- Ogenkidesuka-

お元気ですか?

第4号

2021年4月発行



「春のひかり」 撮影者:飯島 浩宣

CONTENTS

(3)	病院の理念と基本方針2
	骨盤臓器脱について(産婦人科)3
(3)	紙上ナイトスクール☆彡 運動を続けるコツ4
	シリーズ職場紹介(放射線科)5
	売店リニューアル6
(3)	令和3年度版外来担当医表7
8	当院の診療体制のご紹介
8	オンライン面会をご利用ください9
8	専門・認定看護師の仕事 老人看護専門看護師 10
8	シリーズ在宅療養 在宅でできるリハビリテーション 11
	

聞き慣れないと思い

呼ばれ、 腸が腟に包まれ きてしまいます。 の咳や便秘などが原因で骨盤底筋 本来女性の骨盤内は骨盤内の筋肉 盤臓器脱とは女性特有の疾患です が緩んでしまい、膀胱・子宮・直 (骨盤底筋) によって支えられて って膀胱瘤、 骨盤臓器脱はその総称で た状態でとび出て 出てくる臓器に

盤臓器脱を認めるという報告があ た女性 ませんが、 本にお 決して稀な疾患ではありませ 0 しが 欧米では出産を経験 て正確なデ 40 % で何らか タはあ 7の骨

岩宗 政幸

のため、 診せず悩んでいる患者さんが多 があります。 があったり、 治療法には保存療法と手術療法 して受診されることが多 れています。 比較的年齢の高い方や持 加齢と関連する疾患 尿を出しづらか た感覚 です。

に支える方法があります。 を腟内に挿入して脱出しない 手術療法には、 ッサリーというリング状の器具 保存療法には、 緩んでしまった 骨盤底筋体操と

なってしまいます。

長時間手術に

状態でな

い と

メッシュ関連

ろんデメリット

もあります。

作業が多い

ため手術時間が長く

もあります。

望されてもご希望にそえな

61

病のある方が多く、

手術療法を希

組織の余分な部分を切除して縫い

て押し込む方法

(腟壁形

尿病のある方や高度の肥満の

状態にする方法です。 では 2 0 残ってい 付けてお腹の中に引っ張り込んだ なる患者さんもおります ため甘楽富岡地域以外から紹介と 県内では当院でしか行っていな 腔鏡を用いて腟にメッ を用いた術式も開始しました。 固定術(LSC)というメッシ という弱点があります。 良い術式ではありますが、 ッシュを用いた方法です。 るため再度緩んでしまう 18年に腹腔鏡下仙骨腟 比較的再発率が高 ものは人工物の この術式は シュを縫 現時点で 当院

ユ

い腹



子宮脱



膀胱瘤



腟閉鎖術を行うことになっても LSCの適応がなく、

病院の理念と基本方針

理 念

患者中心の医療

運営の基本方針



- 1. 一人一人の人権と尊厳を尊重し、質の高い医療提供に努めます。
- 2. 地域医療の中核として、関係機関との連携を図り、地元のニーズに応えます。
- 3. 富岡地域医療企業団として、高い公共性と倫理性に基づいた事業運営に努めます。
- 4. 全職員が、生きがい、やりがいを感じられる職場作りに努めます。
- 5. 企業団として地域医療構想に対応します。

2019.04改

患者の権利の

- 1. 診断、治療、予後について、十分な説明のもとで納得のいく医療を受けられます。
- 2. 納得のいく医療を受けるために、主治医以外の医師や医療スタッフの意見 (院内、院外セカンドオピニオン)を聞くための情報提供を受けられます。
- 3. 検査や治療を始める前に、同意に必要な情報提供を受けられます。
- 4. 十分な説明後、希望しない検査や治療は断ることができます。
- 5. 診療に関する記録は、開示を求めることができます。

2019.04改

紙 上ナ 1 <u>|</u> スク

休止していますが、予定していた講義内容の一部をお届けします。新型コロナウイルス感染拡大の影響によりナイトスクールを



運動を続ける『コツ』

心構え編

作業療法士 櫻井 智

清々しい気分になるから゛゛いく かけは何でしょう?、スッキリ ないなんて話、よく耳にします。 すね。でも、どうしても長続きし むため、・・・理由は人それぞれで つになってもテニスを楽しみた 運動をはじめようと思うきつ "病気の予防・改善に取り組

