

# あーかす

米子医療センターマガジン#13  
July 2016 (平成28年7月号)

保存版 外来診療担当表 平成28年7月1日現在 切り取ってお使いいただけます

診療科	曜日	月	火	水	木	金	備考
総合診療科		山根 一和	山根 一和	酒井 浩光	松波 馨士/ 西井 静香	山根 一和	
消化器内科		香田 正晴	長谷川 隆	松岡 宏至	香田 正晴	松岡 宏至	
	専門外来	樽本 亮平					
呼吸器内科		富田 桂公	富田 桂公	唐下 泰一	酒井 浩光	唐下 泰一	
	専門外来		交替医(肺がん外来)				肝臓
血液・腫瘍内科		但馬 史人		但馬 史人	但馬 史人	但馬 史人	完全予約制
	専門外来			持田 浩史	足立 康二		
循環器内科			福木 昌治	福木 昌治		福木 昌治	
	専門外来	ペースメーカー					[診療時間] 13時30分~ 予約制
糖尿病・代謝内科		木村 真理 (第4週除く)	木村 真理	木村 真理	木村 真理	伊藤 祐一	
緩和ケア内科		松波 馨士	松波 馨士	松波 馨士	松波 馨士	松波 馨士	※新患は要予約
感染症内科		山根 一和	山根 一和	※山根 一和		山根 一和	※水曜日:トラベルクリニック・予防接種 事前予約のみ
腎臓内科				江川 雅博			
神経内科						阪田 良一	
健診		福木 昌治	酒井 浩光	西井 静香	唐下 泰一	酒井 浩光/ (木村 真理)	事前予約のみ ※乳がん・子宮がん検診を除く
小児科	午前	林原 博	佐々木佳裕	坪内 祥子	林原 博	佐々木佳裕	
	午後	佐々木佳裕	坪内 祥子		坪内 祥子	坪内 祥子	[診療時間] 15時~17時
消化器・一般外科	専門外来	奈賀 卓司	杉谷 篤	久光 和則	谷口健次郎	山本 修	
	専門外来	杉谷 篤		杉谷 篤	杉谷 篤	杉谷 篤	腎移植・肝移植 第1,3週のみ 予約制 [診療時間] 13時~16時
胸部・血管外科		鈴木 喜雅	鈴木 喜雅	鈴木 喜雅	交替医	鈴木 喜雅	
	専門外来	門永 太一	門永 太一	門永 太一		門永 太一	リンパ浮腫 フットケア 予約制
整形外科		南崎 剛	吉川 尚秀	大槻 亮二	南崎 剛	吉川 尚秀	
	専門外来	遠藤 宏治	遠藤 宏治		大槻 亮二		
	専門外来	南崎 剛	遠藤 宏治		南崎 剛		骨軟部腫瘍
泌尿器科		高橋 千寛		小林 直人	高橋 千寛	小林 直人	
	専門外来	交替医	杉原 修司	杉原 修司	杉原 修司	交替医	
放射線科							
	専門外来		内田 伸恵				放射線治療(完全予約制)
歯科		中本 紀道	中本 紀道	中本 紀道		※	※金曜日は要相談
耳鼻咽喉科		山本 祐子		山本 祐子		山本 祐子	
眼科			佐々木慎一				
婦人科		交替医				交替医	7月~12月のみ月金

米子医療センターマガジン あーかす #13 アーカス July 2016

平成26年1月10日/初刊発行 平成28年7月1日/発行  
発行/米子医療センター 〒683-0006 鳥取県米子市車尾4丁目17番1号 デザイン・印刷/合同印刷株式会社

無料0円

巻頭言

創立70周年によせて 地域と共に70年

特集

地域がん診療連携拠点病院  
に再指定されました

米子医療センター活動報告  
手根管症候群の病態と治療

New Face  
がん放射線療法看護について  
色のレシピ vol.4  
看護の日フェアを開催して  
初期臨床研修修了授与式  
お知らせ  
Enjoy! 学生 LIFE

時間 (初診受付) 8時30分~11時 (再診受付) 8時30分~11時 健康診断受付/毎週火・水・金 予約制

診療情報提供書・FAXによる紹介状の送付先  
地域医療連携室直通FAX 0859-37-3931

国立病院機構 米子医療センター 〒683-0006 鳥取県米子市車尾4丁目17番1号  
TEL.0859-33-7111 代 FAX.0859-34-1580 代



