

## 栄養の日 8月2日

8月4日は何の日かご存知ですか？実は8=えい（と）、4=よ（ん）の語呂合わせで、2年前より「栄養の日」になりました。それに際し、8月2日に栄養の日のイベントを開催したところ、たくさんの方にご来場いただき大盛況のうちに終えることができました。

試食にご用意したグリーンとゴールドのキウイフルーツは大好評でした。グリーンは食物繊維が多いため、お腹の調子を整えたい人におすすめで、ゴールドはビタミンCが豊富なため、美容と免疫力アップに効果的…と色によって栄養に違いがあります。豆知識としてぜひ覚えておいてください！

管理栄養士によるミニ講座では「過栄養と低栄養がとなりあわせ」と「腸活に良い食事」についてお話ししたところ、みなさん興味津々でたくさん質問も頂きました。

今回のイベントを通して、自身の栄養や食生活について振り返り見直すきっかけになっていたら本望です。来年も開催予定ですので、皆様のご来場お待ちしております！



## 第54回 全国糖尿病週間イベント 11月14日

第54回全国糖尿病週間にちなんで、11月14日に毎年恒例のイベントを開催し、たくさんの方にご来場頂きました。今年のテーマ「サルコペニア ～筋肉量 保って伸ばそう 健康寿命～」に沿ったポスター展示コーナーや医師、理学療法士によるミニ講座の時間を設けたところ、皆さん興味津々でたくさんのご質問も頂きました。看護師による血圧・血糖測定及び相談コーナーでは、結果に一喜一憂されながらも自身の栄養や食生活を振り返って頂けたように思います。また、「筋肉アップ試食」として筋肉の素になるたんぱく質豊富なメニュー3品（大豆飯、鮭のごま照焼き、おからサラダ）をご用意しました。こちらは大変喜んで頂き、「家でも作ってみたい！」という声を多く頂きました。

今回のイベントを通して、糖尿病の方のみならず、自身の健康への関心を高めて頂くきっかけになっていたら嬉しいです。来年も開催予定ですので、ご来場お待ちしております！



## 第2回ナイトスクール開催

9月13日（木）18時30分より『血管を守ろう～高脂血症編～』と題して参加者を募集し、17名の方にご参加いただきました。内容は、医師による脂質異常症についての講義、保健師からは女性特有のコレステロール異常について講義を行いました。臨床検査技師からは、動脈硬化についての講義と頸動脈エコー検査の実演が行われ、参加者の方はエコー検査の画面に釘付けになり、動脈の断面を観察しました。ぜひ自分でも検査を受けてみたいという声が多数聞かれました。管理栄養士からはコレステロールを意識した食事についてのクイズと試食が提供されました。豆乳グラタンとピクルスは大変美味しいと好評でした。高脂血症ということで、参加者の約9割が女性を占め、働き盛りの年代の方にも参加いただくことができました。普段の診療ではなかなか質問できないことも相談でき、大変有意義な時間を過ごされていました。アンケートでも大変好評をいただき、ナイトスクールは大成功でした。来年度もまた企画していきたいと思っておりますので楽しみにしててください。



## 寄付

この度、杉原芳枝様（南砺市福野在住）から日本画「牡丹の園へ」を寄贈していただきました。作品は美術展にも出展され、「牡丹」の中に「キジ」が舞い降りた作品となっております。「南砺市民病院に入院しておられる患者さんが、作品を見て心を和ませてもらえるとうれしいです。」とのことでした。南棟3階のデイルームに展示しましたので、是非ご鑑賞ください。



南砺市民病院

第68号 平成30年12月25日

# 病院だより

南砺市民病院  
〒932-0211 富山県南砺市井波938番地  
TEL 0763-82-1475  
FAX 0763-82-1853  
<http://shiminhp.city.nanto.toyama.jp/>

