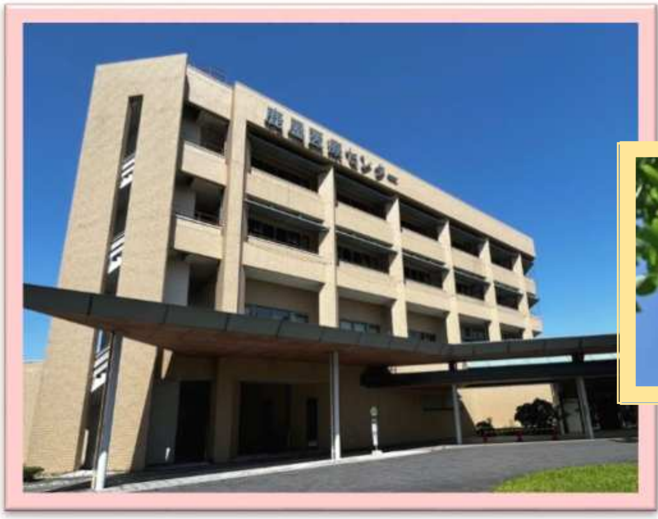
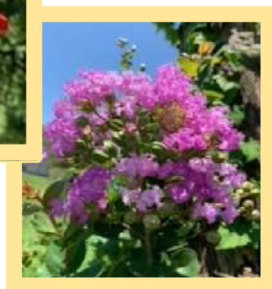
鹿屋医療センター広報誌

第　４２　号
発行：令和５年９月

たかくま





高隈連山

〈目次〉

○総看護師長よりごあいさつ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２ｐ
○副院長先生よりごあいさつ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３ｐ
○病棟紹介 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ４ｐ
○地域医療連携室から ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ５ｐ
○コメディカルより
　栄養管理室 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ６ｐ
　リハビリテーション部 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ７ｐ
○トピックス
　医療安全管理室 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ８ｐ
　がん緩和ケア認定看護師 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ９ｐ
○外来担当医 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10ｐ

【病院理念】

地域貢献

県民健康プラザ鹿屋医療センター
〒893-0013
鹿児島県鹿屋市札元１丁目 8-8
TEL：0994-42-5101
FAX：0994-44-3944
URL：http://hospital.pref.kagoshima.jp/kanoya/
e-mail：kano-hos@pref.kagoshima.lg.jp

ごあいさつ

総看護師長　　鶴田　恵

未知の感染症であった「新型コロナウイルス感染症」への対応を行うようになり約３年が経ちました。当初，慣れないN95マスク・ゴーグルなどフル装備で感染防御し，思うように動けない中，検査や処置についていたことを思い出します。現場で働くスタッフの中には，家族などへの感染拡大を心配し自宅に帰らない看護師や，背中に保冷剤を入れて汗だくになって患者さんのケアに当たる看護師など，看護師としての使命を果たすために先の見えないウイルスと戦ってきました。（今でも・・・）

約３年の間に，敵（新型コロナウイルス）も進化し，私達，人間もワクチンや治療薬という武器を進化させてきています。そして今では，新型コロナウイルス感染症は感染症分類の２類相当から５類となりました。これまでの法律に基づき行政が関与していく仕組みから，個人の選択，自主的な取り組みが重視される対応に変わってきています。

先日，学会参加のために京都に行ってきました。鹿児島でも，クルーズ船が停泊するようになり，市内も外国人観光客を見るようになっていましたが，京都の台所と言われる「錦市場」や四条通り周辺は，ほとんど日本語を耳にすることがないくらい多くの外国人の方が観光をしていました。もちろん，マスクなどしている人はほとんどいません。とにかく，人の少ない道を探しながら散策してきました。「わ～，きっとまたコロナが爆発的に増えるはず～」と思いながら・・・。

決して敵（新型コロナウイルス）の力が弱くなったわけではないので，予想通りこの大隅でも，立派な第９波が押し寄せてきました。しかし，私達には進化し続けている武器（ワクチンや治療薬）と，何より過去の貴重な経験があります。今後も，地域の医療機関や消防などとの連携を活かしながらみんなで乗り越えていく覚悟です。

