

まほろば

2013.11
第147号

Hirosaki National Hospital

第5回 母乳育児フォーラム



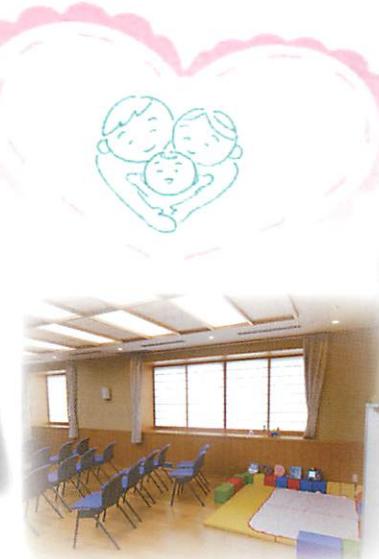
H25年10月6日、第5回母乳育児フォーラムを開催しました。今回は「母乳の良さってなんだろう？」というテーマで、地域の妊婦さんやお子さんがいるご家族を中心に参加を呼びかけました。市内各地に掲げたポスターやフリーペーパーの宣伝効果もあり、当日は56名の参加がありました。会場に乳児や幼児コーナーも設け、ゆったりくつろいで講演を聞けるように工夫をしました。

小児科医三上先生のお話「母乳育児と赤ちゃんとママのメリットについて」は、とてもわかりやすく勉強になったというご意見をいただきました。去年に引き続いての母乳育児のビデオ上映は、「感動した。」「とてもよかった。」とのご

意見をいただきました。仙台市で開業している青葉子どもと親の歯科医院の青葉達夫院長先生の講演「むし歯にしないために、いいかみ合わせを創るために」は、母乳はむし歯の原因ではなく歯の手入れの仕方に問題があり、正しい手入れの仕方についてなどお話してくれました。「おじいちゃんが赤ちゃんにチューしたいけどむし歯の感染を防ぐためにはどうしたらいいか」などたくさんの質問があり関心の深さを感じられました。

今後も地域の方々からのご意見やご要望を参考に、子供たちが健やかに育んでいくように私たちの取り組みをより充実させていきたいと思っております。

母子医療センター看護師長：船木 久美



鮮やかな秋色の錦ー弘前城菊と紅葉まつりー

1, 100本の楓や2, 600本の桜の木々が秋色に色づき、2, 200本の松の緑とのコントラストも見事なこの季節、今年も弘前公園内弘前城植物園を会場に、10月18日（金）～11月10日（日）、「弘前城菊と紅葉まつり」が開催されました。期間中は台風の影響もあって雨天の日が多く、お天気に恵まれない日が続きましたが、それでも深まりゆく弘前の秋を楽しみたいと、たくさんの方々で賑わいました。

今年のメイン会場の菊人形はNHK大河ドラマ「八重の桜」がテーマ。様々な場面を色鮮やかな菊花を纏った菊人形で再現し、内堀にはひときわ鮮やかな菊舟も浮かんでいました。毎年圧倒される菊でかたどった岩木山や五重塔を始め、欧米風の動物や恐竜のトピアリー等、菊人形の他にも見所はたくさんでした。

昨年に続き、喫茶所ではアップルパイの食べ比べプレートを注文。温かいコーヒーを味わいながら、色鮮やかな秋を楽しみました。

地域医療連携係：工藤 真淑



第87回市民講座 「前立腺がんと前立腺肥大症」



2回目の市民公開講座を担当いたしました。今回は泌尿器科外来で最も頻度が高いと思われる前立腺疾患の代表的な2つを選びました。

前立腺はくるみ程の大きさの臓器で骨盤の最も奥に尿道を取り巻くように存在しています。尿が漏れないように括約筋として働き、また精液の一部を作っていると言われますが実はその働きはよくわかっていません。人の体や臓器は普通加齢と共に縮んでくるのですが前立腺は逆に大きくなってしまいます。実に不思議です。

ですから加齢減少としての前立腺肥大症は厳密には病気とは言えません。髪が白くなったり、しわが増えるのと同じです。しかし場所が場所だけにおしつこい出方に影響することが多いのです。前立腺がんはアメリカでは男性がんの第一位で、日本でもそれに迫る勢いで増えています。最初は無症状ですが採血でかなり早期の人でも捕まえることができるようになってきました。特に50歳以上の方はぜひ検診を受けて欲しいと思います。早期であればある程、いろいろな治療法が選択可能で。

