

みどりの風

CONTENTS

鹿児島県 医師会長賞 看護業務功労表彰

地域枠医学生実習／職場体験学習／泌尿器科だより
倫理医療講演会／緩和ケア認定看護師合格
新入職員紹介／のど自慢／フットサル大会
西日本豪雨災害募金／みなみかぜだより

2018
秋号
2018年86号

南大隅町城内地区のみかん畑より



病院理念

地域住民の健康管理のために
地域医療の質と医療人の質の
たゆまぬ向上を目指す。

基本方針

- 一、医療・保健・介護・福祉・行政機関相互の連携を図り、
地域住民に信頼される病院を目指します。
- 一、職員一人ひとりが経営意識を持って、安心・安全な
医療を提供し、経営改善に努めます。
- 一、医療人としての責任と使命を自覚し、常に自己啓発に
努めます。
- 一、多職種協働による、チーム医療と組織横断的活動を
推進します。

患者さまの権利

1. 患者さまは、一人の人間として尊重され、平等に安全で適切な
医療を受ける権利があります。
2. 患者さまは、十分な説明と情報提供を受けたうえで、
治療方法などをご自身の意思で選択する権利があります。
3. 患者さまは、個人情報の秘密が守られ、プライバシーが
保護される権利があります。
4. 患者さまは、ご自身の診療記録の開示を求める権利があります。

患者さまの責務

1. 患者さまは、ご自身の健康状態に関する情報をできるだけ
正確に医療提供者へ伝える責務があります。
2. 患者さまは、医療関係者と合意した検査や治療方針に対し、
意欲を持って取り組む責務があります。
3. 患者さまは、他の患者さまが快適な環境で医療を受けられるよう、
病院や社会生活上のルールやマナーを守る責務があります。
4. 患者さまは、検査や治療のために必要な医療費を負担する
責務があります。

鹿児島県 医師会長賞 看護業務功労表彰

鹿児島県医師会長賞看護業務功労者表彰が鹿児島市内で行われ、病院・老健みなみかぜから4名の看護師が表彰を受けました。表彰資格は鹿児島県内の会員医療機関において25年以上の看護業務に付き、顕著な功績があつた方が受ける表彰です。表彰者よりコメントを頂きましたので、ここに紹介いたします。



老健みなみかぜ通所
新久保みどり

この度、看護業務功労の受賞を頂きありがとうございました。去年も声をかけて頂いたのですが、受賞を頂くようなことは何も出来ていないと思い辞退しました。今年も声がかかるとは思っていませんでしたが、賞状を手にした時にすごく大変なことだと改めて感じました。

肝属郡医師会立病院の開院当初より勤務し子育てで数年現場を離れましたが、その後、大過なく看護・介護の仕事を続けてこられた事に感謝しています。定年も近いですが、残りの時間を今の職場で頑張っていけたらと思います。ありがとうございました。



4階病棟
鶴崎 文子

この度、看護業務功労賞をいただきありがとうございました。

昭和61年12月入職して、結婚し、子育てと仕事を両立しながら頑張ってきました。

気が付けば30年以上過ぎていました。私が勤めたころは診療科も多く日々の忙しさに追わられていました。月日もたち電子カルテの時代になり、今まで経験したことがないパソコンと向かい合い違う意味での苦戦の毎日でした。最近では年齢を重ね自分の体力と相談しながら頑張っています。

医療に関わる中で、多くの患者さんと接する中、看護観や生き方などたくさん学ぶことが出来ました。又、患者さんに「ありがとう」と感謝の気持ちを言われたとき、この仕事を続けて来て良かったと思いました。

今までたくさんのスタッフに支えられてこの日まで務めることが出来ました。ありがとうございました。もう少しで定年を迎ますが、その日まで皆さま、心温かく見守って下さい。よろしくお願ひします。

