

TAKE FREE

ご自由にお取りください

患者様から見て日本一の病院をモットーに。



公益財団法人 慈愛会 今村総合病院

# じあいのとびら

NEWS & TOPICS

## 第1回 かもいけ健康まつりを開催しました!

- 新しいリハビリ病棟 2月1日オープン
- 今村総合病院のスペシャリスト
- 体操コーナー【足部】 ● 部署紹介【呼吸ケアサポートチーム】

information ● 『患者さま図書室』へどうぞ ● 研修医Voice  
ちょっと一息 ● 献立のご紹介

2019 SPRING

19号



公益財団法人 慈愛会 公式Facebookページを更新中です



かもいけ健康まつりを盛り上げてくれた  
南小学校金管バンド・鹿児島国際大学音楽学科のみなさん♪

# 第1回



# かもいけ健康まつりを 開催しました!

2月23日(土)午後より、第1回かもいけ健康まつりを開催しました。本イベントは「地域住民への健康支援などを通して、地域との交流をさらに深める」ことを目的とし、鴨池商店街振興会・まさご振興会の協力を得て、地域の皆様と共に企画しました。

当日は、健康相談ブース(薬剤相談、栄養相談、スポーツ健康相談、福祉相談、認知症相談)、健康チェックブース(頸動脈エコー検査、骨密度検査、血糖測定等)、そして健康指導教室として口腔ケア指導教室・手洗い指導教室を行いました。また、オープニングセレモニーの南小学校金管バンドのアンサンブル演奏や、鹿児島国際大学音楽学科の学生さんによるミニコンサートでは、素敵な心温まる音楽を聴くことができました。その他、健康食品ブースとしてイオン鹿児島鴨池店の方々が出店し、健康食品の紹介、商品の無料配布をしてくださいました。なお、出店ブースではまさご振興会の尽力により地域のお店が8店舗並び、美味しい食べ物(ラーメン、焼きそば、焼き鳥、お寿司等)のほか、ポップコーン・綿あめを無料で提供していただきました。

皆様のご協力により、500名程の来院があり、盛況にそして無事に終わることができました。ご協力いただきました地域の皆様や、企画に関わった当院職員には、深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

今回来場いただいた方から「また開催して欲しい」との声もありましたので、来年度も開催したいと考えております。「地域の、地域住民による、地域の健康を守る」ための一助として本イベントが定着するように、今後ともご協力の程よろしくお願いいたします。

第1回かもいけ健康まつり実行委員長  
常盤 光弘(今村総合病院 副院長)



まさご振興会  
会長の中園様



口腔ケア指導教室



健康相談ブース



看護師による手洗い指導



血糖測定ブース



頸動脈エコーの様子



2階の健康チェックにはたくさんの方に  
お越しいただきました



中庭の出店ブース。どの店も大盛況でした



看護師による手洗い指導

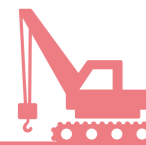
# 新しいリハビリ病棟 2月1日オープン — B・C棟3階を改修・移転 —



2019年1月末に新しいリハビリ病棟が完成し2月1日引っ越しをいたしました。これまでの20年間のあいだで3回目の引っ越しとなります。もともと3階中央と3階南を合わせた60床の病棟から4階東を中心とする43床の病棟、その後現在の6階中央の36床の病棟に移動してきました。今回、もとの病棟へ戻りますので一周回って振り出しに戻ったというわけです。場所は振り出しに戻りますが、病院全体の診療科数やベッド数、地域の社会環境、医療環境・医療制度はその当時とはまったく異なったものとなっています。われわれも医療制度が変わるたびにそれに追いつきまた乗り遅れないように努力してきました。そしてベッド数が変わるたびにどのような運営がもっともよいのかも考えてきました。病棟スタッフやリハビリスタッフの協力もありおかげさまで回復期リハビリ病棟として比較的順調にこれまで運営してこれることができたと考えています。

いろいろなものが変わっても医療のすべきことは、患者さんに回復してもらうために精一杯努力することです。そういう意味でも今回初心に戻り気持ちを引き締めてスタートしたいと思っています。今後さらにリハビリ病棟がステップアップするためのひとつのきっかけとして精励努力する所存です。

リハビリテーション科主任部長  
堂園 浩一朗



## 引き続き、B棟・C棟の改修工事を行います



現在、B棟・C棟6階の改修工事を実施しています。工事が完了し次第、精神科病棟が現在の3階北病棟から6階へ移動を行う予定となっております。工事期間中においては、騒音や振動等何かとご不便とご迷惑をお掛けいたしますが、何卒ご理解の程、宜しくお願い申し上げます。



リハビリテーション部 スポーツ整形 理学療法士 (PT)

轟原 与織 (写真左)  
とどろはら よおり

門元 剛 (写真右)  
かどもと こう

専門性を活かした連携!

