メディカルほっと通信

せせらぎ

2015
春号
vol.15

四万十川のせせらぎのようにやさしく、そしておおらかに…
患者様に寄り添い共に歩む、真心のこもった医療を目指します

脳ドック検診を受けよう！

もくじ Contents

特集「脳ドック」でわかること …… 2・3P
せせらぎトピックス
院内火災避難訓練を行いました …… 4P
経営健全化を目指す市民病院② …… 5P
せせらぎ掲示板 …… 6P
シリーズ 災害医療情報発信「それゆけDMAT④」 …… 7P
平成27年度看護師採用試験のお知らせ …… 8P

私たちは、四万十市（保健介護課）との連携事業として平成23年度から実施している「脳ドック」のプロジェクトチームメンバーです！医師・看護師はもちろんのこと、検査技師、放射線技師、医療事務、保健師、行政（市）職員が、市民のみなさんの健康を守るため、検診を推進し少しでも効果が得られるように、皆で力を合わせがんばっています！

四万十市立市民病院広報誌

特集

脳ドックでわかること

～検診のススメ～

日本人の死亡原因第４位「脳血管疾患」。

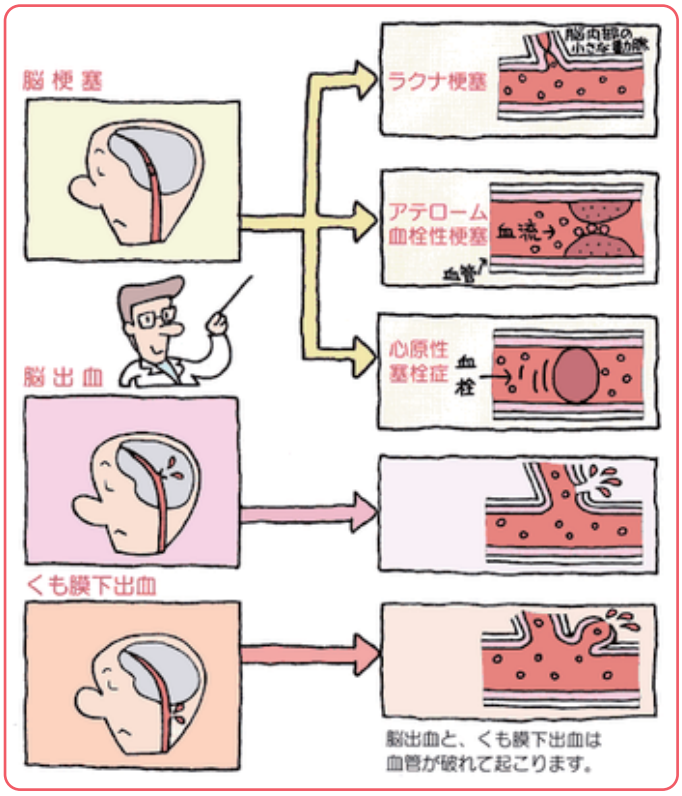
実は昭和５５年頃までは死亡原因の第１位とされていました。近年は治療法や医療技術の進歩により「死亡する確率」としては減少していますが、必ずしも「患者数が減少した」ということではありません。

脳卒中や脳梗塞といった「脳血管疾患」は、命を取り留めることができても、その後の日常生活に支障をきたすような深刻な後遺症が残ることがある怖い病気です。このような「脳の病(やまい)」を未然に防ぐため、四万十市と市民病院では「脳ドック」の推進を行っています 。

「脳血管疾患」とは？

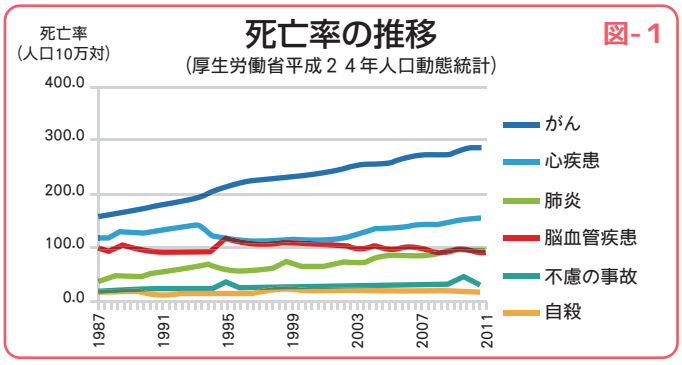
脳は心臓の拍動や呼吸、体温調節などといった生命活動をはじめ、行動や言動、思考や感情、感覚などを司る重要な役割を担っていて、脳細胞が情報網を張り巡らせて高度で複雑な機能を果たしています。

