

# 互の心 風だり

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



謹んで

新年のお慶びを

申し上げます

理事長・病院長 浜田 史洋



ようやく収束した今回のコロナ禍において、これまでに経験したことのない病院運営の試練に直面しましたが、その中で職員一丸となり、力強いチームワークに支えられ、難局を克服することができました。しかしながら、世の中はコロナ禍前の状況にある程度戻ってきたようですが、受療動向については全国的に元の水準から程遠い状況となっています。

少子・高齢化の急速な進行に伴い、小児科の需要は減少し、一方で高齢者の中でも認知症、慢性疾患、終末期ケアを必要とする人々の割合が増えています。厚生労働省が提唱する「地域包括ケアシステム」において、地域の住民やかかりつけ医を支援するための中核的な病院が必要とされています。当院は、地域の医療体制が将来的な高齢社会に適応するために不可欠な役割を担う中核的な病院を目指しています。これからも一般急性期医療の提供に加えて、今後増大する高齢者や慢性病患者などの紹介も積極的に受け入れ、在宅生活や療養施設への移行サポートについても貢献できるように体制を強化してまいります。

引き続き、福山東部及び笠岡・井原地区で求められる医療に職員一同で取り組み、「誠意と思いやりを持ち、『最幸の医療』を提供する」という病院理念の具現化を進めたいと存じます。

今年一年、皆様が幸多く、ご健康で過ごされますよう心からお祈り申し上げます。

## 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。

- 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「認知症」
- P7 乳腺外科だより
- P8 ナースこんにちは
- P9-10 健康ノート 肺炎予防について
- 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



# 日本鋼管福山病院 外来診療表

(2024年1月9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 稲垣 吉田(敬) 岡崎(恭)	石木	奥野 寺崎 石木	石木	奥野 稲垣	稲垣 吉田(敬)	奥野 石木 小池	持田  小池 13:30~15:00	持田 岡 石木	寺崎 稲垣  小池 13:30~15:00  楠本 第2-4週
			リウマチ・ 膠原病 藤田 第1-3-5週		内分泌 岡崎(恭)	内分泌 岡崎(恭) 13:30~14:45  腎臓病 奥野 13:30~15:00	漢方 和田  循環器内科 吉田(雅)	循環器内科 吉田(雅)		
消化器内科	武 石木 寺崎 持田 小橋	—	武 岡 持田 塚本(哲) 佐藤	—	武 石木 寺崎 持田	—	武 岡 神原 榮 稲垣		武 小池 青山 楠本	—
糖尿病内科	—	—	箱田	箱田 13:30~15:00	—	—	箱田	—	箱田	—
			糖尿病特定看護師 岡崎(眞)	糖尿病特定看護師 岡崎(眞) 13:30~14:45			糖尿病特定看護師 岡崎(眞)		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	—	神原	—	渡邊	—	森木	—
			心臓血管外科 枝木 9:00~11:30							
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](http://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

(2024年1月9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	アレルギー 板野	—	アレルギー 板野	アレルギー 板野  神経 村上 
泌尿器科	荒木	荒木	—	—	—	—	渡部	渡部	—	—
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](http://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。

## アルツハイマー型認知症の薬



薬剤科 薬剤師

梶田七瀬

認知症とは、何らかの病気や障害などのさまざまな原因によって記憶や判断などを行う脳の機能（認知機能）が低下し、社会活動・日常生活にもさまざまな種類がありますが、今回は患者数が最も多いアルツハイマー型認知症に使われる2種類の薬についてお話しします。

抗認知症薬とは、認知症の主な症状である「記憶、思考、見当識、計算、学習、言語、判断、実行機能などの複数の高次機能障害」に対し改善効果が期待される治療薬を指します。認知症の進行自体を止める作用はありませんが、進行を緩やかにすることは可能であり、生活の質を少しでも長い間高く維持することを目標としています。

