

地域医療支援病院
地域周産期母子医療センター
地域がん診療連携拠点病院
専門医療施設(がん/成育/骨・運動器)
エイズ治療中核拠点病院
第二次救急医療指定病院
臨床研修指定病院

FMC NEWS

FUKUYAMA MEDICAL CENTER

福山医療センターだより



2021 June
Vol.14 No.6

特別寄稿 によせて 新型コロナウイルス感染症と喫煙

外科診療部長

大塚 真哉



図1 2021世界禁煙デー

5月31日は世界禁煙デーでした(図1)。日本の禁煙週間(5月31日～6月6日)の今年のテーマは「たばこの健康影響を知ろう!～新型コロナウイルス感染症とたばこの関係～」でした。日本は東京オリンピック開催に向けて2018年7月健康増進法の改正を行い、原則屋内禁煙が初めて法制化されましたが、まだまだ受動喫煙対策では本当に後進国です。この度、福山市内の白河産婦人科に勤務されていて、医師会理事としても周産期医療や喫煙対策でご活躍の奥村みどり先生が医師会広報誌に寄稿されましたので引用させていただきます。ご存知の通り、喫煙は肺がんや食道がん等のがんの発症に大きく関係があり(肺がんは男性4.8倍、女性3.9倍に増加)、脳卒中や心筋梗塞などの罹患率も著しく上昇させています。また、受動喫煙によっても、肺がんのリスクは約1.3倍に増加しており、非喫煙者でも肺がんの原因として決して見過ごすことは出来ません。

新型コロナウイルス感染症においても非喫煙者と比べて喫煙者はICU治療、人工呼吸治療、死亡のリスクが1.5倍から2倍高まるという確定的証拠があります。重症化リス

クが若年者に有意に高かったという報告もあります。重症化の理由として喫煙者では新型コロナウイルスの侵入口であるACE2受容体が増加している事や粘膜線毛クリアランスの低下が起こっている事によりウイルスが容易に細胞内に侵入しやすい事や、さらに喫煙自体が新型コロナウイルスと同じ有害作用を肺と体全体にもたらすためと言われています(表1、図2)。また、受動喫煙

者でも新型コロナに感染した場合、重症化する危険性が高くなる恐れがあります。

手術を予定している人は周術期合併症を減らすために、これを機に禁煙することは当然として、そうでない人も自分のためにも家族のためにも禁煙しましょう。当院でも禁煙外来を行っております(当院在任中から受動喫煙対策を熱心に行っていた鳥大小 児外科 長谷川利路先生担当)。

	新型コロナウイルス	喫煙
ウイルス侵入	TMPRSS2が侵入補助	TMPRSS2増加作用
	ACE2受容体が増加	ACE2受容体発現増加
心臓血管障害	心筋傷害の証拠であるNT-proBNP・LDH・フェリチン増加	
	心筋炎リスク増加	
凝固異常	フィブリン沈着増加・血栓形成傾向亢進	
炎症促進	サイトカイン発現増加をもたらすNF- κ B増加	
	炎症誘起性サイトカインTNF α 増加	
	リンパ球低下	好中球増加
	炎症反応促進インターロイキン増加(コロナ:IL-2R、IL-6;喫煙IL-1 β)	

表1 新型コロナと喫煙の有害作用類似点

(Lang AE, Yakhkind A. More Than Meets the Eye: The Similarities Between Coronavirus Disease 2019 and Smoking. Mayo Clin Proc. 2020 Oct;95(10):2282-2283.)

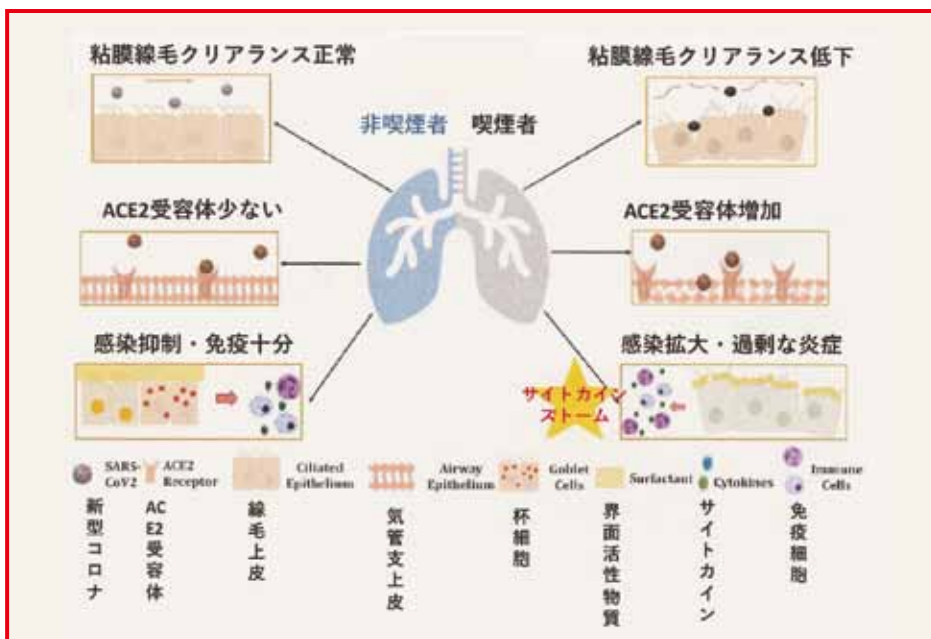


図2 喫煙者(電子タバコ含む)が新型コロナウイルスで重症化しやすい理由(日本禁煙学会理事 松崎道幸先生作成)

特別寄稿

ベランピング VS ベランダ喫煙



福山市医師会理事

奥村 みどり



コロナと戦いつつ1年以上が経過し、世の中は明らかに変わりました。コロナだからこ流行に乗らなくてはと息巻いていた私はベランピングなるものを見つけました。ベランダを居心地の良い空間に改良し、アウトドア気分を味わう事です。テレビやネット上にはおしゃれなベランダの画像がたくさん載っていました。これは、やりたい!我が家の小さいベランダはホコリだらけ土だらけ、ことごとく枯らし続けた歴代の家庭菜園の残骸(プランターと土)がそのまま残っています。汚いベランダのガラクタを片付け、人工芝を敷いて、グリーンを飾り、小さい椅子とランプを置いてそこでのんびりビールを飲もう!と計画しました。プランターをすみに片付け、ホウキで掃除し始めた頃、最大の敵が現れました。近くの部屋のベランダからのタバコの匂いです。一気にテンションが下がりました。

緊急事態宣言が出されて在宅ワークが増え、自室では吸わせてもらえない、3密の喫煙所に行けない、路上喫煙できない、となるとベランダ喫煙せざるを得ず、でも換気の為に窓を開けている家が多いので吸わない人とのタバコのトラブルがとて増えたそうです。確かに洗濯物にも臭いはつくし、吸わない側からすると不快極まりありません。コロナは喫煙者では明らかに悪化するということがだいぶ周知されてきていると思いますが、しかしこのパンデミックで喫煙量は世界的には増えたという情報もありました。一方でアメリ

カでは、喫煙者だというだけで優先的にワクチンが受けられる(ハイリスクだから)という、吸わない側からしたら理不尽ですがそういう州もあるそうです。ちなみに受動喫煙で吸わされる副流煙の方が、スモーカーが自分で吸う煙よりも有害物質を3倍多く含むと言われており、また、サードハンドスモークと言ってタバコを吸った後、カーテンや衣服などに染み込んだ匂いにも有害物質が含まれているのがわかっています。こんな理不尽なことがあるのでしょうか。こんな危険なベランダでは癒されない!と、ベランピング熱は一瞬にして冷めてしまい、ベランダは結局そのまま放置されてしまいました。プランターに残った土に何気なく埋めた白菜の切れ端から今年の春に綺麗な黄色い花が咲きました。思いがけないお花見ができ、自然の贈り物にちょっと癒されて嬉しかったです。散ったたくさんの小さい花びらが風で smoker のベランダの方に飛ばされて行きましたのでそのまま放置させていただきました(秘)。

9/11_土 12_日

第16回 日本禁煙科学会 学術総会 in 倉敷(Web)

9月11、12日川崎医科大学心臓血管外科種本和雄教授が会長で第16回日本禁煙科学会学術総会 in 倉敷がWeb開催されます。6月30日まで一般演題募集しておりますのでご興味のある方はよろしくをお願いします。

第16回
日本禁煙科学会
学術総会 in 倉敷

侃侃譚譚
禁煙科学

会期 2021年9月11日(土)・12日(日)
会場 倉敷市芸文館
会長 種本 和雄 川崎医科大学心臓血管外科 教授

<https://www2.med-gakkai.org/jascs2021/>

川崎医科大学心臓血管外科
〒211-0192 岡山県倉敷市北島577
TEL 086-462-3111 FAX 086-464-3109
E-mail jscs@med.kawasaki-u.ac.jp

株式会社メッド
〒710-0114 岡山県倉敷市北島5075-1
TEL 086-463-3344 FAX 086-463-5345
E-mail jscs2021@med-gakkai.org

”当科の胆道癌の予後予測に関する研究論文が
ANTICANCER RESEARCH (Impact factor 2019:1.99)に
掲載されました。”



Comparison of Inflammation-based Prognostic Scores in Patients With Biliary Tract Cancer After Surgical Resection

Department of Surgery, National Hospital Organization Fukuyama Medical Center, Hiroshima, Japan

Biliary tract cancers (BTCs), which include gallbladder carcinoma (GBC), cholangiocarcinoma, and ampullary carcinoma, are relatively uncommon but lethal malignancies (1). Although it is a rare disease, the incidence of BTC has gradually increased in recent decades (1). In Japan, BTC is the sixth leading cause of cancer-related deaths, with >180,000 annual deaths (2). Currently, radical resection is the only curative treatment option for BTC; however, the high recurrence rate is a major problem (3). Moreover, BTCs

There is much evidence to support that the systemic inflammatory response plays an important role in the progression of various cancers (7). Measuring the inflammatory response has been subsequently refined with the use of a selective combination of C-reactive protein (CRP) and albumin. The Glasgow Prognostic Score (GPS) and modified GPS (mGPS) are preoperative inflammation-based scores for calculating the prognostic value for various malignancies (7-9). Recent studies have reported a prognostic value of the GPS/mGPS for BTC (10-12).

Additionally, other haematological components of systemic inflammation-based prognostic scores, including the neutrophil-lymphocyte ratio (NLR) (13, 14), platelet-lymphocyte ratio (PLR) (15), CRP-albumin ratio (CAR) (16, 17), and prognostic nutritional index (PNI) (18, 19), have been reported. These scores have been reported to be associated with the survival of patients with various cancers and have been used as useful prognostic markers (13-16, 20). This study aimed to evaluate the significance of inflammation-based prognostic scores and identify the most useful score in patients with BTC after surgical resection.

Correspondence to: Masashi Utsumi, Department of Surgery, National Hospital Organization Fukuyama Medical Center, 4-14-17, Okinogami-cho, Fukuyama City, Hiroshima 720-8520, Japan. Tel: +81 849220001. Fax: +81 849313969. e-mail: masashi11232001@yahoo.co.jp

Key Words: Biliary tract cancer, inflammation-based prognostic score, modified Glasgow prognostic score, prognosis.

Patients. A total of 115 consecutive patients who underwent surgical resection with a diagnosis of BTC at the Department of Surgery, National Hospital Organization Fukuoka Medical Center between 2010 and 2020 were retrospectively reviewed. BTCs included GBC, intrahepatic cholangiocarcinoma (ICC), distal cholangiocarcinoma, ampullary carcinoma, or perihilar cholangiocarcinoma, confirmed postoperatively by pathology. The study was approved by the institutional ethical review board (number: R2-34).

病理医って何？

病理診断科医

表 梨華



5月からから病理診断科に常勤医として赴任しました表 梨華と申します。福山医療センターだよりに寄稿の依頼を受けた際に大塚先生から『なんで内科から病理に転科したのか書いて欲しい』とリクエストをいただきましたので、その話を含めて自己紹介をさせていただきます。

私は約7年前まで福山医療センターで内科医(消化器内科)として働いていました。その時は、常勤の病理医の先生は不在で、消化器の病理診断は主に外部に委託しており、非常勤の病理の先生が週に2回ほど来てくださっていました。病理なんて標本を顕微鏡で見て診断してもらっただけだから別に外部委託でもいいじゃないかと思われるかもしれませんが、頂いた診断を見て疑問や質問があった場合、外部委託だとどこにどのように電話していいのかも分からず、またこちらの見て欲しいことがなかなかうまく伝わらないこともありました。『病理の先生が常勤でいてくださったらいいな・・・』と思う日々が続きました。元々、病理は大好きで、初期臨床研修医の頃から病理の先生の切り出しに呼んでもらったりしていた私はシンプルに『じゃあ、私が病理医になればいいじゃん』と思ったのです。一言でまとめると単純にそうなのですが、その裏にはたくさんの患者様との出会いがありました。早く治療してあげたいけどなかなか診断に至らなかった患者様。結局最後までどこが原発なのか分からないままに原発不明癌として治療を続けた患者様。当時内科医だった私は『なんで組織はちゃんと取れたはずなのにきちんと診断できないのだろう・・・』と疑問に思っていたことを覚えています。そして、岡山大学第二病理学教室(吉野正教授)に入局し大学院へと進み病理を学びました。実際に転科して思うことは、やっぱり組織が取れていてもなかなか診断がつかないことも時にはあること、組織は取れているけれど腫瘍の中心ではなくて端っこが取れていて診断までにすごく時間がかかることや診断に至らないこともあるのだと理解できました。元々は消化器内科だった私ですが、今は学会のオンデマンド配信も増えたため消化器だけでなく呼吸器、乳腺、婦人科、泌尿器、心筋、皮膚、唾液腺、骨軟部、脳などあらゆる分野の学会や研究会に参加してたりします。勉強し続けないと、規約も診断名も治療もどんどん変わって行くので、全くとついていけなくなるのです。消化器内科時代では聞くこともなかった色んな分野の学会や研究会に参加してみても色んな科のことを知るのとはとても面白く、勉強になります。

病理医は患者様と直接お話することはありません。もししたら、福山医療センターに通院して長い方だと、『あ！この先生見たことある！』とか『先生の外来に通っていました。』という方はおられるかもしれません。今は病理医なので、患者様の外来をすることは基本的にはありませんが、標本を通して患者様一人一人の病気、病態について考えています。病理医って、名前は知っているけれど具体的に何をしているのか分からないという方は大勢おられると思います。少し前になりますが『フラジャイル』というドラマや、最近だと女優の芦田愛菜さんが『将来、病理医になりたい』と発言されたことで少しは聞き覚えがあるかもしれません。でも具体的にどんなことをしているのか全く分からないという方が大勢おられると思います。

病理医のメインの仕事は、顕微鏡で標本を見ることと手術の材料の切り出しです。標本を見て『あれ？』と思った時にはすぐにカルテで画像や内視鏡写真や検査結果を見ます。そしてそれでも疑問に思うときは、主治医の先生に連絡します。赴任してまだわずかですが、新しい病理医、やたらと電話してくるな、メールが頻繁だな、色々と聞きにくるな・・・とされている先生もおられるかもしれません。ただ、患者様の今後の治療に関わる診断なのでできるだけ、迅速に正確に診断をするために必要なことだと思っていますのでご理解いただけると幸いです。また逆に診断に少しでも疑問があった場合やどのような進捗状況なのか知りたいなど何かありましたら、遠慮なく御連絡いただけたらと存じます。

病理医は標本を見るのが主な仕事ですが、時に病理解剖も行います。どうして亡くなったのか、解剖をしても残念ながら分からないことも時にはあるのですが、亡くなった患者様の病態について少しでも御家族や主治医の先生に伝えていけたらなと思っています。

私は、前任の渡辺次郎先生と比べると病理経験年数も少ないですが、元臨床医の病理医だからこそ分かることも時にはあると思っています。外勤で来てくださっている岡山大学病理部の柳井広之教授、園部 宏先生に御相談させていただきながら、少しでも患者様の治療に繋がればいいなと思い日々診断に努めて参りますので、今後とも何卒宜しくお願い致します。



山陰鳥取便り No.11



鳥取大学医学部附属病院小児外科
教授 長谷川 利路

この原稿を書いているのは4月中頃の春真ただ中で、満開の桜からチューリップ、パンジー、つつじへと変わっていきます(図1)。植物の開花については、長い冬の間の低温によって、植物の持つ遺伝子(クロマチン)が誘導され、温かくなった春に環境の変化に伴って開花シグナルにスイッチが入り、花が開くという機構が働くと考えられています。これは動物の発生や進化にも共通したメカニズムで(生体内のエネルギー代謝は植物と動物では真逆ですが)、長期間にわたって働く分子タイマーの存在が明らかになっており、本誌でも機会があれば詳しく取り上げたいと思います。



図1. 開花する花たち

春はまた、新入社員が入ってくる季節で恒例の健康診断が行われます。健康診断のために1週間くらいお酒を我慢し、甘いものや脂っこいものを控える人がいますが、本来は通常の生活をしているときの状況を把握するのが目的です。図2に最近の検査項目別有所見率を示します。何らかの異常所見が見つかった人は半数以上にのぼり、最近微増する傾向にあります。このうち最も多いのは血中脂質異常で約1/3弱の人に見られ、肝機能、血圧、血糖、心電図の異常と続きます。

