

阿蘇医療センター広報誌



Take Free

ご自由に
お持ち
ください

冬号

2016年1月発行



Contents

◆表紙	P 1	◆部門紹介／新人紹介	P 5
◆病院事業管理者挨拶／		◆トピックス／院内職員研修会	P 6
健康管理アドバイス	P 2	◆トピックス	P 7
◆外来診療体制	P 3	◆阿蘇の山野草／行事予定／編集後記／	
◆看護部だより	P 4	ちょっとひと工夫簡単料理	P 8

職員募集



阿蘇市病院事業管理者(阿蘇医療センター院長)挨拶



新年明けましておめでとうございます。皆様には良き年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

当院は、昨年開院1周年を迎えた、4月には常勤医師も9名体制となり、この間いくつかの成果もありましたが解決すべき課題も見えてきました。

公立病院として、その時々に何を求められているかを推考し、必要とされる医療をどのような水準で提供していくかを模索しながら、更に信頼していただける病院づくりを目指そうと想いを新たにしております。

今年は、重要な医療政策的課題である「地域医療構想」策定に向け、本格的な議論が進められることになります。

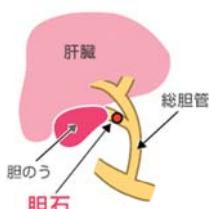
同構想は2025年を目途に医療需要を予測し策定するものですが、環境の変化に適合して受療側も診療側も満足するものでなくてはなりません。

「地域医療構想」・「地域包括ケアシステム」の展開と並行して、医療に関わる多職種間の「連携」は今後ますます必要になると思います。「地域完結型医療の推進」は当院再生の基本計画のひとつの柱でもあります。全ての疾患が完結することはありませんが、回復期・療養期は必ず当地域の医療機関で治療するという形態は受療側にとっても理想的です。地域の関係各機関・関係者が更に強調しそのための体制を整備していく必要があります。当院スタッフも各職種に応じた立場で環境づくりに参画できればと考えております。

本年もどうぞよろしくお願ひします。

健康管理アドバイス ~胆石症とは~

阿蘇医療センター消化器外科医師 中川 真英



日本人の胆石保有率は10%前後と言われており、推定で約1000万人の患者があると考えられています。日本人の胆石は、以前は色素結石がコレステロール系結石よりも多かったのですが、近年食生活の欧米化、すなわち脂肪摂取量の増加によってコレステロール系結石の割合が増加しています。

胆石で腹痛や発熱を発症する人はいますが、症状が出ずに胆石をもっている人もあり、無症候性胆石（サイレント・ストーン）と呼ばれます。

胆石症の症状

胆囊は袋状で肝臓にぶら下がっている形をしており、肝臓で作られる胆汁（消化液）が十二指腸に出る管（総胆管）に出口が一つだけあります。この出口が胆石によって塞がることで急な発症を起こします。食事によって胆囊が収縮することで詰まることが多いため、食後にみぞおちの痛みで発症するのが典型的です。

胆石が詰まった状態が続くと胆汁の行き場がなくなるため胆囊の内圧が上がり痛みと共に発熱の症状を引き起こします。

また、胆囊は十二指腸にも近いため十二指腸の動きが悪くなり、その結果嘔吐等の消化器症状を引き起こします。

症状が進み、適切な治療を行わなければ胆囊が穿孔（破れること）し腹膜炎に移行、死に至ることもある病気です。



胆石症の治療

①手術療法

胆石だけを手術で取ることは可能ですが、手術が難しくなることや術後に胆石がさらに出来やすくなるため胆囊ごと摘出します。通常は腹腔鏡というカメラを使った手術を行います。患者さんの状態によっては手術前に胆囊ドレナージ（胆囊内の胆汁を抜くこと）が必要なこともあります。

通常は手術後3日程度で退院可能となります。

②保存的治療

症状がない場合や症状が軽い場合、また手術はしたくないという場合は内服治療を行うことが出来ます。ただし溶けやすい胆石であることや大きさで適応が限られており、胆石が消失する割合も10～15%と言われています。炎症が強い場合はやはり手術が必要になることもあります。



