

ぬくもり

CONTENTS

災害支援ナース派遣	2
創立30周年を迎えて	3
部署だより	3
薬局より	3
ドクターのお話	4
マンモグラフィー検査	5
レシピ ひと工夫	6
ご意見いただきました	6
新入職員紹介	7
行事のお知らせ	7
医事課からお知らせ	7
外来担当医師一覧表	8

基本理念

地域医療への貢献

「肌のぬくもりある医療」の実践

基本方針

- 一、救急医療充実のため、診療連携の強化に努めます。
- 一、高度医療の実施、チーム医療の推進に努めます。
- 一、患者様の立場にたった医療サービスの提供に努めます。
- 一、職員が働きやすく、誇りを持てる病院を目指します。

宇佐高田医師会病院

肌のぬくもりある医療

〒872-0102 大分県宇佐市大字南宇佐635
TEL.0978-37-2300(代) FAX.0978-37-2307
<http://www.utihp.jp/>



私達は笑顔を大切にします



東日本大震災の被災地の皆さまに心よりお見舞い申し上げます。 (災害支援ナースとしての派遣活動報告)

東日本大震災で、亡くなられました方々のご冥福をお祈り申し上げますと共に、被災されました皆さまに心よりお見舞い申し上げます。

当院は、大分県看護協会の災害支援ナース登録施設で、2人の登録者がいます。今回の東日本大震災では、日本看護協会が「災害対策本部」を設立し「災害支援ナースネットワークシステム」により都道府県看護協会が災害支援ナースの派遣活動をしています。

当院の災害支援ナース登録者の青木美子さんは、「災害支援ナース第53班」の派遣が決まり平成23年4月11日～平成23年4月16日の6日間、宮城県気仙沼市鹿折中学校の避難所にて支援を行って来ました。大分県看護協会災

害支援ナースとして宇佐高田医師会病院のナースとして、今までの看護師の経験と支援ナースの研修を十分に発揮し支援してきました。

本人はもとより短い期間ではありましたが、支援活動に災害支援ナースとして参加できたことを宇佐高田医師会病院としても、大変有難く思っております。「何ができるのか」と不安な気持ちで出発したのですが、帰って来たときは「まだ、物足りない」と一回り大きく成長した姿の青木看護師がいました。今後今回の経験を生かし益々、看護職としての磨きがかかると思っております。

被災地・被災者の皆様の1日でも早い復興を心よりお祈り申し上げます。
総看護師長 柳田 美雪



4.11 出発式 (大分空港)



4.12 被災地 (気仙沼) の様子



4.13 避難所 (鹿折中学校体育館)



4.13 避難所での夕食配布の様子

震災1週間後に災害支援ナースとして応募した日本看護協会から、4月6日に派遣要請を受けました。出発までの間、募る不安との戦いでしたが、家族や友人、職場の同僚、上司に励まされ、意を決して宮城県へ向かいました。派遣場所の避難所には、約280名の被災者が暮らしており、また高齢者が多く、毛布やダンボールを床に敷きなんとか寒さ対策はできて、プライバシーを守るつい立てもなく、厳しい生活を送っているのだと感じました。私は、避難者の方と24時間体育館で生活をして、体調不良の方に医療チームの診療を受診するよう勧めたり、感染予防と衛生面、環境面及びメンタル面に重点をおいた健康管理に努めました。横の繋がりを大切にし医療チームや市の職員との情報交換を行いながら、避難所生活を「安全、安心、快適」にすることが最大の任務だったと思います。

実際の活動期間は3日間でしたが、避難所の方から「あんた達がいるから、安心しておれる」と言われた時は、何かを行うことも大切ですが、現地に行くことだけでも意味があるのだと実感しました。私が帰る朝に、水道が復旧し避難所に明るい兆しが見えました。まだまだ、先が長く暗いトンネルの中ですが、1日も早く被災地が復興できるよう見守り、これからも支援していきたいと思います。

災害支援ナース 青木 美子



4.15 支援活動の確認をする青木看護師



4.15 他県の支援ナースとともに



4.16 解散式 (大分空港)

