

## コロナ禍において

この原稿を書いている8月最終週は、残暑も続いているなか朝晩が涼しく、いや肌寒く感じられることもあり体調管理が難しいなあと感じています。

さて新型コロナウイルス感染症ですが、第6波までは制御できていたが、全国的に感染者が急増し第7波に入って総合施設を含め当院でもクラスターが発生しています。院長を中心として、「とにかく状況を観察し、過去の経験や専門職の知識を総動員して何をすべきか状況判断し、意思決定をして実行する」を繰り返して事態の收拾に努めています。医師・看護師・薬剤師・リハビリスタッフ・管理栄養士・事務職員など多職種で応援体制を組み、病院と総合施設の垣根を越えて職員全員が一丸となって状況改善を図っています。救急外来も休診し患者さまにはご迷惑をおかけしていましたが、状況を見ながら徐々に通常業務を再開しています。

新たな行動制限は発せられていませんが、私は通勤と食材を購入する程度の外出にとどめ自宅をひそめて生活している状況です。先日書籍の紹介欄を目にする機会があり、そこには「自分を大切にすることをやめ、特定の誰かのために何かをすることが大切。生きがいややりがいを無理に求める必要はない、人脈や友だちはなくてもよい。自分が大切にしたい人間関係を決め、その構築や維持に集中するべき。またこの状況を何とかしなければと思うと、自分を追い込んでしまうので、違う視点があると気づくこと。新しい視点が得られれば見える景色がガラッと変わっていく」と書かれていました。思考や感情の波が頭の中で渦巻いている現状を鎮静化するには、日常生活でクールダウンの方法を見つけること、それも単調な運動を繰り返すことだと言われています。幸いかどうか私の住んでいる自宅周囲は田畑や野山に囲まれており、雑草も生き活きと伸びていて、視点を変えれば生命力が感じられるとでも言いましょうか。しかし伸びすぎるとストレスになりますので、熱中症や虫刺されに注意しながら庭の草むしりをしてみようと思っています。

また話題はコロナ感染症にもどりますが、徐々に病院内や総合施設内での感染拡大が収まってきています。しかし、毎日の新規コロナ感染者の報告数や無症状での陽性者が多い中で、今後も環境や状況がたびたび変化し先が見通せないのも事実です。今後も情報を収集し、状況判断して、決定し実行を繰り返すことで地域の皆さまに安全な医療が提供できるよう多職種で協働し尽力してまいります。引き続きご理解ご協力をよろしくお願いいたします。



副看護部長  
角谷 真紀子



シリーズ

# 医療最前線

「ありがとう」という言葉を、  
今日、あなたは口にしましたか？

これは、詩人・長田弘さんの詩「最初の質問」の一節です。

感謝の言葉に限らず、現代に生きる私たちは挨拶することもめっきりと減り、日々希薄な関係を生きているように思います。家族や隣人、ひいては社会に無関心を決め込む私たち。それだけ、きゅうきゅうとして生活に余裕がないということなのでしょうが、これだけ世知辛くなると、社会に居場所を失くし傷ついた人たちは交わりを恐れ、自室や自宅に引き籠もるのも無理からぬことのように思われます。

現代は“こころの時代”とも呼ばれます。がんや心筋梗塞、脳卒中や糖尿病といった四大疾病に、厚生労働省が“精神疾患”を加えて五大疾病としたのは2013年のこと。その患者数の多さと、高い死亡率（自殺率）が原因でした。患者数419万人（2017年）は五大疾病中最多で、年間2万人を超える自殺者のうち9割が何らかの精神疾患にかかっていたというデータもあります。なぜ、これほど“こころ”を病む人が多いのでしょうか？

その理由を、一口に説明することは困難です。それには多くの要因が重なり合っているからです。例えば、医学が進歩して平均寿命が延びていることが挙げられます。長生きをすると、脳の老化によって引き起こされる認知症の患者数も増えます。2025年には、65歳以上の高齢者のうち実に5人に1人、約700万人が認知症になると試算されています。疾患に対する認識が普及したことから、近年子どもや大人で発達障害と診断されるケースも増えています。また、仕事や人間関係などで、私たちの生活に伴うストレスが増大していることも、うつ病や適応障害などの患者数を押し上げています。今や人口の5～10%がうつ病に罹患するとも言われており、大きな社会問題となっています。さらに最近では、コロナ禍に伴う経済的な危機や拡大する格差問題、戦争といった状況から、先行きに不安を感じてパニック障害や不安障害に陥る人も増えています。その他、原因はいまだに不明ながら、概ね人口の1%を占める統合失調症もあります。このように、実に様々な要因が絡み合っており、現在こころを病む人が増えているのです。





