



兵庫あおのだより

独立行政法人 国立病院機構 兵庫あおの病院

夏季号 (第80号)

平成28年 8月

〒675-1327 小野市市場町926-453

TEL 0794-62-5533



【西脇市坂本 都麻乃郷あじさい園】 写真提供者 上月 圭

都麻(つま)とは、「播磨国風土記(はりまのくにふどき)」に見える古い里名で、今の西脇市中部にあたり、津万地区の名の由来になっています。この都麻の地に、法道上人によって白雉2年(651)開基されたと伝えられる古刹西林寺があり、その坊跡の木々や雑草が鬱蒼と生い茂る一帯を、「何とかきれいにしたい」と住民が立ち上がり、あじさいの苗木を昭和40年代に植え始め、現在、敷地面積12,000㎡、およそ3,000株のあじさいの花が咲き誇る北播磨最大規模のあじさい園となっています。

| | | |
|-------------------------|------------------|---|
| 神経内科「物忘れ外来」を始めます | 兵庫中央病院名誉院長 陣内 研二 | 2 |
| 小児科紹介 | 小児科部長 木藤 嘉彦 | 2 |
| スヌーズレン体験 | 栄養管理室 岸川 幸子 | 3 |
| 新人・プリセプター合同研修を終えて | 東3病棟 岩濱 聖佳 | 4 |
| | 東3病棟 秋田しおり | 4 |
| 播磨の景勝地 小野市・ひまわりの丘公園の向日葵 | 加東市・平池公園の大賀蓮 | 4 |
| 「トライやる・ウィーク」を終えて | 副看護部長 八軒 美幸 | 5 |
| 陸上自衛隊青野原駐屯地での「あおの保健室」開催 | 外来・手術室看護師長 櫛原 良枝 | 6 |
| 外来診察・検査担当表 | | 8 |

神経内科「物忘れ外来」を始めます

兵庫中央病院名誉院長 じんない けんじ 陣内 研二

本年4月より当院で毎週水曜日午前9時から神経内科外来を始めます。主に認知症の方を中心に診療しますので、ちょっとした物忘れが気になる方でも気軽に受診してください。リハビリ指導、食事指導、薬剤治療など行います。その他の症状、たとえば転倒しやすい、歩きにくい、震える、動きにくい、意識がなくなったなどの症状がある方でも神経内科全般にわたって速やかに対応します。医院の先生方からのご依頼があれば一週間以内に診療し、手早く返事を返しますので、ご紹介をお待ちします。

さて認知症の出始めは以下に書いたような症状が3つ以上出れば可能性があります。

1. 収納場所を間違えるなど部屋の片付けがうまくできなくなった。
2. 洗濯物のたたみ方が雑になった。

3. 同じ料理を作ることが増えた。手間のかかる料理をしなくなった。
4. 水やりを忘れて植物を枯らすようになった。
5. 外出を面倒くさがるようになった。
6. 自分から行楽や旅行に行く予定を立てなくなった。
7. 着替えるのに時間がかかるようになった。
8. 病院に行く際に診察券や保険証を忘れるようになった。
9. 薬を飲み過ぎたり、飲み忘れるようになった。
10. 生ゴミのにおいを気にしなくなった。
(浦上克哉による)

皆様方のお役に立てるよう頑張ります。

小児科紹介

小児科部長 きとう よしひこ 木藤 嘉彦

小児科常勤でまいりました。よろしくお願ひします。長らく小児科常勤医不在で、責任の大きさを感じています。

重心病棟は、移転後40床増え、200床となり、国立病院機構のなかで全国トップクラスの病床数となりました。医師不足の中、尽力してきた小児外科医長と協力しながら、各科医師を招聘し応援をいただき診療しています。移転後、長期・短期両方も入所が増えてきています。NICU、PICUのある急性期病院からの低年齢児が増えつつあり、重症度が上がっています。人工呼吸器は約50台が常時稼働し、気管切開、胃

