

はばたき

【理念】

「地域に密着した医療を提供し、
安心して暮らせるまちづくりに貢献します。」



～表紙の紹介～

「ビオラ」(びおら)

スマレ科スマレ属の花です。パンジーより小さくて、
可愛い花です。フランス語で「もの思う」、花言葉
は「誠実、信頼、忠誠」など、良い言葉ばかりです。
春先に長く楽しめる花です。

編集・発行／河北中央病院 広報アピール委員会 発行月／平成 28 年 5 月

〒929-0323 石川県河北郡
津幡町字津幡口 5 1 番地 2

TEL 076-289-2117 (代) FAX 076-289-5462

E-mail : hospital@town.tsubata.lg.jp

ホームページ : <http://kahoku-hp.jp/>



新たな気持ちで H28 年度スタート！

先月、新年度が始まりました。当院では、医師や事務員の交代、新たに職員として採用となった看護師やリハビリ担当職員等、初々しさとちょっとした緊張感など、この季節ならではの1ヵ月でした。

昨年の4月から当院の内科医として勤務されていた「梶喜一郎」医師と「宮川太郎」医師が、今年4月の人事異動により、小松ソフィア病院、富山市民病院に転任されました。

石川県済生会金沢病院に勤務されていた「木田明彦」医師、砺波総合病院に勤務されていた「山口かおり」医師がそれぞれ着任されました。

これまでの梶・宮川医師同様、よろしくお願いたします。

また、前号の「はばたき」で紹介しましたが、本年度より運営面や、職員数の増員など次の3点について、大きな変更となりました。

■外来診療日変更

4月より切れ目のない医療提供、診療所との外來機能的分担、午後手術枠・内視鏡検査枠の拡大、入院患者数の不均一の解消など考慮した結果、木曜日の午後も診療を行っております。

◎下記のとおり変更となりました。

- ★木曜日…毎週午後休診⇒**毎週午後も診療します**
- ★土曜日…毎週午前診療⇒**第2・4土曜日の午前のみ診療します。**

◎各科の隔週土曜日（第2・4）午前の診療

- ★内 科 通常通り診療します。
- ★外 科 紹介・救急の患者様のみ診察します
- ★整形外科 休 診（**金曜日・全日休診**）
- ★眼 科 通常通り診療します。
- ★健 診 休 診（ただし、個別健診の内視鏡検査のみ行なっています）

※なお、医師の都合により休診となる場合もございますのでご理解をお願いいたします。

■地域包括ケア病床 12 床⇒14 床に増床

当院の地域包括ケア病床を昨年12月より、6床から12床に増床いたしましたが、今年度の4月より14床に増床いたしました。

若い人であれば一般病床から早期回復、早期退院も一つの方法ですが、地域の高齢患者を支える当院としてはリハビリ・退院支援の必要な患者様には地

域包括ケア病床に転床を行い、無理な早期退院を行わず、日々の生活に支障のない状態に近い状態で退院していただいております。

■リハビリ療法士の増員

＝6人増員し、機能強化を図りました＝

入院期間を減らして早期の家庭復帰・社会復帰を実現するため地域包括ケア病床に入院中の患者さんの在宅医療をサポートするため、リハビリ療法士を6名増員（理学療法士3人、作業療法士2人、言語聴覚士1人）いたしました。

また、昨年9月より開所した通所リハビリステーション「つばさ」の更なる充実を図ってまいりますので、ご理解をお願いいたします。

当院のホームページが リニューアルしました

このほど、広報アピール委員会を中心に病院のホームページをリニューアルしました。今までのホームページは、少し暗いイメージでしたが、その暗いイメージを打開すべく、当院のイメージカラーでもあるピンクを基調として一転し、華やかでもあり、優しい雰囲気といたしました。

