INFORMATION MAGAZINE THE JOURNAL

ザ・ジャーナル!!

Vol.6
No.1

National Hospital Organization Okayama Medical Center

やさしさ便り～岡山医療センターの今

地域医療支援病院
がん診療連携拠点病院

岡山医療センターの理念

人にやさしい病院をめざして
–Human Friendly Hospital–

1 患者さまにやさしい病院を目指します
2 病院で働く人にやさしい病院を目指します
3 地域の人にやさしい病院を目指します

CONTENTS

2 院長あいさつ
3 センター NEWS
8 東日本大震災医療派遣報告
10 看護学校通信／コラム　接遇について
11 健康レシピ／健康ワンポイントレクチャー
12 TOPICS!／医療安全通信／編集後記

第65回 国立病院総合医学会
明日の医療のために チャレンジ そして チェンジ

2011年10月7日(金)～8日(土)
会場 岡山コンベンションセンター・ホテルグランヴィア岡山
岡山市デジタルミュージアム・岡山全日空ホテル
会長 三河内 弘 院長(独立行政法人国立病院機構岡山医療センター)
副会長 宗田 良 院長(独立行政法人国立病院機構南岡山医療センター)

表紙写真:2011.5.12　看護の日
撮　影:近藤　博行

新年度のスタートに寄せて

院長　三河内　弘

いよいよ新しい平成23年度がスタートいたしました。今年はご存じのように3月11日に東北地方を襲った未曾有と言われる大地震・大津波、いわゆる東日本大震災とそれに誘発された原子力発電所トラブルの影響が色濃く日本経済に影を落としています。被災者の方々のご心痛はいかばかりかと思い胸が痛みます。原子力発電所のトラブルについては未だに収束の目途さえ立っていません。当院からも原発関連で放射線被爆のスクリーニングへの応援に1チームと、仙台医療センターを基地にした診療援助に2チームが出向き活躍してくれました。

今年度当院では多くの行事が待ち構えています。まず10月に会長施設として岡山で第65回国立病院総合医学会の開催、11月に新病棟のオープン、来年2月には病院機能評価の更新のための受審があります。引き続いて平成24年4月には現岡山市立金川病院の指定管理者としての運営開始が控えています。

ともあれ本年4月で南方から田益の地に新築移転して満10年、また平成16年4月に独立行政法人となって満7年です。この間膨大な負債を抱えながらも「人にやさしい病院」の理念に恥じない医療を行いながら、毎年20億円以上の債務返済をしつつ健全経営できていますのも皆様方のおかげと感謝しています。振り返ればこの10年間の医療をとりまく環境はまさに激変でした。大きくはDRG・DPCといわれる包括払い制度と医師の新卒後臨床研修制度の導入がもたらした影響によるものです。当院でもこの間に非常に大きな変化を経験しています。

まず平均在院日数は平成9、11、13、15、17、19、21、22年度で各々25.3、23.6、20.8、19.0、13.7、13.2、13.3日、12.9日と急速に短縮しました。しかるに病床利用率は各々90.2、89.8、85.3、87.9、87.9、89.1、88.6、88.2％でほぼ一定です。これを裏付けるように新入院患者数は平成13、15、17、19、21、22年度で各々9029、9800、12894、14292、14148、14474人と大きく増加しました。手術件数は平成15、17、19、21、22年度で各々3666、4867、5459、5773、6032件と増加しました。職員数は平成15、17、19、21、22、23年度で各々587、695、873、970、981、1043人と大きく増加しました。これらの数字から次のことが伺えます。すなわち病床利用率が高く、しかも高密度の医療サービスを必要とする時期の患者ばかりで病床が埋まるようになり、病院全体がICU化し、しかも患者回転が速い状態です。このため以前とは比較にならない程、患者一人当たりに大量の医療資源の投入が必要とされています。この現象は主要な急性期病院共通の現象と思われ、政策誘導された医療資源の集中配置と効率的使用に他なりません。これだけ新入院患者数が増加しているにも拘わらず、なお急性期病院としての使命の一つである救急車受入が出来ないケースがしばしば発生しています。平均在院日数が短縮しても、新入院患者が増加して病床利用率が高く、満床に近い状態が続いている事が原因です。このため当院も更に早期退院、早期転院を進めるなど、なお一層平均在院日数の短縮をはかり救急患者の受け入れ可能な病床を確保できるよう努力を続けています。DPC制度で医療内容は全て国に収集されていますので、平均在院日数の短縮を図りながらも、きちんと説明責任を果たせる標準的な医療が提供されている必要のあることは言うまでもありません。

上記のような経緯で現在一般病床を有する急性期病院の再編という現象が起きている可能性があります。患者が集中する急性期病院は次の患者受け入れのため在院日数は短縮し、急性期を脱した退院予定患者のためには亜急性期、回復期、介護病床、在宅など次の医療連鎖上の落ち着き先を求めています。この状態は当分続くと思われます。当院での患者動向だけを見ても上記のように激しい変化が起きています。当院の変化が急性期病院の一般的変化であると仮定すれば、地域で医療を完結するために、当然今後は急性期から亜急性期、回復期、慢性期、療養・介護、在宅などに医療費の配分が移行していくものと考えられます。これらの事を念頭に、地域から見て自施設に求められている医療機能は何かを見極めながら施設運営にあたる必要がありそうです。当院は急性期病院として地域の救急患者さんをスムースに受け入れ出来るよう更に努力する必要があります。11月には新病棟開設に伴い岡山市立金川病院から、29床が当院に移設される予定で、救急患者受け入れの一助になるものと期待しています。今後とも皆様方のご支援をよろしくお願いいたします。