瘻の管理業務が非常に多くなっていますが、スタッフは明るく、優しく子供たち、患者さんに接しています。医師・看護師・薬剤師・リハビリ (PT、OT、ST)・療育 (児童指導員、保育士)、(および通学児は教師) が集まる病棟カンファレンスを毎週2回行い、ひとりひとりについて、情報共有、ディスカッションを行っています。短期は医療的ケアの高い重症児 (者) ならびに行動障害児 (者) 両方を受け入れ、通所、在宅巡回も行い切れ目のないサポート、ケアを目指しています。

小児科外来は5年ぶりの復活です。

子供の病気というと、かぜ、肺炎、熱性けいれんなど急性疾患を思い浮かべますが、慢性疾患は意外に多くみられます。食物アレルギー、気管支喘息、アトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患が最も多く、てんかん、発達障害などの神経疾患、内分泌疾患や腎臓、肝臓疾患などがあります。これらの病気は元気そうに見えても、子供たちの普段の行動、遊び、食事、おでかけなどに影響し、家族全体のQOLに大きくかかわります。また、食物アレルギー、喘息、糖尿病など同じ病気でもお子さんによって異なり、ひとりひとりの状態によって診療方針を考えるオーダーメイドが必要です。

当院外来では、喘息を含むアレルギー、および低身長、思春期早発、糖尿病、甲状腺、肥満症などの内分泌・代謝性疾患、重症心身障がい児を中心に慢性疾患をていねいに見ていきたいと思えます。

喘息は、呼吸器疾患でもあり、呼吸機能検査、呼気一酸化窒素（NO）検査など客観的な情報をもとに、慢性咳嗽の鑑別を行い、

診療します。日常生活の制限なく過ごせることが目標です。食物アレルギーは、通常のIgE検査だけでなく、免疫学的特殊検査や食物負荷試験を必要に応じて組み合わせを行い、より客観的な診断に基づき治療していきます。少しでも多くおいしく食べられるようになることが目標です。

障がい児（者）もひとりひとりに合わせた診療が必要と考えます。無言のオーダーに耳を傾けパーソナルベストを目指していきたい。長期・短期・通所・在宅、いずれもニーズは高くスタッフは工夫し、できるだけ調整し受け入れています。それでもまだご期待に十分沿えていないのではないかと懸念しています。当面、まずは長期入所に力を注ぐこととなりますが、今後、マンパワーを高め、機器・備品を充実し、改善を進め、地域に必要とされる病院であり続けたいと思えます。

皆様のご理解ご協力があってこそ、成り立つと思えますので今後ともよろしく願います。

スヌーズレン体験

正直申しますと、恥ずかしながらスヌーズレンとはどのようなものか？初耳に近い状態でありました。前もって少々勉強しておこうと調べますと、1970年代にオランダの知的障害者施設で心のケアとして考案されたものとありました。

スヌーズレン室に入ると不思議な占いの館のような神秘的な空間が広がっていました。始まると光・音楽・香りの中、色々な機器を使い、手作りの工夫を凝らした幻想的な海の中の空間が作られていました。

心地良いリラクゼーションの中、心穏やかに眠りの世界に引き込まれそうな感覚に

栄養管理室 きしかわ 岸川 さちこ 幸子

陥りそうになりながら、もう少しこの時間が続けばと感じる程でした。

患者様のみならず、何時も寄り添い頑張られているご家族様にとっても、必要な癒やしになると感じました。



新人・プリセプター合同研修を終えて

東3病棟 ^{いわはま} 岩濱 ^{きよか} 聖佳

新人・プリセプター合同研修では、兵庫県立フラワーセンターへ行き、敷地内にある屋内・屋外にある色彩豊かな花や木々に囲まれながら、同期や同病棟のプリセプターのみならず、他病棟のプリセプターとも交流を深める有意義な時間となりました。他病棟の特徴やどのような看護が行われているのか具体的に知ることができ、看護の視点をひろげることにつながりました。また、プリセプターから日々の業務や看護ケアについて困っていることや悩んでいることが無いか親身になって話を聞いてくださりました。今までよりプリセプターとの距離が縮まり、私たちにとって身近な存在となりました。さらに、新人とプリセプターが協力し合いながら研修のまとめを行い、新人とプリセプターに分かれてウェルカムボードと新人紹介ボードを製作しました。ボード作成にあたり、各自が意見やアイデアを出し合う中で、相手の話に耳を傾けることや目標達成に向けて個人の尊重することの大切さを再確認しました。この研修で得た学びを日々の看護ケアに生かし、各自の考える「やさしい看護」が実践できるように、これからも頑張りたいと思います。

