



さっちゃん通信 2015年1月1日号 Vol.115

病院ホームページ <http://www.hagicivilhp.jp/>

← レントゲンフィルム搬送係のロボット「さっちゃん」。現在、充電期間中！！

年頭の所感 ～ 未年にちなんで

新年明けましておめでとうございます。
2015年をどのようにお迎えになったでしょうか。

今年は「未年（ひつじどし）」です。羊はふわふわとした毛をたくわえ、大らかで穏やかなイメージがあります。また、群れをなす羊は家族の象徴といわれます。

お正月は日頃、離れている家族が集まったり、久しく会えなかった人に会うことができたりと、心温まる機会が多かったのではないのでしょうか。



さて、日本は今、少子高齢化が急速に進み、団塊の世代が後期高齢者となる2025年には75歳以上の人口が約2,200万人となり、4人に1人が75歳以上に達すると予測されています。このような中、医療や介護のあり方が大きく様変わりしようとしています。

住み慣れた地域で最後まで暮らしていけるような社会の実現をめざして「地域包括ケアシステム」を構築しようとしています。

萩市民病院と萩・福祉複合施設かがやきで構成される「萩・健康維新の里」は、市民の誰もがその人らしく、健康に暮らしていけるよう生活を支援するところです。

「萩・健康維新の里」理念

- 変化する社会情勢に進取の気性をもって取り組み、新しい健康の在り方を提案します。
- 現状に妥協せず、創意工夫を惜しまず、暖かく思いやりのあるサービスを実践します。
- 自らの役割を明確にし、地域と連携して、保健・医療・福祉を統合したサービスを目指します。

萩市民病院の目標

- ◇ 私たちは、絶えず自分を磨き、質の高い医療を提供します。
- ◇ 私たちは、提供するサービスを説明した上で、あなたとともに医療を実践します。
- ◇ 私たちは、自分に課せられた仕事を全うし、病院事業を維持・発展させます。

このシステムは、サービスが必要な方に対して医療・看護・介護・予防・住まい・生活支援を地域の中で確保・提供する仕組みです。

一方、高齢になっても介護を必要とせず、自立して生活できるように「健康寿命の延伸」と「生活の質の向上」などの取り組みにも力が注がれます。

当院も地域の病院として、他の医療機関や保健・福祉施設等と協力しながら、急性期病院の役割を果たしていけるよう、これまで以上に精進していかなければなりません。その中で、看護職の役割が十分に発揮できるように努めていきたいと考えています。



私たち看護職の仕事は、生活を基盤としたケアの提供が基本です。誰もが「安心して健康に暮らしたい」と思っておられます。その気持ちに看護は応えていきたいのです。

看護職は、患者さんや患者さんを取り巻く多くの人たちとの関わりを通じて、人生の機微、そして心の琴線に触れながら成長していきます。日頃の仕事の中でも患者さんとの人間関係を大切にしながら、温かみのある心のこもった看護を提供できたらと思っています。今年も笑顔を決やさず、元気ががんばってまいります。

今年一年が羊のイメージのように、平穏な年であることを願うばかりです。

看護部長 宮内 美智代

日本救急医学会ICLSコースに参加して

萩市民病院で12月14日(日)、日本救急医学会ICLSコースが開催されました。

ICLSコースは「突然の心停止に対する最初の10分間の適切なチーム蘇生を取得する」という目標に重点を絞った内容となっています。つまり、実際の現場を想定した、より実践に近いコースとなっています。今回はこのコースに、萩市民病院に勤務する看護師と、下関にある関門医療センターに勤務する看護師が参加しました。



最初に行われたのは、心臓マッサージと人工呼吸の講習でした。適切なチーム蘇生を行うには、まず、その元となる一次救命処置(心停止の発見から心臓マッサージ・人工呼吸まで)が確実に行われることが大前提とのことでした。私も何度か一次救命処置の講習を受けていましたが、しばらく講習を受けていないと、確実な手技で心臓マッサージ等を行えないことを痛感しました。

