

いきいきと地域に根ざす看護をめざして

このたび、公立みつぎ総合病院副院長兼看護部長を拝命いたしました。当院は、急性期医療、疾病の予防と治療、リハビリテーション、保健福祉総合施設、在宅ケア、さらに福祉サービスを含む地域包括医療、ケアを提供しています。当院の基本理念である「地域包括ケアの実践と地域包括ケアシステムの構築及び住民のための病院づくり」に基づき「全人的看護の実践」を看護理念としています。「①看護の専門性を高め、患者中心の質の高い看護を実践します。②人間としての生命の尊厳と権利を尊重し、信頼される心のもった看護を提供します。③常に地域住民との連携を密にし、ニーズに応じた継続看護を提供します。」を基本方針とし心豊かな感性をもち、良質な看護を提供することで地域住民の方々に親しまれ、信頼されるよう日々努力しています。

今年度新しく16名の看護・介護職員を仲間を迎えスタートしております。新人教育、看護部教育を充実させ、医療安全の推進、看護の質の向上、患者満足度の向上に努めています。

私たち看護職は、患者さまの最も身近な存在として医師をはじめとする多職種との連携を図り、チーム医療に取り組み患者さまやご家族の支えになりたいと思います。患者さまを見る一人ひとりの看護職員が看護の誇りをもち自己研鑽を行い、いきいきと地域に根づく看護を提供したいと思います。今後も、やさしさと思いやりの心で地域住民との連携を密にし、患者さま中心の信頼される看護の提供に努めてまいります。皆さま方のご指導ご支援をよろしくお願いいたします。



副院長兼看護部長
島 本 寿 江



◆関節リウマチとは？

報告にもよりますが日本での関節リウマチの患者さんは60～100万人(日本の人口の0.6～1.0%)といわれています。関節が腫れる、痛くなる、関節が変形する病気というイメージがあるかもしれませんが、関節リウマチの腫れや痛みは、免疫力が自分の体を攻撃することで生じます。免疫力とは例えば細菌やウイルスといった外敵から自分の体を守る働きのことです。

関節の痛みや変形で日常生活が制限されるため、社会生活に支障をきたします。病気が進行すると関節の変形を生じますが、最近は治療が進歩し、しっかりと関節リウマチの勢いを抑えることで関節の変形を抑えることができると考えられています。特に関節リウマチ発症早期に関節破壊は進行すると考えられており、発症から2～3年の時期にしっかりと病勢を抑える必要があります。

◆関節リウマチの症状は？

関節の腫れ、関節痛、朝のこわばり（動かしにくさ）、関節の変形等がみられます。左右対称に生じて、手足の指に関節の症状がみられることが多いですが、手首、肘、肩、膝、足首等にもみられることがあります。その他、体のだるさや発熱がみられることがあります。

◆関節リウマチの検査は？

関節が腫れているか、症状の期間に加え、血液検査でCRP、血沈、リウマトイド因子(RF)や抗CCP抗体、症状のある関節や病変の出やすい手足のX線写真を撮影します。さらにその他関節リウマチの症状に似た病気の検査をします。そのため、血液検査、尿検査、X線写真を行うことが多いです。その他MRIや関節超音波検査(エコー)を行うことがあります。

当院での健診でも測定されているRFは関節リウマチの8割の患者さんで陽性になる一方で、65歳以上の方だと関節リウマチでなくても2～3割は陽性になるといわれています。RFが陽性だから必ずしも関節リウマチという訳ではありません。RFや抗CCP抗体陽性の場合で、関節の痛みや腫れがある場合は、一度受診した方がよいと考えます。心配であれば、受診もしくはかかりつけの先生へ相談してみてください。

◆関節リウマチの治療は？

薬物療法、手術療法、リハビリテーションがあります。手術療法は関節の増殖した滑膜を切除したり、壊れた関節を人工関節にしたりする手術などがあります。リハビリテーションは運動療法や温熱療法があります。

