

あおぞら

第62号



医療理念

1. 医療の原点に立った心温まる医療
【Humanism】
2. 高度医療の提供
【High Level】
3. 職員一同連携し仕事を通じての
人間的成長 【High Growth】

目次

ごあいさつ	2
「便秘外来」を開設しました！	3
長崎栄養改善学会：フォトギャラリーについて	4～5
トリアージ訓練がありました	6
NEW FACE	7
外来週間診療予定表	8

特定医療法人

ごあいさつ

理事長
大坪 俊夫



COVID19のパンデミックが始まって、2年を超えました。最初のアルファ株から、変異を繰り返し、ラムダ株、さらにオミクロン株と変化し、感染力、重症度は変動しています。現在流行しているオミクロン株の重症度は重くありませんが、感染力が一番強く、第6波で日本も含め全世界に感染爆発を起こしています。COVID19に対する治療として、ワクチンが従来に比較して速やかに開発され、日本では2回接種は80%済み、三回目ワクチン接種も高齢者では70%を超えてきています。各種薬剤の開発も進み、注射薬あるいは経口剤も投与可能となっています。ウイルス変異による病気の重症度が低下していることもあり、重症患者は少なくなっています。またコロナ新規感染数はやや減少し、まん延防止等重点措置が長崎でも解除されましたが、再燃する可能性があります。これからはウィズコロナの時代になりますが、不自由な生活はもう少し続けなくてはならないと思われま。三密を避けながら、マスクをして、生活をする。そんな生活に慣れていかななくてはならないと覚悟しています。

こんな状況の中、北京オリンピックが終了とともに、2月24日ロシアのウクライナ侵攻が始まりました。核爆弾をちらつかせながら、無差別攻撃を仕掛けており、我々から見ると力による現状変更を目指す、暴挙としか見えません。いまだに終結が訪れず、ウクライナでは子供を含む多くの人の命が失われる、悲惨な状況が世界中に報道されています。ロシアいやプーチンは、都合のいい口実をたて、ロシア国内の報道をコ

ントロールして、ロシア国内では、支持率を高めている状況のようです。報道の自由、言論の自由がいかに重要か思い知らされます。何よりも早くウクライナでの戦火が収まり、平和が訪れることを祈念します。

これからはコロナとの闘いから抜け出して行かないといけない時期になります。コロナはなくなることはなさそうで、インフルエンザと同じように長く付き合っていかななくてはならない感染症となると思われ、予防接種をどの程度の間隔で実施すれば、重症化しないのか？今後変異株に対してどう付き合うのか、今後も考えていかななくてはならないことです。

コロナ感染が広まってから、外来や検診の受診が減っているといわれています。感染するかもしれないと病院を避けている傾向にあり、がんの発見率が減っていると報告されています。これからは高齢化が進み、がんの発生も増えていきます。早期診断、早期治療が重要ですので、がん検診は積極的に受けていきましょう。また糖尿病、腎臓病、心臓病などの慢性疾患は治療中断すると、症状が悪化しますので、治療を継続しましょう。

この4月から、光晴会病院にも、多数の新人が加入しました。医師、看護師、コメディカルスタッフなどですが、みんなで力を合わせて、患者さんのために働いていきます。よりよい医療、安心安全な医療を目指して、長崎市北部の地域医療のため頑張っていきたいと思えます。よろしくをお願いします。

「便秘外来」を開設しました!

病院長/外科
岡田 和也



快適な日々を送れるための健康人の三原則は快食、快眠、快便といわれ、便秘はまさに三原則の一角が崩れた状態です。便秘があると、生活の質(QOL)が低下するだけでなく、日常の活動性や労働生産性、ひいては生命予後の低下を及ぼします。本邦では、高齢化社会を背景として、慢性便秘の患者数が膨大になっていますが、便秘の患者さんの多くが市販薬を購入するか民間療法で便秘症状に対処しています。医療機関を受診し治療を受けている便秘の患者さんは4割にも満たないとも言われています。