創立30周年 新たに誓う

地域医療への貢献 『肌のぬくもりある医療の実践』

当病院は、今年4月に創立30周年を迎えました。これもひとえに地域の皆様の支えがあったからこそ心から感謝しております。これからも宇佐高田医師会病院をよろしくお願い致します。



開院当時の宇佐高田医師会病院

部署だより①

医療連携室

医療連携室は平成17年1月に発足し、月日がたつのも早いもので、今年で7年目になります。現在のスタッフは医療ソーシャルワーカー2名、事務員1名の計3名で活動しています。

発足当時は、医療連携室の機能が分からず患者様やご家族、会員の先生方、施設職員の皆様等に大変ご迷惑をおかけしたと思います。最近では広報活動の成果もあり、皆様にも大変多く利用して頂けるようになりました。

これからも、より皆様が利用しやすい医療連携室を目指して取り組んでいきますので、病院に対するご意見、ご要望等がございましたら医療連携室までぜひお寄せ下さい。

医療連携室 直通電話：TEL/FAX 0120-413-818

場所：病院2階 階段を上がって右側にあります。

病院でお困りのことがありましたら、患者様やご家族と一緒に問題を解決する医療ソーシャルワーカーへ一度ご相談下さい。

医療連携室室長 吉田 茂樹



相談内容

- 退院後の療養先に関する相談
- 介護保険、身体障害者手帳などの各種社会制度の相談
- 医療費、生活費などの経済的な相談
- 苦情、ご意見、ご要望など



シリーズ
薬局より

ワーファリンについて (血液をサラサラにするお薬)

薬と薬と一緒に飲むと意図しない作用を及ぼす組み合わせがあるように、薬と食べ物の中にも効果に悪い影響を及ぼす組み合わせがあることが知られています。その1つに、血液をサラサラにする薬として使用されているワーファリンと、納豆等のビタミンKを多く含む食品との関係があります。ビタミンKは、血液を固まらせる因子を肝臓で作るために必要な成分ですが、ワーファリンはこのビタミンKの働きを抑えることによって、血液を固まりにくくする作用を持っています。納豆は、ビタミンKを含有しているだけでなく、腸内でビタミンKを3～4日に渡って多量に産生するといわれています。また、クロレラ（健康食品に含まれています）、青汁はビタミンKを大量に含んでいるため、ワーファリンの効果を弱めてしまいます。このように書くと、ビタミンKは体に悪い物質のよう

に思われがちですが、ビタミンKは、血液を固まらせる作用のほかに、骨を強くする作用があることがわかっており、むしろ体のために良いものです。日本のお年寄りが欧米のお年寄りに比べてカルシウム摂取量が少ないにもかかわらず骨折率が低いという研究結果がでていますが、その理由の1つとして、日本人が納豆等から摂るビタミンKの多さがあげられています。

いままでワーファリンを飲まれている方は納豆等は摂取できませんでした。しかし、今年3月、ワーファリンと同じ作用をする薬で、納豆、クロレラ等のビタミンKを含む食品を摂っても問題ない薬ができました。新薬のため1回に処方できる日数が少ない等の問題もありますが、患者様のQOLの向上に役立つことが出来るのではないかと思います。

乳がんについて

外科医師 蔵田 伸明



最近、映画などの影響もあってか、乳がん検診に来られる方が多くなっています。ところで乳がんはどんな病気なのでしょうか？検診って何をやるのでしょうか？診断・治療はどのようにするのでしょうか？今回はこれらに関して少しお話をさせていただきます。

●乳がんとは

一言で言うなら『乳腺(乳管や小葉)にできた1つのがん細胞が異常に増える』です。はじめは乳管や小葉の中だけで増えます(非浸潤がん)が、そのまま放っておくと周囲組織に浸潤していったり(浸潤がん)、リンパ流や血流を介して肝臓や肺や骨、脳などに転移をする可能性がでてきます。しかし、**早期に乳がんを発見することで約90%の方が治る病気です。**

