

あーかす

米子医療センターマガジン#37
July 2022(令和4年7月号)



就任のご挨拶

統括診療部長に就任して

~置かれた場所で咲くかしら~

就任のご挨拶

看護部長に就任して

コロナ派遣を終えて

各診療科紹介~泌尿器科~

看護の日にあたって

認定看護師の活動

米子医療センター活動報告

診療報酬改定について

Topics File~栄養管理室の掲示板

Enjoy! 学生 LIFE



■ contents ■

- 03 統括診療部長に就任して～置かれた場所で咲くかしら～
- 04 看護部長に就任して
- 05 コロナ派遣を終えて
- 06 各診療科紹介～泌尿器科～
- 08 看護の日にあたって
- 09 認定看護師の活動
- 10 米子医療センター活動報告
- 12 診療報酬改定について
- 14 Topics File～栄養管理室の掲示板
- 15 Enjoy! 学生 LIFE



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としました。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。

就任のご挨拶

統括診療部長に就任して ～置かれた場所で咲くかしら～



統括診療部長 大槻 亮二

【統括】 ばらばらのものを一つにまとめること
(ネット辞書)

2022年4月1日付けで米子医療センター統括診療部長を拝命いたしました。2014年4月に鳥取大学整形外科から当院に赴任しました。当時の統括診療部長は整形外科の南崎先生であり、直属の上司ということになります。ご存知のように10年以上前からのベテラン統括で、臨床業務に加え会議や雑用やトラブルシューティングなど何かとお忙しそうでした。時々愚痴をこぼされることがありましたが、下手にかかわると火傷しそうなので極力受け流しておりました。まさか自分がその後釜に据えられるとは青天の霹靂です。(注：青天の霹靂はポジティブな場面で使われることがあります。多くはネガティブな場面で使われます@ネット辞書)

6月1日には国立病院機構本部と全国の医療センターの新任統括診療部長26人をwebでつないで統括診療部長研修なるものが行われました。9時前から17時過ぎまでパソコンに向かってひたすら座学です。深部静脈血栓症を発症したら労災保険が適応されるのでしょうか。「統括診療部長のミッ

ションは、ばらばらな医師をまとめ、ばらばらな病院各部署をまとめ、病院の目指す方向に導くことである。立派な幹部の一員であるが故、今まで以上に業務に邁進したまえ。国立病院機構は日本最大の素晴らしい病院ネットワークである。病院経営は全国的に厳しい状況が続いているが、良質な医療を提供するためにはまずは黒字経営が必須である。カネは出さないが口は出してあげるので各病院で創意工夫しなさい。」数日は気が重くてちびまる子ちゃんみたいに額に縦線が入りましたが、アルコールを多めに摂取したところおかげさまでメンタルは少し改善しました。

全国平均を上回るスピードで人口が減少する鳥取県で、病院の規模と良質な医療・経営を維持し続けることはなかなかの難題です。まもなく国からのコロナ手当は打ち切れ、コロナバブルは終焉を迎えます。働き方改革は待ったなしで進んでおりますし、来年度には病院機能評価の初受審が控えています。生来怠け者の小生に統括診療部長の重責が務まるのか不安しかありませんが、「置かれた場所で咲きなさい」という詩もございますので、精進いたします。皆様のご指導とご協力をお願いいたします。





就任のご挨拶

看護部長に 就任して

看護部長 元林千代子

この度令和4年4月より、米子医療センター看護部長に着任いたしました元林千代子と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

11年ぶりにまた米子医療センターで勤務させて頂くこととなりました。あの当時は旧病院の古い配管のむき出しとなった施設でしたが、現在は新しく立派な施設となり、診療機能も大きく変化しておりました。以前共に働いていた職員の皆さんとお会いすることができ懐かしさと温かさを感じながら、当院での看護管理をスタートしたところです。

この4月より院長・副院長が同時に交代され、新体制の元にスタートいたしました。病院目標も「共創の医療を目指す」に刷新されております。新体制の中でそれぞれの職員が職種のもつ役割を考えながら、行動し創りあげていく、力を合わせて取り組んでいくことと考えています。折しも2年に一度の診療報酬の改定でもあり、新型コロナウイルス感染症で明らかとなった医療提供体制の課題や、看護職員の処遇改善、リフィル処方箋やオンライン診療、「重症度、医療・看護必要度」にかかる要件の変更など、様々な項目での見直しが行われております。新体制の中で、それぞれの診療科・部門と協力し、どのように経営に貢献していただけるか模索しながら取り組んでいるところです。