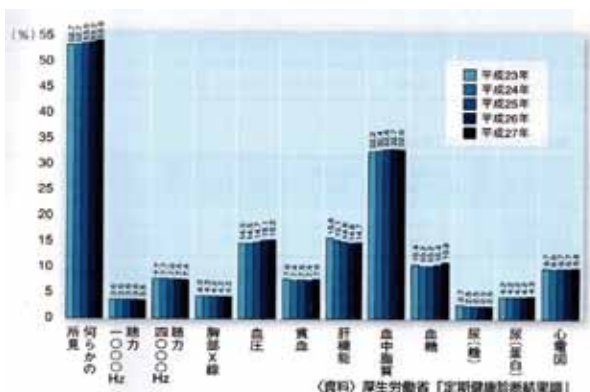


図2. 定期健康診断検査項目別有所見率(森晃爾:産業保健ハンドブックより)

今回脂質の話題を取り上げたいと思います。脂質はエネルギーを貯蔵(中性脂肪)し、細胞膜や脳の構成成分(リン脂質、糖脂質、コレステロール)として、またステロイドホルモンやプロスタグランدينのような生理活性物質など、生体にとって必要な重要な物質です。脂肪(中性脂肪)は、皮下脂肪、内臓脂肪など、健康の大敵のように罵られていますが、これがないと動物は長期の絶食や飢餓に耐えることが出来ません。つまり中性脂肪を蓄えることによって、飢餓に耐える能力を飛躍的に増進したことが、人間を進化させたとも言えます。中性脂肪の化学構造式を見てみると、グリセロール(グリセリン:3価アルコール)に脂肪酸3分子がそれぞれエステル結合したもので、トリグリセリド(TG)ともいいます(図3)。脂肪酸には飽和脂肪酸と不飽和脂肪酸(炭素同志が二重結合を形成している。図4の赤枠○)があり、二重結合の部分では折れ曲がる性質を持っています。二重結合が複数あるものを多価不飽和脂肪酸といい、魚の油に含まれ身体に良いといわれるDHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)はこれに含まれます。このうちリノール酸とαリノレン酸は体内では合成されないため、必須脂肪酸と言われます。

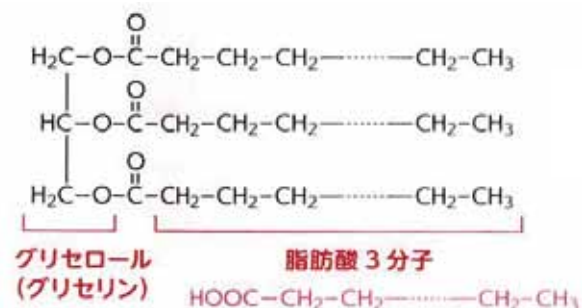


図3. 中性脂肪(トリアシルグリセロール)の化学構造式(田中文彦:忙しい人のための代謝学)

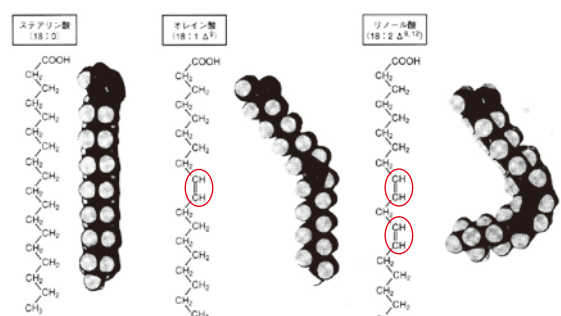


図5-19 不飽和脂肪酸の構造と分子モデル

図4. 飽和脂肪酸(左ステアリン酸)と不飽和脂肪酸(田川邦夫:からだの生化学)

ここで、私の専門に関係ある発生・進化について面白い話を紹介します。かつて大阪大学医学部で生化学の教授をされていた田川邦夫先生には、学生時代再々再追試までお付き合いいただいた(つまり2回試験に

不合格になった)のですが、著書「からだの生化学」から興味深いお話を引用します。

「肉食がサルからヒトを進化させたという説に、生化学的根拠を加えて修正した挿話である」と前置きされたうえで、「動物は必須脂肪酸を合成できないので、直接または間接的にそれを植物から摂取しなければなりません。植物の油脂は種子中に多量に貯蔵されているので、これを摂取すれば必須脂肪酸の欠乏をきたすことはないのですが、サルは草食性なので、全ての必須脂肪酸を植物に依存しています。しかし、サルにとって非常に不都合なことに、多くの種子中にはヒマのリシンや大豆のトリプシンインヒビターのような蛋白性の毒物が含まれております。このためこれを大量に食べることが出来ないで、常に必須脂肪酸が欠乏しがちであります。」

欄外

先日鳥取県立中央病院に4月から赴任している黒田征加先生の陣中見舞いに行ってきました。山陰線を通る観光列車「天地 あめつち」に初めて乗りました。「古事記」では山陰地方を舞台にした神話が多く、冒頭「天地(あめつち)の初発(はじめ)のとき」にちなんで名付けられたそうです。



観光列車「天地 あめつち」



車内販売 大谷酒造「なかだれ」



鳥取駅の巨大花笠



連載

No.87

事務部だより

『時間の確保』

契約係 左田野 大樹



自分ではまだ若い方だと思っていたのですが、どうやら私は27歳になったらしいです。いわゆるアラサーというものになっていました。

さて、なぜこんなことを言っているのかというと、最近老いを感じた場面があったからです。昔なら暴饮暴食しながら、夜更かしをしても大丈夫だったのですが、最近同じようなことをした結果、胃の調子が悪くなり、お粥とヨーグルトだけを食べる生活を何日かする羽目になりました。

これを機に自分の生活を見直し、健康的に生きていこうと思っているのですが、一つ問題があります。それは時間が足りないということです。夜更かしするのはやりたいことがあるからであり、やりたいことができない状態はストレスが溜まり、それはそれで別の問題が生じてしまいます。なのでやりたいことの取捨選択し、選択したやりたいことだけに集中するというのを始めたわけですが、中々難航しています。元々好きなことだったり、やる気があることだったりするので捨てるに捨てきれないのが現状です。ならばと思い、やりたくな

いことをする時間を減らし、好きなことをするという方向に考えを変えました。

私のやりたくないことの代表として料理以外の家事があります。料理も料理自体は好きですが、洗う物は嫌いなのでそこまどうにかなくせないかと考えました。

そこで私は家事の時間を減らすために、乾燥機付きの洗濯機と工事なしで設置できる食洗器を購入しました。洗濯物を干す時間と、洗う物をすすぐ時間が短縮され、日々の家事が少しだけ楽になり時間が出来ました。それに家事をしないといけないというストレスからも解放され、良い時間短縮が出来たと思っています。

部屋掃除もお掃除ロボットの力で解決しようと画策したのですが失敗しました。私の家はお掃除ロボットと相性が悪く、すぐ動かなくなってしまいました。結局自分で掃除機をかけた方が早いという結論に至りました。

時間がない中で時間を確保するにはどうすればよいか、という問題は仕事をするうえでもよく出てくる問題かと思えます。私は経理係を担当しており、日々現預金に関わる仕事を行っています。現預金の取り扱いは院内外の信頼に大きく関わってくるものであり、慎重に業務を行っています。しかしそればかりに注力するわけにはいかないのが現状です。そんな中いかに時間を確保するかという問題が常にあります。公私ともにどうすれば必要なことのために時間を確保できるか、日々検討しております。

令和2年度 医療安全推進活動報告会

誌上発表
No.3

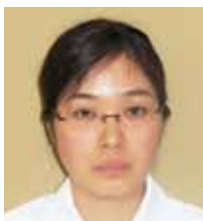
今月は5A病棟、5B病棟（内科）、6病棟からの報告です

医療安全管理部長
大塚 眞哉

転倒・転落の減少を目指して

5A病棟

高橋 朋子



1. 取り組んだ理由

当病棟では転倒転落が多い。高齢者・認知症患者・術後・呼吸困難患者・麻薬による疼痛コントロール患者が多く、転倒転落の予防にこれまで取り組んできたが、減少しない現状にある。加えて昨年度は転倒後の振り返りカンファレンスも殆ど出来ておらず、インシデントレポートで内容を共有するのみで、カンファレンスを実施できていないため改善策やアセスメントを深めることができていなかった現状があった。そこで今年度は転倒転落が発生した後のカンファレンス実施率を上げることで、患者さんをアセスメントできる力を上げ転倒転落を減少させることに取り組んだ。

2. 経過

はじめに、転倒転落後のカンファレンス実施有無の確認をしやすくするために一覧表を作成し可視化できるようにした。そして朝の申し送り時に全体に周知してもらうことにした。話し合った内容をカンファレンス記録としてカルテに記載し、対策があれば掲示板にも記載し注意喚起を行った。1例として、以前ポータブルトイレの位置を決めて印をしていたのに転倒があり、印の場所に置くように対策を決めても共有できていなかったことがあった。カンファレンスして導き出した対策も共有できていなければ意味がないことを注意喚起した。

次に、カンファレンスで話し合った内容が浅く、深められていないことが問題であった。PTやST、薬剤師にアドバイスをもらうことも定着しておらず、考えが深まらないことも問題であった。ハイリスク薬剤についても種類を書き出し、詰所に貼り注意喚起した。



今日からハイリスク薬の降圧剤飲んでる。
血圧正常になったけどいつもより低いし
浮遊感ないか注意！って薬剤師さん言ってたな。

3. 結果・考察

2019年4月～12月の転倒転落は42件、うち3b事例2件。2020年4月～12月は49件、うち3b事例1件で転倒転落の件数は増加し、転倒転落後のカンファレンス実施率は6割であった。忙しいことを理由にできていない場合やカンファレンスしてもカルテに記録として残せていない場合もあった。カンファレンスした内容の多くは離床センサーの開始・継続・終了・変更や部屋の環境整備に関することが殆どで、患者の身体的・精神的状況の把握や薬剤の影響・患者の生活行動の指導にまで内容は及んでいなかった。アセスメント力がまだまだ不十分だった。

しかし、11月から開始したラウンドチェック表で情報を整理していくと患者さんにとって何が転倒転落に繋がる問題になっているのかが、以前よりも深めることができた。そして転倒転落に繋がる要因が、今まで使用してきた「転倒転落アセスメントシート」や「転倒転落事故防止計画」の項目に合致していることを改めて感じた。さらにPTやST、薬剤師など多職種からアドバイスをもらうことでより専門的知識を得ることができた。



4. 今後の課題・次年度への課題

ラウンドチェック表を用いたカンファレンスで振り返りを行い、多職種とのカンファレンスを徹底することで学びや気づきを各スタッフが習得し、アセスメント力を高めていく。どのスタッフも理解して患者に対応できるようになるためには、学びや気づきを振り返ることができる様にカンファレンス毎にキーワードに一覧しておく。

例)

～キーワードで振り返ろう～

・緊急入院して24時間は状態不安定、トイレは最後まで見守ろう！

「転倒転落アセスメントシート」・「転倒転落事故防止計画」を正しく入力でき、アセスメント評価ツールとして実践に活用し、予防策を早期に実施し転倒転落の減少に繋げる。

医療安全管理部長からコメント

転倒・転落事故はこの病院でも上位に入り、当院でも3本の指に入るインシデントです。医療者の介在しない非プロセス型が多く、しかも7割はベッドサイド、病室で起こっています。ラウンドチェック表を用いてカンファレンスで振り返る事はいい試みですが、継続できるようにして下さい。転倒・転落を予測するアセスメントを行ってリスクの高い者に対しては予防的措置を講じ、また病棟とリハビリ、多職種との情報共有が大事です。

5B病棟における 転倒・転落防止に向けた取り組み

5B病棟
島谷 聡志



1. はじめに

当病棟での2019年度のインシデント総数209件のうち、転倒・転落件数62件で病棟インシデント数の約30%を占めている。転倒・転落インシデントのうち、3b事例は2件であった。2020年度4月から12月転倒・転落件数は38件あり、3b事例は1件あった。転倒発生により、医療紛争が生じることもあり患者・医療者双方に大きな不利益が発生する。更には、転倒により生命を脅かす身体損傷を負うこともある。安全・安楽な医療を提供するためには発生減少に向けた対策を講じることが大いに必要となる。今年度の主な取り組みは、転倒・転落カンファレンスを増やし、病棟スタッフの転倒転落意識を高める。そして、各看護師が転倒・転落予防に高い意識をもち、看護実践に努め転倒・転落件数が減少する事を目標とした。今年度実践して得た結果と課題をここに報告する。

2. 取り組んだ内容

- ・ 毎朝申し送り後、カンファレンス時間とした
- ※記録はパソコン上に残し、印刷したものをファイリングした
- ・ 年2回転倒KYTを実施
- ・ 毎月の転倒件数と要因を掲示した



3. 病棟看護師のアンケートから見えた、転倒・転落防止への意識と実際

3-1) 転倒・転落意識向上についての要素

カンファレンス件数が増加、3b事例・医療訴訟があった。認知症ケアの方法が変わったことが挙げられる。

3-2) 環境への視点

コード類の整理、ストッパー類のロック、移動時に支えとなる場所の確認、排泄動作の確認と経路の確保、動きやすいスペースの確保、センサーの作動確認の徹底など

3-3) 指導で患者に伝えていること

履物の注意、発熱時の注意、筋力低下について、ナースコールを押せるかどうか、信頼関係の構築、遠慮をさせない関係づくり、転倒への認識力、安全管理とQOLのバランス、夜間電気をつける、検査前後の転倒が多い事への注意喚起など

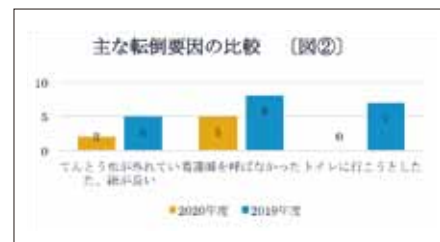
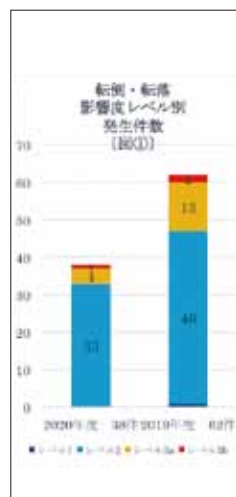
3-4) カンファレンスの有効性

センサーを適切に選択除去ができる、共通認識ができる、多職種との情報交換を行い不足した情報を補う、先輩のリスク感性を共有できる

4. 結果と考察

〔転倒・転落発生件数に関して〕

転倒・転落発生(図①)件数は2019年度、2020年度4月から12月の9ヶ月間比較し、発生件数は13件減少し月平均は0.8件減少となる。入院件数は、月平均10件減少し発生件数減少の好影響になった。転倒件数に対して影響度レベル3a・3bの割合は、2019年度は24%、2020年度は13%と変化があった。



〔アンケートから見えた看護の実際と要因との関連性〕

療養環境に関しては、排泄動作に重点を置き、動いても転倒発生し難い環境整備に心がけている。そのことが(図②)「トイレに行こうとしていた」の発生要因減少となった。また、離床センサーを注意している回答もあり、離床センサー関連の要因も減少しスタッフの意識が反映された。また転倒指導時に注意していることとして、信頼関係構築し遠慮させない関係性に心掛けていることが分かった。この効果のためか「看護師を呼ばなかった」も前年度より低値となった。

カンファレンスに関して、多職種カンファレンスは(図③)2019年度は10件であったが今年度9ヶ月の間で40件実施できた。多職種カンファレンス件数の内訳、理学療法士22件、認知症ケア認定看護師13件、医師5件である。多方面からの意見が聞け、個人のアセスメント能力向上に繋がった。また、患者の状態把握に有効で離床センサーの設置・除去がタイムリーにできたとの回答もある。カンファレンスは、適切で同水準のケアを提供できる手段となった。看護師間でのカンファレンス件数 107件と前年の比較はないが意識の高さが伺えた。

今年度を振り返ると、転倒予防意識は確実に向上したと感じる。これは主にカンファレンス件数の増加、3b・訴訟事例が要因であった。カンファレンス件数が増加した1つの現象が、職場に大きな影響を与えた。これは、安全を重要と思う意識が職場の人々の安全行動に影響を与えていたと思う。また、職場の人々の安全行動変容には、安全に関する情報共有の活性化が大きな影響となったと推測する。行動変容には情報共有が不可欠であると、改めて実感した。

現場では、意思疎通困難な患者も多く対応に苦慮する事が多い。転倒防止は医療者だけでは限界を感じることもあり、患者・家族と共に転倒を防ぐ取り組みが重要になる。業務が多忙になると、カンファレンス実施や対策が疎かになる事もあり今後の課題である。課題は山積であるが、転倒・転落防止に高い意識をもち安全な療養環境を提供し患者の安全を守りたい。

医療安全管理部長からコメント

同じく転倒・転落防止に向けた取り組みです。実際に起きた転倒・転落の要因を分析して掲示してみても共有する事は有用な試みです。全ての医療者の重大なインシデントに繋がる転倒・転落予防への意識改革は重要です。引き続き多職種カンファレンスも継続して行なって下さい。

内服麻薬の 確認方法の改善について



今回、病棟で取り組みを行ったきっかけは、病棟内で患者がオキノーム散を持参した際、実際の残数19包なのに持参麻薬施用表に20包と記載しており残数が異なっていたが、入院後数日間そのことに気がつかず残数確認が行われたという事例が発生したことでした。インシデントを受け病棟内で以下の問題点が考えられました。

【問題点】

- ①残数を確認する際に10包1袋になっていると思い込み、きちんと個数を確認できていなかった。
- ②同勤務帯の看護師同士で麻薬の残数を確認していた。
- ③麻薬チェック表は、薬剤ごとではなく患者ごとの1枚で使用していた
- ④患者ごとの麻薬を入れる袋が統一されておらず、金庫内が整理されていなかった。

問題点を受け以下の事を改善し、取り組みを行いました。

【改善点】

- ①病棟で独自に作成し使用していた確認者を記入する用紙の見直し修正を行った。すなわち各勤務帯の看護師が2名で内服麻薬の残数を確認し、確認者を記入していたものを、前勤務者との2名で残数を確認し、確認者を記入するよう改善した。