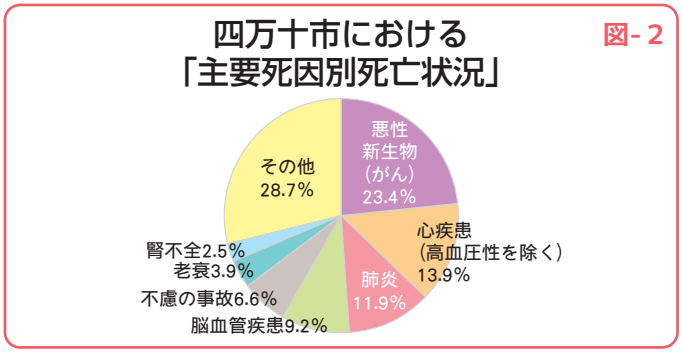
この脳細胞に酸素と栄養を運んでいるのが、脳内を走る血管です。脳血管疾患とは、脳の血管のトラブルによって、脳細胞が破壊される病気の総称で、このうち急に起こるものをまとめて「脳卒中」とも呼びます。

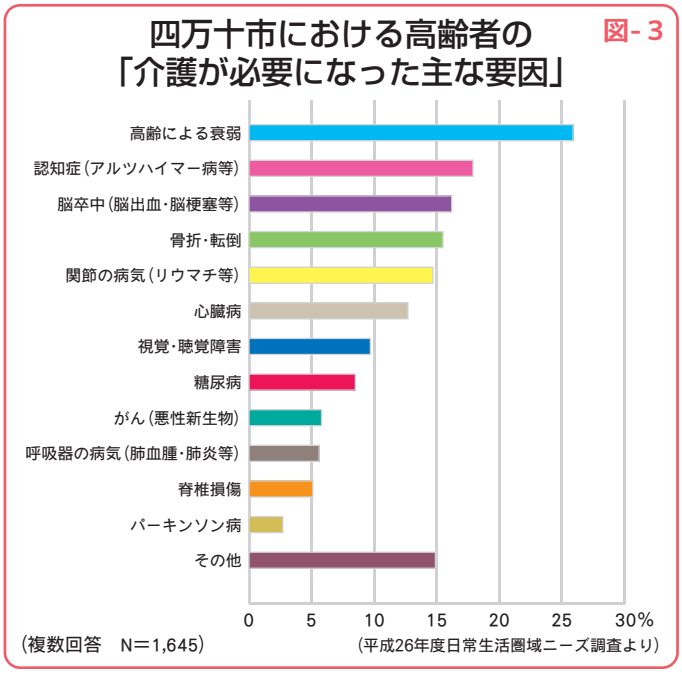


脳卒中は「長引く病気」に変化してきている!?

図-１でもわかるように、脳血管疾患は緩やかに減少傾向にあります。ところが、介護が必要になった原因の第１位は脳血管疾患で、しかも認知症を含める







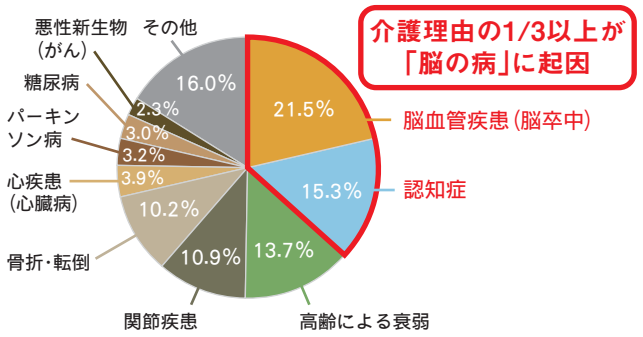
と、三分の一以上が「脳の病（やまい）」が要因となっています。（図-４）四万十市の高齢者データでも、介護が必要になった要因の第２位・第３位が「脳の病（やまい）」によるものです。（図-３）