そして、今回は職員の笑顔の写真も多く使用して、当院の理念でもある『住民の方と顔の見える関係を築く』という目標に少しは近づけたのではないかと思います。

また、大好評だった介護者教室や休診情報など地域の皆さまに役立つ情報や現在準備中ですが、フェイスブック（face book）を備えており、順次新鮮な情報を発信してまいりますので、ぜひご覧になってみてください。 ※スマートフォン対応

◎ホームページアドレス <http://kahoku-hp.jp/>



足の付け根が膨らんだら

鼠径（そけい）部ヘルニアかも！！

立った時あるいは重いものを持った時などに、太ももや足のつけね（鼠径部、そけいぶ）に何か出てくる感じ、不快感や痛みを感じたことはありませんか？ひょっとするとそれは「鼠径(そけい)ヘルニア」かもしれません。以前は「脱腸」と呼ばれていて子供の病気と思われがちだったのですが、むしろ成人、特に40代以上の男性に多く起こる傾向にあります。

足のつけね付近のお腹の壁にはごく一部分に構造的に弱い場所があり、加齢により筋肉や身体の組織が衰えてくるとその弱い部分の隙間を通して脂肪や腸などお腹の中の組織の一部が、お腹の中の圧力により皮膚の下に飛び出てきます。そのため足のつけねに柔らかい膨隆(腫れ)ができますが、普通は寝たり指で押さえたりすると腫れは引っ込みます。



初期症状が軽度であるため通常は放置されることが多いのですが、経過に伴って次第に腫れが大きくなったり痛みの程度が増したりします。腫れが急に硬くなったり押さえても引っ込まなくなる場合もあり、お腹がひどく痛んだり吐いたりするようになります。これを鼠径ヘルニアのカントン（嵌頓）といい、緊急に治療をしなければ命にかかわる危険性も出てきます。

鼠径ヘルニアを治療するにはお薬では全く効果がありません。飛び出した組織をお腹の中に戻し、弱くなったお腹の壁を補強してもう飛び出さないようにする手術以外に治療方法がありません。最近では痛みも少なく短期入院で済む新しい手術方法が普及してきており、生活の質を考慮すれば、積極的に治療した方が良い病気です。当院でもこの手術を行っていますので気になる方は医師にお気軽にご相談ください。

ヘルニアとは・・・

ある臓器が体の弱い部分やすき間から他の部位へ出てくる状態をヘルニアといいます。これは体のいろいろな場所で見られますが、足の付けね付近で起こるものに鼠径ヘルニア、大腸ヘルニアがあります。鼠径ヘルニアは小腸が出てくることが多いため、昔に「脱腸」とよばれていました。子供と大人では原因が違います。大人の場合、年をとって身体の組織が弱くなるために起こることが多く、中年以降の男性に多く見られます。この成人ヘルニアは手術で治療することが必要です。



～もしもの時のために～

BLS(一時救急)を学ぼう！

3月8日(火)にヘルスケアプロバイダーの資格を持つ当院の亀田看護師と武田看護師を講師として、BLS(一時救急処置)を学ぶ会が開催され、心臓マッサージ(胸骨圧迫)、AED(心臓に電気ショックを与える機会)の使用方法など学びました。

病院に勤めている以上いつ何が起こるか分かりません。患者さんに何か異変が起こった時、一時救急

処置を行うことで、患者さんを助けられる可能性が格段に高まります。そのために職員1人ひとりが一時救急処置の能力を身に付けられるようにこういった訓練を続けます。



(胸骨圧迫行う様子)

～安心・安全に過ごせる病院を目指します～

3月・火災訓練（地震体験・消火訓練）

3月17日（木）当院の駐車場にて、起震車を使用した地震体験と消火器の使用訓練を行いました。

この訓練は、大地震を身をもって体験すること、自ら消火器の使用手順を知り、院内・院外問わず、火災現場に遭遇した際に消火活動を行えるよう職員1人ひとりの能力の向上を目的として実施しました。

今回の訓練では、起震車を利用して震度7の地震体験や消火器を使った消火方法などを教えていただきました。また、当院の消火栓を使用し放水体験も行いました。当日は医師、看護師、技師、事務職員など職員約40名が参加しました。



