

# ほやほや

福井赤十字病院広報誌

vol.058

平成29年4月発行

Japanese Red Cross Fukui Hospital

日本赤十字社 福井赤十字病院  
Japanese Red Cross Society

ご自由に  
おとりください。



撮影/先進中央棟 屋上庭園モニュメント(地球と握手)を囲んで

患者満足度調査 結果報告

心のこもった接遇を目指して

もっとクロス! 赤十字フェスティバルを開催

県内女性初 周産期専門医が誕生!!

消化器センターだからできること!

薬の飲み間違い防止に向けた試み  
自動精算機と会計窓口のレジを更新  
認定看護師紹介  
小学生に向けた出前授業を開催  
福井赤十字病院の  
退院支援の流れと特徴  
おむつ交換台とベビーチェアの設置  
ボランティアさんの手作り作品紹介  
心地よい目覚めのレシピ

栄養課  
おすすめ!

## 心地よい目覚めのレシピ

よい目覚めには、体内リズムが重要です。体内リズムとは、1日周期でリズムを刻む体内時計で、毎日決まった時間に3食をとることがその調整の要因のひとつです。特に朝食は、胃腸が活動することで睡眠中に低下した体温を上昇させ、体内時計をリセットするため大切です。他の要因として「メラトニン」があります。「メラトニン」とは覚醒と睡眠を切り替える働きを持つホルモンで、その分泌を調整するのが主に動物性食品に含まれるビタミンB<sub>12</sub>です。ビタミンB<sub>12</sub>は、貝類やレバーに多く含まれます。

慌ただしい朝は主食単品になりがちですが、偏った食事では栄養が効率良く利用されません。たんぱく質や野菜と組み合わせた朝食をとることを心がけましょう。

今回は、春が旬でビタミンB<sub>12</sub>を多く含むあさりと野菜を使った手軽なスープをご紹介します。

### <朝食におすすめ! あさりと野菜の具だくさんスープ>

#### 作り方

- 1 あさりは殻同士をこすりあわせてよく洗い、塩水につけて砂出しをする。
- 2 ジャがいもは2~3cmの角切りに、人参はいちょう切り、キャベツはざく切りにする。
- 3 鍋にオリーブオイルを入れて熱し、みじん切りにしたにんにくを炒める。香りがでたら①②をさっと炒め、水と酒を入れ、コンソメを加える。
- 4 ジャがいもが軟らかくなったら塩コショウで味をととのえ、きざみパセリをちらす。



#### 材 料 (2人分)

あさり.....70g(殻付き)  
新じゃがいも.....中1個  
キャベツ.....1枚  
人参.....20g  
にんにく.....1かけ  
オリーブオイル.....小さじ1  
コンソメ.....キューブ1個  
料理酒.....大さじ1  
塩・コショウ.....適量  
水.....300cc  
パセリ.....少々

#### エネルギー 1人分

エネルギー.....101kcal  
たんぱく質.....3.8g  
脂質.....3.2g  
炭水化物.....14.3g  
塩分.....1.7g  
ビタミンB<sub>12</sub>.....18.3μg  
(ビタミンB<sub>12</sub>の推定平均必要量は、1日2.4μg)

#### CHECK

ビタミンB<sub>12</sub>は、水溶性ビタミンです。数あるビタミンの中でも比較的熱に強い性質を持ちますが、水に溶け出すので汁と具、どちらも摂れる調理法がおすすめです。また、一定量以上は排泄されるので、毎日に摂るようにするとよいでしょう。

## 今回の表紙

### 医師としての第一歩をスタート

当院は、初期臨床研修医を教育・育成している施設です。今年も当院に、医師免許を取得した10名の初期臨床研修医が着任しました。

診療の場に、指導医と共に立たせていただく予定ですので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。多くの症例や様々な経験を通し、全職員と共に成長していただきたいと思います。



## + 福井赤十字病院

### 理念

人道・博愛の精神のもと、県民が求める優れた医療を行います。

### 基本方針

- 患者さんの権利と意思を尊重し、協働して医療を行います。
- 安全と質を向上させ、優しい医療を行います。
- 人間性豊かで専門性を兼ね備えた医療人を育成します。
- 急性期医療・疾病予防・災害時医療に積極的に取り組みます。
- 保健・医療・福祉と連携し、地域社会に貢献します。