治療の中心となる薬物療法は下記のような薬剤が主に使用されています。メトトレキサート(リウマトレックス®)を使用可能な場合は使用します。それでも効果

No.45

関節リウマチとは？



内科医師

山本 翔太郎

不十分の場合は副作用を確認しながら薬を増量したり、他の薬を組み合わせたりする治療を行います。メトトレキサートを使用できない方もいるので、そのような場合は他の薬を使用します。今は飲み薬だけでなく、注射の薬もあり、これらを用いて治療を行っていくようになり、関節リウマチを“寛解”状態(=症状も炎症反応もほとんどない状態)にすることが目標になります。

薬剤費は表1のように高額になりやすいです。社会的なサービスとして、高額療養費制度、高額療養費貸付制度、傷病手当金、介護保険制度(40歳以上)、医療費控除、障害者福祉制度などあります。詳しくは地域包括ケア連携室にお尋ねください。

表1 薬剤費の自己負担額

	リウマトレックス®	アザルフィジンEN®	リマチル®	ケアラム®	ゼルヤンツ®	オルミエント®
標準量	6mg/週	1000mg/日	100mg/日	50mg/日	10mg/日	4mg/日
薬価(円)	695.4	111	56.8	309.6	5,223	5,223
8週間あたりの負担額(薬剤費)						
3割負担(円)	1,669	1,865	954	5,201	87,746	87,746
1割負担(円)	556	622	318	1,734	29,249	29,249

	レミケード®	エンブレル®	ヒュミラ®	シンボニー®	シムジア®
投与方法	点滴	皮下	皮下	皮下	皮下
投与間隔	1回/8週	1-2回/週	1回/2週	1回/4週	1回/2週
標準投与量	3-10mg/kg/8週	50mg/週	40mg/2週	50-100mg/4週	200mg/2週
1V(1キット)あたり	100mg	25mg	40mg	50mg	200mg
薬価(円)	80,426	15,944	62,596	121,527	61,202
8週間あたりの負担額(薬剤費)					
(薬剤費の計算の基準)	投与量:3mg/kg、体重:60kg、投与間隔:8週毎			投与量:50mg	
3割負担(円)	48,256	76,531	75,115	72,916	73,442
1割負担(円)	16,085	25,510	25,038	24,305	24,481

	オレンシア®			アクテムラ®			ケブザラ®	
投与方法	点滴		皮下	点滴		皮下	皮下	
投与間隔	1回/4週		1回/週	1回/4週		1回/2週	1回/2週	
標準投与量	500-1000mg/4週(体重によって)		125mg/週	8mg/kg/4週		162mg/2週	150-200mg/2週	
1V(1キット)あたり	250mg		125mg	80mg	200mg	400mg	162mg	150mg 200mg
薬価(円)	54,995		28,233	18,592	45,807	90,611	39,143	44,945 59,509
8週間あたりの負担額(薬剤費)								
(薬剤費の計算の基準)	体重:60kg未満	体重:60-100kg未満	体重:100kg以上	体重:60kg				
3割負担(円)	65,994	98,991	131,988	67,759	65,522		46,972	53,934 71,411
1割負担(円)	21,998	32,997	43,996	22,586	21,841		15,657	17,978 23,804

2019/8/21 現在 薬剤費の他に再診料等加わります。

みつぎの苑
デイケア

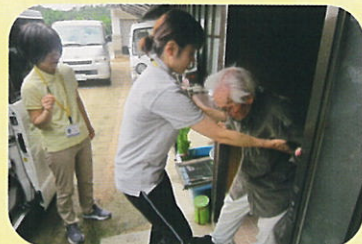
いきいきとした在宅生活の継続を支援します

通所リハビリテーション(通称デイケア)は、在宅生活が継続できることを目的として、リハビリを中心に、入浴やお食事、レクリエーション行事等にご参加いただく日帰りのサービスを提供しています。

デイケアでのリハビリはパワーリハビリ(機器を使った筋力アップトレーニング)、関節運動、歩行練習、また福祉用具の選択や在宅環境の見直し(手すり設置等)等、多岐にわたります。その他のプログラムも「楽しく身体を動かす」レクリエーションだけでなく、個別に掃除、洗濯等の家事面や車の乗降動作等、生活全般に着目した内容をプログラムに加えることがあります。また、保健福祉総合施設の他のサービスをご利用の方々や、地域のボランティアとも楽しく交流ができる風船バレーボール大会や夏祭り等の行事があります。