色彩プロデューサー 稲田恵子氏

## contents

- 03 巻頭言  
創立70周年によせて  
地域と共に70年
- 04 特集  
地域がん診療連携拠点病院  
に再指定されました
- 06 手根管症候群の病態と治療
- 08 New Face
- 08 がん放射線療法看護について
- 09 看護の日フェアを開催して
- 10 米子医療センター活動報告
- 12 初期臨床研修修了授与式
- 12 色のレシピ vol.4
- 13 Enjoy! 学生 LIFE
- 14・15 お知らせ



患者さまと職員が向き合った姿で、患者さま中心の医療提供とYONAGO(米子)の「Y」、MEDICAL(医療)の「M」、CENTER(センター)の「C」の文字を、まごころ、信頼、安心、良質の医療をイメージする「ハート」に組み合わせ「米子医療センター」の明るく元気な姿を表しています。

## あーかす

あーかす(Arcus)とはラテン語で「虹」を意味し、英語のArc(弓、橋)+Us(私たち)で「私たちが地域の架け橋になる」という意志を込めてタイトルしました。私たちの持ついろいろな表情を、地域の方々や医療関係者に広く知って頂き、絆を更に深める情報を掲載してまいります。

## 巻頭言 創立70周年によせて 地域と共に70年

看護部長 東森 昌江



米子医療センターは、70年にわたり地元の皆さんに親しまれてきた病院です。私が小学生の頃、自転車で少し遠出をして皆生海岸に行くと、米子医療センターの前身である国立米子療養所の木造の建物があったのを覚えています。療養所としての診療体制のため、一般の診療は少なく、松林の中に静かに存在していました。その後、治療の対象が肺結核から肺がんになり、昭和41年に国立米子病院と名称が変更されるとともに、一般診療科も増え、「国立で診てもらおう」という言葉が聞こえてくるようになったと聞いています。そして、昭和46年に車尾の地に病院を新築・移転し、現在の病院の土台になったと思います。

病院だけでなく、看護学校の移り変わりも地元に影響をおよぼしていたのではないのでしょうか。看護学校は、昭和29年に併設され、昭和46年に病院が移転したのに伴い、病院に隣接して、校舎及び学生寮も新築されました。昭和50年には、名称が附属高等看護学院から附属看護学校に変更され、その年に私も入学させていただきました。米子周辺の看護学校といえば、大学病院にも看護学校がありましたが、同じ年に医療短期大学になりました。高校の先生や両親から、看護師になるなら、国立が良いのではと進められたのを覚えています。国の時代でしたので、授業料が大学より大幅に安く、両親はとても助かったのではないかと思います。



平成8年頃の病院

その後、ご縁があり新卒として就職。途中、看護師長として何度か転勤もありましたが、米子医療センターには、30年にわたり勤務させて頂き、平成23年以降は看護部長を務めています。

スタッフの頃、国立米子病院は、政策医療として「がんと腎」に力を入れようと言うことを聞いていました。「がん医療」については、私が新人のころにはコバルト照射等が始まっており、婦人科のみならず診療部の先生方の努力もあって、当院のがん治療に対する知名度が徐々に上がったのではないかと思います。現在は、がんの早期発見・治療から緩和ケアや看取りまでの機能を有する病院となりました。また、緩和ケア病棟という、一般の入院と違う、その人らしい時間が流れる病棟も出来ました。「腎医療」については、昭和62年10月に初めての腎移植が行われました。今で言う処のチーム医療だと思いますが、その頃は、米子人の勢いで、「よっしゃ、みんなでやらっしょ！」と言う気持ちで、皆で何もないところから手探りで取り組んできました。現在は、夫婦間であっても、血液型が違って、適切な処置を行えば、腎移植が可能になりました。また、平成20年に第1例の骨髄移植を行い、現在では年に7~8例の骨髄移植をするまでになり、固形がんだけでなく、血液がんの治療も充実しています。

看護の面では、平成21年に当院第1号の認定看護師として、緩和ケア認定看護師が誕生しました。その後、がん関連の5領域の認定看護師を山陰地方で初めて全てそろえ、現在では総勢11名の認定看護師が診療の援助やスタッフ指導を行っています。医学の進歩について行くだけでなく、専門性の高い地域の中核病院としての機能が整ったと思っています。