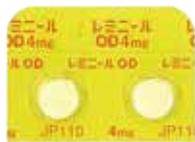
## ●アセチルコリンエステラーゼ阻害薬

アルツハイマー型認知症では脳内のアセチルコリンという神経伝達物

質が減少しています。この薬は、アセチルコリンを分解するアセチルコリンエステラーゼという酵素の働きを抑えることでアセチルコリンの減少を補い、神経の情報伝達を活発にする作用があります。副作用としては吐き気や食欲不振が現れることがあります。当院では「ドネペジル錠」、「レミニール錠」を採用しています。



ドネペジル錠



レミニール錠

## ●NMDA受容体拮抗薬

NMDA受容体はグルタミン酸という神経伝達物質の作用部位の一つです。

アルツハイマー型認知症では脳内のグルタミン酸の量が過剰となってしまう、認知機能の低下が起こると考えられています。この薬は過剰な

グルタミン酸の働きを抑えることで神経の過剰な興奮を抑える作用があります。副作用としてはめまいや眠気が現れることがあります。当院では「メマンチン錠」を採用しています。

## ●その他

認知症では冒頭であげた症状以外にも、幻覚や妄想、攻撃性などの行動心理症状が現れることがあり、これらの症状には漢方薬や抗精神病薬を用いることがあります。



メマンチン錠

抗認知症薬を開始する際には、副作用の発現を抑える目的で少量から開始して体を慣らし、徐々に増量していきます。飲み始めや増量のタイミングで症状が現れることがあるので、気になった場合は医師や薬剤師にご相談ください。

# Q & A

## 認知症

認知症ケア委員会  
認知症看護認定看護師

中島友美

### Q1. 認知症の始まりのサインや気付くポイントとは？

ポイントとは？

**A** 日常生活のちょっとした違和感から認知症に気付くことが多いといわれています。同じ話を繰り返す、聞いたことを忘れる、置いた場所を忘れて探し物ばかりするといった「歳のせい」では説明がつかない「もの忘れ」は認知症の初期症状の一つです。これまでできていたことが要領よくできなくなった、新しいことが覚えられないといった症状も見られます。例えば、得意だった料理で失敗することが増えたり、テレビ番組の内容が理解しにくくなったりします。怒りっぽくなったりして、周囲から「この頃様子がおかしい」と言われて認知症の症状に気付くこともあります。外出をしたがらなくなったり、身だしなみに気を配らなく



なった、好きなことに興味を示さなくなったなど、意欲の低下が認知症の初期症状として表れることも多いです。

### Q2. 認知症の原因は？

**A** 認知症の原因となる疾患は、アルツハイマー型認知症と血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症の4つがあります。中でもアルツハイマー型認知症は突出して多く、全体の約7割に迫ります。認知症の症状をきたす疾患はこの4つ以外にもあり、内分泌・代謝系の異常、感染症や炎症、遺伝の影響など、認知症を発症する要因はさまざまです。

### Q3. 認知症の診断方法は？

**A** 認知症の診断は、問診と検査で行います。問診では、日常生活での困りごとや、認知症を疑うきっかけとなった出来事や時期、現在治療している病気の有無や使

用している薬についてなど、生活全般について聴取します。普段の様子をよく知る家族の同席があるのと、より詳しく伝えることができるので、一緒に受診されることをお勧めします。

検査の代表的なものは、神経心理検査と画像検査です。神経心理検査では、認知機能の状態を細かく確認します。手順に沿って質問に答えたり、指示されたものを書いたり、道具を操作したりします。画像検査では脳の萎縮や脳梗塞・脳出血・脳腫瘍などの脳内の病変の有無を調べます。問診での情報と検査の結果を総合的に評価し診断していきます。

### Q4. 認知症の治療は早い方がよい？

**A** 認知症ではないけれど、以前に比べ認知機能が低下してきている状態を軽度認知障害といえます。この段階で適切な予防や治療を行うことで、認知機能の改善や





認知症の発症を遅らせることができる可能性があります。

今は、認知症になってしまった場合の根本治療はありませんが、早期に原因を知り、その後の道筋をしっかりとっておくことが大切です。認知症の約7割を占めるアルツハイマー型認知症の症状は、急激に進行することはなく、数年をかけて緩やかに進行します。早期に診断を受け、正しい認知症ケアを受けることによって、進行を遅らせることも可能です。

