



笠岡第一病院広報誌 (No.75) 2024年2月

瀬戸の風



医療法人社団清和会笠岡第一病院
〒714-0043 岡山県笠岡市横島1945
TEL(0865)67-0211 FAX(0865)67-3131



「母子像」 2007年



「村娘の衣装で」 1995年

病院の1階待合ロビーに開設した「池田清明 ふるさとギャラリー」に展示しています。(詳細は8・9ページをご覧ください)

*** もくじ ***

【新年のご挨拶】	2・3ページ
『中規模病院での地域医療貢献』	理事長 宮島厚介
『圧倒的当事者意識』	院長 橋詰博行
【疾患特集】 血尿について	泌尿器科 鶴井極己 4ページ
おしりの疾患	外科 藤井研介 5ページ
放射線科だより	6ページ
大忘年会・職員研修旅行	7ページ
「池田清明ふるさとギャラリー」 開設披露会を開催しました	8・9ページ
令和6年能登半島地震 災害医療チーム(JMAT)活動報告	10ページ
管理栄養士の健康レシピ	11ページ

基本理念

1. 「豊かな健康」それが私たちの願いです。
2. 全人的視野に立ち、質の高い医療に取り組んでいきます。
3. 安全で適切な医療を提供します。
4. 明日を担う子供達の「子育て支援」から、充実した「高齢者福祉」まで見つめます。
5. 生活習慣の改善・疾病の予防を提案し健康で明るい家庭作りに役立ちます。

新年のご挨拶

中規模病院での地域医療貢献

医療法人社団清和会 理事長 宮島 厚介



新年あけましておめでとうございます。

インフルエンザ、コロナウイルス感染症など終息の気配は見られませんが、いかがお過ごしでしたでしょうか。3年間のコロナ禍で私たち病院職員の約半数は感染いたしました。幸い院内感染は稀で家族内感染によるものでした。このような状況下、職員一同大きなストレスを抱えながらも淡々と日常業務をこなしました。病院機能もほぼコロナ前に回復しましたが、緊張は続きます。

昨年秋には、笠岡ご出身の洋画家池田清明先生のご厚意とご指導をいただきながら、病院待合ロビーに「池田清明ふるさとギャラリー」を開設いたしました。待合ロビーに降り注ぐ、柔らかない瀬戸内の日差しが先生の画風に調和しています。詳細については、後記（※8～9ページ）で紹介させていただいています。ぜひお立ち寄りください。

近年、当院では多くの外科系専門医が常勤となり手術症例が増加しています。地方の中小病院で手術症例の増加は困難と考えていましたが、高齢化とともに、できれば地域の近くのかかりつけの病院で手術を希望される患者の皆さまが多くなり、3室の手術室での運用が困難となっていました。昨年より外科系医師、手術室スタッフで検討を重ね今年1月末より手術棟の建築に着手いたします。中央材料室の滅菌機材も更新し、高効率と精度の高い機器を導入いたします。また、手術室もクリーン度を高め今後の高度医療も視野に準備していきます。竣工は11月末の予定です。中小病院ですが多機能な機器とスタッフで地域医療に貢献していきます。また、今年も岡山大学、川崎医科大学、倉敷中央病院からも研修医の受け入れを進め、経験豊富なベテランと活力のある若手の医師の協働でチーム医療を進めて参ります。

近年、地域での医療連携がますます重要になっています。当院でも、地域医療連携室が中心になって入退院の手配や三次病院などと連携を密にしています。対応して院内の機構改革をしながら新たな機材や複数の連携会議室など導入し、病院連携室の強化を図っていきます。4月より病診連携、研修医指導など中心的役割となる総合診療科を新設する予定です。

まだまだのコロナ禍、地域の皆さまから信頼して頂ける病院を目指し職員一同研鑽に励んで参ります。ますますのご指導ご鞭撻を宜しくお願いいたします。

原稿を書き終えた頃、能登の大地震と津波の報道がされました。病院もなんらかのお役に立ちたいと準備します。海に面した病院ですが、危機管理も進めて参ります。大きな災害ですが早い復旧を願うばかりです。皆さまにとってよりよき年となりますようお祈りいたします。

能登を
応援しよう

モバイルクリニックを能登の被災地に

コロナ禍で2020年の秋に、中四国で初めて整備していたモバイルクリニック（陰圧診察室）は、当院での発熱患者専用の診療体制維持に大きく貢献してきました。

この度の令和6年能登半島地震による被災に伴い、厚生労働省からの要請を受け、いち早く当院のモバイルクリニックを被災地へ移動させることとなりました。1月25日早朝に当院を出発し、1月31日には石川県珠洲市の避難所となっている小学校に設置されました。現在、日本赤十字社石川県支部の医療従事者に使用されています。

