



メディカルナウ ③1



岸の浦だより

Medical Now



マスコットキャラクター
ホタルちゃん

基本理念

地域社会・地域住民に良質で安全な医療を提供し、「大切な人を安心して任せられる病院」として信頼されるよう努力する。

基本方針

- (1)信頼で結ばれた「病める人」中心の医療を提供する。
- (2)最適・最良の医療を全ての人に平等に提供する。
- (3)地域の医療機関と連携し、生涯にわたる継続的な医療を提供する。
- (4)医療の充実・発展のために日々研鑽し、将来の医療を担う優れた医療人の育成に努める。



第

31
号

2012年4月

九州厚生年金病院

日本医療機能評価機構認定病院



画像診断センターだより

安全な画像検査 のために



副院長（放射線科医師）
水島 明



新年度を迎え、当院も新たなスタッフを加えた体制で地域の方々に一層お役に立てるよう張り切っています。

今回は画像診

断の歴史のお話から始めます。以前は体の外から想像するしかなかった病気を見たい（画像化したい）との願いは、1895年にレントゲン博士のX線発見によって実現化の一歩を踏み出しました（図は博士により1896年撮影）。20世紀半ば以降はX線テレビ、X線CT、核医学などの進歩により、多くの病気が目に見えるようになり、早期発見や病態の解析が進み、治療効果改善へつながりました。さらに超音波検査やMRIなど放射線を使用しない画像も1970年代から急速に進歩し、現在では画像診断は医療の中で不可欠となっています。

この多彩な画像診断の分野で、放射線科医師の役割もますます大きくなってきました。検査が効率的に正確に行なわれ、治療へ円滑につながるために、また患者さんの不安や痛みが極力少なく、放射線の影響や造影剤の副作用も最小限になるために、診療放射線科技師、

看護師、他科医師、薬剤師、他職種と協同して業務に当たっています。また、検査で得られた画像を詳細に検討（読影といいます）し、主治医へ正確な報告書を届け、カンファレンスなどを通じて適切な助言をする努力をしています。

医療の進歩により、必要とされる画像検査は今後も増加し、医療費用も増加が予測されます。検査の中にはある程度、体に負担のかかる検査もあります。より効率的かつ安全に画像検査が行なわれるため、画像検査を受けられる際には、お願ひがあります。

まず主治医とのお話の中で、現在の病状と検査の目的を理解し、検査後は検査結果を十分に確認をして下さい。検査の中には造影剤を使用する場合もあり、副作用も皆無ではありません。その頻度や対策などに関しても事前に納得されるまでお聞きになっていただきたいと思います。また以前の手術・病気の既往や現在服用中のお薬の記録（健康手帳・お薬手帳など）をお持ち下さい。特に複数の医療機関を受診される際には、検査の安全性に大いに役立つと思います。

画像検査等に関してご不明の点は、どうぞ放射線科医師へお気軽にお尋ね下さい。



みんなの広場

・健康教室を開催しました・

12月9日に「感染から身を守るコツ教えます!!」のテーマで健康教室を開催いたしました。今回は、冬に流行するノロウイルスによる感染性腸炎やインフルエンザからの感染予防の方法についてお話をさせて頂きました。ノロウイルスは、汚染された食品を食べたり、感染した方の便や嘔吐物などから人の手を介して感染します。インフルエンザもウイルスが口や鼻の粘膜に付くことによって発症します。手洗いが感染予防の基本です。実際に手洗い演習に参加した方から「手を洗った後の洗い残しが多くてびっくりした」「いつも洗っているつもりがきちんと洗えていなかった」といった感想を頂きました。日常から正しく手を洗う習慣を身

につけましょう。

健康教室は、健康の維持、増進のため、認定看護師が中心となり、平成20年から毎年開催しております。昨年は、がん看護や褥瘡予防、急変時の対応についてなど7回開催しました。今年も分かり易く、楽しい内容の健康教室を計画しております。ご興味のある方はどうぞお気軽にご参加ください。



感染管理認定看護師
松下 恭子



お知らせ

駐車場の一部閉鎖について

当院は、診療機能の充実及びサービスの向上【駐車場不足解消】を図るために、新棟及び立体駐車場を外来駐車場【敷地内】に建設します。

工事に伴い、建設予定地となる外来駐車場【敷地内】は閉鎖することになり、利用いただける駐車場は、南側駐車場（県道藤田中間線沿い）、旧ペアーレ北九州駐車場及びヒーリングガーデン仮駐車場【新設予定】の3カ所となります。