### Q5. 認知症の予防方法は？

**A** 認知症予防のためには、高血圧、糖尿病を管理することが重要といわれています。糖尿病があるとアルツハイマー型認知症を発症する確率が1.46倍、血管性認知症を発症する確率が2.48倍になるという報告もあります。また、喫煙や多量の飲酒はアルツハイマー型認知症の発症確率を上げるといわれていますので、禁煙や節酒は認知症予防では重要です。また、自分が楽しいと思うことや、やりがいを持ってできることを見つけ、意欲的に取り組むことが認知症の予防につながるとされています。



### Q6. 自覚がない本人への受診の勧め方は？

**A** おそらく、ご本人は物忘れの自覚や、なんだかうまくいかないモヤモヤ感を感じておられると思います。要領よくできなくなった自分を認めたくない、家族に迷惑をかけたくないという思いがあり、病院で白黒つけることを避けたいのかもしれない。その思いに寄り添いながら、「心配だったら一緒に病院に行ってみる？」と提案し、しばらくはご本人の気持ちに向くまで見守ることも大切です。今後のことを一緒に考えるためにも、専門家に相談してみないかと伝えるのがよいかもしれません。かかりつけの病院で相談してみるのも一つの方法です。神経心理検査はどこの病院でも実施が可能ですし、なじみの医療スタッフの提案なら受け入れてくれるかもしれません。

### Q7. 認知症の方への関わり方は？

**A** 認知症になると何もできなくなると思いがちですが、決してそんなことはありません。認知症になってもできることはたくさんありますし、担える役割も多くあります。できることや役割を奪わず、認知症のその人でもできる環境を整えてあげることが大切です。もし料理での失敗が増えたとしても、一緒に台所に立てばきっとおいしい料理ができあがるでしょう。一人では買い物に行けなくなってしまうても、誰かと一緒にならショッピングを楽しむこともできます。昔培った技は認知症を患っても失われることはありません。難しい場面だけ手伝ってもらえば、大工仕事や裁縫、カラオケだってこれまで通りできます。一言声をかける、困っていたらそっと手を差し伸べる、ただそれだけでいいのです。



乳がん手術後の生活についての質問をまとめました。

Q 手術を行うと、腕が上がらなくなるの？



A 手術後の退院時には、多少の支障はあっても身の回りのことはほぼできるようになっていきます。手術で腋窩リンパ節郭清（わきの下（腋窩）にあるリンパ節を取る手術）を行うと、リンパ液の流れが悪くなり、キズがつっぱり、腕や肩を動かさないことで肩関節の動きに制限が起こることがあります。これを予防するために入院中よりリハビリテーションを行い、退院後も継続する必要があります。日常生活の中にもリハビリテーションの動作を意識的に取り入れましょう。センチネルリンパ節生検（がんの転移が最初に起きるリンパ節を摘出し、転移の有無を確認する検査）のみで腋窩リ

ンパ節郭清を行わなかった場合は、腕や肩の動きに対する影響は少ないと考えられています。

Q 手術を行った腕で、採血・血圧測定を行ってはいけなの？



A 腋窩リンパ節郭清でも、センチネルリンパ節生検でも採血や血圧測定を行っても構いません。点滴や注射に関しては、今のところ一定の見解はありません。ただし、すでにリンパ浮腫（腕が術前より1cm以上太くなっていく状態）になっている場合は、行わない方が無難でしょう。

また、腋窩リンパ節郭清を行った側の腕には、鍼・灸や強い力でのマッサージ、美容目的のリンパドレナージュは行わない方がいいといわれています。抗癌剤投与は、抗癌薬が漏れた際の症状の悪化が懸念されること