2018年10月に国際大会である空手1プレミアリーグ東京大会に、医師・歯科医師・看護師・理学療法士から構成される大会救護班として参加しました。2年後の2020東京オリンピックを想定した大会で、各カテゴリーの世界ランク1位の選手が全員参加し世界70か国630名の選手が集まりました。試合は白熱し、救護件数も多くありましたがそれぞれ専門性を活かし、連携することでスムーズに対応することが出来たとともに貴重な経験となりました。



テーピングをしている轟原PT



練習後アイシングのアドバイスをする門元PT

鹿児島のスポーツ界を盛り上げたい!

2020年に鹿児島県で開催される第75回国民体育大会「燃ゆる感動かごしま国体」に向けた競技力向上対策事業として鹿児島県柔道会より依頼をうけ、2018年から柔道競技のトレーナーとして活動しています。合同合宿、練習会、国民体育大会などに帯同し、スポーツ医・科学的な観点から選手のケガ予防や競技力向上を図っています。今後はスポーツ現場と医療現場を繋げられるような活動をさらに行って、鹿児島のスポーツ界を盛り上げていきたいです。

アスレティックトレーナー (AT) とは

日本スポーツ協会公認の資格。スポーツドクター及びコーチとの緊密な協力のもと、競技者の健康管理、障害予防、スポーツ外傷・障害の救急処置、アスレティックリハビリテーション及びトレーニング、コンディショニング等にあたる。



普段意識しない足部に意識を向けて、健康な足を取り戻しましょう!

暖かい春がやってきました。暖かくなってきたら、運動しようかな?と考えている方も多いのではないのでしょうか?

『足は普段から私達の体を支えています』

足部は、足首から指先まで28個の骨で構成されています。これらの骨が強靭な靭帯や筋により連結され、歩行時の大きな衝撃を吸収するしくみになっています。当院のスポーツ整形外科を受診され、足

底腱膜炎や外反母趾などと診断され、理学療法を実施する方が多いですが、足部の筋力低下や柔軟性の低下が原因となり、問題を引き起こしていることが少なくありません。足部は普段意識しないため、足趾の柔軟や運動をしない方も多いのではないのでしょうか?

そこで、今回の体操コーナーでは、足部のストレッチと運動をご紹介します。

1 足の柔軟運動で柔らかい足を手にいれよう

足指の間に手の指を入れて、上下に動かしましょう。はじめは「硬い!!」と感じますが、回数を重ねるにつれて、柔らかくなりますよ。お風呂に浸かりながらやると効果的です。



①手の根元から足趾の間に入れて、足指をつかむように握る



②足の甲の方にゆっくり5秒間曲げる



③足の裏の方にゆっくり5秒間曲げる

2 足の運動で普段意識しない筋肉を呼び起こそう

足の裏の筋肉や足趾の筋肉を動かしましょう。普段は意識しない動きなので、はじめは動かしづらく感じますが、徐々にできるようになります。



①親指だけを上にあげる動き

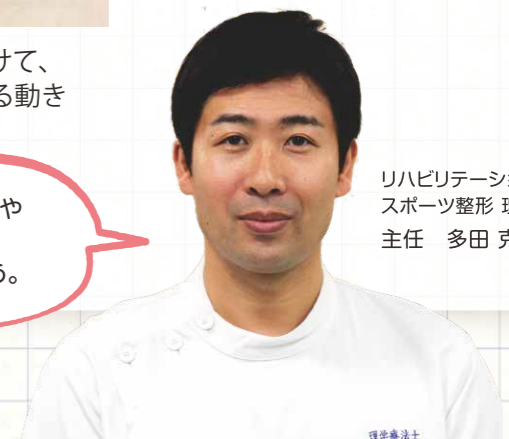


②親指を床に押し付けて、他の指を上あげる動き

足趾を曲げる筋肉や親指の筋肉を使い、足の裏のアーチを作るイメージで!慣れてきたら、交互にくりかえしましょう

回数: 10回ずつ

いかがでしたでしょうか? 継続して行うことで足部の柔軟性や動きがすこしずつ、変化がでてきますよ。痛みがある場合は無理せずに行える範囲でおこないましょう。



リハビリテーション部  
スポーツ整形 理学療法士  
主任 多田 克史

# 呼吸ケア サポートチーム



## 呼吸ケアサポートチームとは？

院内における患者様の呼吸療法が安全で効果的に行われるようにサポートするチームです。

呼吸ケアサポートチーム=Respiratory Support Team=の頭文字をとって「RST」の略称が使われます。

## RSTのメンバーは？

医師(救急総合内科)、看護師(集中ケア認定看護師、救急看護認定看護師、特定看護師、呼吸療法認定士)、理学療法士(呼吸療法認定士)、臨床工学技士(呼吸療法認定士)といった多職種から構成された、いずれも呼吸ケアの専門知識を有したメンバーになります。