また、翌年度に病院機能評価の受審という大きな課題への取り組みも始まりました。6月7日にキックオフミーティングが行われ、いよいよ1年超をかけながら、当院の医療機能に関して、自己点検と他者点検を受けながら、マニュアルの修正・整備を行っていくこととなります。病院内のチーム力をさらに高めていけるように

取り組んでいきたいと考えております。当院が長きにわたり様々な変化の中で築き上げた現在の体制が、さらにその質を担保していくための通過点と考えます。地域の皆様により信頼して頂ける医療・看護の提供に繋がるものと考え取り組んでいるところです。

看護部においては個々の看護師の人材育成を重要な課題として取り組んでいます。国立病院機構の看護職員能力開発プログラムが平成29年度に改定され、ラダーに基づいた教育計画を実践しています。個々の看護師が目標を持ちながら、自らのキャリアをどのように進んでいきたいかという考えを支援し、育成に取り組んでいます。自らの目標を持つこと、自律した判断が行えるようにまた、自らの看護について振り返る力や語る力を育てていけることを目標として取り組んでいます。

当院の特徴でもあります、がん看護については認定看護師が多数常駐しておりますので、それぞれの分野の力を借りながら看護の質をさらに高めていきたいと考えています。コロナ禍で地域への発信は低くなっておりませんが、感染状況を踏まえながら地域への発信も考えていきたいと思っております。

2025年度・2040年度はもう目前であり、次の時代を担うことができる看護師の育成にむけ引き続き取り組んでいきたいと考えています。当院の役割を担い、地域から求められる病院であり続けるように取り組んでいきたいと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。

コロナ派遣を終えて

3階病棟 安藤 由加里



今回私は、2月17日～3月31日まで大阪の宿泊療養施設スマイルホテルへコロナ応援として派遣されました。私と同日に派遣されたのは12名(軽症:8名 中等症:4名)でしたが、徐々に増え、最終日には派遣者数累計約90名にもなっていました。

私は中等症フロアに配属されましたが、派遣初日にはまだ中等症フロアは稼働しておらず、細かいルールやマニュアルがない状態でした。2月21日に入所が決まっていたため、実際に動きながらマニュアルを作成していきました。派遣者は全員病院勤務で、ホテル療養者への看護経験がなかったため手探り状態のマニュアル作成でした。

病院と違う環境で入院患者さんと同じような状態の利用者さんを看護するには、アイデアと思考の変換が必要でした。例えば安全についてです。ベッドからの転落や転倒リスクがある方に対し、病院ではベッド柵を設置したり、センサーを使用します。しかしホテルにはベッド柵が限られており、センサーもありませんでした。そこで、寝返りや下肢を降ろすことによる転落リスクに対しては、ダブルベッドを使用し、壁際に寝てもらおうよう調整しました。また、ADLが自立し、認知機能低下があるためたびたび部屋から出てきてしまう方に対しては、点滴スタンドにPPEを装着させ、顔を書いて「見守りちゃん」と命名された人形を作成しました。「見守りちゃん」を廊下に設置し、効果があるのかスタッフみんなでドキドキしながら確認したのを覚えています。その方が部屋から出ようとした際、廊下の「見守りちゃん」に気付くと室内へ引き返して行かれた姿を見た時は、スタッフから歓声が上がりました。

次に清潔についてです。入浴介助は病院で当たり前に行っていたため、当初はホテルでも行っていました。実際私も行っていました。



スタッフ力作!
「見守りちゃん」

が、途中から入浴介助は行わないと決まりました。最初は「なぜ?」「清潔ケアは必要なのに」と感じたスタッフは私だけではなかったはずですが、しかし理由をきいて納得しました。それは、利用者さん、看護師双方の安全を守るためということでした。病院と違い狭い浴室、段差があり手すりがない環境では転倒リスクが高まります。そして、長時間利用者さんと密室にいることにより暴露の危険性が上がるからです。清潔保持も必要ですが、今この状況では安全を優先しなければと感じました。

派遣が決定してから出発までが1週間程度しかなかったこともあり、勢いのまま出発したというのが本当のところでした。流れに身を任せたものの、心がついていかず、知らない土地での慣れない業務に対し不安と心配でいっぱいでした。そんな状況で「痩せるかも」と淡い期待を抱いていましたが、いざ行ってみると全国の仲間との生活は思いのほか楽しく、当初の期待は儂く消え去りました。

大阪での1か月半、長いようであっという間でした。違う病院の様子を聞いたり、看護について語りあうことはとても良い刺激となり、今後へのモチベーションにも繋がりました。