終わりの見えない新型コロナ感染症との戦いの中で，一番気がかりなことは，やはり患者さんとご家族やお友達等が自由に面会できなくなったことです。本人の心細さはもちろん，ご家族等の不安は計り知れないものだと痛感いたします。感染管理上，現段階での面会制限の解除は行えませんが，患者さんの状態に応じた対応や，スマートフォンやiPadを使ったオンライン面会（要予約）を行っており，少しでも患者さんとご家族等の絆を保ち，安心して入院して頂けるように心がけてまいります。

これからも，未知なる感染症や大規模災害など私たちの生活に大きく影響する出来事が起こることが予想されます。そのような中でも，安全で質の高い医療・看護の提供を通して地域の方々が安心して生活できるように貢献していきたいと考えています。

今後とも，よろしくお願いいたします。

✿ 副院長先生からごあいさつ ✿

中島　三郎　先生

令和３年４月に赴任し，令和４年10月より副院長として勤務している中島と申します。出身は曽於郡大崎町ですが，大隅地方への異動は初めてで，久しぶりに地元の知人に会うとうれしくなります。

当院の外科では，胃や大腸など腹部消化管手術の他に，胆石や脱腸（ヘルニア），乳腺などの手術も行っています。手術以外にも抗がん剤治療や胃，大腸内視鏡検査など診療は多岐にわたりますが，昨年末から今年の前半にかけて，新型コロナ患者増加もあり，予定していた手術を延期せざるを得ない状況がつづきました。その後コロナ感染が一段落ついて通常体制になっても，手術日までの期間をお待たせしている状態がまだ続いています。８月の時点で院内のコロナ患者は増加してきており，再度手術日程の調整が必要になるのではないかと危惧しています。患者，家族の皆様にはなるべくご不安やご迷惑をおかけしないように外科一同，日夜頑張ってまいります。

また，当院は肝属医療圏の災害拠点病院であることから，DMAT（ディーマット）体制を備えています。DMATとは，災害が起きた直後から被災地などで活動できる医療チームのことで，医師、看護師、業務調整員の4人で一つのチームを構成しています。平成28年の熊本地震では当院DMATが派遣されています。私はDMAT活動の参加資格の取得のために昨年から北九州市と鹿児島市で研修をうけてきました。DMAT隊員の資格研修終了後，今年の5月に鹿屋市と加治木での防災訓練にそれぞれ参加しました。患者をのせた担架の運び方，装備の不備や改善，他のDMAT隊との共同作業など，訓練に参加してわかったことや実感できたことも多く，今後もいつおこるかわからない実際の災害時にむけて備えていこうと思います。

湯淺　敏典　先生

令和４年４月より当院の内科・循環器内科に内科主任部長として，同年10月より副院長として勤務している湯淺と申します。

私が所属する内科・循環器内科には６名の医師が従事しており，様々な心血管疾患の検査，診断，治療を担い，一般内科としても糖尿病をはじめとした様々な内分泌疾患，肺炎などの感染症，そしてまだ終息がみえない新型コロナウィルス診療，などに従事しています。大隅地域の患者様がより良い医療が受けられるように，地域開業医の先生方，周辺病院の先生方との連携をさせていただきながら日々の診療にあたっております。

最近感じていることですが，大隅半島の通院距離的な問題，また医師や検査者が少ない背景もあり，患者様が検査を受ける機会が少ないこともあるためか，検査を受けた時はすでに重症，といった場面によく遭遇いたします。大隅地区の医師および技師不足解消はまだまだ厳しいため，“予防に勝る治療なし”ということもあり，ただ治療するだけでなく，予防につとめ，早期発見の重要性をお伝えできるように患者様への啓発・指導を心がけたいと思っております。