名前		麻薬チェック表 薬剤名：				
月/日						
施設						
名前						
月/日						
施設						
名前						

麻薬チェック表 患者名() 発症名()

	/		/		/		/		/		/		/		/		
A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A
	/		/		/		/		/		/		/		/		/
A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A	A/B	B/C	C/A

修正後の確認者記入用紙

- ②確認者を記入する用紙は患者ごとに1枚使用していたが、薬剤ごとに1枚使用するよう改善した。(図1)



③ジップロックなどの袋に患者ごとに麻薬を入れていたが、ファイルケースを使用して、患者ごとに内服麻薬を整理し、見えやすくした(改善前図2、改善後図3)。



【經過・結果】

改善直後は、方法の変更に慣れず、麻薬の確認作業に時間を要していたが、徐々にスタッフも慣れ、確認を行えるようになった。また、確認は、異なる勤務帯の看護師が声を掛け合い行う必要がある為、各勤務帯の始まりに確実に麻薬の確認が行えるようになった。しかし、改善後は、確認者の記入表を1薬剤に対して1枚に変更した為、患者によっては用紙が複数枚になる場合があり、残数の確認は看護師2名で確認に行えていても、複数枚のうち一枚に確認者の記入が出来ていない事が、時に起きていた。

結果として、方法の改善を行って以降は麻薬の残数に関するインシデントは発生せず経過しているが、課題も残る形となった

【考察】

麻薬の確認を前勤務者と確認するよう改善したことで、スタッフ同士が声を掛け合うようになった。また、声を掛け合うことで、確認作業を行っていないスタッフにも誰が麻薬の確認を行っているかを明確にすることが出来た。さらに、薬剤ごとに確認者の記入を行うことで、残数を確認する際により注意をするようになったことが、インシデントの予防に繋がったと考える。

【今後の課題】

確認方法はスタッフ間に定着したが、確認者の記入用紙が複数枚ある場合に、そのうちの1枚に記入がないことが、起きている現状がある為、記入漏れを無くすよう記入漏れを見つけた際は声かけを行い、スタッフに麻薬管理の重要性を意識づけていく。

また、スタッフ同士が声をかけやすくなるような環境作りも併せて必要である。さらに、麻薬に限らず、内服や配薬に関するインシデントは病棟内でも、多く発生している為、準備の方法などを改善し、取り組みを行っていく必要がある。

医療安全管理部長からコメント

と薬に関するインシデントが一番多いのが現状です。特に麻薬に関するインシデントは法律に基づく規制上、極力避けなければなりません。誤投や、紛失、過剰投与は絶対にあってはなりません。場合によっては監査が入り大変な事になります。今回の改善点はいい事ですが、常に基本に忠実にダブルチェック、6Rを実践して下さい。

いろんなテーマでつぶやきます 外科医のひとりごと

Vol.19 「意外と知らない麻薬の話」



福山医療センター
外科診療部長
大塚 眞哉

プロフィール
1990年岡山大学医学部卒、医学博士。岡山済生会病院、岡山大学などを経て99年から福山医療センター外科勤務。専門は消化器外科、特に胃がん大腸がん外科。岡山大学医学部臨床教授、日本内視鏡外科学会評議員で、ESMO(欧州臨床腫瘍学会)などに所属。座右の銘は山本五十六の「やってみせ、言って聞かせて、させてみて、ほめてやらねば、人は動かじ」。



やめられない薬物

今回は麻薬の話ですが、医療用麻薬ではなく、違法薬物について紹介します。どの薬物も「依存性」により「乱用」を繰り返し、精神や身体に重大な異常を来します。幻覚や薬物への強い欲求のため、凶悪な事件を起こす場合もあります。警察庁によると、2020年の薬物事犯の検挙人数は一万四〇七九人で、覚醒剤が八四七一人、次いで大麻が五〇三四人で、両者で96%を占めます。

【怖い覚醒剤】

覚醒剤は非常に依存性が高く、他の薬物よりも厳しく規制されています。血液

脳関門を通過して中枢神経に作用し、ドーパミンの放出や再取り込みを阻害して大量のドーパミンを発生させ、一時的に覚醒作用や高揚感をもたらします。

しかし極度の疲労や倦怠感、抑うつなどの禁断症状に見舞われます。同じ効果を得ようと摂取量が増えて薬物依存に至り、やがて幻覚や幻聴などの統合失調症に似た中毒症状が現れます。怖いのは、やめても数年後に再燃(フラッシュバック)が起こり得る点です。再犯率が65%と高く、誘惑を断ち切るのが難しいのも特徴です。覚せい剤取締法違反での最高刑は無期懲役ですが、単純所持使用の場合は初犯で懲役一年六カ月、執行猶予三年程度です。海外では死刑もあり得ます。過去にも日本人女性がマレーシア空港で逮捕され「運んだだけで、中身は知らない」と主張しましたが、死刑が確定しました。

また大量に摂取すると、中枢神経の興奮、高血圧症、頻脈などの急性中毒症状を来し、死に至ることもあります(致死量は0・五—1g)。

「紀州のドン・ファン事件」では被害者の元妻が逮捕されました。警察は彼女と覚醒剤の売人との接触も把握しています。覚醒剤は製造地により構造が微妙に異なるので、この事件でも解析が可能であれば、殺害に用いられた薬物が証拠として提出されるでしょう。和歌山県警は過去にも「和歌山毒物カレー事件」で、当時最新の放射光「スプリング8」を用いて亜ヒ酸に含まれる不純物の識別を行い、全面否認していた被告に死刑判決が出ました。

【広がる大麻汚染】

大麻は古くからある一番ポピュラーな麻薬で、たばこのように煙を吸うマリファナが有名です。気分の高揚や陶酔感をもたらします

が、乱用すると思考分裂、人格変化、幻覚が生じます。大麻の使用者は年々増加傾向にあり、特に三〇歳未満の割合が六割を超えています。最近では電子たばこ式で簡便に使える「大麻リキッド」の密売が、SNS上で横行しています。

神社のしめ縄の材料などに使う大麻草の栽培農家が作業中に吸い込む可能性があるため、現行法では使用に罰則はありませんでしたが、5月の厚労省有識者会議で検討され、今後改正される方向です。

規制法律	対象薬物	主な罰則対象	最高刑
覚せい剤取締法	覚醒剤	輸出入、製造、所持、使用	無期懲役(単純使用は10年)
大麻取締法	大麻(マリファナなど)	輸出入、栽培、所持	懲役10年(非営利目的は7年)
麻薬および向精神薬取締法	麻薬(ヘロイン・コカイン)、合成麻薬(MDMAなど)、向精神薬	輸出入、製造、所持	無期懲役
あへん法	あへん、けし、けしがら	輸出入、栽培、所持、使用	懲役10年

【違法薬物の法律と罰則】

【大切な人に感謝を届けよう～ばらの日～】

皆さん『ばらの日』を知っていますか？

実は福山には、全国的にも非常にユニークな記念日が条例で定められています。

5月21日は、福山市が条例で定める「ばらの日」

ばらを贈る習慣を広めるなど、ばらに込められた想いや願いを伝える日です。

100万本のばらの街、福山らしい素敵な記念日ですね。

この1年、新型コロナウイルスの感染拡大で、大変な時間となっています。

皆で一丸となって乗り越えていかねばならない毎日の中で、少しでも身近な方に心からの感謝を贈りたい。

当院も、スタッフ40人にばらの花束を、

心からの感謝をこめて贈りました。一人5本ずつ。

実は、この「5本」にも、ちゃんとした意味があります。

5本のばらの花言葉は、『あなたに逢えて本当によかった』

素敵なメッセージのこもった花束が届き、スタッフは大興奮。

200本ものばらが届き、歯科医院がまるで花屋さんのようによい香りに包まれました。

『ばらの花束なんて何年ぶりだろう！』

みんなすごく喜んでくれました。

大変な一年ですが、身近な大切な方へ、心からの感謝を伝える素敵な一日。

100万本のばらの街、福山。 沢山の感謝の思いを、ばらにこめて。



訪問診療部 部長
歯科医師

猪原 光



医療法人社団 敬崇会

猪原歯科

リハビリテーション科

〒720-0824

広島県福山市多治米町5丁目28-15

TEL 外 来/084-959-4601

訪問部/084-959-4603

FAX 外 来/084-959-4602

訪問部/084-959-4604

患者さん向け就労支援のご案内 (治療と仕事の両立支援)



MSW
城野 裕朗

近年、入院期間の短縮、外来診療機能の強化に伴い仕事を続けながら治療をおこなうケースが増えています。特にがん、肝疾患、難病など長期にわたり療養が必要な場合、治療と仕事の両立が出来るように働き方の見直しを考えなければならない場合もあります。

当院では(※)両立支援コーディネーター研修を履修した職員による治療と仕事の両立相談をおこない患者さんが働きながら治療が受けられるように相談、支援に取り組んでいます。

また、広島労働局福山公共職業安定所(ハローワーク福山)、(独)労働者健康安全機構広島産業保健総合支援センターと協定を結び、専門職員による院内出張相談を実施しています。

(※)両立支援コーディネーター研修

…(独)労働者健康安全機構主催の研修。患者や家族からの依頼を受けて労働者に寄り添いながら相談支援を実施し、また、労働者、主治医、事業場のコミュニケーションのサポートをおこなう者。



●ハローワーク福山出張就労相談

ハローワーク福山による出張就労相談をおこなっています。

【出張相談開催日】

毎月第三木曜日 10:00～15:00

※完全予約制ではありませんが、予約いただいたほうがスムーズな相談が可能です

※開催日以外でも調整可能

※対象 がん、肝疾患、心疾患、難病など長期療養が必要な患者様

【場所】

福山医療センター2階 がん相談支援センター

【問い合わせ先】

◆福山医療センター代表

TEL:084-922-0001

「就労相談」とお伝えください。担当者にお繋ぎします。

◆ハローワーク福山「長期療養者職業相談窓口」

TEL:084-923-8609 41#

「本職その方へ」

長期療養しながら、働きたいという方へ

～ハローワーク福山による就職支援のご案内～

通院の必要はあるが、働きたい。
自分の病状、体力にあった仕事を見つきたい。
治療と仕事の両立の仕方について教えてほしい
しばらくぶりに仕事に戻ることに不安を解消したい。
就職活動で、企業に病気のことを伝えるべきか迷っている。
仕事復帰に際して、どんなスキルが必要か。

こんな悩み・不安をハローワーク福山が解消します。

ハローワーク福山では、キャリア・コンサルティングの資格や人事労務管理の経験がある、専門的就職支援担当者「就職支援ナビゲーター」を配置。マンツーマンであなたの就職を支援します。

能力や適性、病状、治療状況などを考慮して、あなたにぴったりの仕事をご紹介します。

- 症状、通院状況に配慮した求人をさがします。
- 仕事復帰の不安解消のための相談に応じます。
- 応募書類の作成や面接の受け方についてアドバイスします。
- 職業訓練や就職支援セミナーなどをご紹介します。

ハローワーク福山の就職支援ナビゲーターが
第三木曜日 10:00～15:00
福山医療センター がん相談支援センターで皆様の相談に応じます。ぜひ、ご利用ください。

長期療養支援
担当 増田 哲也
以前 病院で約7年くらい勤務していたのでお役に立てると思いますので気軽に相談してください。

広島労働局 ハローワーク福山 301220

福山医療センター 出張就職相談

「本職その方へ」

がん等長期療養しながら、働きたいという方へ

～ハローワーク福山による出張就職相談のご案内～

通院の必要はあるが、働きたい。
自分の病状、体力にあった仕事を見つけるには？
治療と仕事の両立の仕方について教えてほしい。

ハローワークと福山医療センターが連携して相談に応じます

しばらくぶりに仕事に戻ることに不安を解消したい。
就職活動で、企業に病気のことを伝えるべきか？
仕事復帰に際して、どんなスキルが必要なのか？

ハローワーク福山の専門担当者「就職支援ナビゲーター」が院内に出張し、能力や適性、病状、治療状況などを考慮してマンツーマンであなたの就職を支援します。

- 症状、通院状況に配慮した求人を探します。
- 仕事復帰の不安解消のための相談に応じます。
- 応募書類の作成や面接の受け方についてアドバイスします。
- 職業訓練や就職支援セミナーなどをご紹介します。

相談日：毎月 第三木曜日(事前予約制)
時 間：10:00～15:00
場 所：福山医療センター
2階 がん相談支援センター

【問い合わせ・相談予約】
福山医療センター 代表
TEL: 084 (922) 0001

ハローワーク福山「長期療養者職業相談窓口」
TEL: 084 (923) 8609 41#

「本職その方へ」

301220

音楽と絵画 〜無垢な魂の音楽への愛



ふくやま芸術文化ホール
リーデンローズ館長

作田 忠司

東京出身、上智大学文学部哲学科卒、
パリ留学後大手音楽事務所
のゼネラル・プロデューサー等を経て
2018年から現職、ばらのまち福山国際
音楽祭実行委員長兼務

いつもの本屋に来ている。小さい店内を歩き回り新刊書や雑誌や文庫などにふれてみる。すると日頃は興味のない本も「こんな内容か…この本がなぜここある？店員さんが代わったから？」等、あらぬことも考えている。学者や学生でもなく好奇心が強い身勝手な本好きには、実際に本を手に取り確認するのも目的のひとつ。特定の本の購入ならアマゾンだが、本は基本衝動買いに限ると目覚めてからは本屋でのこうした渉猟は欠かせない。ソッキ本に占拠された窮状を嘆く前に、そんな本屋にも楽しい一冊は必ずあるものだと思う。

『音楽の肖像～堀内誠一×谷川俊太郎』（小学館）は、こうしてここで出会った。本棚の目立たぬ場所に、音楽や美術とは無関係な本と並んでいた。奥付を確認すると出版は昨年（2020）の11月で、この本は今年（2021）2月の3刷である。昨年（2020）から今年のコロナ禍の最中、慎ましくひっそりと書店に並んでいたのだろう。

音楽をテーマにした書籍はずいぶん出版されている。作品の解説書から作曲家の伝記など種類は様々だが、今回のように音楽を主題に美術＝絵画と詩でくくる企画は、そう多くはないと思う。その理由は単純かもしれない。音楽をテーマに、本を出すほど固執している画家や詩人はそれほどいないということではないだろうか。

＜音楽は世界を丸ごと包み込む＞とは、本書のキャッチコピーなのだが、まず目に飛び込んできたのはこのフリーズで、とても印象的である。本の重さといい鮮やかな色彩に溢れた堀内誠一の絵が、谷川俊太郎の白いページに刻印された詩句とマッチしていると思った。それに定価も安く（笑）まさに＜宝石のような一冊＞である。残念ながらこの本と出会うまで堀内誠一の名は私には不明であった。ただここで描かれているその個性的な筆致は、私も生きてきたあの時代の熱い共感を告げていたのだ。

いま、ここに生まれ、すぐに消えていく音楽。ただ虚空に響く余韻のみが感動になって聴く者に刻印されるその様態を、19世紀の哲学者は「あらゆる芸術は音楽（の状態）にあこがれる」との名言に残している。モノではなく、とらえきれずに「大切なものは見えない」との教訓か。それが音楽の本質だとすると、その音楽を絵画や詩

で一冊の本にまとめることにはとてつもない困難さが予想される。私たちが音楽の卓越性や抽象性から生まれる深い感動のなかみを、モノとしての一冊の本にする作業。そこには格別の愛ある編集が必要になるのではないと思う。私は、すでに34年前に物故しているこの堀内誠一という伝説のグラフィックデザイナーの、4人のご家族の名を編集協力者として見つけ、そう感じた。六十年代から七八十年代に活躍し、それはちょうど私の青春時代に当たる。雑誌平凡パンチやananの創刊を支え、あの時代を作り上げた才能が堀内誠一。改めてじっくり本を拝見しながら、谷川俊太郎のことばをかみしめた。「堀内さんはモーツァルトと同じく、夭折の天才としか言いようのない人です」とは、むべなるかな。

音楽と絵、ふたつの耳と目の結婚＝合体には、中央に＜ことば＞というひとつの口が証人として大切なのだというが、今回の詩画集にはなんとしても谷川の詩や堀内のエッセイの＜ことば＞が必要だったのだ。

本書が＜作曲家の肖像＞であるとは示唆的である。作曲家の肖像へのこだわりは音楽作品の抽象性にあらう有力な視点なのだからだ。肖像とは人間の実存の姿の反映。その視点はつとめて人間的なのではあるまいか。

入院前、最後に描かれたレジェ風のダリウス・ミヨーの素晴らしい色彩とエッセイ。そのリアルで大胆な筆致と画筆には、それが精緻であればあるほど、消えてなくなる音楽への、筆者の無垢な純粋さとともに、なによりも深い愛が溢れていると思った。



連載
7

映画への誘い



高橋 斎
挿絵 岡本 誠

ブータン山の教室 (2019、ブータン)

「世界一幸福度の高い国」として知られるブータンは、人口約75万人。中国、インドの間にあり、面積は九州とほぼ同じ。1983年生まれの写真家でもあるパオ・チョニン・ドルジ監督が脚本も手掛けた。

ヒマラヤ山脈の標高4,800Mにある実在の村ルナナを舞台に、都会から来た若い教師と村の村長や子供たちとの交流を描いた。ミュージシャンを目指す若い教師ウゲンは、ブータンで最も僻地にあるルナナ村の学校へ赴任するよう言い渡される。バスで、ガサ迄行くと、もう夜。迎えに来た村人2人とラバ3頭とともに、翌朝から1週間の山歩きが始まる。

やっとたどり着いた人口56人のルナナ。そこには、目を輝かした天使のような子供たちが、「勉強したい」と先生の到着を待っていた。桃源郷のように美しい風景だが現代文明は一切ない。教壇には黒板も無く、ウゲンは、音を上げ、帰らせてくれという。しかし、子供たちの相手をしているうち、ウゲンの気持ちは変わっていく。村の娘セデュの歌う「ヤクに捧げる歌」にも心を動かされる。

