

# 菜の花

N H O I B U S U K I M E D I C A L C E N T E R



No. 43  
平成31年1月



## “飛躍の年”

院長

鹿島 克郎

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

今年は亥年です。猪突猛進して飛躍の年にしたいものです。

ところで今年の大河ドラマ“いだてん”は、オリンピックに初参加し、箱根駅伝を始めたことでも知られる金栗四三が主人公のひとりですが、生涯走り続けた金栗さんに共感する人たちが増え、ランニングブームが加速する予感がいたします。

私は、ふとしたことがきっかけで40代前半からマラソンレースに参加し始めましたが、フルマラソンは13回出場しました。15km地点（菜の花マラソンでは池田湖付近）では、βエンドルフィンが出て多幸感がやってきます。所謂、ランナーズハイという現象です。大会前日、会場に流れる音楽（菜の花の街で）を聴きながら、ゼッケンを受け取る時にも何とも言えない期待感で気持ちが高揚します。でも、マラソンはやめました。

理由は、ゴール付近で心房細動らしき不整脈が出現し、これはまずいと思ったからです。勿論、

以前の様な練習量もこなせなくなり、理想とするレース運びが出来なくなったこともあります。

私が診察した患者さんでマラソンレース中に心室細動になり、除細動器を植え込んだ方が2人います。2人に共通することは、大会当日、体調不良が有り、ゴール直前で倒れ、除細動器植え込み後には不整脈が一度も出現していないという点です。最近、市民マラソン花盛りですが、フルマラソンにはかなりの負荷がかかりますのである程度の注意は必要です。

マラソン参加はやめましたが、ジョギングは継続しています。現在、10km前後のレースに年3回程度参加しています。走ることで気分転換ができるだけでなく、体の切れが良くなり体調が整います。おそらく、メタボ対策にもなっているでしょう。

冒頭で“飛躍の年”を謳いましたが、日頃からこそこつこつと努力を続けないと飛躍はできません。今年で新病棟開設や電子カルテ導入から2年となり、病棟業務はかなり効率化され、いよいよ中身を充実させる時期（飛躍）を迎えていると思います。

具体的には、今年度の宿泊研修で患者接遇を見直し、心ある医療を提供できるようにしたいと考えています。また、腎臓内科を増設し、外来透析患者をさらに受け入れ、整形外科開設も具体化させ、急性期病棟と包括病棟を効率よく運営する予定です。経営面でも盤石になることで地域中核病院として持続可能な体制を築き、この地域の安心な街づくりに繋げていきたいと考えています。

