



笠岡第一病院広報誌(No.77)

2024年10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



1970年に開通した神島大橋①から55年の時を経て、笠岡バイパス新神島大橋②が2025年度に開通する予定です。この度9月26日に神島に連結しました。岡山・倉敷↔福山間の移動が短縮され便利になります。

*** もくじ ***

特集：むくみについて	2～4ページ
皆様の声 患者アンケート集計結果報告② ほか	5ページ
防犯訓練・第19回上肢外科サマーセミナー in Kasaoaka	6ページ
業務推進発表大会・第25回看護研究発表会	7ページ
第16回わくわく・Work・笠岡第一病院探検隊!!	8ページ
病院探訪 安全と業務改善の取り組み①②	9ページ
管理栄養士の健康レシピ ほか	10ページ
笠岡第一病院健康週間開催のご紹介 ほか	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。

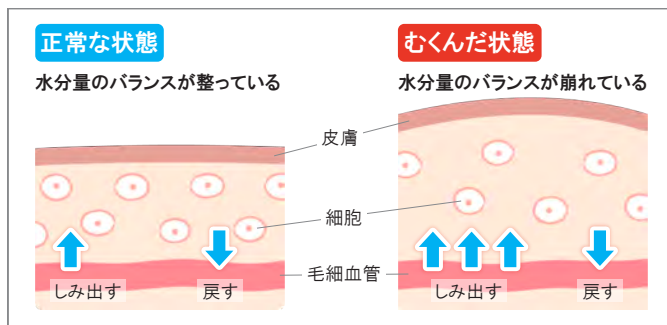
特集 むくみについて

総合診療科 診療部長 國永 直樹

むくみについて総合診療科の観点からお話します。むくみとは体内に余分な水分がたまることで、手足や顔が腫れたようにみえる状態です。

口から摂取した水分や塩分は、腸で吸収され血管内に入り、心臓から血管を通して全身に送られます。手足に到達した水は、四肢の筋力の押し出す力で心臓に戻ってきます。体に溜まった余分な水分は尿、便、汗などから体外へ出て行きます。

これらの途中で異常が起これと、むくみが出てくる訳です。それぞれ一つずつ紐解いていきます。



◎ むくみの原因

① 水や塩分の過剰摂取

麺類や味噌汁など塩分や水分を摂取する量が多いと、排出が間に合わずむくみの原因となります。また、アルコールの摂取は血管の拡張や肝臓の負担が原因でむくみの原因となりやすいです。



② 心臓機能の低下

喫煙や動脈硬化による狭心症や、心臓弁膜症、不整脈などで心臓機能が低下すると水・血液の循環の流れが悪くなりむくみます。

③ 四肢の筋力低下

運動習慣が減ったり四肢の筋肉量が減ると、手足に到達した水が心臓まで戻れなくなります。御高齢の方が腰痛で動く頻度が減ったり、感染症で熱が出て数日動かなくなり筋力が低下すると、押し出す力が減ってしまい、むくみの原因となります。



④ 腎臓の機能低下

喫煙や動脈硬化により腎臓の血流が低下したり、痛み止めの薬の一部は腎臓の血流を低下させ、尿の回数が減り、むくみの原因となります。



⑤ 座位・立位の時間が長い

地球上で生きている限り重力に従って水分は地面の方に寄せられます。長時間座っていたり、立っていたりすると水分が足に溜まりやすくなります。



◎ ここからは危険なむくみについて説明します

- 一般的に、人間の体の構造から左の足からむくむことが多いですが、右足からむくみが出始めたり、左足より**右足の方がむくむ**場合は医療機関で診察を受けて下さい。
- 飛行機や車中泊などで多い**エコノミークラス症候群**は、足に血栓ができてむくみができる病気です。**右足からむくむ**場合は、血栓症の精査を行った方がよいので医療機関を受診しましょう。
- また皮膚が乾燥したり、足に傷がある場合には、ばい菌が皮膚に入って足や手が赤く腫れ上がり熱が出る場合があります。このときも早期に病院を受診しましょう。**蜂窩織炎**（ほうかしきえん）という病気になっている可能性があり、抗菌薬を飲まないと悪化する可能性があります。
- むくみの原因は上記以外にも**ホルモンバランス**や**貧血**なども影響します。さまざまな原因によりむくみに繋がることがありますので、急激に**体重の5%以上の増加**がある場合（50kgの方だと2.5kg）や、あまりひどいむくみが出現する場合は医療機関を受診して下さい。

またこの診療科に受診したらよいか分からない場合は、いつでも総合診療科に相談下さいね。

総合診療科の
ご予約・お問い合わせ

0865-67-0211

	月	火	水	木	金	土
午前		國永		國永(隔週) 吉永(隔週)	國永	吉永(第1.3) 國永(第2.4)
午後		吉永			吉永	



当院では、形成外科、リハビリテーション科、外来看護師がチームとなってリンパ浮腫の治療を行っています。

原因

リンパ浮腫はがん治療後に発生することが多く、特に乳がんや婦人科がんの治療で足の付け根（鼠径部）や、わき（腋窩）のリンパ節切除、放射線治療を受けた場合に生じやすくなります。