これからもデイケアは、リハビリやレクリエーション等を通じて利用者さまがいきいきと末永く在宅生活の継続ができるよう、スタッフ一同、利用者さまと共に歩みながら支援していきます。



ケアハウス

ケアハウスに集いて

朝霧にすっぽり覆われた保健福祉総合施設から見える山々。夜が明けるにつれて徐々に霧も晴れ、ケアハウスは幻想的な朝を迎えます。ウグイスやコオロギの競演を聞きながら一日の始まりです。

春、眼下に満開を迎えた桜を眺めながらのぜいたくなひとときです。夏、南風が涼しさを運んでくれますが、やはり暑いです。秋、彩り豊かに移りゆく里山。冬、高台に位置するので、まっ白な雪景色に出会える刻もあります。

先日は、ケアハウスの畑で採れた数々の夏野菜を使っの『てんぷらパーティー』。コック長は、野菜を丹精込めて作って下さった80歳を迎えたばかりの若き高齢者。料理の手さばきは見事なもの。参加者も赤いエプロンを着けて、出来上がりを今か今かとじっと待っています。



熱々のてんぷらをいただき、そのおいしさの格別なこと。目の前で揚げたてのてんぷらを食べるなんて何とぜいたくなことか、とてもおいしかったです。『カラオケ大会』。「上手でなくてもいい。自分の好きな歌を元気よく歌う」がモットー。

最後は、みんなで「青い山脈」の大合唱。その他、脳トレ・パッチワーク・シルバーリハビリ体操などを通して日々の生活にうるおいを与えています。ケアハウスに入居して良かったと思えるような人間関係を大切に、行事に進んで参加し楽しい人生を過ごしていきたいです。(文責 堂垣内)



特養
ふれあい

納涼祭と家族交流会

特養「ふれあい」では、7月27日(土)に毎年恒例の納涼祭と家族交流会を開催しました。納涼祭では地域のボランティアによるハンドベルの演奏、紙芝居など趣向をこらした演目で楽しませていただきました。また、ボランティアとして参加した御調高等学校の生徒と交流されました。孫のような年頃の高校生に声をかけられた利用者さまは「何処から来たんかね?」と嬉しそうに話しておられました。演目の最後には、「ふるさと」を全員で合唱し本当に心温まる会となりました。

その後開催された家族交流会には、42名のご家族が参加してくださいました。まずは、スライドにて日常生活の様子やレクリエーション、趣味活動などの場面を見ていただいた後、ご家族と職員で意見交換を行い、いろいろなご意見をいただきました。利用者さま、ご家族の思いに添ったより良い生活の場を提供できるよう、今後にしっかり活かしていこうと思います。



病院ボランティア募集

あなたの“ボランティアの心”を生かしませんか?

公立みつぎ総合病院では病院ボランティアを募集しています。
主な活動は次の内容です。

外来での
受診の案内

お花の世話

その他



いつでも、1日でも、
1回でも、何でも
興味のある方は
ぜひお問い合わせください。



【問い合わせ先】 公立みつぎ総合病院 代表 TEL:0848-76-1111 (看護部長室まで)

令和元年度尾道市御調地区保健福祉大学

取扱説明書

「“不安なココロ”のトリセツ」

不安なとき、つらいとき、
自分の心の扱い方を知っていますか？
不安とうまく付き合い、
解消する方法を身につけましょう。



日 時：令和元年11月15日（金）
13：30～15：00

場 所：公立みつぎ総合病院 5階講義室

講 師：NPO メンタル・レスキュー協会理事長
下園 壮太 先生



令和元年 防災訓練 (前期)