生徒たちは皆純朴。中でも級長をしている少女ペム・ザムは目を引く可愛いらしさだ。父は飲んだくれ、両親は離婚。そんな境遇だが、明るく前向きで、いつも目が輝いている。この映画のもう一人の主人公ともいえる。

冬が来て、町に帰ったウゲンは、当初の計画通りオーストラリアに行く。ミュージシャンとして舞台に立ったウゲンは、途中から歌うのを止めて沈黙の後、ルナナの「ヤクに捧げる歌」を歌いだした。果たしてウゲンは、オーストラリアに残るのか。あるいはまた教師としてブータンへ帰るのか。

監督は、インタビューで、100年前の日本は、まさにブータンのような国だったのではないかと語っている。さて、今の日本の幸せ度は、どうだろう。



アンモナイトの目覚め (2020、イギリス)

舞台は、1840年代、イギリス南西部の海辺の町。ヒロイン、メアリー(ケイト・ウインスレット)は、高齢の母親と二人暮らし。子供の頃魚竜を発見し、大発見として大英博物館に展示されている。独学による古生物学者として、一部では名を知られたが、今は忘れ去られ、アンモナイトの化石を採掘し、土産物店で売って細々と生計を立てている。

そのメアリーの店に、ロンドンから裕福な化石収集家と若い妻シャーロット(シアーシャ・ローナン)が訪れる。メアリーの化石採掘に同行した収集家は、流産のショックから衰弱したシャーロットを、海辺の町で静養させるため、メアリーに預かって欲しいと申し出る。

乗り気ではないメアリーと、世間知らずのシャーロットとの共同生活が始まる。二人で巨大な化石を苦労して採掘した時から、二人に新たな感情が目覚め、それは愛へと進展する。メアリーは自分で切り開いて来た人生。シャーロットはあてがわれた人生。ともに孤独を抱えた二人の女性。心と体の触れ合いが繊細にかつ大胆に描かれていく。

夫からの手紙で、シャーロットはロンドンへ帰らなければならなくなる。ロンドンのシャーロットに会いに行ったメアリーは、シャーロットと一緒に住もうとさそわれるが、囚われの生活は嫌だと憤慨して立ち去る。ラストは、大英博物館を訪ねたメアリーと、メアリーが発見した化石のガラスケースを挟んで、追いかけて来たシャーロットと向かい合うところで終わる。果たしてこの二人は、この後どうなるのであろうか。エンドロールは海岸に打ち寄せる波の音が静かに流れる。

「タイタニック」から20数年、ケイト・ウインスレットが苦く屈折した人間味を出す一方、シアーシャ・ローナンはリアルな苦悩を抱える若妻を演じた。二人の演技が圧巻。



街の上で (2020、日本)



「愛がなんだ」の今泉力哉監督が、一人の青年と4人の女性たちとの出会いを中心に、さまざまな人との触れ合いを絡め、オール下北沢ロケで撮った。新型コロナの影響で1年の延期を経て公開されたため、その後撮った「あの頃」の方が、2月に先に公開されている。

下北沢の古着屋で働く青年・青(若葉達也)はレジでいつも本を読んでいる。初めての恋人、雪(穂志もえか)に浮気され、別れを告げられたが、別れたくない。そんな時、自主映画を撮っている美大生町子(荻原みのり)が訪ねてきて、「自主映画に出て欲しい。ただ本を読んでいてくれさえすればいい」という。青は迷った末結局出ることになる。古本屋の店員冬子(古川琴音)と練習までするが、本番では緊張してうまくいかない。打ち上げで、一人ぼっちの青に声をかけて来たのが、衣装担当のイハ(中田青渚)だった……。

青を中心に何気ない日常が切り取られていく。これといった事件や出来事が起こるわけではない。下北沢という街を舞台に、登場人物の心の揺れを優しい目線で切り取っていった。

4人のメインの女性がそれぞれ魅力的。青の恋人雪、自主映画監督の町子、古本屋の冬子、衣装係のイハ。青とよりを戻す雪、可愛いけど気の強い町子、青の出演シーンがカットされたことに抗議する冬子、初恋が相撲取りだった衣装係イハ。青を中心に4人の女性を、生き生きと肯定的に描いた。

導入部の青と雪の別れ話の時のケーキが、ラストのシーンでも冷蔵庫から取り出されて、ほっこりと微笑ましい。クスクス笑わせ、大きく笑わせるラブコメでもある。クスツツと笑わせるのは、青の古着屋を訪ねた時のカップルの会話や警察官の義理の姉との恋愛談義など。大きく笑わせるのは、終盤の5人が鉢合わせるところ。良質な、涙と笑いのコントを見ているようでもある。

専門分野研修を終えて

【新しくFMCSナースに認定された10名】

●小児救急看護

正木幸(2B病棟) 灰谷紀美(5A病棟) 柳田由紀子(外来)

●集中ケア

大井律子(ICU) 金本真幸(ICU) 帯刀真志(HCU)

●認知症看護

栗村洋美(7病棟) 井上和子(5B病棟) 高瀬英利子(7病棟)
友枝あすか(7病棟)



講師代表

佐々木 伸樹

(集中ケア認定看護師)



この度、1年11ヶ月間(令和元年5月から令和3年3月)の専門分野研修を経て、「小児救急看護」「集中ケア」「認知症看護」の3分野から10名のFMCSナース(Fukuyama Medical Center Special Nurse)が誕生致しました。

この専門分野研修とは、福山医療センターの看護において、臨床経験を通して熟練した看護実践能力を持つ看護師の専門分野に特化した知識・技術の修得を認定することにより看護の質の向上を図ることを目的としたものです。

私が担当するのは「集中ケア」専門分野研修で、受講された3名ともベテラン看護師です。講義内容は聞き慣れない用語やガイドラインなどがあり、受講生は必死に理解しようとするのではないかと思います。それでも、ベテラン看護師の研修生の方々は、講義中に様々な視点で質問をしてくれて講義をする私は嬉しかったですし、賑やかで楽しい時間を過ごすことができました。

今回、晴れて修了した3分野の皆様、改めておめでとうございます。今後のご活躍に期待しております。



「集中ケア」 HCU 帯刀 真志



只今、AM3:35。 5月のある日の、…深夜勤務の休憩中でございます。

皆さんはいかがお過ごしでしょうか?って寝てるよねえ。同じ深夜勤務の方、「お疲れっす」。

さて、みなさんには「ライバル」がいますか?ライバルと言っても、勝ち負けとか「コノヤロー」とかではなく、「良い意味で刺激を感じることができる相手」とでも言いますか…。私にとって「集中ケア院内研修」の講師であるICU看護師の佐々木君がその一人であります(他にもたくさんいるけど、調子に乗るから内緒にしておこう)。佐々木君は私よりも10歳くらい若いと思うのですが、時に刺激を与えてくれる存在であり、「熱い」看護師でもあります。そんな看護師が講師だなんて、私が受講しない理由が見つかりません。実際、集中ケア認定資格を持っているだけあって、遙か遠くの存在になったと思えるほどハイレベルな知識を持っています。それは、ライバルに「してやられた…」と言うよりは、「すごいぜっ。」っていう、うれしい感覚が正直なところ。「患者さんの為にできることを一生懸命に行う」という熱い想いを熱く語り合える仲間でもある私は感じています。これだけ褒めておけば、何らかのリアクションは起こしてくるでしょうね…。

それはさておいても、経験年数や年齢にとらわれず、「良い刺激を感じることができる仲間っていいよねえ。」と言うのが、研修を終えての感想です…皆さんはどうですか? あっ、休憩終わった。



「認知症看護」

7病棟

友枝 あすか



入院された認知症者は、環境変化に戸惑い、ここがどこかわからず家に帰りたと言って興奮するなど、混乱される方が多いです。私は、これまでに国立病院機構本部主催の認知症ケア研修に参加したこともありましたが、それでも認知症者への対応がうまくいかずに悩むことがありました。私は、混乱する認知症者にできる限りお薬や身体拘束に頼らない認知症ケアを学びたいと思い、同じ病棟の仲間3人と一緒に専門分野研修を受講することに致しました。

講義は、1回90分で全8回ありました。私は、勉強が苦手なのですが、今までなんとなく理解していたことが点と点で繋がり、認知症者の視点で物事が考えられるようになると認知症ケアが楽しく感じるようになりました。認知症だから混乱するのではなく、周りの状況がわからなければ不安に思うのは誰だって同じ、当たり前の感情であることに気づく事ができました。最終課題は、臨床での事例を用いて認知症ケアを振り返ることでした。私が実践した認知症ケアが患者・家族にどのような影響や効果があったのかを深く学ぶことができました。認知症ケアのキーワードである「その人らしさを尊重する」、この姿勢が大切であることを実感することができました。

今後については、認知症看護のFMCSナースとして認知症者が安心、安全な入院生活をおくるため認知症者の視点で考えられるよう努力して参ります。

「小児救急看護」

2B病棟 正木 幸



小児科外来に勤務している中で、自分の看護がこれでいいのかと考えることがありました。子どもと家族のQOL向上のため、水準の高い看護を実践する力を身につけたいと思い受講しました。

研修では毎回資料をもらいスライドをみながらすすんでいき、途中で質問をしたらすぐにこたえてくれとてもわかりやすく充実した内容でした。グループワークや医師の講義もあり楽しく学ぶことができました。また、子どもにとっての最善とは何であるか考え、子どもに寄り添い子どもの権利を尊重した看護を行うことが大切であると学ぶことができました。

研修で学んだことをふまえて、プレパレーションの一環として病棟の処置室を子どもが主体的に検査、処置などに参加できるように環境を整えることを行いました。医療者が処置をしやすい環境から子どもが処置を乗り越える場所にすることで、子どもの不安や恐怖の軽減につながりました。また、寝て処置を受ける子どもの視線の先にある天井面の工夫や自分で選べる処置マットを作成することで、子どもが主体的に検査や処置に参加できること、ディストラクション技法のひとつになったことがわかりました。その内容を事例発表会で発表しました。

今後も子ども主体に考えること、子どもの最善の利益を目指して子どもの権利を守るという視点で、よりよい看護が行えるように取り組んでいきたいです。また、当院における小児医療がより充実するために子どもと家族がよりよい意思決定ができるように支援していきたいと思います。

台湾の病院見聞記(シーズン2-⑩)

高雄長庚紀念醫院(その1)

醫學大樓(本館ビル)

The Kaohsiung Chang Gung Memorial Hospital(No.1) Medical Building ①



埼玉学園大学
経済経営学部 教授
福永 肇
Hajime Fukunaga

前回まで台湾最大規模の病院(3,470床)の「林口長庚(リンコウ・チャンゴン)紀念醫院」を見学した(「世界の病院から」No.87~91)。事業主である財團法人長庚紀念醫院は台湾最大の民間病院グループで、林口だけでなく、基隆、台北、桃園、雲林、嘉義、高雄の合計7か所にて病院運営を行っている。そこで今度は台湾の南に移動して「高雄長庚(カオシュン・チャンゴン)紀念醫院」を見学してみたい。この病院も病床数2,754の巨大病院である。今回は本館ビルに位置する「醫學大樓」(前半)を、次回以降で「醫學大樓」(後半)と「兒童大樓」、「急診」と「復健大樓」を見学したい。「大樓」はビルディングである。

■ 高雄(カオシュン)

台湾島の大きな街は北から順に「台北(タイペイ)」、「台中(タイチン)」、「台南(タイナン)」と続く。台南の南にさらに大きな都市、「高雄(カオシュン)」がある。高雄市の人口は276万人。大阪市(269万人)よりも多い。高雄は、清国時代には「打狗(ターカウ)」と呼ばれた。狗は子犬や小型犬を指す漢字である。日本統治時代(日治時代、日據時代:1895~1945年)に台湾総督府が打狗は卑俗な名前であるとして「高雄(たかお)」へと改称した。ただし高雄に京都北山の風情は全くない。街の雰囲気は大阪に似ている。話が横道に逸れるが、打狗の近くの嘉義県に「打猫(ターニャウ)」という地名があった。台湾総督府は打狗と同じく打猫も「民雄(たみお)」に改称した。双方とも「雄」で終える一対の和語地名となった。高雄の東隣にあった地名「阿猴(アアウ)」、「(お猿ちゃん)も1920年の台湾地方制度改制の際に「屏東(ピンドン)」に替わった。現在の台北郊外に「猫空(ニャウコン)」、台湾島最南端に猫鼻(ニャウビー)という町がある。このような地名がある台湾は愉快で、どこか可笑しい。

■ 高雄長庚紀念醫院

高雄長庚紀念醫院は高雄の中心街からタクシーで20分ほど走った郊外にあった。病院と最寄り地下鉄駅との間には無料バスが運行されている(所要時間25分)。



写真1:高雄長庚紀念醫院の門標。

この病院は1986年に創設され、現在は病床数2,754床、職員数4,900人強、1日当たり平均外来数が約6,700人、急診が約360人という業容である(⇒全てが日本の病院では登場しない大きな数値)。国(衛生福利部)から「醫學中心

(メディカル・センター)」の認定を受けている(図1参照)。2018年10月に陽子線治療センターを開設(センターの面積7,450坪、投資額45.5億元≒160億円)。2015年11月開設の林口長庚紀念醫院に次ぐ台湾2番目の陽子線治療施設になった。

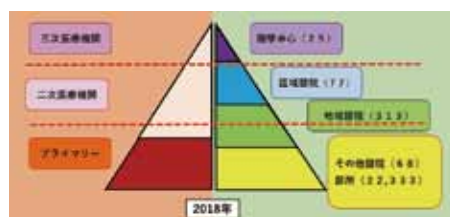


図1:2018年の台湾の医療提供体制(福永作成)。



写真2:高雄長庚紀念醫院の全景。広大な敷地、巨大な建物群。高雄長庚紀念醫院リンパ水腫中心(リンパ浮腫センター)のHPより転写(<https://www.lymphedemaexpert.com/>)。

病院に着くと、そこには広大な敷地と巨大な建物群があった。敷地は隣接する公園や湖と繋がっており、全体の把握はとても出来なかった。写真2を見てみる。左端の高層ビル2棟が職員宿舎、患者家族ゲストハウスなど。その右隣が醫學大樓(白色)、順に兒童大樓(白色)、復健大樓(茶色)。前方は澄清湖という名前の淡水湖。病院建物群の巨大さに驚いた。

■ 医療大樓 玄関フロア周辺



写真3:白いビルが醫學大樓(本館)。左側の高層ビルは職員宿舎や患者家族のゲストハウス、臨床訓練センターなどに使用されているようだ。



写真4:醫療大樓玄関前。イエロータクシーが到着。バリアフリーへの取組はこれからのようだ。



写真5:醫學大樓の玄関ホール。



写真6:醫學大樓の1階ロビー。

写真6は醫學大樓の1階ロビー。円環デスクの案内と左奥に受付(写真12と同じ)。1階ロビーには橙色のチョッキを着たボランティアがたくさんいた(日本の病院受付周りには、看護師や事務職員が職務として勤務している)。台湾の病院では「玄関ホールが2階まで吹抜けになっており、2階部分は回廊になって1階のロビーを見下ろせる」という設計が大変多いと思った。私はこれを「台湾病院スタイル」と名付けた。日本ではあまり見掛けないスタイルだ。



写真7:「遺愛人間」のプレート。玄関ロビー1階フロア。写真6にも写っている。



写真8:「遺愛人間」。ドナー顕彰プレート。

写真7,8はドナー顕彰プレート。各プレートには氏名(男性は先生、女性は女士の敬称付き)、住所(省と県/特別市名)、ご遺体・臓器提供日が刻まれていた。名前の入ったドナー顕彰プレートは韓国のサムスン(三星)病院でも見たことがある。日本でもお金の寄附者を顕彰するプレートを掲示している病院はある。しかしドナーを顕彰するプレートを私はまだ見たことがない。



写真9: 受付順番券機。

写真9は醫學大樓の受付順番券機。受付番号が①「激費(Cashier)」、②「掛號(Register)」、③「年長/行動不便/孕婦」、④「病歴申請、成人健檢」の4つに区分されていた。すごいものを見た。お分かりになられるであろうか。ここは桁外れの「台湾の病院の凄さ」なのだ。



写真10: 2019年10月3日(水曜日)の14時19分に写真9の受付番号券機から①～④の4種類の番号札を取ってみた。



写真11: 醫學大樓の会計櫃檯(カウンター)番号案内。

写真11の右側のディスプレイの日時は2019年10月3日14時24分となっている。少なくとも千番台の番号(1029～37)、7千番台の番号(7033～34)、9千番台の番号(9090)の3系列があるが判る。1日当たり平均外来6,700人の病院である。この番号は診察終了後の会計カウンターでの番号だ。因みに5分前の14時19分に私が引いた写真10の(診察前の)番号札は1074, 7435, 8191, 9096であった。



写真12: 左端に写真11の案内モニターがある。10番会計窓口の「1033」の人は写真11での左側最下段「1033」の人。ケペン氣候区分では熱帯モンスーン地域に属する高雄の10月初旬、患者の服装は、半袖、長袖、袷と様々だ。

■ 外来ゾーンの院内風景

以下では高雄長庚紀念醫院の外来ゾーンを、写真を軸にしながら見学していこう。



写真13: 外来待合の様子。日本と病院と同じ風景。



写真14: 「博愛座」。紙1枚のコストでプライオリティシートを創る。台湾は賢い。なぜか日本の病院外来フロアでは「優先席」が見当たらない。



写真15: 一般内科門診(=外来)。水曜日後2時半ごろの風景。武漢で新型コロナウイルスが発生する2か月前の時期であったが、病院で見掛けた台湾の人たちにはマスク着用の人が本当に多かった。当時の私にはそれが珍しく見えた。