次に、除細動器(AED等の、心臓に電気ショックを与える装置)を必要とする心臓の異常と、除細動器の使用方法について学びました。こちら講習を受け、「除細動器が必要ない＝心臓マッサージが必要でない」ということにはならないと分かっていましたが、緊急時に焦っている状況下では、すぐに心臓マッサージを再開することがいかに難しいか体感しました。

一通りの手技を終え、午後からはいよいよチーム蘇生に移ります。チームを作り、1人が持ち回りでリーダーとなり、チーム蘇生のシミュレーションが行われました。私もリーダー役を担当したのですが、事前にあれとこれをやらなければいけないと思っていても、いざ実践するとなると焦り、必要な指示が抜けていたり、確認不足な点があったりしました。そんな状況下でも、メンバーがリーダーの状況を理解し、サポートしてくれたため、何とかチーム蘇生の流れを作ることができました。チーム蘇生のシミュレーションを行い、リーダーだけでなく、メンバーも一連の蘇生の流れを理解し、意見を出しあうことで、効果的なチーム蘇生が行われることを学びました。



今回、このICLSのコースが当院で受講可能となったのは、昨年より萩地域にICLS萩事務局が発足したためです。事務局長を務める当院東病棟の岡安看護師は「萩市民病院だけでなく、萩地域全体で講習を開催し、技術の向上を図っていきたいと思います」と、今後の展望を語ってくれました。

西病棟看護師 平野 明子



栄養科の 地産地消

山口県の郷土料理～けんちょう

定番過ぎる「郷土料理」

「けんちょう」は、大根の収穫される冬に日常的に家庭で食べられている定番メニューです。山口県では、あまりに定番過ぎて郷土料理だということが知られていません。県下全域で作られていますが、材料に大根、人参、崩した豆腐を使い、油で炒めるところは共通で、これに椎茸、ごぼう、油揚げ、里芋、こんにゃく、肉などが入るなど、地域によって多少の違いがあります。基本的には精進料理としていい伝えられており、鎌倉の禅寺である「建長寺」が由来とされる「けんちん汁」と材料や作り方が似ていることもあり、名前の由来も同じではないかといわれています。



少ない調味料で美味しく

けんちょうは、材料を油で炒めて調味料で煮込む料理ですが、大根に含まれている成分が加熱することによって甘みに分解されるため、他の煮物に比べて調味料の使用量が少なく済みます。砂糖を減らすと塩分も少なく済むので、減塩でも美味しく食べられる料理になります。ご家庭で、けんちょうを作るとき、いつもの煮物料理より、ちょっと少なめの調味料を意識してみてください。



秋のあれこれ

私は平成26年10月から萩市民病院の看護師としてお世話になっています。今回、私のおすすめスポットとして、私の地元でもある佐々並の名所をご紹介します。

道の駅あさひから山口側に向けて歩くこと数分。佐々並川の支流である長瀬川から宮の川に至る山崖の渓谷、淵ヶ平（ふちがひら）という清流が流れている場所があります。

この淵ヶ平は、別名雨乞いの滝とも呼ばれているそうです。かつてこの滝壺は、村が干ばつになったとき、この滝壺の水を汲み出し、わらを焚いて天に祈願していたといわれています。

入り口が少し分かりにくいのですが、現在は遊歩道ができています。ウォーキングがてら散策したり、お弁当を持ってハイキングに行ったりするのもいいかもしれません。秋になると遊歩道に落ち葉が多く降り積もり、足下が大変ですが、1年を通して佐々並の豊かな自然を楽しむことができる穴場です。ぜひ一度、淵ヶ平へお越しください。



西病棟看護師 山田 裕実子

萩市民病院 外来診療担当医師一覧

平成27年1月1日現在

受付時間
午前8:30～11:30／午後13:00～16:30
診療時間
午前8:45～12:00／午後13:30～17:00

外来診療は基本的に「予約制」です。
なお小児科専門外来は、既に診断がついて他院の紹介状をお持ちの方を除いては、まず午前中の一般外来を受診していただき、必要な検査等を行った上で専門外来へ院内紹介をいたします。
いずれの場合も救急・急患はこの限りではありません。

