

五の五の 風だ！

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



中央採血室オープンのお知らせ

この度、東棟に中央採血室を新設し、外来での採血業務を集約化しました。新しい採血室は混雑を緩和し、待合スペースを確保するために十分な広さを確保しました。さらに採血自動受付機を導入することにより安全性、利便性も向上しました。

つきましては、採血時の流れが大幅に変わりましたので、ご紹介します。

- ① 中央採血室の【採血・採尿受付】で外来受付票のバーコードを自動受付機に読み取らせてください。
- ② 発券された整理番号札を受け取り、待合でお待ちください。
- ③ 順番待ちの画面にご自分の整理番号が表示されましたら、採血台に進んでください。
- ④ 整理番号札と受付票をスタッフに渡し、安全確認のための氏名確認後、採血を行います。

以上で終了です。検尿がある方には、採血終了後に採尿コップをお渡しします。



採血準備の都合により順番が前後することがあります。あらかじめご了承ください。ご不明点やご質問がございましたら、お気軽に最寄りの職員にお問い合わせください。



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「介護保険制度」
P7	乳腺外科だより
P8	ナースこんにちは
P9・10	健康ノート 膝痛・腰痛のある人向けの運動
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

(2023年9月10日現在)

診療受付時間 午前 8:30~11:30 (※初診受付 整形外科 10:30 まで
眼科 木曜は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ので、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	奥野 吉田(敬) 岡崎(恭)	石木	奥野 寺崎 石木	石木	奥野	吉田(敬)	奥野 石木 小池	持田 小池 13:30~15:00	持田 岡 石木 楠本(隔週)	寺崎 小池 13:30~15:00
消化器内科	武 石木 寺崎 持田 小橋	—	武 岡 持田 塚本(哲) 佐藤 近藤	—	武 石木 寺崎 持田	—	武 岡 神原 松三 塚本(哲) 近藤	—	武 小池 青山 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)	—
腎臓内科	—	—	—	—	—	—	和田	—	—	—
外 科	浜田 9:00~11:00 塚本(哲)	—	森木 神原 心臓血管外科 川畑 9:00~11:30	—	神原	—	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

(2023年9月10日現在)

診療受付時間 午前 8:30~11:30 (※初診受付 整形外科 10:30 まで
眼科 木曜は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ので、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 徳田 岩崎 井谷	予約再診 担当医 スポーツ整形 高原 13:30~16:00	神村 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	塚原 徳田 加藤 岩崎	予約再診 担当医 リウマチ 高原 13:30~15:00	内田 神村 塚原	予約再診 担当医 スポーツ整形 檀浦 14:00~15:30	高原 井谷 岩崎	予約再診 担当医
小児科	アレルギー 板野	アレルギー 板野	アレルギー 板野	アレルギー 板野 乳児健診 予防接種 板野 神経 村上	アレルギー 板野(隔週) 関本(隔週)	乳児健診 板野 第1・3・5週 乳児健診 予防接種 担当医 心臓 大月 第2・4週	アレルギー 板野		アレルギー 板野 神経 村上	アレルギー 板野
泌尿器科	荒木	荒木	—	—	—	—	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 10:30~	永原	永原 10:30~	永原	永原 10:30~	永原	永原 10:30~	永原	永原 10:30~	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。

脂質異常症の薬



薬剤科 薬剤師
美藤花奈

脂質異常症とは、血液中のLDL（悪玉）コレステロールやトリグリセリド（中性脂肪）が多すぎたり、HDL（善玉）コレステロールが少なくなる病気です。LDLコレステロールが血管の内側に溜まってプラークと呼ばれるかたまりができ、血管が詰まりやすくなってしまう（動脈硬化）。そして心筋梗塞や脳卒中などの深刻な病気が引き起こされることになります。

食事療法・運動療法・薬物療法によって、血液中のコレステロールや中性脂肪の数値を適切な範囲に保っていく必要があります。今回は薬物治療でよく使われる3種類の薬についてお伝えします。