〒918-8501 福井県福井市月見2丁目4番1号  
TEL.0776-36-3630代 FAX.0776-36-4133  
E-mail webmaster@fukui-med.jrc.or.jp  
http://www.fukui-med.jrc.or.jp/  
広報に関するご意見、ご感想をお待ちしています。

ほやほや

“ほやほや”と納得できる情報、できてきた“ほやほや”の情報をみなさまに提供していく季刊発行の院内情報誌です。院内の広報委員のスタッフ皆で毎回その季節に合った特集を組み、お役に立てる情報を掲載すべく病院内各部門のスタッフそれぞれから原稿を集め誌面を制作しています。

# 周産期専門医が誕生!!



周産期専門医  
佐藤久美子

## 周産期専門医としての想い

このたび、県内6人目となる周産期専門医を取得しました。周産期専門医とは、妊婦さんと赤ちゃんの健康を守ることを専門とする医師です。現在、福井大学病院、福井県立病院には専門医がいますが、女性医師としては県内で第一人者となります。周産期とは、妊娠22週から生後7日未満までの期間をい

います。この時期は、妊婦すべての方が順調であるとは限らず、普段健康な方でも、血圧が上昇するなど異常を生じやすくなります。そのため、突発的な緊急事態に対応することが必要となります。妊娠、分娩をサポートするのは私達医師だけではなく、助産師も大事な役割を果たしています。外来で、「医師は忙しいから話にくい…」と思う場合でも、助産師であれば話していただけることが今



マタニティライフを心穏やかに過ごすための助産師としてできること。

### 助産師としての想い

妊娠出産は、「病気ではない」とよく言われますが、大切な生命を自分の体に宿したお母さんは、無事出産するまで、そして出産してからも心配が尽きないものです。何度出産を重ねても、心配は「ゼロ」にはなりません。妊婦健診を心待ちにし、健診で赤ちゃんが元気であることを確認しながらお母さんになっていく様子を、私たちは毎日目の当たりにしています。

間を設けました。必要な保健指導だけでなく、お母さんがそれぞれの心配事をお聴きし、医師と共に一緒に考え支援していきたいと思えます。このたび、周産期専門医も誕生しました。助産師一同、より二層医師との連携を強化し、すべてのお母さんが、新しい生命の誕生を迎えるまで、そして迎えてからも心穏やかに過ごしていただけるよう頑張ります。「こんなこと聞いていいのかな?」と思わず、いつでも気軽に声をかけてください。お待ちしております。

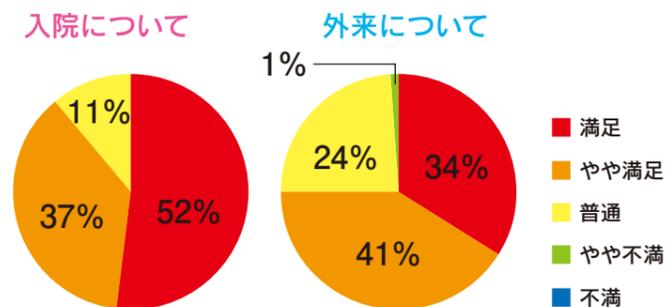
## 患者満足度調査の結果をご報告します

さる平成28年10月に、患者満足度調査を実施いたしました。ご協力いただきました皆さん、ありがとうございました。

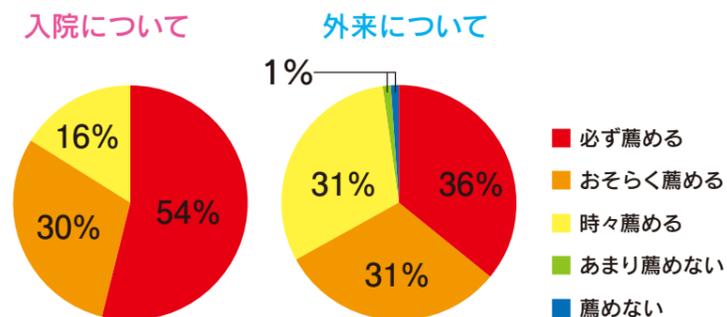
外来では、約7割、入院では約9割の患者さんが、当院に満足されています。

この結果に満足することなく、また、皆さんの貴重なご意見をもとに、今後のさらなるサービス向上を図ってまいります。

### Q1.当院について総合的にどう思われますか？



### Q2.当院を家族や知人にすすめたいですか？



## 全職員が心のこもった接遇を目指します

平成29年4月、総勢52名の新人職員が入社し、様々な思いのもと、赤字職員の一員として第一歩を踏み出しました。

新人職員は、5日間の様々な研修を経て各部署に配置され、先輩たちの指導のもと日々業務に励んでいます。社会人として、福井赤十字病院職員として、基本となる接遇研修においては、ロールプレイなどを行い、当