あつと一息



～小野市・ひまわりの丘公園の向日葵～

播磨の景勝地



～加東市・平池公園の大賀蓮～

東3病棟 ^{あきた} 秋田 ^{しおり} しおり

5月21日に新人・プリセプター合同研修で兵庫県立フラワーセンターに行きました。今はバラの季節らしく、赤や白だけでなく、色とりどりのバラがたくさん咲いていました。温室にある花や植物、バナナの木などは私の地元、鹿児島県徳之島を思い出し、とても懐かしくなんだか嬉しい気持ちになりました。

プリセプターとは仕事の時間だけしか関わることがなかったのですが、今回の研修を通して、仕事以外のプライベートな話や、一緒にゲームに取り組むことで、仕事中には見られない一面を知ることができたように思います。また他の病棟のプリセプターには先輩もいましたが、仕事の話だけでなく、ウェルカムボードを作りながら冗談を言い、笑い合っ楽しい時間を過ごすことができました。きれいな花を見て心身ともにリフレッシュすることができたので、これからも患者様に笑顔の花を届けられるよう日々頑張りたいと思います。

「トライやる・ウィーク」を終えて

副看護部長 ^{はちけん} 八軒 ^{みゆき} 美幸

今年も5月30日～6月3日の5日間「トライやる・ウィーク」として、病院で働く人や仕事を知るという目的で、小野市立小野中学校の2年生6名を迎えました。今回の「トライやる・ウィーク」にあたり、事前に病院を志望した動機には、「人を助けたい、人の役に立ちたい」「一人でも多くの人の力になりたい」「将来、医療に関わる仕事がしたい」など、皆さん医療に興味を持ち、将来への志が感じられる内容が書かれてあり、受け入れる側としてもこの日をとても楽しみにしていました。実際に病院に来られると、挨拶やハキハキとした受け応え、礼儀正しさが伝わり、とても新鮮で清々しい気持ちになりました。

開始初日は不安と緊張で少し硬かった表情も、日が経つにつれて和らぎ、笑顔が増え、積極的に話すことができるようになり、感心を持って、仕事内容の説明を聞いて、真剣に作業をされていました。外来、医事、事務部、病棟、中央材料室・手術室、検査科、放射線科、薬剤科、リハビリテーション、栄養管理室、洗濯場、通所事業、院内保育所などを回り、様々な職種の方と触れ合い、具体的な仕事を知ることで、病院は医師や看護師だけでなく、たくさんの人たちに支えられて成り立っていることを理解してもらうことができました。実際に体を動かしての作業や体験はとても楽しかった様子で、リハビリでの訓練や療法の体験や洗濯場での洗濯物を畳む、カルテ整理、などは一生懸命汗を流して実践したことで、達成感も大きかったようでした。

看護では、配膳や洗髪、散歩などの援助を通して、実際に患者さんたちと触れ合う中で、患者さんから声をかけていただいた

「ありがとう」や「頑張ってるね」の言葉は学生さんたちの心に響き、人の役に立ったという実感につながりました。そして、患者体験では、車いすを操作しながら坂道を登ったり下ったり、狭い場所で回転したり、想像した以上に操作が難しく大変さや不安を実感し、自分たちが当たり前に行っていることが患者さんにはできないことを知り、健康の大切さや相手の気持ちになって考えること、人を思いやる心の大切さなど、多くのことを学ぶことができていました。

最後の日は、みんなで白衣を着て写真を撮りました。少し照れながらも、憧れの白衣にみんな笑顔で嬉しそうな表情でした。



全体を通して、「人のためにつくす仕事は素晴らしいと感じた」「様々な方が誇りを持って仕事をされていて、そういう一生懸命な仕事がみんなを支え、患者さんを助けて、笑顔にしていることを知ることができた」「私も人のことを優しく思える人になりたいと思った」などの温かい想いを聞くことができました。どんなことも新鮮に受け止められる純粹さや感受性の豊かさに、関わった私たちも初心に戻ったような気持ちになり、とても嬉しく感じました。