このように、脳卒中は救命ができても、後遺症が残り要介護状態になるなど「長引く病気」になってきています。

脳卒中はその多くが前ぶれもなく突然発症します。日常の自己管理はもちろん、定期的な検診による早期発見・早期治療が何よりも大切です。

介護が必要になった原因　図-４

（厚生労働省平成２２年国民基礎調査）



脳ドックについて教えてください！

Q1.「脳ドック」ではどんな検査をするのですか？

ＭＲＩ（磁気共鳴断層撮影）検査などいくつかの検査を行います。隠れた病気や発症前の早期段階である病気を発見したり、脳卒中の危険因子（要因）をチェックします。異常が発見された場合は、適切な対応策をアドバイスします。

脳神経外科の川田先生

Q2.どんな人が「脳ドック」を受診したらいいですか？

生活習慣病（高脂血症、高血圧、糖尿病など）をお持ちの方、喫煙歴のある方、飲酒量の多い方には、積極的な検査受診をおすすめします。特に、ふだん病院にかからない働き盛りの年代の方にこそおすすめしたいですね。

また、気になる症状のある方は、通常の外来診察のほうが症状に応じてきめ細かく調べられるので、ご遠慮なくお問い合わせください。

【当院での脳ドック検査項目】

区　分	検査項目	検 査 目 的
問　診	視診・触診・聴打診	身体検査・家族歴・既往歴・自覚症状
ＭＲＩ	断層撮影	脳腫瘍・脳梗塞などが早い段階で発見できます。
ＭＲＡ	血管ｲﾒｰｼﾞﾝｸﾞ	血管の異常（閉塞・狭窄・脳動脈瘤など）を調べます。
頸動脈エコー	超音波検査	動脈硬化の程度を調べます。
ＶＳＲＡＤ（※）	早期ｱﾙﾂﾊｲﾏｰ型認知症検査	脳の委縮を調べ、早期ｱﾙﾂﾊｲﾏｰ型認知症の診断の参考

（※）VSRAD検査は50歳以上の方を対象として無料で実施します。

四万十市保健介護課の竹本係長さん！

Q3.どれくらいの人が検査を受けていて、どのような結果がでているの？

平成２６年度（5/12～12/9）では以下のとおりです。

【年齢構成】受診者200人（男68人、女132人）
40～49歳（25人/12.5%）　50～59歳（43人/22.0%）
60～69歳（82人/40.5%）　70～79歳（43人/22.5%）
80歳以上（７人/ 2.5%）

【判定結果】
検査で再検査・要治療となった人
MRI・MRA検査（9人）　頸動脈エコー（0人）
VSRAD検査（5人）※50歳以上

Q4.助成金の制度について教えてください！

四万十市民(*注)を対象に、検診費用25,710円のうち20,000円を助成（自己負担5,710円）する検診費用助成制度がありますので、該当される方は是非ご利用ください。

(*注)…H28.3.31現在で40歳以上の方（過去に助成を受けたことがある方は対象外となります）

Q5.申込みから検査受診までの簡単な流れを教えてください。

①申込み（市保健介護課にて、郵送、窓口、電話のいずれかで受付）※定員200名

※【申込期間　平成27年4月6日～4月17日】

②抽選（定員を超えた場合）→ ③抽選結果送付

当選 ③受診券（決定通知書）の送付

落選 ごめんなさい!!

④市民病院から受診日の連絡（問診票送付）

⑤脳ドック受診（5月～12月）→約2～4週間後に市民病院から結果報告書を送付

「脳ドック」のお申込み・詳細については　四万十市保健介護課（☎34-1115）までお問い合わせください。
※広報四万十4月号に詳しい内容が掲載されていますので是非ご覧ください！

せせらぎトピックス

院内火災避難訓練を行いました!!