原因が明らかでない場合や遺伝による場合は原発性リンパ浮腫と呼ばれます。リンパ液は体内の老廃物や余分な液体を運び出す役割を果たしており、上記の理由でその流れが妨げられると、皮下脂肪の間にリンパ液が溜まってむくみが生じます。

症状

初期は、腕や脚のむくみ、だるさ、重苦しさがあり、日中に悪化して夜間に改善することが多いです。初期段階では、むくんだ部分を押しと凹みが戻る「**圧痕性浮腫**」が見られますが、進行すると硬くなり凹まなくなります。

さらに進行すると、皮膚が象の皮膚のように厚くなる「**象皮症**」や、小さな傷からリンパ液が漏れる「**リンパ漏**」が発生することもあります。これらの症状は、日常生活に影響を与え、時に感染症（蜂窩織炎）を併発することもあります。

診断

リンパ浮腫の診断には、触診や血液検査、CT・MRI、超音波検査、リンパ管造影などが用いられます。特にICGリンパ管造影は、リンパの流れを直接評価するために重要です。リンパ液の流れがどの程度滞っているか、どの部分で問題が発生しているかを把握して治療を開始します。

また、患者さんの訴えや症状の経過も診断の重要な手がかりとなります。

治療

リンパ浮腫の治療は、主に保存療法と手術療法に分かれます。

保存療法には弾性着衣（ストッキングやアームスリーブ）による**圧迫療法**が最も重要となります。**圧迫療法**には、リンパ液の流れを促進し、むくみを軽減する効果があります。重症例では入院で包帯法による集中的な圧迫療法を行います。

また、**リンパドレナージ（リンパマッサージ）**や運動療法も効果的ですが、リンパドレナージは専門のセラピストによって行われ、リンパ液の流れを改善するための特別な技術が用いられます。

運動療法は、適度な運動を行うことでリンパ液の流れを促進し、むくみを軽減することを目的としています。これらの治療は当院のリハビリテーション科で行っています。

手術治療については経験の豊富な治療施設への紹介となります。

リンパ浮腫は完治が難しく、進行を遅らせるためには早期の診断と治療が重要です。

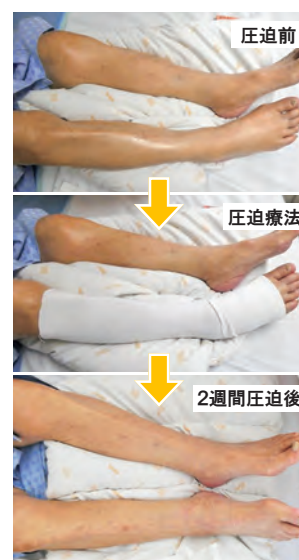
日常生活では患部を傷つけないように注意して、適切なスキンケアを行うことが推奨されます。例えば、傷や感染を防ぐために、皮膚を清潔に保ち、保湿を行うことが重要です。

また、長時間の立ち仕事や座り仕事を避け、適度な運動を心がけることも大切です。さらに、定期的に医師の診察を受け、症状の進行をチェックすることが重要となります。

患者さん自身が病気について正しい知識を持ち、積極的に治療に取り組むことが重要ですが、ご家族や友人、医療スタッフのサポートも大きな力となります。



むくみの状態を評価する圧痕テスト



圧迫療法による経過の様子



理学療法士によるリンパドレナージ

次のページでは外来での取り組みや、むくみ予防体操・むくみ改善方法についてご紹介しています ▶▶

形成外科の
ご予約・お問い合わせ

0865-67-0211

	月	火	水	木	金	土
午前		鈴木	河村	河村		河村(第2.4)
午後	河村				河村	

※むくみに対するご相談は、河村医師での診察をお勧めします。



▶▶ 形成外科外来での取り組み

外来 看護師 矢吹 沙織

2022年度、形成外科に河村医師が着任し、年を追うごとにむくみに悩む多くの患者さんに対応しています。むくみがあると皮膚が傷つきやすく、リンパの流れが停滞し傷口から化膿しやすい状態です。さらに、悪化すれば蜂窩織炎になります。

そのため形成外来においては、定期的に計測や皮膚の状態観察、適切な弾性着衣の選定と装着指導を行っています。また、生活する上でのアドバイスをまとめた用紙を作成し、セルフケアの援助ができるよう介入を行っています。

リハビリテーション科とも連携をとりながら、むくみの改善・予防のための運動やリンパドレナージへの介入を行っています。



弾性着衣(弾性ストッキング)

▶▶ むくみの予防体操、改善方法

リハビリテーション科 松田 桂

一般的なむくみは、筋肉量が減少することで筋ポンプの働きが弱くなり、血流が滞りやすくなることで起こるとされています。よって、むくみに対して大切なことは、筋肉をつけることです。

ここでは、自宅で手軽にできるむくみ予防体操や改善方法をご紹介します。



【むくみ予防体操①】踵上げ [10回～15回 × 1～5セット]

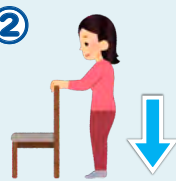
- つま先立ちを大きく、ゆっくりと繰り返します。
- 体は前後にぶれないよう、天井に向かってまっすぐ伸び上がるように。