1. 目標をはっきりと

果の進捗が分かりやすいものほ 自分にとって価値が高く、また効 りたい〟といった抽象的なものよ ど良いです。ですから゛リフレッ シュするため゛゛健康な身体にな 「明確な目標を持つ」ということ した。コツ、があります。それは 運動を続けていくにはちょっと 目標は何でもよいのですが、

> 下世話な目標の方が長続きしたいと思わせたい〟といった、案外の同窓会こそは、スリムで若々しり、。○○kg痩せたい。。来年 りするものです。

増やしていくことが肝要です。 きなり張り切らないで少しずつ かって運動をはじめましょう! 目標がはっきりしたらそれに向

セルフエフィカシー (自己効力感)とは?

「自分がある状況において結果

ことと、自分と似た条件のモデル 考えられています。セルフエフィ そうだと感じる「モデリング」が る・聞くなどして、自分にもでき となる人が成功していることを見 できたという「成功体験」を得る カシーを高めるためには、うまく たりしても続けることができると ずにその行動を行えるようにな 失敗したり困難なことがあっ

3

脂肪やコレステロールの値、血圧、 血糖が改善した→数値を記録∜ になった→何キロ痩せた。 くなった→何キロ、何分≈ 。歩く距離が伸びた、歩くのが早 ようにしておくことが大切です。 なるべく具体的で定期的に記 *"*スリム 血中

記録しにくい場合はスマホ等で います 画像や動画に残しても良いと思 録(日記)するようにしましょう。

自覚できるようになっていれば、 もう軌道に乗っている証拠ですよ。

重要です。

感じるために「成功体験」を

目標に対する達成度が分かる

運動がある程度継続し効果が

示の下、 体に悪影響があるのでは?と感じて 射線を使った検査では被曝が心配 ントゲンの人が丁寧に説明させて が安心して検査が受けられるようレ らいつでも声を掛けて下さい。皆さん 査の被曝で不安なことがありました た上で使用する放射線の量をコント 状態、体格など色々な事を考慮し 私たちは日々の業務の中で医師の指 た検査を行う」と言うことです。放 いる方も多いのではないでしょうか 「より少ない被曝線量で診断に適し ールしています。もし、少しでも検 患者さんの体の状態や呼吸





2

が持っているかどうか認知するたで行っていくための能力を、自分を出すために適切な行動を選ん めの言葉のこと」です。

ることができると、努力を惜しまセルフエフィカシーを強く感じ

日光を浴びません)。 に窓はなく、仕事をしていると全く

ていただいています。 病気の診断に活用されています。ま 度に調べることができるため様々な 様々な場面で皆様と関わりを持たせ 治療、バリウム飲んでぐるぐる、など びれるなどの症状のときに受けたり で、脳梗塞を調べたり、腰痛や足がし ン」と音がする騒がしい検査のこと います。MRI検査とは「ガンガンガ た、MRI検査も私たちが担当して 程度の息止めで胸から骨盤までを一 れる非常にありがたい検査で、15秒 射線を使って体の中を詳しく調べら 例えばCT検査です。CT検査は放 はなく様々な検査を担当しています。 はレントゲン写真を撮影するだけで します。他にもPET検査、放射線 モグラのような私たちですが、