オカリナ奏者のホンヤミカコさんが一日消防署長として来院しました

３月６日、病棟で火事が発生したとの想定で、火災避難訓練を行いました。今回は「春の火災予防週間(3/1～3/7)」に合わせ四万十消防署員立ち合いのもとに「はしご車」の出動など大規模訓練を行いました。

今回の訓練では、一日消防署長のホンヤミカコさんが訪れました。

ホンヤミカコさんは、国内外でのコンサートのほかテレビやラジオ等メディアでも活躍する、実力・人気ともに日本を代表するオカリナ奏者です。新たな創作活動と、四国遍路結願のお礼参りや、慰問コンサートなど、四国全体を視野に入れての活動を積極的に行っており、２０１４年５月には、高知県との縁や四万十川への思い入れから、この四万十市に移住をしています。

この日は特別に「ミニオカリナコンサート」を開催。ホンヤさんの代表曲の一つ「四万十川」と童謡・唱歌「ふるさと」を演奏をしていただきました。院内に響きわたるやさしいオカリナの音色が、患者さんたちをあたたかく包み込んでいました。

一方この日の訓練では…

❶５階の病室から出火を発見！❷避難用シューター（袋状の滑り台）を使って降下訓練。❸はしご車出動！５階病室で逃げ遅れた人を救助。❹院内設置の散水栓を使っての消火活動。使い方を体験しておくことはとても重要です。❺放水訓練❻救急備品の確認❼「キビキビと行動ができ、真剣に取り組まれていました。」と一日消防署長より総評。

このような大規模訓練を体験することで、決して火災を起こしてはならないこと、あわてず適切な対処ができるよう日頃からの準備が大切であることをスタッフ一同、再確認することができました。

経営健全化を目指す市民病院 vol.2

市では、８月から有識者等による「四万十市立市民病院経営健全化検討委員会」を毎月開催し、経営改善の取り組みを進めています。今月の第８回の会議で最終とりまとめが行われたことを受けて、新たな経営健全化計画を策定します。

委員からの主な意見（第5回～第7回検討委員会）

患者サービスの向上について

●病院の経営については、病院が必要と考える市民の支持が大事であるので、その点からは患者サービスの向上の継続は考えていくことが必要。これはなかなか短期間に経営ということと結びつけたときに成果が出にくいものであるが、病院の将来を考えたら避けては通れないと思う。

●接遇研修は、患者との接点の部分でいうと、人当たりのいい病院をつくるという意味ではものすごく大事なことである。

●外来患者の待ち時間を少なくするとか、患者の動線を短くするように工夫するとかのサービス向上があると思う。

●人気の病院はやっぱりそれなりのものがある。病院の中に入ってみて、医師の言葉とか、看護師の立ち振る舞い、窓口、やっぱり見れば気持ちのいい病院はわかるので、他の病院を見学をさせてもらうといい勉強になるのではないか。医療技術や医療サービスだけじゃなくて、病院としての総合的なサービスの向上というのは必要なことだと思う。

市民病院の役割について

●医師不足の現状では24時間救急は無理だが、現在急患の診療を行っている22時まではかっちりとやっていくのが１つの役割じゃないかと思う。

地域医療の現状について

●市民病院においても医師が減少する中で、病床の一部休床や24時間救急業務の返上など診療機能の縮小を余儀なくされている。地域医療を守ることは市や病院関係者だけの問題ではなく、地域住民が支えなければ維持できない地域全体の課題である。そのためには、市民にも医師不足など医療現場のおかれている厳しい現状について理解をしてもらい、時間外診療の適正利用などに協力してもらわなければならない。

職員の意識改革について

●職員自体は病院のことについてどのように考えているのか、どういう希望をもっているのか。県立病院も一時期赤字と言われたときがあって、その頃、職員は何とかしないと職場がなくなってしまうという危機感があり、患者が認めてくれるような病院でなければいけないという意識で仕事をしていた。

職員の能力向上について

●看護師の専門分野への研修が少ないのではないかと思う。単発的な研修ではなくて、ある程度期間をまとめた研修が必要。例えば、水準の高い看護を実践する認定看護師等を養成することや、質の高い組織的看護サービスを提供するために一定の基準に基づいた看護管理者を養成することが必要である。

せせらぎ掲示板

運動のコツを学ぼう!!