前立腺肥大症も前立腺がんも基本的に年寄りがなるものです。高齢化社会ということで、現在では多くのお薬や手術、放射線治療が開発されています。おしつこい調子が悪かったり、検診で指摘された際には迷わず泌尿器科を受診してください。

泌尿器科部長：神村 典孝

平成25年度母子保健ネットワーク会議



10月4日、院内にて母子保健ネットワーク会議が行われました。

この会は、行政と医療機関がより密接に連携

を取ることで、さらに津軽地域の小児医療が充実するようにという目的で開かれました。

前回開かれてから3,4年ぶりの開催となりました。

医療機関からは当院以外に大学病院、健生病院、一郎クリニックからの参加。行政からは弘前市、黒石市、平川市、西目屋村、藤崎町、大鰐町、田舎館村、板柳町の保健師さん達、そして保健所の方々と総勢35名の参加があり、活発な会でした。

会に先立ち、当院母子センターのNICUを各地区から参加された保健師さんたちに見学していただきました。保健師さんたちは、当院を退院された低出生低体重児の赤ちゃんたちが自宅に帰ってから、家庭訪問していただくので、実際の入院中の赤ちゃんたちのイメージがより持ちやすくなり、

その後の育児指導に役立つのではないかと思います。

会の始めに、保健所の方より「未熟児等情報共有システム及び妊産婦情報共有システムの運用状況」についてお話をいただきました。その後、当院小児科医たちより低出生体重児のフォローアップの注意点についてや、昨年家庭訪問をお願いした赤ちゃん達の人数や内訳と背景をお話をしました。

最後に、今後どのように連携を深めるかなど活発な話し合いが持たされました。その中で、安全な妊娠・出産環境を構築し、子供たちの健全な育成を支えられるよう医療と保健行政の連携体制の充実化を図るため、今後は年1回のペースで定期的にこの会が開かれることになりました。

今後も密に連携を取り合うことで、妊産婦さんたちと赤ちゃんたちの健康のお役に立てればと皆で思っております。



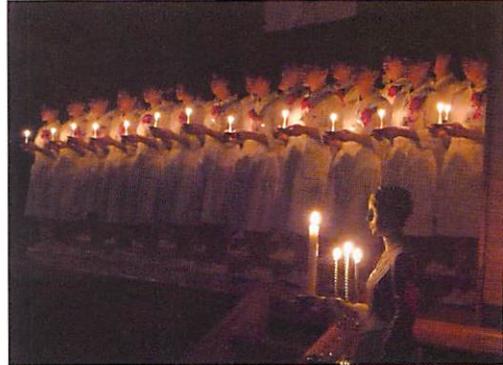
小児科医師：三上 珠希

第61回生 誓い式

私たち61回生は、10月24日に無事誓い式を終えることができました。誓い式では、1年生全員で絶香の『夢を味方に』を歌いました。いくつかの候補の中で、この曲の歌詞に自分たちのこれからを重ね、共感し選曲しました。看護師を目指し、学んでいく中でつらいこと、苦しいことがあっても“看護師になる”という夢を味方・支えにして、同じ夢をもつ仲間と共に頑張っていこうと思いました。誓い式の準備を進めていく中でクラスの団結も強くなつたと感じました。

誓い式を迎えるにあたって、私たちは自分が目指す看護師像を考え、2月から始まる実習の前に目標を再確認することができました。式では全員で「確かな知識と技術を習得し、誰からも信頼され、実践力のある看護師になる」ことを誓いました。入学して半年、まだまだ知識や技術、経験は未熟ですが、今自分たちができる事を精一杯頑張っていきます。誓い式で誓った目標に少しでも近づけるよう、これからも日々努力していきます。

61回生：高橋 千尋、田中 聖光



医療サービス接遇研修会を開催して



10月9日（水）・10日（木）の2日間、（株）ソラストより接遇インストラクター小野繁子先生をお迎えして、医療サービス向上委員会主催により「医療サービス接遇研修会」を開催しました。

今回は、今年度採用した職員を中心とした新人向け「コミュニケーションセミナー」と一般職員向け「医療サービス接遇研修会」を開催いたしました。

新人向け「コミュニケーションセミナー」では、各職場より約40名が参加し、開始直後から会場内に緊張感が張り詰め、全員硬い表情でのスタートとなりましたが、そこはさすがと思われる先生のお話に、徐々に会場内笑顔も見え始め、すっかり雰囲気も和み、終盤では参加者が二人一組となって行う自己紹介の模擬練習は、セミナー開始直後に行った1回目では見知らぬ人との会話に戸惑いながら、お互い何を話してよいか話が続かず、持ち時間前にシーンとなっていましたが、2回