## 地域に信頼される病院を目指して

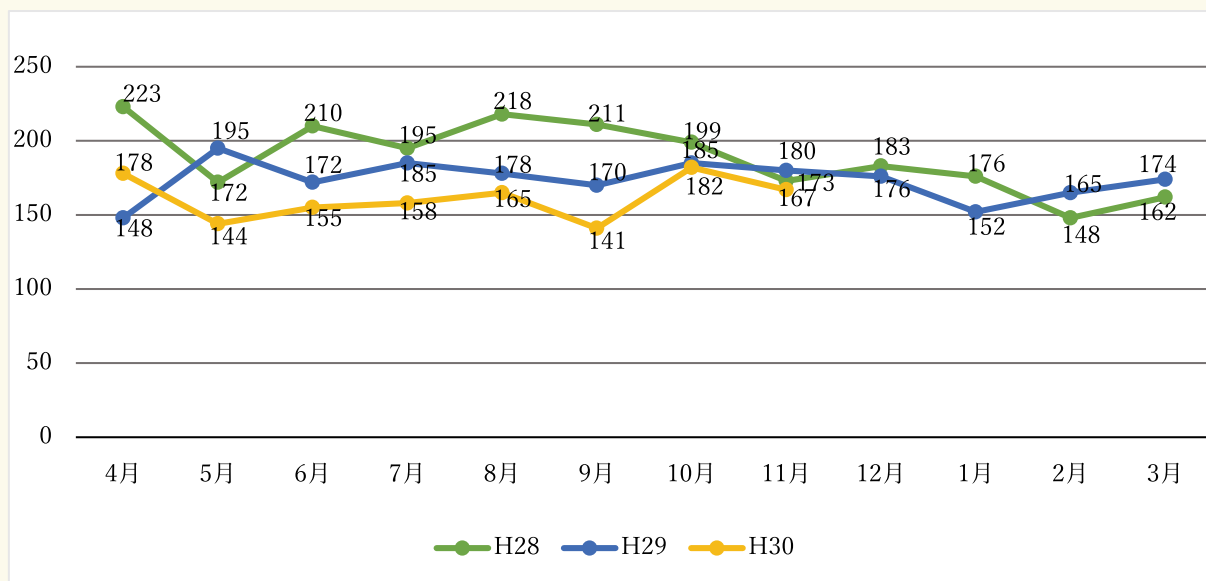
地域医療連携室 瀨田 里香

現在、年度別に初診紹介数を示してみるとH28年度の平均189件からH29年度の平均173件と年々減少傾向にあります。地域医療連携室では8月と12月の年2回の50カ所以上の病院訪問と指宿市医師会の懇談会への出席をし地域の先生方と顔の見える関係づくりを行っています。普段は電話や情報提供書でのやりとりとなっていますが、地域の先生方や相談員の方と顔を合わせる機会を持つことで、困っていることや対応等について、生の声を聞く機会となっています。その中で返書に関する声では実際、紹介患者に対する返書作成率（平成30年4月～6月）は48.7%となっています。地域医療連携室では第1報として、「外来受診の報告」「入

院の報告」を作成し速やかな返答を心がけています。また紹介頂いた救急の紹介患者の受け入れについて、患者様をできるだけお待たせしないよう各診療科の医師、看護師とも連携しながら、受診や救急車の受け入れをスムーズにできるよう地域の先生方への連絡・調整を図っています。このように「顔の見える関係」作りを大事にしながら「連携室があることで相談しやすくなった」という声を頂くことにつながりました。

患者様にとって最大限いい医療と看護を提供できるよう「何ができるのか」を考えつつ地域に貢献できる連携について今後も継続していきたいと思います。

### 年度別初診紹介数



# 第6回指宿医療センター市民公開講座

経営企画係長 藏本 剣



平成30年11月23日(金)、指宿市民会館大ホールにおきまして、第6回指宿医療センター市民公開講座「高齢社会で元気に長生きするために～市民の健康長寿に指宿医療センターがお役に立てること～」が開催されました。

当日は263名の市民の皆様にご来場いただきました。

## 講演 1

### 「指宿市の健康を診断する ～私たちの健康長寿に必要なこと～」

講師：指宿医療センター 副院長 相星 壮吾

最近話題の「健康寿命」をテーマに、鹿児島県南薩地区の健康寿命ランキングの紹介や、鹿児島県の健康長寿を阻んでいる病気について分かりやすく講演いただきました。



## 講演 2

### 「健康長寿のための食生活」

講師：指宿医療センター 栄養管理室長 崎向 幸江

健康長寿のための食生活について、1日のたんぱく質食品の摂取の目安についてや、1日の塩分摂取量について、実際の朝食の写真を用いて説明いただきました。



## 講演 3

### 「認知症を知ろう ～地域で笑顔ですごすために～」

講師：指宿医療センター 認知症看護認定看護師 木佐貴 真子

認知症の中核症状と行動・心理状況の説明、認知症の方が失敗したときどのように対応したらよいか解説いただきました。また、認知症予防となる指の体操を会場の皆さんと一っしょに実践しました。



## 講演 4

### 「皆で学ぼう心不全 ～知識で予後は変えられます～」

講師：指宿医療センター 循環器科医長 南 圭祐

心不全の症状、高血圧症が脳卒中や心不全等の罹患リスクが高まる原因であることなど分かりやすく講義いただきました。また、南先生の手作りの「心不全手帳」を来院した皆さまに配布させていただきました。



## 第2部

### 「質問コーナー」

司会：指宿医療センター 副院長 相星 壮吾

相星副院長の司会のもと、来場者の皆さんの質問にお答えしました。和やかな雰囲気の中、当日の講演に関する質問だけでなく、日頃市民の皆さんが疑問に思っていることや感じていることなど様々な話題が飛び交い、素晴らしい意見交換の場となりました。



## 天陽会中央病院さんの 感染管理を拝見してきました

専門職 橋本 勉

日 時：平成 30 年 10 月 31 日（水） 14：00 ～ 17：00  
場 所：社会医療法人天陽会中央病院  
目 的：平成 30 年度 感染防止対策地域連携加算に  
係る相互チェック  
評価者：荒武 ICD、川崎臨床検査技師長、鳥山製剤  
主任、二ノ宮 ICN、本坊 ICN、橋本専門職