（起震車に乗っている様子）

起震車に乗ると、まもなく震度7の地震が発生しました。起震車とはいえ、今まで感じたことのない揺れや振動で座っていたイスから振り落とされるほどで、起震車から降りても足元がおぼつかない職員もいるほどでした。

消火器、消火栓の使用については、普段使用する機会がないので初めて放水する職員も多くいましたが、消防士の方々から教をいただき、使用できるまでになりました。

実際に消火栓を開け、水を放水するとホースを持つにもやっとなほど水の威力も凄まじく、消火活動するのに体力や技術も必要だと考えさせられました。

石川県で起こった地震といえば、能登半島地震が思い出されます。災害は起こらないことが1番ですが、いつ起こるか分からないのが災害です。

災害が起こった際の職員1人ひとりの災害対応能力を向上させ地域の皆様が安心・安全に過ごせる病院を目指してまいります。



（実施訓練は訓練の積み重ねが大事です）

～ひざ痛を予防しよう～

第2回 介護者教室

2月20日（土）、当院にて“膝（ひざ）痛を予防しよう”をテーマに第2回介護者教室が開催されました。

当日は津幡地区から36名もの参加があり、体力測定と座学、実技を行いました。講義は当院の川本理学療法士が勤め、筋力強化体操やひざ痛の人の床からの立ち上がり方を実践し、参加者はとても意欲的に参加していました。

途中にはひざ痛の人の日常生活での注意点について寸劇も交えて面白おかしく説明し、楽しい時間となりました。



（体操を行っている様子）

職員からのお話



～当院職員がリレー形式でお伝えします～

我が家の風物詩

看護師 坪坂 翼

我が家の後ろにピオトープ(人工池)があります。温かくなると、ピオトープからカメが上がってきて自宅の周りの道を歩いています。子供たちがカメを見つけると、自宅へ持ち帰ってきます。そこから、カメが我が家の家族に仲間入りします。

カメのエサやり、水替え、お散歩も気が向けば子供たちがやってくれます。近所の子供たちも大喜びでカメを見に来ます。



カメは冬眠するため、冬になる前にカメとはお別れします。近くの河北潟まで行き、草むらにカメを放ち、池へと送り出します。子供たちも「バイバイ」とカメとお別れをし、カメの姿が見えなくなるまで見送りします。別れのシーンですが、見ていると何とも微笑ましい光景です。

今現在、我が家にはまだカメはいませんが、これから暖かくなり、カメがやってくる季節が来ます。毎年やってくるカメは違うだろうけど、毎年決まって名前は【かめきち】です。

今年も、もうすぐ「かめきち～」と呼ぶ声が聞こえてきます。

病院で働いて思ったこと、感じたこと

病棟副看護師長 亀田 知恵

朝方、睡魔に襲われながら夜勤で廊下を歩いていると、お天気のよい日には窓の向こうから昇ってくる日の出を拝むことができます。

太陽の光が廊下一面に広がり一気に眠い目を覚ましてくれます。仏様に手を合わせるかのように日の出に向かい手を合わせる患者さんもいらっしゃいます。

昇る朝日に向かい患者さんは、早く自分の病気が快方に向かうよう祈っていらっしゃるのでしょうか。きれいな朝日を拝めると、こちらもちもちが前向きになります。

またこれからの季節、仕事を終える夕方には空一面を茜色に染める夕焼けや夕日が医科大の方向に広がります。個人的には、夕日百選に選ばれてもいいんじゃないの?と思うほど雲の形や太陽の大きさによって日々違う空を見せてくれます。一日の仕事を終えて手を洗いながら眺める夕焼け空に一日の疲れた身体を労ってもらえている気がします。

当院に長年勤務していますが、まだ4階の病棟からしか見たことはありません。きっと病棟から眺める以上の景色に間違いないでしょう。いつか屋上に出て真っ赤な夕焼けを見てみようと思います。