そのような背景のもと、2017年に本邦で初めてとなる「慢性便秘症診療ガイドライン」が発刊されました。この中で、便秘は「本来体外に排出すべき糞便を十分量かつ快適に排出できない状態」と定義されていました。排便回数が少ないだけでなく、強くいきむ必要があったり、便の性状が兎糞状だったり、残便感や排便困難感があるとき、あるいは用手的な排便介助が必要な患者さんなどが慢性便秘症と診断されます。

当院では2020年2月に多職種による「排便障害ケアチーム」を設立し、様々な職種が連携しながら便秘診療に取り組んでいます。便秘の診断には問診が最も重要ですが、当院の看護師が便秘に関する問診表や排便日誌を作成し、詳細な病歴を聴取するように心がけています。また、管理栄養士が食事記録表を作成し日々の食事内容を確認するとともに、便秘に対する栄養相談や栄養指導を行っています。

慢性便秘症に対する検査は排便造影検査や直腸肛門内圧検査、肛門筋電図検査、直腸感覚検査などがあります。当院では放射線技師や臨床検査技師と連携して、これらの検査が可能になりました。また、臨床検査技師によるバイオ

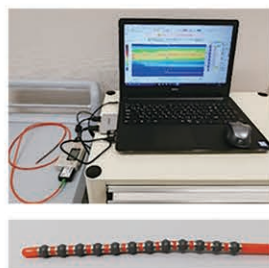
フィードバック療法や、理学療法士による便秘体操や腹筋トレーニング、排便姿勢の指導、腹部マッサージなども導入しています。

慢性便秘症に対する薬物療法は、これまで浸透圧下剤や刺激性下剤が多く使用されてきました。しかしながら、高齢者における酸化マグネシウムによる高Mg血症や、刺激性下剤の長期連用による耐性の問題が指摘されています。近年、新規便秘薬が続々と登場し、内科的治療の状況が大きく変化してきています。当院では薬剤師と連携して薬剤選択アルゴリズムを作成し、有害事象をできるだけ発症することなく様々な薬剤を有効に使用するように努めています。

当院は2022年1月より第1・第3火曜日の13:30~16:30に「便秘外来」(予約制)を開設しました。薬物療法によっても便秘が改善せず、便秘に対する専門的な検査を希望される患者さんがいらっしゃいましたら、ご紹介の程よろしくお願いいたします。



排便障害ケアチーム
多職種合同カンファランス



直腸肛門内圧検査



肛門筋電図検査

長崎栄養改善学会：

フォトギャラリーについて

(公社)長崎県栄養士会では日頃の業務の中での調査や研究成果、工夫・改善したことなどについての実践活動、地域や職域連携の取り組みなどの内容を発表する「長崎栄養改善学会」を開催し、今年度は第20回を迎えました。

フォトギャラリーは、栄養士会会員が日頃の業務や活動中の「わが職場のお料理自慢(行事食やイベントメニュー)」や「見て!魅て!私たちの活動自慢」をテーマの中心としています。学会で日頃の活動や成果を報告したいと思っても、口頭での発表やポスターセッションなど、なんとなく発表をためらう会員でも、気軽に参加できるコーナーとして、日頃の活動を写真でアピールしていただくことを目的に、第17回の長崎栄養改善学会から始めました。

学会当日に会場内の掲示物を参加者は見学し、一人3枚の「いいね!」シールによる投票がおこな

われ、学会終了時には講評がなされ、集計された「いいね!」の数が多かった掲示の発表者には、記念品(大したものではありませんが!)を進呈いたします。第1回目は保育園や福祉施設等からたくさんの方の工夫を凝らした発表があり、盛り上がったところでしたが、その後、コロナ感染は県内にも拡大し、長崎栄養改善学会もweb開催となり、フォトギャラリーの2回目以降は栄養士会のHP上での発表となってしまいました。

今回の第3回は会場開催を中止とし、発表の様式を掲示からパワーポイントに代えて開催いたしました。参加者は少なかったのですが、無事にフォトギャラリーは開催することができました。