診療科	時間帯	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
総合診療科	午前		齊藤 裕之	齊藤 裕之	齊藤 裕之		
内科	循環器内科 呼吸器内科	午前	米澤 文雄	米澤 文雄	安藤 みゆき	米澤 文雄	藤村 達大
			安藤 みゆき	刀禰 尚	藤村 達大	刀禰 尚	内田 耕資
			藤村 達大	内田 耕資		安藤 みゆき	
						内田 耕資	
		午後				石口 博智(大学)	
	神経内科	午前					佐野 泰照(大学)
	消化器内科	午前	松本 賢治	松本 賢治	五嶋 敦史	松本 賢治	五嶋 敦史
膠原病外来	午前	中村 浩士(大学)					
糖尿病外来	午前/午後			幡中 雅行(大学)			
小児科	一般外来	午前	高橋 一雅	高橋 一雅	高橋 一雅	高橋 一雅	高橋 一雅
			藤本 洋輔	藤本 洋輔	藤本 洋輔	藤本 洋輔	藤本 洋輔
	※専門外来	午後	腎臓(第3) (白石)	神経(第1・3・4) 午前・午後(伊住)		心臓(第2) (藤原)	アレルギー (第1・2・4) (真方・長谷川・清水)
外科 (午後は手術)	午前初診	中村 丘	坂野 尚	中村 丘	坂野 尚	工藤 淳一	
	午前再診			工藤 淳一	中村 丘	坂野 尚	
整形外科 (午後は手術)	午前初診	瀬戸 隆之(大学)	手術のため休診	山縣 大樹(大学)		桑原 嘉一	
	午前再診	桑原 嘉一		桑原 嘉一	桑原 嘉一		
放射線科検査	終日	米城 秀	米城 秀	米城 秀	米城 秀	米城 秀	
麻酔科 (ペインクリニック)	午前		原田 英宜(大学)				
内視鏡検査	午前/午後	西村 純一(大学)	五嶋 敦史	松本 賢治	末永 成之(大学)	横田 恭之(大学)	

※ 午後からの内科外来は、専門外来のみとなっています。初診の方は電話予約のうえ、午前中の総合診療科・内科外来を受診されますようお願いいたします。なお、救急・急患についてはこの限りではありません。

※ 膠原病外来、糖尿病外来、麻酔科、及び大学の内科非常勤医師の診察は院内紹介のみです。初診あるいは他院からの直接の紹介は受けつけておりませんので、予めご了承下さい。

萩市民病院 予約センター 電話(0838)25-1235 ※土・日・祝日を除く月～金 8:30～17:00受付

朝は電話が混み合います。つながりにくい場合は、お手数ですが時間をおいておかけ直し下さい。
また、おかけ間違いのないよう十分にご注意願います。

他の医療機関からの受診の際は、紹介状をお持ちいただきますよう、よろしくお願いいたします。



さっちゃん通信ばきコーナー
(編集後記)

この冬は、突然強い冬型の気圧配置になって、普段はあまり雪が降らない所にも大雪が降りました。萩でも12月の中旬くらいにチラホラと降り始め、山間部の方では積雪もありました。

子供の時は雪が降ったら大はしゃぎでしたが、今では「通勤が困るなあ」とかそっちの方を気にしてばかり。ただやはり子供は普段、そんなに見ることのない雪に大

興奮して「雪遊びがしたいー」と急かされまくりました。しかし萩の中心部に降った雪はすぐに溶けてしまいますので、それならばと佐々並の夏木原キャンプ場へ行ってみました。手前の駐車場にはまだ雪が残っており、子供は大はしゃぎ。こちらもついつい乗せられて、一緒になって遊んでいました。

さて、この1月からは、NHK大河ドラマ「花燃ゆ」の放送が開始されます。萩が舞台となるドラマは久々のこと。ドラマに登場する萩のロケ地を、時間があるときにまわってみるもの、またおもしろいのではないかと思います。
【藤村】