院の「接遇インストラクター」が接遇対応についての基本を指導しました。新人職員だけでなく、全職員が心のこもった対応ができるよう、今後も接遇に関する取り組みを行ってまいります。



## もつとクロス！ 赤十字フェスティバルを開催します

来たる5月12日(金)・13日(土)に、『もつとクロス！ 赤十字フェスティバル』を開催します。楽しくて役に立つイベントが盛りだくさんです。イベントによって日時が異なりますので、詳しくはホームページをご参照ください。



# 消化器センターだから できること!



消化器内科副部長  
松永心祐



外科部長  
藤井秀則

## 外科医と内科医が合同で行う腹腔鏡・内視鏡合同胃局所切除 (LECS) (laparoscopy endoscopy cooperative surgery)

胃の壁の内側を粘膜といいますが、その粘膜の下にできる腫瘍をまとめて「胃粘膜下腫瘍」と呼びます。粘膜から発生する悪性腫瘍を癌といい区別されます。胃粘膜下腫瘍には、良性のものから悪性のものまでいろいろな種類の腫瘍が含まれています。消化管間質腫瘍(GIST)(図1)もその一つで、症例によっては手術治療が薦められます。



胃の壁の内側を粘膜といいますが、その粘膜の下にできる腫瘍をまとめて「胃粘膜下腫瘍」と呼びます。粘膜から発生する悪性腫瘍を癌といい区別されます。胃粘膜下腫瘍には、良性のものから悪性のものまでいろいろな種類の腫瘍が含まれています。消化管間質腫瘍(GIST)(図1)もその一つで、症例によっては手術治療が薦められます。

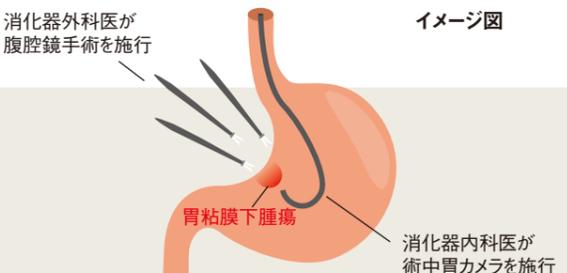
前述のように術中に経口内視鏡を併用するのですが症例によっては、内視鏡によるESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)のテクニックを用いて胃壁の切開と外科医による腹腔鏡下胃局所手術のハイブリッド手術として、内科と外科の協力で行う手術(LECS)を行なっています。(図2)LECSは最小限の胃壁切除で胃粘膜下腫瘍切除が可能であり、術後に生じる胃の変形が最小限に抑えられ、胃の機能を温存できると考えられます。

胃癌はリンパ節に転移を繰り返しますが胃粘膜下腫瘍は胃癌とは違い、リンパ節に転移しにくいために、腫瘍の周囲だけを切除する局所切除術が可能になることが多いです。粘膜化腫瘍の大きさや場所によって手術法は考慮されますが、できるだけ創が少なく負担の少ない腹腔鏡手術で安全で確実な腫瘍切除を行っています。一般に行われている腹腔鏡手術の方法では腹部に5〜15mm程度の小さな穴を4〜5か

所開けて、ハイビジョンカメラ(腹腔鏡)を挿入しおなかの中をモニターで見ながら胃局所切除を行います。腹腔鏡手術だけで手術を行った場合、観察可能な胃壁の外側からだけでは腫瘍の場所が正確に確認することができないことがあります。そのため当院では消化器内科の医師(内視鏡医)が手術中に胃カメラを行い粘膜側からも観察することにより腫瘍の確認と安全確実な切除を行っています。当院では鯖江市の総合眼鏡フレームメーカー(シヤルマン)と合同開発した腹腔内臓器把持用の機器(Free Jaw Clip)を用いて胃壁の把持などを行い、孔の数を減らして手術をすることが可能になりました。その結果、臍部に15〜30mm(摘出する腫瘍の大きさによる)と左側腹部に5〜15mmの2か所だけの創で行っていただきます。(図2)