から避けた方が良いでしょう。

Q 腕が腫れるの？



A 腋窩リンパ節郭清または腋窩リンパ節郭清と放射線治療を行うとリンパ液がたまって腕や指が腫れることがあります。「上肢リンパ浮腫」と呼ばれています。センチネルリンパ節生検ではリンパ浮腫の可能性は少ないと考えられています。起こらないわけではありません。リンパ浮腫の予防としては、スキンケア（清潔・保湿）を心がけ、けがや虫刺されに注意しましょう。そして体重をコントロールしましょう。肥満はリンパ浮腫発症の危険因子です。それだけでなく、再発リスクにもなります。適切なカロリー摂取と適度な運動を行い、体重を管理しましょう。





## 肩腱板断裂術後の患者さまへの より良い看護を目指して

南4病棟看護師長  
藤井澄恵

南4病棟は、2018年7月に急性期一般病棟から地域包括ケア病棟へ機能が変更となりました。以後、主に急性期治療を終えた整形外科領域の患者さまの在宅復帰を目指した支援を、多職種で協働して行っています。

中でも、肩腱板断裂術後の患者さまが入棟される割合が多く、3〜4割を占めています。さらに、高齢の患者さまや一人暮らしの患者さまが手術を受けられる割合も増えていきます。肩腱板断裂術後は、装具を装着しておく必要があります。日常生活に制限が必要な状態となります。患者さまによっては、装具を付けた状態では自宅での生活が困難なため、装具が完全に取れるまで入院され、入院期間が長期になる方もおられます。そこで、地域包括ケア病棟へ機能変更後より、南4病棟では、毎週行われる肩回診が円滑に運用できる方法や装具の着脱の手順について

スタッフへの指導方法を検討しました。統一した看護援助を行うことで、患者さまの療養生活が充実できるよう取り組んでいます。

2022年には、入院中から退院後の療養生活について、患者さまに早期に理解をしていただけるよう指導用パンフレットを作成しました。パンフレットを活用した指導により、患者さまから「禁忌動作や装具着脱時期・仕事復帰時期がわからない」といった声が解消されました。

その過程を振り返り、院内のQC（業務効率化や顧客満足度の向上を目指した活動）発表大会で「腱板断裂術後の療養指導の見直し」「知識を増やし「知らない」を減らそう」とのタイトルで優勝し、全国大会での発表機会を得ることができました。

現在も、統一した手順で装具の着脱がスムーズに行えるよう、指導内容を見直して看護師への

再教育を実施しています。また、患者さまの負担を最小限に抑えるために、シャワー時の手順も見直しています。

今後、看護師だけでなく、医師・理学療法士といった各専門分野の知識を集約し、多職種で連携して、患者さまにより良い看護が行えるよう検討していきたいと思えます。

肩装具（KATOスリング）着脱のスタッフ指導の様子





## 肺炎予防について

内科副部長  
呼吸器内科専門部長

吉田 敬

### 肺炎とは？

「肺炎は老人の友である」。これはカナダの医師、ウイリアム・オスラー（1849～1919年）が残した有名な言葉です。オスラーが活躍した約100年前から高齢者の肺炎が頻発していたことが分かります。

日本人の令和4年度の死因の第1位は悪性新生物（がん）で、第2位が心疾患、第3位が老衰、第4位が脳血管疾患となっております、これらに次いで肺炎は第5位で、約7万4千人が亡くなっています。

風邪をひくと、呼吸器の入り口にあたる鼻やのどにウイルスが感染し、発熱や鼻水などの症状がみられることが多くありますが、肺炎では、さらにその奥

の肺にまで細菌やウイルスが感染し、発熱などのほかに、咳が長期間続くなどの症状がみられます。

肺の奥には肺胞はいぼうという酸素と二酸化炭素の入れ替えを行っている部分があります。その肺胞にまで感染が拡がってしまうと、体に酸素を取り込むことができなくなり、二酸化炭素を放出する能力が弱まってしまふため、命にかかわることがあります。

肺炎による死亡人数は歳を重ねるごとに増える傾向にあります。亡くなる方の95%を65歳以上の高齢者が占めています。また、高齢期になると肺炎にかかりやすくなり、症状が重くなりやすくなる傾向にあります。