①



②



座位で行う場合には、
両手で抵抗をかけるように
するとより効果的です。

【むくみ予防体操②】足趾(あしのゆび)の屈伸 [10回～15回 × 1～5セット]

■ 足の指を大きくゆっくり **グー・パー** するように、握ったり開いたりを繰り返します。




【むくみ予防体操③】足首の屈伸 [10回～15回 × 1～5セット]

■ 足首を反らしたり曲げたりを大きくゆっくり繰り返します。




【むくみ改善方法①】マッサージ

■ 足先から心臓に向かって足をマッサージすると、ふくらはぎの筋ポンプ作用が働きます。

■ 入浴時にも上記のマッサージをしたり、片方の膝をもう一方のふくらはぎにトントンと押し当てても効果があります。



【むくみ改善方法②】就寝時に足を上げる

■ 足元にまくらなどを置き、その上に足をのせて普段より10cmほど足元を高くして寝ると、足から心臓へ血流が戻るのをサポートしてくれます。

○ 正しい例

足元にまくらを置く



× 間違っただけ

膝下にまくらを置く



第12回 皆様の声 患者アンケート集計結果報告 2

サービス向上委員会

患者アンケートを振り返って 外来委員会 今本 奈美江

外来委員会では、患者様やご家族の方に安心してご来院いただけるよう、各部署で集まり、問題点に対する検討や対策、今後の取り組みについて話し合いを行っています。アンケートにもお声をいただきましたが、院内で迷われている方もいらっしゃる、不安な気持ちになられていることかと思ひます。

当院では、**検査の順番を書いた案内板**をお渡しすることにより、次にどこへ行けばよいかわかりやすくする取り組みや、画像診断センター、内視鏡センター、生理機能検査の入口に、それぞれ青、緑、ピンク色の床ピタシートというシールを貼り、頭上に同じ色の電球を点すことにより（図1）、各所への目印にする取り組みを行っており、みなさまの道しるべになればと思っております。受付には、**院内地図**（図2）もご用意しておりますので、お声かけください。



図3 呼出専用電話貸出しのお知らせ

また、診療科によっては待ち時間が長くなっておりご迷惑をおかけしております。各診察室前に、現在の予約患者さんの進捗状況や予約外患者さんの順番の進み具合、緊急対応中である旨を掲示しておりますので、ぜひご参考になさってください。

他にも**呼出専用電話の貸し出し**（図3）を行っております。待合を離れられても、診察の順番が近づいたらご連絡いたします。総合受付横の「問診（トリアージ）」にてお伺いしますので、ご希望の方はお申し出ください。



その他、2023年10月より「**池田清明ふるさとギャラリー**」と題し、待合ロビーに数々の絵画を展示しております。お待ちご間の癒しの空間になればと願っておりますので、ぜひご覧いただければ幸いです。

今後も皆様からいただいたご意見をもとに、より安心して受診していただける病院を目指して検討を続けてまいります。職員からも積極的にお声かけを行っておりますが、お困りごとがございましたら気軽にお尋ねください。

おかやま子育て応援宣言企業アドバンス企業に認定されました



当院は2007年より「おかやま子育て応援宣言企業」として登録をしています。「おかやま子育て応援宣言企業」は、仕事と育児が両立できる環境の整備や、地域における子育て支援等に積極的に取り組むことを宣言した企業・事業所です。

また、登録した企業の内、独自性、先進性のある取り組み内容を宣言するとともに、その実現に向けて特に積極的に取り組み他の模範となる優れた成果があったとして、2007年度に県知事賞を受賞しました。

さらにこのたび、「おかやま子育て応援宣言企業」のうち、従業員の仕事と家庭の両立支援に、特に積極的な企業として「アドバンス企業」に認定されました。



売店より 営業時間変更のお知らせ

売店の営業時間を右記の通り変更いたしました。

ご不便をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願ひいたします。

※日曜日・祝日は通常店休日ですが、当番医の場合は**平日の営業時間**で営業します。

平日	8:30～17:00
土曜日	9:00～14:00
日曜日・祝日	店休日

防犯訓練 2024年5月14日(火)、7月10日(水)

労働安全衛生委員会 畑中 真一

タカヤクリニック（5月14日）、笠岡第一病院（7月10日）において、地元警察署の協力のもと、不審者による暴力に対する安全確保の対応訓練として、防犯訓練を実施しました。

昨年7月に院内の暴力・業務妨害対応マニュアルを見直しましたが、実地訓練を通じた110番連絡や防犯器具の使用体験も必要とのことで訓練を計画しました。

特に笠岡第一病院では、1階待合ホールにて昼休みの時間帯に一般の方も見学されている張り詰めた緊張感の中で、不審者役の迫真の演技につられて参加職員も危機感のある訓練となりました。

どちらも訓練時間は10分間という短時間でしたが、警察官が駆けつけ不審者を取り押えるまでが非常に長く感じられました。訓練後の講評では特にさすまの効果的な使用方法や、その代わりとなるフロアモップ、椅子、ストレッチャー使用の有効性についても指導を受け、不審者が刃物を持っていた場合にはとにかく距離をとることの重要性を教わりました。