シリーズ職場紹介

明すると『レントゲンの人』です。放

いでしょうか。放射線技師を一言で説

てもレントゲンの人と聞くと、ああ聞 射線技師という名前はピンとこなく 思われている方も多くいるのではな

付いているから危険人物っぽい!」と 事ってなに?」「何となく放射線って ご存じでしょうか、「放射線技師の仕

皆さんは放射線技師という仕事を

科について紹介したいと思います。

はこの紙面をお借りして放射線技術 がら日々の仕事を行っています。今回 どいろいろな職種の方々と協力しな

18名のメンバーで、医師や看護師な

なにかと仕事が多い事務員1名、計 診療放射線技師17名と受付以外でも

私たち放射線技術科は、個性的な

化」だと思います。何か難しいなあ …と思う言葉ですが、 大の仕事というと「被曝線量の適正 その中でも私たち放射線技師の最 簡単に言うと

公立富岡総合病院

検査の画像や写真がよく見えるよう

にわざと暗くしているのです(ちなみ

暗い顔で検査する訳ではありません。

の人が集まる職場ですが実は、非常

はないでしょうか。そんなレントゲン いたことがあると思う人も多いので

に暗いです・・、といっても私たちが

4 最後に

管理) // す)、も含め、生活全体で取り組 ことはできません。、栄養(食事 すから運動だけでは効果を得る に身体が作られていくのです。 作る材料ですし、休養している間 が栄養・休養です。栄養は身体を 有効にするために欠かせない ルを送るための作業です。運動を と強い身体が必要〟というシグナ ません。筋肉や神経、脳等に、もつ んでいくことが大切です。 『身体への物理的な刺激』に過ぎ 運動というのは極端に言えば "休養 (スト レスを無く で 0

せんか 思い切って、自分改革、してみまをはじめるのに最適なこの季節 いかがでしたでしょうか。運動

can do it

富岡地域医療企業団

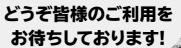
診療科	時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
pt.	午前	(内分泌·DM)登内 (呼吸器)石塚 (初診)*茂木(永井) (再診)飯塚	(内分泌·DM)永井 (呼吸器)原 (初診)*茂木(登内·*長井)	(内分泌·DM)永井 (呼吸器)石塚 (初診)原田 (腎臓)*高橋哲 (腎臓/2·4週)*竹内	(内分泌·DM)登内 / 髙橋健 (呼吸器)原田 (初診)竹原	(内分泌·DM)永井 (呼吸器)竹原 (初診)原
内科	午後			(血液)*群大三内 (再診/第3週)飯塚 (禁煙/15:00~16:00)飯塚 (腎臓)*高橋哲 (腎臓/2·4週)*竹内		
神経内科	-					*中村(再診)
消化器科	午前	井上 (初診)岩本	岩本 (初診)若城	岩本 (初診)井上/若城(隔週交代)	(肝臓)齋藤 (初診)井上	(初診)齋藤 若城
/月16位行	午後		(肝臓)齋藤 (肝臓/1·3·5週)*高崎総合			
循環器科	午前	(初診)石窪 杉戸	(初診)金子	金井 / 金子	(初診)杉戸 *金古	石窪 (初診)金井
	午後		*瀬田 *(第2週)高間			
心療内科	午前	横川	横川 / *井上	横川	横川	横川
1673R P 311T	午後		(予約)*井上	(施設往診)	(予約)横川	
小児科	午前	小須田 井上 (回診後)小板橋	小須田 / 髙橋	井上 / 小板橋 / 髙橋	小須田 / 井上	小須田 / 小板橋 (2·4週)髙橋
3,2011	午後	(乳健2ヶ月〜)各担当医 (予防接種)井上 / 各担当医	(心臓)小須田	(喘息)井上	(消化器/2·4週)*五十嵐	(1ヶ月乳児健診)小須田/小板橋 (1ヶ月乳児健診/2·4週)高橋
外科	午前	佐藤 (乳腺)五十嵐	(初診)池田 (一般·血管/1·3週)*尾形	井上 (乳腺)五十嵐 (筋膜リリース)門脇	門脇	佐藤 / 池田
	午後					(HPN・ストマ・緩和ケア)佐藤
整形外科	午前	(脊椎)松原 / 原 三森	(股)小林/鈴木隆 (膝)小野 柳澤	(膝)小野 (1·3詢)三森 (2·4週)原 柳澤	(股)小林/鈴木隆 (脊椎)松原 加地 (2·4·5週)*日尾	(脊椎)原 (1·3週)松原 / 加地 (2·4週)鈴木隆 / 三森
## L 1	午前	五十嵐 / 鹿沼	五十嵐 / 岩宗	鹿沼	五十嵐 / 鹿沼 / 岩宗	五十嵐 / 鹿沼 / 岩宗
産婦人科	午後	(産後フォローアップ外来)	(手術)(産後フォローアップ外来)	(手術)	(産後フォローアップ外来)	(産後1ヶ月健診)
泌尿器科	午前	(予約)田中 (初診)塩野	(予約)町田 (初診)田中	(予約)大澤 (初診)須長	(予約)大山 (初診)大澤	(予約)塩野 (初診)大山
	午後	(予約)田中		(予約·CAPD/15:30~)大山		(予約·排尿機能)塩野
中毒到	午前	渡辺	渡辺	渡辺	渡辺	渡辺
皮膚科	午後	(1·3·5週)*群大	(15:00~)渡辺	手術		(褥瘡回診)
脳外科	午前	寺崎	三隅	*大澤	三隅	寺崎
眼科	午前	小林 / 鈴木	小林 / 鈴木	小林 / 鈴木	小林 / 鈴木	小林 / 鈴木
RIX1°T	午後	(手術)	(予約検査·治療)	(予約検査・治療)	(手術)	(予約検査·治療)
耳鼻科	午前	松井 / 矢島 (10:30~1人病棟回診)	松井 / 矢島 (10:30~1人病棟回診)	松井 / 矢島 (10:30~1人病棟回診)	松井 / 矢島 (10:30~1人病棟回診)	松井 / 矢島 (10:30~1人病棟回診)
	午後	(手術)	(特殊外来)	(予約検査·外来手術)	(手術)	(特殊外来)
歯科·口腔	午前	佐々木 / 金井	佐々木 / 金井	(手術) / *齋藤	佐々木 / 金井	佐々木 / 金井
<u>外科</u>	午後	(外来手術・口腔ケア)	(外来手術・口腔ケア)	(手術)	(外来手術・口腔ケア)	(外来手術・口腔ケア)
画像	午前	岡内 / 倉林 / 松田	岡内 / 松田	岡内 / 倉林 / 松田	岡内 / 倉林 / 松田	岡内 / 倉林 / 松田 /*前原
放影断線	午後	岡内 / 倉林	岡内 / 倉林 / 松田	岡内 / 松田 (IVR)*宮崎	倉林 / 松田 / * 橋詰 (RI) * 樋口	岡内 / 倉林 / 松田
科 放射線 治療	午前	齊藤	齊藤	齊藤	齊藤	
/17/57	午後	■ 齊藤 / * 大高		齊藤 / *関口	齊藤	* 岡崎
麻酔科	-			(13:00~15:00) 宮崎 or 澤野 or 村田 or 濱野		
☆Ⅲ号◇炒ぐより	午前	平戸	平戸	*佐々木	平戸	平戸
病理診断科	午後	平戸	平戸		平戸	平戸