病棟紹介☆3 階東病棟

３階東病棟（内科・循環器）のフレッシュな二人
「1 年目：山元さん　２年目：平良さん」を質問形式で紹介します。

1．氏名（勤務年数）	山元　うらら（1 年目）	平良　明梨（2 年目）
2．看護師を目指した理由を教えて下さい	祖父の自宅療養の姿を見て，何かできないかと思い目指しました。	母が看護師をしていて，母のようになりたいと思ったからです。
3．好きな食べ物 嫌いな食べ物	好き：海鮮丼 嫌い：人参	好き：うどん 嫌い：シイタケ
4．趣味	キャンプ，旅行	カラオケ，絵を描くこと，ゲーム
5．特技	水泳	絵を描くこと
6．最近ハマっていること	鹿屋の街を散策すること	音楽を聴きながらドライブ
7．子供の頃の夢	ピアノの先生	パティシエ
8．好きなアーティスト お気に入りの曲	ブルーノ・マーズ	YOASOBI 『祝福』
9．お気に入りのお店や，ブランドありますか？	アウトドアのお店など	特にないです
10．お化けを信じますか？	信じません！！	見たくはないけど多分いると思います。
11．3 東病棟でやりたいこと	知識・技術を身につけて，どんな時でも対応できるようになりたいです。	一人前の看護師になれるようういっぱい勉強したいです。

鳴之尾牧場（鹿屋市営牧場）　高隈山麓にある鳴之尾牧場から望む錦江湾

チョコットおおすみ

地域医療連携室から

がん相談支援センターをご存じですか？

「がん相談支援センター」は，全国の「がん診療連携拠点病院」などに設置されている，がんに関する相談窓口です。当院は「地域がん診療病院」に指定されており，院内１階の売店横に「がん相談支援センター」を開設しております。がんのこと，治療のこと，今後の療養生活のことなど，がんに関わる質問や相談にお答えします。

当院の患者さんだけではなく，ご家族の方や他の病院にかかっている方など，どなたの相談でもお受けしていますので，お気軽にお声掛けください。

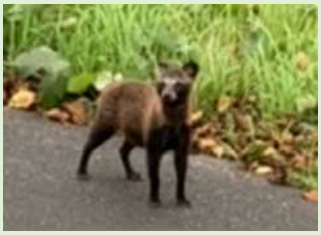
がん専門相談員として研修を受けた看護師や医療ソーシャルワーカー（MSW）が，信頼できる情報に基づいて，がんの治療や療養生活全般の質問や相談をお受けしています。

病気と向き合うことは，納得のいく医療を受けるための第一歩です。どうぞご活用ください。

＊対応曜日：　月曜日～金曜日　　時間：8 時 30 分～17:00
＊場所：　　１階正面玄関横　　直通電話：0994−42−0981

「つながる想い 2023 がんとともに生きる」が，今年は５月７日に開催され参加しました。フリーアナウンサーの笠井信輔さんがご自身の闘病経験から，人生や家族の在り方など，お話してくださり，参加者の共感を得ておられました。また来年も開催されますのでぜひ足をお運びください。

ひとりごちる



健康のため，体力づくりのため，ダイエット・・・それぞれの理由でウォーキングやランニングをされている方は多いと思います。

先日とある川の堤防で散歩をしていたところ，ひょっこりお友達が姿を見せてくれました。

野生の動物は「逃げる」「夜間に行動する」など人間と接することはないイメージをもっていましたが，逃げないので話しかけてみました(^_^)。なんとこの子は日中にもかかわらず，ついてくるようなそぶりで距離を保ちながらしばらく歩いてくれました。この近辺では，猫に餌を与えている場面に遭遇することがあり，何かもらえると思って逃げなかったのでしょうか。

「地域猫活動」ではないためか，この堤防では今年も子猫が育っているようです。

清涼飲料水について

清涼飲料水は，個人の嗜好を満足させる嗜好飲料の一種です。

清涼飲料水は法令で「乳酸菌飲料，乳及び乳製品を除く酒精分1容量パーセント未満を含有する飲料」と定義されています。つまり，「アルコール分1%以上のアルコール飲料や牛乳，乳酸菌飲料以外の飲み物」です。具体的には，ミネラルウォーター，スポーツドリンク，果実ジュース，野菜ジュース，炭酸飲料，豆乳，濃縮ジュース，茶類，コーヒーなど，私たちがふだん飲んでいるもののほとんどは清涼飲料水です。

最近は「ノンカロリー」「低カロリー」の表示をよくみかけますが，必ずしも「0kcal」ではありません。例えば「ノンカロリー」の場合，食品100gまたは100mlあたり5kcal未満であれば「ノンカロリー」の表示ができます。もしその製品が1本500mlだとすると，1本飲めば5倍のkcalとなります。