肺炎にかかりやすい原因として、細菌やウイルスなどと戦う

力が弱まること、痰を出す力が落ちること、ものを飲み込む力が低下し、誤嚥性肺炎になりやすいたことがあります。

肺炎の症状が重くなりやすい原因として、細菌やウイルスなどと戦う力が弱まること、もと糖尿病や心臓や呼吸器の慢性的の病気などを持つていること、症状が出にくいいため受診が遅れてしまうことがあります。

### 肺炎を予防するには？

肺炎を予防するためにはさまざまな方法があります。

#### 肺炎球菌の予防接種

まずは、肺炎球菌の予防接種を受ける方法です。肺炎を起こす原因となる細菌の中で一番多い細菌は肺炎球菌です。肺炎球菌

菌の予防接種は公費援助により自己負担額が少なくて済む定期接種と全額自己負担の任意接種とがあります。定期接種は主に65歳で対象の年月日に生まれた方が受けることができます。対象者は年度ごとに変わりますので、機会を逃さないように注意してください。詳しくはお住まいの市町村にお問い合わせください。肺炎球菌ワクチンは効果が長いので、毎年ではなく、5年おきに受けるようにしましょう。肺炎球菌ワクチンは季節を問わず受けることができます。

### インフルエンザの予防接種

次に、インフルエンザの予防接種を受ける方法です。高齢期はインフルエンザにかかると肺炎を合併することが多くなり、インフルエンザと肺炎の両方を予防するという意味でも、インフルエンザの予防接種は毎年受けましょう。インフルエン

ザワクチンは毎年10月から翌年の1月まで受けることができます。



### 免疫力を高める生活習慣

さらに、普段から免疫力を高めておき、細菌やウイルスなどと戦う力を蓄えておくことが大切です。免疫力をつけるためには、暖かくして過ごすこと、部屋の加湿でのどを守ること（湿度の目安は50〜60%）、部屋を換気すること（1時間に2〜3分ずつ）、十分な栄養をとること、バランスのとれた食事を摂取すること（緑黄色野菜などの色の濃い野菜は免疫力を高めます）、軽い運動を続けて体力を保つこと、タバコを吸わないこと、人ごみに入らないこと、マスクをすること、

歯磨きなどで口の中を清潔に保つことが挙げられます。

### 手洗い・うがいで菌を除去

また、手洗いをするので手についた細菌やウイルスを洗い流すことができます。食事の前後、トイレの後、外出後に部屋に入ったとき、調理の前後、手で覆って咳やくしゃみをした後には手洗いをしましょう。細菌やウイルスは石鹼に弱いので、石鹼を付けて洗いましょう。

さらに、うがいをすることでのどについた細菌やウイルスを取り除くことができます。外出後に部屋に入ったときにはうがいをしていきましょう。

これらのことに気を付けて、肺炎にかからないようにしましょう。



## 病院を「陰」で支えるすごい人

15

地域連携部  
地域連携室長  
土居照幸さん

今回は地域連携室の室長、土居照幸さんを紹介します。

そもそも「地域連携室」という言葉を聞き慣れない方も多いのではないのでしょうか。簡単に説明すると、患者さまが住み慣れた地域で安心して生活できるように医療機関同士が互いに連携を取り合い、切れ目のない医療を提供することをお手伝いする部門です。また、患者さまやそのご家族から色々な相談を受けし、必要に応じて医療機関や介護施設、行政・福祉施設などのさまざまな分野の関係機関と連携を図っています。

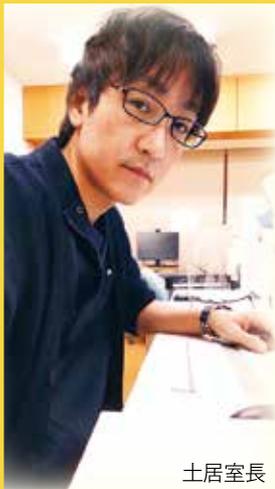
土居室長は「社会福祉士」「精神保健福祉士」「介護支援専門員」といった相談援助業務の資格を有しており、患者さまやそ