## No.54

### ようこそ、精神科



精神科部長  
杉 利秀

先に述べたように、こころの病と一口にいっても、その種類は実に様々です。うつ病や認知症、発達障害や統合失調症、不安障害や人格障害など多彩な疾患があり、その症状や成因、年齢もばらばらです。ですが、共通点があります。それは、こころの病に苦しんでいる人たちがいる、ということ。古来、四苦八苦という言葉がありますが、病は生きること、老いること、そして死ぬことと並ぶ、四つの根本的な苦しみの一つです。病むのは苦しい。そしてこころを病むと、絶望して死を選ぶこともある。その苦しみを和らげ、苦しむ人たちを援助するのが私たち精神科医療に携わる者の務めです。その方法として、お薬を使ったり、診察やカウンセリングを通して訴えを聴き、苦しみを受け止めたりします。それぞれ、薬物療法、精神療法（心理療法）といいます。また、生活療法といって、生活指導をして環境を整えたり、リハビリを導入したりすることもあります。当科では、大きく分けて主にこの3つの治療法を組み合わせ、こころを病む人たちの苦痛の緩和に努めています。



かつて、こころの病は相当な偏見にさらされてきました。患者数が増加してありふれた病となり、テレビや書籍での啓蒙活動の成果も手伝って、精神科を受診する敷居はかなり下がったとはいえ、いまだこころの病に対する偏見には根強いものがあります。ですが、傷つき悩み苦しむ人たちに伝えたい。どうか勇気を出して、私たちを訪ねてほしい。そして援助をさせてほしい、私たちは一人ではないのだから。また、苦しむ人たちを取り巻く家族や友人、社会の人たちにも伝えたい。どうか彼（彼女）らを一人にしないでほしい。

私たちはお互いに関係しながら生きています。誰も、一人では生きていけない。世の中は持ちつ持たれつ、そしてお互いさま。私たちは、あなたの訪問をお待ちしています。

「おやすみなさい」と、  
今夜、あなたは誰かに伝えますか？  
「おはよう」と、笑顔で  
明朝、あなたは誰かに言いますか？





特別養護  
老人ホーム  
「ふれあい」

## 花の匂いに導かれる笑顔

特別養護老人ホーム「ふれあい」では利用者さまが「楽しみをもって生活すること」「今までしてきたことを継続すること」を大切にしています。そのひとつとして、コロナ禍以前は外部から講師を招き生け花教室と書道教室を開催していました。しかし現在は、生け花教室のみ職員が対応して継続しています。

花材を広げて準備をしていると「まあ、花のいい匂いがする」「お花はいいね」と周りから声が聞こえてきます。そしてお花を前に、この時ばかりは利用者さまが先生です。

「これを真にするといいね。長さはこの位かな？この花はもう少し短くした方がいいね」難しいところを職員がお手伝いしながら作品を仕上げていきます。出来上がった作品は利用者さまの目に見える所へ飾り皆さまに楽しんでいただいています。「良いのを生けとって」「花があるとええのお」自然と笑顔が見られます。

生活の中のほんの一部ですが今後も利用者さまと楽しみながら、笑顔で生活していただけるよう支援してまいります。



みつぎの苑  
認知症棟

## “ヴァイオリンの音色にのせて”

みつぎの苑認知症棟「やすらぎ棟・くつろぎ棟」では、現在、コロナ禍のため、外出やカラオケ、レクリエーション等利用者さま同士の交流を制限し、感染対策に努めています。また、最近は環境や条件を整えた上での家族との交流しか行えておらず、家族と会えないさみしさから、利用者さまにとってはストレスにもなっていると思われます。

