

へいじろー 33

HEIJIRŌ










2024 夏
令和6年8月10日
第70号



収穫前の稲穂

撮影者：地域医療連携室 岩澤

もくじ

-  P1…高尾院長の講話より／鹿児島県医師会長賞
-  P2…脳神経外科森川先生より「慢性硬膜下血腫」について
-  P3…公開講座「胃・大腸カメラについて」が開催されました
-  P4…つながる想い in かごしまに参加しました
-  P5…「頸・体幹・肩」体操の紹介
-  P6…電話番号変更のお知らせ
-  P7…市政の窓へ掲載してます

種子島医療センター HP はこちら⇒



高尾院長の講話より マッチョは病院を元気にする？

常々思っていることがある。種子島は予想に反して車社会で、しかも喫煙者が多く、住民は歩くことをしない。70歳を過ぎると足腰が弱くなり、喫煙者はCOPDとなり、転倒骨折、嚥下性肺炎などでの入院が多い。本院の職員たちもその中の一人なのだろうか？元気な病院はまず職員が元気でなければならぬのだが・・・。

最近、マッチョだらけの介護施設が業界に旋風を起こしているらしい。TV番組でマッチョを集めた事業所の特集があった。知的障害者の介護では確かに力が必要だ。マッチョの介護士たちはたくましい腕で悠々と要介護者を介助する。介護される方も安心して任せているように見受けられる。今では「マッチョ介護」の言葉が定着したという。

ビジョナリー(株)は障害者・障害児向けの介護施設を全国で展開している福祉企業で、従来の募集では殆ど応募者がいなかったのだが、マッチョな介護士を募集したところ応募者が急増し、2018年には、福祉業界として初めての「フィットネス実業団」の設立に至った。ボディコンテストに出場する選手を「企業の顔」として雇用するのだ。この実業団の制度が面白い。1日の業務内訳が、福祉現場での業務が6時間、筋トレが2時間となっている。

丹羽悠介氏(フィットネス実業団創始者)の以下の言葉は逆説的だが的を射ている。

「人材不足を解消するコツは、採用のハードルを下げることでない。逆にハードルを上げて適した人材を選び抜くことだ」
「介護する人ほど、“遊び人”であってほしい。人生が充実していないと、他人を元気になんてできない」

ところで、みなさんは本院に院内ジムを設置したことをご存知だろうか？もし、あなたがマッチョを目指すとしたら、これまでの医療業務に何かしら良い変化を起こすかも知れない。マッチョとまではいかないまでも、医療者として健康を維持する方法の一つとして積極的に活用して頂きたい。

院内ジムは職員であれば男女区別無く、年齢制限も無く、誰でも利用できる。ジムになれていない方には指導員がいる。あなたの筋力アップが患者のしあわせに繋がるとしたら、それが「病院が元気」の証の一つとなる。

鹿児島県医師会会長賞 (看護業務功労) を受賞されました

今回このような賞をいただき、誠にありがとうございました。21歳で名古屋の看護学校を卒業し、数年勤務し、地元、種子島に帰ってきました。結婚後、当院に勤務し、早いもので、もう27年以上経つようです。すっかり歳をとりました(笑)。仕事を続けてこれたのは、一緒に働いたスタッフの皆さま、友人、家族の支えがあったからこそです。日々、感謝しながら、残り少ない看護生活を送りたいと思います。この度は、本当にありがとうございました。

橋口みゆき



整形外科に配属され27年、自分なりに一生懸命頑張ってきました。仕事が忙しく大変な時もありましたが、周りの仲間や医師に助けられ本当に周囲に恵まれていると日々感じております。「あなたが居てくれて本当に良かった」と言われた事もあるし、その度に自分の仕事が誇らしく思えます。そんな私がこのような賞を頂くことができとても嬉しく思うと共に、これからも島の地域医療を支える一助となれるように力を尽くしていきたいと考えます。

