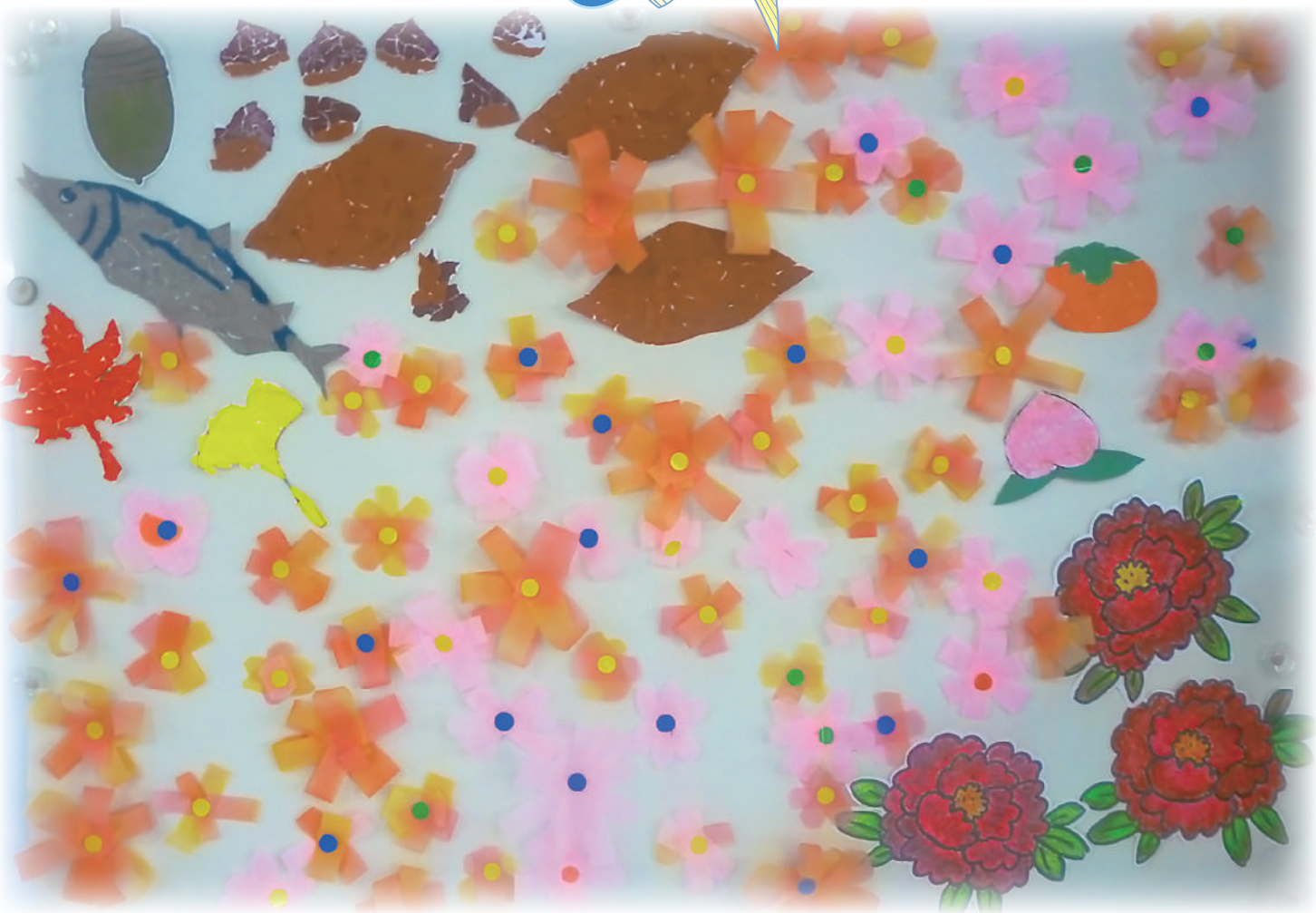
SOCIAL MEDICAL CORPORATION
GIJUN-KENSYOKAI TANEGASHIMA MEDICAL CENTER INFORMATION
社会医療法人義順顕彰会種子島医療センター広報誌