写真16: 各診察室受付時での健康保険カードの挿入案内ポスター。「カ(そ)」はカードのこと。

台湾では2004年から健康保険証はプラスチック製カードになった。写真16のカードにはICチップが埋め込まれている。ICチップには病歴や治療歴、検査画像、処方薬といった医療情報が保管されている。韓国では随分前から、スマホが健康保険証やPHR(Personal Health Record)も兼務している。

日本の健康保険証には、①被保険者に1枚だけ発行される「紙タイプ」と、②被保険者・被扶養者それぞれに1枚ずつ発行される「カードタイプ」の2種類がある。最近になって②のカードタイプの保険証が急速に普及してきた。しかしカードにはICチップどころか磁気ストライプすら付いていない。先進国でこんな国は今時稀有だ。さらに後期高齢者医療被保険証、介護保険被保険証に至っては全員が①の紙タイプである。各医療機関は独自の診察カードを発券する。その結

果、日本人はゴムバンドで結わえた診察所や病院の診察カードの束を保有している。日本の病院は、アナログの世界だ。デジタル化すれば、医療系カードは保険証1枚で済むし、PHRも保有できる。政府は(医療ICT推進目的ではなく)マイナンバーカードの普及目的から、マイナンバーカードを健康保険証としても利用出来るようにしようとの試行を始める(稼働予定は2021年10月以降だろう)。

日本の病院運営は人海戦術運営型からテイクオフできず、医療は労働集約的産業のままである。そのため病院収益(売上高)の半分以上が人件費で消費されてしまうという高コスト医療提供体制になっている。日本ではこれからの生産年齢人口の激減が確定している。日本の人口問題での最大の課題は、私は少子・高齢・人口減少ではなく、激減する生産年齢人口だと言っている。病院職員数も激減する。医療ICT化の早急の推進が望まれる。台湾や韓国では医療情報・医療事務は電子システム化されており、ずっと前から診療報酬オンライン請求率は100%である(日本は令和3年1月診療分で紙レセプト請求の医療機関数・薬局数が4.9%ある)。アジアが医療ICTへと移行済みの時代に、どうして日本は医療ICT開発途上国に留まったままなのだろうか。



写真17: 外来受付順番案内。

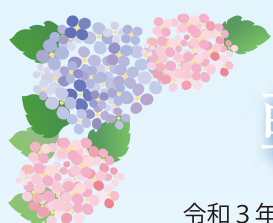
写真17をご覧頂きたい。患者は診察室に到着したら、健康保険証カードを右下のカード挿入口に入れて、レジスターを行う(写真16での案内)。これを特段「新しい」とは思わないが、日本の病院はここまで来ていない。なお、台湾の病院ロビーで再来受付機を見た記憶はない。写真17に見られるように台湾の外来診察室には、診察担当医師名(外科なのに医師がsurgentではなくphysicianであるが可笑しい)に併せて担当看護師名も明示している処は頗る立派である。日本の看護師が学ぶべき箇所だ。



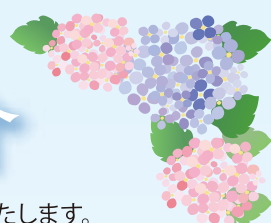
写真18: 心臓血管外科の達文西(ダ・ビンチ)手術の広告。

ダ・ビンチは2015年に導入したようだ。心臓外科では冠動脈繞道手術、二尖/三尖弁瓣膜修補・置換術、心房中隔缺损修復術、心臓腫瘍切除術などが行われている。台湾の医師は米国での病院留学から最新医療技術を学んで来るのだろう。余談になるが、この病院を訪問した2019年でのダ・ビンチを用いた心臓外科手術執刀数世界一はニューハート・ワタナベ国際病院(東京都杉並区)の渡邊剛医師だった。

(次回に続く)



Transferee introduction 転入職員紹介



令和3年4月、当院に異動となった職員の自己紹介を掲載いたします。



リハビリテーション科

「晴れて広島県民になりました」

作業療法士長
片岡 靖雄



4月に転任で参りました、作業療法士長 片岡靖雄と申します。これまで、福岡県・高知県・岡山県・山口県と移り住んできました。3月までは山口県下関市で暮らしていたため、九州へ温泉巡りや食べ歩きをして満喫していました。今回は広島県福山市に赴任させていただいたので、広島県の観光地や美味しいもの巡りを楽しみにしています。まずは、広島名物のお好み焼きや宮島などの観光地を目指して放浪してみようかと思っています。お勧めのお店や地域がありましたら、ぜひ教えてください。

福山医療センターを利用される患者様に選ばれ信頼されるリハビリテーション科を、スタッフとともに作り上げていきます。今後とも、よろしくお願いいたします。

「はじめましてのごあいさつ」

理学療法主任
梶原 明日美



この度、岩国医療センターから転勤して参りました、理学療法士の梶原と言います。

岩国には10年間勤務し、今回初めての転勤で福山医療センターへの配属となりました。

当院のリハビリテーション科では整形外科疾患の対象者が多く、運動器疾患に対するリハビリテーションに携わるという事で、一から勉強していきたくと思っています。以前は、呼吸器、がんのリハビリテーションを中心に従事していました。急性期病院としてのリハビリ、診療体制等は大きく変わりないですが、新しい職場環境で慣れないことが多々あり、まだまだ他スタッフに迷惑を掛けている状況です。早く職場環境に慣れて、しっかり貢献できるよう頑張りたいと思います。今後ともよろしくお願いいたします。



栄養管理室

栄養士
岡本 沙羅



4月より福山医療センターへ配置換えとなりました、栄養士の岡本と申します。昨年度までは呉医療センターで勤務をしていました。実家は尾道ですが、福山医療センター近辺を訪れたことがほとんどなかったため通勤にも四苦八苦していましたが、やっと慣れてきたところです。コロナ感染症が落ち着けば福山市内を散策したいなと思っています。

私の趣味として、これまで休日はアウトドア派でしたが、外出自粛により自宅での趣味が増えました。その一つとしてパン作りにはまっています。休日ごとにパンを作り家族に試食してもらい、おいしいパン作りを目指しているところです。最近は自家製酵母作りにも挑戦しているところで、毎日酵母を眺めるのが楽しみになっています。

福山医療センターでの勤務は初めてで戸惑うことも多いですが、栄養指導や食事相談で病棟訪問もしていますので、声をかけていただければと思います。

臨床検査科

臨床検査技師

石尾 圭史郎



はじめまして。この度4月から福山医療センター臨床検査科に赴任いたしました、石尾圭史郎と申します。出身は九州の宮崎県ですが、多くの方々とのご縁があり、中国四国グループの一員として働かせていただいております。

宮崎県は「日本のひなた」といわれるほど温暖な気候でとても過ごしやすい県です。

また、豊かな大地と海に恵まれた環境から収穫される山の幸、海の幸はどれも絶品です。

新型コロナの流行で旅行に行きたいけど行けず、ストレスを抱えて生活されている方は多いかと思います。私もその一人です。いつか新型コロナが落ち着いたら、旅先の候補の一つに入れてはいかがでしょうか。おいしいものをお腹いっぱい食べたい、海で思いっきり泳ぎたい、自然に囲まれた美しい風景を見ながらキャンプがしたいという方はきっと楽しい旅になると思います。

新しい環境や新しい業務にまだまだ慣れておらず、至らぬ点が多々あるかと思いますが、日々成長して福山医療センターに貢献できるよう努めてまいりますのでよろしくお願い致します。

臨床検査技師

藤井 亜希子



はじめまして。4月に東広島医療センターから転任してまいりました、藤井亜希子と申します。私は生まれも育ちも福山で、大学時代と就職してから数年間は県外に住んでいましたが、このたび地元に戻って来ることができて嬉しく思っています。

趣味は旅行で、コロナ禍以前はリフレッシュ休暇やGWなどの長期休暇を利用して海外旅行にも行っていました。スペインやドイツ、タイ、UAEなどさまざまな国を訪れましたが、行きたい場所や見たい景色がまだまだたくさんあるので、また安心して旅行ができる日が一日でも早く来ることを願っています。

まだ業務に慣れないことも多く、迷惑をかけることもあります。地元の福山の医療に貢献できるように精一杯励んでいきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

臨床検査技師

八谷 恵理



4月から東広島医療センターより赴任してきました臨床検査科の八谷恵理と申します。

八谷と書いて「ヤタガイ」と読みます。昨年結婚してこの苗字となりましたが、ようやく名前にも慣れ、なかなか読んでもらえない事にも慣れました。

好きなことは旅行で、観光名所を巡ることや温泉も好きですが、一番の楽しみは美味しいものを食べる事です。海鮮など美味しいものがたくさんある北海道旅行は最高でした。今はコロナ禍で旅行ができませんが、また美味しいものを食べに旅行できる日を楽しみにしています。最近はおうち時間が増えたので、お菓子作りを始めました。凝ったものは作れないので毎回パウンドケーキを作るのですが、バナナを入れてみたり、リンゴを入れてみたり、いろいろアレンジをして楽しんでいます。

初めての転勤で不安もありますが、これまでの経験を活かしつつ、たくさんのことを学んでいきたいと思っていますのでよろしくお願いします。

放射線診断科

診療放射線技師長

大松 正義



4月より放射線科技師長として赴任致しました大松 正義（おおまつ まさよし）です。

出身は、愛媛県松山市で広島県での勤務は初めてです。不安もありますが、福山医療センターで勤務できる喜びと期待もあります。広島カーブとコラボした車のナンバープレートを見たときには、ビックリでした。ちなみに私は、阪神タイガースファンです。また、コロナ禍ではありますが近隣の観光名所、温泉などの散策も楽しみたいと思っています。まずは、様々な職種の方々とコミュニケーションを図り、業務を円滑に行えるよう努力していく所存です。見かけたら気軽に声をかけていただくと幸いです。よろしくお願いいたします。

照射主任

山本 修平



4月の人事異動にて、東広島医療センターから転勤してきました放射線科の山本修平と申します。出身は愛媛県西予市三瓶町という海と山で豊かな町です。今は東広島市の自宅から車と新幹線で通勤しています。

趣味は、ランニングとバスケットボールで、ランニングは週に1回、バスケットボールはコロナ前で月に1回ほどの頻度でやっていたので、体力にはそこそこの自信があります。

これからは、新しい職場で心機一転、仕事を頑張っていき、特に自分は放射線治療を専門としてきたので、その分野で力を入れていきたいと思っています。新しい病院で不慣れなことが多くご迷惑お掛けすることが多々あるかもしれませんが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

Transferee introduction

事務部

専門職
杉山 寿



4月から福山医療センター医事課に配属となりました杉山と申します。出身は岡山県で、現在は倉敷市から1時間ほどかけて車で通勤しています。

趣味は料理です。最初は酒のつまみを作る程度だったのですが、自由に食べたいものを好きな味付けで作れるのが面白くなり、色々な料理に挑戦するようになりました。また妻も喜ぶので作りがいがあるため、今では週末や早く帰宅した際の食事は私の担当になっています。材料を入力するだけでレシピを提案してくれるアプリがあり、非常に便利でよく使っていますが、テレビ番組で見た料理や外食で気に入った料理を自宅で適当にまねて作ったりもしています。レシピを見ないで作ると結果がわからなくて楽しいですね。

医事では患者対応(クレーム等)を担当しております。他部署の皆さんと連携しながら、より良い対応ができるよう頑張っていきますので、今後ともよろしくお願いいたします。

「自分らしく快活に♪」

職員係長
寮野岡 恵子



「自分らしく快活に♪」

この4月に東広島から転勤してきました「寮野岡」と申します。管理課で勤務しております。そのまま音読みで「りょうのおか」と読みます。なんせ珍しい苗字のため、職員の皆様にご連絡を差し上げる際に、なかなか伝わりにくいのですが、なんか変わった苗字の人が管理課にいるなって程度に認識して頂けたら幸いです。

趣味は、お花いじりと観葉植物です。お花や植物は手をかけた分だけ綺麗に咲いてくれますが、環境に応じて育ってくれます。お花をリースに植えたり、ギャザリングという手法で寄せ植えにしたりして、お花いじりを楽しんでいます。こちらへは卓上サイズのパキラと一緒に連れてきたのですが、福山の環境がよほど気に入ったのか、今までにない大きな葉っぱをつけてくれました。今回つけてくれた大きな葉は、私へのメッセージだと思っています。このパキラの葉のように、福山医療センターの職員として一日も早く環境に慣れ、「自分らしく」「快活」に仕事ができるよう日々精一杯努力していきたいと思っています。皆様どうぞよろしくお願い致します。

契約係長
谷口 研郎



南岡山医療センターから参りました谷口研郎です。“タニグチ”ではなく“ヤグチ”と読みますが、読み間違いは慣れておりますので、“タニグチ”と呼んでいただいても大丈夫です。ゆくゆく覚えて頂ければと思っております。業務は企画課の契約を担当させていただきます。契約業務は初めてなので皆様にご迷惑をおかけすること多いかと思いますが、フットワーク軽くどこにでも伺いますので、お気軽にお声掛け下さればと思います。

趣味はゴルフです。きっかけは元上司にコンペの人数が足りないから無理矢理始めさせられたのですが、どっぷりとハマってしまいました…。ゴルフ歴はまだ1年半ほどですが、多いときは毎日のように練習場に通っておりました。しかし練習の甲斐なくスコアの方はサッパリ…。教えて下さる方募集しております。

まだまだ未熟ではありますが、一日も早く福山医療センターのお役に立てるよう努力してまいりますので、よろしくお願いします。

庶務係
小林 青海



4月に浜田医療センターから参りました、小林青海です。

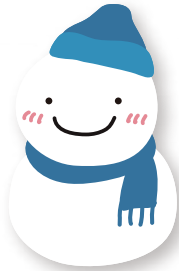
趣味と言うほどではありませんが、最近金魚を飼い始めました。幼いころ、真夏の庭に鉢を置いて、そこでメダカを飼っていたことがあります。私は母の「餌は苔を食べるからいらない」という言葉を真に受け、そんなに世話はいらないだろうと、数日鉢を見に行きませんでした。ようやくメダカを見に行ったら、鉢にはメダカどころか水一滴すらも残っていませんでした。夏場の気温です。すぐ干上がってしまったのでしょう。よく見ると底のほうには、かわいそうなメダカであっただろうカピカビがありました。

この体験から、魚はか弱い、私に世話は無理だと、いや、世話をしていなかったわけですが、苦手意識をもつようになりました。

しかし、大人になってから飼った金魚は想像の何倍も丈夫でした。毎日見て最低限のことに気をつけていれば、数日くらいなら餌なしで生きられるくらいです。

このことから学びだのは、ありきたりなことですが、確認が大事だということです。確認しないことには異変にも気づけませんから。

「涼しい話」



庶務班長

佐藤 隆也



広報委員会のリレーエッセイが回ってきましたので、今回は管理課の佐藤が担当です。何について書こうか二つ迷いました。晴天の雪山で爽快に滑った話と、学生の頃に教室で手品を披露して盛大にスベった話…

後者は色々あったので深く掘り下げず、ジメジメとした毎日に少しでもひんやりできるように、今回は雪山で滑った話についてエッセイを書いていきたいと思います。

福山に赴任してきた頃にFMC便りでも記載しましたが、趣味と言えるほど上手ではありませんが、スノーボードが趣味と言えるくらいは好きです。

毎年、11月頃からソワソワしだして、12月下旬くらいから2月の終わりくらいまでは、雪があればほぼ毎週雪山に出向いて滑っています。非日常感が好きなんです。(写真①)



写真 1

でも残念なことに、2019年シーズンは雪不足でしたのであまり行けておらず、2020年シーズンの去年はラニーニャ現象のおかげで多少は雪がありましたが、雨も降ったりで毎週行けるほどではありませんでした。東北の方に行けば、この辺りよりは雪があるのですが、中々そこまで遠出もできず…毎年、シーズン中は天気予報をチェックする毎日です。

それくらい好きな雪山ですが、僕の中での楽しみ方が2つあります。

まず1つ目、それはもちろん滑ることです。

こんこんと降り積もる粉雪の中をラッセル車のごとく雪をまき散らしながら滑るのも、雪が降った後に晴れてピーカンの中カービングで滑るのもどちらも楽しくて仕方ありません。

粉雪の中を滑る際は、抵抗が少ないのでふわふわとした地面の上を滑らかに移動しているような、なんとも言えない感覚が病みつきになります。大雪が降った次の日、朝一番のリフトから降りた時の高揚感、日々の嫌な事を忘れることができます。この気持ちは、その現場にいる人達はみんな一緒みたいで、白い粉(=雪)中毒の人達が奇声を上げながら滑り降りていくのを横目で見て失笑しつつ、数秒後には自分も同じような声を上げながら滑り降りています。ふかふかの雪の中では、コケてしまうと起き上がるのに大変苦労するので、コケないように意識を集中しつつ、思いっきり白い粉をまき散らしながら滑り降りるのが、雪が降った次の日の楽しみ方のひとつです。(写真②)



写真 2

ちなみに、ふかふかの雪の中で転んだ際には、落ち着くことが大切です。何度か経験がありますが、転んでしまうと一瞬で視界がゼロになり、下手をすると雪の中に埋まってしまう。ここでパニックになると呼吸も荒くなり、正常な思考ができなくなってしまいます。まずは落ち着いて、

上から滑り降りてくる人に、ここで転んでるから来ないでね、と手を振ったりなどしてアピール(もしくは助けて)をします。

その後、立った際に雪に埋もれないように自分の周りの雪を固めて、手をつけて起き上がり安全を確認して滑りを再開します。自分が滑り降りる際も、コケて埋まってる人が居ないかを上から見ておくことで、安全に滑ることができます。あたりまえですが、この新雪は人が滑れば滑るほど雪が固められてなくなってしまうので、この雪を求めて朝4時には起きて現地にオープン前に到着することもありました。帰る時は鬼のような眠さですが…