平成30年度 鹿児島県地域枠医学生実習

『地域医療実習を終えて』

初日は介護老人保健施設「みなみかぜ」を見学した。リハビリや入浴・食事などのサービスを提供し、利用者が心地よく過ごせるだけでなく、利用者へのサポート体制や施錠式の入口に見られるような安全性など、いたるところ細やかな配慮がなされていた。翌日は廃校になった小学校で行われた特定健診の見学と佐多・大泊診療所の見学を行った。健診においては朝早くから準備を整え、診療所では患者さま一人ひとりじっくりと話をすると、地域に密着した医療を提供していた。この地域はご年配の方が多く、高齢化率上昇による医療の問題点などを実感することができた。3日目はもの忘れ外来において認知症テストや診断の様子を見学した。肝属郡医師会立病院では認知症に対する支援を積極的に行っており、テストの内容の充実性や診断の細やかさなどを知ることができた。ALSの患

8月20日～24日、8月27日～31日の2回に分けて計4名の鹿児島大学医学部地域枠医学生1～2年生が実習に来られました。

鹿児島大学医学部 地域枠医学生1年 川嶋 桃世

者さんのもとへ訪問診療見学も行い、言葉を発することができない患者さまと筆記やジェスチャーによって意思疎通を図り、困りごとにに対して真剣に考え対応する姿に、患者さまに対して真摯な姿勢を持つことの大切さを改めて学んだ。

最後に、5日間の研修で学んだことを句に詠みます。

医師不足 病院のない 地域まで
患者の元へと 車でかける

【背景】

健診や訪問診療を行う際、医師が自ら車に乗って健診場所や患者さんの元へと赴いており、患者さんや地域の人々のために奔走し、力を尽くす姿に感動しました。



外来
門原 香代子

今回看護業務功労に推薦していただきありがとうございました。授賞式にも参加させて頂き、その会場の近くに以前勤務していた病院があり、昔のことと思いを馳せました。その後鹿児島市内の病院を3ヶ所勤務し、肝属郡医師会には昭和61年に入職しました。外来に勤務し、今の泌尿器科側に全診療科があり、救急患者さんも多く救急車で搬送される患者さんも多かったように記憶しています。大きな死亡事故やバイクで転倒し片足が切断され搬送されてきたり、忙しい記憶しかないです。鹿児島市内から帰ってきたばかりで知り合いがおらず、経験はなかったのですがバレー部に入部し、時々Bチームの試合に出してもらい、もっとうまくなりたいと一生懸命練習に励んだことを思い出します。特に励んだのが飲み会でした。また、そのころは運動会や旅行もあり、職員の参加も多くとても楽しかったです。その後は外来から手術室へ異動し、毎日手術があり、緊急手術も多く自宅に帰ってもすぐに呼び出されたり、出かけていてもポケットベルで呼び出されたりという日々でした。手術室での思い出は多く、外科医師にだいぶ教育され恐ろしかった記憶と手術が無事終わった時の充実感は今となってはとても懐かしい思い出です。結婚し、出産前に一度退職し、10年前に再入職、外来、透析室を経て今に至っています。再入職したときは務まるのか不安で、毎日電子カルテ入力に悪戦苦闘しました。長い間看護師として働くことができたことはとても誇りに思っています。だんだん先が見えてきていますが、悔いが残らないよう精一杯勤めたいと思います。



3階病棟
牧原 めい子

この度、看護業務功労の表彰の機会を与えていただきありがとうございました。私が看護師になろうと思ったのは、中学1年の時に病院に外傷で2週間位通院したことがきっかけでした。最初の治療は親と一緒にでしたが、その後は大根占から鹿屋まで一人でバスに乗り、初めてのことで心細く不安でいっぱいでした。その時、看護師さんに優しく声を掛けてもらひ安心したことを今でも覚えています。この時、「私もある優しい看護婦さんになりたい。」とあこがれと夢をいただき、看護師を目指しました。今では懐かしい思い出です。