今回の訓練により、常日頃より防犯意識を高く持ち、万一の場合でも職員全員が冷静かつ安全に行動し、患者を最優先に守ることが大切であることを再認識しました。



第19回 上肢外科サマーセミナー in Kasaoka 2024年7月27日(土)

主催：整形外科 橋詰 博行



7月27日（土）に、第19回上肢外科サマーセミナー in Kasaoka が開催されました。

このセミナーは橋詰博行院長の専門とする手外科・上肢外科に特化したセミナーで、近隣の整形外科医・リハビリテーション医・コメディカルが参加して熱い議論を交わしています。

本年は基調講演に岡山西大寺病院 整形外科 小西池泰三先生に「第29回最小侵襲整形外科学会（MIOS）を主催して-これからの人にお伝えしたいこと-」のお話を、特別講演には岡山済生会総合病院 副院長 今谷潤也先生に「肘関節外科と私-第37回日本肘関節学会学術集会開催に向けて-」、そして慶應義塾大学医学部スポーツ医学総合センター教授 佐藤和毅先生には「手・肘の手術治療 私たちの工夫」をご講演いただきました。

一般演題6題を含めて6時間に及ぶセミナーでしたが、参加者38名からは、「臨床ですぐに使える知識が多くて良かった」、「コロナ禍であったが、臨床に対する熱い情熱をもう一度上昇させることができそう」といった感想が寄せられました。

業務推進発表大会 2024年7月6日(土)

7月6日(土)午後2時より、2024年度業務推進発表大会を開催しました。

2006年より開催され今回が第17回目となるこの発表大会は、医療法人社団清和会の現在や今後のあり方などが当地域の事情や環境を踏まえながら示される場であると同時に、各部署や各委員会などの取り組みを職員が知ることでできる貴重な場でもあります。

コロナ禍以降は、発表会場となる5階の多目的ホールの他にリモートでつないだ2つの視聴会場を設けるなど厳重な感染防止策を講じながら開催しており、今回も279名と多くの職員が参加しました。

前年度発表大会が今年2月であったため半年と経たずしての開催となりましたが、例年以上に多くの演題が集まり、そのどれもが内容の濃い聞き応えのある発表ばかりで充実した会となりました。



【業務推進発表大会プログラム】

7月6日(土)14:00~17:00 清和会職員279名参加

- ① 医療における労働生産性 理事長 宮島 厚介
- ② 大きな分水嶺を迎えて 院長 橋詰 博行
- ③ 笠岡第一病院小児科診療の現状と展望
小児科、関連スタッフ一同 湯本悠子
- ④ 臨床工学部 活動報告 臨床工学部 藤江祐輔・三好大輔
- ⑤ 4階病棟における退院後訪問指導の取り組み 4階病棟 山崎 恵
- ⑥ 患者アンケート(患者満足度調査)をご存じですか?
~2024年3月施行のアンケート調査報告~
~患者さんの声を大切に業務改善に取り組んでいきましょう~
サービス向上委員会 宮島裕子・原田真由美
- ⑦ 医療法人社団清和会の人事動向と患者集計動向
2023年度:患者満足度調査結果から 接遇について考えよう
副理事長 宮島裕子
- ⑧ 2024年度診療報酬改定からみる病院歯科の今後の展望
歯科 坂本隼一
- ⑨ 健康増進施設の業務と今後の取り組み
健康増進クラブONE 石部 豪
- ⑩ フレキシブルパスって何? ~パス委員会の取り組みについて~
クリティカル・パス委員会 河村進・小林史昌
- ⑪ いこい苑における見守りシステムの導入について
瀬戸いこい苑見守りセンサー導入プロジェクト 河田祐介・江原香織
- ⑫ 未収への取り組みについて
医事課 未収対策グループ 三宅政夫・森川友博・西岡将紀
- ⑬ 若葉会総会 若葉会事務局 石部 豪

第25回 看護研究発表会 2024年6月28日(金)

看護部 水ノ上 かおり

看護部では毎年院内看護研究発表会を開催しており、今年で25回目を迎えました。この発表会は、看護師が看護を行う日々の中で疑問に思ったこと、分からないことを探求し、より良い看護を提供するために開いています。今年は6月28日に開催し、約60名の看護師が参加しました。

【演題1】人工透析センタースタッフの防災意識調査

透析センター：三國 三寿恵

【演題2】一般外来でのJTASを用いた院内トリアージの検証

外来：小見山 ひと美

近年、日本各地で災害が発生しており防災への意識が高まっています。それに伴い、傷病者の重症度を判断するトリアージのスキルも求められています。今回の発表は、今の時世に合った内容であり、看護部全体でとても勉強になりました。

今後も、看護の質向上のために継続開催していきたいと考えています。





第16回 わくわく・Work・笠岡第一病院探検隊!!