最後になりますが、このような貴重な経験をさせていただいたこと、脱水傾向の私に大量のお茶と高級梅干しを差し入れてくださった幹部の方々に心から感謝いたします。本当にありがとうございました。



宿泊療養施設の
入所者用個室

各診療科紹介……



泌尿器科

診療部長 磯山 忠広

泌尿器科は、小生(平成5年卒)と西川結梨医師(平成28年卒)の2名体制で診療を行っております。泌尿器科は、排尿・生殖・内分泌に関わる臓器である腎臓、副腎、尿管、膀胱、前立腺、尿道、精巣に発生する良性および悪性疾患を診断・治療する診療科です。尿路結石症(腎結石、尿管結石、膀胱結石)、排尿障害(前立腺肥大症、過活動膀胱、尿失禁など)、尿路感染症(腎盂腎炎、膀胱炎、前立腺炎、精巣上体炎など)、泌尿器悪性腫瘍(腎臓がん、腎盂尿管がん、膀胱がん、前立腺がん、精巣がん)に対する診療を行っています。

近年の医療技術の進歩は目覚ましく、手術に関して言えば、患者さんへの侵襲を出来るだけ少なくして臓器の機能を温存する方向に進んでいます。泌尿器科においても、従来はお腹にメスを入れて手術していたのが、20年前頃からお腹に細い管を数本差し込み、炭酸ガスを注入してお腹を膨らませ、内視鏡で観察しながら鉗子进行操作する腹腔鏡手術が主流となり、これまで当院でも多くの患者さんに腹腔鏡手術を実施してまいりました。しかし、10年前頃より腹腔鏡手術の進化形とも言える手術用ロボットを用いるロボット支援手術(ロボット手術)が登場し、2022年4月よりこれまでの腹腔鏡手術がほぼ全てロボット手術で行えるようになりました(保険診療です)。このロボット手術は鳥取県西部地区では鳥取大学病院でのみ実施可能で、対象の患者さんは鳥取大学病院へ紹介させていただいています。

このような背景からわれわれ米子医療センターでは主として尿路結石症の手術や前立腺肥大症の手術を重点的に行っております。尿路結石に対しては体外衝撃波結石破砕術と専用の細径の内視鏡を用いてレーザー治療装置で結石を破砕、除去する手術が実施可能で、症例に応じて選択しています。また、前立腺肥大症に対する内視鏡手術は、内視鏡下で電気メスを用いて前立腺を削り落とす経尿道的前立腺切除術(TURP)を行っていますが、内視鏡下でレーザーを用いて前立腺を塊のままくり抜く(核出する)ホルミウムレーザー前立腺核出術(HoLEP)が実施可能になりました。

高齢化社会で排尿ケアの重要性はますます高まっており、これまで以上に地域の皆様に最大限貢献できるよう日々取り組んで参りたいと存じます。



身体への負担が少ない

経尿道的前立腺レーザー核出術 (HoLEP ホーレップ)

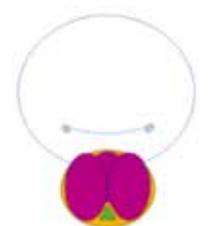
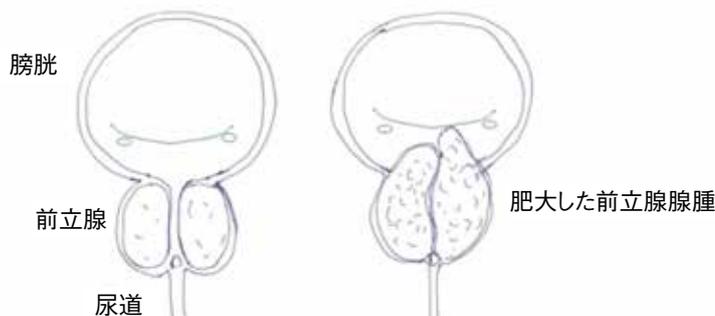
前立腺肥大が進むと、尿が出にくい、排尿に時間がかかるなどの閉塞症状や、排尿回数が多い(頻尿)、尿が我慢できずに漏れるなどの刺激症状が現れます。初期の段階ならばお薬による治療で症状を緩和することが可能ですが、お薬による治療が効かない場合は手術による治療が必要です。