当院には都会から帰省して、昭和60年に就職、結婚して1年余りで一度退職しましたが、子育てが一段落した頃、「やっぱり、看護師の仕事がしたい」と平成4年に再就職して現在に至っています。この30数年いろんなことがありましたが看護師になって良かったと思っています。長く看護職が出来たのも、肝属郡医師会立病院で、いろんな方々にお世話になり、恵まれた環境で仕事出来たおかげと感謝しています。

これからも初心を忘れず、もうしばらく務めたいと思いますので宜しくお願いします。ありがとうございました。

職場体験学習 【錦江町立田代中学校】

7月4日～6日の3日間、錦江町立田代中学校の生徒さん2名が当院へ職場体験学習に来られました。御礼の手紙を頂きましたので、ここに紹介させて頂きます。



先日は職場体験学習でお世話になりました。今回の体験で患者さま一人ひとりの特徴を知り、患者さんに合わせて声の大きさ、速さ、方言を使い分けたり、それぞれにあわせたコミュニケーションが大切なんだなと感じ、職員の方が患者さんと笑顔で話されていてとても感動しました。

今まで病院で働く人といったらお医者さんと看護師さんぐらいしか知らず、たくさんの部署を見学させて頂いたおかげで臨床心理士や保健師、社会福祉士などのたくさんの職種があると知り、これからの進路選択にも幅ができました。今後は職場体験で学んだことを大いに生かし、勉強や学校生活において精一杯取り組んでいきたいと思います。

錦江町立田代中学校3年 姫ヶ迫 ゆきの

※紙面の都合で1名をご紹介しました。また、一部割愛しています。

泌尿器科だより

テーマ【夜間頻尿】

台風一過、朝晩が涼しい季節になってきました。これから寒くなってくると、我々泌尿器科のもとに頻尿で受診される患者様が増えています。

今回は夜間頻尿についてお話しさせて頂きたいと思います。

...

夜間頻尿にはタイプがあります

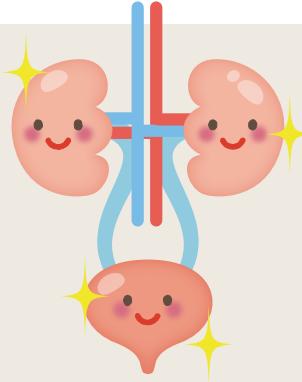
夜間頻尿のタイプとして、

- ①夜間多尿に伴う頻尿
- ②睡眠障害による頻尿
- ③膀胱蓄尿機能障害に伴う頻尿

に分けられます。日本人で多いタイプは①・②がほとんどと言われています。③の場合は薬物療法が必要になりますが、①・②は生活スタイルを変えるだけで改善する可能性があります。

飲水量が多く夜間多尿になる場合が多いので、飲水量を適量に調整(おおよそ、体重×20ccくらいの飲水量が妥当と言われています)したり、飲水のタイミング(夕方以降は極力飲水しない)を変えるだけでも効果があります。よく脳梗塞予防として夜間も飲水される患者様がいらっしゃいます。たしかに脱水が脳梗塞発症のリスクになることは報告されていますが、飲水量を多くしても、もともと身体の持つホメオスタシス(平衡性)から血液の粘調度(サラサラの程度)は変化しないことがすでに報告されています。過度な飲水に脳梗塞を予防する根拠はなく、かえって頻尿を招くだけのことも多いので、今一度、自分の飲水量が適正か見直してみてもいいかもしれません。

また最近では夜間の高血圧が頻尿を招くことや、高脂血症に伴う骨盤内の血流低下などいわゆる『生活習慣病』と頻尿・排尿障害との関連も多く報告されています。特に食塩摂取量が多いほど頻尿傾向になるとされています。血圧のコントロールや減塩などだけで頻尿が改善することもあります。また、睡眠時無呼吸症候群が原因で夜間多尿になることも知られており、気になる方は一度耳鼻咽喉科で検査を受けられてもいいかもしれません。睡眠時無呼吸症候群の治療だけで夜間頻尿が改善することもよくあります。



日頃の行動の
心がけで
健康で快適な
排尿ライフを!