医療サービス室からのお知らせ

河北中央地域連携の会が開催されました

3月15日に当院の会議室で「第6回河北中央地域連携の会」が開催されました。

症例カンファレンス(2例)や当院の取組み(病棟の療養環境、DAXの利用方法、木曜午後診療等)、ミニレクチャー(糖尿病性腎症の診断・治療)などが行なわれました。

この医療連携の会は、年間4回程度開催いたしますので、今後ともよろしくをお願いします。



ニューフェイスの紹介

6つの質問に答えていただきました！

- ①趣味は？
- ②幸せを感じる時は？
- ③将来の夢は？
- ④当病院のイメージは？
- ⑤この病院でやりたいことは？
- ⑥意気込みを一言！

医師 木田 明彦



- ①釣り
- ②寝ているとき
- ③よい医者
- ④地域密着型病院
- ⑤内科全般
- ⑥よろしくお願いします

医師 山口 かおり



- ①ドライブ
- ②寝るとき
- ③のんびり暮らすこと
- ④アットホームな感じ
- ⑤少しでも多くこの地域医療に貢献すること
- ⑥笑顔で頑張ります

理学療法士 下 隼人



- ①銭湯巡り
- ②布団にいるとき
- ③世界一周
- ④みなさんやさしいイメージ
- ⑤糖尿病プロジェクトチームに入り、医療に活かしたいです
- ⑥立派な理学療法士になります

作業療法士 長森 奈々



- ①旅行
- ②おいしいものを食べているとき
- ③患者様から慕われる OT になりたい
- ④地域に密着した医療を提供している病院
- ⑤患者様のニーズにあった医療を提供したい
- ⑥早く仕事を覚えて、多くの患者様役に立てるよう頑張ります

理学療法士 鈴 尚樹



- ①DVD鑑賞 サッカー
- ②寝るとき 布団に入るとき
- ③娘1人・息子1人の家庭を築くこと
- ④地域から頼られている病院
- ⑤多くの人を笑顔にしたい
- ⑥精一杯頑張るのでこれからもよろしくお願いします

作業療法士 田中 里奈



- ①音楽鑑賞
- ②スイーツを食べているとき
- ③親しみを持てるような OT になりたい
- ④患者様と職員の距離が近い、和やかなイメージ
- ⑤患者様に寄り添って、よりよい OT を提供できるようにしたい
- ⑥勉強不足なことが多いですが、これからしっかり勉強していきたいです

理学療法士 洞庭 悠里



- ①ライブに行くこと DVD を見ること
- ②食事中
- ③韓国語をペラペラに話せるようになること
- ④温かい雰囲気がある
- ⑤病院の活性化のために貢献したいです
- ⑥立派な理学療法士になれるように頑張ります

言語聴覚士 新田 茜



- ①パン作り
- ②おいしいものを食べているとき
- ③大きな犬を飼うこと
- ④地域に根差した病院
- ⑤1日も早く仕事に慣れ、地域医療を担う病院スタッフの一員として皆様の力になりたい
- ⑥一生懸命頑張ります よろしくお願いします

主 事 橋本 美緒



- ①音楽鑑賞
- ②おいしいものを食べているとき
- ③気配りのできる人になりたいです
- ④地域に密着している病院
- ⑤早く仕事に慣れ、自分から進んで仕事をすること
- ⑥少しでも早く皆様のお役に立てるように頑張りますのでよろしくお願いします

看護補助者 平村 春菜



- ①アクセサリ作り 旅行
- ②飼い犬とたわむれているとき
- ③旦那と世界一周旅行
- ④地域に密着した病院
- ⑤スキルアップのために医療関係者との連携を学びたいです
- ⑥今できることを精一杯頑張ります