また、雲一つない青空の下、白と青のコントラストで爽快感MAXな中をカービングで滑る時の気持ち良さ。これはもう体験してみないと分からないほどゴキゲンです。適度に締まった雪、その上をボードのサイドカーブに合わせてギュンギュン曲がる時の反動、遠心力、スピード等、これらをコントロールして思うように滑れた時の万能感!この時は脳汁?アドレナリン?が出てくるような感覚になり、日頃のストレスからは完全に開放されて頭の中は、楽しい!でいっぱいになっています。まだまだ、そこまでうまくカービングで滑ることは難しいですが、できた時の嬉しさ・楽しさは一入です。(写真③)

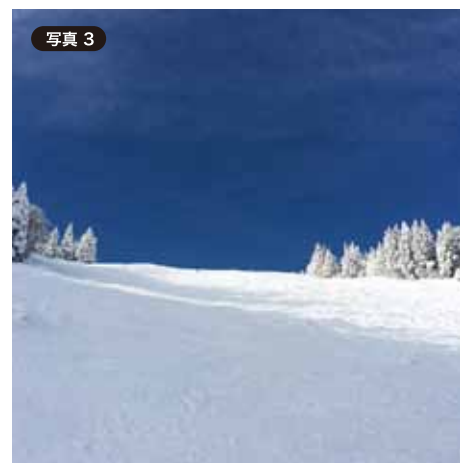


写真 3



カービングとは、「曲がる」を意味する「curve」の進行形ではなく、「彫刻」を意味する「carving」のことです。ボードのエッジ(角)を立てて滑ると、滑った後が一本の線を彫ったように見えるのでそう呼ばれているそうです。(写真④)こちら朝一番だと、リフトから降りた後、誰も滑っていない真っ白な雪面が目の前に広がりますので、それを狙って早起することもあり、帰りはやっぱり鬼のように眠たいです。

ふかふかの雪、青空の下の雪、どちらにせよ楽しいことには変わりませんが、自身の怪我と他者への怪我には注意をしないとイケません。

過去にナイターで雪山に行っていた際に、夜なので雪面はほぼ氷のように固いのですが、コースの端っこで立って休憩をしている時、後ろから突然衝突され足払いのような恰好で頭を雪面に打ち付けて気を失ったことがあります。軽い脳震盪でしたが、幸い特に異常はなく、ふくらはぎが3か月程痛かっただけで済みました。ただ、頭の方は「短期間で2度脳震盪を起こすと命に係わるセカンドインパクト症候群を起こすことがあるから、少なくとも2週間は運動しない方が良い」と言われた事は覚えています。その時からヘルメットの購入を検討していますが、中々高く…お財布と相談中です。

楽しみ方の2つめは、食事と雪だるまです。

朝にめいっぱい滑って、へとへとになった体で食べるカレー!うどん!ラーメン!外が寒いせいもあるけど温かいものを食べると、体に染み渡る〜〜〜という表現はこういう時のためにあるんだな、と実感できるくらいおいしいです。僕は人込みが嫌いなので、人が食べ終えた15時くらいを狙って休憩するんですが、それまでは何かに取り憑かれたように延々とリフトで登っては降り、登っては降りを繰り返し…休憩

前は足がいつも産まれたての小鹿のようにブルブルしながら休憩所へ移動しています。

食べ終えて、すぐに動き出すと食べた物がリバーシしてせっかくの白い雪山を茶色に染めてもいけないので、暇を持て余し、雪だるまを作って遊んでいます。雪だるま、作った事ありますでしょうか?意外と難しく、加えてクリエイティブ魂が皆無なので中々思うようにできません。(写真⑤)



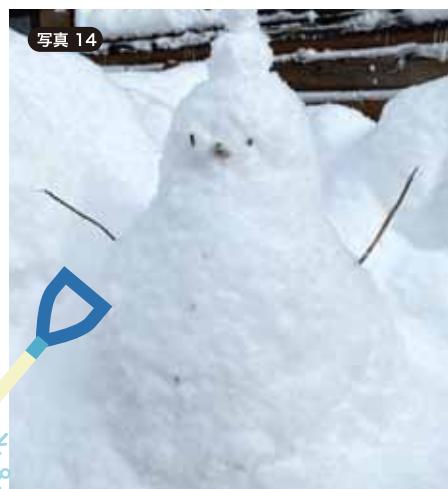
虫のような顔になったり(写真⑥)、マシにしようとニヒルな顔になったり(写真⑦)、素材を変えてツララを利用してみたり(写真⑧)、はたまた変な形の枝を使用してみたり(写真⑨)と色々な感じで作っていましたが、基本の体部分が上手に作れてないと、顔が良くても全体的に不格好になってしまいます。写真⑩は誰かが作っていた物の横に僕が緑のお腹の雪だるまを作ったのですが、手の形、体の厚さがバラバラでしっかりこないです(写真⑩)

それから雪山のスタッフが作成しているのを見たり(写真⑪)、サービスエリアで作られていたミニだるまを観察したり(写真⑫)、他の人が作っていたシマエナガ風に感動したり(写真⑬)、その頭の上に載せて蛇足だったり(写真⑭)…作っていく中でひとつ分かったことがあります。そ





れは、寒いし冷たいから急いで作ろう!と雑に作るとダメ、ということです。あとは、雪だるまの核となる部分は強めにギュッと固めて、その周りに柔らかく肉付けしていけば丸い形になるようです。粉雪だと固まらないので、グローブを外して素手の熱で雪を溶かして丸めてから周りに雪を集めると上手くできました。さらに、頭と胴体の大きさのバランスは1:2くらいがベストな気がします。そして、頭と胴体の繋がり部分は、ハッキリ分かっているとダサくなるので、雪で隠すか、最初から繋がるように作れば綺麗に仕上がるのが分かりました。作れた雪だるまを見て満足げに写真を撮って僕の休憩は終わります。



何してるんだろ、と毎回思うんですが作り始めたら意外と楽しいので、皆さんも機会があればぜひ作ってみてください。ハマると思います。(写真⑮)

あ、鉛のごみなどで雪だるまの顔等を作った際には、雪が解けるとそのままゴミになってしまうので、楽しんだ後は持ち帰ることも大切です。

休憩後は2~3本滑って下山して帰路につきます。家に帰るまでが鬼のような睡眠魔との闘いですが、帰って道具を洗ってお風呂に入って軽くご飯を食べて布団に入って寝る、この時も心地良い疲れと楽しかった思い出に浸りながら眠りにつけることの幸せさ…ストレス皆無の時間です。書いているだけで早く冬にならないかな、と思う今日この頃です。

まだまだ6月の梅雨の時期で、冬まで半年近くありますが、今年は雪が降ようと願いながら日々過ごしていこうと思います。

今回のリレーエッセイは、看護部の松田副看護部長さんです。よろしくお願いします。(写真⑯)

Design #53

「伝わるデザイン」

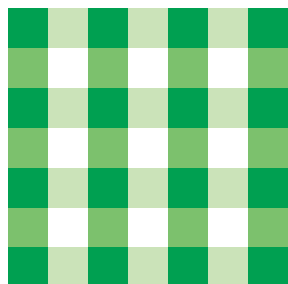
MOURI DESIGN

毛利 祐規 / グラフィックデザイナー

【Profile】大阪、東京のデザイン事務所、広告制作会社を経て、2011年に独立。福山市を拠点に、全国の企業やお店、ブランド等のロゴマーク制作（CI/VI）と、それに伴うアートディレクションやブランディング、広告制作を主に手がけています。



みなさまこんにちは。グラフィックデザイナーの毛利と申します。私は福山市を拠点に、全国の様々な分野のデザインを手がけさせていただいています。そんな中でも最も多く手がけているのは、企業やお店、ブランドなどの「ロゴマーク」のデザインです。私が手がけた仕事の中から、小さな企業やお店、ブランドだからこそできたデザインやブランディング、ブランド戦略等をお伝えしていきます。



**SHIMIZU
FARM**
WAKAYAMA INAMI



■ 選びやすいデザイン

今回ご紹介させていただくのは、和歌山県の農家さんのブランディングデザインです。ロゴマークのデザインをベースに、印刷物やパッケージデザイン、作業着などのユニフォーム、ノベルティ、社用車にいたるまでトータルでブランディングしています。

トータルで統一感のあるブランディングをする利点の一つに、お客さまや利用者さまにとっての「選びやすさ」があります。どんな業種においても「選びやすさ」や「認識しやすさ」はとても重要です。見た目も含め、情報をわかりやすく整理して発信することは、相手にとってなよりのホスピタリティになります。デザインとは単に見た目を良くすることではなく、様々なことが良くなるよう機能させることに本質があります。

Urayama Looking no.8

「外回り」

自分の銀行員時代を振り返る記事(これのことです)を書くようになって、いろいろ思い出すことも増えてきました。先日、たまたまコンビニエンスストアの駐車場で車を止め、車内で一人、お弁当を食べました。そのメニューは牛カルピ弁当だったのですが、これ、食べているものも含め、まさしく営業時代そのまんまでした。何も変わらないなあ。いえ、今はサラダも買っていました(笑)。

朝、会議が終わると大きなカバンを持って、社用車に乗り込んで出勤します。運転手さんがついて、連れて行ってもらえるときもありますが、それは当然、支店長や課長が優先。下っ端は自分で運転です。使う車もちろん系列メーカーです。そしてこの場合、「自己運転手当」というのが出るので、実は結構うれしい。当時は初任給、他業界に比べても安かったですね。3年目、5年目に壁があって、それなりに上がります。尚、5年目以降の昇給は体験しておりませんので、不明です。

自己運転の時は、車を停める場所と昼ご飯を食べるところに苦労します。駐車違反を取られたら、お客さんにも申し訳ない気がしますよね。だから停めるところがなさそうな顧客のところに行く場合は、運転手さん付を狙ったりもします。

昼ご飯は、苦労しますが、楽しみでももちろんあります。担当エリアがそれなりに広がったので、いろいろなお店をチェックできます。が、車内に銀行カバンを置き去りにしてはいけませんので、これを持ち込んで、も良さそうな雰囲気かどうかは気にします。銀行カバンには、様々な手続き用の書類、広告の他、お預かりした現金や通帳も入っていますからね。ここは絶対です。となると、時間の制約もあり、コンビニの牛カルピ弁当一人食という選択肢も増えるという訳です。

一人で出歩くので、実は二日酔い覚ましにはちょうど良かったり、途中で少々私用をこなしたりできたのは、その後の環境とは大きな違いです。そういえば、入社2年目の4月から外回りになったのですが、最初

の仕事は花見の場所取りだった、というのは本当の話です。一日中公園にいましたよ。途中で先輩が弱きに来て、ビールをくれましたね。こういときは、ア○ヒなど系列外を。あの時は、運転手さんが公園まで私を送って、そのまま放置でした。全く、良いご身分ですが、暇は人をダメにします。せっかく窓口から外回りになったのに、これがよー、と笑えない時間でした。

外回りの営業では、他課の方と同行することもありました。私がいた支店には、法人営業と不動産の課がありましたが、特に不動産課の先輩は話術が巧みな方が多かったです。とりあえず嘘でもいいからきっかけを作って、話を聞き出す工夫をするのだと。地主はいろいろ知っているし、考えているのですね。土地とカネが動くところに入り込むのが、我々の仕事です。窓口で働いている時は、どうしても書類や金額の帳尻を合わせることに目が行きがちでした。しかし、外回りの我々に求められているのは、獲物をおびき出し、捕らえ、料理することなのでした。

小児科医師

浦山 建治



Touring Journey

どうしてこうなった!! 昔のツーリングを思い出す話



企画課長
中島 正勝

う〜ん、今月のネタが無い。いや、何処にも行かなかった訳じゃ無いんだけど、この一ヶ月で行ったのは市内の古墳(かれこれ三十カ所は巡った)とホームセンターくらいだもんね。先月号も「古墳」だったし、流石に今月も続編を書くとスルーされそうだし、さて、どうしたものかと悩みながらビール片手に昔のフォルダを開いてみた。

改めて整理された写真を見ると、一昨年までは毎月どっかにお泊まりツーリングに行ってた事にビックリ。(自覚はあったが)年中遊びほうけてたなあ。いや、そうじゃない。これが自分本来のライフスタイルであって現在がどうかしてるんだ。そうに決まってる。しかも、十年以上もこのスタイルが続いているんだからマサカツくんが正義なのだ。悪いのは、悪の秘密結社コロナウイルスなのだと思いが込み上げてきた。

さて、冗談(でもない)はさておき、大掃除の古新聞よろしく、今回は毎年この時期には何処に行ったかを思い出しながら原稿を書いてみました。

1. 2008年5月(四国半周)

この年は5月の連休を利用し、四国(半分)ツーリングに出掛けた。家族キャンプで何度か行った事のある四国なんだけど、実は(嫁と)二人でツーリングに来たのはこの年が初めてだった。マサカツくん個人は高校生の時、インターハイで初めて四国に渡った(当時は九州に住んでた)んだけど、その頃の瀬戸大橋は絶賛建設中で、宇高連絡線(岡山県玉野市の宇野駅と香川県高松市の高松駅との間で運航されていた航路)と電車を乗り継いで会場に着いたが、四国って何て不便なところなんだろうって思った記憶が蘇った。ん、成績はどうだったのかって?。うん、上には上が居るって事が確認出来たよ。

まあ、そんな話は横に置いて、この時は嫁の希望でライダーハウス(オートバイや自転車などの旅行者を対象とした簡易宿泊施設)なるものに宿泊した。一泊目は佐田岬の付け根にある「Walk ON」、二泊目は四国カルストの麓にある「ライダーズイン雲の上(当時は県営)」を利用したが、北海道のそれとは全く違って快適そのものだった。

注:北海道のライダーハウスは寝袋持参が基本で、一泊無料から高くても500円程度、千円出したらそれはまあ快適って程度の雨露が凌げる小屋だからね。殆どが。因みに掃除は宿泊者がするんだよ。

2. 2009年5月(山陰)

2泊3日で、山陰(鳥取、兵庫、京都)を巡ってみた。お気に入りの「ペンション晴れたり曇ったり」で食事をしただけのツーリングだったような気がする。何故か城崎温泉で宿泊した宿の記憶が全く無い。まあ、十年以上前の事だもん仕方ないか。

1) 思い出の餘部鉄橋

現在(二代目)はコンクリート橋(エクストラロードPC橋)となったが、初代は1912年(明治45年)3月1日開通の鋼製トレススル橋で、その姿はとても美しかった。実はこの橋、2006年8月に初めて二人でタンデムツーリングに出掛けた記念すべき場所なのだ。(架け替え工事が2007年3月から開始だった為、最後の姿を見るために二人で行った。)

今回は、平行して工事の進む新・旧の橋を見たくてこの場所に来たのだった。

2) 宿泊も折角なので同じ宿

餘部鉄橋と併せて、当時(2006.8)利用した「ペンション晴れたり曇ったり」に宿



1. 2008年5月



2. 2009年5月

泊した。このペンション、目の前の海に沈む夕日が抜群に綺麗なのだ。もう、此处で口説いてダメなら何処行ってもダメでしょってくらいのシチュエーションだよ。ペンションにしてはちょっとお高いかなと感じる人も居るだろうが、総合的にはかなりリーズナブルなお薦めのお宿(個人の感想です)。年中美味しいものが食べられる。

3)鳥取砂丘

何度も行ってるのでスルーするつもりだったけど、「世界砂像フェスティバル」とかをやっているらしく寄ってみた。結構な迫力だったけど、歩くのに疲れた記憶が無い。

3.2010年7月(西伊豆)

この年の5、6月は何故か日帰りツーリングばかり。お泊まりツーリングは、7月に友人2人と一緒に出掛け「西伊豆ツーリング」なんだけど、これ、一泊二日の行程だったんだよね。バイク乗りとしては一度は走りたい聖地とも言うべき、西伊豆・伊豆スカイラインだけどさあ、福山からは片道650Km以上あるんだよ。休憩や昼食を入ると最低8時間は必要じゃん。しかも、行くからにはスカイラインを思いっきり(つまりは数時間は)走りたい。んで、逆算すると朝4時に自宅を出発して事になったんだわ。そりゃ～行きは良かったよ。テンションMAXだモン。富士山が見えたときなんか疲れも吹っ飛んだよ。伊豆に着いてから3時間くらい二つのスカイラインを行ったり来たりしたよ。スカイラインから見える景色がまたサイコーなんだコレが。嘘みたいだけど、何時間走っても全く疲れないの。宿についてもスカイラインの話で夜中まで語り明かしたモン。でも、やっぱり身体は正直なのだ。翌日の朝はみんな疲労MAXだったよ。今にして思えばアホだよ。

帰りは、沼津魚市場に寄ってお土産買って早々に引き上げたのはここだけの話。

4.2011年5月(別府・阿蘇)

友人3人(何時もの二人を含む)と一緒に、九州は別府・阿蘇へ。この時も西伊豆の二人と一緒になんだけど、因みにこの二人、阿蘇を日帰りコースとしか考えていないバリバリの長距離ライダーなんだよ。鹿児島でも普通に一泊で計画するし「ちょっと何言ってるか分かんない」ってレベル。この計画もその片割れが計画したんだけど、今回は余裕のあるコースをお願いした。でも朝5時出発だし、休憩は給油とトイレだけだから午前中には別府に着いてたよ。イヤ、給油は休憩じゃ無いよね。実は、この年からその片割れが年間スケジュールを作ってくれるようになり、1月2月を除いて毎月この二人と一緒に泊まりツーリング(と言う名の弾丸ツアー)に行くようになったのはまた別の話。