睡眠障害による頻尿のこと

睡眠障害による頻尿に関しては、最近はご高齢の方もスマートフォンなどを使いの方が多いと思われます。スマートフォンのブルーライトには、脳を覚醒状態に保つ働きがあると言われていますが、その影響で就寝前にスマートフォンを使用し『寝付けない』、『途中で起きてしまう』などの睡眠障害を招くこともあります。どちらが先かは意見が分かれると思いますが、『寝付けないからトイレに行く』、『トイレに行きたくなるから眠れない』という声は良く聞かれます。

まずは眠りやすい環境をご自身で整えてみるのもいかがでしょうか?また、寝付けないからと言って就寝前にアルコールを摂取されると、かえって興奮状態になったり利尿作用で尿量が増え、ますます寝付けない、多尿になるなど悪影響もありますので、アルコールは控えましょう。寝付けないから心配して、スマートフォンで色々と調べものをしてしまうと、玉石混交の情報が出てきてしまい眠れなくなってしまったリブルーライトの影響で寝付きが悪くなったりと、かえって逆効果ですよ。

季節性の頻尿もあります

最後に、季節性の頻尿もあります。特に、温暖な地域では寒い時期の症状が暖かい時期より悪いと報告されております。手足の末端が冷えると血流が悪くなり、その影響で頻尿になりますので、寝る前にしっかりとお風呂につかり、手足を温めてから就寝されるなどの工夫も良いと思います。

また、夕方以降に30分程度のウォーキングを取り入れた場合に夜間の排尿回数が減少するという報告もあります。これから超高齢化社会を迎えるにあたり、『フレイル』※1や『ロコモティブシンドローム』※2などの予防にもなるため、生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。

(泌尿器科医師 下荒磯 裕)

※1『フレイル』

体がストレスに弱っている状態のこと

※2『ロコモティブシンドローム』

身体を動かすのに必要な器官に障害が起こり、自分で移動する能力が低下して要介護になる危険度が高い諸症状のこと

倫理医療講演会



善福寺住職 長倉 伯博先生

2018年7月27日(金)住民、民生委員、医療介護職、行政機関等を対象とし、錦江町文化センターで在宅医療講演会を開催致しました。当院の倫理委員会が主催し、善福寺住職の長倉伯博先生をお招きし『温もりと笑顔の中で～医療チームに入った僧侶の話～』と題し、患者様を支えご家族に寄り添う医療・看護・介護とは何かについてご講演頂きました。

た。第一部(住民対象)、第二部(行政、医療、介護職対象)併せ421名の参加があり、講演後のアンケートでは「とても内容の濃いお話を演題のごとくぬくもりと笑顔の中で聴講できました。私は、父親、義母を看取りました。お話を自分の経験したことそのまま胸に届きました、ありがとうございました」「プライドは捨てて患者さんと向き合う姿は感動しました。在宅医療は難しいと思いますが少し理解できました」「素敵な言葉を聞かれました。感動しました。今日は内之浦からきたかいがありました。また、講演をお願い致します」など多くのご意見や感想がありました。

講演に参加した方々は大変満足していただけたようで、今後の参考にして頂ければ幸いです。長倉伯博先生をはじめ関係者の方々、お忙しい中ご協力頂き、ありがとうございました。

当院看護師が「緩和ケア認定看護師」を取得しました



今年緩和ケア認定看護師を取得しました。

患者さまの全人的苦痛を少しでも軽減できるよう努め、その人らしく過ごしていくように日々、ケアの提供やスタッフへの教育を行っていきたいと考えています。また、今後在家でも安心して過ごしてもらえるように訪問看護師など地域の方々と連携を図り、患者さまやご家族の支えになれるよう精一杯頑張りたいと思います。

3階病棟 看護師 大塚 茜

認定看護師とは?