6月18日病院で、昼間の地震及び建物火災を想定とした防災訓練が行われました。
災害現場での救助や、火災の初期消火など実戦さながらの訓練を行いました。



職員紹介

公立みつぎ総合病院に入職して6年目を迎えました。温暖な気候と緑に囲まれた環境で多くの人に支えられ、ひとつひとつが宝物となるような日々があつという間に過ぎ去り、時間の流れが早く感じます。



臨床心理士
樋口 篤志

様々な患者さまとの出会いの中で、これまでの人生を振り返って大切にしてきたことや生きている意味やその喜びをお伺いする機会がありました。

今年度から公認心理師制度が動き始めたため、精神的苦痛の緩和やこころのケアに貢献できるよう、より一層精進していきたいと思います。よろしくお願いします。



公立みつぎ総合病院に入職し2年目を迎えます。現在は、回復期リハビリテーション病棟に勤務しています。



理学療法士
鉾 裕太

1年間回復期病棟で働くなかで様々な患者さまのリハビリテーションをさせていただきました。日々の業務では分からないことも多くありますが、そのたびに先輩方に学ばせていただいています。

患者さまは「家に帰るため」など、それぞれ目標を持ちリハビリを頑張られています。その目標に関わらせていただくものとして、患者さまに寄り添える理学療法士になれるよう、今後も笑顔で頑張っていきたいと思います。

よろしくお願いいたします。

みつぎの苑一般棟に3年間介護員として働き、現在は介護福祉士の資格を取得し、心機一転新たな気持ちで勤務しています。



介護福祉士
桑木 優輔

私は、利用者さまにとって安全で安楽なケアを行い、安心して生活していただくことを目標に、日々、利用者さまの思いに寄り添いながら、更なる技術の向上をめざしています。

また、今年度は夏祭りのリーダーを任せられ、職員から必要とされることを実感しつつ、期待に応えられるよう準備をしました。夏祭りは残念ながら、中止となりましたが貴重な経験となりました。

今後も、利用者さまや職員の力になれるよう努めてまいります。いろいろとご迷惑をおかけすることがあると思いますが、ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いします。

公立みつぎ総合病院に勤務して、4年目になります。これまで患者さまと関わらせていただく中で、多くの事を学び、経験させていただきました。今でも日々勉強の毎日です。



看護師
笹井 妃咲

昨年娘が誕生し、今年7月より職場復帰致しました。多忙な毎日ではありますが、スタッフの皆さんの支えや患者さまの笑顔に元気をもらい頑張っています。

今後もやさしさと思いやりの心を忘れず、患者さま中心の看護を実践していきたいと思います。よろしくお願いします。



尾道市民のみなさまへ

レディース検診のお知らせ

(乳・子宮頸がん検診)

日 時／令和元年12月18日(水)

受付 9:00~11:00

場 所／御調保健福祉センター

申込期限／11月6日(水)

託児あり

(要申込)



検診項目	対象者 ※令和2年3月31日時点の年齢	自己負担金	
		69歳以下	70歳以上
乳がん (マンモグラフィ)	40歳以上で 偶数年齢の女性	500円	300円
子宮頸がん	20歳以上で 偶数年齢の女性	500円	200円

【申込・問い合わせ先】 御調保健福祉センター TEL:0848-76-2235



元気はつらつ!! 健康づくりセミナー



1月27日(月)

13:30 ~ 15:30

*申込み締切
1月20日(月)

始めよう からだ革命!

~血管若返り大作戦「血圧編」~

講師：公立みつぎ総合病院院長
健康運動指導士

沖田光昭
坂本 誠

◆内 容／講義・運動実技

◆定 員／15人(先着順)

◆対 象／概ね74歳までの尾道市民

◆場 所／みつぎいきいきセンター

【申込・問い合わせ先】 御調保健福祉センター TEL:0848-76-2235

第8回 公立みつぎ総合病院 高校生医療体験セミナー

10月26日(土)10:00～15:00

たくさんの
企画を用意
しています

医療機関を進路に考えている
高校生を対象とした
体験セミナーを行います。



みつぎ手話サークル「ひよこ」

代表者 清川 英子

2019年5月1日、元号が「令和」に変わりました。万葉集の「梅花の宴」を由来としたものです。手話では手のひらを上に向けた5指を蕾のように丸めて、その蕾が花開くようにして腕を前に押し出すという風に表現します。