医療の現場から

センターNEWS

OKAYAMA MEDICAL CENTER

―新任職員の紹介―

チャレンジする看護部へ

看護部長　三宅　弘恵

このたび4月1日付け異動に伴い松江医療センターから赴任しました三宅弘恵です。歴史ある岡山医療センター看護部長を前任の三浦麗子看護部長から引き継ぎ、その責任の重大さを日々感じております。

平成23年度は岡山医療センターにとって、ビッグイベントが目白押しです。夏には西病棟の完成、秋には第65回国立病院総合医学会開催、冬には病院機能評価Ver.6の受審と年間を通じて大きなイベントが続きます。このチャンスにチャレンジし、今以上に病院が発展できるよう職員とともに一丸となって取り組みたいと考えています。

西病棟の完成は、患者様の療養環境、職員の働きやすい環境についても整備されます。西病棟4階、5階は全室個室の病棟、3階は内視鏡センター・化学療法センター、2階は救急の病床が確保されます。また1階は院内保育園（くるみ園）となり、今以上に園児にとって、また保護者である職員にとってもよりよい環境となります。

私事ですが、27年前に院内保育園（くるみ園）に長女を預け勤務していました。南方に病院がある時代で、その当時は小さな保育園でした。今は、病児保育も整備され、3歳以上の子供さんも保育が可能となります。看護部長として、子育てしながら看護師を続けられる環境を整備することが責務と考えています。

病院理念である「人にやさしい病院」、患者様にも職員にも地域にもやさしい病院を目指して微力ながら精いっぱい頑張りたいと思います。

内視鏡外科手術のメッカを目指して

外科医長　内藤　稔

皆様こんにちは、4月1日に着任しました外科医長の内藤　稔です。専門分野は、消化器外科・内視鏡外科です。前任の岡山大学病院では、消化器癌の内視鏡外科手術（胃・大腸）を中心に、抗癌剤・分子標的治療を含めた集学的治療を行ってまいりました。特に内視鏡外科手術では、腹腔鏡下胆嚢摘出術に始まり、胃癌・大腸癌（結腸・直腸）・肝癌を始め、食道裂孔ヘルニア・脾摘出・副腎摘出など1,000例以上行ってまいりました。資格も、外科学会専門医・指導医、消化器外科学会専門医・指導医、内視鏡外科学会技術認定、アメリカ内視鏡外科学会（SAGES）FLS資格、内視鏡外科手術支援ロボット（da Vinci）資格など内視鏡手術中心に取得しております。今後は、内視鏡外科手術はもとより、Globalに活躍できる外科医育成に全力を注ぎたいと考えております。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。また、患者様のご紹介もよろしくお願いいたします。

―新任外来担当医の紹介―

消化器外科　柿下　大一

平成12年卒業。初期研修でも2年間お世話になりましたが、本年4月より消化器外科医として再び勤務させていただくことになりました。患者さんにやさしい手術を目指してレベルアップに励みたいと思います。よろしくお願いします。

泌尿器科　河内　啓一郎

平成17年卒業。泌尿器科専門医です。皆さんのお役に立てれるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。

産婦人科　熊沢　一真

卒業年：平成4年
専門：産科・新生児領域
抱負：2年ぶりに岡山医療センター産婦人科に勤務することになりました。気持ちを新たにして専門である産科分野を中心に頑張りたいと思いますので宜しくお願い致します。

循環器科　下川原　裕人

経皮的肺動脈形成術を中心に、肺高血圧症の勉強をするために鹿児島からきました。平成12年に鹿児島大大学の卒業し、主に鹿児島医療センターで循環器医として働いていました。皆様方にご迷惑をおかけしながらも、毎日楽しく、勉強させていただいております。どうぞよろしくお願いします。

新生児科　竹内　章人

卒業年：平成15年
専門：新生児・小児神経学、発達
抱負：当院小児科研修医、新生児科レジデントとして4年間を過ごした後、岡山大学小児神経科での専門研修を経て、4月に戻ってきました。特にNICU卒業生の包括的なフォローアップに力を入れていきたいと思っています。

整形外科　鉄永　智紀

平成15年卒
専門：股関節外科、膝関節外科、小児整形外科
抱負：この度、整形外科医師として採用頂きました。少しでも皆様のお役に立てるように頑張りますのでよろしくお願いいたします。

小児外科　仲田　惣一

平成15年卒
専門：小児外科一般
1年ぶりに当院に戻って参りました。患者様、職員の皆様方に元気を与えられるように頑張ります。小児の外科系疾患の事でしたら、いつでもご相談ください。どうぞ宜しくお願い致します。