へいじろう

HEIJIRŌ

TANEGASHIMA MEDICAL CENTER
種子島医療センター

2023 秋
令和５年 11 月 10 日
第 67 号



回復期リハビリ病棟作品

もくじ

P1…髙尾院長の講話より
P2…鉄砲祭りへ参加しました
P3 ～ 4…診療看護師 竹之内 卓さん Part Ⅱ
P5…体操の紹介
P6…ケアカフェたねがしま開催／新入職員の紹介
P7…市政の窓へ掲載

種子島医療センター HP
↓

広報誌〝へいじろう〟は当院のホームページでもご覧になれます。

髙尾院長の講話より

ウクライナと種子島－戦禍の国から学ぶ－

種子島の秋。青く高い空を見上げているとふと思い出したことがある。

「戦火のウクライナから鹿児島市に避難している学生3人が、種子島を初めて訪れ、地元の高校生25人と交流した。互いの国の文化を教え合い、文学やアニメといった趣味の話にも花が咲き、「新しい友達ができた」と笑顔が広がった」

昨年末12月22日付の南日本新聞に掲載された記事である。

私たちはコロナ禍から多くのことを学び、ウクライナの戦禍からも学んでいる。2つの原爆を落とされ地獄と化した広島と長崎、大空襲で焼け野原となった東京。今の日本は、「無」と化した焦土から復活した。減少していく戦争体験者たち、風化しつつある戦争の記憶。私たちには忘れてはならない「歴史」がある。今、連日のウクライナ情勢のニュースを見聞きしながら、私たちほど平和の恩恵に浸っている国民はいるだろうかと考えてしまう。

アイザック・ニュートンの言葉に「天体の動きは計算できるが、人の狂気は計算できない」がある。プーチンの狂気が世界の秩序と平和、食料とエネルギーの供給を狂わせて1年半が過ぎようとしている。その中で、日本は平和を謳歌、戦禍から目をそらし、ラグビーWCでの日本の活躍に嬉々とし、大谷翔平選手の負傷に落胆、ホームラン王獲得にホッとし、1年後のパリオリンピックを待ち焦がれる。それは平和を求める私たちの中のささやかな狂気なのかもしれない。

地球規模のCov-d-19パンデミックとロシアのウクライナ侵攻は、21世紀の世界的事件として、歴史教科書に記述されるに違いない。私たちはその真っ只中に生きている現実に驚愕するばかりだ。ウクライナから避難し、種子島を訪れた学生たちは今頃どうしているだろうか。その後の報道は途絶えているが、きっと鹿児島あるいは日本のどこかでたくましく生活をしていると信じたい。

ゼレンスキー大統領が国連安保理で悲痛なまでに訴えたウクライナ復興。1945年の国連創設当初からの原加盟国なのだが、「しあわせの国」になるには、これから何年の時が必要なのだろうか。

そして、「しあわせの島」種子島の平和は、果たして永遠に続くのだろうか。すべては、種子島に住む若いあなた達にかかっているのだが・・・。

髙尾院長の講話より

mRNAとアト秒、Zの衝撃

まだ、覚えているだろうか？ 今年のノーベル医学生理学賞は、mRNAを利用してCov-d-19ワクチンを開発した2氏に贈られたことを。人類を感染症から救い、mRNA創薬の扉を開いた功績は大きく、mRNA創薬は益々活発になり、近い将来、癌および難病に対する新規の薬が開発される可能性がある。

一方、物理学賞は、アト秒というごく一瞬だけ光るレーザーを使って物質中の電子の動きを捉える手法を開発した3氏が受賞した。アトとは聞き慣れない言葉だが、「100京分の1」という意味で、1アト秒は、1秒を10の18乗で割った長さ、と言われても理解困難な世界の話なのだが・。物理学賞に相応しい点は、電子の動きを捉えることで、高性能な半導体や量子コンピュータの開発につながり、癌などに関連する血液中の分子を見つけ出す新規の診断法開発に繋がる、らしい・・。

