

# 「赤レンガ」

【令和2年度・第1号(新年度号)】

発行:倉敷市立市民病院広報委員会・地域医療連携室

発行月:令和2年5月



## ～倉敷市立市民病院 基本理念と基本方針～

### <基本理念>

- ・市民に信頼される地域の中核病院を目指す。
- ・人間味あふれる温かな医療を実践する病院を目指す。

### <基本方針>

- ・市民が利用しやすくかつ患者中心の良質な医療を公平に提供するよう努める。
- ・地域の中核病院として市民のニーズに応え、初期・二次救急医療、小児の夜間救急の充実に努める。
- ・採算性を求めることが困難である救急医療、周産期医療、小児医療を提供し、公立病院として地域医療の確保に努める。
- ・市民の健康保持と福祉の増進を図るため、予防医療の充実に努める。
- ・地域医療の向上のための病診連携を図り、病床の一部を開放病床とする。
- ・病院の健全経営に努め市民の信頼に応える。
- ・疾病構造の変化に対応し得る医療体制の整備に努める。

### <目次>

- |                  |                     |
|------------------|---------------------|
| ・表紙「当院基本理念・基本方針」 | ・「院長・事務局長あいさつ」      |
| ・「医療トピックス」       | ・「新任職員紹介」           |
| ・栄養だより           | ・「連携の広場 オーシャンビュー倉敷」 |

## ～令和2年 新年度 院長挨拶～

令和の新しい時代が開け、当院も駐車場/外構が完成してフルオープン、新年度を迎えて飛躍を誓って、さあ、がんばるぞ！と思っていた矢先、新型コロナで世の中が一変してしまいました。今は何をしておき、憎きコロナに対峙して、知恵を絞り皆で一致団結して早期に打ち勝つ手立てを講ずるのが最大のミッション。市民病院の立居地は、弱小ながらひるまざる責任をもって、出来る限りのコロナ診療に直接関わることです。コロナに感染したかもしれないと心配な方は、まずは倉敷市保健所に電話（帰国者・接触者相談センター：086-434-9819）していただき、当院への受診指示が出れば、まえもって当院にその主旨をお電話（086-472-8111）ください。平日の8時30分～17時までは受け付け可能（夜間／休日でのコロナ対応は、マンパワー不足でお受けできません）です。通常午後4時～5時の時間帯で胸部CTと血液検査を行い、内科医師と放射線科医師によりコロナ感染症かどうかを鑑別し、必要時にはPCR検査を施行します。倉敷市民の皆様がコロナと縁がないことを祈っていますが、不測の事態になれば、倉敷中央病院等と連携して市民病院としてなすべきことをする覚悟は出来ております。どうぞ皆様、マスクを着用し、3密を避け、こまめな手洗いを励行しましょう。

院長 江田 良輔

## 事務局長 あいさつ

月日が経つのは早いもので、元号が令和になって1年になろうとしています。

昨年9月に駐車場が完成し、平成28年から始まった新病院の建て替え工事も全て終わりました。終わってみれば、あっという間であったような気もしますが、病院建て替えの計画は平成24年度から始まりましたので、感慨深いものがあります。

新病院となって3年目となりますが、分娩の受け入れや小児の夜間救急、救急患者の受け入れは、当院の果たすべき役割として取り組んでまいりましたが、地域のニーズとしてリハビリ機能の強化が求められています。

これからも地域の皆様に信頼され、愛される地域の中核病院として役割を果たせるよう努めてまいりますので、引き続きのご支援をどうぞよろしくお願い申し上げます。

事務局長 島田 旭



# 医療トピックス

## 脂質異常症（高脂血症）について

内科 医長 出口 静吾

脂質異常症とは、血液中に「あぶら」が多くなった状態を呈する病気です。具体的には、検診などの血液検査で、悪玉の「あぶら」（LDL-コレステロール、中性脂肪）が増えたり、善玉の「あぶら」（HDL-コレステロール）が減ったりした病態で、糖尿病や高血圧症と合わせて「生活習慣病」と言われる疾患群の一つです。

この病気の恐ろしいところは、症状がないまま進行する点です。ドロドロした血液が血管の内側にへドロのように貼り付いて、だんだんと血管が狭くなったり硬くなったりします。心臓や脳の血管がつまってしまうと、「心筋梗塞」・「脳梗塞」となり、命を脅かすことになりかねません。