麻酔科　伏見　美紀

平成17年に高知大学を卒業しました。神戸赤十字病院から異動してきました。実家が岡山であり慣れ親しんだ岡山に戻ってきて嬉しく思っています。患者様が安全に手術を受けられるように日々邁進していきたいと思っています。

新生児科　丸山　秀彦

平成11年卒業。専門は小児科ですが、特に新生児や遺伝性疾患に関心を持っております。至らぬ所も多くありますが、赤ちゃんとその家族に貢献できるよう、頑張っていきます。

整形外科　吉田　昌弘

医学部平成17年卒
専門　一般整形外科、外傷
当院と同じく国立病院機構の名古屋医療センターから転勤して参りました。前の病院では整形外傷、人工関節を担当しておりました。まだこちらに赴任したばかりで御迷惑をおかけすることもあるでしょうが早く当院の即戦力になれるよう頑張ります。
宜しくお願い致します。

創立記念日特集

創立記念日特別講演

「土地に刻まれた歴史～田益田中遺跡の発掘調査成果から～」を聴いて

副院長　東　良平

去る4月1日、創立記念日での恒例の特別講演は、岡山県古代吉備文化財センターの杉山一雄先生に表記の講演を頂いた。

今では発掘調査あとに新棟が建設中だが、遺跡調査が行われている現場を高いところから目の当たりにしていたことは、まだ記憶に新しい。

この調査で何が出てくるのか?田益の地に居住していた古代の人たちはどのような生活をしていたのか?この地で働く我々にとってロマンをかき立ててくれるテーマであった。

当地は既に平成3年度に山陽自動車道建設に伴う確認調査で、弥生時代以降の集落遺跡と判明していたとのことであった。しかし、発掘された一片のかけらから在りし日の形を想像して作られた土器の写真を見せていただき、発掘調査の意義を改めて感じた。

当地だけでなく、多くの職員が住む津島地区も掘ればいたる所から遺跡が出てくるし、古代には海であったという伝聞もあり、そのことを質問してみたがその通りで、津の地名が示しており、海抜は8mであるとのこと。今般の東日本大震災の際の津波に襲われようものなら、たちまち旭川、笹が瀬川と逆流する津波に翻弄されていたであろうことを思うと、瀬戸内に住む我々はなんと幸せなことかと思い知らされた。

とにもかくにも普段は聴けない貴重な講演であり、杉山先生に感謝申し上げたい。

式典の様子

院長賞を受賞して

小児科　清水　順也

このたび、このような立派な賞をいただき身に余る光栄です。二年以上前から、毎週朝の勤務前に「小児救急初期治療トレーニング」と称してスキルアップラボでシュミレーション人形を使った勉強会を続けて、そろそろ100回記念を迎えます。主に初期・後期研修医の先生が対象（中心!)になっていますが、救急外来勤務のある看護師長・副師長さんや、看護学校の先生、当院で実習中の医学生などが参加されることもあります。当院では24時間小児救急を小児医療の一つの柱としていますが、現場でスムーズに診療を進めるには知識や医療器具がそろっているだけでなく、それらを活用できる技術、スピード感、チーム力なども大切です。まだまだ課題は多く理想には程遠いのですが、研修医の先生達と一緒に少しずつでもレベルアップして診療に還元したいと考えています。MyWebで案内していますので、医師に限らず興味ある方のご参加大歓迎です。

岡山医療センター国際医療協力チーム

NGOジャパンハート支援
カンボジア～ミャンマー・手術ミッション－ 途上国の子どもを救う －

■手術室看護師　松村　加奈子

その2 ミャンマー編

いざミャンマーへ・エイズ孤児院見学

3日間のカンボジア・ミッションを終え、1月12日にミャンマー入りした岡山医療センターチーム。首都ヤンゴンから、吉岡医師の設立したエイズ孤児院“DREAM TRAIN”に向かいました。

私達が到着するなり、数十人の子供達が駆け寄り握手をされました。そんなに大勢の子供達に群がられたのは初めてで、少し戸惑いました。その後子供達は、私たちのために、歓迎の舞をおしりふりふり愛らしく踊ってくれました。

エイズ孤児院‘DREAM TRAIN’にて。大勢の子供たちが迎えてくれる。

歓迎の舞を踊ってくれる子供たち。

親をエイズで亡くした子供達…もし個々に来られなかったら人身売買され、もののように扱われ、人生を終える事になったかもしれません。または、なった可能性もあります。東南アジアでは未だに行われている人身売買。「家族が家族でいられること」が日本始め先進国では当然であることがこの国では当然ではないのです。私達が訪問した時は約70人の子供達が生活を共にしていました。私達の目の前で笑って踊っていた子供達が…と思うといたたまれない気持ちになり、涙が溢れそうでした。

吉岡医師の出演した“情熱大陸”でこの孤児院が紹介され、放送後約50人の子供に里親がついたとのこと。これで食事や教育が確保されます。

たびたびテレビで紹介されている吉岡医師(左)。

ジャパンハートの原点・ワッチェ村での手術ミッション

1月13日朝、私達はヤンゴンから空路で1時間のマンダレーへ移動し、その後悪路を2時間車に揺られながら、ジャパンハートの原点の村、2004年からスタートしたミャンマー中部のワッチェ村に入りました。