が、何と言っても、我々のビッグニュースは、藤井聡太棋士が若干21歳で将棋界すべてのタイトルを制覇し八冠となったことだ。彼は90年代半ば～2000年代初頭に生まれたZ世代の代表とも言える。子供の頃からパソコンやスマホのあるネット環境の中で育った世代。少なくとも我々が育った環境とは著しく異なる環境で育ってきた。だとすれば、これからの医療界でもZ世代の活躍が期待されるのではないか。

DX医療を駆使できる能力を生まれながら身につけている、こんな頼もしいことはない。mRNAやアト秒の世界は私たちの医療と繋がり、新しい医療を生み出し、これまでの難病に対する治療を一変する未来がある。その新規医療を使いこなす若者が必要なのだ。Z世代が活躍する近未来は、都会も田舎も離島も同じ医療の恩恵を受けることになるだろう。

100年先の未来から振り返ったとき、コロナ禍の3年間は新しい科学の始まり、そしてZ世代の台頭を導いた衝撃の時代と記憶されるかもしれない。

第54回 鉄砲まつり
団体手踊りに参加しました

『種子島鉄砲まつり』が4年ぶりに通常開催され、種子島は久しぶりに活気を取り戻しました。

種子島に鉄砲が伝来してから480年となる今年は、まつりの前日、8月19日（土）に「鉄砲伝来480周年 全国火縄銃大会」が開催され、全国から火縄銃団体が一堂に会し、戦国時代を彷彿させる装束に身を包んだ鉄砲隊が次々と火縄銃を打ち放ち、迫力ある発砲音で会場を大いに沸かせました。

当日の20日（日）は、火縄銃の号砲を合図に太鼓山行列で祭りがスタート。太鼓山、ご神幸行列、女山車に続き、14もの子供みこしが見物客で賑わう市内を練り歩きました。午後からは鉄砲伝来の歴史を再現した南蛮行列、団体手踊りが行われ、種子島医療センターからは総勢100名の職員が参加し、猛暑の中、久しぶりの祭りを楽しみました。

スペシャリストインタビュー

診療看護師 竹之内 卓 さん Part2

～ 種子島初の診療看護師として移住して ～

診療看護師（NP：ナース・プラクティショナー）とは、医師サイドにたった診療を一定の制限で行える看護師のこと。アメリカで始まり50年以上の歴史がありますが、日本では2015年10月から施行された新しい資格です。全国に664人（2023年1月時点）と認定者数はまだ多くありませんが、2022年に竹之内卓さんが当センター初の診療看護師として着任されました。医療資源が乏しく、超急性期から慢性期、在宅まで横断的に関わる離島医療にとって「治療」と「看護」の両面から活躍できる診療看護師の存在は大きな力となります。へいじろう61号に続き、移住2年目となった今、診療看護師の竹之内卓さんに種子島での診療看護師の役割、やりがいや魅力について話を伺いました。

「診療看護師の資格を取得した理由を教えてください」

鹿児島大学病院で消化器外科病棟、ICU、救命救急センターを歴任するうちに、看護師の役割拡大に興味を持ちました。看護師特定行為研修を受講し、特定行為研修センターの指導者として様々な医療現場を経験する中で、患者様を身体的側面だけでなく、精神的・社会的側面からも包括的に捉え、より科学的に、適切に、タイムリーに、倫理的に考察する思考過程を身に着ける必要性を感じ、診療看護師を目指そうと決めました。

「どのようなことができるようになるのでしょうか」

例えば手術助手や腹腔穿刺など、より広い範囲の医療行為を行えるなど、医師に近い働きを担います。医師が不在であってもタイムリーな処置ができ、シームレスなケアを提供できるのは、診療看護師の大きな魅力です。

「診療看護師としての最初の勤務地に種子島を選んだのはなぜですか？」

看護師特定行為を学ぶ中で、離島医療では看護師がより自立して対応していく必要があると強く思うようになりました。実は、学生の頃から離島医療の実習や研修活動に多く参加し、離島の風土やそこに住む方々の優しさに触れるうちに、いつか離島で働きたいと思っていたことも大きな理由です。

大学院卒業後の勤務先として様々な離島・僻地の医療現場からお誘いのお声をいただきましたが、種子島を選んだのは、超急性期から慢性期、在宅までより総合的な医療を提供している当センターなら、これまで学んだことを役立てられる機会が多く、診療看護師としての役割を果たせる最適の場であると感じたからです。