感染症対策が施された暖かい診察室がお役に立ち、一日も早い復興を心より願っております。

また、岡山県医師会の依頼により、日本医師会災害医療チーム（JMAT）として、当院から2つの医療チームを被災地に派遣しました。避難所等における医療・健康管理を中心とした活動を担いました。

※当院から派遣した医療チームの活動報告を10ページに掲載しています。



避難所に設置されたモバイルクリニック



文字通り油断できないものです。元旦のおとそ気分を裂くように全テレビ局から能登半島地震の速報が入ってきました。地震の後の津波も日本国中の皆さんが心配されたと思います。亡くなられた方々のご冥福を心よりお祈り申し上げますとともに、行方不明者の一刻も早い救出、今後の復興を願っております。私どもも及ばずながらJMAT編成や支援物資・義援金などを通じて支援したいと考えています。

我が国の良いところは激甚災害に際しても共感し、ラグビー日本代表チームのように心を一つにしてまさに one team & our team の精神を発揮して対処するところでしょう。さらに私ども医療人はこういった災害に対しても、「圧倒的当事者意識」（幕末に開国をせまる諸外国に対抗する議定書を幕府に何度も出した吉田松陰の行動を評しての言葉）を持って対処することになります。岡山県民としても数年前の西日本豪雨での全国からのご支援も記憶に残っております。当院でもBCP（business continuity plan：事業継続計画）として南海トラフ巨大地震や病院の眼下に広がる海面上昇なども想定して準備しています。

1867年の明治維新から1945年の終戦まで78年、そしてその同じ78年後の2023年が昨年で、人口減少・コロナ禍の影響もあり、冠婚葬祭の変貌、リモートの普及、移動の制限などにみられるように大きく社会規範の変革があった年でした。さて、本年は団塊の世代がすべて75才以上の後期高齢者になる2025年を目標に2012年、2018年、2024年と6年毎の診療報酬・介護報酬同時改定を3度にわたって行う総仕上げの年に当たり、第8次医療計画と医師の働き方改革も始まる年です。

医療計画の基本方針については ①急性期から慢性期までの一体的な提供体制構築、②疾病・事業横断的な体制構築、③5疾病・6事業及び在宅の仕組みの強化、④介護保険事業支援、の観点から改正が行われました。医療計画作成指針の見直しも行われ、医療圏・基準病床数の確定、地域医療構想の調整、新興感染症の追加で5疾病・6事業の重点化、外来・在宅医療計画の策定、医師確保の計画が主たる重点項目です。私どもの病院でもそれらをふまえた上で本年2月には新手術棟着工、4月には総合診療科開設および医師の働き方改革への対応と準備をしているところです。2025年度末には玉島・笠岡バイパスの全線開通も控えており、交通の便が良くなったときの井笠地域にとどまらない当院のあり方について検討が必要です。

岡山大学の那須保友学長は大学の運営理念として松尾芭蕉由来の「不易流行」という言葉を掲げています。不易（変えてはならないもの）と流行（変えなければならないもの）を一体とした取り組みで、さらに常に「人」を中心とした組織改革が大切としています。私どもも地域医療の担い手としてこの理念にかなった取り組みを続けて参ります。

大変なスタートですが本年もどうか宜しくお願い申し上げます。



橋詰院長 岡山県保健衛生功労者表彰を受賞！

橋詰院長が2023年10月26日に岡山県庁において、「令和5年度岡山県保健衛生功労者（へき地医療事業功労）」の県知事表彰を受賞しました。

この表彰はへき地医療事業に従事し、へき地及び離島の住民に対し医療に接する機会を提供し、へき地医療及び保健衛生の向上に功績があると認められる医師を表彰するものです。

橋詰院長は笠岡市からの診療派遣委託を受け、笠岡市国民健康保険真鍋島診療所へ2009年4月1日から整形外科医として赴任しました。

現在は毎月第3水曜日に診療を行い、着任後15年目となり、へき地医療の確保と継続に対する地道な取り組みが評価されました。

今後も引き続き笠岡市と協働・連携を図りながら、オンライン診療や遠隔AI診断、電子カルテ化の活用などに努めてまいります。



真鍋島診療所での診察

血尿とは：

健診や病院での尿検査で、「おしっこに血が混じっています」とか「尿潜血陽性です」とかいわれることがあると思います。尿に血が混じる、いわゆる血尿は、尿を作る腎臓や尿の通り道の重要な病気のサインです。血尿が発見される頻度は年齢とともに増え、男性に比較して女性に多く見られます。おしっこが赤いなど、尿に血が混じることを目でみて判断できる肉眼的血尿はさらに重要な病気のサインです。たとえば膀胱がんの85%は肉眼的血尿を契機として発見されます。また腎がんでも、最近は検診や人間ドックなどで偶然に発見される症例が増えてきたものの、血尿を契機に見つかることも少なくはありません。