●スタチン系製剤

血液中のLDLコレステロールを肝臓へ吸収させることで、主に血液中のLDLコレステロールを減らす薬です。肝臓でコレステロールが作られることを抑える作用もあります。

動脈硬化を予防する効果が認められており、初めて治療する方に処方されることが多いです。

当院ではアトルバス
タチン錠、ピタバ
スタチン錠、プラバ
スタチン錠、ロスバ
スタチン錠を採用して
います。



アトルバスタチン錠

●フィブラート系製剤

主に肝臓で中性脂肪が作られるのを抑える薬です。中性脂肪やLDLコレステロールを減らし、HDLコレステロールを増やす作用があります。当院ではパルモディア錠、ベザフィブラート錠、リピディル錠を採用しています。

●小腸コレステロールトランスポーター阻害剤

血液中のコレステロールには、肝臓で作られるものと小腸で吸収されるものがあります。小腸でのコレス

テロールの吸収を抑え、血液中のコレステロールを減らす薬です。当院ではエゼチミブ錠を採用しています。これらの薬が一緒になった配合剤も開発されています。当院ではエゼチミブ錠とロスバスタチン錠が含まれているロスゼット配合錠を採用しています。最近ではエゼチミブ錠とピタバスタチン錠が含まれているリバゼブ配合錠も発売されました。



エゼチミブ錠



リバゼブ配合錠

ごくまれにスタチン系製剤やフィブラート系製剤などの薬で「横紋筋融解症」という副作用が起きる事があります。主な症状として、筋肉痛、筋肉の脱力感、赤褐色の尿などがあります。このような症状が現れた場合には医師または薬剤師にご相談ください。

Q & A

介護保険制度

地域連携室長 土居照幸

Q1. 介護保険制度って何？

A 介護保険とは、高齢化や核家族化の進行、介護離職問題などから、自宅で介護をすることが難しくなってきたことなどを背景に、介護が必要な方の負担を社会全体で支える目的として2000年に創設された公的な保険制度です。

寝たきりや認知症などで常時介護を必要とする状態（要介護状態）になった場合や、家事や身支度などの日常生活に支援が必要であり、介護予防サービスが効果的な状態（要支援状態）になった場合に、介護の必要度合いに応じた介護サービスを受けることが可能です。

Q2. 介護保険制度の対象者は？

A 介護保険制度の対象となる方は、65歳以上の方（第1号被保険者）と、40～64歳の方（第2号被保険者）に分けられます。

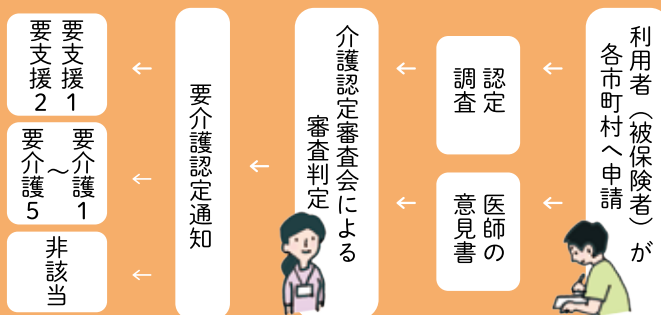
65歳以上の方については、原因

を問わずに要介護認定・要支援認定を受けた場合に介護サービスを利用することができます。40～64歳の方は加齢によって生ずる疾病（特定疾病）が原因で、日常生活に介護や支援が必要となり、認定を受けた場合に介護サービスを利用することができます。

特定疾患 16 種類

- 末期がん
- 筋萎縮性側索硬化症
- 骨折を伴う骨粗しょう症
- パーキンソン病関連疾患
- 脊柱管狭窄症
- 多系統萎縮症
- 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- 閉塞性動脈硬化症
- 両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症
- 関節リウマチ
- 後縦靱帯骨化症
- 初老期における認知症
- 脊髄小脳変性症
- 早老症
- 脳血管疾患
- 慢性閉塞性肺疾患

要介護認定の手続きの流れ



Q3. 要介護認定を受けるには？

A 介護保険サービスを利用するには原則、要介護・要支援認定を受ける必要があります。認定の流れについては、左図の通りです。

申請には申請書、介護保険証、医療保険の被保険者証（第2号被保険者の方のみ）が必要です。ご本人が申請できる状態にない場合は、家族、ケアマネジャー（介護支援専門員）、介護保険施設、地域包括支援センター、民生委員、成年後見人などに代行してもらうことができます。認定結果は、原則申請から30日以内に通知されます。