## どんなことをするの？

自身の力だけでは上手く呼吸ができない状況で、楽になるように呼吸を補助する人工呼吸器などの機械を使用されている患者様に対して、安全で効率的な質の高いケアが提供されるように、多方面からのサポートをしていきます。

具体的には、2週に1回、メンバーで患者様のベッドサイドへ巡回して、人工呼吸器を装着している患者様の状態を診ることや、安全な機器や物品の使用方法、痰を出すための援助方法、呼吸が楽になるような体位調整、体力維持や改善のための運動療法、二次的合併症を予防するためのケアなど安全で実践可能なケア、呼吸療法のアドバイスなどをスタッフに行っています。また、呼吸ケアに関する学習会を開催し、知識とケ

アの質の向上を目指して教育的な活動も実施しています。

## 患者様やご家族、スタッフからの反応は？

患者様やご家族からは、「いろんな職種で気にかけてくれて安心します」「助かります」と言った感謝の言葉をいただくこともありますし、気になることや不安に思うことを話してくださることもあります。

病棟スタッフからは、「ちょっとした相談ができることで安心感がある」、「わからないことが解消した」、「ケアをスムーズに行いやすくなった」などの声が聞かれており、少しずつ相談されることも増えてきました。

私たちが巡回して得られた情報だけでなく、患者様・ご家族からのお話、病棟スタッフが感じた様々な気づきなどをもとに、主治医や多職種とも意見交換することで、よりよいケアが提供できるように努めています。

## 今後の活動は？

標準的な安全で効果的な呼吸療法を、スタッフ全員で実践できるようにしていきたいと考えています。呼吸ケアのチームメンバーを増やして各病棟へ配置することで、院内全体で患者様のサポートを強化していけることを目標としています。マニュアルや使用物品の見直し、学習会の定期開催、巡回時の現場でのフィードバックなど、患者様・ご家族とスタッフに対して、多方面からサポートできるように活動を継続していきます。

チーム活動の様子



information  
今村総合病院  
インフォメーション

# 『患者さま図書室』へどうぞ！

～多くの方に利用していただいています～

冬の寒さもようやく和らぎ春めいてきました。外を眺めると木々や草花もそよ風に揺れています。「患者さま図書室」は、このところ多くの寄贈本をいただき増々充実してきました。話題の書籍をはじめ、エッセイ集やマンガも全巻揃ったものを所蔵しています。入院患者様は勿論、外来に診察にお見えの方や一般の方もご利用頂けますので是非お立ち寄りください。

ご利用案内

開室	9:00～17:00
場所	B棟2階耳鼻科外来隣
貸出	お1人5冊まで、2週間。どなたでもご利用いただけます。
巡回図書サービス	A棟8階病棟/B棟5階病棟(ご希望に応じて) 毎週火曜日14:00～14:40 貸出もいたします。

## おすすめの本



RECOMMEND BOOKS

他にも、直木賞や本屋大賞の受賞作、人気の本がたくさんあります。ぜひ図書室に遊びに来てください。



「フランス人がときめいた日本の美術館」  
ソフィー・リチャード／著

日本美術をこよなく愛する作者が20代に初めて日本を訪れて以来その魅力にとりつかれ、10年かけて各地の美術館を学び、わかり易く解説したガイドブックを作り上げた。残念ながら、鹿児島美術館は紹介されていないのですが、行ってみたい美術館が多く紹介されています。旅のお供に、美のときめきを感じる1冊です。



「Aではない君と」  
薬丸 岳／著

少年を取り巻く環境が負の連鎖に陥り「いじめ」を受けるようになる。もはや取り返しがつかない・・・殺人にまで行き着いてしまう。それでも父親は懸命に子供に寄り添い、共に贖罪の方法を考える。深く子供を愛する姿に胸を打つ。どこに原因があるのか、少年犯罪に真摯に向き合う作家の想いを綴る。

## 研修医 VOICE



田平 悠二 Yuji Tabira

医師として、社会人としての一歩を踏み出してから早くも2年が経とうとしています。1年目の4月、長年の夢であった医師としての一歩を踏み出した事に胸を躍らせていたことを鮮明に覚えています。働き始めの頃は患者様のために何かしてあげたい想いと、一人では何もできない現実との差に幾度となく心折れ

そうになりました。今でもまだまだ1人では困難なことばかりですが、日々直面する課題を1つずつ乗り越えていくたび、少しずつ成長していることを実感でき、毎日が非常に充実していた2年間でした。患者様の社会背景・考え方にまで気を配れる医師となれるよう3年目以降も日々精進していこうと思います。