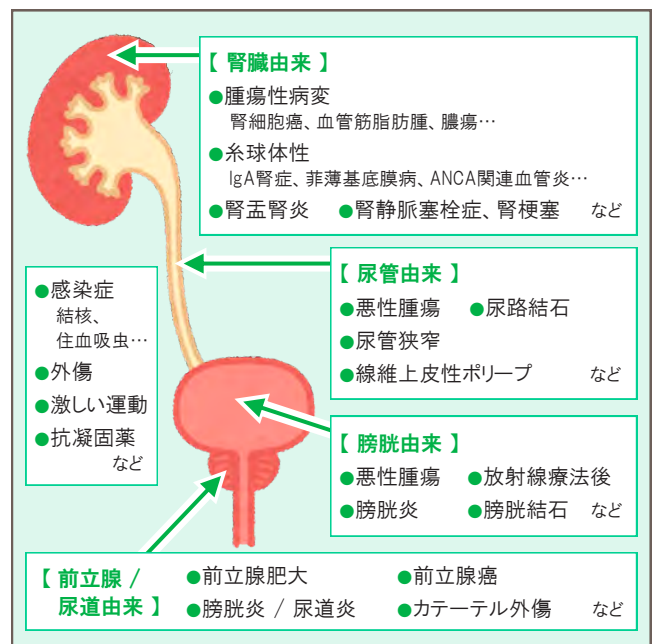
血尿の原因：

血尿は腎臓・尿管・膀胱・前立腺・尿道など、様々な臓器の疾患で引き起こされます。その中でも、腎盂腎炎・膀胱炎・前立腺炎・尿路結石など、発熱や排尿時痛、頻尿などの症状を有するものから、特発性腎出血・内科的な腎炎・悪性腫瘍の初期段階など血尿以外の症状が乏しい病気などがあります。

血尿を引き起こす悪性腫瘍：

血尿を引き起こす悪性腫瘍は、主なもので腎がん・尿管がん・膀胱がん・前立腺がんなどがあります。

特に注意したいのが、悪性腫瘍は初めに血尿に気づいた後、一時的に血尿が止まり、症状もないため受診のタイミングを逃す方もいます。血尿以外に腹痛・背部痛・排尿困難感など症状が現れたときは進行してしまっている場合があります。



悪性腫瘍（尿路上皮癌）の疫学およびリスクファクター：

腎がん・尿管がん・膀胱がんを含む尿路上皮がんは全悪性腫瘍のうち男性では約6.8%、女性では約3.6%を占めます。尿路上皮がんの罹患率は男女ともに45歳から上昇しはじめ60歳以上で急上昇します。

尿路上皮がんのリスクとして、40歳以上の男性・喫煙者・芳香族アミン（発がん性アミン）を含む革製品（下着、手袋、中衣、外衣、帽子、時計バンドおよび床敷物）の暴露、シクロホスファミド（抗がん剤）などの投与歴がある方は注意が必要です。

<p>低リスク</p> <p>下記すべてみえず</p> <ul style="list-style-type: none"> ・男<40歳/女<50歳 ・尿中赤血球5-10個/HPF ・危険因子なし（上記参照） 	<p>中リスク</p> <p>下記のいずれかに該当</p> <ul style="list-style-type: none"> ・男40-59歳/女50-59歳 ・尿中赤血球11-25個/HPF ・1つ以上の危険因子あり 	<p>高リスク</p> <p>下記のいずれかに該当</p> <ul style="list-style-type: none"> ・男女とも≥60歳 ・尿中赤血球>25/HPF ・喫煙歴あり ・肉眼的血尿の既往
---	---	---

検査方法・フォローアップ期間を決定

血尿を調べる検査：

血尿がでていることに気づいたら、泌尿器科医の受診をお勧めします。泌尿器科では尿検査のほかに尿の中に悪性腫瘍細胞が混じっていないかを確認する尿細胞診検査や超音波検査、CT・MRIなどの画像の検査を行います。またリスクに応じて、CTやMRIではみつけないような小さな病変を調べるために実際にカメラで膀胱の中を調べる膀胱鏡検査を行います。さらに尿管がん・腎盂がんを疑う場合は入院で尿管鏡検査を行うことがあります。