5日間という短い期間でしたが、「トライやる・ウィーク」を通して、これからの若

い世代の方たちに、様々なことを見て、触れて、実践して体で感じ、病院の医療・看護を知ってもらい、「働く」ということを考えることにつながったことは、私たちとしてもとても嬉しく思います。是非、今回の

経験が学生さんたちの夢や未来につながる一つの機会になれば幸いです。

「トライやる・ウィーク」の受け入れに際して、ご協力いただいた各部署の皆様に厚くお礼申し上げます。

陸上自衛隊青野原駐屯地での「あおの保健室」開催

外来・手術室看護師長 くしはら よしえ 櫛原 良枝

平成20年度から、地域にお住まいのいろいろな世代の方が多く集まる青野原駐屯地の創立記念祭に協賛して、「あおの保健室」を開催しています。

例年、五月晴れの5月に開催される創設記念式典ですが、今年は伊勢志摩サミット開催に伴い、6月5日（日曜日）の開催になりました。

看護部だけでなく検査科・放射線科・薬剤科・リハビリ・栄養管理室・療養指導室・事務部などと協働し、総勢36名のスタッフで取り組みました。

内容としては、身長・体重・体組成測定、血管年齢測定、骨密度測定、体力測定、白衣体験などに加えて、測定結果や日頃の健康に関する相談を受ける看護相談・服薬相談・栄養相談を行いました。

陸上自衛隊青野原駐屯地の創設40周年記念行事では、式典や訓練の公開、普段は見ることのできない戦車やヘリコプターを用いた訓練展示、災害救助の様子、音楽隊の演奏などの催しや模擬店などが企画されました。あいにくの雨天で始まりましたが、青野原駐屯地には、午前9時～午後3時まで途切れることなく家族連れや愛好家ら約4千人が見学に訪れたそうです。

「あおの保健室」に来られた方は、駐屯地に来てから「あおの保健室」の開催を知った

方がほとんどでしたが、中には「去年も来たから」と毎年測定結果を楽しみにしておられる方の声もありました。

一番人気のコーナーは「血管年齢測定」でした。「血管年齢測定」は指先だけで血管の状態がわかり、動脈硬化が進んでいるかを知る機会になり、毎年好評をいただいています。



体力測定コーナーでは今年度、新しくロコモティブシンドロームテストとして「台からの立ち上がりテスト」「2ステップテスト」を実施しました。「立ち上がりテスト」は、両腕を胸の前で組んで40cm、30cm、20cm、10cmそれぞれの台から両脚または片脚で反動をつけずに立ち上がり下肢の筋力を測ります。「2ステップテスト」はできるだけ大腿で2歩き、両足を揃えます（バランスを崩したら失敗）2歩分の歩幅と身長を計算式に合わせて値を出し下肢の筋力・バランス能力・

柔軟性などを総合的に評価します。実年齢より良い結果が出て喜ばれる方や低く出たのもう一度チャレンジされる方、素晴らしい結果に拍手が沸き起こる場面もありました。転倒などないように来場者の安全に注意して受けていただくことができました。

白衣体験コーナーでは、最初は声をかけても恥ずかしそうに遠慮されることが多かったのですが、途中から徐々に増え、大人も含めて55名の方に体験していただき、「将来は看護師さん、Drかな。」と聴診器を持って親子で写真にポーズを決めておられました。



今年は、自衛隊の都合で設営場所が昨年と変更になり十分なスペースをとることができず、各コーナーが横に並ぶ形となり導線が長くなってしまいました。間に売店の出入り口があり受付と測定コーナーを分断する配置となったため案内や呼び込みに苦労しま



した。

アンケートにご協力いただいた方には、「兵庫あおの病院」の名前とロゴの入ったトートバッグにサージカルマスクを入れてお渡ししました。午後からは徐々に天候も回復し、来場者も増え「あおのトート」を持たれた方を場内で見かけることがあり、多くの方に参加していただけたことを実感しました。