これまで30年以上実施されてきた経尿道的前立腺切除術(TURP)は、内視鏡の先端についた電気メスで前立腺の肥大した腺腫を削る(切開する)手術で、切開と止血を交互に行いながら進めていくため、大きい前立腺では出血量が多くなり輸血を必要とすることもありました。ホルミウムレーザーを用いる経尿道的前立腺レーザー核出術(HoLEP)は、前立腺被膜と肥大した腺腫の境目をレーザーで切開して腺腫をくり抜いて(核出して)膀胱内に落とし、モーセレーターという器械を用いて膀胱内に落とし込んだ腺腫を吸引して取り出す内視鏡手術です。HoLEPは腺腫に切り込むことがないためTURPに比べて出血量が圧倒的に少なく、手術後に尿道から膀胱内に留置するカテーテルという管の留置期間が短いため、入院期間が短縮されました。また、前立腺肥大の再発が極めて少ないことも特徴です。お身体への負担が少なくご高齢の患者さんにもやさしい手術です。



正常な前立腺

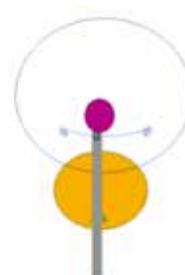
前立腺肥大症



肥大した前立腺腺腫



レーザーで前立腺腺腫を核出



モーセレーターで吸引

看護の日にあたって

副看護師長 周藤 美紀子

5月12日はフローレンス・ナイチンゲールの誕生日です。ナイチンゲールはクリミア戦争で多くの負傷兵の看護を献身的に行い、そして統計に基づく医療衛生改革を行った功績があります。「白衣の天使」「近代看護教育の母」「クリミアの天使」と呼ばれることもあり、近代看護の基礎を築いたことで有名な人物です。そのナイチンゲールの誕生日に合わせ1990年に「看護の日」が定められました。「看護の日」は看護の心の認知・普及のため制定されました。

当院でも5月12日の看護の日にあわせて様々なイベントを催してきました。今年はナイチンゲールを皆さんに紹介すること、各病棟が大切にしている看護や病棟の特徴を紹介することを目的にポスターを作成し看護週間の間に掲示しました。また、入院患者さんへ受け持ち看護師が一人一人を思い浮かべながら書いたメッセージカードを作成し、お渡ししました。ポスターの前で足を止め見てくださる患者さん、メッセージカードを見て「ありがとう」と言ってくださった患者さん、繰り返しメッセージカードを読んでおられる患者さんの姿がありました。コロナ禍の中、ご家族との面会ができない入院生活に少しでも安堵できる時間にできたのではないかと感じました。

今回のイベントを通じて、人と人とのつながりの大切さを改めて感じることができました。そして、入院中の患者さんに看護への関心を高めていただくよい機会となったと思います。



認定看護師の活動

認定看護師って？



緩和ケア認定看護師
山崎 美沙

看護師として5年以上の実践経験を持ち、日本看護協会が定める600時間以上の認定看護師教育を修め、認定看護師認定審査に合格することで取得できる資格。患者さんやご家族によりよい看護を提供できるよう、認定看護分野ごとの専門性を発揮しながら認定看護師の3つの役割「実践・指導・相談」を果たして、看護の質の向上に努めています。

私が緩和ケア認定看護師の資格を取得したのは13年前でした。きっかけは、取り切れない身体的な痛みや、不安に襲われ涙を流すがん患者さんと家族に対して無力な自分に不甲斐なさを感じ、自信を持って患者さんご家族に向き合っていくためには、緩和ケアの知識を向上させる必要があると考え取得に至りました。

現在外来で勤務し、患者さんとそのご家族への継続看護にあたる傍ら、緩和ケアチームの一員として病院内で横断的に活動し、医師、薬剤師、臨床心理士と共に病院内の緩和ケアが必要な患者さんのケアに当たっています。また、依頼があった患者さんのもとへ赴き、その時の身体的な苦痛、精神的な苦痛、社会的な苦痛、スピリチュアルな苦痛についてお話を伺い、患者さんの気持ちに寄り添うことに努めています。時にはリラクゼーションを目的にアロママッサージを行い、患者さんからは「気持ちいい」「痛みも安らぐようだ」という声が聞かれます。何も話さなくてもアロママッサージは心と身体の安寧に繋がると実感しています。