工事期間中においては、誠に勝手ながら、なるべく車での来院は控えていただき、公共交通機関等をご利用いただきますようお願いいたします。

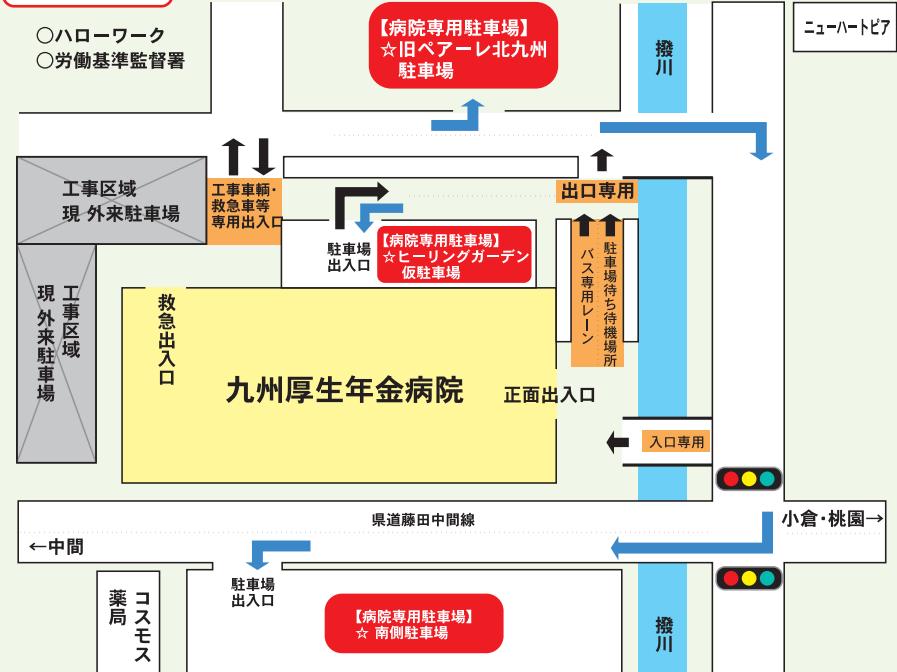
ご利用いただける駐車場が減少し、駐車場ご利用のみなさまには、大変ご不便、ご迷惑をあかけすることになりますが、何卒ご理解、ご協力をお願いいたします。

外来駐車場【敷地内】の閉鎖期間【予定】

平成24年4月1日(日)から平成25年5月まで

*工事の状況に応じて、期間が変動する場合があります。

病院付近図





ようこそ!

医療支援部

です。



連携のかけ橋
医療支援部

がんの地域連携：～私のカルテのご紹介～

福岡県では平成20年3月に策定した「福岡県がん対策推進計画」に基づき、がん対策を進めています。その中の事業のひとつとしてがんの地域連携クリティカルパス（＊クリティカルパスとは、医療の内容を評価・改善して、質の高い医療を患者さんに提供することを目的として、治療・療養期間中の計画を示すもので、患者さんやご家族、医療関係者のスタッフに分かりやすいように基準化しています）の円滑な実施があります。既に胃がん、大腸がんの地域連携クリティカルパスの運用がはじまりましたが、この度、乳がん、肝臓がん、肺がんの福岡県下統一の地域連携クリティカルパスが作成され、5大がんの地域連携クリティカルパスが整備されました。当院は地域がん診療連携拠点病院として計画の推進に参加しています。患者さんへ手帳形式になった地域連携クリティカルパス「私のカルテ」をお渡しして、かかりつけ医や病院、地域で切れ目のない医療を提供できることを目指しています。