のご家族からの相談や、医療機関や介護施設等との連携など、院内外からのさまざまな調整業務に親切丁寧に対応されています。

また、虐待のケースに対しては、病院の調整窓口として児童相談所や地域包括支援センター等と連携を図り早期に対策を講じるなど、患者さまやそのご家族の権利擁護の推進に努められています。

他にも地域連携室長として、近隣の医療機関や介護施設などへの渉外業務も担われています。例えば、近隣の医療機関の先生方をお招きして開催する「連携の会」の企画運営、医療・介護施設への訪問、紹介患者さまに関する統計データの管理等々、多岐にわたる業務を精力的に遂行されています。

院外においては、福山市介護保険課・介護認定審査会の委員を長年務めており、地域の医療・介護事業に貢献されています。



土居室長

地域連携室のメンバー

地域連携室 社会福祉士  
山村博美

中学3年生の時に友人から誘われ囲碁を始めた私は、気付けばその魅力にすっかりハマっていました。暇さえあれば囲碁の本を読み、プロの棋譜を並べ、自分より格上の相手に勝負を挑んでは打ち負かされ、その悔しさを原動力にまた囲碁に没頭する。勉強の成績とは裏腹に、囲碁の実力はメキメキと上達していきました。

囲碁は打つことができる場所が多く、他のボードゲームに比べて自由度が高いため難しいと思われがちですが、ルール自体はとてもシンプルです。その根本は「陣取りゲームである」ということと「囲めば石を取れる」ということの2つです。「コウ」というルールは囲碁を始めようという人たちにとってしばしば高い壁となるのですが、これは同形反復によりゲーム進行ができなくなることを避けるために存在するルールであり、そこさえ理解できれば囲碁を始める準備は万端です。

囲碁の魅力を一言でいうのは難しいのですが、局地的な正解が大局的な正解とは限らないことであったり、欲張りすぎるとろくなことがなかったり、不調の時は碁が荒れたり錯覚が増えたりといっ

私、これにハマってます  白と黒の陣取りゲームの世界



# 囲碁

臨床研修医  
山中謙太郎

広島県医師会の囲碁大会でみごと優勝！

た日常生活に通じる学びがあるのは面白いと感じます。

最近では囲碁を打つことは脳の活性化につながり、認知症予防や認知機能の改善につながるといわれています。また、今ではインターネット環境さえあれば世界中のプレイヤーと24時間碁を打つことができるため、囲碁を打つハードルも昔に比べ高くありません。これを機に皆さんも囲碁を始めてみてはいかがでしょうか？



棋譜並べをする山中先生



看



護



部



紹



介



## 西4病棟

看護師

金尾 唯

西4病棟は43床の「回復期リハビリテーション病棟」です。

回復期リハビリテーション病棟では、大腿骨骨折や変形性膝関節症の術後、圧迫骨折などの整形外科疾患の患者さまが多く、少しでも入院前の生活に近い状態で在宅復帰していただけるように多職種がチームで取り組む病棟です。

入院生活では、土日・祝日を含めて毎日リハビリを行います。そして食事・更衣・排泄・移動などの日常生活動作の向上を目指した支援を行っています。ただ、術後の痛みで思うようにリハビリが進まないことに悩みを抱える人も少なくありません。そのような状況を乗り越えられるよう、痛みのコ



ントロールとともに精神的サポートを大切にしています。さらに多職種間では定期的に退院支援、摂食、内服、認知機能に対するカンファレンスを行い、情報を共有しています。異なる専門

分野をもつ職種間で知識や経験を共有することで、患者さまを多様な視点で支援することができま

す。ご家族に向けた支援では、必要に応じて現状やリハビリ状況の説明を行ったり、退院後の介助方法指導を行っています。患者さまからご家族への電話連絡が難しい場合は、看護師から電話で状況報告も行っています。入院生活や退院後の生活で不安なことがあればいつでもご相談ください。

また、介護福祉士を中心に季節感のある飾りを工夫し、癒しの空間作りに努めています。

今後患者さまとご家族とのコミュニケーションを大切にしながら、安心して退院後の生活を送っていただけるように、多職種と連携をとりながら取り組んでいきます。

(写真／リハビリの一環として患者さまと季節を彩る作品作りをしています。)