当施設では以前より、音楽療法士による音楽療法を行ってきました。現在は、コロナ禍のため、音楽鑑賞を中心としたヴァイオリン演奏を行っており、利用者の方々が少しでも穏やかな時間を過ごしていただけるように取り組んでいます。馴染みのある歌謡曲や童謡、優雅なクラシックを聞くと、演奏中は綺麗な音色に聞き入って穏やかに過ごされています。

今後も身体的なケアだけでなく一人一人の心に寄り添ったケアも行っていけるよう多職種で連携を図ってまいります。





## おくすり手帳 ～ 注射剤(外来)の記載を開始～

お薬手帳に服用しているお薬の内容を記載していますが、他の医療機関を受診した際、注射している内容の記載が無いと、お薬が重複する可能性や、他の医療機関で行った注射の影響で体調が変化していることに気づきにくくなる可能性があります。そのため、治療が重複する可能性が高いと考える薬剤や体調に変化を及ぼしやすい薬剤を外来で注射した際、お薬手帳に注射内容を記載することを7月から開始しました。

### 記載例

患者名	●●●●様	
RP 番号	手技/薬品名	数量/単位
RP1	中心静脈（植込型カテーテル使用）（ポンプ）	
	●サイラムザ点滴静注液 100 mg	300mg
	大塚生食注 250mL	1袋
	1日1回	
	時間当たり 560mL/h	
	交換サイクル 0.5時間	
RP2	中心静脈（植込型カテーテル使用）（ポンプ）	
	●レボホリナート注 100 mg 「NK」	200mg
	大塚生食 100mL	1瓶
	1日1回	
	時間当たり 50mL/h	
	交換サイクル 2時間	
RP3	中心静脈（植込型カテーテル使用）（ポンプ）	

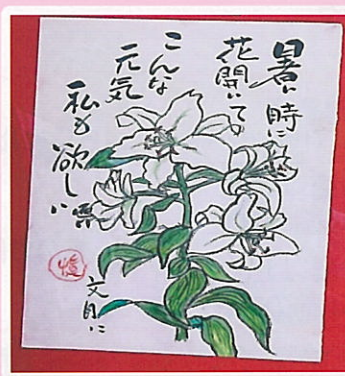
### 記載する薬剤例

当院化学療法レジメン登録済注射剤
骨粗鬆症治療剤
持続性GLP-1受容体作動薬
ヒト化抗IL-5モノクローナル抗体
持続性ソマトスタチンアナログ
マイクロスフェア型徐放性製剤
抗ヒトTNF $\alpha$ モノクローナル抗体製剤
T細胞選択的共刺激調節剤
LH-RH誘導体マイクロカプセル型徐放性製剤
LH-RH：黄体形成ホルモン放出ホルモン
LH-RHアゴニスト
更年期障害治療剤(特定生物由来製品)

あなたの“ボランティアの心”を生かしませんか？

## 病院ボランティア募集

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。



作品の展示、お花のお世話、受診の案内など  
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 地域包括ケア連携室 TEL:0848-77-0955



## 認定看護師の紹介

私は2008年 NST(栄養サポートチーム)専門療法士を取得、2011年に摂食・嚥下障害看護認定看護師の認定を受けました。それぞれに5年毎の更新を行い、現在は回復期リハビリテーション病棟の看護師長として勤務しております。超高齢社会、病院機能分化、病院完結から地域完結へと医療を取り巻く情勢は変化してきています。



看護師  
大河 智恵美

認定看護師は、ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有する者として、日本看護協会が認定した看護師をいいます。認定看護師は①高い臨床推論力と病態判断力に基づき、熟練した看護技術及び知識を用いて水準の高い看護を実践する(実践)、②看護実践を通して看護職に対し指導を行う(指導)、③看護職等に対しコンサルテーションを行う(相談)の役割があります。当院にも数名の認定看護師がおり、認定看護師同士で刺激しあいながら、活動しています。

摂食・嚥下障害看護認定看護師は「食べたい思い」をくみ取り、日常生活のケアの中で対応をしていきます。言語聴覚士や管理栄養士など多くの職種の方と協働しています。

食べることは栄養状態を左右し、栄養状態の良し悪しが口から食べ続けることに影響を及ぼします。なんでも食べられるお口の中の健康も重要です。

気になることがありましたら、ご相談ください。



尾道市民のみなさまへ

## レディース検診のお知らせ

(乳がん・子宮頸がん検診)