このような時代の流れの中、「地域の命を支える」の理念のもと、新しい病院がオープンして2年が過ぎようとしています。ホスピタルアートを取り入れるなど、療養環境にも色々な工夫を行いながら、患者さんにやさしい病院創りをしてまいりました。節目となる、70周年をむかえるにあたり、振り返る事も多くありますが、これからも、地元の皆さんと共に、地域の病院創りをしていく役割があると、職員一同思っております。今後とも、よろしくお願い申し上げます。

特集

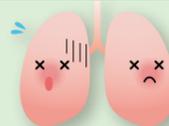
# 地域がん診療連携拠点病院 に再指定されました

外科系診療部長 鈴木 喜雅

当院は鳥取県知事の推薦を受け、平成17年1月1日付で厚生労働大臣から「地域がん診療連携拠点病院」として指定されました。「地域がん診療連携拠点病院」とは、質の高いがん医療を全国で等しく実施できるようにするため、わが国に多いがん（肺がん、胃がん、大腸がん、乳がんなど）について、各地域における診療の連携・支援を推進するために拠点としても設けられる病院です。がんを知り、がんと向き合い、がんを負けない社会を実現するため、我々も「地域がん診療連携拠点病院」としての総合力が試されています。職員一丸となって、チーム力を発揮し、患者さんのためによりよい医療を提供していけるよう努力して参ります。

## わが国に多い 5大がん

肺がん



胃がん



大腸がん



乳がん



肝がん



## 「地域がん診療連携拠点病院」の果たす役割

### 1 診療

- 1) わが国に多いがんについて、集学的治療および各診療ガイドラインに準ずる標準的治療ならびに応用治療を行うこと。
- 2) がんの緩和医療（がんの痛みに対する専門的医療など）を提供すること。
- 3) 全国共通の方法に準じて院内がん登録を整備し、がん治療の成績向上に努めること。

### 2 研修

地域のがん医療の水準向上のため、連携拠点病院や地域の医療従事者に対する研修・啓蒙に積極的に取り組むこと。

### 3 情報提供

- 1) がん診療に関する情報を適切に公開し、地域がん診療に貢献すること。
- 2) 地域の医療機関から診療に関する相談などに応じ必要な情報を提供すること。
- 3) 全国地域がん診療連携拠点病院連絡協議会にがん患者の5年生存率（治癒率）などの情報を報告するなど、総合的ながん情報の収集提供に取り組みがん治療の成績向上に努めること。

「地域がん診療連携拠点病院」の果たす役割として、以上のようなことが求められています。我が国は平成18年6月16日に「がん対策基本法」を成立し、がん対策基本計画を策定しています。がん対策近本計画では全体目標、重点課題として、以下を上げています。

### 全体目標

- 1) がんによる死亡者の減少
- 2) 全てのがん患者とその家族の苦痛の軽減と療養生活の質の維持向上
- 3) がんになっても安心して暮らせる社会の構築

### 重点課題

- 1) 放射線療法、化学療法、手術療法のさらなる充実とこれらを専門的に行う医療従事者の育成
- 2) がんと診断された時からの緩和ケアの推進
- 3) がん登録の推進
- 4) 働く世代や小児へのがん対策の充実

# 手根管症候群の病態と治療

整形外科医長 遠藤 宏治



## はじめに

手根管症候群は、手首から手のひらに存在する手根管部で、何らかの原因により上肢の主要神経の1つである正中神経が圧迫されておこる(図1)神経障害をいい、身体で最も起こる頻度が高いといわれています。手根管症候群が発生する原因として多くの病態が挙げられています(表1)。明らかな原因がなく

中高年女性に発症する特発性のものが多いですが、その他、骨折などによる手根管部の構造変化や腫瘍性病変、長期透析によりアミロイドという物質が指を動かす腱を包む膜に沈着し、手根管内部の容量が減少することによるものなども多いといわれています。妊婦さ

んにも約20%にみられ、特に妊娠6か月後以降に増加するといわれています。

## 症状

代表的な症状として最も多いのは手のしびれです。手根管より遠位での正中神経の支配領域(図2)に認められ、主に指先に強く、症状が進行すると手のひらまでしびれを生じてきます。また、手の痛みも訴えが多く、中には手根管部より手前にも痛みが及ぶといわれる方もおられます。