胆石を指摘されたらまずはかかりつけの医師や消化器科の医師にご相談ください。

阿蘇医療センター 外来診療体制

平成28年1月1日

診療科		月	火	水	木	金
内科	午前	湯本 信也 宮本 誠	宮本 誠 稻田 啓介	湯本 信也 稻田 啓介	宮本 誠 稻田 啓介	湯本 信也 宮本 誠
	午後	宮本 誠	湯本 信也 (HOT外来のみ)	休	佐藤 英明	休
脳神経外科	午前	甲斐 豊	甲斐 豊	休	甲斐 豊	甲斐 豊
	午後	休	休	休	休	休
循環器内科	午前	由布 哲夫	由布 哲夫	永吉 靖央	平川今日子 (熊大病院循環器内科)	永吉 靖央
	午後	休	休	休	休	休
小児科	午前	橋山 元浩	熊大病院小児科	橋山 元浩	橋山 元浩	橋山 元浩
	午後	橋山 元浩	熊大病院小児科 (受付16時30分まで)	橋山 元浩	橋山 元浩	橋山 元浩
神経内科	午前	渡邊 裕文	休	渡邊 裕文	森由紀子・渡邊哲也	休
	午後	休	休	休	森由紀子・渡邊哲也 (熊大)※隔週交代	休
消化器外科	午前	休	中川 真英	近本 亮(熊大) (第3水曜日のみ)	中川 真英	休
	午後 (受付15時30分まで)	休	休	近本 亮(熊大) (第3水曜日以外)	休	休
内視鏡検査	午前	稲田 啓介	湯本 信也	宮本 誠	湯本 信也	中川 真英
	午後	休	担当医	担当医	高野病院	担当医

■その他診療科の診療体制

診療科	診察日等		
皮膚科	毎週月曜日	(受付:午前11時まで)	緒方 亜紀(熊本大学医学部附属病院)
整形外科	毎週金曜日	(終日)	湯上 正樹(熊本大学医学部附属病院)
リハビリテーション科	毎週水曜日	(終日)	大串 幹(熊本大学医学部附属病院)
リウマチ膠原病内科	第3水曜日	(終日)	中村 正(くまもと森都総合病院)
乳腺内分泌外科	第3水曜日	(午後)	岩瀬 弘敬(熊本大学医学部附属病院)
腎臓内科	第1土曜日	(午前)	岡村 景子(熊本大学医学部附属病院)
糖尿病・代謝・内分泌内科	第2・4金曜日	(終日)	小野 薫(熊本大学医学部附属病院)
睡眠時無呼吸症候群外来	毎週月曜日	(受付:午後2時から午後4時まで)	由布 哲夫
■ 受付・診療時間	一般外来	午前 受付時間	8時30分から11時30分(診療時間 9時~12時)
		午後 受付時間	13時から16時30分(診療時間 14時~17時)
■ 救急外来	小児科 (月・水・木・金)	午前 受付時間	8時30分から11時30分(診療時間 9時~12時)
		午後 受付時間	13時から18時(診療時間 14時~18時15分)
■ 波野診療所		24時間体制で対応しておりますが、当直医によっては専門外の場合もございますので、できる限り事前にご連絡ください。	

診療科	月	火	水	木	金
内科・外科	高野病院	渡邊 裕文	三宅喜代子 (内科)	三宅喜代子 (内科)	稲田 啓介
整形外科	休	休	休	熊本整形外科病院 (午前中のみ)	休
歯科	高宗 康隆	高宗 康隆	休	高宗 康隆	高宗 康隆

看護部だより



化学療法室の現状報告

現在の化学療法室は、湯本医師が火曜日の午後、中川医師が火曜日と木曜日の午前中、近本医師（熊本大学医学部附属病院からの非常勤医師）が水曜日の午後（第3週のみ火曜日の午後）に、消化器科や呼吸器科の治療を実施しています。今後は乳腺内分泌科など治療の分野を広げて体制を整えていきたいと考えています。