また、緩和ケアはがんと診断された時から必要とされています。私たちががん関連の認定看護師はがんと診断され、告知を受ける診察に立ち合い、説明内容が理解出来ているか、不安なことはないか、患者さんご家族を取り巻く環境や今後の治療方針に心配なことはないかなどの面談を行っています。がんと診断された時には衝撃が強く「頭が真っ白になった」「何を聞いていいのかも分からない」ということが多々あります。面談時に一つ一つ気がかりなどを聞いていくと、「そうして聞いてもらうと助かるわ」と少しずつ整理することが出来ます。また、涙を流される患者さんご家族に寄り添うことで「あの時一緒にいてくれて安心しました」と言われることもあります。このように認定看護師は、衝撃の強い患者さんご家族のそばに寄り添うことが大切なケアで重要な役割であると思っています。

緩和ケア認定看護師になって13年になりますが、まだまだあれでよかったのか、もっと出来たことはなかったのだろうかと思慮することがあります。終生勉強に励み、これからも患者さんご家族へ寄り添える看護師でありたいと思っています。



◀ 面談室の様子

「告知を受けた直後の患者さんにこれからのことを説明する面談の時、患者さんの気持ちに寄り添うことを第一とすることを心がけています。やはりショックは大きいと思われるし、頭が真っ白になると言われることも十分にわかっていますので、時間をかけてゆっくり丁寧に説明していきます」

医療安全に関する 取り組み



医療安全管理係長 後藤 践子

昨年度は医療安全推進のため、職員を対象とした研修、患者誤認防止、転倒転落防止について取り組みました。患者誤認防止、転倒転落防止については、医療安全推進部会のメンバーと一緒に実施しました。

患者誤認防止については、各部署で患者さん、職員を対象とした2種類のポスターを作成して掲示しました。ポスターは様々なデザインで作成され、推進部会メンバーの個性を感じる出来栄でした。患者誤認防止においては、患者さんに名乗って頂くことをお願いしています。入院中、外来受診時は何度も名前を確認させて頂く場面があり、「またか…」と思う方もいらっしゃると思います。患者誤認防止のため、ご協力をお願いしています。

転倒転落防止については、転倒リスクのある方、転倒があった方の病室環境の確認を推進部会メンバーと一緒に行いました。転倒発生後の病室は安全な環境に調整されているのか、実際の環境を確認するため病室訪問を行いました。リハビリテーション科・薬剤部・栄養管理室の推進部会メンバーと一緒に病室を訪問することで、看護師だけでは気付かなかったことについて意見交換を行うことができました。昨年度は外来を受診された方が転倒して骨折する事例が6件ありました。注意喚起のためのポスターを外来部門で作成し、掲示しました。また、病院職員の協力を得て、外来受診された方の状態を確認して転倒防止に努めています。

今年度も引き続き、患者誤認防止、転倒転落防止について取り組み、安全な医療が提供できるように努めて参ります。皆様のご協力をお願いいたします。

患者様へのお願い

患者さん間違い防止のために

- ・お名前と生年月日をおたずねします
- ・受付票の提示をしていただきます

ご協力をよろしく申し上げます

医療安全推進部会 外来 2021年6月



患者さんにお申しします



配膳の時

ご本人確認の際は
苗字と名前の両方をお伝えください

採血の時

点滴や
お薬を
お配りする時

米子 太郎です

患者さんの確認です
お名前を教えてください

医療安全推進部会 6階病棟
2021.6月



新採用者職員研修

庶務班長 葛馬 祐子



4月1日(金)・4日(月)の2日間、34名の新採用・転入職員を対象に研修を実施いたしました。例年は2日半かけて実施するところ、新型コロナウイルス感染予防のため日程を短縮しての実施となりました。また、2日目の研修終了後に互助会主催による歓迎会を実施するところですが、同じ理由により中止となり、楽しみにされていた皆様にお詫び申し上げます。

研修の内容については、まず久留院長による当院の基本理念・将来構想で始まり、南崎副院長による診療体制、横山事務部長による機構の概要の講義で全体像をつかんでいただいた後、各部署・部門から延べ18本の講義を受けていただきました。

日程短縮の影響を受けてロールプレイングが中止されるなど座学のための2日間となり、受講者の方には退屈な面もあったかと思いますが、今回の講義が少しでも今後の業務に役立てば嬉しく思います。講師の方も3月・4月の慌ただしい中にお時間をいただき、ありがとうございました。