栄養成分表示を参考に，上手に清涼飲料水を選んで，水分補給しましょう。

（栄養管理室）

参考：臨床栄養2022年11月

あなたの筋肉は大丈夫？

～「サルコペニア」について ～

サルコペニアとは

サルコペニアとは，**加齢による筋肉量の減少および筋力低下**のことを指します。サルコペニアになると，歩く，立ち上がるなどの日常生活の基本的な動作に影響が生じ，介護が必要になったり，転倒しやすくなったりします。

65 歳以上の高齢者の 15％程度がサルコペニアに該当すると考えられています。重要な点は，「**普通の生活を送っていても筋肉が減りやすい**」ということです。若い頃は，運動や食事に気を使わなくても筋肉が目立って減ることはありませんが，高齢になっても同じような意識で生活していると筋肉が減少してしまいます。そのため，意識的に運動を行い，タンパク質の摂取を心がけることが大切になります。

サルコペニアの予防・治療について

サルコペニアの予防や治療に対して，**運動**を実施することが推奨されています。特に「**筋トレ**」が有用と考えられていて，筋肉の力，機能，量などの改善効果が示されています。また，このような運動には日常生活での基本的な動作能力を改善させることや，転倒を予防するような効果も示されています。

サルコペニアに有効な筋トレについて

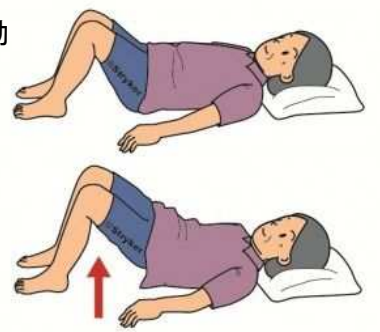
サルコペニアの対策を行う場合，「**抗重力筋**」と呼ばれる筋肉を強化することが重要になります。抗重力筋とは，重力に抗って直立位を保つために必要な筋肉のことで，体幹や足の大きな筋肉が含まれます。このような筋肉は加齢に伴い小さくなりやすく(筋力が低下しやすく)，日常生活の遂行に大きな影響をきたします。抗重力筋の中でも特に重要な太ももの前面の筋肉(**大腿四頭筋**)やお尻の筋肉(**大殿筋**)を鍛えることです。

運動方法

①腿上げ運動

太ももの前面の筋肉（大腿四頭筋）を強化する方法です。椅子に座った状態で片足ずつ上げ下げすることで，太ももの前面の筋肉を鍛えることが出来ます。

② お尻の運動



お尻の筋肉(大殿筋)を鍛える方法です。
あお向けに寝た状態で，両膝を立て，お尻を持ち上げることでお尻の筋肉を鍛えることが出来ます。

リハビリテーション部

医療安全管理室ってどんなところ？　何しているの？

1　医療安全管理室とは？

医療安全管理室とは，安全管理を担うために設置されている部門です。患者さんやご家族・職員の安全を確保し医療の質を保証するため，医療安全の推進及び医療安全対策において組織横断的に活動しています。

2　どんな人が働いているの？

医療安全管理者が配置され専従の業務を行っています。医療安全管理者とは，組織における安全の責任者です。組織の中を横断的に活動するため，様々な部署や職種の医療安全推進担当者（リスクマネージャー）と協力し連携しながら，医療の安全を管理しています。

3　どんなお仕事をするの？

（1）医療安全管理体制や医療安全管理における指針の整備を行います。

委員会や推進室の設置，事故対応時のマニュアルの整備など，組織において安全活動が円滑に進めていけるようにします。

（2）職員へ医療安全に関する教育や研修を実施します。

（3）事故防止のための情報収集と分析や対策を立てます。

発生したインシデント（事件，事例，事案）やアクシデント（事故）の報告システムから収集した情報を分析し，再発防止(あるいは未然防止)のために対策を立案します。そして関係各部署にフィードバックします。

当院は 150 床の病床を有し，年間インシデントレポート報告件数は，令和２年 517 件，令和３年 695 件，令和４年 645 件です。インシデントレポートの望ましい報告件数は 一般的には，「レポートの報告件数が病床数の５倍，そのうち１割が医師からの報告であること」が，医療安全活動の透明性の目安と言われています。