先の第35回保健福祉推進大会で、講演者の平井敏弘先生が、「手話通訳も要約筆記も付いている」と目を細められました。「ひよこ」からも通訳を担える人材が育っています。ろうの人と病院に行った時、大きな口形をつくって（大声を出すのではなく）分かりやすく説明して下さる医師がおられるのがとても心強いです（口形も手話の一つなのです）。大会のテーマ ～元気な百歳を目指して～ のとおり、御調町にも長寿の方が増えてきました。それに伴い身体の各器官も老化し、耳が聞こえにくくなる人も増えます。医療従事者も含め手話でも意思疎通が出来る御調町になれば良いと思います。障害の有無に関わらず、皆が平等に幸せを感じられる社会になることを念じて、手話サークル「ひよこ」は活動しています。



●問い合わせ先 尾道市社会福祉協議会御調支所 TEL 0848-76-1231

第35回 尾道市御調地区

健康福祉展

平成から令和 世代を超えてつながる 地域の和

日時 10月26日(土)・27日(日) 9:00~15:00

会場 公立みつぎ総合病院、御調保健福祉センター、みつぎいきいきセンター

26日(土)

■ 開会式 9:30~
8020よい歯の表彰

■ 特別講演 10:30~12:00
「人生100年時代の健幸学」
～あなたも必ず幸せに～
講師 中村 伸一 さん

(福井県おおい町国民健康保険名田庄診療所所長)

【プロフィール】

1963年生まれ。1989年自治医科大学を卒業。1991年国保名田庄診療所所長に赴任し、現在に至る。
2009年NHK「プロフェッショナル仕事の流儀」で地域医療のスペシャリストとして紹介される。「家族に看取られて家で死にたい」という住民の思いをかなえるために村を地域医療の理想郷にしようと奔走する姿はNHKプレミアムドラマ「ドクター」としてドラマ化された。
国保診療施設協議会理事、自治医科大学臨床教授を歴任し現在、日本専門医機構の総合診療専門医検討委員会ワーキンググループの委員として、総合診療の新たな制度設計に関わっている。
著書に『自宅で大往生「ええ人生やった」と言うためにー』、『寄りそ医ーええあう住民と医師の物語』、『サヨナラの準備』がある。



NHK「プロフェッショナル仕事の流儀」出演

■ ふれあい芸能発表 13:30~15:00

■ 屋外
子どもたちや音楽グループによる発表

27日(日)

■ 特別講演 13:30~15:00
「なんとめでたい ご臨終」
講師 小笠原 文雄 さん
(日本在宅ホスピス協会会長
医療法人聖徳会小笠原内科理事長兼院長)

【プロフィール】

1948年岐阜県生まれ。名古屋大学医学部卒業。名古屋大学特任教授。岐阜大学客員教授。1989年に岐阜市内に小笠原内科を開院。以来、在宅看取りを1000人以上、ひとり暮らしの看取りを80人以上経験。がんの在宅看取り95%を実践している。著書に『なんとめでたいご臨終』、共著に『上野千鶴子が聞く 小笠原先生、ひとりで家で死ぬますか？』他、教科書の執筆など多数。
その他『新聞』『テレビ』『ラジオ』『Web』など数多くのメディアで取り上げられている。



日本テレビ
「世界一受けたい授業」出演

■ 屋外
子どもたちや音楽グループによる発表
備後かわち太鼓による演奏

測定・診断
コーナー

相談コーナー

体験コーナー

バザー・軽食
コーナー

スタンプラリー

お問い合わせ先 御調保健福祉センター ☎ 0848-76-2235

ご意見、ご感想をお聞かせください

TEL 0848-77-0955 FAX 0848-77-0956

E-mail: tiiki@mitsugibyoin.com

ホームページは「みつぎ病院」で検索

患者さまならびに地域の皆さまと共に作成したいと考えております。ご要望をお待ちしております。

発行：尾道市立総合医療センター
公立みつぎ総合病院 広報誌編集委員会