診療報酬改定について

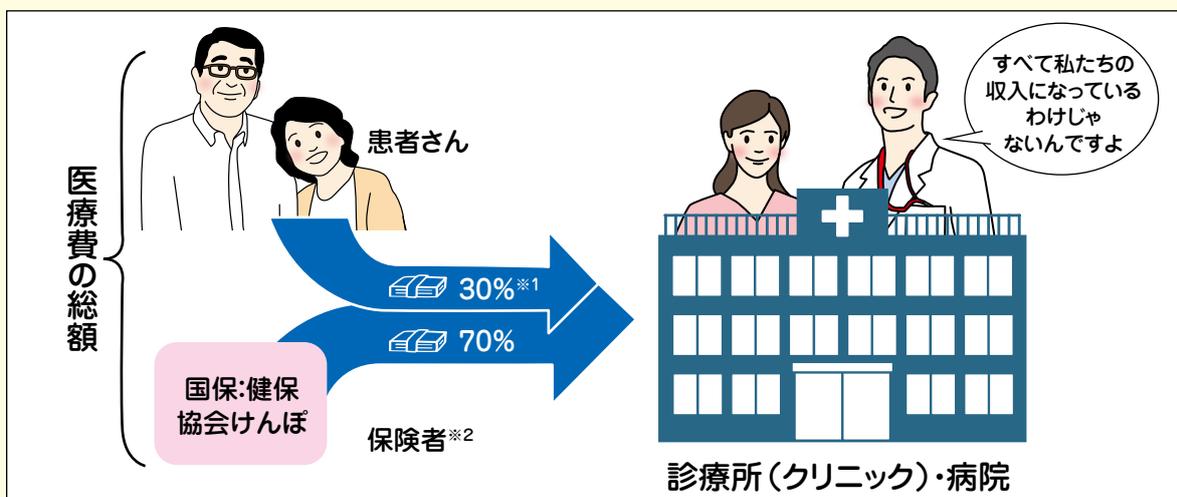
経営企画室 藤井伸夫

診療報酬とは患者さんが保険証を提示して医師などから受ける医療行為に対して、保険制度から支払われる料金のことです。基本的には患者さん本人が3割、保険者が7割の費用を負担します。診療報酬があることで、経済的な負担が軽減され、安心して医療機関を利用することが出来ます。この診療報酬は、時代によって変動する社会や経済状況に応じるため、2年毎に改定されます。

2022年度は診療報酬改定の年度であり、「新型コロナウイルス感染症等にも対応できる効率的・効果的で質の高い医療提供体制の構築」「安心・安全で質の高い医療の実現のための医師等の働き方改革等の推進」「患者・国民にとって身近であって、安心・安全で質の高い医療の実現」「効率化・適正化を通じた制度の安定性・持続可能性の向上」をテーマに基本方針が決定されました。なかでも、「新型コロナウイルス感染症等にも対応できる効率的・効果的で質の高い医療提供体制の構築」「安心・安全で質の高い医療の実現のための医師等の働き方改革等の推進」を重点にした改定となりました。

このたびの改定のポイントは、基本方針に新型コロナウイルス感染症等の「新興感染症対策」が追加され、新興感染症等にも対応できる医療提供体制の構築など医療を取り巻く課題への対応が重要視されています。今般の感染状況により、当面、継続的な対応が見込まれる新型コロナウイルス感染症への対応、および医療計画の見直しも念頭に新興感染症等に対応できる医療提供体制の構築に向けた取組が求められています。

次に安心・安全で質の高い医療の実現のための医師等の働き方改革等の推進について重点課題とされました。医療機関内における労務管理や労働環境の改善のためのマネジメントシステムの実践の推進、各医療職種がそれぞれの高い専門性を十分に発揮するための勤務環境の改善、タスクシェアリング・タスクシフティング・チーム医療の推進に取り組むこととされ、業務の効率化やICTの活用、長時間労働などの厳しい勤務環境の改善に向けての取組を評価する改定となりました。



※1 小学生未満・70～75歳は負担2割、75歳以上(一般的な所得者)は1割
※2 保険者が負担する医療費の一部は公費(税金)から支出されています

その他にも、患者さんにとって安心・安全に医療を受けられるための体制の評価や医薬品の安定供給の確保、医療におけるICTの利活用・デジタル化、さらには後発医薬品やバイオ後続品の使用促進など社会保障制度の安定性・持続可能性の確保、経済・財政との調和が求められることとなりました。

次にお伝えしたいことは、改定率のことです。

新聞などで取り上げられていますが、今回の改定率は、全体の改定率は0.94%引き下げとなり、そのうち技術料に当たる本体部分を0.43%引き上げることとなりました。なお、本体部分の引き上げ率のうち看護の処遇改善のための特例的に対応 0.20%引き上げ、リフィル処方箋（反復利用できる処方箋）の導入・活用促進による効率化 0.10%引き下げ、不妊治療の保険適用のための特例的に対応0.20%引き上げ、小児の感染防止対策に係る加算措置（医科分）の期限到来 0.10%引き下げを含みます。