化学療法による治療を受けることを決められた患者様及びご家族が安心して治療が受けられ、安全で確実な治療を実施することを目標に、がん化学療法において、予測される副作用や既に出現している副作用に対して自宅での生活状況を確認して、副作用についての情報提供を行い、パンフレットを用いた説明などを行っております。

治療や副作用について不安や疑問・困っていることなどの相談に応じ、患者様及びご家族の心に寄り添い、関わりを大切にした実践をしております。

本院での治療をご希望される場合は、かかりつけの担当医師へご相談のうえ、お気軽に問い合わせください。

外来化学療法室：看護師長 佐藤 美和

糖尿病・代謝・内分泌内科外来について

本院外来では、平成27年4月から、第2・第4金曜日に熊本大学医学部附属病院・代謝内科の小野 薫先生をお迎えして、主に糖尿病の診断、治療を行っています。血液や尿検査、糖尿病に多い血管系の合併症の有無を検査したり、インスリン注射をはじめ栄養指導、生活指導も行っています。患者様の状況に合わせた治療、指導に心がけ、取り組んでいます。

糖尿病は初期では自覚症状がなく、治療が遅れて重症化したり、「もう大丈夫だろう」と通院をやめてしまったりすることが多い病気です。そのままにしておくと腎不全や脳梗塞、心筋梗塞を引き起こす危険性もあります。健康診断などで気になる結果が出た場合など早めの受診をおすすめします。お気軽に問い合わせください。

看護主任（糖尿病療養指導士） 藤谷 恵美



「医療マネジメント学会」発表を行って

平成27年11月20日（金）、21日（土）に熊本県人吉市で開催された日本医療マネジメント学会第14回九州・山口連合大会で発表を行いました。メインテーマは、「次代につなぐコミュニティヘルスケア」で、私は、「医療情報」部門で発表いたしました。内容は、平成26年8月の病院移転と同時に導入された電子カルテが、看護部門に与えた影響について報告しました。

看護師へのアンケート調査を行った結果、電子カルテになったことで年齢差に関係なく、74%の職員がカルテ記載の時間が短縮したと答えました。これまで看護要約に充てていた時間を、直接の患者様のケアに向けることができるようになってきています。今後は、他施設への転院や在宅の際にも、ケアの継続を保証するために活用していきたいと思います。今回、発表の機会を与えていただき感謝いたします。



松村看護師（中央）

3階病棟看護師 松村 京

部門紹介～レストランおれんじ～

正面玄関を脇とすぐ右側に「レストランおれんじ」があり、明るく広い店内の窓の外を見渡すと、阿蘇の外輪山を眺めながら食事を頂くことができます。

食事のメニュー表にはカロリーを表示してありますので、自分に合ったメニューを選ぶこともできます。

おすすめランチ



Menu

おすすめランチ

- ❖ 弁当のみ 500 円
- ❖ 味噌汁・フルーツ・ドリンク付 750 円
ブルーサークルメニュー(1日7食限定)
- ❖ ヘルシーハヤシライスランチ 750 円

定食メニュー 750円～900円

- ❖ ヒレカツ定食
 - ❖ とんかつ定食
 - ❖ からあげ定食
 - ❖ チキン南蛮定食
 - ❖ ハンバーグ定食
- ※定食には御飯(180g)・味噌汁・ひじき煮・漬物・ドリンク付

単品メニュー 500円～800円

- ❖ 親子丼(味噌汁・漬物付)
 - ❖ かつ丼(味噌汁・漬物付)
 - ❖ 牛丼(味噌汁・漬物付)
 - ❖ カレーライス(サラダ付)
 - ❖ カツカレー(サラダ付)
- ※単品メニューの御飯は220g

ドリンクメニュー 150円

- ❖ ホットコーヒー(ブレンド)
- ❖ ホットコーヒー(カプチーノ)
- ❖ アイスコーヒー
- ❖ 紅茶
- ❖ アイスティー
- ❖ アップルジュース(100%)
- ❖ オレンジジュース(100%)
- ❖ 野菜ジュース