公立富岡総合病院の売店がリニューアル!!



リニューアルオープン 4月5日!

2021年4月より、レストランスペースに売店が移設して、大幅リニューアルオープン! コロナ禍において、食事は "食堂からテイクアウトへ。"「出来立て」「ぬくもり」「満足感」を コンセプトに、これまでよりもお弁当や、焼き立てパンをさらに充実! 売り場も広く、新しくなって、今までよりも商品ラインナップも充実します。



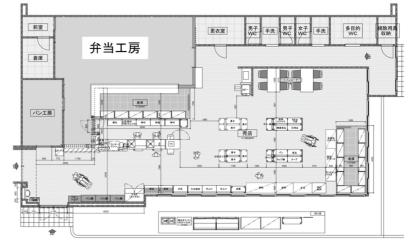




出来立て弁当を作る「弁当工房。」 今回のリニューアルの目玉です。 日替り弁当、定番弁当、季節弁当・・と ラインナップも大幅強化。 ちょうどお昼頃に出来上がるので、 出来立て直販で大満足!



飲食スペースを最小限に、 商品陳列スペースを最大限に 取りました。 広々とした店内に生まれかわります。



新しい売店の図面(案)



各種お弁当メニュー例



のり弁



ハンバーグ弁当

から揚げ弁当

オンライン面会をご利用ください

新型コロナウイルス感染防止対策で入院患者さんへの面会を禁止しているため、オンライン面 会の体制を整えています。病室と院内の面談室やご自宅をインターネット回線で接続し、画面上で 入院患者さんと面会することができます。新型コロナウイルスのワクチン接種も段階的に開始とな り感染症対応も新たな局面を迎えておりますが、院内感染防止のために当分の間は面会禁止を継 続する予定です。

面会禁止はお互いの顔が見えない不安がありますが、オンライン面会を利用された方からは「久 しぶりに顔を見て話ができて楽しかった」「表情を見て安心した」「病状の回復がわかった」など感想 が寄せられています。中には理髪店で身支度を整えて面会に訪れた方もいて、久しぶりの対面に互 いの思いを寄せていました。