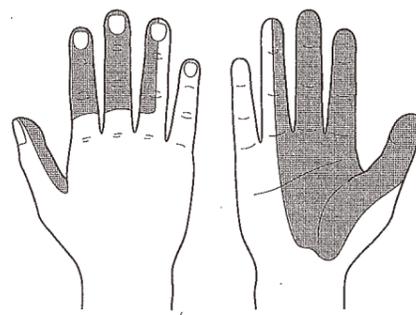


図2 正中神経の知覚支配地域

表1. 手根管症候群の発生原因

1. 特発性
2. 長期血液透析
3. 腫瘍性病変
4. 外傷
5. 手関節、手根骨病変
6. 屈筋腱の破格
7. 妊娠
8. 膠原病
9. 結核性腱鞘炎
10. 内分泌疾患
11. その他



図1

一般に、このしびれや痛みは調理、自転車の運転、傘をさす、つり革を持つなどの動作でひどくなることが多いですが、安静時にも痛みが強い場合もあります。明け方に、目が覚めるほど症状が増悪することもあります。こういった症状が悪化した場合、無意識に手を振って症状を和らげようとする動作をされることがあります。血液透析例では、透析中に症状が増悪することがあり、透析の継続が非常に苦痛となるといった問題に発展することもあります。

手の動きについての障害としては、長期に正中神経が障害された症例で認められることが多く、ものをつまむ、はさむといった動作に影響が出ます。例えば、女性の場合、アクセサリがつけにくくなったとか小さなゴミや硬貨が拾いづらくなったという訴えをお聞きます。これは、手の親指のつけ根にある「母指球」と呼ばれる筋肉が神経障害によりやせてしまうために起こります。

## 治療

手根管症候群の治療には、保存的治療と手術治療があります。

神経伝導検査を行い、波形の変化が軽度の場合、一般的には保存的治療を試みます。

手根管内の圧は、手首を曲げることにより上昇しますので、圧が低い状態を保つには手首を伸ばした状態として装具により固定(図3)、神経にかかる圧を減らすことにより改善を図ろうというものです。ただし、終日装具をしてくださいと言っても、仕事やら家事がありますから現実的には難しいと思います。そこで夜間は装具をつける、日中は可能であればつけてもらう、ということを3~6か月程度継続してもらいます。この装具療法は、

重症例でも試みられることがあり、中には楽になる方もいらっしゃいます。



図3

その他、手根管内の滑膜の腫れを減らし管内容積を減らす目的でステロイド注射を行うこともあります。ただし、注射針による神経損傷や、ステロイドによる腱の変性や断裂などの合併症もありますので、漫然と続けるべきものではないと思われます。

保存的治療で症状が改善しない場合や、神経伝導速度検査での重症例、すでに母指球の萎縮を来たしてしまっている方の場合には手術療法が考慮されます。手根管内圧を下げるために手根管の屋根となる部分を構成する横手根靭帯・屈筋支帯を切り開放する(図4)ので



図4

すが、以前は手首のしわより少し手前から手のひらの部分までを切開していました。一部の病態(人工透析患者さんやリウマチ患者さんなどに起こる特有の病態)では、原因を除去するために同じくらい切開しますが、現在は主に手のひら部分のみ2cm程度切開して行う方法や内視鏡を入れて切開する方法が主流であり、大きく皮膚を切ることは少なくなりました。

ただし、靭帯を切ることによる痛みがでたり(通常、手術後数週~数か月で消失します)、症状が再発することもありますので、その点をご理解が必要です。

## つまみ動作が困難な症例に対して

母指球のやせがあり、つまみ動作ができなくなっている場合、機能再建を行う場合があります。方法としては、手首から手のひらの浅い部分にある線維の膜を用いる方法や、他の指の腱を切って親指に回して結び、母指球の働きを代わらせる方法などがあります。

ただし、手根管を開放する手術と同時に再建を行うのがよいか否かは判断が難しいといわれています。また、再建については方法がいくつかあり、これがよいといったコンセンサスはまだ得られていません。他の指の腱を移動させる方法は、利用する腱の指を動かす力が少し弱くなる可能性があります。また、手術後に手を固定したりリハビリに要する期間も必要ですので、手術についてはよく話をお聞きになり、手術によって得られる機能、失う可能性がある機能をしっかり理解したうえで判断いただくのがよいと思います。



血液腫瘍内科 足立 康二

はじめまして

血液腫瘍内科の足立康二(あだち こうじ)と申します。  
鳥取県境港市出身で、米子東高校を卒業し、平成18年に鳥根大学を卒業しました。その後、松江赤十字病院、鳥根大学医学部付属病院に勤務し、造血幹細胞移植を含む血液内科診療一般の診療を行ってきました。  
当院は造血幹細胞移植認定施設で、鳥取県西部の血液内科の中核を担う病院と認識しております。米子の医療に微力ながら貢献していきたいと考えております。  
よろしくお願いたします。