最後に：

尿路上皮がん・特に膀胱がんは進行すれば膀胱を手術で取ってしまわないといけなくなる可能性があります。そのため、早期発見がとても重要です。血尿は早期に病気を発見する大事なサインです。たとえすぐに止まったとしても、一度、泌尿器科に受診してみたいはかがでしょうか。

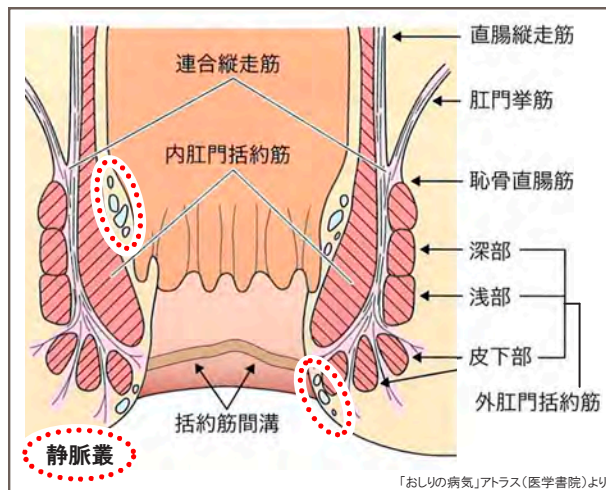
おしりの機能：

機能をもつ臓器として「おしり」をテーマに取り上げ、排便に関わる「肛門」、内臓を支える「骨盤底筋」の役割を説明します。

<肛門>

肛門とは 上皮（皮膚・粘膜）と筋肉（括約筋・肛門挙筋）、神経（ネットワーク）からなります。

上皮の近くには静脈叢があり、クッションの役割を持ちます。そのクッション（静脈叢）と周りの小さな凹み（肛門弁、肛門陰窩）のおかげで隙間なく肛門は閉められています。便意（圧）を感じ、トイレでいきむ、といった機能は神経（ネットワーク）に制御され、括約筋が指令を受けて排便につながるわけです。特に意識はしたことはないと思いますが、意識せずに出来る機能を有することから、優秀な臓器とも言えます。



「おしりの病気」アトラス(医学書院)より

<骨盤底筋>

こちら意識されたことのない筋肉だと思いますが、二足歩行であるヒトの内臓を支えている重要な筋肉です。内臓を支えるほか、便・尿失禁などの繊細な機能調節にも関わります。



おしりの病気と治療：

クッション（静脈叢）は毎日働いているため、時に傷んで腫れたり（痔核）、硬くなったり（血栓性痔核）、切れたり（裂肛）します。それらが原因で、出血（鮮血：真っ赤な血）することがあります。小さな凹み（肛門弁、肛門陰窩）も同様で、時に感染（痔瘻・肛門周囲膿瘍）したりします。いずれも初めは薬（飲み薬、塗り薬、座薬）で治療することが多いですが、なかなか治らないこともあり手術が良い場合もあります。

出血・脱出する内痔核が「おしり」の疾患で最も多いですが、切る手術のほかに注射（ジオン注射）で治療することが出来ます。また、骨盤底筋が弱くなり臓器（子宮や直腸）が脱出する子宮・直腸脱に関しては、小さな傷の腹腔鏡下での手術も行われるようになってきました。さらに、ネットワーク障害でおこる便もれ（便失禁）に関しては、おしりのペースメーカー（仙骨神経刺激療法）で治療することも出来ます。これらの手術は限られた病院でしか受けることが出来ません。デリケートな病気ですが、毎日悩まれるようであれば受診してみてもいいかもしれません。

最後に：

以上が「おしりの疾患」のまとめになりますが、そのほかにも感染症や腫瘍などもあり、気になる方は専門外来を受診してみてください。また、「おしりの疾患」の多くは便秘などの習慣にも関係しています。食事・運動などの普段の心掛けも大切にしてください。骨盤底筋の体操は色んなところで紹介されています。ご参考にはいかがでしょうか。

やってみましょう! 骨盤底筋体操

- ① 尿道・肛門・膣をきゅっと締め、次にゆるめます。これを2～3回繰り返します。これにより骨盤底筋が鍛えられます。
- ② 次は、ゆっくり、ぎゅっと締め、3秒間ほど静止します。
- ③ その後、ゆっくりゆるめます。これを2～3回繰り返します。



1回5分程度から始めて10～20分まで、引き締める回数と時間を徐々に長くしていきます。基本姿勢でできるようになったら、いろいろな姿勢で行います。慣れてきたら、通勤途中や入浴中、家事などをしながら体操してみるのも効果的です。