一つの病変に対して内科医と外科医が協力しそれぞれの技術を結集し安全で確実な胃の局所切除が行われます。切除後は胃壁に穴が開きますのでその穴は外科医によって閉じます。切除された病変は、お臍の傷から体外へ摘出します。LECSの場合でも当院では通常の腹腔鏡下胃局所切除と同様に、臍部に15〜30mm(摘出する腫瘍の大きさによる)と左側腹部に5〜15mmの2か所だけの創で手術を行っています。



参考: GIST:Gastrointestinal Stromal tumor  
ESD:Endoscopic Submucosal Dissection



図3

### 薬剤部

## 薬の飲み間違い 防止に向けた試み

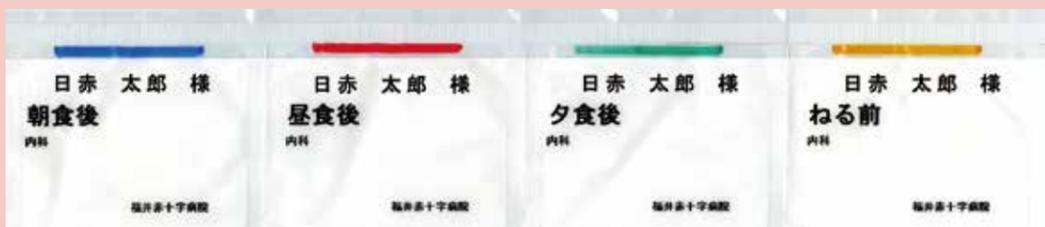


薬剤部では、医師の指示のもと、必要な患者さんには錠剤、カプセル剤の一包化(薬を飲み方ごとに一包にすること)を行っています。

これまでの一包化された包装紙には、患者氏名、飲み方(朝・昼・夕)を記載してきましたが、飲み間違い防止のため改良いたしました。朝食後には青のライン、昼食後には赤のライン、夕食後には緑のライン、寝る前には黄色のラインを引き、何時飲む薬かを視覚的にも識別できるように工夫しました。

一包化には少し時間がかかるため、薬の待ち時間が長くなる場合がありますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

見えやすいよう、青、赤、緑、黄の鮮やかな色を選びました



### 会計

## 自動精算機と会計窓口のレジを 更新しました

爽やかなエメラルドグリーンを基調とした自動精算機は、以前よりも画面操作が分かりやすく、領収書も滑らかに発行されるようになりました。診察券に登録されている生年月日から患者情報を読み取り、60歳以上の方が自動精算機を利用する際には、音声案内の音量が大きくなる等の機能が追加されました。

合わせて4機ともクレジットカードでのお支払いが可能になりましたので、どうぞご利用ください。また、会計窓口のレジも更新され、患者さんからお預かりした現金をレジの投入口へ金種を気にせず入れるだけで、正確な合計額や釣り銭が出金され会計窓口の流れもスムーズになりました。

約7年ぶりに新しい機械となり、病院経営課スタッフ一同、新たな気持ちで毎日笑顔で業務にあたっております。そして、「体と心に優しい医療」の提供を中期ビジョンに掲げる当院において、「体と心に優しい会計窓口」をモットーに、今後とも協働してまいります。



認定看護師紹介①

透析看護認定看護師

「腎臓が悪い」「尿に蛋白が降りる」「腎不全」「透析が近い」など、症状は何もないのに医師から言われたことはございませんか？ 気になるけれど聞くに聞けない、不安で怖い、わからないと思われる方のために、「慢性腎臓病（CKD）看護外来」をお勧めします。

「慢性腎臓病（CKD）看護外来」での相談には、透析看護認定看護師が対応しています。透析を受けている方はもちろん、透析をしていない方、生体腎移植を考えておられる方、どなたでも気軽に相談ください。ご家族さま同席の相談にも対応いたします。