昼前に病院について息つく間もまく、青山先生の診察。そして昼食をとった後すぐに手術開始。ここでも強行軍でした。

私は手術室看護師として、ミャンマーでも、鎖肛、尿道下裂，脳瘤、髄膜瘤、人工肛門の外反、まれにしかいない膀胱外反症…様々な手術に立ち会いました。

体調を崩しながらも必死で手術を完遂する青山名誉院長。

私の仕事は主に器械出し。手術の介助です。医師は麻酔器や手術の打ち合わせがあるので私は看護師として1人、現地にいる日本人看護師・ミャンマー人スタッフとコミュニケーションをとりながら手術の準備をすすめていきます。当然環境も物品の数も日本とは違います。カンボジアではオートクレーブ滅菌可能（一般的に行われている高圧の蒸気を用いた器械の滅菌方法。2気圧121度、20分で細菌、ウイルスを含むすべての微生物を完全に滅菌できる）でしたが、ミャンマーでの器械はなんと煮沸消毒（最も簡単な消毒法。10～15分煮沸する。細菌の一部やB型肝炎ウイルスでは効果が不十分とされる）でした。日本なら手術に応じてある程度組まれている手術器械も現地では必要な物のみーから準備しないといけません。

カンボジアでの手術風景。

私は今回の渡航は、「郷に入れば郷に従え」精神で!と強く決めていました。生活の環境、現地のスタッフとのコミュニケーション、すべてにおいて。

なので、まずは現地スタッフの人の名前を早く覚え、何かをお願いする時には名前を呼んで用件を伝えることに気をつけました。納得のいかないことは理由をつけて穏やかに問う。場所や人や物が変わっても患者さんのために力を尽くすということは看護師として変わらないことだからです。

現地では、とても流暢に日本語を話せる通訳さんがいてとても頼りになりました。が、せめてお礼や挨拶、子供の手術ばかりだったので、患児に「痛い?」「大丈夫?」「あともう少し」ぐらいは自分の言葉で伝えたかったので僅かながら現地語を土壇場で覚えました。

当院で脳瘤の手術を行ったアウン君。満面の笑顔に皆安心です。

また、私自身、クメール語やミャンマー語で現地の人に接するのが楽しく、慣れない場所で大半笑って過ごす事ができました。

嘔吐下痢に苦しみながら

しかし、ミャンマーに入ったその日から私含めチームメンバーほぼ全員が嘔吐・下痢・発熱、といった感じにバタバタと体調を崩していきました。…ただ、中原先生だけが何事もなく無事だったのは、連日の現地ビールによるアルコール消毒のおかげだったのでしょうか。体調を崩した私達に現地の看護師さん達はとても親切にしてくれました。

青山先生においては発熱の中、朦朧としつつ冷汗を額に滲ませながら長時間に及ぶ手術を完遂。そんな青山先生のプロとしての仕事ぶりにとても感動を覚え、自らを奮い立たせたのでした。

ミャンマー入国後次々と体調を崩していくメンバーたち。

手術の後ミーティングを終え、寝泊まりする寺院に帰ったのは午前2時。そこでの生活用水で蛇口から出るのは心ばかり濾過された川の水。疲労困憊の（…に加えてとにかく嘔吐に苦しんでいた）私はペットボトルの水で歯を磨き、すぐに寝入ってしまいました。

朝は5時過ぎに起床し、身支度。6時から全員で瞑想をし、寺院の掃除をした後、朝食に向かいます。看護師の象徴である真っ赤な色のミャンマーの民族衣装の巻きスカート、“ロンジー”を腰に巻き、病院に到着。

手術の順番や患児の状態についてなど、ミーティングを終えると9時ぐらいから早速手術開始。ミャンマー人の器械出しも見学させてもらいながら長時間の手術は交代で手術を進めていきます。そして手術はやはり日をまたぎ…朝はまた早朝の瞑想からのスタート。そんなハードスケジュールの3日間でした。

（左）ミャンマーの民族衣装‘ロンジー’。赤は看護師の象徴です。（右）‘ロンジー’男性版。

病院を発つギリギリ10分前まで手術をし、閉創（手術で皮膚を閉じること）終了とともに車へとダッシュ。荷物を詰め込み空港へと向かいました。お世話になった現地スタッフの方々にゆっくりとお礼が言えなかったのが心残りでしたが、カンボジアに加えてミャンマーでも自分の中では大きな経験がたくさんできたと思います。

今回のミッションを終えて

きれいな水が飲める、クリアな空気が吸える、お腹がすけばすぐに何か食べられる。日常生活の中の当たり前でなんでもないことがいかに貴重でありがたく幸せなことか、身に沁みる渡航でした。今回行ったカンボジア、ミャンマーは、「豊か」と「貧しい」が入り混じる、とても不思議な感覚が自分の中で印象深く残っています。金銭的には貧しい人も心は決して貧しくはなく、人への優しさ、信仰の心、様々な場面で篤いものを感じました。また、吉岡先生と話をして、人にとっての、「その人」にとっての「幸せ」とは一体何なのか、と考える事が多くなりました。