「当センターで働くにあたって何かサポートはありましたか？移住に不安はありませんでしたか？」

コロナ禍が始まった頃にちょうど大学院に入学し、資格取得のために病院でアルバイトをしながら学校に通う間、奨学金などの金銭的援助だけでなく精神的にも支えていただきました。種子島へは家族で移住したのですが、初めての離島生活で住居探しに難渋していたところ、こちらの希望にぴったりの住居を見つけていただいて助かりました。電気や水道といったインフラや生活環境についても丁寧に教えていただき、来島してすぐに家族一緒に生活を始められました。

「現在、病院ではどのような仕事をされているのですか」

修得した知識や技術を生かし、救急外来や入院病棟でタイムリーかつ医学的根拠に基づく適切な検査や処置を行っています。最近は看護スタッフから仕事のことなど様々な相談が増えてきて、少しずつですが診療看護師として貢献できているのではないかと感じています。

「院外での活動も増えているようですね」

これまでの学びや経験を活かし、看護系の専門学校や大学を訪問する求人活動や大きな会場での合同就職説明会に参加するなど、西之表市での医療の担い手を増やすための活動を行っています。また、西之表市の看護専門学校の分校を設置する活動にも積極的に参加し、種子島の方が種子島で看護師になれる体制を作り上げたいと考えています。こういった求人活動の中では、市役所の方々をはじめ多くの地域で働く方々と深くお話しをする機会も多く学びの多い知見の広がる経験をさせてもらっています。

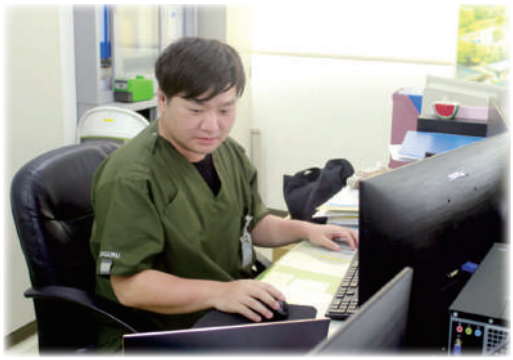
「種子島での診療看護師としてのやりがいはどんなところですか」

私が着任して最初に感じたことは、種子島の看護師の技術のレベルや判断力は非常に高いということです。地理的なハンデがありながらもそれを素直に受け止め、様々な有事を少ない人数でありながらも立ち向かい乗り越える力は、本土の大病院では鍛えられない能力であると思います。ただその中でも「これでいいのかな」「これが正しいことをしているのか」と迷う点が多くあると聞きます。そこで私は科学的根拠や倫理的観念に基づいた助言や技術の提供を行い、スタッフが安心して医療・ケアを提供できるように導く存在になることが使命だと感じております。自分の持ちうる知識や技術を、離島で働く看護師に継続的に提供することで、島全体の医療の質を上げることにつなげられると考えています。

「移住されて1年が過ぎましたが、島での生活は慣れましたか?」

素晴らしい自然と温暖な風土、親切な方々に囲まれていると感じています。慣れない私たち家族を気遣い、いろんな方々が気さくに話しかけてくださったので、島の生活にすぐに溶け込むことができました。

上司や同僚、近所の方々からブロッコリーやスナップえんどうなどの野菜をいただくことも多く、親戚のように接していただいています。種子島にはサーフィンやロケット打ち上げ、ウミガメの産卵などまだまだ未経験の楽しみが多いので、2年目の今年は家族でどんどんチャレンジしていきたいと思っています。



「仕事では何か変化がありましたか?」

今年度はこれまでの副看護部長としての業務に加え、急性期外科病棟の副看護師長も拝命致しました。ここまでは対外的な仕事が多く、病棟システムをしっかり把握していませんでしたが、今後は病棟のスタッフと力を合わせ入院管理での安全・安心・安楽な質の高い看護の提供も併せて目指していきます。

「離島医療や診療看護師に興味を持っている方々へメッセージをお願いします」

正直なところ医学的な知識だけを考えると、本土の方が医療を学ぶ機会は多いと思います。しかし、特有の地域性や風土、自然豊かで住んでいる人々の優しさ、時に自然の激しさや厳しさを直接肌で感じられる種子島で暮らし、仕事をしたこの1年は、自分自身が一人の人間として成長したと強く感じています。医療資源が限られる種子島では、診療看護師として活躍できる部分が多くあり、一人ではなかなかクリアできない問題も、当院のスタッフの力を借りれば必ずクリアでき、理想の働きができるのではないかと感じています。離島医療に少しでも興味があるなら、ぜひ体感してもらいたいと思います。当院で、種子島の地で私たちと一緒に働きましょう!