鹿児島市内は桜島を真正面に望む天陽会中央病院に行ってきました。会議室のある高層階から見える桜島は絶景でした。

最初に院長先生から概況説明があり、クリニックと病院の 2 施設体制になっていること、病院の特色などをご教示頂きました。

書面審査では荒武 ICD はじめ、各職種毎にヒアリングとともに書類のチェックを行いました。

## 平成30年度九州・沖縄ブロック DMAT実働訓練に参加して

中央病歴管理室 診療情報管理士 業務調整員  
島中 祐介

11 月 10 日、11 日に指宿医療センター DMAT（川畑医師、古川看護師、岸下看護師、梅本薬剤師、島中診療情報管理士）計 5 名で平成 30 年度九州・沖縄ブロック DMAT 実働訓練に参加しました。

DMAT とは、大地震及び航空機・列車事故といった災害時に被災地に迅速に駆けつけ、救急治療を行うための専門的な訓練を受けた医療チームのことです。

【訓練概要】平成 30 年 11 月 10 日午前 9 時、種子島東方沖鹿児島湾道下で震度 6 弱の地震が発災した。鹿児島県内の DMAT に派遣要請があり指宿医療センター DMAT は病院支援のために鹿児島市立病院に参集した。

はじめに、広域災害救急医療情報システム（EMIS）で被災している病院の情報収集をしました。災害時は医療機関同士の情報共有がうまくいかないのでシステム（EMIS）に入力をしなければなりません。入力がない病院に EMIS を更新して下さいと電話連絡する。（訓練なので実際には電話をかけていません）

鹿児島市立病院から鹿児島大学病院に派遣されている DMAT 部隊に EMIS 上の活動状況を更新して下さいなどの連絡をしました。

鹿児島市立病院活動拠点本部内ではいろいろな情報が錯綜しています。その中でクロノロの電子化（EXCEL）をしました。クロノロとは過去の出来事を時系列に並べたもの



ラウンドでは ICU や一般病棟、救急外来、検査室などを拝見させて頂きました。評価項目の観察だけではなく、バーコードリーダーの PC カート設置方法の工夫など、当院でも真似してみたいと思うような良いところの発見も多数ありました。また、ICU のラウンド中には心臓外科手術を終えたばかりの患者さんが入ってこられた時は、和やかな雰囲気が一瞬にしてピリツとなりました。

中央病院さんの感染対策の状況や取組を拝見させて頂き、今後の当院の運用にも活かしていけるよう取り組む所存です。

です。

噴火警戒レベルが上がり鹿児島市立病院活動拠点本部も噴石などによる被害で危ないと県庁より連絡があり全体ミーティングを行いました。本部を閉鎖して逃げるのだったら少しでも患者さんを連れて避難しようという結論になりました。

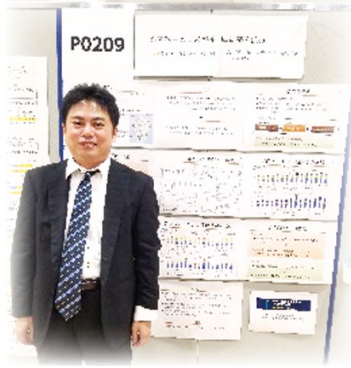
院内には約 20 名の患者さんがいたので活動拠点本部内にいる DMAT で協力して患者搬送をしました。ギリギリまで本部活動（EMIS）の入力をしながら、患者 1 名を搬送し指宿医療センターへの帰路につきました。

（訓練のため救急車で移動し、市立病院回りを迂回後市立病院に戻る）

7 月に DMAT 隊員資格を取得してから初めての实働訓練となりました。EMIS の入力などまだまだ知識不足を痛感した研修でした。実災害時に被災者の力になれるように努力や研修への参加が重要だとおもう、今後活かしていけるよう取り組む所存です。

（災害時に備えて体力作りと筋トレも頑張ります）





## 第72回 国立病院総合医学会で発表して

薬剤科長 田所 正年

11月9日（金）～11月10日（土）の2日間にわたり、兵庫県神戸市（神戸国際展示場他）において国立病院総合医学会が開催され、11月9日に「院内採用薬での同種同効薬の検討」というテーマで発表をしました。DPC病院では採用医薬品目数が増加する傾向にあるため、採用品目数と医薬品費を減らすことを目標とし、3種類以上ある同種同効薬のうち、数種類を削除するという内容です。採用品目数の減少については医師の協力のもと、13種類の同種同効薬65品目のうち、31品目を削除することが出来ました。医薬品費については同種同効薬の中に先発医薬品が残っているため、減らすことは出来ませんでした。同じような状況であるので参考にしたいという意見や、削除したけれども再度採用した薬品がありませんでしたかなどの質問をされました。また他の施設の発表の中に、当院でも実施すると良いことがあったので、参考にさせていただきたいと思います。