認定は介護を必要とする度合いが小さい方から「要支援1→要支援2→要介護1→要介護2→要介護3→要介護4→要介護5」となります。また、結果が「非該当」と判定された方であっても利用できるサービスもあります。



Q4. 相談窓口を教えてください

A お住まいの市町村の介護保険担当窓口や地域包括支援センターへご相談ください。地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の総合的な相談窓口です。専門的な知識を持った職員が窓口で

の直接相談だけでなく、電話相談や、ご自宅への訪問対応を行っています。

Q5. どんな介護保険サービスが利用できる？

A 利用できる介護サービスは大きく分けて3種類あります。

① 居宅サービス

在宅生活を送りながら利用できるサービスです。自宅に来てもらってサービスを受ける「訪問サービス」、自宅から出かけてサービスを受ける「通所サービス」、一時的に施設に泊まる「ショートステイ」などがあります。その他、福祉用具の貸与や特定福祉用具の販売、住宅改修費の支給などがあります。



② 地域密着型サービス

住み慣れた自宅や地域での生活を支えるため、市町村指定の事業所が地域の特性に応じた多様なサービスを提供します。「通い」「訪問」「泊まり」を組み合わせるなど柔軟な対応が可能です。

③ 施設サービス

在宅で生活が続けることが難しい方が介護保険施設へ入所して受けられるサービスです。介護保険施設は「特別養護老人ホーム」「介護老人保健施設」「介護療養型医療施設」「介護医療院」の4つがあり、必要とする介護の内容により、入所できる施設が異なります。



介護サービスを受けるには、ケアプラン（介護サービス計画書）が必要です。要支援認定を受けた方は地域包括支援センターで、要介護認定を受けた方は居宅介護支援事業者のケアマネジャーが、本人に適したケアプランを作成します。

術後治療を考えるための 多遺伝子検査について

乳腺外科部長 藤井清香

近年、がん研究が発展し、さまざまな遺伝子の検査が行われるようになってきました。その中の一つであるオンコタイプDX乳がん再発スコア[®]プログラムが保険診療で使用できることになりました。

乳がん（浸潤がん）は、しこりとして見つかった時、または見つかる前から、すでに体のどこかにがん細胞が潜んでいると考えられています。がん細胞が潜んでいるかどうかは、乳がんの性質や発見された時期により異なります。腫瘍の大きさ、リンパ節転移の有無や個数、悪性度などさまざまな情報から再発リスクを推定し、個々に最適な手術・薬物療法を決めていきます。再発リスクが高いと判断した場合は、脱毛を伴う抗がん剤の投与を勧めることがあります。

オンコタイプDX乳がん再発スコア[®]プログラムは、浸潤性乳がんと診断された人のうち、ホルモン受容体陽性（エストロゲン受容体陽性かつ、またはプロゲステロン受容体陽性）、HER2陰性で、リンパ節転移がない、もしくは転移があったとしても微小転移またはリンパ節転移が1〜3個の場合に検査を行います。乳がん組織に含まれる21個の遺伝子の働きを調べることで、再発スコアが算出されます。この再発スコアは、再発のリスクを提示するもので、0から100までの整数で表示されます。年齢、リンパ節転移の有無と再発スコアを組み合わせて、脱毛を伴う抗がん剤の上乗せ効果かどれくらいかを予想することができます。つまり、抗がん剤が本当に必要な人を絞り込むことができます。

オンコタイプDX乳がん再発スコア[®]プログラム

		再発スコア0-25		再発スコア26-100	
 閉経後／50歳超	リンパ節転移陰性(N0)	化学療法の上乗せ効果なし		実質的な化学療法の上乗せ効果	
	リンパ節転移陽性(N1)	化学療法の上乗せ効果1%未満		実質的な化学療法の上乗せ効果	
 閉経前／50歳以下	リンパ節転移陰性(N0)	化学療法の上乗せ効果なし	再発スコア16-20 化学療法の上乗せ効果 約1.6%	再発スコア21-25 化学療法の上乗せ効果 約6.5%	実質的な化学療法の上乗せ効果
	リンパ節転移陽性(N1)	化学療法の上乗せ効果2.4%未満		データなし	