入院によるストレスで落ち込む患者さんも、オンライン面会を通じて表情が穏やかになります。 このような場面に立ち会うとコロナ禍以前では当たり前だった面会の大切さを改めて感じます。

入院中の不安が少しでも和らぐよう、オンライン面会を活用してはいかがでしょうか。 ご予約は医療ソーシャルワーカー (患者支援係)や、お近くのスタッフへお声掛けください。

面会時間

平日14:30~16:30の間で事前予約制 1回あたり10分程度

*上記の時間内でも都合で、お受けできない場合があります。

面会方法

①院内の面談室から接続する

②自宅のインターネット端末から接続する

*自宅からの接続には、オンライン会議ソフトZoomを使います。 予約時に希望する方法を教えてください。



副院長兼診療部統括診療部長 当院の診療体制のご紹介 樋口

達也

性期病院とは異なり

治し支える

「生活支援

公立七日市病院は高度な医療を提供する急

別に分けて入院治療を行う体制となりました 型医療 地域医療機関からの入院依頼には柔軟かつ速 営の改革を継続し、 み慣れた生活の場で療養できるよう地域医療 よう医療の立場から支援することに努めてお 機関と連携し、 ますが、どちらの病棟も患者一人 当院は地域の特性を考慮しながら病棟運 の変化により病棟を移動することもあ の提供を中心に診療しています。 自分らしい生活が継続できる 現在は3つの病棟を機能 一人に適

連携、 所で健康的な生活が過ごせるよう支援してい 問看護ステ 通院困難な方には訪問診療をおこない

外来診療は総合的な内科診療が中心ですが

康診断や予防接種による健康維持にも取り組 整形外科医師や皮膚科医師の診療により、 要とされる疾患に対しては公立富岡総合病院 るようになっています。 に円滑に受診できる体制を整え、そのほか健 んでいます。 の健康問題を抱える方も安心して通院でき より高度な医療が必

強化し地域の皆様が自分らしく生活するため 療を行う を行ってきましたが、 できるようになってきました。 医療情勢や地域の特性の変化に応じた改革 他職種との連携、 ためには連携が重要です。 より良い生活支援型医 地域医療機関との連 職種内の

令和2年4月から12月の状況

フ間の協力で緊急往診にも対応

ショ

ンと連携して住み慣れ

た場

訪問診療件数

1,172件

紹介状が届いてから 転院までの日数

平均 4.5日

主な入院病名

脳卒中	81人
大腿骨頚部骨折	57人
肺炎	47人
神経難病	37人
圧迫骨折	30人
心不全	24人
	他



人看護専門看護師

看護部1病棟 マネジャー 齊田 綾子

専門・認定看護師とは、特定の看護分野における熟練した看護技術 や知識を持っていてあらゆる場で看護を必要とする対象に、水準の 高い看護実践のできる看護師のこと。ここでは、当院に在籍する

増やすよう取り組んでいます。

状態となるようなケア方法や身体拘束に 病棟看護師と共に、 方法について話し合う機会を 拘束を必要としない

学びたいと思ったのがきっかけでした。 を体験しながら生活している高齢者と、 さまざまな心身機能の変化や症状・疾患 として自分の強みとなる専門性を持ちた 看護師の資格認定を受けました。 です。私は公立富岡総合病院を一度退職 い、当院に求められる高齢者看護を深く し、当院に再就職した後、老人看護専門 老人看護専門看護師は、加齢に伴って はじめまして、公立七日市病院の齊田 看護師

けていきたいと思います

高齢者の生活を支えている家族等に看護



幅広い役割が

円滑

自分に何ができるのか、これからも考え続 生活習慣や知恵、生活史に関心を寄せて すが、その人がこれまでに築き上げてきた がら援助を行うことも多々あります。 によって日常生活動作能力も低下しやす が多く複雑に絡まりあっていますし、 いです。何を優先し、看護すべきか悩みな 人として尊重したケアを提供するために で

看護師だけ

専門・認定看護師を数回に渡って紹介していきます。

福祉関係者との調整など、 でなくケア提供者の相談対応や保健医療 認知症症状が悪化するのを予防し、 求められています を提供します。それ以外にも、 に治療が受けられ生活の場に退院でき 人院患者の身体拘束を最小限にするため、 現在は主に、認知症をもつ入院患者の ムの専任として活動しています。また、 多職種で構成された認知症ケア