また、薬価等は全体で1.37%引き下げとなり、それぞれ薬価を1.35%（不妊治療の保険適用のための特例的に対応を0.09%引き上げ含む）、医療材料価格を0.02%引き下げとなりました。過去の改定の状況が下の図です。

※2022年度 診療報酬改定率（内訳）



※過去の改定率推移（内訳）

年度 内訳	2004 (H16)	2006 (H18)	2008 (H20)	2010 (H22)	2012 (H24)	2014 (H26)	2016 (H28)	2018 (H30)	2019 (R元)	2020 (R2)
診療報酬本体 改定率(A)	±0.00%	▲1.36%	0.38%	1.55%	1.379%	0.73% (+0.63%)	0.49%	0.55%	0.41% (+0.41%)	0.55%
薬価等 改定率(B)	▲1.00%	▲1.80%	▲1.20%	▲1.36%	▲1.375%	▲0.63% (+0.73%)	▲1.33%	▲1.45%	▲0.48% (+0.47%)	▲1.01%
全体改定率 (A+B)	▲1.00%	▲3.16%	▲0.82%	0.19%	0.004%	0.10% (+1.36%)	▲0.84%	▲0.90%	▲0.07% (+0.88%)	▲0.46%

※2014年度と2019年度の()内は、消費税対応分

このように時代によって変動する社会や経済状況に応じるため、2年毎に診療報酬が改定されますが、質の高い医療を提供するために「地域の命を支える」を理念に、新たな制度に対応すべく院内において説明会（勉強会）を開催し、日々研鑽に努めております。

診療や制度等、お困りの際はお気軽に医事窓口にご相談ください。

栄養管理室の掲示板

栄養管理室 管理栄養士
谷本 夏実



体に必要不可欠!
たんぱく質と野菜をバランスよく食べよう!

レシピ提供・文責:松江栄養調理製菓専門学校実習生

◇ねぎ塩蒸し鶏

今回のレシピでメインに使用した鶏肉には、たんぱく質を構成する「必須アミノ酸」がバランスよく含まれています。必須アミノ酸とは体内で合成できない9種類のアミノ酸のことで、食事から摂取しなければなりません。これらが不足すると食欲を低下させたり筋力の低下を起したりと、栄養不良の悪循環を引き起こします。普段の食事から不足がないように取り入れていきましょう。

その他の食材で、夏キャベツの内側の部分は引き締まって硬さがありますが葉は軟らかい性質があります。固い部分をよく噛んで食べることで満腹中枢が刺激され、食事の満足感を得やすくなります。また口の健康・体の健康を維持する上でも、よく噛んで食べることはとても効果的です。それぞれ違う食感を楽しみ噛むことを意識して食べましょう。



【栄養成分(1人分当たり)】

エネルギー	177kcal
たんぱく質	12.5g
脂質	13.5g
炭水化物	2.3g
塩分	0.9g

【材料(1人分)】

鶏もも肉(皮付き)	70g
キャベツ	25g
白ネギ	10g
A 料理酒	5g
食塩	0.7g
おろししょうが	0.5g



作り方

- ①白ネギは斜めの薄切りにする。キャベツは1cm幅に切る
- ②①を耐熱容器に盛る。
- ③Aの調味料をボウルに混ぜ合わせ、鶏肉を入れ5分間漬ける。
- ④③の鶏肉を一口大に切り、②のキャベツの上に盛る。
- ⑤ラップをふんわりかけて、600Wのレンジで2分30秒加熱する。
※鶏肉の中まで火が通っていない場合、30秒ずつ追加で加熱する。



防災訓練を終えて



56回生(1年生)
中澤 飛七

看護学校に入学して初めて防災訓練を行いました。すでに学校で習っていたこともありましたが、今回初めて学んだことや知識もありました。例えば、火事の際はハンカチなどで口を覆うことは知っていましたが、それは煙を吸い込まないようにすることと、気道の熱傷を防ぐためであることは新しい知識でした。また、消火器、消火栓の使い方を実際に行ったり、使用しているところを見るのは初めてであり、とても勉強になりました。消火器は、火が天井に達するまでの間に使い、天井に火が達していたら逃げること、自分だけではなく周りの人も逃げられるようにすることなど、適切な知識を身につけ、いざという時に活かしたいと思います。