「糖尿病にならないためのセミナー」開催のご案内

屋外でのウォーキングが気持ちのいい季節になってきました！
重たいコートを脱ぎ、おもいっきり体を動かしてみませんか？
糖尿病を予防するためには、日々の運動と食事がとても大切です。今回ご案内のセミナーでは、「効果的な運動のコツ」や「運動と血糖との関係」などについて楽しく学ぶことができる内容となっています。
市民病院では現在５名の「糖尿病療養指導士」という資格をもった、糖尿病に関するエキスパートがいます。人間ドックなどの検診で糖尿病予備軍と指摘を受けた方、糖尿病・糖尿病予備軍のご家族や親せきがいる方などは特にご参加いただき、日頃から疑問に思っていることなどを是非ご相談ください！

日　時　平成27年5月23日（土）
13:00～15:30
場　所　市民病院　１階
健康管理センター
参加費　無料

※運動できる服装・靴でお越しください

【当日のプログラム】
13:00～　受付　血圧・血糖測定
13:20～　①どんな運動がいいの？
（理学療法士による指導）
②「運動と血糖の関係」
（樋口院長による講義）
③コーヒーブレイク
「このオヤツの組み合わせは何Kcal？」
15:30　終了（予定）

看護師ってどんな仕事なの？

―中学生の総合学習授業「地元の職業人に学ぶ」に参加―

２月１９日、市立中村中学校にて「地元の職業人に学ぶ」と題した授業が行われました。
これは、市内の様々な業種の方々からの講話をとおして、中学生自身が仕事に対しての見方や意識を高める総合学習に位置づけられています。
市民病院からは、昨年に引き続き茶畑総看護長と森看護師の２名が参加。スライドや写真を沢山用意し、「看護師って大変だけどやりがいのある仕事」というテーマで授業に臨みました。
特に今回は、当院で唯一の男性看護師である森看護師に「僕の看護師としての一日」と題して話をさせていただきました。看護師として気を付けていることや、ウルトラマラソンに参加するなど趣味のこと、また普段聞くことはできない手術時のエピソードなど、中学生の皆さんにとって年の近いお兄さんからの話は親しみやすかったのではないかと思います。
後日、「今日の話のように笑顔で安心させられるような看護師になりたい」「看護師になるのが夢なので実際の仕事の話が聞けてよかった」などうれしい感想文をいただきました。
今後もこのような活動を積極的に行い、市民病院として地域に貢献していきます。

シリーズ それゆけ!DMAT④

「DMAT指定医療機関」に指定されました！

災害医療情報発信

四万十DMAT
Japan Disaster Medical Assistance Team

平成２７年２月１２日、高知県庁において、四万十市立市民病院を「高知ＤＭＡＴ指定病院」に指定するとともに、「ＤＭＡＴの出動に関する協定」の調印式を行いました。

高知県健康政策部　山本部長（右）から、樋口病院長に「高知ＤＭＡＴ指定病院」の指定証が交付されました。

当院が位置する幡多医療圏は高知市や松山市からも遠距離にあり、南海トラフ地震などの大規模災害時には、土砂災害や津波により幹線道路が寸断されることも予想されるため、すぐに周辺からの支援を受けることはたいへん厳しい条件にあります。そのようなことから、当院としても自ら災害対応能力を向上させる必要があると考え、近年はここにいる石井Dr.を中心に昨年11月に県の支援を受け受講した「日本ＤＭＡＴ研修」をはじめとする各種災害訓練や防災学習に積極的に取り組んできたところです。今回のＤＭＡＴ指定医療機関の指定を契機として今後も病院全職員が更に意識を高め、地域の災害拠点病院である「幡多けんみん病院」を支えることができるような医療機関を目指してまいります。

また本日「ＤＭＡＴの出動に関する協定書」も締結させていただきましたが、当院は必要な機材等の準備がまだ不十分な状況にあります。速やかに要請に基づき出動ができる体制を整備したいと考えていますので、今後も当院に対する益々のご支援・ご協力をお願いいたしまして私のご挨拶とさせていただきます。

平成２７年２月１２日

四万十市立市民病院院長　樋口　佑次

当院のＤＡＭＴは、平成２４年に結成されました。（写真→右から）石井（医師）、新谷（看護師）、尾崎（看護師）、渡邊（看護師）、原（業務調整員）の５名で構成されたチームです。県西部（幡多地域）では、県立幡多けんみん病院（宿毛市）、渭南病院（土佐清水市）に次いで、３か所目で、県内では１６か所目となります。

今回、高知県と当院が交わした協定では、今後、大規模災害時に県が出動を要請できることとなっています。また、県が派遣に係る費用を負担するほか、活動中の隊員のけがなどについても保険が適用されます。