## 医療安全管理室より

医療安全管理係長 古川 園恵

皆様、新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

それでは、医療安全に関して最近、医療安全推進月間の取り組みを行いましたのでお伝えしたいと思います。

当院では例年、11月を医療安全推進月間として取り組みを実施しています。これは厚生労働省が毎年11月25日（いい医療に向かってGO）を含む1週間を「医療安全推進週間」と位置づけ、医療安全対策の推進を図っていることによるものです。医療安全管理部会で内容について検討し、「指さし・声出し確認行動の徹底」に取り組むことになりました。これをどのようにして皆に意識してもらい高めていくかという中で、ポスターの作成と各職場から医療安全、特に確認行動に関連した川柳&標語を募集しようということになり案内を行いました。多くの皆さんに参加してもらい、考えてもらうことがねらいです。この結果、各職場から88個の応募がありました。全職場に全応募作品を配布し、皆さんに投票してもらい最優秀賞、院長賞、医療安全管理室賞が決まりました。内容は見るだけでも楽しく、また、考えさせられるものもあり、目を通してもらうだけでも意識が高まることにつながるのではないかと考えられました。

今後は今回の取り組みをもとに、患者さん、ご家族の皆様が安全で安心な医療の提供が継続的にできるようスタッフ一同で取り組んでいきたいと思っています。

**医療安全推進週間**  
平成30年11月25日(日)～12月1日(土)

厚生労働省では、平成13年から「患者の安全を守るための医療関係者の共同行動（PSA）」と題し、確かな医療安全体制を築き上げるべく、11月25日（いい医療に向かってGO）を挙げて「医療安全推進週間」を設定し、医療関係者の間で、患者の安全を確保するための様々な取り組みを行っています。

**期間中、ワークショップやセミナーを開催します**

医療関係の安全管理者の資質向上、医療の安全性の向上などを目的として、当院安全対策推進部主催の研修・講習会を行います。内容は下記の通りです。

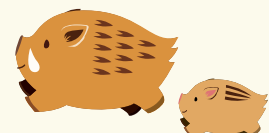
10月25日(日)～26日(火)	中国臨床生薬	12月 3日(月)～ 7日(木)	医療情報学生産
10月30日(火)～31日(水)	東北臨床生薬	12月 6日(木)～ 7日(金)	医療文化生薬
11月 7日(火)	九州臨床生薬	12月 7日(金)	医療文化生薬

**医療安全推進月間**  
11月18日(日)～11月25日(日)は医療安全推進週間、当院では11月を医療安全推進月間として取組を行います。

**check 指さし・声出し 確認行動 必ず実践!**

**薬劑科 半端ねえ 言われるほどの 確認を**

最優秀賞でした!





## 田舎医者の流儀 (90)・・・病は気から

「絶え間のないストレスが人の体を破壊する方向に働き、例えば、イギリスの公務員数万人を追跡した試験で、ストレスの強い仕事を持つ人は著しく短命で、死因のほとんどが心疾患である」という。様々なデータから、ストレスに晒された人たちの寿命が短いことは明らかである。最近、そのメカニズムが最新科学で解明されつつある。

遺伝子レベルの研究では『数年間、孤独を感じてきた「特に寂しい人たち」8名と、よい友人を持ち、「特に人とのつながりのある人たち」6名を選び、各群で活性化している遺伝子を分析した。孤独な人たちで発現が亢進された遺伝子は大部分が炎症に関与し、発現が抑制された遺伝子の多くが抗ウイルス反応と抗体産生に関与していた。社交的な人たちはその逆だった。つまりストレスに晒されると炎症が起こりやすい方向になる』という。

「母親たちを二群に分け、テロメアを研究した。片方の群は健康な子を持つ母親たち、もう片方の群は自閉症などの慢性疾患の子を持つ母親たち。その結果、女性のストレスが大きいほど、テロメアが短くなることが明らかになった。最も疲れ切っていた女性たちのテロメアは、ストレスの小さい女性たちのものと比べると、十年速く老化しているように見え、テロメアの伸長を行う酵素テロメララーゼの値は半分だった。ストレスを感じると、人は病気になるだけでなく、老化も進む」という。\*テロメア：染色体の末端にあり、老化や寿命に関係する。

慢性的なストレスは自律神経の緊張をもたらし、免疫機能の低下などを介して慢性的な炎症状態を引き起こし、発病・老化を促進する方向に働くということのようだ。以前、本通信で紹介した勝海舟は、健康法の基本はまず「自分の心に咎める」事のない生き方が大事と説く。心に咎める事がないとストレスにさらされる事が少なくなり、何よりの健康法だと言う。現在の学説にも大いに合致する考えで、見識の高さに驚嘆させられる。