新規作成された
クリティカルパス



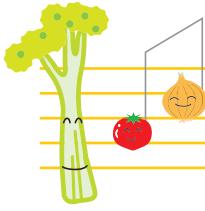
現在、稼動中の
クリティカルパス

第6回九州厚生年金病院・医師に対する緩和ケア研修会

平成24年2月11日、12日に第6回九州厚生年金病院・医師に対する緩和ケア研修会を開催いたしました。福岡県では単位型緩和ケア研修会の実施に向けて、各がん診療連携拠点病院の代表者がプログラム内容や運用方法に関して、協議を重ね、一般型研修会から変更いたしました。今迄は2日間の研修両日参加しなければ修了できませんでしたが、単位型研修会では、1日目をA課程、2日目をB課程として、福岡県内で行われる緩和ケア研修会に課程毎（但し、A課程受講後、B課程受講）に受講できるようになりました。又、受講生6名につき1名指導者研修会修了者である講師・ファシリテーターに協力いただくことが望ましいということで、院内外、多くの先生方にご協力いただきました。コメディカルの参加も積極的に呼びかけることが決まり、今回は医師17名、コメディカル6名の方々が修了されました。「次期がん対策推進計画」の骨子案への議論が厚生労働省のがん対策推進協議会で12月に行われ、その中でも緩和ケアについて医師だけでなく医療従事者にも基本的な緩和ケア研修を実施する体制を目指すことを盛り込んだとされています。今後もコメディカルの方々の研修参加を拡大できるように検討していきたいと思います。



文責 医療支援部 是永



メディカル・レシピ

春野菜やきのこをたっぷり使うことで、食物繊維をとれるメニューをご紹介します。



栄養部 管理栄養士 土山 麻美

春野菜ロール



ワンポイントアドバイス

ロールキャベツの中はベーコンで巻いた野菜がぎっしり。電子レンジで簡単に調理出来ますよ。味付けはベーコンの塩気で十分です。酢醤油をたれにして、あっさり食べてみましょう。塩分控えめな一品です。

材料(1人分)

キヤベツ(大)2枚
玉ねぎ(中)1/4個
人参(中)1/4個
じゅがいも(中)1/2個

作り方

- ①キヤベツは熱湯でしんなりするぐらいに茹で、ザルに取って水けをきり、冷めたら芯をそぎ取る。
- ②玉ねぎは5mm幅の薄切りにする。にんじん、じゅがいもは5mm角の棒状に切り、じゅがいもは水でさらし、水けをふく。
- ③②の野菜をサッと炒める。じゅがいもが崩れないように気をつける。
- ④八等分してベーコンで巻き、キヤベツの葉1枚ずつにのせ、ロールキャベツの要領でつつむ。

ベーコン(薄切り)1/2枚
酒・水各小さじ2杯
酢小さじ1杯
醤油小さじ1/2杯

- ⑤お皿に④の巻き終わりを下にして並べ、水・酒を加え、レンジに7分ほどかける。
- ⑥酢・醤油を合わせ、⑤の蒸し汁大さじ1杯を加えて味をやわらげ、野菜ロールキヤベツのたれにする。好みでもみじあろしを添える。

1人当たりの栄養価

- エネルギー 157kcal
- たんぱく質 7.5 g
- 脂質 2.7 g
- 食物繊維 5.2 g
- 食塩相当量 1.3 g

手羽先のトマト煮



ワンポイントアドバイス

手羽先は熱湯にサッと通す事で余分な脂が落ち、エネルギーがダウントなります。手羽先の骨に沿って切り込みを入れると味が良く染み込みますよ！

材料(1人分)

鶏手羽先2本
にんにく1/4かけ
玉ねぎ1/4個
しいたけ2枚
しめじ10 g

作り方

- ①手羽先は先の細い部分を関節で切り落とし、熱湯にくぐらせる。骨の部分に沿って、縦に1本切込みを入れる。にんにく、玉ねぎ、セロリは粗めのみじん切りにする。しいたけはいしづきをとり、1/4に切る。しめじはいしづきをとってほぐしておく。
- ②フライパンを熱して油小さじ1杯を馴染ませ、手羽先を並べ入れ、強火で両面が色づくまで焼く。焼いた手羽先を一度皿に移した後、にんにく、玉ねぎ、セロリを加え、しんなりするまで炒め、しいたけ、しめじを入れる。
- ③②に焼いた手羽先を戻し、トマトの水煮をつぶしながら汁も加え、さらに水1/4カップ(50ml)、固体スープの素を入れる。
- ④煮立ったら弱めの中火で、15分ほど煮込み、塩・こしょうを少量加え味をととのえる。器に盛ってパセリをふる。

セロリ50 g
トマトの水煮100 g
固体スープの素1/4個
パセリ(みじん切り)少々
サラダ油小さじ1杯
塩・こしょう少々

1人当たりの栄養価

- エネルギー 233kcal
- たんぱく質 20.4 g
- 脂質 11.7 g
- 食物繊維 3.25 g
- 食塩相当量 1.2 g





ボランティアだより

九州厚生年金病院では、患者さんがより安心して治療に望めるよう、より快適な療養環境を提供するための一助として、ボランティアさんに活動をしていただいています。総活動時間が一定の時間に達した方には、1年に1度、日々の活動に感謝し感謝状をお送りしています。今年は8名の方が表彰されました。