米子医療センター「第5回がん看護コース」開催  
がん放射線療法看護  
について



がん放射線療法看護認定看護師  
田村 泉

がん看護コースは、当院のがん看護分野の認定看護師が協働して行っている研修で、今年でコース開催5年目を迎えます。この研修は1年間を通してがん看護の知識や技術を高めるための講義や事例検討などを行う専門的な研修で、院内の看護師を対象としています。1年間の研修を終えたコース生は、各病棟のがん看護をけん引する「院内認定看護師」として認定されます。  
また、がん看護コースの講義は、一部をOPEN講座として公開し、地域の医療職の方に参加していただいています。本年度の初回OPEN講座として、5月11日に「がん放射線療法の理解と副作用対策」の講義を実施しました。院外からは、訪問看護師、介護職の方など8名の方に参加いただきました。  
放射線療法はがんの治療に単独で用いられることもあります。手術や抗がん剤などと組み合わせた集学的治療としても用いられます。治療内容や副作用を理解するだけでなく、入院や在宅など多様な環境で療養する患者さんやご家族が安心して治療を継続できるような支援が必要とされています。今回の講義では放

射線療法の概要の理解と、代表的な副作用の一つである放射線性皮膚炎の予防的ケアについて広く知っていただくことを目的としました。治療上やむをえない副作用であっても、悪化を防ぎ、少しでも楽に過ごしていただくことが大切です。患者さんやご家族のセルフケア能力を引き出し、心身の変化に応じた看護を実践するために必要な観察などについてお伝えし、意見交換しました。  
講義後のアンケートでは「以前がん看護の勉強をしていた。この機会にまた勉強したい」「介護の場でも、がん医療の知識が必要になっている」という意見をいただきました。今後も、地域で暮らす患者さんが安心して療養できる環境づくりのために、地域の医療・介護関係者の皆様と共に学び、意見交換する機会をもって地域との連携を目指していきたいと思ひます。

5/12は看護の日  
看護の日フェアを開催して

5階病棟看護師 船越 仁美



5月12日はフローレンス・ナイチンゲールの生誕の日であり『看護の日』とされています。今年も当院では、看護や健康についての理解を深めていただこうと5月14日に看護の日フェアを開催いたしました。当日は天気にも恵まれ、温かい日差しの中のフェアとなりました。入院患者さんやそのご家族をはじめ、地域の方にも多く足を運んでいただき、115名の方に来院していただきました。  
骨密度測定・血管年齢測定をはじめとする測定コーナー、当院医師などによる健康や栄養、お薬などについての相談コーナーやアロママッサージ、めだかすくい。また今年も開院70周年ということもあり事務部の協力を得て、小さなお子様にも楽しめるふわふわドームの設置やポップコーンの販売なども行いました。ミニコンサートにはゲストとして、地域のママさんパパさん

で結成し活動しておられるメロディーボックスさんをお迎えし、笑顔のあふれる素敵なコンサートとなりました。  
フェアに参加していただいた方からは「普段気になっていた体のことを知ることができてよかった」「久々にゆっくり音楽鑑賞ができ元気が出ました。選曲もよかった」「子供が入院していた時のお世話になった看護師さんに会えてうれしかった」「たくさんコーナーがあり有意義なフェアだった」など様々な喜びの声を拝聴することができました。来院していただいた方に、看護や健康について興味を持っていただき、また米子医療センターにも親しみをもってもらえる機会となっていれば幸いです。  
今後ともよりよい看護を提供できるよう発展・向上に努めていきたいと思ひます。





皮膚・排泄ケア認定看護師の活動を開始し、5年が経過しました。現在は、私は、皮膚・排泄ケア分野の専従業務者として、専門分野である「ストーマケア」「創傷ケア」「失禁ケア」の3分野を中心に活動をしています。それぞれの分野での活動についてご紹介します。