健康増進クラブONEの健康運動指導士がいろいろな骨盤底筋体操をご紹介します！(YouTube動画)





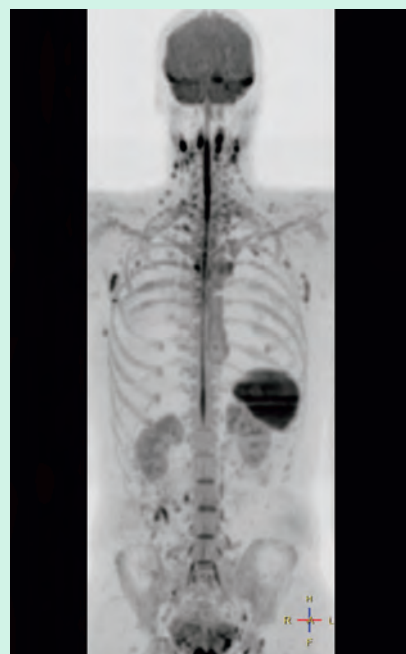
2021年6月にフィリップス社製 Ingenia Evolution 1.5T MRIを導入してから、シーメンス社製 MAGNETOM Spectra 3T MRIと1.5T MRIの2台体制で、それぞれの機能を活かし様々な検査を行ってきました。

そして、このたび2023年10月、1.5T MRIに新しいアプリケーション SmartSpeed が導入されました。

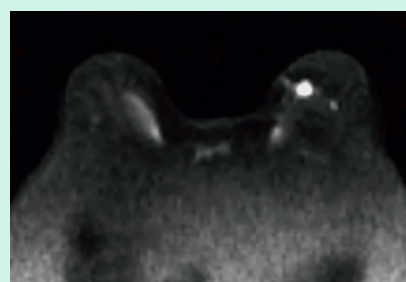
これはフィリップス社の最新技術で、画像特徴をAIが学んで効率的にノイズを除去することが可能となりました。また、生理的に動いてしまう腸管などの動きを補正する機能などが使用可能となったため、検査時間を大幅に延長することなく、画質も落とさず検査が提供できるようになりました。情報量が多く含まれた画像を提供することで一段と質の高い画像診断が期待されます。

また、当院はフィリップス社のサブスクリプション制度を利用しているため、今回のバージョンアップのように最新技術を最新のタイミングで導入することができます。これからもフィリップス社の最新技術が出るたびに導入されていきますので、常に最新のMRI検査を提供できるようになります。

これら最新のMRI検査は通常の診療だけではなく、検診で受けていただくこともできます。乳がん検診の代表的な検査であるマンモグラフィーは乳房を圧迫して撮影を行うため痛みを伴いますが、当院では検査着を着たままベッドにうつぶせに寝て乳房の検査が出来る「痛くない乳がん検診」や、全身のがん検査を目的とした「全身MR検診（DWIBS）」も行っていますので、これらの検診で行うMRI検査も最新の技術で提供しています。



全身MRI(DWIBS)



MRIマンモグラフィー

*MRI画像はフィリップス社ホームページより引用

MRIの更新 ▶▶ ここがすごい!

- ① AI技術を使った画像再構成
従来よりもきれいな画像が提供できます。
- ② 動態補正の向上
MRIは動きに弱く、撮影時に動いてしまうとブレが出ていましたが、補正によりブレが少ない画像が撮影できます。
- ③ 最新技術により撮影時間延長が減少
取り直しが少なく検査が行えます。

YouTubeおうちで健康教室

「ともに」健康な未来へ ～新しい時代のMRI検査～

実際の検査や、検査室内の様子を動画も交えて、より詳しく紹介しています!



MRI検査を受ける際のお願い

- ペースメーカーや人工耳内など、MRI禁忌の体内金属が埋め込まれている方は検査が行えません。
- 手術歴がある方は、必要に応じて手術施行施設へ問い合わせることがあるため、当日検査を受けられない場合があります。
- 金属や磁気を帯びたもの(補聴器・カード類・貼付薬・カイロ等)は、持ち込めません。

その他の注意事項やご不明点は主治医またはスタッフにお尋ね下さい。

お問合せ

0865-67-0211

健診についてのお問合せ
健康管理センター

0865-67-5111

大忘年会

若葉会会長 石部 豪

2023年11月25日 福山ニューキャッスルホテルにて医療法人社団清和会大忘年会を開催しました。コロナ禍で自粛を余儀なくされていたこともあり4年ぶりの開催となった忘年会には総勢306名の職員が参加し、マスク越しとは違う笑顔や表情を直に見ながら歓談できる喜びを感じました。