総活動時間 500時間以上

松本 清美さん、氏田 まき代さん
末松 智美さん、佐藤 政廣さん
中村 セツコさん、筒井 恵子さん

総活動時間 200時間以上

井上 美千恵さん、角田 隆一さん



多治見院長からの表彰状授与風景

あめでとうございます。今回は1000時間表彰の方はいませんでしたが、今までに1000時間を超えた方は8名おられます。これからもよろしくお願ひいたします。
“ボランティアをして感じたこと”を文章にしていただきました。

- 「ピンクのおじちゃん」といって毎週近づいてくる女の子がいる。病院で会えるのを楽しみにしているとお母さんはいう。通院を苦にしないことに役立っていると思うと、うれしい。
- 車いすの高齢の女性がいた。子どものころ足が速かった。運動会はいつも一番で、ノート・鉛筆などを友達に分けていたと自慢した。そして、いまは・・・と悲しそうにした。しかし、輝いていた昔の思い出を話すことで、少し元気が出たようであった。
- 車いすの四十代の女性がいた。中学生の娘が吹奏楽部で頑張っているうれしそうであった。そして、早く退院したいと頑張る気力を見せた。
- 私は、検診のため訪れた待合室で、病院ボランティア募集のテロップを見た。それがきっかけで、たくさんの感動に出会えている。このような機会を与えてくださった九州厚生年金病院関係者の方々に感謝している。

ボランティア 角田 隆一

いかがですか？病院でのわずかな時間の関わりですが、どこか心がほっとしませんか？これからも職員一同、ボランティアさんと協力して、患者サービスの向上に努めていきたいと思います。

文責 医療支援部 主任看護師 高田 由美子



ちょこっとリハビリ

～自助具～
靴下を履く道具

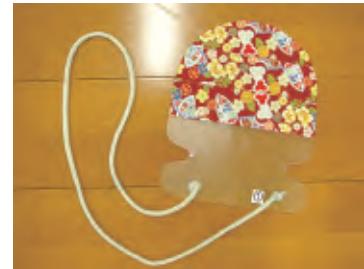
リハビリテーション室 作業療法士 中田 有紀

自助具とは文字通り「自立を助ける道具」の略です。身体の不自由な方が日常生活をできるだけ楽に自立した生活ができるよう、工夫や改良が加えられた道具のことです。自助具専門店で販売されているものも多くありますが、実際使用してみないと実用的かわからず、値段が高いという点もよく見受けられます。中には、簡単に手作りできるものもあります。安く、すぐに使って、修理できる点が良い点です。

今回はその中でも、変形性股関節症やリウマチの方で、股関節が曲がらず足先に手が届かない方が、

靴下をはく時に便利な「ソックスエイド」という道具の作り方をご紹介します。この用紙の枠に型紙も載せているので是非作ってみてください。

注* 手指や足に変形があり、うまく使えないこともあります。リウマチの方は太いヒモを使用したり、ヒモの先に輪を作り、腕を通して引っ張ると使いやすくなります。



ソックスエイド台紙
(ハサミで切り取ってご使用ください)

ソックスエイドの作り方

材料費：315円（100円ショップにて3点）

所要時間：30分程度

材料：下敷き（A4サイズ、手で曲がる程度の物）

太めのヒモ（太さ5～8mm×長さ1.5m程度）

布テープ（長さ1m×幅5cm程度）

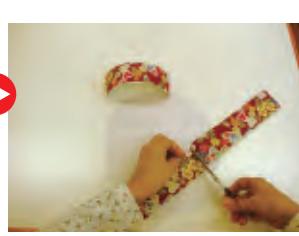
型紙（この用紙の枠）



作り方



- ①下敷きを型（この用紙の枠）に合わせて切る
ギザギザにならないように



- ②長さ21cmの布テープを3枚作る



- 上から順に布テapeを貼る
③下敷きに布テapeを貼り付け、周りを切る



- 布を貼った方から通す
④穴を開け、ヒモを通す

使い方



- ①靴下をソックスエイドに被せる



- ②ソックスエイドに足を入れる



- ③両手一緒に引っ張り、引き抜く

* 布テapeは手持ちの布を貼り付けて代用してもよいです。