お世話になった寺院を出発し、帰国へ。

看護師として、手術室看護師として、一人間として、様々な角度から自分を見つめ直し、学ばせていただくことができました。

こんな貴重な経験が出来たのも、看護師としてはまだまだ未熟な私を、チームメンバーの一員として迎えてくださった青山名誉院長先生はじめ、岡山医療センターチームの先生方、吉岡先生、そしてジャパンハートのスタッフの方々のおかげだと感謝しています。また、このミッションを許可してくださった三浦前看護部長、小原手術室師長、ならびに手術室のスタッフの皆様に、心から御礼申し上げます。

今回私が大きく学んだ事は、「百聞は一見にしかず」ということです。皆さん! 医療にしろ、看護にしろ国際的な何かにしろ、机上の空論にとどまらず一歩動き出してみてはどうでしょうか?

小児科医長　久保俊英先生が Eminent Scientist of the year 2011を受賞!

当院小児科医長の久保俊英先生が、IRPC（国際研究振興協議会）から『Eminent Scientist of the year 2011』を授与されました。先生のご専門である、小児の内分泌学におけるすぐれた研究、臨床の業績に対して贈られたものです。IRPCは発展途上国の医学研究推進を目的に1993年のイギリスで創設された国際的な組織で、毎年数名ずつ表彰しており、今回本邦からは、広島大学原爆放射線医科学研究所の本田浩章教授と久保先生の2名が選ばれました。これまでにも、内外の著名な研究者が受賞者に名を連ねています。受賞内容は、Recent Advances and Recent Updates 12, 49-53,2011に掲載されています。

東日本大震災医療派遣報告

平成23年3月11日に発生した東日本大震災は、テレビニュースに流れる津波の様子が、この日本で起こっているとはにわかに信じることができないほどの未曽有の大震災で、遠く岡山の地にいる私たちの誰もが、「いったい自分たちに何ができるのか」と心を痛めたと思います。当院からは、地震発生からすぐに放射線科2名、1週間後に外科系チーム、4月に入って内科系チームが現地に入り、医療支援を行いました。今号では、災害直後に現地に入った放射線科、外科チームの皆さんの手記をご紹介いたします。各自の思いが伝わるよう、原文のまま掲載します。物見遊山の旅でないため、写真はほんの数枚、記録として撮影させていただきましたことをお断りいたします。

外科　太田　徹哉

東日本大震災医療支援二日目。我々の担当は、東松島地区。津波で壊滅的な被害を受けた野蒜地区の避難所へ。カーナビを頼りに運転していくと、突然道が途切れた。本来は集落があったと思われる地域が水没している。その中にぽつんと取り残された車が一台。被害の甚大さをまざまざと見せつけられた。

避難所となっている鳴瀬第一中学校で皆の健康管理をしていたのは、自身も被災した看護師さん3人。周辺から孤立したため満足な医療が受けられず、先行きの不安を感じながらも日々被災者の世話をしていたという。我々の姿を見て涙を流さんばかりに喜ばれ、予定を急遽変更して臨時診療を始めることに。

3階の音楽室を空けてもらい、早速診療開始。普段なら症状を冷静に聞くだけなのに、なぜそうなったかということを必然的に尋ねないといけない。語られる惨事の状況。あまりにもひどい…「ぜーんぶ、無くしてしまった。命以外は」と微笑みながら語る老女の言葉に、不覚にも涙してしまう。とにかくできるだけのことをしなければ…適切な医薬品を被災者へ提供することが自分の役目と言い聞かせ、もくもくと診療を続ける。

避難所内の往診も含めて、午後4時前に80名あまりの診療が終わった。少しは役に立てただろうかと考えていたところに、被災者の方から我々におにぎりの差し入れが。避難所のサポートをしている中学校の女先生が、わざわざつくってきてくれたとのこと。

「保存食を持参してきているので、皆さんで分けてください」と何度もお断りしたが、「宮城のコメはうめぇんだから!ほら!」と差し出してくれる。ご飯を口にするのは二日ぶりだったし、ご好意に甘えて有り難くいただいた。中に梅干しの入ったおにぎりは確かに美味しかった。救援に来たはずなのに、逆に人々の優しさに触れるなんて。

別れ際、避難所で頑張っていた看護師さんに、「今はこんなナリだけど、今度はもう少しキレイな格好しておかねば!」と笑いかけられた。いえいえ、今の姿はじゅうぶん美しいですって心の中でつぶやきつつ、避難所を後にした。

東日本大震災医療支援派遣体験記

小児外科　高橋　雄介

今回の派遣は私にとって貴重な体験でした。3月17日に活動拠点の仙台医療センターに入ると、各地から派遣されたDMATにより概ねコントロールされた後で、我々の役割は少なかったと思います。18日、19日と東松島地区に向かいましたが、そこでは津波により薬を失った慢性疾患の患者様たちが避難所にあふれていました。今回の派遣で感じたことですが、我々の活動する時点で必要だったのは救急対応より慢性疾患への対応であり、災害後刻々と変化する状況に合わせて活動することの必要性を感じました。また、病院としてDMATを持つ必要はあると思うし、もし公募されるのならば立候補したいと思いました。またもし当院が災害拠点病院になるのであれば、司令塔として救急部の存在が必要ではないかと感じました。