脂質異常症の原因としては、遺伝性（家族性）のものもありますが、生活習慣によるものが多いと言われています。日頃の食生活や運動習慣が大きく影響しています。

まずは、定期的に検診などで血液検査を受けることです。調べなければわかりません。救急車で病院へ運ばれて初めてこの病気が判明したという例もあります。致命的になる前に、少なくとも年に一度は検診を受けましょう。医療機関で脂質異常症と診断されたら、まずは生活習慣を見直しましょう。

### 1. 食生活のポイント

- ・甘いものや脂っこいもの（動物性脂肪）をひかえましょう。
- ・お肉より青魚を取りましょう。
- ・緑黄色野菜をしっかり取りましょう。
- ・よく噛んで、1回の食事に十分な時間をかけましょう。
- ・間食（アイスクリーム、スナック菓子など）をひかえましょう。
- ・飲酒をひかえましょう（休肝日をもうけましょう）。

### 2. 適度な運動のポイント

- ・寒すぎない（暑すぎない）時間帯に軽めの運動をしましょう。
- ・ウォーキング、ジョギング、スイミングがお勧めです。
- ・歩数計などを持ち具体的な目標設定（1万歩など）して歩きましょう。
- ・週に合計150分程度の運動をしましょう。

食事や運動療法で検査データの改善（目標：HDL-コレステロール $>40$ 、LDL-コレステロール $<140$ 、中性脂肪 $<150$ ）が見られない場合は、薬物療法を受けましょう。最近では、副作用の少ない薬がたくさんありますので、かかりつけの医師にご相談ください。

脂質異常症をコントロールして、命にかかわる心臓や脳の病気を予防して、健康寿命を伸ばしましょう。

# 新入職員紹介 1

## 医局 内科 副医長 筒井 智章

4月よりお世話になっております、筒井です。私は、医師としての初めての3年間は岡山赤十字病院で勤務しておりました。専門は消化器内科ですが、内科全般を診療させて頂き、早く皆様のお力になれるよう精進して参りますので、宜しくお願い致します。

## 医局 内科 副医長 近藤 歌穂

岡山赤十字病院から参りました、内科の近藤歌穂と申します。出身は高知県で、高知大学を卒業しました。専門は血液内科医を志しています。まだ、至らない点多々あるかと思いますが、誠心誠意診療させて頂きますので、宜しくお願い致します。

## 看護部 吉本 美穂

4月より手術室に配属になりました吉本美穂と申します。児島での勤務は初めてで、慣れない環境ではありますが、今までの経験を活かし、安全で温かい看護が提供できるように頑張ります。不慣れな点もあり、皆様にはご迷惑をお掛けすると思いますが、どうぞ宜しくお願い致します。

## 看護部 本同 博子

この度、入職しました本同と申します。患者様とご家族様に寄り添い、安心安全な看護を提供できるよう、努力し、早く現場の一員となれるよう頑張ってお参りたいと思います。宜しくお願い致します。

## 看護部 山本 真希

この度、入職いたしました山本です。至らないところも多々あると思いますが、宜しくお願い致します。

## 看護部 白神 梨乃

4月に新規卒業者として入職しました。まだ、まだ未熟ではありますが、地域の皆様に最善の看護ができるよう努めて参ります。宜しくお願い致します。

## 看護部 杉江 夏南

4月から新卒で働かせて頂いています。看護師としての第一歩を踏み出すことができ、私の目指す「患者さんや医療チームの方々に信頼してもらえる看護師像」へのスタートラインに立てたことが嬉しいです。私の地元でもある児島に貢献できるよう努めて参ります。宜しくお願い致します。

## 臨床検査科 臨床検査技師 松下 健一

この度、臨床検査科に入職しました、松下と申します。患者様に寄り添った温かみのある検査が提供できるよう努めます。至らぬところも多々あると思いますが、精一杯頑張りますので宜しくお願い致します。

## 事務局 主幹 上川原 昌子

この度の人事異動で事務局に配属されました上川原と申します。病院の勤務は初めてで、分からない事ばかりですが、早く仕事を覚えられるよう頑張りたいと思います。宜しくお願い致します。

## 事務局 伊達 加奈子

この度、人事異動で事務局医事係に配属されました、伊達と申します。病院勤務は今回が初めてなので、皆様には何かとご迷惑をお掛けすることが多いと思いますが、何卒宜しくお願い致します。