看護師 和久田 千夏



- ①旅行
- ②おいしいパン屋さんを発見した時
- ③ホエールウォッチング
- ④地域に根差した病院
- ⑤看護スキルの向上
- ⑥頑張ります！

看護師 本江 華奈



- ①カフェ巡り 旅行
- ②おいしいものを食べているとき
- ③健康体で暮らすこと
- ④地域に密着しており、患者さんに優しく丁寧に接してる
- ⑤1人1人の患者さんに対して丁寧に対応し、希望に沿った看護を行っていきたいです。
- ⑥早く慣れることができるように頑張ります

看護師 榎 益美



- ①読書
- ②子供の笑顔
- ③子供をもう1人産んで楽しく過ごす
- ④地域に密着した病院
- ⑤早く業務に慣れたい 看護スキルの向上
- ⑥一生懸命頑張りますのでよろしくお願いします

今年も無事、完走しました!!

=「利家とまつ」金沢城リレーマラソン=

第15回「利家とまつ」金沢城リレーマラソンが、5月15日(日)に開催され、ハーフコース(1周1.9キロを10名で11周を走る)に参加しました。

これまで「河北中央病院チーム」として本大会に6回参加しましたが、7回目の今回は久しぶりの2チーム参加することとなり、選手はもちろん応援団も力が入りました。

当日は、天候もよく気温も上昇しましたが、力を合わせ両チームともに無事完走することができました。



(和泉薬剤師)

頑張って!!~

(表 副院長)



(走る前にみんなで記念写真)

受付・診療案内

平成 28 年 5 月現在

《 受付 時間 》

午前 8:30 ~ 11:30 (再診受付機は 8:00 より受付できます)

午後 1:00 ~ 4:30 (第1・第3・第5 土曜日の午後は休診です)

《 診療 時間 》

午前 8:45 ~ 12:00 (婦人科は 9:30 ~ 12:00)

午後 2:00 ~ 5:00 (眼科は 1:30 ~ 5:00)

《 休 診 日 》

土曜日(第1・第3・第5)、日曜日、祝祭日、年末年始(12月29日~1月3日)

		月	火	水	木	金	土	
内科	午前	①	寺崎 (初診・健診)	寺崎 (初診・健診)	寺崎 (初診・健診)	木田 (初診・健診)	—	
		②	原田	原田	原田	—	原田 (初診・健診)	
		③	北島 (初診・健診)	山口	山口 (初診・健診)	山口	加藤 (循環器)	山口 (初診・健診)
		④	—	木田	松岡 (呼吸器)	木田	山口	木田 (初診・健診)
		⑦	—	石田 (神経内科)	—	—	金大医 (糖尿病)	—
	午後	診察	木田	山口	山口	原田	木田	休診
外科	午前	表	表	表	検査日※2	表	表 (紹介・救急のみ)	
肛門外科	午後	表 (紹介・救急のみ)	表 (紹介・救急のみ)	手術日※1	手術日※1	検査日※2	休診	
整形外科	午前	青木	青木	青木	青木	休診	休診	
	午後	青木※4	手術日※1	回診日※3	手術日※1	休診	休診	
眼科	午前	太田	太田	太田	太田	太田	太田	
	午後	手術日	太田	太田	太田 (予約のみ)	太田	休診	
皮膚科	午前	—	—	渡部	—	八田	—	
婦人科	午前	—	笹川	—	—	—	—	

※1 手術日のため休診ですが、手術がない場合は診察します。事前にご確認ください。

※2 木曜日の午前、金曜日の午後は検査のため、休診です。

※3 水曜日の午後は病棟回診のため、午後 1:00~3:15 までの受付です。

※4 整形外科の午後の診療は、予約、紹介、救急患者のみとさせていただきます。



今回から病院広報誌『はばたき』の編集に携わることになりました。初めての広報誌作りということで、戸惑う部分もありますが、これからも役立つ情報を分かりやすく、また読みたくなるような広報誌となるよう取り組んでいきます。

ご意見、ご感想をお待ちしています。E-mail: hospital@town.tsubata.lg.jp まで