

かっ とっ ぽ

2016
2月

平成 28 年 2 月 1 日号 毎月発行 No.127

目 次

- P1 —— 看護部より
- P2 —— 新しい透析室をご紹介します！
- P3 —— 発熱外来のお知らせ
- P4 —— 発熱外来駐車場案内図
- P5 —— 特診外来予定表
- P6 —— 栄養管理室より
- P7 —— あとがき / マンガ ター坊



2/1 より新透析室稼動！



長崎県上五島病院 <http://www.kamigoto-hospital.jp/>

〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 1549 番地 11

T E L 0959-52-3000 F A X 0959-52-2981

看護部より

長崎県上五島病院 看護部長 本村ひづる

2016 年、新たな一年が始まって早 1 ヶ月が過ぎました。今年は申年です。猿のように元気に一歩も二歩も前向きに飛躍する年にしたいものです。



地域の皆様もご存知のように、平成 21 年から始まった医療再編成にて、以前の奈良尾・有川病院が医療センターとなり、その 3 年後の平成 24 年には、新上五島町で唯一の入院機能を持つ病院は長崎県上五島病院のみとなりました。

島で唯一の病院であることは、以前にも増して緊急・救急入院患者を、いつでもどんな時でもタイムリーに安全に確実に受け入れる態勢をつくることが要求されました。

しかし、平成 18 年の診療報酬改定の「7 対 1 看護」が実施された事もあったか、看護師が都市部に集中する傾向となり、平成 19 年には上五島病院看護師数は定数 10% 減の 85 名まで減少しました。そこで、私達は看護師の奨学金制度を復活、地元や県内都市部での看護師就職説明会開催、平成 20 年(NPO)ジャパン・ハートそして平成 22 年長崎医療センターとの「アイランドナース事業」による看護師派遣制度を立ち上げるなど看護師確保に奮起した結果、現在では、看護職員パート職員を含む総数 138 名(H27・12 現在)が上五島病院で勤務しています。以前は上五島出身の看護師がほとんどでしたが、現在は県外から就職や研修中の看護師が 19 名勤務しています。

これらの看護師確保は、私達に色々なことを学ばせると同時に看護師として人として成長する良い機会となりました。島の子供が奨学金制度を受け就職することは私達にとって「新人看護師」を育成するといった今までにない学びの機会となり、いつも見慣れた仲間とのマンネリ化しつつある日常の中で島外からの看護師の仕事ぶりや患者さんへの真摯な対応に触れることは、自分達を振り返る機会に繋がりました。

また、この 6 年間で私達看護部は、6 ～ 8 ヶ月間の長期研修を可能とし認定看護師を誕生させることができました。現在、がん性疼痛緩和看護をはじめ糖尿病看護、摂食嚥下障害看護のそれぞれ 1 名の認定看護師がいます。現在では病院内のみならず地域に向けた活動も展開しています。

患者の高齢化・重症化・認知症の患者さんへの対応をしながら、同時進行で緊急救急患者への対応が求められます。これらは決して平穏な環境下ではありませんが、患者さん一人一人に信頼される看護を提供できるよう、今後も、一人一人の看護実践能力向上とスキルアップに精進していきたいと思います。

最後に、唯一入院機能のある地域の基幹病院として、地域住民の方に期待されています。「この病院があって良かった。」「この看護師さんに出会えて良かった。助かった。」と思っていただけるよう、私達看護部一同これからも一人一人が笑顔絶やさず日々努めて行きたいと思っています。



新しい透析室をご紹介します！

こんにちは。今回新しい透析室をご案内します。

透析室は2000年8月7日に開設し、今年で16年目になります。この度、透析室は1月30日に新しい透析室に移設し、2月1日より稼働しています。当初は透析装置6台、患者さん2名、看護師2名で始めましたが、今では、透析監視装置10台（オンラインHDFが選択可能を含む）で患者25名を看護師5名・臨床工学技士3名・看護助手1名で透析業務を行っています。



「透析」は腎不全治療法の一つで、主に血液透析を行っています。血液透析は、腎臓に代わって人工腎臓という装置に血液を送り、主に血液中にたまった老廃物や、余分な水分を取り除き、電解質のバランスを整え、綺麗な血液をふたたび体にもどすことをいいます。また、一昨年からオンラインHDF（血液透析濾過）を選択出来る透析監視装置（DCS-100NX）を導入し、より良い透析業務を行っています。オンラインHDFとは通常行っている血液透析では除去するのが困難な物質の除去を直接人工腎臓内に流して除去することを言います。