## 行事報告

### 医療安全研修会

10月19日(木)、全職員を対象とした医療安全研修会を開催しました。

いつ、だれが、どんな状況で、どんなヒヤリ・ハットが発生したかという貴重な情報を多くの職員で共有することは、医療安全対策で重要なことです。



寸劇で事例を再現するスタッフの様子

当院で4月から9月までに発生したヒヤリ・ハット事例の中から、特に周知、理解する必要がある4例を選び、当該部署の職員が寸劇で事例を再現しました。

### 医療の改善活動全国大会

11月17日(金)・18日(土)に第24回フォーラム「医療の改善活動」全国大会 in 広島に参加しました。この大会では、医療の質の向上に取り組んだ改善活動事例が発表されます。どの発表も、医療や介護に関わる中でよくある困り事をテーマに、いろいろなアイデアで改善に取り組んでいてとても参考になりました。

医療安全委員会 瀬良田実咲

要因分析、対応策を共有することで、同じような事故が起きないよう未然に防ぐことに繋がります。コロナ禍で集合研修ができなかったため4年ぶりに寸劇での事例発表でしたが、モニターを用いるなど今までにない工夫もあり、より分かりやすい事例発表となりました。

## 読者コーナー

記事内の写真がマスク姿でなく、笑顔が皆さん素敵なので好感が持てます。



いつも興味深い豆知識を掲載いただきありがとうございます。高齢の両親がいるため介護保険制度についてより深く知り得ました。



膝痛の話とストレッチの方法が写真付きで紹介してあって助かります。母が膝や外反母趾が痛いのに病院には行きたがらないので、声掛けしてやってみたいと思います。いつも読んで安心感をもらっています。

「野球チームつくりました」を見ました。今、小4で野球をやっています。守備は褒められても、バッティングが難しいので毎日練習しています。僕も大人になって



☆編集担当より☆

今回も沢山のご応募ありがとうございました。腰痛・膝痛の記事が好評でした。毎日コツコツと少しずつでも身体のケアをして健康でいたいですね。お互い励まし合いながらみんなで健康維持をしていきましょう。

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。

当院か

らは院内  
QC発表  
大会で選  
出された  
入退院支  
援室と西  
4病棟の  
2サークルが代表  
として発表  
しました。



時は制限  
時間は制限  
時間を知らせるランプがじわじわと迫ってくる気がしてすごく緊張しましたが、発表後には多くの質問があり、興味を持って聞いてもらったことに改善活動をして良かったとあらためて感じました。今後より良い医療を目指して改善に取り組んでいこうと思います。

西4病棟 山廣恵理子

# 丘の上の風だより

題字：河相霞陽（当院看護師）

# 80

2024年1月

## 表紙の写真

【広報委員会の皆さん】



### 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



日本医療機能評価機構  
認定第 JC2269 号



# 丘の上の風だよりプレゼントクイズ



問題：当紙面に今年の干支・辰（龍）が舞い込みました。さて全部で何頭いたでしょうか。発見した龍のイラストの数を回答用紙に記入してください。

このページの龍は数に含みません。  
半身の龍も、1頭と数えてください。



うっかり迷い込んでしまった  
来年の干支・巳に  
ご注意ください。



正解者のうち5名さまに、在宅健康管理に最適な「家庭用パルスオキシメーター（酸素飽和度モニター）」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

2024年3月10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。

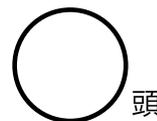
前号（79号）の正解

①～④ 全て7本

ハガキに貼ってご利用ください



## 丘の上の風だより 80号 クイズの解答



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

### 編集後記

明けまして

おめでとございます。

正月でおいしいものを食べたと思うので運動もすっかりして健康を維持していきましょ。

今年も笑顔いっぱい的一年になりますよっ、心から願っております。引き続き「丘の上の風だより」をよろしく願います。

リハビリテーション科