そしたらなんと!本院栄養科新人管理栄養士の堀之内恵乃さんが、「いいね!」獲得1位となりました。

公益社団法人長崎県栄養士会
会長 篠崎 彰子

令和3年度長崎県栄養士会フォトギャラリー

めざせ! 栄養のプロ
栄養クイズラリー



特定医療法人 光晴会病院
栄養科 堀之内恵乃


当院では「**栄養科通信**」を
栄養指導室の入口と室内に掲示しています



- 診察の待ち時間を活用し、栄養指導の振り返りをしてほしい
- 栄養指導を受けない方にも食事のことを知ってほしい

食事についての正しい知識
日頃からできる取り組み など

●ただの掲示物ではなく、楽しんでいただける媒体にできないか?
●身近なものを題材として取り上げ、患者様の生活に近づけられないか



2021年9月から以下の取り組みを実施しました

①「**栄養科通信**」の
掲示物の工夫とクイズの導入

②継続的に閲覧して頂くため、
クイズをスタンプラリーに!

①テーマについて

話題に
なっているもの

季節や
行事
に合わせたもの

興味を
もちやすいもの

例 もちの食べ方
12月中旬~1月中旬
に掲示



市販の餅を比べてみました2種類は何が違う?

丸餅 1個 35g 80kcal	角餅 1個 55g 120kcal
------------------------	-------------------------

同じ丸餅1個でも食べ方によってエネルギーは・・・?

Q2. おちはどうやって食べる?

A きなこもちにしたり、おしるこに入れて食べる	ぜんざい (丸餅1個入り) 360kcal	お雑煮 (丸餅1個入り) 95kcal
B 焼きたり、きなこに入れて食べる	黄粉餅 (丸餅1個入り) 125kcal	焼きた餅 (丸餅1個入り) 85kcal

ぜんざいや雑煮は砂糖が入っているため、エネルギーが高め。黄粉餅もきなこが多く含まれているため、エネルギーが高めです。

お雑煮は野菜と一緒に食べることで、栄養バランスがよくなります。

① 掲示期間について

患者様には、より多くのテーマの
掲示物を見ていただきたい

来院されるタイミングで
新しいテーマの掲示をしてはどうか

外来の頻度を考慮し

1か月半～2か月

で期間を設定しました

① しかけについて

クイズに仕掛けを作ることで
興味を持っていただきたい



Q6 スポーツドリンク(500ml)の
糖質量はスティックシュガー
約何本分? (1本あたり3g)

A 10本
B 5本

めくると答えが...

A 10本
スポーツドリンク(500ml)
スポーツドリンク500mlには
スティックシュガー10本分の
糖質が含まれます。



① しかけについて



実寸大を提示することで
目安量がより身近に!



1/2単位分の果物



日常で使われるおかず
カップを利用し
1回量が
わかりやすく!

お節料理に含まれる食塩量

② クイズラリー用シートの中身について

クイズラリー用シートの中身



同じテーマで貼れるシールは
4枚までです

何度も開いて
使いたくなるよう
オリジナルのイラスト
を使用しました

テーマごとに色を変え、
分かりやすい
ようにしました

スタンプラリーのような
感覚でクイズを解いて
シールを集めていただきました

掲示物のテーマに合った
イラストを使用しました

② 表紙・サイズについて

クイズラリー用シート表紙



持ち運びを考慮し
おくすり手帳と
同じサイズ
に調節しました

クイズラリーの対象となる
中高年層のイラストを使用しました

裏表紙にも
色分けして
各テーマの
期間を記載
しました

知っていただくための取り組み



待合席・受け付け
など目のつきやすい場所へ
ポスターを掲示しました

指導後の患者様にむけて
栄養士から
積極的な声掛け
を行いました



今後の取り組み

【反省点】

- 患者様への周知が不十分であり、参加人数が少なかった
- 患者様が掲示物やクイズに対どのような感想を持ったかわからなかった
- 患者様の理解度を図ることができなかった

掲示物とクイズラリーについて
患者様に向けたアンケートを実施

来年度の栄養クイズラリーへ
いかそうと考えています

「栄養科通信」は外来採血
室前と2階栄養指導室前
に掲示していますので、
ぜひご覧ください!