皮膚・排泄ケア認定看護師  
古志 知春

## 皮膚・排泄ケア認定看護師としての役割

### ストーマケアについて

ストーマケアに関しては、入院中のケアは病棟スタッフが中心になり行っています。私は、主に退院された患者さんやご家族に対し、退院後に生じたトラブルや不安を解決し、安心して社会復帰できるようにストーマ外来での継続的なサポートを行っています。しかし、近年、高齢者のストーマ造設件数の増加に伴い1人ではストーマ外来に通院できない患者さんがおられるため、十分なサポートが行えない現状がありました。また、ストーマ装具が決定せず、退院調整が遅れてしまうことや入院中のストーマ管理指導では十分に習得できず、不安を残したまま退院される患者さんやご家族も多くおられました。そのような方々をサポートしていくため、当院では、昨年、地域連携室に併設された訪問看護ステーションの協力により、在宅で継続的にストーマ装具選択やストーマ管理指導、ご家族への精神的なサポートが可能になりました。訪問看護の協力により、早期退院を目指すだけでなく、ストーマ外来に受診ができない患者さんも含めた退院後のサポート体制が強化されてきました。ま

た、主に当院で手術を受けられた患者さんを中心に訪問看護を行っているため、医師や訪問看護師・皮膚・排泄ケア認定

看護師間で情報の共有が行いやすい環境であり、在宅でも常に新しいストーマケアを提供していくことができます。

### ◆ストーマケアに関する情報◆

**ストーマ外来開設日:第1・3水曜日 13:00~16:00 完全予約制**  
※院外の方で、受診を希望される方は、当院ストーマ外来担当医師宛の紹介状が必要となりますので、何卒、よろしくお願い致します

#### 当院訪問看護介入対象

- ◇対象者／悪性腫瘍によってストーマ造設を受けた方で下記に該当する場合
- ・他院でストーマ造設されたのち、当院での外来・入院フォローに変更となった方
- ・永久的ストーマの方だけでなく、一時的ストーマの方も可能です
- ・高齢者だけでなく、社会復帰される方も可能で年齢制限はありません
- ・鳥取県西部地区及び安来周辺に在住されている方
- ※当院の訪問看護は、医療保険で行う場合のみが対象となります

#### 在宅実地緩和研修会開催のお知らせ

- ・開催日／2017年3月8日(水) 18:00~
- ・場所／米子医療センター 看護研修センター
- ・テーマ／「がん治療を受けるストーマ保有者に向けたストーマケア」
- ・参加対象者：在宅医療に従事されている看護職員の方
- ※研修が近づく頃に別途でご案内を郵送させて頂く予定です

### 創傷ケアについて

現在、創傷ケアは主に院内での活動が多く、褥瘡(床ずれ)だけでなく、糖尿病性下肢潰瘍やPAD(末梢動脈疾患)によって発生した重症下肢虚血、外傷性皮膚裂傷、がん性創傷、がん治療によって発生した皮膚障害のケアなど多方面に渡り、関わらせて頂いています。中でも褥瘡に関しては、院内褥瘡対策委員会メンバー

と共に褥瘡回診やポジショニングラウンドを行い、褥瘡治療だけでなく、褥瘡予防に必要な体位の調整方法の検討や栄養サポートも行っています。回診日以外にも、専従業務のため、必要に応じ訪問回数を増やし、医師・病棟スタッフと共に創部の観察や治療の評価を行っています。その快もあり、年々、褥瘡治癒・軽快件数の増加に繋がっています。褥瘡が治癒した患者さんや褥瘡発生のリスクが高い患者さん

は、退院後も在宅や施設での継続的な褥瘡予防が必要となります。そのため、退院前に病棟スタッフや地域連携スタッフと共に褥瘡予防具(エアマットレスや体位変換用のクッションなど)のレンタルの手配やご家族や在宅医療スタッフへの褥瘡予防ケア(スキンケアやおむつの種類の選択や交換方法)の指導などについても関わるよう努めています。