場所や天候の影響もありましたが350名の方に来場していただきました。病院スタッフ全員が協力し、無事に終わることができ、終了後は来場者の笑顔と「楽しんでいただけた」という充実感で有意義な1日でした。兵庫あおの病院の新築移転については、小野市から来られた方のうち70%・加東市から来られた方の48%がご存知でした。兵庫あおの病院の新築移転に関して「住んでいる近くに来たので利用しやすくなった」「家から近いので何かの時は頼れる」「一度利用してみたい」などのご意見をいただくことができました。当院をご存知ではない方には、当院の存在や機能を知っていただく良い機会となりました。北播磨地域の医療を支える上での当院の役割を改めて認識し、今後も積極的に地域に出て情報発信や健康を支援する活動をしていきたいと思っております。



兵庫あおの病院 診察・検査担当表

診 療 担 当 表

平成28年6月9日～

| 診療科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|------------|---------------------------------|-----|-------------------|------------------------------|---------------------|-------------------|---------------------------------|--------------|
| 内 科 | 午前 | 診察1 | 八幡 | 中原 | 陣内 | 浅香 | | |
| | | 診察2 | 義富 | 石田(純) | 松山 | 中原 | 石田(純) | |
| | | 診察3 | 吉田/玉田 | 中山* | 義富* | 義富* | 中山* | |
| | 午後 | 義富* | 中山* | 義富* | 義富* | | | |
| 外 科 | 診察5 | 植田 | 平井 _二 | 栗栖* | 平井 _二 | 栗栖* | | |
| リハビリテーション科 | 診察5 | 植田 | 平井 _二 | 栗栖 | 平井 _二 | 栗栖 | | |
| 整 形 外 科 | 診察6 | | 平井和* (隔週) | 平井和* (隔週) | | | 藤岡 (第2・4週) 午 後交代制 (毎週) | 山本◇ (不定期) |
| 緩和ケア科 | 診察5 | | 梅木* | | | | | |
| 小 児 科 | 診察7 | | | | 木藤 | | | |
| | 入 院 患 者 様 対 象 | | | 永井 | 富井 瑞木 (交替制) | 金田 新田 (交替制) | | |
| | | | | | 竹内 久野 (第2・4週) | | | |
| | | | 荒川 (毎月1回) | 加藤 (毎月1回) 益田 (毎月1回) | | 竹中 (毎月第4週) | | |
| | | | | 吉本 | | | | |
| 歯 科 | 古土井 | | | | 明石 | | | |
| 専 門 外 来 | 心身症外来 | | | | | 郷間◇ | | |
| | 呼吸器・血管外科 | | 平井 _二 * | | 平井 _二 * | | | |
| | 大腸外来 | | | | 梅木* | | | |
| | 胆膵・胃外来 | | | 栗栖* | | 栗栖* | | |

診療受付は平日の午前8:30～午前11:30です。

※印の外来診療は予約診療です。予約を取り、予約票をお持ち下さい。ただし、初診・急病の場合は予約なしでも、診察を行っています。

◇印の外来診療は予約患者様のための診察となります。(初診の方の診察は行っていません)

診療担当医が都合により変更となる場合がありますが、ご了承下さい。

患者様の状態により、診察の順番が前後する場合がありますがご了承下さい。

整形外科診察日には、リハビリテーション科の診察は休診となりますが、リハビリテーション科患者様の診察も行います。

検 査 担 当 表

| 検査内容 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---------------|---------------|----|----|----|----|
| 胃カメラ(午前) | 栗栖 | 梅木 | | 服部 | 梅木 |
| 大腸ファイバー(午後) | | | | 服部 | |
| 胆膵(ERCP)(午後) | | | 栗栖 | | |
| 胃透視・注腸透視(午前) | 診 療 放 射 線 技 師 | | | | |
| 腹部エコー(午前) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 頸部エコー(午前) | 臨 床 検 査 技 師 | | | | |
| 心エコー(午前9:00～) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

※検査はすべて予約診療です。

兵庫あおの病院 電話 0794-62-5533