エグザクトサイエンスHPより改変

当院では一人ひとりに適した治療が行えるように取り組んでいます。そのため、同じ乳がんという診断でも、人によって治療法が異なります。疑問に思うことがあればご相談ください。



学びを患者さまに寄り添う看護に生かす

実践力を上げる部署内教育の取り組み

中央材料・手術室看護師長 河合由美子

手術室は2005年2月、南棟の新設と共に東棟から移転し、今年19年目を迎えました。安全最優先で年間約1,800件の手術を行っています。

4月に新しいスタッフを迎え手術室看護に励む中、今年は例年の教育に工夫を凝らし、知識に加えてデモンストレーションを盛り込んだ部署内教育に取り組んでいます。

テレビなどで目にする機会の多い无影灯は、直径約70cmの円形の照明です。各手術室に2、3機の无影灯が取り付けてあります。无影灯の調節は、手術野の操作がスムーズにいくよう、影を作らずピンポイントで照明を合わせる必要があります。実際に手術台の周りにスタッフが複数人立っている状態でデモンストレーションすると、手術を行っている術者に触れず、清潔範囲に入ることなく照明を短時間に合わせることが、想像と違った難しさであることを理解すると同時に、ベテランナースが何気なくやっていることのすごさを感じる場面でもあります。



无影灯デモンストレーションの様子

また、医師に手渡す器械は「タイミング・リズムよく」と言われ、医師の立場で器械に触れることも経験しています。受け取りやすい渡し方や器械の仕組みを理解することで、円滑な手術の進行につながり「自分も手術に参加している」というやりがいにもなります。

患者さまへの精神的支援も部署内教育に含み、手術室内での会話や処置の時の声掛け、環境温度や音への配慮などを学習し、症例検討の時間を設けています。

スタッフ全員が担当し継続して学習に取り組む中で、デモンスト

レーションに参加したスタッフから「自分の学習内容や知識をすり合わせ、個別性も学ぶことができる」「器材の原理について聞いたうえで実物を手に取って理解が深まった」「自分の理解度に合わせ話を進めてもらえた」「実践と復習を繰り返し、アドバイスをもらい、手技を習得できた」という感想が聞かれました。また、企画側のスタッフからは、「相手が理解しやすく、あとで見返すことができる資料にしたいと考えて作った」「知識の整理ができ、自分の実践力につながった」「頭でわかっていたことが、伝えることで自分の実践に活かされた」「資料作りは、図を入れて目で見て理解しやすいようにした」という感想が聞かれ、一人ひとりの思いや考えが盛り込まれていることがわかりました。「質問があると教え甲斐がある」という頼もしい声もあります。

お互いの力で学び合い、成長していく過程を大切にし、これからも患者さまに寄り添う看護につなげていきたいと思えます。

膝痛・腰痛のある人向けの運動

リハビリテーション科
今岡 響

歩いているとき、立ち上がった時などに『膝が痛い』、『腰が痛い』という経験はありませんか？ 今回のテーマは「膝痛・腰痛のある人向けの運動」ですが、そもそも痛みがあるのになぜ運動をしなければいけないのかと思った人も多いのではないのでしょうか。

す。

膝や腰の痛みといっても原因はさまざまですが、今回は一般的な要因と予防策をいくつか紹介します。

膝痛



膝痛の要因として、一般的には変形性膝関節症が多く挙げられます。変形性膝関節症とは、関節軟骨の老化によることが多く、関節軟骨が年齢とともに弾力性を失い、使いすぎによってすり減り、関節が変形する疾患です。症状としては、初期では立ち上がった時や歩き始めなど、動作の開始時のみに痛みがあり、休めば痛みは取れますが、中期になると正座や階段の昇降が困難になります。末期になると安静時にも痛みが取れず、変形（O脚）が目立ち、膝がピンと伸び

ず歩行が困難となります。また、膝関節周囲に軽度の腫れが生じたり、起床時や長時間の安静後に膝がこわばったりすることもあります。

痛みがあると、安静にしたり外出を控えたりするなど脚を動かさなくなりがちです。すると、膝を支える筋力が落ち、症状がさらに悪化してしまいます。症状の悪化を防ぐには、体重をかけたような少ない負担での運動が効果的です。そこで、膝への負担が少ない運動の1つとして、当院の外来リハビリでも指導している「クアドセッティング（大腿四頭筋筋力訓練）」を紹介します。