この時は別府で宿泊。朝一の「やまなみハイウェイ」が走りたくて朝食前に阿蘇まで往復したんだけど、少し肌寒い空気と誰も居ないハイウェイから見た阿蘇の景色は一生の宝物になった。でも、朝5時に起きて阿蘇まで片道80Kmを往復とか今だったら絶対やんない。その意味では友人二人に感謝しているが、九十九里浜に一泊で行こうと言われたときには流石にお断りした。でも、この二人はホントに行ってきたらしい。もうねって感じ。

5.2012年5月(徳島)

何時もの友人(長距離マニア)達とは別に偶には二人でマツタリと四国の徳島へ。

今回の目的は「土佐ジロー」。「満点☆青空レストラン」や「どっちの料理ショー」、「美味しんぼ」でも取り上げられたので知っている人も多い、高知県の山間部にある人口20人の畑山地区で育てられている珍



3. 2010年7月



4. 2011年5月

しい地鶏だ。マサカツくんも「美味しんぼ」で知り、少し前に昼食でお邪魔したんだけど、その味(とても濃厚)に惚れ込んだ。当時は、刺身(白子、レバー、砂肝、トサカ、ささみ、もも)が生食出来たんだけど今はダメになっている。焼き鳥や鍋も最高なんだけど、この刺身が絶品で日本酒(地酒)との相性抜群だったんだよ。ホント残念(復活しないかなあ〜)。

この土佐ジロー、高知県のブランド地鶏『土佐地鶏』の雄と 在来種ロードアイランドレッドの雌を交配して生まれた一代雑種なんだって。しかも、認定生産者によって飼育され、放し飼いや十分な飼育期間、餌などの基準をクリアした場合のみ「土佐ジロー」として扱われる厳しい基準がある。元々は卵をとるために育てられた地鶏だったけど、その肉の美味しさ(卵も美味しいよ)から肉用として育て始めたのが、はたやま夢楽(むら)の小松靖一(こまつせいいち)さんなんだって。その、はたやま夢楽が運営してた「はたやま憩の家」ってところに宿泊して、温泉と土佐ジローのフルコースを堪能したんだけど、残念ながら2021年3月21日をもって営業を終了している。でも、大丈夫。現在、新しい宿の建設に向けて準備中らしいから。(営業再開したら是非お邪魔したい。)

6. 2013年5月(キャンプ)

この年は9月に「キャンプツーリングin北海道」が決まっていた。どうやったら長距離&二人のテント泊が快適に過ごせるか、その為にはどの程度の荷物が必要か、どのタイプのテントが良いかを事前に実践してみたかった。マサカツくん、こう見えて慎重派なんですよ。ってことで同程度の気温となる5月初めの四国(高知県、愛媛県)と山口県(周防大島)で、実際にテント泊してみた。余談だが、周防大島の陸奥野営場は、自衛隊のPS-1飛行艇が展示されており、直ぐ隣でテントを張ることが出来る。

1)ワンポールテント(四国で二泊)

ワンポールテントのみでタープは使わない。設営も簡単で天井も高いので快適だと思ったけど、雨が降ると色々面倒くさい(濡れたままの回収となる等)。晴れた日の撤収も内部に結露が発生した場合は(干す作業が必要で)それ程楽では無い。しかも、風に弱い。

2)ドームテント+タープ(大島で一泊)

タープ分の荷物は増える。設営時間もそれなりに必要だが慣れればワンポールと対して変わらない。しかも、雨が降っても快適に食事出来る。撤収もタープの下で行えば楽。何だかんだでタープはあった方が良いとの結論に至った。

3)準備が楽しい

実際、予想してたとおりだったんだけど、これって、嫁と一緒にアーでもないコーでもない(実際に)やってみることが楽しいんだよね。おかげさまで、北海道でのキャンプは快適に楽しめたんだけど、半端ない荷物になってしまったのは誤算だった。だって、普段の荷物+テント泊の荷物になるんだもん。やっちゃったよ。

7.最後に

自粛一色に染められた現在、殆どの人が「パトラッシュ、僕はもう疲れたよ」って精神状態を尻目に、オリンピックは開催する方向で進んでいるという。その為、関東の小学生は応援に駆り出されるって聞くし、誰のために自粛し、何の為にオリンピックを開催するのか全く分からない。挙げ句、『希望と勇気を世界中に届ける』って中二病発言に至っては、異世界転生アニメの方が遙かに真実味があるってレベルだ。個人の意見だが、「希望と勇気」を世界に届ける以前に、『普通の日常』を我々に届けて欲しいと願ってやまない。

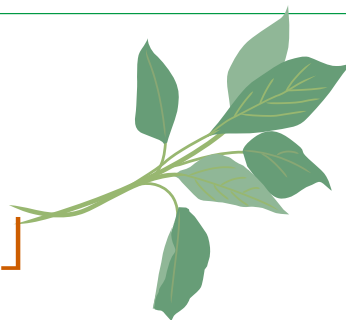


5. 2012年5月



6. 2013年5月

栄養満点野菜 「モロヘイヤ」



栄養士 揚村 和英

6月に入り、すっかり梅雨の時期になりました。洗濯物が乾きにくいなあと思っている方も多いのではないのでしょうか。ですが、この時期の雨は恵みの雨。6月は二十四節気である「芒種（ぼうしゅ）」を迎えます。芒種（今年は6/5～6/20）とは、稲や麦など穂の出る植物の種をまく頃のこと。梅雨は植物が大きく育つよう、これから迎える真夏に備え、大地を潤してくれる雨を取り込む大切な期間なのです。しかし、ジメジメした梅雨は、湿度の高さや気圧の変化から体調不良が起こりやすい時期でもあります。

今回は、体調不良を起こさないようこの時期に食べたい初夏から夏にかけての旬の栄養満点野菜「モロヘイヤ」を紹介します。

モロヘイヤは、北アフリカからインド西部が原産地と考えられており、高温にも耐える強い生命力を持つ植物で、エジプトでは昔から体に良い野菜として食されてきました。10世紀から12世紀頃まで北アフリカ一帯を支配したイスラム王朝の王様カリフが病にかかり、医者の方でモロヘイヤをスープにして食べ続けたところ、全快したとい

う逸話が残されています。実際にモロヘイヤには細胞老化の素となる活性酸素の働きを抑える抗酸化作用の高い栄養素が豊富に含まれています。抗酸化ビタミンの代表であるビタミンA、ビタミンC、ビタミンEがすべて揃っており、その含有量は野菜の中でトップクラスです。抗酸化ビタミンは紫外線ダメージからお肌を守り、シミ・シワ・乾燥を防ぎ美肌効果が期待できます。また細胞や血管の老化を防いでくれたり、免疫力を高めてくれるので風邪予防にも役立ちます。

モロヘイヤは味にクセがないので和え物や炒め物などの料理はもちろん、細かく切って叩くとネバネバする特徴を生かし、とろろやスープの具材にすると美味しく食べられます。ゆでてみじん切りにしたモロヘイヤと納豆、納豆のたれを混ぜ合わせるだけのシンプルレシピもおすすめです。

今回はモロヘイヤを使用した簡単な中華風ソースのレシピを紹介します。豆腐や豚肉、素麺にかけても良いと思います。ぜひお試しください。



モロヘイヤ豆腐 (2人分)

- 材 料
- *モロヘイヤ……………50g (1/2袋)
 - *ショウガ(すりおろし)……………5g (1/2片)
 - *白ネギ……………25g (1/8本)
 - *しょうゆ……………10ml (小さじ2)
 - *ゴマ油……………5ml (小さじ1)
 - *豆板醤……………3g (小さじ1/2)
 - *豆腐……………150g (1/2丁)

作り方

- ①茎のかたい所を切ったモロヘイヤを下茹でし、幅1cm程度に切る。
- ②白ネギをみじん切りにする。
- ③モロヘイヤ、ショウガ、白ネギ、しょうゆ、ゴマ油、豆板醤を混ぜ合わせる。
- ④豆腐を半分に切り、③のソースをかける。

栄養価(1人分)	
エネルギー	168kcal
たんぱく質	11.0g
脂 質	9.8g
炭 水 化 物	9.8g
塩 分	1.9g

イネ(いね)

巻14-3386



白い雄しべ

万葉の花と歌

「歌の大意」

鳩鳥(にほどり)の葛飾早稲を
宴(にへ)すともその愛(かな)しきを
外に立てめやも

葛飾の早稲の稲穂を供える
祭りの夜でも、あの可愛い人を
家の外に立たせておかれようか。

「万葉植物考 いね (イネ)」東歌

万葉表記: 伊奈、稲はイネ科イネ属

イネは萬葉集では稲、早稲(わせ)、穂(ほ)、苗(なえ)、斎種(ゆだね)、田(た)などと、多くの言葉で詠まれています。

この集中の早稲の歌は新米を供える新嘗の祭の風習が分かる歌で葛飾の「早稲の宴」とは、葛飾での米を神に供え、祭る神聖な夜のことで、この夜は一家の中の未婚の女性が神を祭り、人が訪ねて来ても戸口をあけないのが習わしでありました。しかしこの歌は、この夜たとえ神祀りをしていても、いとしい恋人が訪ねて来たら、外に立たせておいて逢わないということはないですよ、という意です。には鳥(カイツブリ)は「カヅシカ」の枕詞。

稲は花びらのない花と言われています、小花はありますが花弁は見当たりません。茎が生長すると穂が押し上げる様に出てくることを出穂(しゅつすい)と言います。穂の先から稲の花が咲き始めますが「はなびらのない花」です。籾の形は外花穎(がいけい)と内花穎(ないけい)からなり中から葯(やく)6本の雄しべが現れ、奥の付け根に雌しべ(柱頭と子房)があり葯が裂け花粉が飛び散り授精し、1時間ほどで授精をおえて籾を閉じます。

祖先はゲノム分析によって、オリザ・ペレンニス のアジア型を祖先としてインドで発生したと考えられています。日本では、京都府北白川追分町遺跡で縄文時代晩期末の地層からイネとアワが出土しました。西日本で最初にイネを受け入れた縄文人はまず、堅果類やベリー類など森の恵みを享受できる湿地林を利用して、最初に稲作を始めたと考えられます。奈良時代から粳(うるち)、糯米(もちごめ)などの品種があり、平安時代には早稲、中生(なかつ)、晩稲(おくて)などの品種が多数作られています。赤米(あかごめ)なども古くから作られていて、赤米(しゃくまい、あかよね)などと呼ばれていました。なお、陸稲(おかぼ)が出現したのは、鎌倉時代中期です。万葉時代の人達が食べていたのは外果皮と中果皮の一部がとれた三分づきのお米です。

イネは古くは稲(いな、しね)伊奈(いな)、別名として穀(たなつもの)種の古形、田の実、秋田の実、富草(とみくさ)、年(とし)、歳(とし)、御稻(みいね)水影草(みずかげぐさ)、三節草(みつしづさ)秋待草(あきまつぐさ)と呼ばれています。「祝詞」に稲の他、八千氏稲(やちしね)、千稲(ちしね)、八百稲(やほしね)、和稲(にぎしね)、荒稲(あらしね)、束稲(つかしね)などの言葉で呼ばれています。イネの語源はイヒネ(飯根、飯米)イノチネ(命根)イキネ(生根、息根)や原産地の言葉ジャワのスンダ語(binih)セレベス島バレー語(wini)などと同源とする説があります。中国語でイネは稲「dào」、稻子「dàozǐ」といいます。米の成分の75%以上を占める炭水化物の大部分が糖質です。タンパク質、ビタミンB1、B2、Eも含まれています。糖質を体内エネルギーに変えるにはビタミンB1が不可欠なので、タピオカは主に胚芽部あるために、そこを除いてしまう白米食では摂取量が不足するので、あまり玄米を精米せず、胚芽の部分を含め食べることも重要です。B1の不足をビタミンB群の多い、豆腐や納豆で補えば理想的です。この良質タンパク質は血管をしなやかにし、血圧を下げ、水溶性の食物繊維は腸の胆汁酸(コレステロールの一種)を対外に排出し、ビタミンEが動脈硬化を予防します。

尔保杼里能可豆思加和世乎尔倍須登毛
曾能可奈之伎乎刀尔多弓米也母

作者未詳歌

ふはのゑのさかひにのりねのこまをおもひかへせよとせうのりばいすめも



音楽カフェの風景 その42

内科 村上 敬子

音楽療法とマインドフルネス ~3~

瞑想というコトバには怪しげなイメージがある。にもかかわらず、マインドフルネス瞑想は世界中で支持された。それは、やり方が簡単、効果を体感しやすいことに加えて、「宗教ではない」ので「信じなくても効く」からかもしれない。誰でもどこでも空いた時間にできる。座って呼吸するだけでみるみるストレスが解消する！という謎めいた東洋の神秘体験が人々の好奇心を駆り立てたのだろう。マインドフルネス瞑想と仏教の坐禅、所作は酷似している。〈静かに座り雑念を払い呼吸や身体感覚に意識を集中する〉しかし「なぜ瞑想するのか？」という意識の向かう方向が真逆なのである。

マインドフルネスの「なぜ？」は明快だ。集中力が高まれば仕事ははかどる。自律神経バランスが整い心身が健やかになる。雑念から解放され脳が活性化されると感受性が養われる。豊かな心は人と人のつながりを深め、社会の安定と幸福をもたらす。「わたし」のために行う自己修養、自己実現の手段が、社会貢献に結実している。GAFAに代表される現代企業がこぞって導入するのも納得だ。ビジネスに留まらず、医療・福祉・教育・スポーツなど社会の諸分野において成果を得ている。

一方で、坐禅に目的は「ない」。坐禅をすること自体が目的であるため、坐禅をした時点で目的は果たしている。無我や無常という真理を悟り解脱に至る方法とされる。心の平穏を得るためでなく、坐禅という行いの先に心の平穏があるというわけだ。「わたし」のためではない。「あなた」のためでもない。成果を求めずゴールもない。うーん、これは難しい。仏教で解脱したお坊さんが説法を解き、社会の安定と幸福を願い行脚するのは、現代社会のスピード感とかけ離れている。とは言え、ご利益が欲しいのが人の常である。煩悩を捨てる、不安や緊張を解く、精神統一する、自然との一体感を得るなど心身

への効果をうたった坐禅や、最近ではコロナ禍のご時勢を反映したon line坐禅なども出現しているようだ。

ボディー・スキャン マインドフルネス応用編(2)

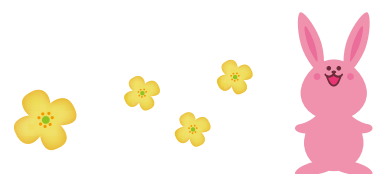
仰向けで全身の力を抜き、眼を閉じる。息が鼻~お腹~足先に流れるイメージでゆったり呼吸。身体の隅々の感覚を順々に観察する。踵、ふくらはぎ、膝、腿、股関節、お尻、腰、背中、肩甲骨、肩、腕、手首、指先、首、顔のパーツ、後頭部、頭のとっぺん…といった具合にscanする。

もし痛みがあれば、痛い部位まで息を吸い込み、吐く息で体外に流し出すよう想像する。まるで、幼い頃のおまじない「いたいいたいのとんでけ〜」のよう?! もちろん病的な痛みは専門治療が必要だ。



不眠症のあなた、寝る前にどうぞ!