新入職員有志による出し物や軽音楽部のライブ、リハビリテーション科メンバーの会場全体を巻き込むゲームコーナーなどの楽しい余興と、美味しい料理を堪能しながら、部署や職種を越えて親睦を深めました。

久しぶりに清和会職員が一堂に会し、今年一年の締めくくりとして労をねぎらい、来年に向け新たな意欲を高める会となりました。



職員研修旅行



当院では、福利厚生の一つに職員研修旅行があります。コロナ禍で中止となっていたことが、今年度4年ぶりに日帰りから3泊4日まで全20コースの旅行を実施しました。今回は国内旅行のみとなりましたが、笠岡の素晴らしいところの再発見や仕事以外で他部署の方との交流がリフレッシュになり、仕事への新たなエネルギーを蓄えることが出来ました。一部ですが、参加職員による旅行記をご紹介します。

下関ふぐフルコース 2023年11月19日、12月7日

2グループに分かれ自然と文化に恵まれた海峡と歴史の街、下関の旅を楽しみました。

最初の目的地である赤間神社まで洋館や史跡、関門橋を車窓から眺めながら移動しました。

昼食はお待ちかねのふぐ料理のフルコース。舌の上で広がるフグの繊細な味わいと独特の食感忘れられません。食後はカモンワーフ、唐戸市場や水族館の海響館、巖流島を集合時刻まで楽しみました。新鮮な海風と美しい景色に包まれ、心地よいひとときを味わいました。

普段なかなか交流のない他部署の人たちとも、親睦を深める事ができました。このような機会を与えて頂きありがとうございました。



浅草～日光東照宮 2023年11月26日～28日

出発前日には忘年会もあり新幹線では皆睡眠を取り元気を蓄え東京へ。都心の人混みに圧倒されつつも、浅草や東京ディズニーランドなど観光を楽しみました。

2日目は、この旅の目玉である日光東照宮へ。国内外問わず多くの方が訪れていました。様々なパワースポットで英気を養い、鬼怒川温泉では旅の疲れを癒やしました。温泉といえば卓球！ということで白熱のダブルスを繰り広げながら2日目の旅を閉じました。

3日目は東京駅でお土産を夢中で選び、あっという間に帰路へつきました。日々の煩雑を忘れ、心身共に癒やされた3日間でした。快く旅行に送り出してくださった皆様にお礼申し上げます。



「池田 清明 ふるさとギャラリー」お披露目会を開催しました

理事長 宮島厚介 ごあいさつ

池田清明画伯は現在鎌倉にアトリエを構えられ、一水会運営委員、日展特別会員など中央画壇で高い評価を受け、ご活躍されています。画伯はここ笠岡市神島のご出身で、高校時代に当院創設者・藤井大輔とも絵画を通じての交流がありました。故郷への熱い思いを常に持たれている画伯から2003年に「ふるさとで病む方々に、絵画でひとときの潤いを」と絵画展示のご提案があり、病院待合に大作の展示が始まりました。その後も近隣で個展を開かれる機会ごとに、次々に作品を掛け替えしていただき皆様にご鑑賞頂いています。

このたび先生のご厚意により笠岡第一病院待合ロビーを「池田清明 ふるさとギャラリー」として、画伯の作品を展示させていただくことになりました。長い待ち時間、ひとときのお寛ぎが出来ますれば幸いです。



プログラム

- 挨拶 理事長 宮島 厚介
- 講演「池田清明の芸術」・・・ 笠岡市立竹喬美術館 前館長 上 蘭 四郎
- 展示絵画紹介 池田 清明
- 記念ピアノコンサート 石本 大斗

池田清明 画歴

- 1951 笠岡市神島に生まれる。
- 1976 一水会展に初入選 (一水会賞、文部大臣奨励賞など受賞多数)
- 1987 日展に初入選(特選2回、審査員4回)
- 2001 郷里岡山県笠岡にてワコー文化賞受賞 (記念展開催)
- 2015 笠岡市立竹喬美術館企画 池田清明展が同館にて開催
- 2016 大阪芸術大学教授就任 一水会運営委員、日展特別会員 神奈川県鎌倉市在住

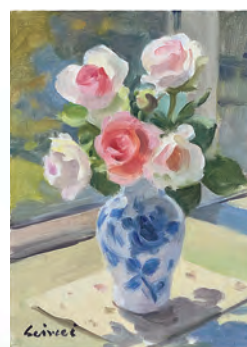
展示絵画



「お手をつないで」



「帆の浦」



「窓辺のバラ」



「クリスマスローズ」



「柚子」



「椿」



「葡萄」



「桃」

「池田 清明 ふるさとギャラリー」お披露目会

2023年10月28日 病院5階多目的ホールにて多数の地域の皆様のご参加をいただきお披露目会を開催いたしました。

笠岡市立竹喬美術館前館長 上蘭四郎氏による演題「池田清明の芸術」の講演がありました。池田画伯の日展、一水会の活躍の紹介、そして画伯の「自然のままを」を写し取る、「人物という自然」を捉えた人物画について美術学者として解析解説された素晴らしい講演でした。