## 年頭のご挨拶

院長 清水 幸裕



皆さん、明けましておめでとうございます。

4年前から国や県が進めてきた医療施策に地域医療構想があります。その背景には、少子高齢化による社会構造の変化にともなって、できる限り病院での入院加療から在宅医療への転換を推し進め、病院機能（病床も含め）もそれに伴って変化していく必要ができてきたことが挙げられます。具体的には、病床数の削減、病棟の機能転換、病院の統合などです。当院では、4つの病棟ありますが、一昨年から昨年にかけて病棟全体のベッド稼働率（ベッド全体の中でどのくらいの割合で患者さんが入院していたかを示す指標）が85%以上となっており、これは県内の公立病院の平均と比べてもかなり高い数字です。将来的にはベッド数は減らしていくこととなりますが、ここ数年は病床数や病棟の機能を現状のまま維持していく必要があると考えています。幸い、当院には常勤医が30名（研修医を含む）おり、これも他の同様の規模の病院と比べると多くの医師が勤務しています。昨年は、腎臓専門医、精神科専門医も加わって診療の幅が広がりましたが、本年も循環器専門の医師など、新しい医師が診療に加わっていただく予定になっていますし、整形外科診療体制も整備していきます。また、初期臨床研修医2名が加わります。ただ、このように患者さんの幅広いご要望に対応していくことも重要ですが、安全な医療の提供がそれ以上に重要と考えており、2年前から、国際患者安全目標に基づく厳しい医療安全基準に則った医療を提供できるよう日々努力しています。さらに、病院機能を土台から支える感染対策や臨床倫理といった活動も今まで以上に力を入れてきており、皆様に「安全で確かな医療、そして患者さんを中心とした温かな医療」を提供できるよう精進していきます。

さて、昨今「働き方改革」が叫ばれており、それは医療の分野にも及んできています。今後、医師の勤務時間・内容に関しても再考していかなければなりません。ただ、医療の本質が「健康の維持や病気の治療に際して、患者さんの意向に沿った最善を共に考え、それが実現できるように支援すること」である以上、「働き方改革」も患者さん抜きでは正しい議論になりません。医療の本質を見失うことがないように、「医療者の働き方改革」を進めていきます。皆様のご理解、ご協力も必要になることと思いますが、何卒宜しくお願い致します。

## 平成31年度 健康教室

月	日	時	場所	教室名
1月	17日(木)	14時～15時30分	健康管理科	知って得する！健康生活コース③ 呼吸器に関連する病気と予防～無呼吸症候群を中心に～
2月	14日(木)	14時～15時30分	講堂	いきいき健康生活コース③ ながら運動でロコモ予防！
3月	14日(木)		1階ロビー他	イベント 世界腎臓病デー

★のみ、事前予約をお願いします。  
その他は予約不要です。どなたでもご参加ください。

<予約・お問い合わせ>  
健康管理科 82-1475(代表)

## 透析センター紹介

当院透析センターは、1992年に開設され、現在は、透析ベッド数：22床、透析専門医：1名、内科医師：1名、看護師：4名、臨床工学技士：2名で運営されており、透析センター長を中心に、看護師・臨床工学技士・栄養士・薬剤師・理学療法士・ソーシャルワーカーが連携を取りながら業務を行っています。

現在、日本国内において、慢性腎臓病の患者数は約1300万人とされ、病状が進行して、末期腎不全に陥り透析療法が必要となる患者数は年間約3万9千人と報告されています。また、透析患者の全体数は増加し続けており、2017年12月末で約33万人で、年々、高齢化もすすんでいます。

このような現状を踏まえて、以下のような行動目標に基づいて、透析診療を行っています。

### 【診療内容】

慢性腎不全や急性腎不全に対して、病態に応じて、血液透析、血液透析濾過、腹膜透析を施行しています。また、各種の疾患に対して、血漿交換、LDL吸着、エンドトキシン吸着、腹水濃縮再静注なども行っています。

### 【行動目標】

#### 1. 診療レベルの質向上

診療レベルの質の向上を目指して、院内電子カルテや透析管理システムを利用し、透析患者様の診療情報を多職種間スタッフにて共有して、定期的なカンファレンスなどを通じて、チーム医療の充実を図っています。