膝や腰に痛みがある場合でも、適度な運動は痛みの軽減や改善に役立つことがあります。運動するメリットは大きく分けて5つあります。

- ① 筋力強化
- ② 関節の柔軟性の向上
- ③ 血流と循環の改善
- ④ 体重管理
- ⑤ 心身の健康

ただし、運動を行う際には痛みを悪化させないための注意が必要です。痛みの原因や程度にあった運動を選ぶ必要があります。

痛みがあるとき、安静にしたり外出を控えたりするなど脚を動かさなくなりがちです。すると、膝を支える筋力が落ち、症状がさらに悪化してしまいます。症状の悪化を防ぐには、体重をかけたような少ない負担での運動が効果的です。そこで、膝への負担が少ない運動の1つとして、当院の外来リハビリでも指導している「クアドセッティング（大腿四頭筋筋力訓練）」を紹介します。

【クアドセッティング】

- ① 膝の下にタオルを丸めて置き、仰向けで横になり、足の指を天井に向けます。

- ② 膝の裏でタオルを押しつぶすように力を入れ、太ももの内側の筋肉に力が入るのを確認しながら5秒間力を入れ続け、元に戻します。
- ③ 20回を1セットとし、1日2セットを目安に行いましょう。



自然に足を伸ばして膝裏に丸めたタオルが当たるくらいが目安です。

この他にもいろいろな運動療法があります。膝の痛みは原因や状況によって異なる場合がありますので、具体的なアドバイスを得るには整形外科医に相談してみてください。

腰痛



腰痛は多くの原因があり、原因不明なことも多々ありますが、大きく分類すると4つの原因に

区分されます。

- ① 筋肉が要因となる腰痛
- ② 神経が要因となる腰痛
- ③ 骨が要因となる腰痛
- ④ 内臓が要因となる腰痛



最近では、リモートワークを含めてデスクワークをする機会が増えていきます。筋肉が固まってしまうと、重力下での姿勢に影響し、腰椎・骨盤の運動の関係性が崩れてしまいます。長時間同じ姿勢で作業すると筋肉が要因となる腰痛を引き起こします。筋肉が要因となる腰痛の場合は、腰のストレッチングが効果的です。ストレッチングの効果は、「柔軟性の獲得」、「疼痛の軽減」、「代謝および血液循環の改善」があります。

当院の外来リハビリでも指導している具体的なストレッチ方法を1つやってみましょう。

【腰のストレッチング】

- ① 仰向けになり、膝を立てます。
- ② 両手で両膝を持ち、胸に抱え込みます。
- ③ 5〜10秒間を1セットとし、10〜20回を目安に行いましょう。



まずは仰向けからのスタートです。



両手で両膝を持ち抱えます。

さきほども述べたように腰痛の原因はさまざまですので、痛みが続く場合は整形外科を受診してください。

病院を「陰」で支えたすごい人

14

元放射線科
技術室長

北川明宏さん

32年前の放射線科の皆さん
(下段中央が北川さん)

以前、放射線科技術室長として当院に勤められていた北川明宏さんを紹介させていただきま
す。北川さんは1976年4月
に入職し、2018年に退職さ
れるまで、40年以上にわたり診
療放射線技師として当院を支え
続けてこられました。退職して
5年の月日がたち、少し北川さ
んを懐かしく感じるようになって
たこの頃、とてもおめでたい、
そして驚きのニュースが飛び込
んできました。4月29日に発令
された令和5年春の叙勲におい
て、北川さんが瑞宝双光章を受
章されたのです。

北川さんは当院での業務を通
じ、放射線検査を不安に思う患
者さまに対して「放射線を正し
く恐れてほしい」との思いから、
市民講座やその他さまざまな活
動を行ってこられました。また、
当院退職後も市内の病院で診療
放射線技師を続けるとともに、
その傍らで日本診療放射線技師
会の活動も行い、災害対策委員
長として福島第1原発事故の被
災地に赴き、各都道府県に事故
対応チームをつくることなどに
も尽力されました。それらの功
績が認められ、今回の受章につ
ながったようです。