職場体験プロジェクト 東山 裕美

【日時】

2024年8月6日(火) 8:30～17:30

【場所】

医療法人社団清和会笠岡第一病院

【参加者】

当職員の子ども(小中学生) 48名

プロジェクトスタッフ 24名



『お仕事の話を知ろう』をメインテーマに病院で働く看護師の話や医療技術部でのショート講義、おやつの中には管理栄養士の話、また令和6年能登半島地震被災地で日本医師会災害医療チーム(JMAT)として活動した当院スタッフの報告など様々な医療活動について学ぶ時間を設けました。**あかグループ**は小児科湯本医師より『肺(呼吸)の話』として自分達で作成した肺模型を手に肺の役割を学び、『エプロンシアター：早寝・早起き・朝ごはん』では生活習慣や食育を子ども達と共に考えました。**あおグループ**は「なりきり医療人」で血圧測定などで自身の体を知り、小児科宮島医師よりリアル生活を楽しみ『生きる力・折れない心』を育てよう、ゲーム・ネット依存に注意しようの話に真剣に耳を傾けました。親の仕事現場を訪れて働く姿を見て、子ども達は大人の社会の有り様などをリアルに感じ取り、将来を考えるきっかけを得たのではないかと思います。

昨年は制限のあったおやつ作りといこい苑でのお年寄りとのふれ合いは「待ってました!」と言わんばかりの子ども達や入所者の笑顔で温かい空間に包まれ、コロナ禍を経て今年本当の意味で「わくわく復活」を迎える事ができ心救われた1日になりました。ご協力いただきました病院の皆様にも心より御礼申し上げます。

子ども達の体験の様子や子ども達からのお手紙を2階Eエレベーター前に掲示しています。ぜひご覧ください。

あかグループ24名(小学1年～3年)

あおグループ24名(小学4年～中学生)

	8:30	8:50	9:30	10:00	11:00	12:00	13:00	13:30	14:30	15:30	16:00	17:00	17:30
あか	開会式	事務局長・看護師のお話	能登災害支援のお話	肺の模型	工作	おやつ作り 「にんじん ムース」	悠子先生 「肺(呼吸) のお話」	休憩	昼食	エプロン シアター	親の職場訪問 (あかはスタンブラー)	作リ カレン ダー	片付け
あお				③ なりきり 体験	② 自分の体 を知る	① 質問 タイム	保健師 言語聴覚士 理学療法士	裕子先生 「折れない心」		片付け		体技医 験療術	ふれあい名刺交換 レクリエーション
												親への手紙 振り返り	片付け
													閉会式

<ショート講義>
リハビリテーション科
臨床検査科・放射線科



臨床検査科・栄養管理科・放射線科
薬剤管理科・リハビリテーション科

参加した子どもより



- お父さんの職場は患者さんがいっぱいでも皆笑顔で頑張っていた。僕もそんな大人になりたいと思った。
- 患者さんをサポートするため皆で毎日勉強や活動をしたりするなど「協力」を大事にしていると分かった。
- お母さんは周りの皆からすごく信頼されていて、頼られる存在ということを感じてとても嬉しかった。

保護者より



- 座学が苦手でなかなか進まなかった宿題も、わくわくで学んだことを夏休みの宿題で何ページも使い仕上げていました。興味を持つことで自ら進んでできることを改めて感じました。
- 日頃見ることができない親の職場を体感し、初めて会う異学年の皆と1日を過ごすこの貴重な体験が、健康についての意識付けや将来の職業選択について考えてもらう良いきっかけとなりました。

スタッフより



- この活動を通じて将来医療の現場で働きたいと思ってくれるのはとても幸せなことだなと思います。
- 将来看護師を志望する子どもから「話をもっと詳しく聞きたい!」と話しかけて来てくれる子もいて頑張った良かったと思いました。
- 子ども達の笑顔や真剣に学ぶ姿に自分自身もより仕事に誇りを持ち患者さんに触れていこうと感じました。

来院される皆様に、安全で質の高い医療を提供するよう日々努めております。
今回は、設備関係の安全と業務効率化への取り組みを御紹介いたします。

病院探訪シリーズ④ 安全と業務改善の取り組み①

4階病棟 柏原 寛子

我が国で推進されている医療DXにさきがけて、当院では様々な場面で安全な医療、看護業務の効率化、職員の負担軽減を目的にIT化への取り組みを行っております。その中で今回は、2007年より外来、入院、入所などで広く使用しているインカムと、4年前より病棟に導入されたスマートベッドシステムについてご紹介します。

インカム（**1**）とは同じフロアで業務を行う職員同士が個々に送受信機を装着し、発信・受信が容易にできる情報伝達ツールです。看護師は24時間、入院患者の皆様のベッドサイドで看護を行っています。病棟内、それぞれの場所で業務・ケアを行っている看護職員に情報を伝える時、個人情報に配慮しながらインカムで発信をします。インカムで発信すると情報がタイムリーに伝わり、速やかに患者の皆様の元へ向かうことができ、職員間の業務連携と迅速化に役立てられています。