災害医療班活動報告(避難所の活動)

副看護部長　長谷川　美加

避難所での診療も考慮して準備してきましたので薬品・材料等も不足はありませんでした。様々な医療施設等が避難所を回るという状況では急場は凌げても被災者の方々にとって安心できる継続的な医療の提供には不十分であり、そのための基盤を作ることが私達の役割の一つと考えました。特に記録はそのために重要と考え当院の外来記録用

紙を持参し、医師には通常診療より詳しく日本語で記録をしていただきました。全体ミーティングで検討した結果、記録を一括して保健センターで管理としどの施設が診療に行く時もまず保健センターで記録を受け取って追記して活用することになりました。当院の第2陣が参加した時にも活用されていたとのことで嬉しく思っています。

東日本大震災医療支援に派遣されて

5A病棟　真壁　文恵

平成23年3月16日から20日まで、仙台で活動をさせていただきました。

現地での活動は、仙台医療センター内での救急外来の支援と避難所での診療活動、情報収集が主なものでした。このような活動は初めてで、「こんな自分に何が出来るだろう…。」との思いが強かったのですが、参加したスタッフのチームワークがよかったこと、被災者の方からの感謝の言葉は勿論ですが何より疲弊しながらも使命感に燃えて頑張っておられる仙台医療センターのスタッフの皆さんと一緒に働かせていただくことで元気をもらい活動できたと思います。普段の仕事の中ではできない貴重な体験をさせていただき、よい勉強になりました。

東日本大震災医療班活動に参加して

薬剤科　倉本　成一郎

この度、当院を代表し、東日本大震災の医療班活動に参加させて頂きました。

私自身、このような活動に参加させて頂くことは初めてで、また当院が国立病院機構の医療班で初の避難所での活動と聞き、不安を抱き避難所を訪ねました。

活動当初はとまどいもありましたが、医療班活動を通じ、薬剤師のニーズは非常に高く、調剤、服薬指導は勿論、医師へ継続処方時の同効薬名、用法、用量のアドバイスなどでお役に立てたかと思います。

また太田先生をはじめ、他のスタッフとも連携が図れ、現地の医療に微力ではありますが貢献出来たかと感じています。

この経験を生かし、今後の業務に生かして頑張っていきたいと思います。

この場を借り、事前準備等に協力して頂いた、当院職員ならびに薬剤科スタッフの皆様に厚くお礼申し上げます。

庶務班長　村上　孝次

3月17日早朝、仙台医療センターに到着した。

医療班のメンバー達が救急応援や準備で慌ただしく動いているなか、明日の避難所診療に必要なガソリンを確保するため福島県内へ単身赴く。燃料がなければ診療に行くことさえも出来ない。

福島からの帰り道、辛うじて通行可能であった仙台東部有料道路を走る。

津波で甚大な被害を受けた仙台市若林区を通り、仙台空港へ続いている道路である。

道路の下は一面津波による濁水であった。おびただしい数の車が浮かび、うっすらと雪が積もる。

その車に救助の手が届いている気配はない。まだ震災から1週間も経っていないのだ。

夕方、薄暗く地吹雪が吹き荒ぶ道を運転していると、言いようのない大きな不安が募ってくる。

メンバー達の顔を見るまで、その気持ちを払拭することは出来なかった。

放射線科主任　今井　英司

私たち放射線科が派遣されたのは現在も多くの問題と直面している福島県であり、その任は20km圏内からの避難者ならびに福島県民の放射能汚染の測定が主で、他の医療班とは異なる活動内容でした。

活動拠点となった対策本部には文部科学省や多くの専門家の方々が数多く参加しており緊迫した雰囲気の中での会議となりました。

また、ここはテレビ中継でもお馴染みとなっている場所で多くの報道関係者と機材で溢れかえっており、中継中に映ってしまうのではと、別の意味で緊張した場所でもありました。

実際の活動場所は避難所や保健所などの様々な場所で測定を行いましたが、住民の多くが放射能という目に見えぬものの恐怖からか、真剣な眼差しで測定の順番を待っており、汚染がないと分かると先程までの表情とはうって変わり笑顔でお互いを励ましあっていたことが非常に印象的で、この笑顔を取り戻せただけでも測定に意味があった事を感じられることが出来ました。

まだ先の見えない状況ですが、機会があればまた参加したいと思います。

最後となりましたが、東日本大震災で被災された皆様にはお見舞い申し上げますとともに、被災地の一日も早い復興を、心よりお祈り申し上げます。

看護学校通信 Vol.5

助産学科

～入学式を終えて今思うこと～

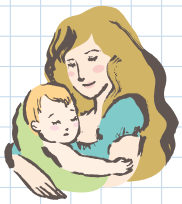
助産学科　持留　恵里

入学式を終えて、１ヶ月が経ちました。最初は緊張してぎこちなかった20名の仲間も、少しずつ新たな生活に慣れ始めています。現在、東日本では大勢の方が地震の被害を受けている状況が続いています。