中野美千代

脳神経外科 森川将行先生より 『慢性硬膜下血腫』について

慢性硬膜下血腫は、脳神経外科領域で症例数の多い手術のひとつです。今回は、慢性硬膜下血腫の病態と手術について説明します。

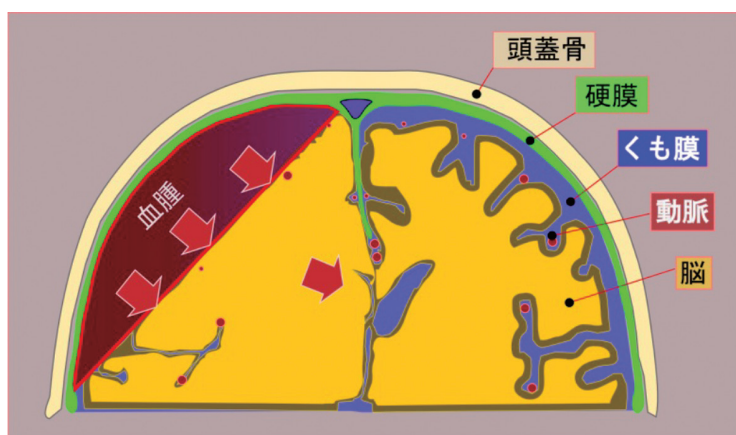
主要症状と病態は？

慢性硬膜下血腫は、頭蓋骨の真下にある硬膜という厚い膜上の組織と脳の間で液体状の血液（ウスターソースの様な）が貯留し脳を圧迫する病気です。血腫が貯留した場所（特に左右）、貯留した量に応じて様々な症状（頭痛、運動麻痺、認知機能障害、言語障害、痙攣発作、重篤な場合は意識障害）が出現します。

多くの方が発症1〜2ヶ月前に頭部打撲を経験しています。明らかな頭部打撲が無くても尻もちをつく程度の転倒や、中には外傷のない方でも発症することがあります。

治療法は？

貯留した血腫が少量で無症状の場合（多くは、たまたま頭部のCTやMRIを行って発見される場合）、経過観察中



に治癒していくこともありませんが、貯留の量が中等量以上で症状がある場合、症状は進行性であり外科治療をしなければ改善が見込めないことが多いです。

手術は局所麻酔で行います。皮膚に3〜4cm程度の切開を設けて、特殊なドリルで頭蓋骨に1cm程度の穴を開けます。メスで硬膜を開いて貯留した血腫にシリコン製の管を挿入し血腫を取り除きます。皮膚を縫合して手術を終了します。手術時間は30分くらいです。



手術の合併症は？

比較的低侵襲な手術であるため、高齢の方でも可能な手術ですが、出血、感染などの合併症を来す可能性があります。また1〜2割の方は術後数週間から2ヶ月程度の間に再発し、再手術が必要となる場合があります。

当院での手術成績

昨年度、当院での慢性硬膜下血腫の手術件数は19件で、手術合併症はなく、再手術が必要となったのは2件でした。

種子島医療センター公開講座

『胃・大腸カメラについて』が開催されました

2023年『がんの統計』の報告によると、男性のがん死亡数第1位は肺がん、2位大腸がん、3位胃がん、女性の第1位は大腸がん、2位が肺がん、5位は胃がんとなっています。日本人の2人に1人が、一生のうちにかんと診断される可能性があるとされていますが、検査や治療の進化により前ほど怖い病気ではなくなり、**早期発見・早期治療**によってリスクを軽減し、克服できることがわかってきました。

社会福祉法人 鹿児島県 種子島医療センター 共催 種子島地区医師会
種子島医療センター 種子島地区医師会
種子島医療センター リハビリテーション広域支援センター

公開講座

テーマ 『胃・大腸カメラについて』
～胃と大腸の内視鏡を用いた検査と治療～

講師 種子島医療センター 消化器内科 部長 **宮田 尚幸** 先生
第1種消化器内視鏡技師 **荒木 敦** 副部長

日時 令和6年 **5月19日(日)** 10時00分～12時00分
(受付：9時30分～)