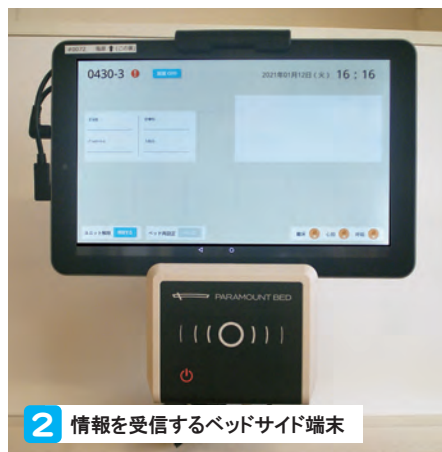


スマートベッドシステムは、入院患者の皆様の状態や情報が電子カルテと連携し表示されるシステムのことです。2020年12月に導入されました。

専用のバイタルサイン測定器を使用し通信機能を利用することで、バイタルサイン入力省力化、リアルタイムの情報更新ができるようになり外来業務中の医師も随時病状把握ができます（**2**）。また、ピクトグラムで安静度や日常生活動作の表示（**3**）を行うことができるため、リハビリテーション科、薬剤管理部との情報共有が円滑に行われるようになりました。

せん妄症状や危険行動がある方の環境調整を目的とした離床センサー機能もあります。この機能の対応には、職員間でよく検討し、適切に運用できるよう注意しています。離床センサー機能はベッドから起き上がったことがいち早く把握できるため、看護師は速やかな対応ができます。転倒・転落などの事故を未然に防ぎ、入院患者の皆様の安心・安全な療養生活につながるものと考えています。

これからも、患者の皆様が安全により快適に入院生活をお過ごしいただけるよう、病院で取り組んでいる様々なIT機器を大いに活用し、より質の高い看護の提供を目指していきたいと考えています。



病院探訪シリーズ④ 安全と業務改善の取り組み②

臨床検査科 妹尾 美沙

この度10月より、**採血管準備装置BCロボ7**（テクノメディカ社製 / **4**）が導入となりました。

これまで、外来処置室では1日平均約100件、本院透析センターでは多いときで約200件のラベル発行があり、準備にかかる時間・作業の負担、貼り間違えなどがありました。この装置を導入することにより、採血管準備の作業短縮・軽減およびラベル貼り間違いを防止できるようになります。導入場所は、検査件数の多い、外来処置室・本院透析センター・3階病棟・4階病棟・5階病棟に5台設置しています。

今まで当院は採血管に検査用ラベルに全て手貼りで行っていましたが、本装置を導入することにより、自動で搭載している採血管にラベルを貼りトレイに発行するため、貼り間違えを防ぐことが可能となります。

また、尿および便潜血検査用ラベルなど採血管以外のラベルや、特殊採血管用ラベルも同時にトレイに発行するため、患者一名ごとに採血管と各種ラベルを収納したトレイが準備出来、職員の業務負担軽減や患者への誤認防止などに期待ができます。



【材料】 2人分

- 冷凍うどん 2玉
- サンマ蒲焼き缶 2缶
- まいたけ 1パック(100g)
- 卵 1個
- 冷凍やまいもとろろ 60g
- きざみのり 適量

栄養量(1食分)

エネルギー	494kcal
炭水化物	63.6g
タンパク質	28.0g
脂質	16.8g
食塩	2.2g
カルシウム	284mg

【作り方】 ※電子レンジは600wの加熱時間です

- ① 耐熱容器にうどん、小房に分けたまいたけ、サンマ蒲焼き缶を煮汁ごと入れる。
- ② ラップをかけて電子レンジで7分加熱する。
- ③ ②を取り出し全体を混ぜる。
- ④ ラップをしいた平皿に溶き卵を2回に分けて入れ、電子レンジで1分ずつ加熱する。
- ⑤ ④を細く切り錦糸卵を作る。
- ⑥ 解凍したやまいもとろろ、錦糸卵、きざみのりをのせたら完成。



ポイント



- サンマの蒲焼き缶を使うため、味付けをしなくてもおいしく食べることができます。
- 火を使わずに電子レンジで簡単に作れるメニューです。まだ暑さの残るこの時期にぜひお試しください。
- ④の工程で、溶き卵を2回に分けて加熱することによって、錦糸卵がふんわりと仕上がります。

● 豆知識 ●

缶詰は手軽に魚を摂取できて、骨まで食べられるのでカルシウム摂取量の増加にもつながります。さらに、まいたけなどのきのこ類のようにビタミンDを多く含む食材と一緒に食べることで、カルシウムの吸収が促進されます。

カルシウム



ビタミンD



病院のホームページをぜひ! ご活用ください

<https://www.kasaoka-d-hp.or.jp/>

当院のホームページでは日々の診療日程や、各診療科・各部門のご紹介、その他にも様々な情報を発信しています。



小児科の診察や専門外来のご案内、予防接種・乳児健診・病児保育についてはこちらから。コラムや取り組みのご紹介もしています。

小児科の診療予約は電話だけでなくインターネットでもできます。どこからでも手軽に『予約・変更・キャンセル』が可能です。



健康教室のページでは、次回開催予定の健康教室についてお知らせをしています。またYouTubeで配信中の【おうちで健康教室】の動画一覧や、知って役立つ健康豆知識もご覧いただけますので日々の健康づくりにぜひご活用ください。



最新号と過去発行した広報誌「瀬戸の風」もご覧いただけます!