そして、今回の訓練は今までとは違い、看護学生という立場になり、守られる側だけでなく、守る側の意識をもって訓練に取り組みました。先生方の指示や報告をしている姿や誘

導をしている姿を見て、自分が将来看護師になった時の行動をイメージすることができました。いつもとは違う緊張感のある雰囲気です。実際に火事が起きていることを想定して行動されている姿を頭にしっかり残しておきたいと思います。今回は、火事が給湯室で起きたという想定でしたが、実際はいつ何が起きるかわからないということをきちんと考えて行動したいと思います。

最後に、火事や地震、津波や洪水など、色々な災害が起きますが、今何が起きたか、どう行動すべきかを適切に判断できる人間でありたいと思います。これから看護師になると自分の命よりも患者さんを第一に考えるようになり、今までと違う判断や行動が求められます。今回の防災訓練の経験を活かして、自分の行動に責任を持ち、いざという時に適切な判断をして対応できるようにしたいと思います。





保存版

外来診療担当表

令和4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
総合内科			角 啓佑		久留 一郎	角 啓佑	
呼吸器内科		富田 桂公	富田 桂公	唐下 泰一	池内 智行	唐下 泰一	
	専門外来		鳥大医師				
消化器内科		香田 正晴	原田 賢一	河原 史歩	香田 正晴	河原 史歩	
		大山 賢治		大山 賢治		原田 賢一	
血液腫瘍内科		足立 康二	足立 康二	足立 康二		足立 康二	完全予約制
	専門外来		前垣 雅哉	但馬史人[第2・第4]		河村 浩二	[診療時間] 13時~14時(予約制)
循環器内科			福木 昌治	福木 昌治		福木 昌治	
	専門外来	福木 昌治			久留 一郎		[診療時間](月曜日): ペースメーカー外来 13時30分~予約制 [診療時間](木曜日): 高血圧・高尿酸血症外来 午前中
糖尿病・代謝内科		石井有李子	石井有李子	角 啓佑	石井有李子	伊藤 祐一	初診は紹介のみ
緩和ケア内科		八杉 晶子	八杉 晶子	八杉 晶子	八杉 晶子	八杉 晶子	※新患は要予約
腎臓内科		山本真理絵	眞野 勉		眞野 勉		
神経内科						守安正太郎	初診は紹介のみ
健診		須田多香子	須田多香子	須田多香子	須田多香子	久留 一郎	事前予約のみ ※乳がん・子宮がん検診を除く
小児科	午前	原田 愛	佐々木佳裕 岡田 晋一	岡田 晋一	原田 愛	佐々木佳裕	[診療時間] 8時30分~
	午後	佐々木佳裕	原田 愛	交替医[急患のみ]	佐々木佳裕	岡田 晋一	[診療時間] 15時~17時
	専門外来	岡田 晋一 [小児腎]	佐々木佳裕 [アレルギー] 岡田 晋一 [小児腎]	交替医 [乳児健診] [予防接種]	検 査	林原 博 [アレルギー]	[診療時間] 午後~ ※詳細な時間は お問い合わせください
消化器・一般外科		奈賀 卓司	菅澤 健	岸野 幹也	谷口健次郎	山本 修	
	専門外来			ストーマ			第1.3週のみ 予約制 [診療時間] 13時~16時
胸部・乳腺外科		万木 洋平	万木 洋平	万木 洋平	細谷 恵子	万木 洋平	
	専門外来	リンパ浮腫		リンパ浮腫		フットケア	予約制 ※リンパ浮腫は 月・水曜日の午前中のみ
整形外科		南崎 剛	遠藤 宏治	大槻 亮二	南崎 剛	池田 大樹	
		遠藤 宏治	林原 雅子	池田 大樹	大槻 亮二	林原 雅子	
	専門外来 専門外来	南崎 剛	遠藤 宏治 林原 雅子		南崎 剛 大槻 亮二	林原 雅子	骨軟部腫瘍 火曜:関節リウマチ外来 木曜:関節外科外来 金曜:手の外科外来
泌尿器科		西川 結梨		磯山 忠広	磯山 忠広	西川 結梨	
		磯山 忠広		西川 結梨	松川 敦紀	磯山 忠広	
放射線科		杉原 修司	杉原 修司	杉原 修司	杉原 修司	杉原 修司	
	専門外来		吉田 賢史	坂口 弘美			放射線治療(完全予約制)
歯科口腔外科			吉田 優	吉田 優	吉田 優	小谷 勇	※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			馬場 高志				
婦人科		交替医				交替医	7月~12月のみ月・金

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による紹介状の送信先