また、助産学科の開設にあたり、多くの方々の熱い思いや努力があったことも知りました。そのような中で一期生として入学した私たちにできることは、今ある環境に感謝し、助産師としてその力を還元していくことではないかと思います。これから、１年間という短い期間の中で、専門的な知識や技術を習得し、10例の分娩をとりあげます。つらい事や苦しい事も多々あるとは思いますが、同じ助産という道を志した仲間と共に励まし合い、妊産褥婦さんとの出会いを大切にし、自己成長できるように努めていきたいです。そして、自律した優しい助産師を目指して精一杯学んでいこうと思います。

クラス目標は大きな樹木をイメージして

一期生の力で、本校の「博愛」「叡智」「自律」という教育理念をもとに助産科の新たな道を切り開いていきます。



Column

接遇について

フリーアナウンサー
遠藤寛子

いま、できること

東日本大震災から2ヶ月あまりが経ちました。犠牲となられた方々のご冥福をお祈りするとともに、今も大変なご苦労を強いられている被災者の皆さまには心からお見舞いを申し上げます。あまりにも残酷な状況を報道などで目の当たりにし、何かせずにはいられないと義援金や支援物資を送ったり、ボランティア活動に携わったりされた方も多いのではないでしょうか。～今回は私たち岡山在住アナウンサー有志で行なっている活動の紹介をさせてください。私たちはこのたび【おはなしのWA♪】というボランティアグループを立ち上げました。幼稚園や保育園などに出かけて絵本などの読み聞かせをさせていただき、支援金を募ります。そこで寄せられた浄財は『3.11支援プロジェクト@岡山』を通して『NPO宮城復興支援センター』のサポートに役立ててもらおうというものです。こうした活動はほんの小さなきっかけにすぎないかもしれませんが、これにご賛同いただけた方々の大きな思いが、被災地にいる方々のもとに届き、復興に役立てられれば幸いだと思うのです。ご賛同いただける幼稚園や保育園などを随時募っています。息の長い、継続的な支援活動になればいいと考えております。一人一人の小さな一歩が大きな前進につながると信じて。

PROFILE　平成5年、山陽放送株式会社入社。在局中は夕方ローカルワイドニュース「山陽TVイブニングニュース」や県政・市政などのテレビ番組、スポーツ番組のリポートなどを担当。また、ラジオではお昼のワイド番組をはじめ、数多くの番組を手がける。平成12年に同社を退社後、フリーとして活動中。現在は、山陽放送テレビ・ラジオで朝の定時ニュース担当。またイベントや式典、ウエディングなど、様々なシーンでの司会進行でも活動を続ける他、マナー研修の講師も務める。

健康 Healthy recipe レシピ

栄養管理室 PRESENTS!

初夏に食べたいメニュー

梅雨の季節が近づき本格的な夏まではもう少し。夏バテしないように、体力をつけておきたいものです。今回は簡単、でもしっかり栄養メニューを紹介したいと思います!

ナスと豚肉のあったかうどん

1人前
エネルギー:410Kcal
たんぱく質:10.9g
塩分:4.1g

【材料】2人分

●うどん	2玉	☆水	300㎖	A
●豚肉	80g	☆醤油	大2	A
●ナス	2本	☆みりん	大2	A
		●すりごま	適量	

【作り方】
① ナスは半月切りに、豚肉は一口大に切ります。
② 鍋にAを入れて沸騰したら豚肉、ナスを加えます。うどんは茹でておきます。
③ 茹でたうどんはしっかりと湯を切りうつわに盛り付け、②を上からざっとかけます。最後にすりゴマを適量のせてできあがりです。

みょうがの栄養

豚肉にはビタミンB群が豊富です! 体力をつけたい時期にぴったりです!

脇役になりがちなみょうがですが、あの独特の香りの成分は“アルファピネン”と言う成分。働きは発汗を促したり消化を促進したりと夏には最適の食材です。

みょうがときゅうりの酢の物

【材料】 2人分

●みょうが	3個	☆酢	大2	A
●きゅうり	1/2本	☆昆布	2g	A
●ミニトマト	3個	☆砂糖	小1	A
●青しそ	2枚	☆醤油	小1	A

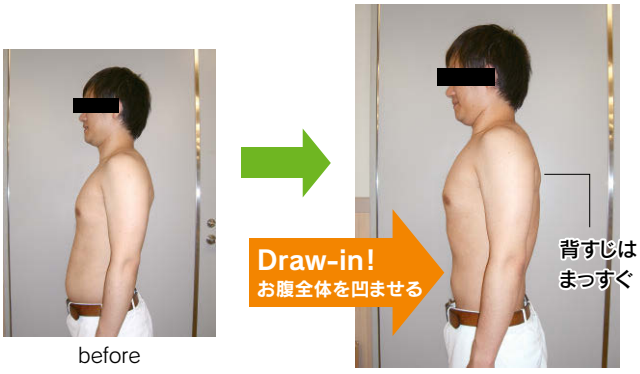
【作り方】
① みょうがは斜め薄切り、キュウリは細切りにします。ミニトマトは1/4カット、青じそは千切りにします。
② ボールにAを入れ、①の材料を混ぜて、冷蔵庫で10分冷やして出来上がり。

健康 Healthy ワンポイント One-point lecture レクチャー

ドローインはお腹が凹む!?