### ◆褥瘡回診風景◆

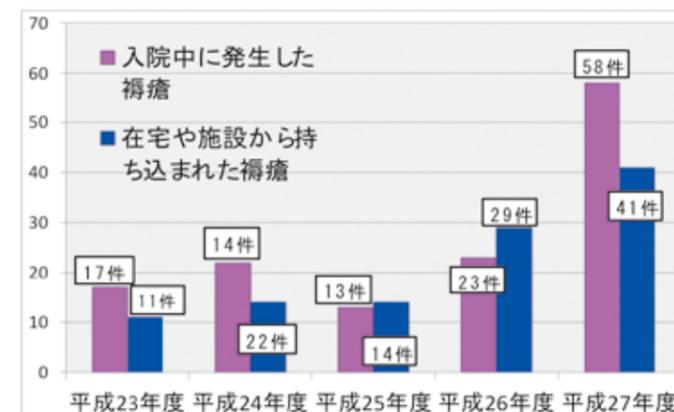


褥瘡部の観察を行っています



電子カルテをもとに治療に必要なデータを収集し、褥瘡治療方針や栄養管理面などを検討しています

### 院内褥瘡転帰(軽快・治癒退院)状況



皮膚・排泄ケア認定看護師として5年が経過しましたが、多くのスタッフに支えられ、患者さんへケアが提供できていることを痛感させられています。今後も初心の気持ちを忘れず、より一層、皮膚排泄ケア分野の知識・技術を高め、入院される患者さんが治療に専念できる環境を整えていきたいと思っています。また、今後、益々、在宅医療が注目される中、地域医療従事者の方々が皮膚・排泄ケア分野のケアを提供していく機会が増えてくることが予測されます。少しでもサポート的な役割が果たせるよう、在宅看護にも目を向け取り組んでいきたいと思っています。

# 初期臨床研修修了授与式

初期臨床研修医の研修修了授与式が、3月31日(木)に当院応接室において行われました。院長から初期臨床研修医 持田 浩志、矢部 成基に修了証が授与されました。その後、記念撮影を行いました。



## 米子医療センターでの初期臨床研修を振りかえって

### 初期臨床研修医 持田 浩志

平成26年4月より28年3月まで米子医療センターにて初期研修でお世話になりました。

はじめは自分でも何をしたいのかわからず、皆さまにご迷惑ばかりかけている日々でした。今でもそんなにできることが増えたわけではありませんが、初期研修をこの病院で送り、さまざまな先生、スタッフに巡り合えたことがとても有意義だったと感じています。

血液腫瘍内科の但馬先生に血液の道に導いていただいたことが一番の収穫でした。

今後も、未熟者ですが精進していきたいと思っておりますのでよろしくお祈りいたします。

### 初期臨床研修医 矢部 成基

平成26年4月から平成28年の3月まで2年間初期研修医としてお世話になりました矢部と申します。私は米子医療センターでの研修医二期生として採用していただきました。米子医療センターでの研修医の受け入れは始まったばかりということで最初のうちは不安もありましたが大変充実した研修となりました。

米子医療センターは研修医の人数が他院と比べ少ないためこれからマッチングを考えている学生方には心細く思われるかもしれませんが、人数少ないために研修したい科の順番や日直の日程の融通が利きやすい、手技・症例が回ってきやすいといったメリットがあります。

何より先生方をはじめ、職員の方々がとても優しく、気遣ってくださるので大変心安く2年間を過ごすことができました。また医療センターで働けたらと思っています。ありがとうございました。

米子医療センターの1階から8階までのホスピタルアートを描いていただいた稲田さんのコラム。

## 色のレシピ Vol.4 【黄色】

ほとんどの方がレシピと言えば料理の調理法だと思われかもしれませんが、もう少し深めると“物事の秘訣”という意味に辿りつきます。色にも多くのレシピがあります。日々の暮らしに役立つシンブルレシピをご紹介します。

### 色彩プロデューサー 稲田 恵子



ゲーテが“黄色は明の色であり快活な色である。だが視点を変えれば自己顕示の色でもある”と述べています。

黄色は陽気で、身勝手に、まさに気まま、自由の色なのです。

しかし、色にも当然のごとくプラスとマイナスの意味があり、キリストを裏切ったユダが黄色の布をまとっていたことから背信を表す色とも言われています。

でも、狭く暗い部屋にほんの少し黄色

を加えることで、視覚的とは言え、面積、明るさを倍増させるこの力を、暮らしの中でうまく生かさなければもったいない。

なんとなく弾まないところ、やってみたくて飛び出したけれど……。が続く時に、安いもので結構、ちょっと緑味を含んだレモンイエローのタペストリー、アイヴォリーのカーテン、ミモザ色のソファなど、室内に置くと新しい自分を発見!と居ながらにして気分転換がで

きるかも。うっぶん晴らしにはもってこいの色と言えます。

黄色の代表と言えば、ゴッホのひまわりでしょう。あの、ひまわりの色名はクローム・イエローで、彼が画家としてスタートしたころに化学によって生まれた絵の具で、彼は好んで用いたと言われています。