トリアージ訓練がありました

副院長 宮崎健一



2021年12月17日災害時の備えの1つとしてトリアージ訓練を行いました。

トリアージとは、傷病者の重症度、緊急度などを速やかに分類し、治療や搬送の優先順位を決めることです。多数の傷病者が一度に発生する特殊な状況下において、可能な限り多数の傷病者の治療にあたるために必要な事です。今回平日午前10時に震度5を超える地震が発生、周辺地域は停電となり当院も自家発電の稼働を要する状態を想定しました。外来受診されている患者さん方が院内にいる状況下であり、まず院内にいる患者さんを外来区域から他の安定している場所に退避してもらい、同時に正面玄関付近一次トリアージポスト、外

来区域に二次トリアージポストを設置。天災による直接の外傷、突然の環境変化からの体調不良等により来院して来られる方々に症状に合わせた医療を速やかに行えるように手順確認、行動確認、行動訓練を行いました。各職員設定状況に懸命に対応致しており心強く感じた次第です。今後も定期的に訓練を行い、災害発生時に対応できるようにしたいと思います。お待ちしております。



大規模災害に備えた外来トリアージ訓練を終えて

当院では年2回、火災を想定しての防災訓練を実施しています。さらに昨年度からは災害マニュアルを基に訓練をはじめています。昨年は災害本部の立ちあげに取り組み、今年度は大規模災害を想定した患者受け入れトリアージ訓練に取り組みました。医師、外来看護師、1階フロアの各課のみなさんの協力のもと行いました。訓練開始直後は戸惑う姿もみられましたが、訓練に参加した医師からは「多くの職員に体験してもらいたい。とても良い取り組みだと思う」「カルテ記載の検討が必要」また看護師からは「知識としてはあるが、実際に動く」とより

身につく」など前向きな意見が聞かれました。訓練を通して反省点や今後の課題も多く改善が必要ですが、今後も継続して課題をひとつひとつクリアできるようにレベルアップを図っていきたいと考えます。毎日の業務の先に災害対応があるとされています。職員一人一人が災害対応を意識し、イメージトレーニングできるように院内の初動体制の仕組みの整備を進めていこうと考えます。

災害訓練コアチーム 副看護部長
大場 寿満



①氏名 ②診療科 ③出身地
④趣味/特技 ⑤自己PR

医師



①佐藤 久(さとう ひさし)
②心臓血管外科
③福岡県
④旅行、バスケット/立ったまま寝ること
⑤私が少しでもお役にたてれば幸いです。



①原田 陽介(はらだ ようすけ)
②呼吸器内科
③長崎県
④車、子どもとあそぶこと/ものまね
⑤はじめての勤務ですが自宅からも近く、地域に貢献できるように頑張ります。



①右田 一成(みぎた かずしげ)
②外科
③北海道
④釣り、野球/スポーツ
⑤患者さんに安心して治療を受けていただけるように頑張ります。



①澤瀬 篤志(さわせ あつし)
②腎臓内科
③長崎県
④スポーツ観戦、読書/どこでも寝れます
⑤精一杯頑張りますので、よろしくお祈いします。



①伊達 雅浩(だて まさひろ)
②腎臓内科
③長崎市
④野球観戦/テニス
⑤皆様の健康をサポートできるよう努力しますので、よろしくお祈いします。



①村上 達樹(むらかみ たつき)
②腎臓内科
③長崎県
④スマホゲーム
⑤卒後、3年目です。まだまだ慣れないことが多くご迷惑をおかけすると思いますが、精一杯頑張ります。