疫学的側面から見てみると、1996年から女性がかかりやすい悪性腫瘍のトップです。以前は30人に1人と言われていましたが、現在では16人に1人と乳癌にかかる女性は今後も増加していくことが考えられます。なりやすい年齢は40歳代後半から50歳代前半と言われていますが、実際のところ皆さんもご存じのように20歳すぎから乳癌になる方もいらっしゃるのでは若い時から関心を持つ事は非常に大切だと思います。

『自分はまだ大丈夫』、『乳がん検診は時間がかかるし面倒』と思わずに早めに検診を受けましょう！

●乳がん検診って？

自分の事は自分が一番よくわかるはずですが、そう、自己検診も大切です。生理が終わった1週間後に、閉経後の人は毎月、日を決めて行いましょう。自己検診に関する詳細は今回は割愛させていただきます。

当院の検診センターでは問診・触診・マンモグラフィー(乳房のレントゲン)もしくは超音波検査で乳がんの早期発見に努めています。マンモグラフィーは乳房をはさみ、薄く引き延ばして撮影します。上下からはさんで1回、左右からはさんで1回を左右の乳房で計4回(コースによっては2回)撮影します。マンモグラフィー検査は触診ではわからないような小さな乳がん・腫瘍をつくらない乳がんを、乳がんの初期症状の1つである「微細石灰化」で映し出す

ことができます。また、触診では触れることの難しい1cm以下の「腫瘤像」を見つけることも可能です。検診の結果は後日郵送されてきますが、判定の所に1から5の数字が書いてあります。5の判定をされた方はきちんと近くの病院の外科でさらに詳しい検査を受けてください。

検診を受けるだけで安心しないで、ちゃんと結果まで見て精密検査が必要とされる方は忘れずに受診しましょう!!

●診断・治療

今回は検診の大切さをお話したかったので診断・治療はほんの一部をかいつまんでお話しします。診断は腫瘍に直接針をさして細胞や組織を顕微鏡で検査します。結果はclass I・II・III・IV・Vで表されますが、class IV・Vはがんの可能性が非常に高いです。

検診を契機に見つかった乳がんの場合、ほとんどの方が手術を受ける事になると思います。手術法には大きく分けると乳房切除術と乳房温存手術の2つがあります。腋のリンパ節を摘出し転移の有無を確認したり、切除したがんが乳がんに対する感受性をもっているかどうかを検査し術後の治療方針を決定する材料にしています。術後は10年間定期的に検査を受けていただいています。以上、簡単ではありますが乳がんに関して述べさせていただきました。



マンモグラフィーが 新しくなりました



マンモグラフィー検査とは乳房X線撮影のことで、乳房にできるさまざまな病気を発見することができます。検査は、乳房を片方ずつ圧迫板ではさんで撮影します。機器で乳房をぎりぎりまで押さえるので、痛みを伴うことがあります。圧迫することによって、乳腺構造の重なりをなくし、一つ一つの乳腺をより広くみることができます。

また、乳房の厚みが薄くなることで、被ばく線量の低減にもなります。圧迫による痛みは、生理前後で変わってくるので、**生理から一週間くらい後**、乳房が柔らかい時期に検査を受けると痛みが和らぐといわれています。また、撮影時に体に力が入ってい

ると更に痛みが増す場合があるので、できるだけリラックスした状態で撮影に臨みましょう。

今年2月中旬より、**新しい乳房X線撮影装置を導入**しました。この装置は従来のものより画質が向上しています。当院では、**女性認定技師**が検査を行っておりますので、安心して検査を受けて下さい。

日本で乳がんにかかる女性は年々上昇傾向にあり、これからますます乳がん検診の重要性が増していくと考えられます。乳がん早期発見のためマンモグラフィー検査を受けましょう！何か疑問点や心配な事がありましたら気軽にお尋ね下さい。