（4）医療事故に対応します。

医療安全管理者は事故が発生する前に，事故発生時の対応をあらかじめ検討しておく必要があります。事故発生時の報告先や緊急時の対応，時間外での事故発生への対応などもマニュアル化し，職員に周知しておかなければなりません。

（5）医療安全文化を醸成させる役割もあります。

職員の安全意識の向上は安全管理の中でも基盤となる重要な要素です。

医療の安全を職員に働きかけ，必要な情報を提供し，安全活動への参加を促します。

このような活動を通して，当院の基本方針である「安心安全で質の高い医療を提供」できるように日々努力しています。

看護師のための研修会を開催しました

令和５年度　ELNEC-J　in 大隅を開催致しました。

大隅地域の病院・診療所・訪問看護ステーション・介護施設などで勤務する 23 名の看護師の皆様が，２日間（6/10～6/11）の研修を終了されました。本研修会では，痛みのマネジメントや症状マネジメント・高齢者のエンドオブライフケア・臨死期のケア等，それぞれのプロセスに必要とされる知識・技術を習得することができる研修プログラムです。講義だけではなく，グループ討議やロールプレイ形式でも研修を行い，多くの学びを得ることができたようです。

研修終了者の方々が大隅地域のがん看護の指導者的な役割を担っていただき，患者さんやそのご家族に心暖かな緩和ケアが提供されることを期待しています。

模擬患者役・看護師役に分かれて
コミュニケーション力を高めるための訓練の様子

グループ討議の様子

**23 名の研修生の皆さん
今後のご活躍を
期待しております**

緩和ケア認定看護師
西小野　美咲

鹿屋医療センター　外来担当医

（令和５年４月～）

よろしくお願いします！

外来診察初診受付時間　8時30分～10時30分
電話予約受付時間　14時～16時
電話番号 0994-42-5101

外来	診療科		月	火	水	木	金
A	放射線科（紹介のみ）		（鹿大）			（鹿大）	
	麻酔科		手術	*西藤 智照	手術	*西藤 智照	手術
	脳神経外科（紹介のみ）				平原　正志		
B	内科 循環器科		*湯淺 敏典		平峯　温子	ペースメーカー外来	平峯　温子
			向井 麟太郎		*藤田 祥次	亀甲 眞弘	*藤田 祥次
			福宿　愛		向井 麟太郎	＊湯淺 敏典	請園　友之
	心エコー（月・水・金）					＊藤田 祥次（PM）	
	[血液内科]				日髙　史郎		
	[総合診療科]			*藤田 祥次			
			糖尿病外来：毎週月曜日AM（予約制）				
	小児科（紹介のみ）[予約制]	午前	＊山遠　剛 西　遼太郎	＊山遠　剛 祝迫　洋樹	休　診	＊山遠　剛 祝迫　洋樹	＊山遠　剛 西　遼太郎
		午後	脳波検査 １か月健診	循環器外来	腎外来（第2水）	循環器外来	脳波検査
	[小児外科]（紹介のみ）[予約制]			*坂本 浩一	*坂本 浩一	*坂本 浩一	
C	[総合診療科]			里園　秀之			
	外科・消化器外科		永田　祐貴	里園　秀之	再診 化学療法 手術	永田　祐貴	風呂井　敦
			原口　優清 [新患]	*中島 三郎 [新患]		原口　優清 [新患]	*中島 三郎
				呼吸器外科外来：毎週火曜日AM 肝臓外科外来：第1,第3(火)PM			
	産婦人科（紹介のみ）[予約制]		担当医	担当医	再診・検査 化学療法・手術	担当医	再診・検査 化学療法・手術
			担当医	担当医		担当医	

＊は診療科部長

診察日　（初めての患者さん、および再診患者さんの診察日）

検査・手術日（予約の再診患者さんの検査診療・入院患者さんの手術）

※ 麻酔科外来　手術予定の患者さんの診察・検査です。
※ 整形外科・耳鼻咽喉科　休診中
※ 脳神経外科　水曜日　紹介・午後のみ