あの輝きの強さは、今も最も影響力ある黄色として存在しています。

## 新入生歓迎スポーツ大会を終えて

Enjoy! 学生LIFE



### 49回生(2年生) 川本 彩香



平成28年5月6日(金)に、市民体育館で新入生歓迎スポーツ大会を行いました。当日の降水確率は80%ではありませんでしたが、小雨程度で無事に全員が現地に移動することができました。今年度は、スポーツの種目を増やし、体を動かしながら楽しく交流を深めていきたいと考えていたこともあり、学校ではなく、体育館を借りて行いました。先輩方から譲り受けた資料はあるものの、スケジュールや行う競技、時間配分等は新入生歓迎スポーツ大会の実行メンバーで最初から計画をしました。1年生が主役ではありませんが、2年生、3年生、先生方にも、楽しんでもらえるように考えました。準備期間が短く、当日までに準備が終わるか不安でしたが、メンバー内で役割を分担し、当日までに準備をすることができました。そして、運営することの大変さ、まとめることの大切さを学びました。

今回は、午前中にソフトバレーボール、午後にはポトボー

ルと毎年恒例になりつつある学年対抗バレーボールの計3種目の競技を行いました。1年生から3年生、先生方を12チームに配属し、チーム対抗戦で試合をしました。1年生が2年生や3年生と沢山関わることができるように、お弁当と一緒に食べたり、移動時は2年生の各グループのリーダーが他学年を誘導したりと、コミュニケーションをとれる時間を多くとれるように工夫しました。短い時間ではありましたが、他学年と交流をすることで、親交をお互いに深めることができたと思います。

成功するか不安でしたが、みんな楽しそうな表情で試合に参加し、1点を取るとハイタッチをして喜び、相手チームに1点取られたら学年関係なく励まし合う姿が見られました。各学年から、「久々に運動をして疲れた。だけど楽しかった」という言葉を聞くことができました。1年生だけではなく、全員に楽しんでもらえることができて良かったと思います。

## 防災訓練を終えて



### 50回生(1年生) 江角きなり



5月2日(月)は1年生の私にとってこの学校での初めての防災訓練でした。高校生の時は先生にまかせきりだった点呼も、クラス委員を中心にして自分たちで行い、「学生」とはいても、もう1人の大人として自立していかなければいけないのだと感じました。

今回の防災訓練での反省は避難経路の確認に不足があったことです。私たち1年生は避難経路の道を1本誤って避難してしまいました。今回は、2、3年生が1年生より早く避難できていたために、混乱もなく避難できました。しかし、もし2、3年生がもう少し遅かったら、大きな混乱となり、全体における避難の時間はもっとかかっていたで

しょう。今は「学生」として自分の身の安全を確保できれば良いかもしれませんが、しかし看護師として働くようになった時、周りに動けない人がいる、もっと大きな建物の中にいる、このような状況下においても冷静に動けるようにならなければいけません。そのために、普段から自分の気持ちや時間にも余裕をもって行動し、自分のいる空間だけでもしっかり把握しておきたいと思っています。

# 第30回 米子医療センター市民公開講座

## 「ずっと元気」には**コツ**がある?!

講師：酒井 浩光 (内科医長・検診センター長)

「健診・検診でカラダ管理」

作野 真澄 (外来副看護師長)

「生活習慣病代表“糖尿病”の話」



日時：平成28年7月23日(土曜日) 13時~14時

場所：米子医療センター2F 外来ホール



参加費は無料、申し込みは不要です

連絡先：米子医療センター 地域医療連携室

TEL 37-3930

# 米子医療センター

## がんフォーラム

### テーマ 肺がん治療の進歩

平成28年

# 8/27

時間 午後2時~4時

会場 米子コンベンションセンター  
ビッグシップ小ホール

### I. 講演

1 肺がんの診断  
〈呼吸器内科〉西井 静香

2 肺がんの内科治療最前線  
〈呼吸器内科〉唐下 泰一

3 肺がんの放射線治療  
〈診療部長(放射線科)〉杉原 修司

4 肺がんの外科治療  
〈診療部長(胸部・血管外科)〉鈴木 喜雅

市民公開講座  
参加無料

### II. 質問・相談会

事前にお寄せいただいた  
質問に講演者がお答えします。

お問い合わせ先

米子医療センター  
地域医療連携室  
TEL.0859-37-3930  
FAX.0859-37-3931

主催

(独)国立病院機構 米子医療センター

後援

鳥取県・米子市・鳥取県医師会・鳥取県看護協会・鳥取県西部医師会