## 事務局 山田 治男

この度、岡山県警察を定年退職し再就職としてお世話になることとなりました。医療関係の仕事は、全く未知の世界です。出来るだけ迷惑を掛けないう、頑張りますので宜しくお願い致します。



# 栄養だより

## 2020年4月より、当院の食事内容を変更しました。

当院では、「日本人の食事摂取基準」に基づき、それぞれの患者様へ必要量に応じた食事を提供しています。

「日本人の食事摂取基準」は健康増進法（平成14年法律第103号）第16条の2の規定に基づき、国民の健康の保持・増進を図る上で摂取することが望ましいエネルギー及び栄養素の量の基準を厚生労働大臣が定めるもので、5年毎に改定を行っています。

### 《主な改定ポイント》

#### ☆活力ある健康長寿社会の現実に向けて

高齢者のフレイル（虚弱）予防の観点から、総エネルギー量に占めるべきたんぱく質由来エネルギー量の割合（%エネルギー）について、65歳以上の目標量の下限を13%エネルギーから15%エネルギーに引き上げ。

#### ☆若いうちからの生活習慣病予防を推進

ナトリウム（食塩相当量）について成人の目標量を0.5g/日引き下げられ、男性：7.5g/日未満、女性：6.5g/日未満になりました。

#### ★当院での対応

肉や魚の1切れの大きさを増量。朝食の小鉢をたんぱく質が多めのメニューを1品増やすことによって、たんぱく質を増やしました。  
また、夕食の汁物を無くし、塩分を減量しました。



### ♪♪ 春のお花見弁当 ♪♪

4月7日に春のお花見弁当を提供しました。

病室からも満開の桜が見えるこの時期、入院中とはいえ、春を満喫していただきました。患者様からは、「部屋からお花見が出来てよかった。」「旬のメニューが良かった」と好評な意見をいただきました。

決められた食事摂取基準の中でも、食事を楽しんでいただけるように、工夫した献立を提供していきたいと思えます。



## 介護付き有料老人ホーム

# オーシャンビュー倉敷

施設長 井上 富枝

介護付き有料老人ホームオーシャンビュー倉敷は、平成18年10月1日に夫婦部屋4室、個室44室の52名定員で開設しました。介護付き有料老人ホーム（特定施設入居者生活介護）は多様なレベルの利用者が入居されています。在籍年数の長い利用者様が大勢いらっしゃることは大変光栄で有難いことだと感じております。

また、平成31年3月1日にはショートステイ23床を併設し、地域の方々に住み慣れた自宅で生活を続けていただくため、より一層の支援ができる体制を整えました。

当グループは『誠心誠意 親切・やさしさ 心のケア』を理念とし、ふたつのオンリーワンがあります。一つ目は、夜間入浴です。夕食後の入浴は“お風呂に入るとよく眠れる”と開設以来好評いただいておりますので、これからも続けてまいります。二つ目は、空手道部で史上初の全日本実業団4連覇の記録を持っております。空手道部（職員）が、介護の他、空手道エクササイズ、ガンバルーン体操、レクリエーションやクラブ活動を行い、ご利用者様に“メリハリと元気”を提供しています。

私共職員は、常日頃より、安定した生活リズムを保てるよう支援するだけでなく、ご利用者様が居心地良いと感じ、自分らしくいられる「生活の場」の提供を心がけています。毎月の誕生日会や四季折々の歳時・演芸など、ご利用者様の“今を大事に過ごしていただくため”、まずは、ご本人のお話にしっかり耳を傾けることに取り組んでいます。

2階は瀬戸の島々の名前、3階は魚の名前の居室とし、どのお部屋からも瀬戸内の美しい景色を眺めながら、潮の香りを感じることができます。倉敷児島の地にある当オーシャンビュー倉敷へぜひ、ご見学においでください。職員一同、笑顔でお待ちしています。

最後に、オーシャンビュー倉敷が地域に必要とされる施設でありますよう精進してまいります。今後とも、よろしく願い申し上げます。



住所：倉敷市児島下の町9丁目17-17

TEL：086-470-0566

発行者：倉敷市立市民病院 住所：〒711-0921 倉敷市児島駅前2丁目39番地  
TEL：086-472-8111（代表） FAX：086-472-8134（連携室直通）  
<http://www.city.kurashiki.okayama.jp/kojimahospital/>