看護師として5年以上の実践経験を持ち、日本看護協会が定める615時間以上の認定看護師教育を修め、認定看護師認定審査に合格することで取得できる資格です。

審査合格後は認定看護師としての活動と自己研鑽の実績を積み、5年ごとに資格を更新しています。2017年8月現在、18,728人の認定看護師が全国で活動しています。

認定看護分野は緩和ケアや皮膚・排泄ケアなど21分野が認定看護分野として特定されています。

当院職員が『NHKのど自慢』に出場しました!



当院栄養室調理師、川前美紀さんが8月19日(日)に垂水市で行われた「NHKのど自慢」に出場しました。川前さんは去年南九州市で行われた同番組に友人2人と共に予選会に出場するも落選し、満を持しての登場となりました。

今回は見事予選を突破し、日曜日の全国生放送に出演!スターダストレビューの「夢伝説」を熱唱し、鐘は2~3つ鳴ればいいかなと思っていたらしいですが、見事合格の鐘を鳴らすことができました!好きな歌手はスターダストレビュー、月2回程行くカラオケではその他にも昭和歌謡やアニソン(アニメソング)も歌うそうです。以前バンドを組んで歌っていたそうで、これを機にまた友人とバンドを組んで活動する計画があるとのこと。これからも自慢の歌声で周囲を感動させてください!



『第12回 南大隅カップ』フットサル大会

フットサル部は7月22日に南大隅町で開催されました『第12回南大隅カップ』フットサル大会に参加させていただきました。昨年に引き続き2回目の参加です。昨年はグループリーグ敗退。今年はけがなどで出場できなかつたメンバーもあり限られた人数のなかでの参加となりました。

昨年は大雨のなか(体育館内でのプレイのため問題はありませんが)での開催でしたが今年は快晴。選手の心も晴れやかでやる気に満ち溢れていました。しかし気合だけでは乗り切れないのが真夏の暑さ。いつも練習時から『のどが渇いているのは脱水の始まりだ』とお互い声をかけながらこまめな水分補給をしていますが、日中開催のため注意をいつも以上に心がけました。

うちのチームの特性として初戦が緊張で固くなるという傾向にあり、今回も初戦は惜しくも敗戦。気持ちを切り替えた2試合目は動きもよくなり逆転勝ち。結果グループリーグを突破!決勝トーナメントに進出することができました。決勝トーナメントでは敗戦し結果は4位となりましたが収穫のある大会となりました。

応援に来ていただいた方の黄色い(?)声援にも元気をもらいました。自分たちだけの力ではこの結果にはつながらなかったと思います。参加させていただることへの感謝、応援等で協力していただることへの感謝など忘れないようにしていきたいです。そして、来年は今年以上の結果が残せるよう日々の業務をこなしながら活動に取り組んでいければと思います。



平成30年7月 豪雨による被災医療機関等に対する支援金

西日本を中心に甚大な被害をもたらした平成30年7月豪雨により被災した医療機関及び地元医師会を支援するため、当院では職員を対象に8月31日まで支援金を募りました。

支援金総額 30,000円

ご協力頂きました皆様に心から厚く御礼申し上げます。

お預かりした支援金は日本医師会を通じて被災医療機関へお届けいたしました。被災地の1日も早い復旧と復興を心よりお祈り申し上げます。

老健施設【みなみかぜ便り】

7月28日(土)第21回みなみかぜ夏祭りを開催いたしました。

今回は初めての試みとして、13時から15時の間で開催いたしましたが、たくさんの方々にご来場いただき、例年にも増して賑わっていた様に思います。皆様ご参加ありがとうございました。



舞踊(三鐘流)

小脇梓様による「べに花」、古里千穂様、山下節子様による「北海盆唄」を披露して頂きました。



楠龍太鼓披露

今年も楠龍太鼓の皆様による迫力満点の演奏をして頂きました。子供から大人まで多数の方々から参加をいただき、観客席を練り歩きながら太鼓の音がホール中に響き渡っていました。素敵な演奏、ありがとうございました。



舞踊(万寿美流)