- 日 時：令和4年12月14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2日(水)

託児あり  
要申込

検診項目	対象者 ※令和5年3月31日現在の年齢	自己負担金	
		69歳以下	70歳以上
乳がん (マンモグラフィ)	40歳以上の 偶数年齢の女性	500円	400円
子宮頸がん	20歳以上の 偶数年齢の女性		300円

【託児の申込み】 御調保健福祉センター TEL:0848-76-2235

申し込み  
方法

①Web(インターネット)予約(24時間申し込み可)  
「尾道市けんしん予約ナビ」へアクセス

②集団健診専用コールセンターへ電話(無料)

フリーダイヤル よやく に おのみち  
☎0120-489-203

受付時間：9:00~17:00  
(土日祝日除く)



# 職員紹介

診療放射線技師として入社し2年目となりました。入社当初は地元鹿児島から離れ不安でいっぱいでしたが、今では自然と口から「じゃけえ」が出るまで馴染むことができています。



放射線技師  
南 春奈

少しずつ業務にも慣れてきましたがまだまだ先輩方に頼ることも多く、たくさんの方を学ばせていただいております。

マンモグラフィの検査時に「レントゲンは女性の方もいるのね。安心だね」と仰っていただくことがたまにあります。現在放射線室には私を含め女性技師が2名在籍しておりマンモグラフィ検査は主にこの2名で担当しています。さらに安心して検査を受けていただくためにもマンモグラフィ認定技師の資格取得を目標に検査の空き時間などにコツコツ勉強していますので今後ともよろしくお願いたします。

昨年度入社し、看護師2年目となりました。入社当初はわからないことも多く、戸惑うこともありましたが、先輩方が優しく教えてくださり、日々頑張ることができました。



看護師  
瀬尾 英梨香

日々の検査や処置、手術などにも何度か入らせていただき、多くのことを学ばせていただきました。2年目となり、リーダー業務も始まり、今まで以上に大変なこともあります。先輩方に支えていただきながら日々頑張ることができています。今後も患者さまの声に耳を傾け、患者さまが元気に退院できるよう看護師として全力でサポートしていきたいと思っております。

私は回復期病棟で主に運動器疾患の患者さまを担当しており、当院に勤務して2年目になります。学生時代はコロナ禍であったことから臨床実習の経験が少なく、リハビリ業務に慣れるまで時間がかかりました。しかし、現在は先輩方のサポートのおかげでリハビリに対する考え方や技術を学びながら患者さまと関わることができています。作業療法士としての力量についてはまだまだ至らない点があるかと思いますが、今後とも作業療法士としてだけでなく地域医療に携わる身として成長できるよう努力を重ねていきたいと思っております。



作業療法士  
高橋 香帆

公立みつぎ総合病院で介護福祉士として就職し2年目になりました。現在は介護老人保健施設「みつぎの苑」一般棟に勤務しています。介護福祉士として利用者さま一人一人の日常生活における希望や思いを支援できる介護福祉士を目指して日々努力しています。



介護福祉士  
心石 考亮

これからも先輩職員にご指導いただきながら自分が目指す介護福祉士像に近づけるよう頑張ります。





# 医師異動のお知らせ

## 新任医師



内科医師

きた じま たく ま  
北 島 拓 真

令和4年7月に着任しました北島拓真です。  
呼吸器、アレルギーを専門としております。  
よろしくお願いいたします。

第38回

## 尾道市御調地区健康福祉展

コロナ禍のため2年中止となっていました健康福祉展を、本年度は規模を縮小し開催します。なお、新型コロナウイルスの感染拡大状況により中止する場合があります。

- 開催日：10月29日(土) 10:00~15:00
- 場 所：公立みつぎ総合病院1階ロビー、病院前駐車場  
御調保健福祉センター、みつぎいきいきセンター
- 内 容：健康づくり活動パネル展示、体験コーナー(お菓子を使って調剤体験、子ども白衣試着、防災教室)、いきいきセンタートレーニング機器体験、フレイル予防コーナー、スタンプラリー、クイズコーナー、バザー、屋外ステージ(踊り、太鼓、バルーンアートショーほか)

【問い合わせ先】御調保健福祉センター TEL: 0848-76-2235



### ご意見、ご感想をお聞かせください

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。

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

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