リハビリテーション科 PRESENTS!

ドローイン(draw-in)とは腹筋トレーニングのひとつでお腹を引き締める運動です。腹筋の中でも体幹安定化に重要なインナーマッスルである腹横筋が効率的に働き、腰痛対策に有効とされています。私も以前からスポーツやリハビリテーションの現場でベーシックトレーニングとして用いてきました。最近ではウエストのサイズダウン効果についても研究されており、お腹を凹ますメソッドとしても注目されています。メカニズムについては明らかでない点もありますが、腰背部の筋を活性化させ代謝量が増加することや内臓の位置を正常化させたりするなどの機序が考えられているようです。この研究に協力している私の友人も情報番組はなまるマーケットに出演して従来の腰痛対策に加えウエストのサイズダウン効果が期待されると紹介していました。ドローインの方法は背すじを伸ばした状態でお腹を大きく凹ませます。ポイントは中心となるおへそを背中にくっつける意識で動かすことです。簡単な運動なので腰痛のある方やウエストが気になる方(?)など痛みのない範囲で試してみてください。



●お腹の凹ませ方●

地域医療研修室　セミナー・講演会（6月・7月・9月）

会場：当院4階大研修室
時間：19:30～20:30

日　程	種　　別		演　　者
6月21日（火）	第110回初期治療セミナー	悪性リンパ腫の診断と治療	当院血液内科　朝倉　昇司
7月 5 日（火）	第35回薬剤師研修会	前期破水で使う薬	当院産婦人科　熊澤　一真
9月20日（火）	第111回初期治療セミナー	がん地域連携パスの活動について	当院消化器科　山下　晴弘 ほか4名

教育研修部　研修だより

桜咲く中の初期研修医歓迎宿泊研修

統括診療部長　佐藤　利雄

今年度も初期研修医の歓迎宿泊研修（4月8・9日）から職員宿泊研修がスタートしました。平成17年度の第1回から数えて40回目になります。新人研修医15名は、オリエンテーションの最後に土曜日昼から翌日昼までの1日間、先輩研修医・スタッフ指導医と共にロールプレイやワークショップ、夕食、温泉入浴、宴会と寝食を共にします。この研修で一気に緊張がほぐれ、接遇や職場のルールも学びます。今年は自由度の高い研修プログラムを実施するため、会場のレスパール藤が鳴には多くの診療科も説明に集まり、宿泊者を含め総計61名の参加者で盛り上がりました。新人研修医は、スッキリした充実感を持って翌日から職場に入りました。

医療安全通信

－セーフティーマネジャー会議より－

医療安全とは…

医療従事者の個人レベルでの事故防止対策と、病院全体の組織的な事故防止対策を進めることにより、医療事故の発生を未然に防ぎ、患者さんが安心して安全な医療を受けられる環境を整備することを目標にしています。毎月会議を開催し、医療安全における院内教育の計画や、院内医療安全ラウンドの施行や、院内への周知徹底方法などについて各グループに分かれ検討を行っています。

各グループのワーキング風景

編集後記

今回から、広報誌編集チームとホームページ運営室が合併し、医療広報推進室として、情報発信を担っていくことになりました。室長の津島医長（泌尿器科）のもと、引き続き、広報誌を担当してまいります。よろしくお願いいたします。人智を超えた大被害をもたらした東日本大震災。今号でも特集しましたが、全国的な、老若男女を問わない、愛国的ともいえる助け合い機運の高まりには、正直なところ、「日本人も捨てたもんじゃないな」と感じています。石原東京都知事の「天罰」発言は言葉遣いに適切さを欠いていましたが、ともすれば浅薄・安直・気弱に流れ、日本人としてのアイデンティティが希薄になりつつあったことは事実。精神的・物質的な「日本人らしさ」への回帰と、より強靭な進化のために神が与えた試練ととらえて、今一度、復興という『坂の上の雲』に向けて、皆で頑張るしかないと思います。災害が少なく、他人に助けられたことの少ない岡山人ですが、ここはひとつ発想を転換し、良い意味でとことんマイペースとなり、元気を周りに分け与えることが貢献になるような気がします。晴れの国岡山。身も心も、晴れ晴れ元気に、チャレンジングに行こうではありませんか！　（大森　記）

ザ・ジャーナル!!
広報第6巻　第1号　平成23年5月30日発行（年4回発行）　発行責任者／津島知靖　編集責任者／大森信彦　独立行政法人 国立病院機構 岡山医療センター 医療広報推進室
〒701-1192 岡山市北区田益1711-1　TEL 086-294-9911　FAX 086-294-9255　URL http://okayamamc.jp/　E-mail info@okayama3.hosp.go.jp　印刷：㈱ 中野コロタイプ