そして、池田画伯からロビーで展示されます数々の絵画の説明

や代表作の『高原の夏』（以前当院での展示して頂いていました）の製作現場の状況の写真など、私たちには知り得ない興味深いお話でした。

この講演から先生のふるさとへの思いを込めた愛情あふれるお話を聞かせていただきました。



記念ピアノコンサート

講演の盛り上がりで開演時間が遅れました。演者は大安寺中等教育学校6年生の石本大斗さんのピアノ演奏でした。

石本さんはドイツ留学を経て数々のコンサートに出演されています。力強いタッチのダイナミックな演奏でした。「医師への道も考えています」と漏らされていましたが、医学部入学が決まったようです。二刀流での活躍を願っています。



心温まる“美術ギャラリー”に…待合ロビーを楽しく寛げる空間へ

講演の後、待合ロビーにて展示作品を前にして池田画伯からの御説明をいただき聴講者は先生のお人柄にも触れる機会となりました。絵画会で評価の高い人物像を前にして、実物のモデル（先生のご子女）と絵画を重ねた楽しいお話に子供たちも大喜びでした。貴重な体験でより身近な親しみのある絵画になりました。



1階外来待合



令和6年能登半島地震 災害医療チーム(JMAT)が帰院しました

岡山県医師会からの依頼により、日本医師会災害医療チーム(JMAT)として令和6年能登半島地震被災地で活動した当院スタッフによる活動報告です。



第1班：1月31日(水)～2月3日(土)

《医師》田邊 綾 《看護師》秋田 三永子 《薬剤師》大島 渉

第2班：2月3日(土)～2月6日(火)

《医師》藤井 研介 《看護師》小見山 ひと実 《臨床工学技士》玉井 淑教



● 第1班 医師 田邊 綾

この度、岡山県医師会からの募集に志願し、2024年1月31日より2月3日の4日間、石川県金沢市での被災地支援活動に参加しました。秋田看護師、大島薬剤師、田邊からなる笠岡第一病院チームは、石川県庁においてJMAT金沢以南調整支部として、約10チームの各県JMAT隊員を統率する大役を担いました。

今回の震災で甚大な被害を受けた能登北部・中部の被災者を受け入れる金沢以南地域では、ホテル、旅館、民泊施設など様々な場所に2次避難所が設立されました。これらの2次避難所は金沢市内だけでも数百施設に及び、その場所や避難者数、医療需要に関する情報が不足していました。我々は数多くの避難所から支援の必要な施設を分析し、JMAT隊を派遣、情報収集を行い、避難者の個々の問題を解決する事を任務としていました。

しかし、我々の力だけでは解決できる問題は限られており、DHEAT（災害時健康危機管理支援チーム）、DICT（災害時感染制御支援チーム）、DPAT（災害派遣精神医療チーム）など他の災害チームとも連携し、問題解決に務めました。

支援活動中の印象的な出来事として、派遣2日目、40名もの透析患者が避難するホテルのフォローがなされていない事が判明し、速やかに支部からJMAT隊を派遣しました。現場の情報収集により、数名の患者が救急搬送となり、そのうち1名は亡くなられた深刻な医療状況である事が明らかとなりました。幸いなことにその日は急を要する患者はいなかったため、保健所と情報共有を行い、継続的にJMAT隊を派遣し対応する事としました。

震災から2ヶ月が経過しましたが、石川県では引き続き支援が必要です。今後も被災地域の支援活動を継続し、地元の方々の復興を支援していきたいと考えています。最後になりましたが、我々が支援活動を行えたのも、清和会の皆様の十分な後方支援があったからに他なりません。この場を借りて感謝申し上げます。



● 第1班 薬剤師 大島 渉

1月1日に発生した令和6年能登半島地震の災害復興支援として、岡山県医師会からJMATの一員として石川県金沢市に派遣されました。

金沢以南調整支部の業務調整員として関わっていく上で、右も左もわからず手探りの状況でしたが、実際に避難所に赴いて活動するJMATチームがスムーズに働けるように実働部隊が拾い上げてきた情報を整理・分析し、フィードバックする為の資料作りを行うという業務に携わりました。

