す。



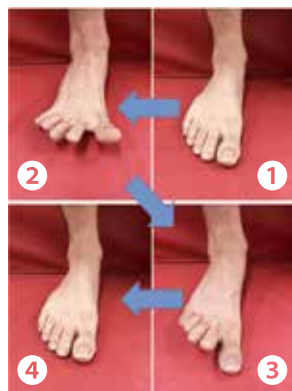
エクササイズ 2

①自然な状態から②足の指を全て反らし、指の間を離すように広げる。③親指だけ下ろし、他の4本の指は全て挙げたままにする。④親指以外の指を下ろす。



エクササイズ 3

①自然な状態から②足の指を全て反らし、指の間を離すように広げる。③親指以外の4本の指を下ろし、親指は挙げたままにする。④親指を下ろす。



筋力は数日ただただでは強くなりません。毎日コツコツと運動をして、健康な身体づくりをしましょう。

病院を「陰」で支えるすごい人 ⑧

がん化学療法看護
認定看護師
看護主任
池上知嘉子さん



今回は、外来化学療法室の顔、がん化学療法看護認定看護師の池上知嘉子看護主任をご紹介します。

外来化学療法室とは、外来に通院しながら安全に治療を受けることができる専用の部屋のことで、当院では7床ある各ベッドにテレビと仕切りを配置し、ゆったりと点滴治療を受けていただけるようにしています。がん化学療法が必要な方はもちろん、特殊な点滴治療が必要な方も利用されており、1日



平均5〜6名の患者さまが利用されています。外来化学療法室で治療を受けることにより、入院の必要性がなく、入院費などの負担軽減や日常生活を継続できるなどのメリットがあります。

現在、外来化学療法室は専任看護師6名と専任薬剤師4名、医師により運営を行っています。そのメンバーをまとめているのが、池上看護主任です。池上看護主任は、患者さまががん化学療法を行うことが決まると、医師からの説明に同席し、その後、別室で医師の話した内容を患者さまと一緒に確認します。疑問や不安などの気持ちを表しやすい雰囲気づくりを大切にしながらカウンセリングをされているので、患者さまの安心にも繋がっています。

治療を受ける患者さまからの信頼はもちろん、私たち看護師や薬剤師、医師からの信頼も厚

く、がん化学療法の相談をするなら「池上看護主任さん！」が合言葉です。また、院内の看護師を中心に、がん化学療法の院内研修もされており、当院全体の知識や手技の向上にも力を入れています。

今後も、外来化学療法室で患者さまが安心して治療を行えるよう、優しいっぱいの池上看護主任を中心に、スタッフ一同精進していきます。

看護部外来 滝宮千加



大阪より地元福山に戻り、自然に触れる機会が多くなる中で、釣りという新たな趣味を得ました。まだ始めて2年程ですが、職場や家にいる時間の次に海にいる時間が長いのではないかと思います。

釣りに対しては、臭いのきつい餌や、気味の悪い虫餌などをつけて糸を垂らしてひたすら待つだけ、というようなイメージをお持ちの方も多いのではないのでしょうか。勿論、それも立派な釣りですが釣り方は多種多様であり、調べてみると一般的なイメージとかけ離れた釣り方もたくさんあります。

私が釣りにハマる理由は多々ありますが、第一は自然の中でゆっくりと時間を過ごせることです。



佐々木さんの釣果

私、これに
はまっています

自然に癒され、丸ごと食べる喜び

釣り

総務人事室 佐々木大知

最近波の音と潮の香りと広がる海の景色で癒されると同時に気分が高まります。第二に、

相手は人でもCPUやAIなどでもなく、自然だということです。季節、潮廻り、潮位、天候、日中や夜中など、さまざまな要因で釣れる魚は変わり、自然の機嫌の変化一つで全く釣れなくなる日もあります。これが絶対だという攻略法はありません。

そして最大の理由が、帰宅後の料理です。釣ってすぐ適切な処理をした魚は旨味も市販の物とは全く異なり、魚特有の生臭さも一切ありません。あの美味しさを味わ

いたい、次はあの料理に挑戦してみたい、という気持ちが一番の原動力です。

釣りに限らず近年アウトドアが注目されていますが、ゴミを放置して帰る人がとても増えていきます。大人になると「ゴミはポイ捨てせず持ち帰りましょう」という人としてできて当然のことを教えてくれる人はいません。ルールを守ってアウトドアを楽しみましょう。



素晴らしい魚料理の数々

釣りを楽しむ佐々木さん



看



護



部



紹



介



南4病棟

南4病棟は56床の地域包括ケア病棟です。地域包括ケア病棟とは急性期治療を経過し、病状が安定した患者さまに対して、在宅や介護施設への復帰支援に向けた医療や支援を行う病棟のことをいいます。



多職種スタッフでのカンファレンス風景

整形疾患で入院されている患者さまが大半で、中でも肩腱板断裂の方は多く、時に入院患者さまの約半数を占めることもあります。

肩腱板断裂の手術後は、患部の安静保持・治療のため、当院整形外科の加藤医師が考案した「KATOスリング」と呼ばれる装具を4～8週間装着する必要があります。その装着期間中、私たちは再断裂を防ぐため、肩チームを立ち上げ、スタッフ全員が固定状況の確認や症状の観察、日常生活の援助から指導まで、統一した関わりができるようにスタッフ間で学習する場を設け、知識の向上や技術指導にも力を注いでいます。