万寿美流のお二人(小田様・永田様)、曲は「祝いめでた」と「ちえっこよされ」でした。お二人の踊りにみなさん釘付けになり、とても楽しんでいらっしゃいました。

夏祭りだヨ! 新人集合



今年の新人余興は、ドリフのひげダンスに合わせてシーソーで物品飛ばしを行いました。緊張しましたが、「良かったよ。」と声を掛けて下さる利用者の方もいたので嬉しかったです。この達成感や喜びを糧に今後も日々の業務に励んでいきたいです。



『治助どんとガラッパ(人形劇)』
(溝口ウイング)



療育音楽(九州炭鉱節)

みなみかぜ夏祭りに療育音楽も参加しました。練習を毎週とはいきませんでしたが皆様と力を合わせて合唱・合奏「われは海の子」を緊張するも練習の成果を無事に披露する事が出来ました。

ご当選なさった方!
おめでとうございます!



わ~い! 釣れた!!



美しい踊りに癒やされました
(三鐘流)



練習の成果、バツチリ!!
(療育音楽)

外来受診に関するお知らせ

完全紹介予約制

当院の外来は「完全紹介予約制」となっております。初診の方は、他の医療機関(かかりつけ医)などからの紹介状が必要となります。また受診の際は、事前に予約をお取りください。

※泌尿器科、整形外科、眼科は「かかりつけ医」がない場合は予約のみで受診できます。

健康チェック&改善相談

どなたでもお気軽にご相談ください
**11月17日(土)・12月15日(土)
1月19日(土)**

受付

地域医療室(保健師)

内容

- 血圧測定・体脂肪率測定・血液検査(希望者)
- 管理栄養士、保健師による病気予防と改善のためのアドバイス

費用

- 無料ですが、血液検査を希望の方は血糖150円、脂質(コレステロール、中性脂肪)300円をご負担いただきます。

お問い合わせ

地域医療室保健師まで

職員募集

常勤医師【募集診療科】

内科(一般、呼吸器、循環器、消化器、リハビリ) 外科・整形外科・眼科

看護師(正職員・パート・夜勤専従) / 准看護師

看護補助者(正職員・パート)

介護福祉士(正職員・契約・パート)

薬剤師(正職員・パート) / 作業療法士 / 理学療法士

管理栄養士 / 臨床工学技士/診療情報管理士

医師事務作業補助者 / 社会福祉士 / 施設管理

詳細については総務課庶務係までご連絡ください

**TEL.0994-22-3111
(内線:1134)**

予約に関する電話受付時間

月～金曜日 午後2時～5時

土曜日 午前9時～12時

病院稼働状況

	8月	4月～8月	月平均
外来患者延数	2,790	13,511	2,702
(1日平均)	90.0	73.8	—
新入院患者数	88	380	76
退院患者数	83	375	75
月末在院患者数	154	780	156
在院患者延数	4,845	23,933	4,786
(1日平均)	156.3	130.8	—
平均在院日数(一般病棟)	16.5	14.4	—

(単位／名)

編集後記

朝晩もすいぶん涼しく(寒く)感じられるようになりました。日本列島は夏に台風21号・24号の襲来、北海道大地震の自然災害に見舞われ、甚大な被害を受けました。亡くなられた方へ心からご冥福をお祈りいたします。当院も崖下に立地しており、大災害で崖がくずれた場合、大きな被害が出るこれが予想され、去年大規模災害訓練を行いました。

また病院の老朽化もあり、現在「肝属郡医師会立病院移転建て替えに関する要望書」が錦江町・南大隅町に提出され、検討がなされています。日常でも災害を想定した備えをしておきたいものです。

シンボルマークについて



地域住民の皆様と地域の医療従事者を、平和と安寧の象徴である二羽の鳩で表し、共に協力しながら空高く飛翔するさまをデザイン。
肝属郡医師会立病院の頭文字をエンドレスイメージでデザインしたKマークは、地域医療の中核病院として地域医療を支え健やかで暮らしがやすい地域づくりを目指して永遠に伸びゆくさまを表しています。