透析に要する時間は、1回・4～5時間・週3回が基本となります。患者さんは、月・水・金の午前（1クール）と午後（2クール）に、又は火・木・土の午前（1クール）に来院し、1回に3～4.5時間の治療を受けています。その間、患者さん同士で話をしたり、各ベッドに備え付けられているテレビを見たり、CDを聞いたり、眠ったりとそれぞれ好きなように過ごされています。中には、病院で昼ご飯（透析食）を食べる方もいます。

一般に腎臓は24時間・毎日働いていますが、血液透析は1回に3～4.5時間の週3回のみで腎臓の代わりをしますので限界があります。その為、食事制限、水分制限が必要となってきます。患者さんの中には「すすめられたら断るのが悪い」と思ってつい食べてしまった・飲んでしまった」という声が聞かれることがあります。体重増加には十分な注意が必要ですので、お知り合いの方に透析治療を行っている人がいましたら、ご理解とご協力をお願いします。

透析室が新しい場所に移動し、まだまだ慣れない部分があると思います。そのため、いろいろご迷惑をかけると思いますがよろしくお願いします。

透析は腎不全患者になくてはならない治療の一つです。私たちスタッフは「安心・安全な透析を提供する」を年間目標として掲げ、日々心がけています。

（臨床工学技士 中村 久義）





発熱外来のお知らせ

インフルエンザのシーズンがやってきました。
上五島病院では今年もインフルエンザ対策として発熱外来を設置いたしました。
発熱のある方は下記手順で発熱外来の受診をお願いいたします。

受診の手順

1

お電話で受付を行います。
上五島病院52-3000にお電話ください。

電話受付の際に問診も行います。
症状や状況について、担当職員の質問にお答えください。



2

検査可能な時間に予約を行います。
(発熱から24時間経過後を目安にしています。)

※呼吸苦が強いなど重症感のある場合は、その限りではありません。
ただし、発熱の高低は重症度には関係ありません。

3

ご予約の時間にご来院ください。

ご予約が平日の場合

ご予約の時間に、発熱外来駐車場にお越しください。(次ページに案内図がございますのでご利用ください。)

- ①到着されましたら 52-3000 にお電話いただき、「駐車場に到着した」とお伝えください。
- ②担当の職員がお車まで向かいますので、職員が来るまではお車から出ないようにお願いします。

ご予約が土日祝祭日の場合

ご予約の時間にご来院ください。

- ①到着されましたら、夜間出入口からお入りください。(お車でお越しの際は、立体駐車場等をご利用ください。)
- ②守衛室に守衛がおりますので、「発熱外来受診に来た」とお伝えください。守衛より場所の案内がございます。

【受診の際に気をつけること】

- 来院時は必ずマスクを着用して来てください。
- 来院前に体温測定をしてきてください。
- 状況により予約時間どおりに受診できず、お待たせする場合があります。ご了承ください。



- ★原則として平日の9:00~16:30の受診となります。
- ★土日祝祭日は時間を限定して発熱外来を設置します。平日の発熱外来とは場所も異なりますのでご注意ください。
- ★時間外の受診につきましては、急を要しないと判断した場合は翌日受診をお願いする場合があります。
- ★検査のタイミングは担当医師が判断いたします。ご了承ください。
- ★受診のタイミングは発熱から24時間経過後を目安としております。
- ★検査が陰性であってもインフルエンザと診断することもあります。(検査は目安です。)

発熱外来駐車場案内図

発熱外来のご予約が平日の場合は、ご予約の時間に下図の発熱外来駐車場までお越しください。

(ご予約が土日祝祭日の場合は、来ていただく場所が違いますのでご注意ください。)



通常の入口からは発熱外来へ来ることができません。
途中で行き止まりになっています。

フローレンス (パン屋)