当院のＤＭＡＴメンバーは、各種講習会や実務訓練への参加、院内での災害対策や救急医療の技術向上、また、市や関係機関とのスムーズな連携などますます活躍が期待されます。

ＤＭＡＴ（ディーマット）とは？

災害時に被災地に迅速に駆けつけ、救急治療を行うための医療チームです。医師・看護師・業務調整員（医師・看護師以外の医療職及び事務職員）で構成され、大規模災害や多傷病者が発生した事故などの現場に、急性期（おおむね48時間以内に）活動できる機動性をもった、専門的な訓練を受けています。

（日本ＤＡＭＴ事務局ホームページより）

外来診療医師担当日表

＊印は「非常勤医師」です

（平成27年4月1日より）
●受付：午前８時～11時まで(☎34-2126)
●診療開始時間：午前８時30分から

			月	火	水	木	金
内　科	午前	初診	高橋敏也	濱川公祐	小川貴司	濱川公祐 第1・3・5週 高橋敏也 第2・4週	小川貴司
		再診（予約）	濱川公祐	樋口佑次	樋口佑次	樋口佑次	濱川公祐 ＊竹田修司
			小川貴司	＊鷲山憲治	高橋敏也	小川貴司	高橋敏也 第1・3・5週 石井泰則 第2・4週
	午後	再診（予約）	濱川公祐	小川貴司 ＊鷲山憲治 高橋敏也 第1・3・5週	＊竹田修司	小川貴司 濱川公祐	＊竹田修司
			樋口佑次	＊国立高知病院医師 第2・4週	高橋敏也	高橋敏也	樋口佑次
外　科	午前	初診・再診（予約）	宇都宮俊介	石井泰則	宇都宮俊介	石井泰則	宇都宮俊介
整　形外　科	午前	初診・再診（予約）	河内通	坪屋英志	河内通	坪屋英志	河内通
脳神経外　科	午前	初診・再診（予約）	伴昌幸	川田祥子	伴昌幸	川田祥子	伴昌幸
泌　尿器　科	午前	初診・再診（予約）	中尾昌宏	（検査・処置）	中尾昌宏	（検査・処置）	中尾昌宏

注）国立高知病院医師4人（篠原勉、畠山暢生、岡野義夫、町田久典）が、交替で診察します。

※急患の方については、午後9時まで受付していますので、電話連絡のうえ来院して下さい。

看護師求む

平成27年度
四万十市
職員採用試験

あなたの"看護力"が発揮できる場所がココにあります。
私たちと「地域に寄り添う医療」を共に取り組みませんか？

試験日

5月10日日

※応募者多数の場合は、面接試験日が変更になることがあります。

試験区分・受験資格

【看護師】
平成27年7月採用→１名程度
昭和46年4月2日以降に生まれた人で、看護師の免許を有する人
平成28年度採用→３名程度
昭和46年4月2日以降に生まれた人で、看護師の免許を有する人又は平成28年4月30日までに免許取得見込みの人

試験内容

作文試験、適性検査、面接試験

受付期間

平成27年4月2日～4月22日（必着）

募集要項

試験案内（申込用紙）は、3月下旬に四万十市役所総務課、市民病院受付などで配布します。また、郵送請求および四万十市ホームページからのダウンロードにより入手もできます。

お問い合わせ　四万十市 総務課 人事係（☎代表34-1111 直通34-1803）

四万十市立市民病院理念

【基本理念】
私たちは良質な医療を提供し、患者さんに信頼される病院を目指します。

【基本方針】
（患者の権利の尊重）
患者さんの人権と生命の尊厳を尊重した医療を行います。
（職員の自覚・自己啓発）
全ての職員は医療技術の研鑽に努め、親切で優しい対応を心がけます。
（地域連携）
地域の医療機関等との連携を推進し、開かれた病院づくりに努めます。
（経営健全化）
経営の健全化を図り、安定した病院運営に努めます。

ホームページもぜひご覧ください！
四万十市立市民病院　検索

発行元
四万十市立市民病院広報委員会
〒787-0023
四万十市中村東町１丁目１番２７号
TEL(0880)34-2126・FAX(0880)34-1861