麺類メニュー 300円～500円

- ❖ ざるそば(セットもあります)
- ❖ かけそば(うどん)
- ❖ 月見そば(うどん)
- ❖ ごぼう天そば(うどん)
- ❖ 肉そば(うどん)
- ❖ 丸天そば(うどん)
- ❖ カレーうどん



当レストランはブルーサークルメニューでハヤシライスを提供しています。糖尿病・高血圧の方が安心して食事を楽しめるように、1食600Kcal未満、塩分3g未満となっています。

皆様のご来店を心よりお待ち致しております。



ブルーサークルメニューとは…

管理栄養士が栄養計算・栄養バランスを考慮し、熊本県認定委員会が認定したメニューです。

糖尿病やメタボリックシンドローム等の持病を持った患者様や健康に気を付けたい方が安心して外食を楽しんでいただけるよう、熊本県内の飲食店・弁当店・惣菜店等に提供いただいたオリジナル外食メニューです。

新人職員紹介

1月1日採用の職員を紹介します



看護部 看護師
原住 めぐみ

平成28年1月から手術室に勤務させていただいています。初めての部署なので、不慣れな点が多くご迷惑をおかけすることが多いと思いますが、精一杯頑張っていきますのでよろしくお願い致します。

看護師募集のご案内

※詳しくはホームページへアクセス

阿蘇医療センター

検索



トピックス

● 第2回院内コンサート「クラシック クリスマスコンサート」12月19日（土）

- ご入院中の患者様やそのご家族、また住民の皆様との交流の機会を設けるとともに、楽しいひとときをお過ごしいただけるよう、院内コンサートを開催しました。

奏者は、1964年（昭和39年）、子どもの頃から本物の音楽にふれ、オーケストラ活動を通して良い社会人を育てる事を目的に設立された、熊本ユースシンフォニー オーケストラの皆様で、小学生から20代までの28名の方がボランティアで演奏していただきました。

当日は、入院患者様をはじめ市内各地から約250名の方にご観覧いただき、オーケストラの音色を楽しんでいました。



♪当日の演奏プログラム♪
カノン／パッヘルベル
「踊れ、喜べ、汝幸なる魂よ」より「ハレルヤ」／W.A.モーツアルト
アヴェヴェルムコルプス／W.A.モーツアルト
バレエ「くるみ割り人形」より／P.I.チャイコフスキイ
行進曲
トレパック（ロシアの踊り）
葦笛の踊り
ディズニーメドレー
ウインター・ワンダーランド
クリスマスフェスティバル／L.アンダーソン
ラデツキー行進曲／J.シュトラウス

● 酸素ボンベカー及び歩行器の寄贈式 12月28日（月）

- 当院の新築移転を機に、有限会社杉田産業 介護事業部 ケアーズ・イン 代表取締役 杉田 勝徳様（寄贈式には、代理として部長の坂本寿俊様）から、当院の診察及びリハビリテーションに対し温かいご理解をいただき酸素ボンベカー1台及び歩行車2台のご提供を賜りました。
患者様のために有効に使用させていただきました。ありがとうございました。



● 職員互助会旅行 11月28日（土）～29日（日）

- 昨年度から、新築移転があり職員互助会の活動もあまりできなかつたことから、今年度は1泊2日の旅行が計画されました。
旅行先は、鹿児島県志布志市でツアー計画でしたので様々な観光地に立ち寄りながら親睦を深めました。
参加者も申込者多数であったため、翌週と2班に分かれて総勢59名が参加しました。



● 門松の寄贈

- 当院を前年度末に退職された元事務部次長の岩下俊自様（前事務局長）から門松（ついい）をご寄贈いただきました。
ご退職後も当院の様々な活動にボランティアでご協力いただいております。
ありがとうございました。