笠岡第一病院 健康週間 開催のご紹介

健康週間イベント準備チーム
水ノ上 かおり

この秋、コロナ禍で休止していた健康増進のためのイベントを再開いたします。皆様、ぜひお越しください。

笠岡第一病院 健康週間 11月12日(火)～16日(土)

イベントはいずれも参加無料・申込不要です

11月12日(火)～16日(土) 1階待合 《ポスター掲示》 ◆総合診療科より ◆新・手術センター開設
総合診療科診療部長 國永直樹 外科医長 藤井研介

11月12日(火) 9:30～12:00 1階待合

- ①看護師による 健康相談 (病歴手帳を作ろう、ハンドマッサージほか)
- ②医療ソーシャルワーカーによる 介護、福祉相談
- ③薬剤師による お薬相談 ④管理栄養士による 食事相談

11月13日(水) 13:30～15:00 5階多目的ホール

健やかライフ メンバース健康教室 知って得する! 糖尿病のコントロール
【講演】糖尿病内科 濱本純子医師による糖尿病のお話
【体験コーナー】簡易血糖測定、ロコモチェック、口腔機能チェック ほか

健やかライフ メンバース 健康教室 開催報告とご案内



『健やかライフ メンバース健康教室』を定期的を開催しています。医師・看護師など専門スタッフが、病気について分かりやすくお話しをしたり、認知症予防、転倒予防など体や頭を使った体操や年1回『こども健康教室』など、幅広いテーマで行っています。

4～9月の健康教室開催実績

【122回】 4月24日 62名参加	その足のむくみ放っておいて大丈夫? リハビリテーション科 理学療法士 松田 桂
【123回】 5月29日 60名参加	住み慣れた地域で安心して暮らすために、 介護保険について一緒に考えてみましょう! 笠岡第一病院いこい指定居宅介護支援事業所 ケアマネジャー 笠原 美香 / 清水 望人
【124回】 6月26日 63名参加	運動・身体活動のポイント 健康増進クラブONE 健康運動指導士 石部 豪
【125回】 7月20日 51名参加	ストレスとの上手なつきあい方 ～“しなやかに生きる”ためのコツ～ リハビリテーション科 公認心理師 福永 実加
【126回】 9月27日 34名参加	《第13回 こども健康教室》 湿疹、カサカサ、痒みなど皮膚トラブルのない 日々をめざしてスキンケアについて学びましょう! 小児科医師 原 成未 / 看護師

参加者の感想

- ・大変わかりやすかったです。
- ・大変よいお話でありがたかったです。
- ・わかりやすい話し方でよかった。
- ・内容がためになったのと同時に、優しいお声が聴いていてこちよかったです。
- ・運動ができ勉強になりました。楽しくできました。
- ・運動を取り入れながらの教室で楽しかった。日々の生活に役立ちそうな活動があり良かった。
- ・運動の仕方がよく分かりました。体を動かすことの大切さ、ありがとうございました。

【次回】10月22日(火) 13:30～

尿失禁(尿トラブル)でお悩みですか?

- ①尿失禁の基礎知識 泌尿器科 鶴井 極己医師
- ②おしっこのトラブル解決します! 看護師
- ③やってみよう! 骨盤底筋体操 理学療法士

【会場】笠岡第一病院 5階 多目的ホール

※空のペットボトル(500ml)を1本ご持参ください

編集後記

キャッシュレス決済、みなさん使ったことがありますか？先日電子決済の給与払いを解禁したとニュースで聞きました。どんどん世の中はキャッシュレスとなり、携帯電話一つあれば買い物や支払いができるようになりました。ただ、私個人的にはまだキャッシュレスに慣れず、金額をみながらキャッシュレスを使っています。今号は、当院の業務改善にスマートベッドシステムや、採血管準備装置BCロボなどを取り上げました。どんどん新しい機械やシステムが導入され、業務負担の改善がされると同時に、やはり人との関わりも大事にしていきたいです。

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9月)

平均在院日数
一般病棟
10.6日
地域包括ケア病棟
15.9日
病床利用率
73.9%
1日あたり
外来患者数
553名



笠岡第一病院 診療日割表

2024年10月

笠岡第一病院 (〒714-0043 笠岡市横島1945) TEL:0865-67-0211 FAX:0865-67-3131 <https://www.kasaoka-d-hp.or.jp>