診療放射線技師 原田 友理



私たちが検査しています

乳癌検診受診状況						精密検査受診者の結果						
年齢区分	一次検診受診者数	要精密判定者数	精密検査受診者数	精密検査受診率(%)	がん発見率(%)	異常なし	がんを認める	がんの疑い	がん以外の疾患			
									乳腺症	石灰化	のう胞	乳腺繊維腺腫
～39歳	449	27	19	70.4		11	0	0	1	3	1	0
40～49歳	733	62	49	79.0	0.14	26	1	1	4	1	5	2
50～59歳	931	54	47	87.0	0.11	24	1	1	2	3	4	1
60～69歳	597	30	26	86.7	0.50	16	3	0	1	1	2	1
70～79歳	97	10	8	80.0	1.03	6	1	0	0	0	0	1
計	2,807	183	149	81.4	0.21	83	6	2	8	8	12	5

H21年度宇佐高田地域成人病検診センター統計資料より

しんぴ ひと工夫

第1回

嚥下に問題のある患者様へのひと工夫

『ミキサー食 いなり寿司』

「ミキサー食」とは、

ネクター状・クリーム状のもので、口腔内に機能障害のある患者様を対象としています。

食欲が出るように「味」「匂い」「色」に配慮した食材、調理法を考慮します。

この食事は「流動食」から「刻み食」へ移行する過程に用いられ、「経口摂取」を目的とし、栄養状態の改善を図るもののなのです。

作り方

材料／お粥・味付けした油揚げ・すし酢・固形剤（市販）

器具／ミキサー器・鍋2個・泡だて器・バット・お皿

- ①「お粥」と「味付け油揚げ」をミキサーにそれぞれかけます。
- ②①をそれぞれ別の鍋に入れます。
- ③②にそれぞれに市販の固形剤を入れて泡だて器で混ぜながら火にかけます。
- ④③をバットに「油揚げ」から先に下にしき詰めます。
- ⑤④を20分程冷まし、次に「お粥」を敷き2層にして冷やし固めます。
- ⑥固まったことを確認してからバットからひっくり返して出します。
- ⑦3センチずつ切り分けお皿に盛り付け出来上がり。（写真参照）

味も重要ですが、見た目もとても大切です。
患者様の食欲をそそる為には、まずは見た目を重視しています。

栄養課
日清医療食品 チーフ栄養士
渡辺 恵

あっ
いなりだ!!



ゲル化剤を利用することでプルンとしたムース状になります。



ご意見いただきました

ご意見ありがとうございました。

▼ご意見 患者様より…

野菜は季節のものを出して下さい。季節はずれのものは、栽培にも多くの農薬を使用しています。

もっと深く大きく食療養をとらえて配慮してくれとありがたいです。



▼お答え 栄養課より…

貴重なご意見ありがとうございます。

現在さまざまな患者様の病態に合わせた食事を提供しています。消化の良い食材を優先し使用していることから、季節ではない食材が入っていたかもしれません。ご意見の通り、旬の食材は他の時期と比べて栄養価が高く味も濃く美味しいものです。今後は、出来る限りで季節の野菜から取り入れる工夫をしていき安全で美味しい食事の提供に努めてまいります。