①酒井 すずな(さかい すずな)
②泌尿器科
③長崎県
④旅行/気持ちの切り替えが早いこと
⑤何事も前向きに頑張ります。



外来週間診療予定表

2022年4月1日～

	月	火	水	木	金	土
内 科	ふくだ やすひろ 福田 康弘 (消化器)	まつたけ とよし 松竹 豊司 (呼吸器)	ふくだ やすひろ 福田 康弘 (消化器)	みやざき けんいち 宮崎 健一 (腎臓)	しばた ゆういち 柴田 雄一 (一般)	
	みやざき けんいち 宮崎 健一 (腎臓)	むらた ともや 村田 朋哉 (消化器)	しばた ゆういち 柴田 雄一 (一般)	まつたけ とよし 松竹 豊司 (呼吸器)	しばた りゅうじろう 柴田 龍二郎 (一般)	
	いずみ もともり 和泉 元衛 (甲状腺・肥満)	さわせ あつし 澤瀬 篤志 (腎・一般)	はらだ ようすけ 原田 陽介 (呼吸器)	むらた ともや 村田 朋哉 (消化器)	はらだ ようすけ 原田 陽介 (呼吸器)	
	(非常勤) なりた なおた 田浦 直太 (一般)	(非常勤) なりた しょうへい 成田 翔平 (消化器)	だて まさひろ 伊達 雅浩 (腎・一般)	(非常勤) まつお さとし 松尾 諭 (消化器)	いずみ もともり 和泉 元衛 (甲状腺・肥満)	
循環器内科	こうの まさき 河野 政紀	いしざき まさひこ 石崎 正彦		こうの まさき 河野 政紀	いしざき まさひこ 石崎 正彦	
心臓血管外科		さとう ひし 佐藤 久		おおさき じゅん 大崎 隼		
泌尿器科	さかい すずな 酒井 すずな	やまさき やすと 山崎 安人	さかい すずな 酒井 すずな	大学医	やまさき やすと 山崎 安人	
外 科	おかだ かずや 岡田 和也	おかだ かずや 岡田 和也	たなか しろう 田中 史朗	すずい せいや 進 誠也	すずい せいや 進 誠也	
	すずい せいや 進 誠也	みぎた かずしげ 右田 一成	きしかわ ひろき 岸川 博紀	みぎた かずしげ 右田 一成	たなか しろう 田中 史朗	
	きしかわ ひろき 岸川 博紀	(非常勤) えんじょうじ たかひろ 円城寺 貴浩	(非常勤) えんじょうじ たかひろ 円城寺 貴浩	きしかわ ひろき 岸川 博紀	(非常勤) もりうち ゆき 森内 由季 (形成外科)	
【午後】 14:00 ～ 16:00		さわせ あつし 澤瀬 篤志 (腎臓病疾患専門)	みやざき けんいち 宮崎 健一 (腎臓病疾患専門)	(非常勤) しみず としまさ 清水 俊匡 (リウマチ専門)	さわせ あつし 澤瀬 篤志 (腎・一般)	
		第1・3週 おかだ かずや 岡田 和也 (便秘外来)				
【午後】 心臓血管外科 13:00 ～ 15:00		さとう ひし 佐藤 久		(新患) 13:00～16:00 さとう ひし 佐藤 久		
				おおさき じゅん 大崎 隼		
糖尿病センター 9:00 ～ 12:00	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	あかざわ しょういち 赤澤 昭一	
	かわはら ひろみ 川原 仁美	せら やすのり 世羅 康徳	せら やすのり 世羅 康徳	せら やすのり 世羅 康徳 フットケア	せら やすのり 世羅 康徳	

※ 診 療 科 目：内科・外科・泌尿器科・循環器内科・心臓血管外科・消化器科・リウマチ科・リハビリテーション科・呼吸器科・腎臓内科・形成外科・肛門外科・糖尿病内科・麻酔科

※ 診療受付時間：午前8:30より 午前11:30まで **予約制ですので、できるだけ予約をお願い致します。**

光晴会病院 地域医療連携室 TEL 095-857-3563 (直通) FAX 0120-573-632 (直通)

(コミュニケーションマガジン) 編集委員

編集・発行責任者：岡田 和也

編集スタッフ：磯・境(南3階) 浜口(北4階)

門田・岩崎(外来) 藤江(血液透析室) 山本(中材)

坂本(臨床工学科) 下田(総務課) 金子(顧問)

特定医療法人 **光晴会病院**

〒852-8053 長崎市葉山1丁目3番12号

TEL095-857-3533 FAX095-857-2572

http://www.kouseikai.org/