院内職員研修会

平成27年6月から職員のスキルアップを目的に、当院医師が院内職員向けに研修会を開催しています。

期 日	講 師	研 修 内 容
6月19日（金）	由布医師	睡眠時無呼吸症候群に関する研修会
7月15日（水）	稻田医師	せん妄について
8月19日（水）	宮本医師	意識障害
10月21日（水）	高宗医師	阿蘇医療センターと波野診療所における現在の歯科医療と今後の歯科口腔外科の役割
11月18日（水）	渡邊医師	脳卒中診療“いろは”
12月16日（水）	中川医師	創傷治癒
1月28日（木）	永吉医師	心不全治療の他職種連携（概論）
2月17日（水）	橋山医師	未定
3月16日（水）	甲斐院長	未定



トピックス

● 第20回熊本県国保地域医療学会 10月31日(土)

- 「地域における医療と保健・介護・福祉の連携を目指して」をメインテーマに熊本テルサで開催されました。

本院から研究発表として、「心電図モニター アラームに対する看護師の意識変化」と題して緑貞明看護師、「外来患者および紹介患者の統計と地域医療連携の現状に関する考察」と題して永野康弘社会福祉士、「当院におけるペースメーク業務の導入」と題して溪村大地臨床工学技士の3名が発表をしました。

なお、研究発表に先立ち前年度の研究発表優秀者に対する表彰式が行われ、「手指消毒薬使用料調査による感染防止の効果」と題して研究発表した本院の柿本純子看護主任が受賞しました。



● 地方公営企業経営アドバイザー派遣事業 11月11日(水)～12日(木)

- 総務省の事業として採択を受け、総務省自治財政局準公営企業室 総務事務官

藤野 拓哉様、日本医療文化研究会主宰 茨 常則様、監査法人トーマツ代表社員 パートナー 和田 順知様から当院の経営の現状、現状に係る問題点、現状において経営改善・効率化に向けてどのように検討を行っているかについて報告をしたうえで、経営改善を目的とした、医業収益及び医業費用の両面の改善策の助言を受けました。



● 一の宮中学校職場体験学習 11月16日(月)～11月19日(木)

- 職場体験学習として、一の宮中学校から2年生の土川葉菜さん、市原乾子さん、松村唄花さん、城戸あかりさんが11月16日(月)から11月19日(木)の4日間、様々な医療関係の仕事を体験しました。

看護体験をはじめ、院長先生と外来診療体験、リハビリ体験、手術室の見学及び放射線室・臨床検査・人工透析等の多くの職場を体験したこと、医師・看護師・薬剤師以外の臨床検査技師や臨床工学技士の仕事にも興味をもっていました。

職業体験終了後は、医療関係の仕事に就くため勉強を頑張りますと言っていたきました。甲斐院長からも「10年後に当院で働いてください。」と期待を込めて激励されました。



● 火災避難救助訓練 11月17日(火)

- この訓練は、火災発生に対して、院内自衛消防隊及び消防機関等が迅速かつ的確に対処できるよう連絡を密にし、入院患者等の避難誘導・救助の徹底と防火意識の向上を図るため、関係機関（消防署及び消防団）のご協力もいただき実施しました。

当日は、あいにくの空模様で、はしご車による救助訓練はできませんでしたが、多くの職員が参画し、消防士の方から指導を受け訓練を実施しました。



● 黒川保育園病院訪問 11月20日(金)

- ひまわり組(年中児)21名と園長先生・担任の先生が、勤労感謝の日を前に「病院のお仕事お疲れ様です。」と感謝の意を込めて手作りのプレゼントを持って訪問していただきました。



赤塚院長相談役からお礼と病院の仕事についての話がありました。

● りんどう保育園病院見学 11月27日(金)

- 年長児22名と保育士の先生4名が病院見学に訪れ、専門看護師による手洗いの実践や施設の見学とともに入院患者様へお見舞いのカード配布などいたしました。



かわいい訪問者に入院患者様も笑顔がこぼれていきました。



行事予定

- 1月28日 院内職員研修会
- 2月9日 職員採用試験
- 2月16日 糖尿病教室（当院講堂）
- 2月17日 院内職員研修会
- 3月16日 院内職員研修会
- 3月18日 糖尿病教室（阿蘇都市医師会館）