授章時に奥様と。奥様も以前、
当院リハビリテーション科で
ご活躍されました。

私は約30年間一緒に働かせて
いただきましたが、豪快かつエ
ネルギッシュに仕事をこなす北
川さんは、目標とする放射線技
師像のナンバー1でした。今回
の受章は私をはじめ、現在在籍
している放射線科一同にとっ
て、自分のことのように晴れが
ましく、嬉しい出来事でした。
北川さんの益々のご健勝を祈
念するとともに、私たちも少し
でも追いつけるよう、患者さま
のために「最幸の医療」を提供
して参りたいと思います。

放射線科 技術室長

石川祐三

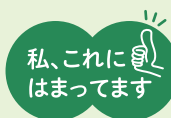
今年のWBCで野球に興味を持った方はたくさんいるのではないのでしょうか。白熱した試合を観戦し、みんなで応援し、盛り上がったのではないかと思います。

さて、今回は私たちが結成した野球チームについて紹介しようと思います。私は兄の友達に誘われたことがきっかけで、幼稚園の頃から中学生まで野球をしていました。始めはルールも分からず、ボールを追いかけることがただただ楽しかったです。

小学生から野球チームに所属しましたが、チームメイトに比べ身長が低く力もなかったため、バッティングではフェンスを超えるような打球を打つのが難しかったです。しかし野球は打撃だけでなく、守備や走塁でもチームに貢献できるスポーツ



タラゴンズのメンバー（左から3番目が上野さん）



一緒に青春しませんか？

野球チームつくりました

リハビリテーション科
上野正太郎

です。そのため自分は特に守備をメインに練習を行い、試合でファインプレーをした時はたまらないくらいのもので、爽快感がありました。あの感情を追

いかけて練習を重ねていくうちにどんどん野球にはまっていきました。高校生からは野球を離れ、別の部活に入りましたが、野球が好きな気持ちは変わりませんでした。そこで、地元の仲間と職場の先輩で草野球チーム「タラゴンズ」を結成しました。現在の部員は13人で、月に4回、JFEスチールの20周年グラウンドや室内練習場で練習を行っています。来年は福山市のリーグに所属し、公式戦に出場してベスト4に入ることを目標にしています。そのため、今年は練習試合を重ねて、チームとしてレベルアップをしていきたいです。

男女問わず野球経験者の方、未経験者でも野球に興味がある方、ぜひ気軽に声をかけてください。一緒に汗を流して青春しませんか？



練習中の上野さん



看



護



部



紹



介



西3病棟

看護主任

池上知嘉子



多職種カンファレンスの様子

西3病棟は60床のベッドを有し、内科・外科・整形外科・泌尿器科・眼科など多くの診療科の患者さまが入院されます。一般急性期病棟ではありますが、がんや心不全などの慢性疾患、終末期患者さまも療養されています。

看護師は「笑顔と優しさ、心に届く看護」をモットーとして看護をしています。平均年齢29歳と若く活気に満ちた病棟です。新型コロナ

ウイルス感染症の流行によりしばらくはご家族とも電話でのやり取りが中心でしたが、

現在では面会制限も緩和され、患者さまを交えてご家族とも今後のことを話し合えるようになり、やっとコロナ前の日常が戻ってきたような感覚です。

週に3回の多職種（医師・看護師・薬剤師・リハビリ・退院調整看護師・ソーシャルワーカー）でのカンファレンスでは、治療方針の共有はもちろんのこと、どの程度歩いたり座ったりすることが可能であるか、退院し自宅に戻れるとしたらどのような問題点があり、どのように介入すれば良いかなど、専門職種としての意見を出し合い、患者さまやご家族が安心して退院できるよう支援しています。

終末期の患者さまにおいては、患者さまのやりたいことを知り、ご家族の希望や不安など、思いを大切にして支援を進めていくよう努めています。自宅での看取りを希望される場合には、ご家族の身体的・精神的負担なども考慮しつつ、早期から訪問診療医や訪問看