診療科		月		火		水		木		金		土
		午前 9:00~12:00	午後 2:00~5:00	午前 9:00~12:00	午後 2:00~5:00	午前 9:00~12:00	午後 2:00~5:00	午前 9:00~12:00	午後 2:00~5:00	午前 9:00~12:00	午後 2:00~5:00	午前 9:00~12:00
総合診療科				國永	吉永			國永(隔週) 吉永(隔週)		國永	吉永	吉永(第1・3) 國永(第2・4)
内科	一般	宮島厚 (予約制) 原田	阿曾沼 大木	浦川	森元	原田 (予約制)	大木 西 3:00~	宮島厚 (予約制) 原田	中村淳	宮島厚 (予約制) 越後谷 (第2・4)	西 3:00~ 原田 3:00~5:00(予約制)	担当医
	循環器	浦川		阿曾沼		浦川	阿曾沼	阿曾沼		浦川		
	呼吸器	中村淳				中村淳						
	消化器			◇藤井		葉			笹平1:30~4:30			◇藤井(第2・4)
	肝臓	森元 (予約制)								森元 (予約制)	森元 (予約制)	
	糖尿病 内分泌			浜本		浜本				浜本		浜本 (第3のみ) (完全予約制)
救急科		湯本哲~11:30		萩原					萩原			
内視鏡(予約)				大木		西		笹平		西		
小児科*		宮島裕 原	原 尾内 (第2・4)	寺田 若林	原 若林 ~4:00	湯本悠 原 大石	寺田 2:00~4:00 予防接種 宮島裕	寺田 宮島裕	原 栄徳	原 若林 半澤	寺田 若林 ~4:00	寺田 (第1・2・4・3(偶数月) 原(第1・3・5) 宮島裕 (第2・3(奇数月) 湯本悠(第4・5))
	専門外来	湯本悠 発達・アレルギー	湯本悠 アレルギー		湯本悠 発達・健診				湯本悠 2:00~成長発達 3:00~アレルギー		宮島裕 肥満・OD	赤池 (第1・3)(予約制) 小児神経・発達 林 (第2・4)アレルギー
外科		小谷		藤井		小谷				藤井		岡田(第1・5) 藤井(第2・4) 古谷(第3・5)
血管外科				松前			松前			松前		
形成外科			河村	鈴木		河村		河村			河村	河村 (第2・4)
脳神経外科 (完全予約制)		丸野(第1・3) 9:15~11:45 春田(第2・4・5) 9:15~11:45	丸野(第1・3) ~4:15 春田(第2・4・5) ~4:15					八木 9:15~11:30				
泌尿器科		古川 海部	検 査	鶴井	検 査			古川	検 査	鶴井	検 査	大平
皮膚科		水野				水野				水野		浦上(第1・5) 杉原(第2・4) 安富(第3)
眼科		渡邊逸	渡邊逸 (2:00~3:00検査)	渡邊逸	渡邊逸 (2:00~3:00検査)	渡邊逸	家木 (第4) 1:30~3:00 (完全予約制)	渡邊逸		渡邊逸 (完全予約制)		渡邊逸 (第1・3・5) 渡邊一 (第2・4) 10:00~
整形外科 *手外科・上肢外科		門田 (完全予約制)	*橋詰 (完全予約制)	小坂 9:30~ (完全予約制)		*橋詰 (完全予約制)	門田 (完全予約制)	小坂 (完全予約制)	*橋詰 (完全予約制) 菊岡 (第3のみ) ~4:30	山崎 (完全予約制)	*橋詰 (完全予約制) 小坂 (完全予約制)	*橋詰(第1・3) (完全予約制) 小坂(第2・4) (完全予約制) 担当医(第5) (完全予約制)
乳腺 甲状腺外科				野村 9:00~11:00							緒方	
歯科 (完全予約制)		坂本	坂本 1:30~	田中祐	田中祐 1:30~	坂本	坂本 1:30~	坂本	坂本 1:30~	坂本		

◆ 専門外来 ◆

リウマチ外科(予約制)	西田	偶数月 月1回 月曜日(不定期)	午後2:30~4:30
海外渡航ワクチン外来 帯状疱疹予防ワクチン外来 (完全予約制)	寺田	火曜日	午後3:00~5:00
PEG外来(予約制)	奥田	水曜日	午前9:00~12:00
禁煙外来・睡眠時無呼吸外来(予約制)	中村淳	水曜日	午後3:00~5:00
不整脈外来	村上	第1・3水曜日	午前9:00~12:00
リウマチ内科	山田	金曜日	午前9:00~12:00
	平野	第1・3土曜日	午前9:00~12:00
腎臓内科(予約制)	角谷	木曜日	午前9:30~12:00 午後2:00~5:00
	柏原	月1回土曜日(不定期)	午前9:00~12:00
関節外来(下肢)(予約制)	難波	第1木曜日	午後3:00~5:00
	中村一	第1・2土曜日	午前9:00~12:00
心不全外来	黒田	第3土曜日	午前9:00~12:00
	福田	第4土曜日	午前9:00~12:00
心臓血管外科	種本	月1回土曜日(不定期)	午前9:30~12:00
神経内科(予約制)	池上	第1・3・5土曜日	午前9:00~12:00
	石田	第2・4土曜日	午前9:00~12:00

☆予約をご希望の方は電話(Tel.0865-67-0211)までお問い合わせ下さい。

◆乳児健診・予防注射(予約制):できるだけ前日までに予約のお電話をお願いします。
(Tel.0865-67-5010のあとププププ…と鳴ったら『2240』)

乳児健診 10:00~/15:00~

予防注射 9:30~/14:00~/16:00~/土曜日9:00~10:00

★小児科では電話・インターネット・携帯Webによる診療予約が可能です。

(小児科予約専門ダイヤルTel.0865-67-0555)

詳細は受付でパンフレットをご覧ください。

◇藤井研介医師は外科での受付となります。

<休日対応日>

土曜日午後・日曜日・祝日・年末年始(12月30日~1月3日)

笠岡第一病院
ホームページ

小児科予約用



日本医療機能評価機構認定病院