また、患者さまごとに抱える問題が異なるため、入院時から退院後の生活を見据え、病棟看護師だけでなく、退院支援看護師、理学療法士、作業療法士、社会福祉士、管理栄養士、薬剤師といった多職種で情報共有し、在宅復帰を目指した支援を行っています。コロナ禍で面会制限が続いており、患者



「KATOスリング」装着練習の様子

さまの状態をご家族も把握にくい状況にあります。そのような中でも住宅環境や現時点での困りごとなど、患者さまやご家族の思いを汲み取りながら、問題解決に向けてチームで目標を設定し、統一した関わりができるよう心がけています。

4月に新人看護師4名を迎え、より一層明るく活気のある病棟となりました。これからも、安全で安楽な療養生活を提供し、少しでも不安なく在宅で生活していただけるように日々努めていきたいと思っています。

南4病棟 橋高充央

行事報告

第54回院内QC発表大会

6月26日、第54回院内QC発表大会が開催されました。日々の業務を振り返り、改善できることや、より良い方法がないかを検討・実行した活動を発表する大会です。本来なら昨年開催される予定



栄養管理科ベジタブルサークルの発表の様子

でしたが、コロナ禍で一年延期となり、今年満を持して少人数の対面とリモートでの聴講で開催するこ

とができました。

コロナ禍という今の状況だからこそ、いつも以上に職員の力を本当に強く感じた発表ばかりでした。知恵や工夫で困難を乗り越えようとする、光を感じた発表大会となりました。

QC委員会 宇野公裕

行事食【七夕】

当院ではそれぞれの時期に合わせた行事食をお出ししています。入院中の患者さまに季節を感じていただいたり、楽しみとなるような食事を目指して、メニューや盛り付け、メッセージカードを考えています。今回は七夕の行事食をご紹介します。

そうめんが涼やかさを、人参は星形にして七夕感を演出し、旬のオクラを添えました。野菜もしっ

かり食べていただくため、かき揚げにしてボリュームを出しました。行事食では特別なお菓子がつくこともあり、今回は七夕ゼリーでした。

患者さまから「特別なメニューでうれしかった」「普段と違うから食欲がでた」などの感想をいただきます。次の行事食も日々の食事もおいしく食べていただけるよう、ますます頑張ります。

栄養管理科 小川裕子



七夕そうめん、そうめんつゆ
野菜のかき揚げ
チンゲン菜の炒め物
七夕ゼリー、緑茶

読者コーナー

表紙の新入職員の笑顔、癒されます。毎年検診に行きますので、その笑顔を院内で会ったらお願いします。



妻がヘルニア治療の記事を教えてくれ、決心ができました。どこに受診すればよいのかと思っていたので大変助かりました。



病院に携わる方々のプライベートの姿を楽しく拝見しました。ライムグリーンのオオデマリ、とても可愛くてすぐ検索しました。



72号は脂質異常症の特集もあり大変興味深く読みました。生活習慣に気を付けて、レッドラインから脱却したいです。



☆編集担当より☆

脂質異常症に関するご感想が多く寄せられていました。同時に、運動不足を解消したい！といった声も多くありました。

皆さんの声に感化され、私も何か運動を始めてみようかなという気持ちになりました。でも今日は忙しいので、また来週から頑張ろうと思います。放射線科 N

読者コーナーではお寄せいただいたご感想・ご意見を紹介しています。編集の都合上、主旨を変えず文章に手を入れることがあります。皆さまのお便りをお待ちしています。

丘の上の風だより 73

2021年9月

【73号の表紙】

健康すごろく

ゲームで楽しく学びましょう!



発行
医療法人社団 日本鋼管福山病院
〒721-0927
広島県福山市大門町津之下 1844 番地
電話 (084) 945-3106 (代)
FAX (084) 945-3564
Eメール info@nkfh.or.jp
ホームページ www.nkfh.or.jp
印刷
(株) 小山オフセット印刷所
電話 (084) 922-0280



丘の上の風だよりプレゼントクイズ



問題：身体を支える足には右足・左足合わせていくつの骨が存在するでしょうか。写真の点線より下に存在している一般的な骨の数を次の選択肢の中から選んでください。



- ① 48個
- ② 56個
- ③ 57個
- ④ 108個



正解者のうち5名さまに「足指サポーター2個セット」を差し上げます。

※当選は景品の発送をもってかえさせていただきます。

●締切

2021年10月

31日必着

●応募方法

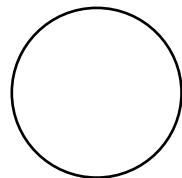
回答用紙を切り取り、当院玄関を入って右に設置の「クイズ応募ボックス」に投函いただくか、ご郵送ください。



ハガキに貼ってご利用ください →

丘の上の風だより 73号
クイズの解答

①②③④のうち正解と思われる番号を1つ選んでご記入ください。



ご住所 〒

お名前

《小紙のご感想などをお聞かせ
いただきますと励みになります》

前号 (72号) の正解

③

ハガキに貼ってご利用ください ↓

〒721-0927
広島県福山市大門町津之下1844番地
日本鋼管福山病院
丘の上の風だより クイズ係

編集後記

今年も高校野球が盛り上がりましたね。球児たちの熱い姿に、勇気をもらった方も多いのではないのでしょうか？
私はこの季節になると、大門の秘密兵器と呼ばれ秘密のまま終了してしまった高校三年の夏のあの日を思い出します。
毎年切ない気持ちになります。

放射線科 N