ちょっと

ひと工夫簡単料理

管理栄養士 小野 恵



～豆腐ハンバーグきのこソースのせ～

材料（4人前）

A(豆腐ハンバーグ)

鶏ミンチ	160 g
絞り豆腐	160 g
玉ねぎ	120 g
人参	20 g
ダイスチーズ	20 g
サラダ油	4 g
卵	20 g
パン粉	12 g
塩	4 g
こしょう	少々

B(きのこソース)

えのき	40 g
しめじ	40 g
玉ねぎ	40 g
薄口醤油	8 g
こしょう	少々
みりん	2 g
クリッキングワイン白	12 g
サラダ油	4 g

C(付合せ)

キャベツ	120 g
赤ピーマン	60 g
塩・こしょう	少々

作り方

- Aの玉ねぎ・人参は刻み、Bのえのき・しめじは根っこを落としほぐしておく。玉ねぎは5mm程度にスライスします。
- Cのキャベツは1cm程の短冊切り、赤ピーマンは薄くスライスします。
- Aを均等にしっかり混ぜ合せます。
- 好みの大きさに丸め、中央に凹みを付けます。
- フライパンにサラダ油を入れて熱し、ハンバーグを焼きます。
- 別のフライパンにBの玉ねぎ・えのき・しめじを調味料と炒めます。（きのこソース）
- Cのキャベツ・赤ピーマンは熱したフライパンで炒め、塩こしょうで味付け、器に盛り付けておきます。（付合せ）
- ハンバーグが焼きあがったら器に盛り、上からきのこソースをかけて出来上がりです。

エネルギー	183kcal
タンパク質	13.9 g
脂質	9.2 g
塩分	1.8 g
食物繊維	2.5 g

コメント

豆腐と鶏ミンチを使ったヘルシーメニューです。また、きのこ等食物繊維を含む食材を使用しています。食物繊維には咀嚼回数を増加し空腹感を抑えてくれたり、血清コレステロールの増加抑制、食後血糖値の上昇抑制、便秘・大腸癌の予防等たくさんの働きがあります。野菜だけでなく海藻・きのこ・こんにゃく等に多く含まれています。

第17回 阿蘇の山野草 ～乳茸刺～ (チダケサシ)

花言葉「まっすぐな性格」



ユキノシタ科の多年草

花の色は白色や淡いピンク色で、草丈は30cm～80cmで茎が強く直立するのが特長です。花の分布は本州・四国・九州の広範囲に自生しています。

名前の由来は、チダケという草を茎に刺して持ち帰ったという言い伝えからこの名前が付けられたといわれています。

茎を折ると茎からは白い乳液が出てきます。

この花は阿蘇地方にも多く、6月～8月にかけて草原に多く咲く野草ですが、湿地にも咲きます。

環境省自然公園指導員 岩下俊自

編集後記

例年になく暖かい年末年始となりました。インフルエンザに罹患した方も少なく、雪・凍結による事故等もなかった状況です。

そういう意味では、良い一年のスタートだと思いますが、異常的な気象がもたらす影響に注意する必要もあると思います。

今年一年、健康に過ごせるよう予防に心がけましょう。

平成28年1月 阿蘇医療センター広報委員会

表紙

「クラシック クリスマスコンサート」

熊本シンフォニーオーケストラは、過去6回にわたるヨーロッパ演奏では、訪問各国で高い評価を受け、その他にも数々のチャリティーコンサートや地方演奏会を手がけるなど、その優れた功績に対して1987年には文化庁地域功労者文部大臣表彰、1992年には熊本県民文化賞を受賞しています。

〔熊本シンフォニーオーケストラのホームページより引用〕

アクセス

- 九州自動車道熊本ICより車で約1時間10分
- あそ熊本空港より車で約1時間
- JR 豊肥本線 阿蘇駅より徒歩5分

阿蘇市病院事業 阿蘇医療センター

〒869-2225 熊本県阿蘇市黒川1266
TEL0967-34-0311(代) FAX0967-34-2273
<http://www.aso-mc.jp> E-mail info@aso-mc.jp