参加費 **無料** 定員 **60名**

場所 **西之表市民会館 3階 301会議室**

※WEB (Zoom) で同時開催
申し込みは、QRコードもしくはお電話ください。
申し込み締切 **5月16日(木)** 申し込みフォーム

主催：種子島地区医師会 協賛：種子島医療センター 後援：種子島市 種子島地区医師会
【お問い合わせ先】 TEL：22-1789 緊急企画改善室

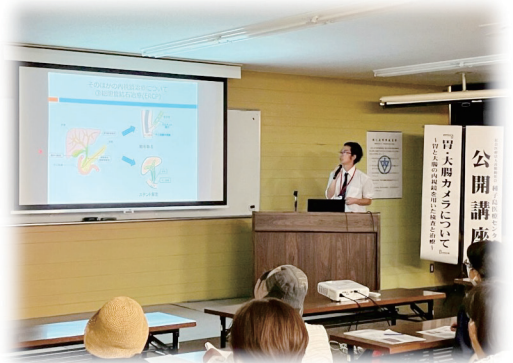


死亡率の高い胃がんや大腸がんの**早期発見**に非常に有効なのが**内視鏡検査**です。種子島医療センターでは胃カメラ、大腸カメラを合わせて年間約2000件もの検査を実施しています。もともと多くのおみなさんに**早期発見・早期治療**の重要性を理解していただくため、5月19日、西之表市民会館にて『胃・大腸カメラについて』をテーマに市民公開講座を開きました。

講師は当院の消化器内科部長の宮田尚幸医師、消化器内視鏡技師の荒木敦看護士が務め、荒木さんは自己紹介を交えながら普段聞くことができない消化器内視鏡技師のことや当院の内視鏡検査について説明。宮田先生は、内視鏡検査の歴史を交えながら最新の内視鏡検査治療についてわかりやすく紹介し、病気予防のための検査の必要性を呼びかけました。講演後のパネルディスカッションでは、参加者の方から具体的な質問も寄せられ、内視鏡検査への不安も払拭されたようでした。

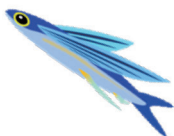
当院では体への負担の少ない検査や治療を心がけております。症状がない段階で**早期**に発見し、**早期治療**を行うことが胃がんや大腸がんを予防し、健康寿命を延ばす秘訣です。定期検査はもちろんですが、次の症状が気になる方は、早めに消化器内外科、内科外来での検査をお勧めします。

- ・ 食事をした時に飲み込みにくさを感じる
- ・ 胸やけ症状がある
- ・ 食欲がない
- ・ 便が黒っぽい
- ・ 吐き気がある
- ・ おなかの違和感や痛みがある
- ・ 体重が減ってきた
- ・ 下痢や便秘が続く
- ・ 便が赤っぽい、または細くなってきた
- ・ **便潜血検査が陽性**



“つながる想い in かごしま” に参加しました

令和6年5月12日(日)かごしま県民交流センター大ホールおよび県政記念公園にて「つながる想い in かごしま」がんとともに生きる」が、つながる想い in かごしま実行委員会の主催、NPO法人や患者会共催で開催されました。
がん患者様・ご家族・遺族、県内医療機関のがんと相談支援センター等から多くの方々に参加されたこのイベントは、がん患者支援活動のためのチャリティ・イベントとして、アートやパネルの展示をはじめ、がん患者サロン等盛りだくさんの内容で開催されました。



その中でも、ドラマ『赤鼻のセンセイ』のモチーフになられた副島賢和先生(昭和大学大学院保健医療学研究所准教授・昭和大学附属病院院内学級担当)による講演会には多くの方が聴講されていました。先生による「傷つきのある子どもへの回復・成長のためのかかわり」院内学級の子ども達が教えてくれた大切なこと」と題した講話の中で、対象の子ども達と「徹底的に寄り添う」先生の姿は、日々医療ソーシャルワーカーとして患者様とご家族と接する私の業務にも通じるものがあり、多くの学びを得ることができました。

イベント当日は激しい雨にみまわれましたが、参加者の皆様の明るく前向きな笑顔に沢山の元気をいただきました。「へいじろう」をご覧の皆様、来年は是非参加してみませんか。多くの学びと元気をいただけたと思います。

(地域医療連携室 岩澤あかり)