また、スタッフ教育のための研修会や学会発表、腎臓病療養指導士や透析技術認定士の育成にも取り組んでおり、スタッフの質の向上にも努めています。

#### 2. 腎臓リハビリテーションと社会的支援

患者様の高齢化や合併症による日常生活動作の低下を防ぐため、リハビリスタッフとも連携し、積極的にリハビリテーションを施行し、安定した家庭生活が送れるように社会的な支援の推進も行っています。リハビリテーションに関しては、ベッド上で行える負荷量可変式エルゴメータを使用し、透析中に運動療法も施行しています。

#### 3. 腎代替療法選択外来

内科での腎代替療法選択外来とも連携して、透析療法の導入前からも、患者様や家族の意向を尊重し、各自に適した治療法が選択できるように面談や指導などを行っています。

#### 4. 透析診療の安全管理

安全な透析医療を提供するため、定期的な透析機器や器材の点検・整備、透析室の環境整備、透析手技、感染防止対策の向上を図るため、安全管理マニュアルの作成、インシデント分析、スタッフへの安全管理教育に取り組んでいます。



## 国民保護共同実働訓練に参加しました。

10月31日（水）に実施された、富山県国民保護共同実働訓練に参加しました。南砺市福野体育館において、テロにより化学剤が散布され多数の負傷者が発生し、そのうちの数名が南砺市民病院に搬送されて来るという想定のもと、負傷者の受入及び医療救護処置を行いました。

万が一の災害に備えて、当院では今後も定期的に訓練を実施してまいります。



## 平成30年度 社会に学ぶ「14歳の挑戦」



平成30年10月1日～5日の5日間、当院で行われる「社会に学ぶ『14歳の挑戦』」の受け入れを行いました。今年度は、井波中学校から2名、庄川中学校から3名、計5名を受け入れました。

生徒さんには病院担当ボランティアの指導のもと、日替わりで、病棟看護業務、リハビリ業務、栄養科業務、歯科衛生士業務、デイケア業務を行っていただきました。業務の内容は、体温・血圧測定、シーツ交換や、環境整備、配膳、レクリエーションや歯型取り、厨房での食器洗い、食札作り等です。初めての職業体験で、疲れもありましたが、頑張っって元気に通うことができました。初日は患者さんとのコミュニケーションに戸惑いがありましたが、日々に上手になってきました。病院内の様々な仕事を体験できたことは、貴重な経験となりました。「ありがとうの大切さ」「笑顔の大事さ」を学び、社会人としての一歩を感じる事ができました。

最終日には、活動の学びを模造紙にまとめました。1階ロビーに展示してありますので、来院された際には是非ご覧ください。



## 秋のお茶会

患者様の病院生活の中で少し気分転換ができればと思い、さわやか環境委員会では秋のお茶会を企画しました。身体に優しいノンカフェインのコーヒーやほうじ茶などに合わせて、栄養科手作りの季節のかぼちゃを使ったプリンを用意しました。久々にかくコーヒーの香りや、優しい味のプリンは大好評で、おかわりをされる方も。おしゃべりにも花が咲き、自然と女子会も行われていました。皆さんの笑顔がたくさんみられ、とても楽しい会になりました。



## 明社バルーンアート友の会慰問

9月18日、ボランティアグループ「明社バルーンアート友の会」の11名が来院され、デイケアセンターにおいて脳トレやマジック、バルーンアートを披露されました。

利用者の方々はととにもこやかな表情で、マジックでは種明かししようと頭を悩ませたり、バルーンアートでは出来上がりに喜んだり失敗して笑ったりと、とても楽しいひとときを過ごされました。



## 初期研修医紹介

初期研修医師 森腰 夏子

卒後13年間精神科医として他院で勤務していましたが、全体的な治療を学び、キャリアアップし総合診療医（家庭医）を目指したく、平成30年4月より南砺市民病院に勤務しております。

総合診療科（内科）の先生方をはじめ、医局の先生方には診断や治療について、日々丁寧に教えていただき本当に感謝しております。また、看護師はじめコメディカルの方々やすべてのスタッフの方々にも親切にさせていただいて非常に毎日勉強になっています。

ここで身につけさせていただいたことを生かせるように、一つ一つ取り組んでいながら、患者様にプラスとなるような医療を提供できればと思います。今後とも、患者様はじめ、皆様よろしく願いいたします。