上塘 葉子 Yoko Kamitomo

医師としての第一歩を踏み出してから2年がたちました。自分の無力さに悩み、医師の責任の重さに押し潰されそうになりながらも、素敵な同期、指導医の先生方、スタッフの方々に恵まれ、そして何より患者様方の温かいお言葉に支えられて初期研修を修了することができました。様々な診療科で日々患者様から多くのこと

を学ばせていただき、大変充実した2年間でした。医師としての在り方、患者様との接し方など、医師としての基礎を学ぶことができたのは私の大切な財産だと思っています。まだまだ未熟な私ですが、初期研修期間の経験を活かし、少しでも早く患者様のお役に立てますよう精進して参ります。2年間ありがとうございました。

## ちょっと 一息 コーナー

当院で入院患者様へ提供されている献立をご紹介します。この日は節分ということもあり、入院患者様にも福豆が配られました。

### 【献立】

- ・炊き込みご飯 ・鯛の塩焼き
- ・いんげんのゴマ和え ・菜の花のすまし汁
- ・福豆 ・オレンジ



## 編集後記

今回のじあいのとびらは、一人でも多くの皆様方が手に取って持ち帰ってくださることを目指して内容を工夫しました。少しでも興味をもっていただけると幸いです。だんだんと暖かくなってきましたが、体調管理に気を付けてお過ごしください。

薬剤部 平松 愛理

# 今村総合病院 診療プログラム

平成31年3月 現在

	受付時間	月	火	水	木	金	土	日
救急内科 総合内科	救急は24時間受け入れています 受付時間／(午前)8時30分～11時30分・(午後)14時00分～17時10分							
脳神経内科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	○	○	○	○	○	—
脳神経外科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	○	手術日のため休診	○	○	第2・4のみ診療	—
放射線科	(午前)8時30分～12時30分 ●午前中のみ診療です	○	—	○	—	○	—	—
腎臓内科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	○	○	○	○	—	—
血液内科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	再診のみ	○	○	○	再診のみ	—
消化器内科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	○	○	○	○	○	—
ペインクリニック内科 <small>完全予約制</small>	(午前)8時30分～11時30分 (午後)14時00分～16時00分	○	○	○	○	○	交代制	—
麻酔科(術前診察) <small>完全予約制</small>	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	○	○	○	○	交代制	—
消化器外科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	○	○	○	○	急患のみ	—
循環器内科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	○	○	○	○	急患のみ	—
リハビリテーション科	(午前)8時30分～11時30分 【午後のみ完全予約制】	○	○	○	—	—	再診のみ	—
耳鼻咽喉科 <small>完全予約制</small>	(午前)8時30分～11時30分 (午後)14時00分～16時30分	○	※1	○	○	○	○	—
皮膚科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	○	○	○	○	完全予約制	—
眼科 <small>完全予約制</small>	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	特殊外来	○	○	○	—	—
泌尿器科	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	○	手術日のため休診	○	○	○	ESWL施行日休診	—
スポーツ整形外科	(午前)8時30分～11時30分 (夕診)16時00分～18時00分	○	○	○	—	完全予約制	○	—
透析センター	(日中)①8時00分～②14時00分～ (夜間)①17時00分～	○	○	○	○	○	○	—
産科・婦人科	(午前)8時30分～11時30分 【午後予約制 要確認】	○	産後健診のみ	○	手術日のため休診	○	産後健診	—
小児科	(午前)8時30分～11時30分 (午後のみ予約制)14時00分～17時10分	○	○	○	○	○	予約制(第1・3のみ診療)	—
歯科口腔外科	(午前)8時30分～11時30分 (午後)14時00分～17時10分	○	○	○	○	○	○	—
納光弘外来 <small>完全予約制</small>	(午前)8時30分～11時30分 ●午前中のみ診療です	—	—	—	○	—	—	○

※1 耳鼻咽喉科 火曜日のみ:10時00分～11時30分受付

## 慈愛会グループ



**いづろ今村病院**  
鹿児島市堀江町17-1



**今村総合病院**  
鹿児島市鴨池新町11-23



**谷山病院**  
鹿児島市小原町8-1



**奄美病院**  
奄美市名瀬浜里町170番地



**徳之島病院**  
大島郡徳之島町亀津5190



**高麗町クリニック**  
鹿児島市高麗町39-11



**慈愛会クリニック**  
鹿児島市泉町1-15-1F



**七波クリニック**  
鹿児島市真砂本町51-1  
ニシムタスカイマーケット鴨池内テナント



**介護老人保健施設愛と結の街**  
鹿児島市小原町8-3



**鹿児島中央看護専門学校**  
鹿児島市泉町12-7(3年課程看護科)  
鹿児島市泉町1-15(2年課程(通信制)看護科)