目はお互い笑顔で楽しそうに時間を忘れ、話し続ける光景が印象的でした。

また、今回の各研修会では、共通して扱った事例として毎月実施している「退院患者アンケート」よりいただいた患者さまからの貴重なご意見への対応や、委員会役員より事前に日頃から感じている問題点等も身近な事例として、研修に取り入れてお話しいただきました。

新人職員からの感想でも「初対面の患者さんにどう対応するべきか、悩んでいたので今回のセミナーは大変勉強になった。」、「コミュニケーションは得意な方ではないので、大変参考になった。」などの意見が多くあり、接遇研修の大切さを実感し、今後も継続して開催することが必要と感じました。

これからも一人一人の患者さまと向き合って、医療サービスの向上に努めてまいります。



医療サービス向上委員会(経営企画室長)：大坂 雄二

「医師事務作業補助者養成研修カリキュラムを終えて」

8日間、合計32時間の研修を終えてみて、長かったような短かったような複雑な思いです。前職で医療事務は経験していましたが、医師事務作業補助者とでは仕事の内容も違っていたので、今回の研修はしっかりと勉強ができる大きなチャンスでした。

テキスト1～5まで、ひと通り内容を勉強できたものの重要な点を抜き出しての授業だったので、それ以外の部分も学べると良かったとも思います。

しかし、今回こうして研修する機会をいただけたことは嬉しく思います。やはり、知識がない状態で業務を行う事には不安もありましたし、研修を受けた事によって自信を得ることができました。

通常の業務時間での研修だったので、先輩方に迷惑をかけてしまいましたが感謝しています。今後は、今回の研修で学んだ事を生かし、患者さまへの対応を心がけながら業務を大切に行っていきたいと思います。

医師事務作業補助：成田 梨恵



流行の季節を準備万端で迎えよう～医療安全・感染対策研修会～



流行時期を迎える、強敵インフルエンザとノロウイルスについて、10月30日から3日間、職員を対象に『知って対策！インフルエンザ・ノロウイルス』と題して研修会を開催し、たくさんの参加がありました。

集団感染予防のため、2つのウイルスの特徴や対策を再確認しました。

終了後のアンケートで、知識を深められたと多数の回答があり、これで、より一層患者様に安全な環境で療養していただけると安心しています。ここで、みなさまにも予防法を少しお伝えします。インフルエンザはワクチン接種が有効です。接種すれば絶対かからないとは言えませんが、もしか

かっても軽い症状に抑えられると言われています。流行期の人込みは避けて咳エチケット、手洗いもお忘れなく・・・。

ノロウイルスは、感染力がとても強く、流水と石鹼による丁寧な手洗いが重要な予防法です。いずれも受診の際は、感染予防のため受付で症状をお伝えくださいますようご協力お願いします。



7階病棟副看護師長：対馬 春子

ぐすりの飲み方

普段、皆様はどんな薬をのんでおられますか？たまに飲む風邪薬、毎日飲む高血圧や糖尿病の薬、様々だと思います。

薬の袋の表書きには、薬の飲み方（用法）、保管方法などの情報が書いてあります。

きちんと効果が発揮されるよう、一般的なお薬の正しい飲み方について確認してみましょう。

食前 食事前の30分くらい前

胃が空っぽの状態。胃酸が薄まってないので、胃の中が酸性の状態です。

食べ物や胃酸の影響を受けたくない薬
食後の血糖値を下げるための糖尿病薬
食欲増進薬
吐き気を事前に防ぐ薬など



食後 食後30分くらいまで

食事で胃が膨らんでいる状態。食べ物が胃粘膜への刺激をやわらげてくれます。

食べ物と一緒にほうが吸収が良い薬
空腹に飲むと胃を荒らす薬など
内服薬のなかで一番多い飲み方です。
食事が摂れないときは、クラッカーやクッキーを一枚食べたり、牛乳を飲んだりするだけでも食後に近い状態になります。