4日間の働きを通して、災害という非日常を乗り切るためにはいち早く指揮系統を確立し、いつも以上に他職種、他の医療機関との連携、何より情報の共有が大切だと感じました。今回参加させていただいた岡山JMATは災害時に業務調整員として関わっていく上で、災害時医療に対する見識が広がり大変有意義な経験となりました。



【材料】1人分

- パスタ(乾) 100g
- しめじ 30g
- えのき 30g
- スナップエンドウ 4本
- 納豆 45g
- 付属の納豆のタレ 1袋
- オリーブオイル 大さじ1
- めんつゆ(2倍濃縮) 大さじ1
- きざみのり 適量

【作り方】

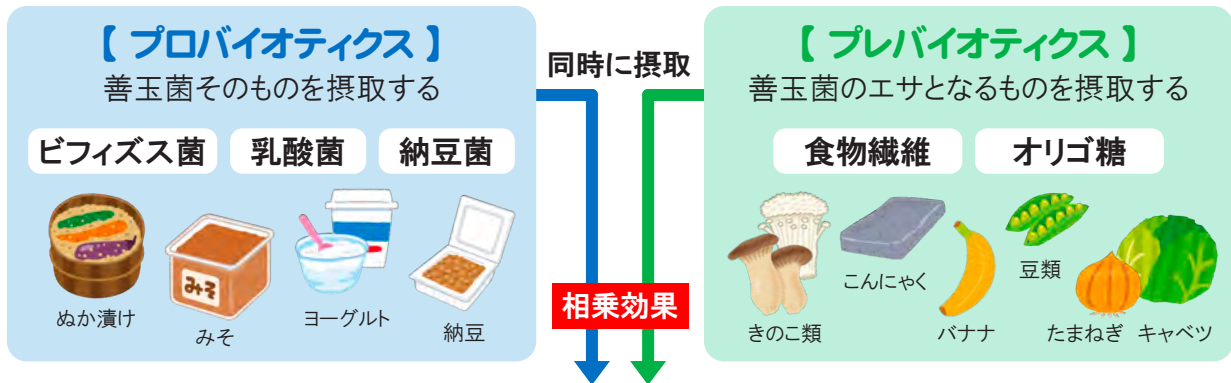
- ① えのきとしめじの石づきを取り、食べやすい大きさにほぐす。スナップエンドウは筋を取り、斜めに半分に切る。納豆はタレと混ぜ合わせておく。
- ② 鍋に湯を沸かし、塩、パスタを加えて茹でる。茹で時間の残り2分になったら、スナップエンドウを加え一緒に茹でる。
- ③ えのきとしめじを深皿に入れ、ラップをして電子レンジ600Wで2分半加熱する。
- ④ ②が茹で上がったたら湯をきり、ボウルに入れる。そこにオリーブオイル、めんつゆ、③を加え混ぜ合わせ皿に盛る。
- ⑤ ④の上に納豆、きざみのりを盛り付ける。



栄養量 (1食分)	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分	食物繊維
	578kcal	23.2g	18.5g	2.5g	11g

食物繊維の1日あたりの目標量
成人男性：21g以上 成人女性：18g以上

ポイント シンバイオティクス で腸内環境をより効果的に整える!



【シンバイオティクス】 腸内環境がより効果的に整い、健康増進に役立つと考えられる

このパスタでは、プロバイオティクス食材の納豆とプレバイオティクス食材のキノコ類・豆類を同時に摂取することで排便を促進させる効果がより期待できます。また、オリーブオイルに含まれるオレイン酸は腸を刺激し、ぜん動運動を促して腸内の便の滑りを良くし、便秘の改善に繋がるとされています。

編集後記

新年から様々な出来事が起こり、改めて備えの重要性と防災意識を持ち続けることの大切さを痛感しております。当院でも今年に入り災害訓練を行いました。参加スタッフの気づきや反省点を活かし、災害対策のアップデートを行っています。

最後になりましたが、令和6年能登半島地震で被災された方々には心からお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興を願っております。(サービス向上委員会)

日本医療機能評価機構認定病院
臨床研修病院指定施設

- 日本整形外科学会専門医研修施設
- 日本手外科学会専門医研修施設
- 日本リハビリテーション医学会研修施設
- 日本リウマチ学会教育施設
- 日本泌尿器科学会専門医教育施設
- 日本臨床薬理学会専門医研修施設
- 日本麻酔科学会麻酔科認定病院
- 日本外科学会外科専門医制度関連施設
- 日本がん治療認定医機構認定研修施設

当院の状況
(2024年1月)

- 平均在院日数
一般病棟 12.3日
地域包括ケア病棟 19.0日
- 病床利用率 73.0%
- 1日あたり外来患者数 574名