落

君志で

かんばっ

高齢者は長年の間に患った疾患や症状

0 2

る口の体操を紹介しますので

今回は、ご自宅で簡単にでき

ぜひ、毎日の食事前に取り入れ

て下さい

①舌を前に出します ②舌を左右に動かします (口角にしっかりつくまで)

食事前に①②共に10回ずつ

▼

はじめに

効果:飲み込みに必要な首の筋肉を伸ばします ▼首回し

ゆっくり首を回します。 10秒かけて1周するように ゆっくりと

効 果 :

口や舌の力が鍛えられ、

飲み込みに役立

▼パタカラ体操



シリーズ在宅療養

在宅でできる

ハビリテ

ション

協力:言語聴覚士

理学療法士

生 林 方

作業療法士

リハビリテーション技術科

カ ラ

の飲み込みが上手くいかない

はありませんか。食べ物や唾液

飲み込み難さや、むせ込み

があります。

「誤嚥性肺炎」を発症すること

気道や肺に口の細菌が入り

動きや飲み込みの能力を鍛える

誤嚥性肺炎の予防には、口の

効果:舌の動きを良くすることで、

食べ物がス

▼舌の運動

ムースにのどの奥へ送られます。

ことがとても効果的です。

舌と唇を意識的に 大きく動かしながら 「パ」「タ」「カ」「ラ」と 発音します。 食事前に「パタカラ」を 10回程度

さいごに

目してください。 この機会にぜひ、 元気に過せるよう願っております の能力を意識することは少ないかもしれません。 体の変化を感じることがあっても、 好きなものを美味 ご自身の飲み込みについて注 しく食べて 飲み込み

ちます。

食事前に

左右回り各1周

体操について

※無理をせずに痛みのない 範囲で行ってください。

敬意了 Janoba

公立富岡総合病院に勤めていた頃、病棟の先輩が「すず音」という発泡清酒を教えてくれ、 とても美味しかった記憶がずっと残っていました。自粛のため実家の山形にも帰れない中、 年末にたまたまお店で発見し20年ぶりに飲みましたが、やっぱり美味しい!と感動が蘇り ました。それからは、色々な銘柄を見つけては時々味わうのが楽しみになっています。日本 酒が好きだった祖母を思い出しながら…。

富岡地域医療企業団公立富岡総合病院・公立七日市病院地域医療連携だより

公立富岡総合病院 内科外来初診患者の完全紹介予約制のご案内

内科では、専門的医療の強化と患者さんの 待ち時間等を少しでも削減するために、3月よ り初診患者外来を完全紹介予約制といたしま した。

他院からの紹介状の他に、事前の予約が必 要となりますので、かかりつけの医師にご相談 下さい。

疾患別に予約をお取りいたします

- ●糖尿病・内分泌系……月~金曜日の午前
- ●呼吸器系・その他……月~金曜日の午前
- ●血液内科……水曜日の午後

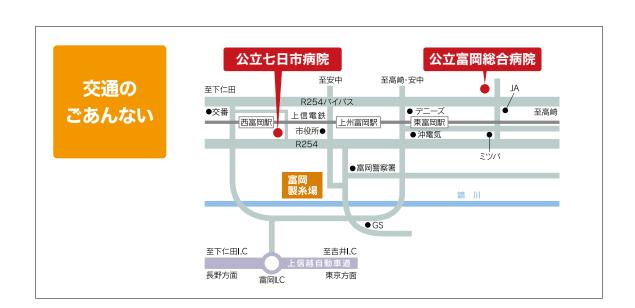
予約方法

お電話または中央受付窓口で、事前にお申し込みください

【予約専用電話番号】0274-63-2112

お問い合わせ:公立富岡総合病院 患者支援サービス課





発 行

富岡地域医療企業団 公立富岡総合病院

〒370-2393 群馬県富岡市富岡2073-1

TEL.0274-63-2111

FAX.0274-64-1406

http://www.tomioka-hosp.jp tomihp@mail.gunma.med.or.jp



雷

富岡地域医療企業団 公立七日市病院

〒370-2343 群馬県富岡市七日市643 TEL.0274-62-5100

FAX.0274-62-5211

http://www.nano-hosp.jp/ nanobyin@nano-hosp.jp