リハビリテーション室より 『頸・体幹・肩』体操の紹介



10秒保持
3セット

◎首のストレッチ
下・上・左右の方向に首を傾けストレッチを行う。



左右10回
ずつ



◎身体のストレッチ
身体を捻る・横に倒しストレッチを行う。



10秒保持
5セット

◎腕のストレッチ
腕を胸の前でくみ、肘を伸ばすようにストレッチを行う。



10秒保持
5セット

◎肩挙上運動
タオルを使用し耳の高さまで上げる。



◎肩伸展運動
肩甲骨を寄せ、腕を後ろの方向に伸ばす。

4/1 から 電話番号が変わりました

2024年4月1日（月）よりナビダイヤルを導入します。
患者さんやご家族からのお問い合わせは、こちらの番号を
ご利用ください。



0570-09-0960

（受付時間 平日 8:30～17:00）
緊急は時間外・休日も受け付けます

> 詳しくはこちら

自動音声案内サービス「ナビダイヤル」のご案内

電話の混雑緩和、サービス向上のため、2024年4月1日より患者さんやご家族からの問い合わせ専用自動音声案内サービスを導入します。それに伴い病院の代表電話および予約センター電話の番号が変更になります。大変お手数ですが、登録番号を下記のナビダイヤルに変更をお願いいたします。なにとぞご理解ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

自動音声ガイダンスに従い、以下の番号をお選びください。ご用件ごとに関連部署がお伺いいたします。番号はガイダンスの途中でも選択できます。

※音声ガイダンスが流れている間の通話料はかかりません。

※番号通知を頂いたお電話のみ、お受けしております。番号非通知の方におかれましては、電話番号の前に「186」をつけてダイヤルするなど、番号を通知しておかけください。

※休日および時間外については上記の通りではございませんので、ご了承のほどよろしくお願い申し上げます。

2024年4月1日現在



ナビダイヤル/予約センター

0570-09-0960

受付時間 8:30～17:00（平日）
※緊急は時間外・休日も受け付けます

- ① 診察のご予約に関するお問い合わせ
- ② 診察・健診・医療費等に関するお問い合わせ
- ③ 入院等に関するお問い合わせ
- ④ 病棟等に関するお問い合わせ
- ⑤ その他お問い合わせ

- ① 2階病棟
- ② 3階西病棟
- ③ 3階東病棟
- ④ 4階病棟

夏風邪には
手足口病 ヘルパンギーナ
咽頭結膜熱などがあります。
予防には、基本的な
感染対策が大切です。

**熱中症も夏風邪も
予防が重要**

夏を元気に過ごすために・・・

こまめな水分・塩分補給
十分な休息
手洗い
咳エチケット

規則正しい生活を心がけましょう

小児科
塩川 直宏

社会医療法人 義順顕彰会
種子島医療センター
病院長 高尾 尊身
TEL: 0570-09-0960

あなたは大丈夫？
高齢者の転倒による骨折

高齢になると太もものつけ根の骨折が増えます。

転倒 → 骨折 → 安静 → 寝たきり

令和6年7月1日より
おむつセット
導入いたします。
(入院患者対象)

整形外科
瀬戸山 傑

予防や治療について詳しくは整形外科にご相談ください。

社会医療法人 義順顕彰会
種子島医療センター
病院長 高尾 尊身
TEL: 0570-09-0960

改めて **考えてみよう！**
身近な皮膚について

①周りの刺激からの防御
(清潔、保湿などスキンケア、日焼け止め、服装)

②警報器である皮膚の変化
日頃から注意しましょう！

～皮膚は全身を覆い内臓を守る警報器付き城壁のようなもの～

内側
内臓疾患
アレルギー
心

皮膚
紫外線
有害動物
ムカデ・ハチ等

外側
有害植物
ハゼの木等
微生物
ウイルス・光等

皮膚病とは...
皮膚の内外からの攻撃に
対して城壁が破壊されない
過剰に反応した状態

気になる症状のある方は皮膚科外来にご相談ください。

皮膚科
瀬戸山 充

社会医療法人 義順顕彰会
種子島医療センター
病院長 高尾 尊身
TEL: 0570-09-0960

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