食間 食後2、3時間

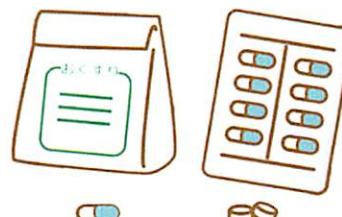
食前と同様、胃が空っぽの状態で次の食事まで1時間くらい空いている状態。

「食事の間」ということでよく食事の最中と誤解されがちですが、食後2時間位の事を言います。

食べ物などの影響を受けたくない薬など

*漢方薬は空腹時の方が吸収が良いとされ、「食前」、「食間」の指示になっています。

薬剤師：鈴木 元子



外来診療一覧

◆外来医師診療一覧表 (2013年11月1日現在)

診療科	区分	月	火	水	木	金
循環器内科		熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹	熊本秀樹
呼吸器科		中川英之 下山亜矢子	山本勝丸 下山亜矢子	中川英之 下山亜矢子	山本勝丸 下山亜矢子	中川英之 下山亜矢子
消化器・血液内科		間山恒 高杉かおり 佐藤年信 石黒陽	— 五十嵐崇徳 高杉かおり 石黒陽	五十嵐崇徳 高杉かおり/五十嵐崇徳 (隔週交代) —	間山恒 佐藤年信 石黒陽	間山恒 五十嵐崇徳 石黒陽
小児科		杉本和彦 三上珠希 千葉奈歩	佐藤工 千葉奈歩 久保かほり	杉本和彦 三上珠希 久保かほり	佐藤工 千葉奈歩 久保かほり	杉本和彦 久保かほり 千葉奈歩
外科		田澤俊幸	三上勝也	田澤俊幸	神寛之	三上勝也
乳腺外来		小田桐弘毅	小田桐弘毅	小田桐弘毅	櫻庭弘康	小田桐弘毅
整形外科	午前	柿崎寛 黒瀬理恵 神裕道	柿崎寛 黒瀬理恵 大石和生	秋元博之 黒瀬理恵 神裕道	秋元博之 飯尾浩平 —	柿崎寛 秋元博之 神裕道
	午後	—	—	—	—	柿崎寛
脳神経外科		—	—	木村正英	—	—
皮膚科	午前	熊野高行 佐藤正憲	佐藤正憲 熊野高行	佐藤正憲 熊野高行	熊野高行 佐藤正憲	熊野高行 佐藤正憲
	午後	●予約	●手術/検査	●予約	●手術/検査	●予約
泌尿器科	午前	神村典孝	神村典孝	村澤洋美	神村典孝	神村典孝
	午後	検査	検査	手術	検査	手術
産婦人科		木村秀崇 木村恵理子	尾崎浩士 丹藤伴江	丹藤伴江 木村秀崇	●妊婦健診 (一般外来休診)	尾崎浩士 大石舞香
		—	—	—	—	—
眼科		蒔苗順義	蒔苗順義	蒔苗順義	蒔苗順義	蒔苗順義
		黒田令子	黒田令子	●手術 (一般外来休診)	黒田令子	黒田令子
耳鼻咽喉科		—	—	—	—	—
		—	—	—	—	—
放射線科	診断	佐々木幸雄	佐々木幸雄	佐々木幸雄	佐々木幸雄	佐々木幸雄
	治療	—	—	川口英夫 (午後)	—	川口英夫 (午後)
女性専用外来		杉本菜穂子	(※予約制/第1・第3火曜日午後診療)			
セカンドオピニオン		—	—	—	今充	—

※ 学会、出張などにより担当医師が替わる場合があります。

今月の川柳

★川柳募集★ あなたの川柳をお待ちしています。

広報誌編集委員会において投稿されました川柳の選出を行いましたが、今月は掲載まではいたりませんでした。来月号に期待をしております。

患者相談窓口

『患者相談室』のMSW(メディカルソーシャルワーカー)が対応していますので、お気軽にお尋ね下さい。

お知らせ

編集委員会より

当院の広報誌『まほろば』は、地域に信頼され、納得の医療で地域に貢献しつつ、地域と協働して歩む病院づくりを目指し、地域の方々を対象に編集しております。皆さまから病院に対して『不安なことや不満足なこと』『ご批判やご指摘』また、『お褒めのことば』を職員一同お待ちしております。

発行元



Hirosaki National Hospital
独立行政法人国立病院機構

弘前病院

責任者：副院長 柿崎 寛

〒036-8545 弘前市大字富野町1番地

TEL 0172-32-4311

FAX 0172-33-8614

URL <http://www.hosp.go.jp/~hirosaki/>