マインドフルネスも坐禅もヨガも、究極の到達点は「脱同一化」である。移ろい続ける現実と、頭の中の解釈をべったり同一化しないで寛容に生きる知恵だ。自分の内面を知り、人と人のつながりを意識し、他者の幸福を願う。コロナウィルスですっかり荒んだ心の潤滑油となることだろう。





一枚の絵 NO.103 yukimitsu sanayasu の ぶらり旅日記

地球一周・船旅 ⑬

バブアニューギニア ラバウル 南方司令部前線指揮所跡

ラバウルは現在はバブアニューギニア独立国の東ニューブリテン州の一都市。ここに第八方面軍が新設され広大な戦域の指揮、補給の中心を担った。あの連合艦隊司令長官山本五十六大將も、搭乗していた軍用機が追撃された。今でもいたる所に戦争の爪痕が残っていて、その頃の凄まじさが見て取れる。



さな やす ゆき みつ
真 安 幸 光 氏



ひまわりサロンミニレクチャー

「ひまわりサロン」につきまして、開催を見合わせています。

開催日が決定しましたら、改めてお知らせいたします。



音楽カフェ

コロナウィルス感染防止のため、音楽カフェは中止、ときめきコンサート、カフェコンサートは開催を見合わせています。本イベントの開催を楽しみにして下さっていた皆様にはたいへん申し訳ございません。再開の日程が決まりましたら院内掲示、当院ホームページでお知らせします。



お知らせ 研修会・オープンカンファレンス

オープンカンファレンス

オープンカンファレンス につきましては、新型コロナウイルスの感染患者拡大の状況を鑑み、開催を見合わせています。今後、開催日が決まりましたら当院ホームページにて改めてお知らせします。

STAFF

publisher
chief editor

稲垣 優
大塚 眞哉
沖野 昭広

【部】

臨床研究部 梶川 隆
救急医療部 徳永 尚之
がん診療部 三好 和也
教育研修部 豊川 達也
治験管理部 大塚 眞哉
医師業務支援部 常光 洋輔
広報部 大塚 眞哉
感染制御部 齊藤 誠司
国際支援部 堀井城一朗
ワークライフバランス部 兼安 祐子
緩和ケア部 高橋 健司
薬剤部 倉本 成一郎
看護部 松田 真紀

【センター】

聴覚・言語・視覚・聴覚センター 山本 暖
医療連携支援センター 豊川 達也
小児医療センター 荒木 徹
小児センター 阪 龍太
新生児センター 岩瀬 瑞恵
女性医療センター 山本 暖
腎臓・血液センター 長谷川 泰久
国際協力推進センター 堀井 城一朗
消化器病センター 豊川 達也
内視鏡センター 豊川 達也
呼吸器・循環器センター 岡田 俊明
外来化学療法センター 岡田 俊明
心臓リハビリテーションセンター 廣田 稔
脊髄・人工関節センター 松下 具敬
頭頸部・腫瘍センター 中谷 宏章
低侵襲治療センター 大塚 眞哉
脳神経外科・出生支援センター 守山 英二
エイズ治療センター 齊藤 誠司
プレステーションセンター 三好 和也
画像センター 道家 哲哉
糖尿病センター 畑中 宗志
がんゲノム医療センター 三好 和也

【科】

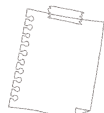
診療放射線科 大戸 義久
臨床検査科 有江 潤子
リハビリテーション科 片岡 靖雄

【室】

栄養管理室 坪井 和美
医療安全管理室 大塚 眞哉
経営企画室 宮本 慶克
がん相談支援室 岩井 睦司
歯科衛生士室 藤田 勲生
ME室 藤原 千尋
診療情報管理室 西原 博政
峯松 佑典

【医局】

医局 坂田 雅浩



FMC NEWS

VOL.14 2021

JUNE

編集後記

“To be, or not to be, that is the question.”
(生きるべきか、死ぬべきか、それが問題だ)

これは言わずもがな、シェイクスピア「ハムレット」の有名な台詞です。東京オリンピックを「やるべきか、やらないべきか」と二者択一の報道が続いて来ましたが、また、オフィシャルパートナーの朝日新聞が5/26社説でオリンピック中止を訴えて問題になっていました(スポンサーは継続)。しかし、開幕まであと1月になり、もうやるしかないのでしょうか。

コロナ禍の中、前向きな事もありました。一つ目はワクチン接種後の副反応や死亡についての過剰なマスクミ報道を危惧していましたが、概ね冷静に報道している事です。二つ目は感染症対策分科会の尾身茂会長が医師の立場としてオリンピック開催に関して踏み込んだ発言をしている事です。尾身先生は西太平洋地域におけるポリオ根絶などに多大な貢献をされて、WHO事務局長候補にもなった方でとても真摯な方と聞いております。外圧に負けず、最後まで信念を貫いて欲しいです。

三つ目は台湾へのアストラゼナカワクチンの無償提供です。モデルナ社と同時に厚労省特例承認されましたが、当分は公的接種には用いられず既存のワクチンで十分賄えると言う事で供与されました。東日本大震災の時の多大な援助のお礼との事です。供与日の6月4日は奇しくも天安門事件から32年目の日でした。四つ目は同日に厚労省が発表した2020年人口動態統計です。死亡者は「コロナ関連」が3466人でしたが、「肺炎」関連は前年よりも17073人も減少しました。マスク着用、手洗い、ソーシャルディスタンス等の影響が大きいのでしょう。私の周りでも今年はインフルエンザに罹患した人は皆無でした。きちんと感染対策をすればインフルエンザも予防できるという皮肉な結果になっています。一方、出生数は84万832人で5年連続過去最少を更新しており、1人の女性が生涯に産む子供の人数「合計特殊出生率」も1.34と5年連続低下です。

さて今月の巻頭記事ですが、5月31日は世界禁煙デーでした。日本は受動喫煙対策では本当に後進国であり、コロナ感染症でも喫煙は有害因子の一つです。肝胆膵外科 内海方嗣先生の論文が英文誌に掲載されました。渡辺先生の後任に表梨華先生が着任され、病理学の魅力について語ってくれました。今月の課外授業はお休みのFMCスナースの紹介、今月の職員紹介は経験豊富な転入職員の自己紹介です、記事をご覧ください。

“The night is long that never finds the day.”
(明けない夜はない)と同じくシェイクスピアの「マクベス」には明るい台詞もあります。感染収束の切り札ワクチン接種が国内で加速しております。あと少しの辛抱です。共に頑張りましょう。 文責：診療部長 大塚眞哉



基本理念

わたしたちは、国立病院機構の一員として、医の倫理を守り、患者さまの権利と意思を尊重し、患者さまの健康と医療の質の向上のため、たゆまぬ努力を行い、安全でしかも患者さまにとって最善の質の高い医療をめざします。

基本方針

1. 患者さまに寄り添い、患者さまを中心とした医療を提供します。
2. チーム医療の実践により効率的で安全な質の高い医療を提供します。
3. 地域医療機関と密に連携し、患者情報の共有による一貫した医療提供体制を構築します。
4. 政策医療の「がん」「成育医療」「骨・運動器」を中心として、地域に最適な医療の提供に貢献します。
5. 健全な経営に努めるとともに、常に明るく活力のある職場作りを心掛けています。
6. 臨床研究を精力的に行い、医学の進歩に貢献するとともに、日々研鑽して臨床教育・研修の充実に努めます。

外来診療予定表

令和3年6月1日現在

【受付時間】 平日 8:30～11:00
※眼科は休診中です。

【電話番号】 084-922-0001(代表)
〔地域医療連携室〕TEL 084-922-9951(直通)
FAX 084-922-2411(直通)

診療科名		月	火	水	木	金	備考
小児医療センター	小児科	午前	坂本 朋子 松尾 逸平	荒木 徹 坂本 朋子	北浦 菜月 浦山 建治	松尾 逸平	北浦 菜月 浦山 建治 小田 慈※2
		午前	荒木 徹 藤原 倫昌 北田 邦美 細木 瑞穂※1	山下 定儀 藤原 倫昌 北田 邦美	荒木 徹 北田 邦美 山下 定儀 浦山 建治 近藤 宏樹※3	北田 邦美 坂本 朋子 永井 盛博	予約のみ ※1 毎月第1、第3 ※2 毎月第3 ※3 毎月第2
		午後	荒木 徹 浦山 建治 細木 瑞穂※1	藤原 倫昌 松尾 逸平	荒木 徹	山下 定儀 藤原 倫昌 永井 盛博 北浦 菜月	
		摂食外来			綾野 理加	綾野 理加	水(1週)・木(4週)・・・9:30～16:00
	乳児健診			13:00-15:00	13:00-15:00	13:00-15:00	予約制
	予防接種・シナジス		シナジス	予防接種			シナジス外来は冬期のみ 13:30～14:30 予防接種 13:30-14:30
	小児外科・ 小児泌尿器科		阪 龍太	窪田 昭男※4 (13:30-16:30)	井深 奏司※6 阪 龍太※6 児玉 匡 長谷川 利路※5	井深 奏司 島田 憲次 (9:00-15:00)	水谷 雅己
	新生児科	午前	猪谷 元浩				岩瀬 瑞恵
		午後		猪谷 元浩	岩瀬 瑞恵		
女性医療センター	産婦人科		山本 暖 今福 紀章 白河 伸介 藤田 志保	岡田 真紀 山本 梨沙	山本 暖 白河 伸介 中藤 光里	今福 紀章 藤田 志保	山本 暖 岡田 真紀 山本 梨沙 中藤 光里
	乳腺・内分泌外科	午前		三好 和也	高橋 寛敏		三好 和也
		午後	高橋 寛敏	三好 和也・松坂 里佳	高橋 寛敏		月曜日(午後)は予約患者のみ
腎臓・血液センター	泌尿器科	午前	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	行廣 和真	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	長谷川 医師・・・金(2・4・5週)終日・(1・3週)午後のみ 増本 医師・・・金(1・3週)終日・(2・4・5週)午後のみ 長坂 医師・・・金(1・3週)終日・(2・4・5週)午後のみ 行廣 医師・・・金(2・4・5週)終日・(1・3週)午後のみ
		午後	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	ストーマ外来	長谷川 泰久 増本 弘史 長坂 啓司 行廣 和真	水・・・ストーマ外来 14:00-
	血液内科		浅田 騰				月・・・第1・3・5週のみ
	糖尿病センター	糖尿病内科		畑中 崇志	畑中 崇志	畑中 崇志	
	内分泌内科		寺坂 友博	岡崎 恭子			

ご予約がなくても受診は可能です(完全予約制を除く)。ただし、ご予約をいただいた方が優先となりますので、長い時間お待ちいただくこともございます。あらかじめご了承ください。

診療科名		月		火	水	木	金	備	考
消化器病センター	総合内科	初診	廣田 稔	豊川 達也	藤田 勲生	堀井 城一朗	梶川 隆		
			原 友太	福井 洋介 住井 遼平 門脇 由華	齊藤 誠司 中西 彬	林 里美 住井 裕梨	坂田 雅浩 石川 順一	水…齋藤医師(総合内科・感染症科)	
	消化管内科		藤田 勲生 村上 敬子 伏見 崇	豊川 達也	堀井 城一朗	村上 敬子	豊川 達也 上田 祐也 野間 康弘	月…村上医師は紹介患者を午前中のみ	
	肝臓内科				金吉 俊彦		金吉 俊彦 坂田 雅浩		
	肝・胆・膵外科	午前			稲垣 優・北田 浩二	稲垣 優・徳永 尚之			
		午後				内海 方嗣			
	消化管外科	午前	宮宗 秀明 磯田 健太 岩川 和秀	大塚 眞哉 濱野 亮輔 櫻井 湧哉	大塚 眞哉 西江 学	常光 洋輔 徳永 尚之 宮宗 秀明	常光 洋輔 岩川 和秀 大崎 俊英 嶋坂 徹	金…大崎医師(1・3週) 水…西江医師(1・3・5週)	
		午後	岩川 和秀 宮宗 秀明			宮宗 秀明			
	肛門外科					ストーマ外来		木…宮宗医師・大塚医師 13:30ー	
内視鏡センター	消化管		豊川 達也 堀井 城一朗 坂田 雅浩 野間 康宏 中西 彬 住井 遼平 門脇 由華 石川 順一 林 里美 住井 裕梨	藤田 勲生 堀井 城一朗 上田 祐也 坂田 雅浩 野間 康宏 原 友太 中西 彬 住井 裕梨	村上 敬子 豊川 達也 上田 祐也 渡邊 純代 坂田 雅浩 野間 康宏 伏見 崇 原 友太・住井 遼平 門脇 由華・林 里美 住井 裕梨・石川 順一	豊川 達也 藤田 勲生 片岡 淳朗 上田 祐也 坂田 雅浩 野間 康宏・原 友太 中西 彬・住井 遼平 門脇 由華・石川 順一	村上 敬子 藤田 勲生 堀井 城一朗 渡邊 純代 前原 弘江 伏見 崇 原 友太 住井 遼平 中西 彬・門脇 由華 林 里美・住井 裕梨		
	気管支鏡			岡田 俊明 森近 大介 三好 啓治 米花 有香 市原 英基			岡田 俊明 森近 大介 三好 啓治 米花 有香		
呼吸器・循環器病センター	呼吸器内科		岡田 俊明	市原 英基	森近 大介 三好 啓治	岡田 俊明	三好 啓治	月・水・木 肺がん検診、月・木 結核検診 火…市原医師は午後のみ 金…三好医師は午後のみ	
	呼吸器外科	午前	高橋 健司	高橋 健司		二萬 英斗			
		午後	二萬 英斗						
	循環器内科			梶川 隆・池田 昌絵		梶川 隆	廣田 稔	水…心臓カテーテル検査(午後のみ)	
	血管外科						赤木 大輔	金…第4週のみ(4/23から開設) 13:30ー15:30	
心臓リハビリテーションセンター	心臓		廣田 稔			廣田 稔			
	リハビリテーション		池田 昌絵			池田 昌絵			
脊椎人工関節センター	整形外科		松下 具敬 宮本 正 山本 次郎 日野 知仁	甲斐 信生 宮本 正 渡邊 典行	辻 秀憲 山本 次郎	松下 具敬 宮本 正 山本 次郎	甲斐 信生 渡邊 典行 日野 知仁	水…受付は10:30まで 甲斐医師の初診は紹介状持参の方のみ 火・木…宮本正医師(午前のみ) 水・木…山本医師(午前のみ) 月・金…日野医師(午前のみ) 辻医師…第2・4週の予約患者のみ (継続診療の場合次回より他医師が診療)	
				リウマチ・関節外来				リウマチ・関節外来…松下医師	
頭頸部腫瘍センター	脳神経外科	午前	守山 英二	守山 英二	守山 英二	守山 英二	守山 英二	守山医師の初診は紹介状持参の方のみ	
	耳鼻咽喉・頭頸部外科	午前	中谷 宏章 竹内 薫			中谷 宏章 福島 慶	福島 慶 竹内 薫	午後は予約のみ	
		午後	福島 慶			中谷 宏章 福島 慶	補聴器外来	補聴器外来…第2・4金曜日午後のみ	
	形成外科	午前	三河内 明		三河内 明・井上 温子		井上 温子		
皮膚科	皮膚科外来	午前	下江 敬生	下江 敬生	下江 敬生	下江 敬生	下江 敬生		
精神科	精神科外来		水野 創一	水野 創一	水野 創一	水野 創一	水野 創一	月木…初診のみ(地連予約必) 火水金…再診のみ	
エイズ治療センター	総合内科・感染症科		齊藤 誠司		齊藤 誠司		齊藤 誠司	月…齊藤医師は午後のみ(予約のみ)	
画像センター	放射線診断科		道家 哲哉 吉村 孝一	道家 哲哉 吉村 孝一	道家 哲哉	道家 哲哉 吉村 孝一	道家 哲哉		
	放射線治療科		中川 富夫 兼安 祐子	中川 富夫 兼安 祐子	中川 富夫 兼安 祐子	中川 富夫 兼安 祐子	中川 富夫 兼安 祐子	火・金…ラルス治療(午後)	
	IVR		金吉 俊彦 坂田 雅浩 住井 裕梨・林 里美		廣田 稔 池田 昌絵 福井 洋介	金吉 俊彦 坂田 雅浩 伏見 崇・石川 順一		月…午前のみ 木…午後のみ	
口腔相談支援センター	口腔相談		藤原 千尋 黒川 真衣	藤原 千尋 黒川 真衣	藤原 千尋 黒川 真衣	藤原 千尋 黒川 真衣	藤原 千尋 黒川 真衣	平日 8:30ー16:30(予約不要)	
看護外来	リンパ浮腫外来		村上 美佐子 大原 聡子			村上 美佐子 大原 聡子		予約のみ 月…初回の方のみ 木…2回目以降の方のみ	
	がん看護外来				木坂 仁美 大田 聡子 山下 貴子			予約のみ	
その他	健康診断		健康診断	健康診断	健康診断	健康診断	健康診断	平日 8:30ー10:00 受付 ※事前に予約連絡をお願いします (内科 予約不可 産婦人科・外科 11:00まで) 市検診の肺がん検診は月・水・木	
	禁煙外来				長谷川 利路(代診の場合あり)			※診療は耳鼻咽喉・頭頸部外科で行います。 水…13:30ー16:30 初診は月1回指定日になります。	

【休診日】土曜・日曜・祝日、年末年始(12／29ー1／3) ※眼科は休診中です。



■ 撮影者からのコメント

最近、旦那さんは命の危機を感じたらしくダイエットを始めた。毎日のお酒を週一回にただけなのに8Kg減。本人曰く、「酒を飲まないから肴と夕食の量が減った」らしい。でも、筋肉もガタ落ちしたらしく、今度は体力の危機。運動せねばと口では言うが、日頃運動してないから「はじめの一步」が始まらない。

とりえず近所の展望台に夕日を見に行こうと誘い、心臓と相談しながら歩いていると、道路脇に手入れされた紫陽花を発見。廻りを見れば沢山の草花が咲いていた。どんな草にも名前があって雑草という草はない。みな名前があって、それぞれ自分の好きな場所で生を営んでいる。中々、腰の上がらない旦那さんだけれど、そんな草花の名前を調べながらの二人の散歩は案外続くかも知れない。継続は力なり。

2 A病棟看護師 中島 和枝

CONTENTS

特別寄稿によせて

新型コロナ感染症と喫煙 1

特別寄稿

ベランピングVSベランダ喫煙 2

Publish英語論文 3

病理医って何? 4

令和2年度医療安全推進活動報告会 No.3 7~9

専門分野研修を終えて 15~16

転入職員紹介 19~21

1枚の絵 No.103 ひまわりサロンミニレクチャー 音楽カフェ
お知らせ 研修会・オープンカンファレンス 32

編集後記 32

外来診療予定表 (2021年6月) 33~34

連載

山陰鳥取便り No.11 5~6

No.87 事務部だより『時間の確保』 6

"中国ビジネス情報" 転載 外科医のひとりごと Vol.19 10

No.73 在宅医療の現場から 11

医療連携支援センター 通信 No.32 12

No.7 音楽と絵画~無垢な魂の音楽への愛 13

映画への誘い No.7 14

連載92 世界の病院から

台湾の病院見聞記(シーズン2-⑩)

高雄長庚紀念醫院(その1) 17~18

広報委員会リレーエッセー No.12

「涼しい話」 22~24

Design No.53 25

Urayama Looking no.8 25

マサカツくんのツーリング紀行 No.26 26~28

栄養管理室 No.149 栄養満点野菜「モロヘイヤ」 29

萬葉の花と歌(30) 30

音楽カフェの風景 ~その42~ 31

読者の皆さまのご意見・ご要望をもとに、より充実した内容の広報誌を目指しています。

意見・ご要望は FAX:084-931-3969 又は E-mail:507-HP@mail.hosp.go.jp までお寄せください。



独立行政法人 国立病院機構

福山医療センター

National Hospital Organization FUKUYAMA MEDICAL CENTER

福山医療センターだより FMC NEWS

2021.6月号/通巻158号

発行者:福山医療センター広報誌 編集委員会 発行責任者:稲垣 優

〒720-8520 広島県福山市沖野上町4丁目14-17

TEL(084)922-0001(代) FAX(084)931-3969

<https://fukuyama.hosp.go.jp/>