護師と連携をとり、良いタイミングで自宅退院できるよう調整をしています。
これからの鋼管病院に入院して良かったと思っていたけりう、スタッフ一同の総力を結集して、皆さま方の入院から退院後の生活までを支えさせていただきます。



西3病棟スタッフ

行事報告

第56回院内QC発表大会

6月24日(土)、第56回院内QC発表大会が開催され、近年最多の11サークルが発表しました。

各サークルが日々の業務をより良くする活動を発表し、上位2サークルに与えられる「金賞」を目指して競うのですが、どのサークルも内容や工夫に思いがこもっており、採点者も点数をつけるのが大変です。聴講した人が良かった発表サークルを選ぶ「感動賞」も、いつも僅差で結果発表にドキドキします。

そんな中、今回「金賞」に選ばれた西4病棟のオレンジサークルと、入退院支援室のOKグループサークルは、病院を代表して11月に開催される「医療の改善活動」全国大会で発表します。

QC委員会 宇野公裕

読者コーナー

娘も入職時、夢と希望に満ち、こんな素敵な笑顔をしていたのかと！(前号表紙の)新入職員の皆さんの笑顔について「ホロリ」としてしまいました。ガンバッテ!!



「わたし、これにはまっています」の阿部さんの記事、テニスをしているOBとして、とても心温まる文章でした。これからも頑張っている体も心も健やかに年をとりたいと思います。

メンタルヘルスの記事が参考になりました。具体的な対策方法を実践してみようと思います。

歯磨きを嫌がる3歳の孫にプラークの写真を見せると衝撃があったようで、いやいやでも歯磨きをするようになりました。



☆編集担当より☆

前号の歯磨きに関するクイズは、ご参加いただいた方全員正解でした。歯科検診の記事をしっかり読んでいただき嬉しく思います。3歳のお孫さんの微笑ましいエピソードもお寄せいただきありがとうございました。



読者コーナーではお寄せいただいた感想・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。

JFESチール福山OB会 健康づくりセミナー

6月28日(月)、JFESチール福山OB会の会員とご家族を対象とした「健康づくりセミナー」がJFE福山労働組合会館で開催され、当院職員2名が講師を務めました。

乳腺外科部長・藤井清香医師は



入退院支援室OKグループサークルの発表

「本当は多い高齢者の乳がん」とのテーマで、高齢者の乳がんの症状や特徴などについて、データをを用いて分かりやすく説明しました。一方、岡崎眞由美外来看護師長は「今よりちょこっと健康に! 患者名人になろう!」とのテーマで食事・運動・睡眠の重要性や、かかりつけ医のメリットなどについてクイズを交えて楽しく説明しました。

約30名の参加者の方々は、熱心に耳を傾けてくださり、非常に活発な質問・ご意見も頂戴しました。このようなセミナーが、健康に対する理解を深め、ご自身やご家族の心と身体の健康について、あらためて考えるきっかけになれば幸いです。

今後も地域に根差した病院として、地域住民の方々との交流の場に積極的に参加をしていきたいと思っています。

地域連携室長 土居照幸

丘の上の風だより

題字：河相霞陽（当院看護師）

79

2023年9月

表紙の写真

【南4病棟のみなさん】



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



編集後記

はじめまして。79号から丘の上の風だよりの担当となりました。編集委員の方々は優しい方ばかりで、安心していただけます。まだまだ分からないことだらけですが、皆さまに役立つ情報をお伝えできるように頑張ります。しばらくはまだまだ暑い日が続きそうですが、どうぞご自愛ください。薬剤科 B



丘の上の風だよりプレゼントクイズ



問題：①～④のいきものの頸椎（首）の骨はそれぞれ何本でしょう？



① ウサギ



② ヒト



③ キリン



④ クジラ



正解者のうち5名様に「腰痛予防 インソール（男女兼用 フリー 22.0～28.0cm）」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

2023年10月31日必着

●応募方法

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

前号（78号）の正解

② ④ ⑤

ハガキに貼ってご利用ください



丘の上の風だより 79号
クイズの解答

① ウサギ ② ヒト ③ キリン ④ クジラ

○ 本 ○ 本 ○ 本 ○ 本

ご住所 〒

お名前

《小紙のご感想などをお聞かせ
いただけますと励みになります》



〒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