肩こり体操

肩こりの原因かもしれません！

肩こり原因チェック表

- □ 姿勢が悪い
- □ 冷え性だ
- □ なで肩だ
- □ 運動不足だ
- □ ストレスが多い
- □ 今の枕があっていない
- □ 筋力量が少ない
- □ 目が疲れやすい
- □ 生真面目な性格だ
- □ 歯の噛み合わせが悪い
- □ 食生活が不規則だ
- □ 同じ姿勢が続くことが多い

すぐにできる肩こり改善ストレッチ

・片手を反対側へ伸ばし
片方は止める
（左右交互に10秒）

・肩をグーと上にあげる
・肩をストンと下に下げる
※深呼吸しながら5回程
行ってみましょう。
肩の血流をよくします。

・両手を背中で合わせて
頭を上げ下げ
☆ポイント☆
→頭を上げるときは背筋を
伸ばす！下げるときは、
背中を曲げてみましょう

第7回 ケアカフェたねがしまを開催しました

令和5年9月22日（金）にケアカフェたねがしまが開催されました。当院の緩和ケア委員会では、島内の医療・介護職の皆様を対象に、ケアカフェたねがしまを開催しています。ケアカフェとは、医療者、介護者、福祉者の集まりであり、顔の見える関係づくりと日頃のケアの相談などができる場になればという想いから開催されています。各関係機関から、様々な職種の方にお越し頂いており、今回で7回目を迎えることができました。

今回は3つのグループに分かれて、「地域で支える緩和ケア」をテーマに皆さんがそれぞれの思いや考えを話し合いました。当院消化器外科の佐竹先生がマスター（進行）をつとめ、各グループからも沢山の活発な意見が出ていました。多職種で意見を出し話し合うことは、日頃のチーム医療の場においても重要であることを再認識できたように思います。これからも、各関係機関と密に連携を取り合い、より良い地域医療の提供ができるように継続したいと思います。

（地域医療連携室　加世田和博）

新入職員紹介

小児科医師 西 遼太郎（にし りょうたろう）です
出身地：鹿児島県
趣味：お酒を呑む
種子島の医療に微力ながらも貢献できるように精進致しますのでどうぞよろしくお願い致します。

看護師 中野 麻衣子（なかの まいこ）です
出身地：中種子町
趣味：サーフィン、園芸、養蜂
20年ぶりに地元に帰ってきました。この美しい島で地域貢献できるよう精一杯頑張ります。

臨床工学技士 蝦名 美怜（えびな みさと）です
出身地：栃木県
趣味：ドラマ鑑賞
種子島へ来て2年が経ちました。地元には海がないので、毎日綺麗な海が見れて嬉しいです。1日でも早く患者様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願いします。

看護師 山田 優花（やまだ ゆうか）です
出身地：長野県
趣味：旅行、ゴルフ
南の島に住んでみたいと思い種子島に来ました。
よろしくお願い致します。

看護師 吉武 千香子（よしたけ ちかこ）です
出身地：北九州
趣味：乗馬
10月28日に到着しました。セミが鳴いていてビックリ！！

看護師 番地 ゆか（ばんち）です
出身地：青森県八戸市
趣味：ゴルフ、ジョギング
　　アウトドア
お酒大好きです。呑みに誘って下さい！

看護師 諸井 唯菜（もろい ゆいな）です
出身地：北海道
趣味：スノボ
残りの期間、楽しみながら頑張ります

市政の窓 にも
掲載しています！
ぜひ、ご覧ください！

タメになんろーな
見らんばやろー