腎臓にやさしい生活や透析治療の選択について、具体的な透析の話、腎移植までの生活調整など、患者さんに合わせたお話ができるよう心がけています。



CKD看護外来受診をご希望の方は、看護外来受付または、腎センター（腎臓・泌尿器科外来）スタッフにお声かけください

透析看護認定看護師

高嶋 節子



認定看護師紹介②

緩和ケア認定看護師

緩和ケアは、がんなどの病気が進行してから受けるもの、というイメージはありませんか？ でも、決してそうではありません。

緩和ケアは、患者さんの体や心のつらさを和らげる治療やケアです。体や心などのつらさが大きいとエネルギーを消耗し、病気の治療を続けることが難しくなります。そのため、がんなどの病気が診断された時から、「つらさを和らげる」緩和ケア」を始めることが大切です。

当院には専門的な緩和ケアを提供している緩和ケアチームがあり、私もその一員です。「緩和ケアについて知りたい」「緩和ケアを受けたい」などのご相談は、主治医や看護師、がんサポート看護師、がん診療センター相談窓口（先進中央棟1階）に遠慮なくお声がけください。



痛みやつらさは千差万別です。緩和ケアチームがカンファレンスを行い、患者さん一人ひとりに寄り添います

緩和ケア認定看護師

福岡 和代



看護外来の受診を希望される場合は、看護外来までご連絡ください

出前授業

孫の力を借りて脳卒中の早期発見を

先日、脳神経外科部長の早瀬睦医師が講師となり出前授業を開催しました。

日本人の死因第4位にある脳卒中は、早期治療が重要といわれており、早期治療を行うには、周囲にいる人達の早期発見が求められます。

福井県は3世代同居・近居や共働き率が高く、脳卒中発症年齢である高齢者は、小中高生ら「孫世代」と時間を共にすることが多いともいえます。この点に着目し、生徒に早期発見のポイントを伝える出前授業を芦原小学校で開催しました。

脳の役割や、脳梗塞に有効な血栓溶解薬の説明の他、①顔の麻痺②腕の麻痺③ことばの障害、3つの症状を体験してもらいながら紹介。「このような症状が出たらすぐに病院に運んでもらうことが大切」と呼びかけました。

小学生には難しい授業かと思いましたが「家族にも伝えたい。脳卒中のことが分かってくればよかった」との感想もあり、有意義な時間を過ごせたようです。



福井赤十字病院の退院支援の流れと特徴

入院当日

入院7日前後

退院の方向性が決まる

退院日以降

医師 治療方針や入院診療計画の説明をします。

相談員 今後の生活での心配や不安な点についてのお話をうかがいます。退院までの必要な支援を調整させていただきます。

患者さん・ご家族

各病棟担当の相談員(医療ソーシャルワーカー)が支援いたします。

看護師 入院前の生活について、患者さんやご家族よりお話を伺います。担当ケアマネジャーがいる場合は、入院の連絡をさせていただきます。

ケアマネジャー 入院の連絡を受け、入院前の情報を病院に提供します。患者さん・ご家族を交えて、病棟スタッフとともに、療養生活の課題や退院後に利用するサービスについて考えます。

退院支援に関わる話し合い(カンファレンス)の開催

退院までの経過が安心して退院できるように、患者さんご家族、院内・院外の多職種と一緒に、入院中に必要な支援内容を話し合います。話し合いの内容をもとに、退院支援計画書を作成してお渡します。



他病院・施設での療養を継続

回復期リハビリ病棟や地域包括ケア病棟、療養病棟など、患者さんの病状に合った療養先を、ご希望を伺いながら調整します。

在宅でのサービスを整えて退院

患者さんやご家族、かかりつけ医、地域のサービス担当者、病院職員が集まり、退院後に安心して生活するために必要な在宅サービスについて話し合います。

在宅療養生活のことでお困りの時は、地域医療支援センターへどうぞ。



福井赤十字訪問看護ステーションと福井赤十字病院居宅介護支援事業所も在宅療養を支援します。



退院後も外来看護師や病棟棟長が、療養先のサービス担当者と必要な情報を交換していきます。



お知らせ

患者さんからのご意見により、先進中央棟1階の多目的トイレに「おむつ交換台」と「ベビーチェア」を設置しました。ぜひご利用ください。

作品紹介

当院では、ボランティアさん手作りの様々な作品を院内各所に展示しています。