発熱外来駐車場

上五島病院
発熱外来駐車場入口

☆タクシーや徒歩で来られる場合も、発熱外来駐車場までお越しください。

到着された際に 52-3000 まで、到着のご連絡をお願いいたします。

平成28年2月の特診外来予定表

	泌尿器科	耳鼻科	循環器科	神経内科	皮膚科
2月1日(月)		原先生 ★午前、午後			
2月2日(火)		原先生 ★午前	江口先生・土居先生 ★午前、午後		
2月3日(水)					原先生 午前
2月4日(木)	鹿子木先生 ★午前、午後				
2月5日(金)	鹿子木先生 午前、午後(～15時)				
2月8日(月)		坂口先生 ★午前、午後		森先生 ★午前	
2月9日(火)		坂口先生 ★午前			
2月10日(水)					鎌塚先生 午前
2月11日(祝)					
2月12日(金)	松尾先生 午前、午後(～15時)				
2月15日(月)		原先生 ★午前、午後		調先生 ★午前	
2月16日(火)		原先生 ★午前	江口先生・土居先生 ★午前、午後		
2月17日(水)					竹中先生 午前
2月18日(木)	志田先生 ★午前、午後				
2月19日(金)	志田先生 午前、午後(～15時)				
2月22日(月)		渡邊先生 ★午前、午後			
2月23日(火)		渡邊先生 ★午前			
2月24日(水)					富村先生 午前
2月25日(木)	大庭先生 ★午前、午後				
2月26日(金)	大庭先生 午前、午後(～15時)				
2月29日(月)		坂口先生 ★午前、午後			

※赤字の診察は予約・紹介予約の患者さんのみです。

※船の欠航等により、予定は変更となる場合があります。ご了承ください。

★ 午前の受付開始時刻は8:30となっておりますが、診療開始時刻は医師来院時の交通機関の都合により、9:00～10:00頃の間で変動します。ご了承ください。

栄養管理室のオススメレシピ

黒豆ごはん

お米がほんのり紫に染まり、お豆の味がしっかり感じられて美味しいご飯です。



《栄養価》
 ご飯約 200g 分
 エネルギー：317kcal
 蛋白質：8.1 g
 脂質：2.6g
 食塩：0g

【材料】4～5人分（160～200g/1人分）

- ・米……………2合
- ・乾燥黒豆……………40g
- ・酒……………大さじ2
- ・水……………米の1.2倍を目安に
（好みの硬さで）

【作り方】

- ① お米を洗う。
- ② 黒豆はすすぎ洗いをして、フライパンで皮がはじけるまで中火で煎る。
- ③ ①②と酒を合わせて、炊飯する。

栄養士からのアドバイス

- ・黒豆を煎ることで、豆に水分が入りふっくらと炊きあがります。
- ・今回は、お塩を使わずに仕上げましたが、塩昆布や生姜の千切りを合わせて炊いてもおいしいです。



《黒豆》

黒豆は身体を温め、体内の余分な水分（むくみ）を除く作用があります。大豆と同等の栄養成分を含み、黒色の成分であるポリフェノール（アントシアニン）は抗酸化作用や免疫力を活性化する働きがあります。

栄養面からも黒豆はお正月だけではもったいないくらいです。2月は節分の行事もありますので、まだまだ黒豆を活躍させてください。

マンガ タ-坊



－ あ と が き －

皆さんにとって2月はどんな月でしょうか？
年度末に向けて忙しくなる人も多いかもしれませんが。お正月、忙しく過ごした人は、少しほっと落ち着ける月かもしれませんね。寒さも少し落ち着いてきて、春を意識し始める月でもあります。

人によって、捉え方がまちまちであろう2月。そのような2月の行事、節分の紹介です。



「節分」とはその名の通り、(季「節」の「分」かれ目)のことで、実は立春・立夏・立秋・立冬の前日の日を指します。その中でも、1年で一番最初の「節分」である2月3日に、「この1年が幸せな年になりますように」という願いを込めて、豆まきなどをするようになったとされています。

節分では、特に下記の3つを行います。

- ・豆まきをして鬼を追い払い、年の数だけ豆を食べる。
- ・「恵方」という方角を向いて、恵方巻を食べる。
- ・柊鰯を飾って、鬼を追い払う。

地域によって多少異なる点もありますが、ここで出てくる「鬼」とは、共通して災害や病気を指します。色々な方法で鬼(災害や病気)を追い払って良い1年が送れるよう、しっかりお願いしましょう。

ところで皆さんは節分に恵方巻を食べましたか？2016年の「恵方」は南南東でしたが、向く「恵方」を間違わなかったでしょうか？

皆さんにこの1年が幸せな年になりますように願います。

(奈良尾医療センター 松村)



○基本理念

地域と共に歩み、

信頼され親しまれる病院

○5つの行動目標

- ①信頼と満足の得られる医療の提供
- ②地域の基幹病院としての診療機能の充実
- ③地域における保健・医療・福祉の連携
- ④IT化によるさらなる医療の効率化
- ⑤地域における疫学研究と医療従事者の教育・研究の推進



◆ご意見、ご感想を下記までお寄せください。

長崎県上五島病院

〒857-4404

長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 1549-11

電話 0959-52-3000

FAX 0959-52-2981

Email kamihp@gold.ocn.ne.jp

URL <http://www.kamigoto-hospital.jp>