先日来、どこぞのカリスマ経営者は給与を低く記載し、私用の豪邸や家族旅行を会社に負担させ、政治家は政治資金の不正を指摘される。上に立つ人が一般社会では許されない事を平気でやっている。そんな「心に疾しい事」をしていたら、長生き出来ませんよと言いたいが、「疾しい事」と思っていないのかもしれない、困ったものだ。庶民は悪さをすると「心に咎める」ので、やはり「清く正しく」生きて、ストレスを受けないようにした方が良いかな。

参考文献：「病は気から」を科学する ジョー・マーチャント著 服部由美訳 講談社



## 外来診療担当医一覧

平成31年1月1日現在

診療科等		月	火	水	木	金	備 考
循環器内科	午前	鹿 島	南	鹿 島	川 畑 園 田	鹿 島 南	
総合診療内科	午前	園 田	花 田	中 村	花 田	中 村	
消化器内科	午前	小 野	千 堂	大 重	小 野	大 重 千 堂	
小 児 科	午前	相 星	相 星	相 星	相 星	相 星	
	午後 外来 予防接種 健診	荒 武 応援医師	荒 武	荒 武 応援医師	荒 武 応援医師	荒 武 応援医師	午後診療受付 月・水・金曜日 15時～16時 火・木曜日 14時～16時 予防接種 (毎週月曜・水曜・金曜日:要予約) 受付13時30分～14時30分 健診 (要予約) 受付14時～14時30分
外 科	午前	(手術日)	宮 園 肥 後	宮 園 肥 後	(手術日)	宮 園 肥 後	金曜は予約患者のみの診察となります。
泌尿器科	午前	米 澤	(手術日)	米 澤	米 澤 (第三木曜休診)	米 澤	木曜日は第三木曜のみ休診となります。
腎 臓 内 科	午前	(休 診)	(休 診)	(休 診)	応援医師	(休 診)	受付は午前11時までとなります。
産 婦 人 科	午前	大塚/江夏	大塚/江夏	(手術日)	大塚/江夏	大塚/江夏	1ヶ月健診 (月・金曜日:要予約) 診療受付14時～
	午後	大 塚 江 夏	大塚/江夏 助産師 母乳外来	助産師 母乳外来	大塚/江夏 助産師 母乳外来	大 塚 江 夏	午後診療受付 (水曜日以外) 14時～15時 (再診のみ) 母乳外来 (毎週火・木曜日) 母乳外来 (毎月第2・3水曜日)
眼 科	午前	尾 辻	尾 辻	尾 辻	尾 辻	尾 辻	月曜・火曜・水曜は午後から手術のため受付は午前10時までとなります。 木曜・金曜の午後は特殊外来 (視野検査、レーザー治療、造影検査、硝子体注射など)
	午後	(手術日)	(手術日)	(手術日)	(特殊外来)	(特殊外来)	
専 門 外 来	午前	呼吸器内科			呼吸器外科		呼吸器内科 毎週月曜日 予約制 呼吸器外科 毎月第2・4木曜日 予約制 (午前診療のみ) 小児循環器 毎週月～金曜日 予約制 (14時～15時) 小児慢性疾患 毎週月～金曜日 予約制 (14時～15時) もの忘れ外来 毎週水曜日 予約制 (14時～16時)
	午後	小児慢性疾患 小児循環器	小児慢性疾患 小児循環器	もの忘れ外来 小児慢性疾患 小児循環器	小児慢性疾患 小児循環器	小児慢性疾患 小児循環器	
内 視 鏡 検 査		大 重 千 堂	大 重 小 野	小 野 千 堂	藤 井 大 千	赤 崎 小 野	木曜日の千堂医師の検査は、第2と第4週に行います。
緩 和 ケ ア 外 来		要 予 約					随時予約受付

- 受付時間 午前8時30分～午前11時00分
- 診療時間 午前8時30分～午後17時15分
- 休診日 土・日・祝祭日・年末年始 ※急患の方は随時受付いたします。
- 電話番号 0993-22-2231

面会時間 平日は午後2時から8時まで  
土曜、日曜及び祝祭日は  
午前11時から午後8時まで

発行：独立行政法人国立病院機構 指宿医療センター  
〒891-0498 鹿児島県指宿市十二町4145番地  
TEL：0993-22-2231 (代表)  
FAX：0993-22-2772 (地域医療連携室)  
URL：https://ibusuki.hosp.go.jp  
印刷：隈文社印刷株式会社