新入職員紹介

よろしくお願いいたします。

①入職日 ②所属 ③モットー（一言）④趣味

かやしま ただし
萱島 理

- ①H23・4・1
- ②外科医師
- ③マイペース
- ④自転車、釣り

かじもと のぶあき
梶本 展明

- ①H23・4・1
- ②消化器科医師
- ③なんとかなる
- ④バスケットボール

とごう ゆう
都甲 優

- ①H23・4・1
- ②看護部
- ③笑顔忘れず、頑張ります！
- ④ショッピング

あんどう みほ
安藤 美穂

- ①H23・4・1
- ②看護部
- ③日々努力！
- ④野球観戦

みよし くれな
三好 紅

- ①H23・4・1
- ②看護部
- ③笑顔で頑張ります。
- ④ドライブ

かり の たけし
刈野 健

- ①H23・2・14
- ②検診センター事務
- ③不撓不屈の精神で頑張ります。
- ④ドライブ

まつき なお
松木 奈央

- ①H23・3・1
- ②検診センター集配事務
- ③日々努力と笑顔でがんばります。
- ④ショッピング、少年野球の応援

いまなが ともみ
今永 友美

- ①H23・3・28
- ②検診センター集配事務
- ③オロオロしない
- ④吹奏楽

えぐま のぞみ
江熊 希美

- ①H23・4・1
- ②検診センター臨床検査技師
- ③笑顔と健康!!
- ④バレーボール

おのうえ かよこ
尾上 香代子

- ①H23・4・11
- ②検診センター看護師
- ③誠心誠意を持って仕事に取り組んでいきたいです。
- ④音楽鑑賞

行事のお知らせ

●看護週間 5月8日(日)～5月14日(土)

当院の催しの予定

5/9(月) 一日看護体験

5/10(火) 血圧・体脂肪等測定
～12(木) 栄養相談

5/12(木) ミニコンサート

●第10回 大分県緩和ケア研究会
県北支部会

日時：5月21日(土) 14:00～17:00

場所：ウサノピア 大ホール

対象：一般市民・医療従事者

表紙写真の紹介

表紙の写真「粟嶋公園」にはソメイヨシノ約300本が植えられています。

そしてこの公園の先、荒々しい景観を呈する海岸の先端には朱塗りの粟嶋神社があり、縁結び、安産の神として信仰を集めています。特に女性の願いなら必ずひとつは叶えてくれるとか。一度お出かけになってみてはいかがでしょうか。

◆◆◆ 医事課からお知らせ ◆◆◆

ご入院で一ヶ月間にかかる医療費が高額になりそうな場合（手術や長期の入院）は、申請することで支払いが軽減される「限度額適用認定」制度があります。

入院されるときに、あらかじめ加入されている「国民健康保険」又は「協会けんぽ」などに申請書を提出し「限度額適用認定証」の交付を受け、窓口提示されますと、一定額を超えた分の支払いが軽減されます。

70歳未満の方のご入院が対象

- ・保険適用外の診療、個室料、食事は対象外です。
- ・70歳以上の方は申請不要です。

申請方法

- ・「協会けんぽ」加入者の申請書は当院の受付窓口にあります。
- ・「国民健康保険」加入者の申請は市役所の国民健康保険係りにご相談下さい。

※受付をした月からの有効となりますので、お早めに提出して下さい。

自己負担限度額の目安

①一般 ➡ 80,100円（目安）

②上位所得者（月給が53万円以上） ➡ 150,000円（目安）

※実際は医療費の額に応じて加算されます。

外来担当医師一覧表

時間帯	科 別	月	火	水	木	金	土
午 前	循 環 器	陣林 伯男	篠原 徹二	陣林 伯男 ペースメーカー	米持 英俊	陣林 伯男	—
	外 科	蔵田 伸明	柏木 孝仁	村上 光彦	萱島 理	柏木 孝仁	—
	消 化 器	小野 英樹	中島 仁典	梶本 展明	中島 仁典	小野 英樹	中島 仁典 (再 来)
	内 視 鏡	梶本 展明	小野 英樹	小野 英樹	梶本 展明	梶本 展明	—
	呼 吸 器	三重野 斉	—	—	三重野 斉	—	—
午 後	循 環 器	—	—	—	近藤 克洋 心カテ検査	—	—
	呼 吸 器	—	黒田 芳信	—	—	—	—
	腎 臓 内 科	—	—	—	—	有馬 誠 第1・第3	—
	血 液 内 科	—	—	—	—	中山 俊之 第2・第4	—

氏 名	専 門 領 域
陣林 伯男	循環器科一般
近藤 克洋(非常勤)	循環器科一般
篠原 徹二(非常勤)	循環器 内科一般
米持 英俊(非常勤)	循環器 内科一般
小野 英樹	消化器 肝臓病 内科一般
梶本 展明	消化器 肝臓病 内科一般
中島 仁典(非常勤)	消化器 肝臓病 内科一般
有馬 誠(非常勤)	腎臓内科一般
中山 俊之(非常勤)	血液内科 内科一般

氏 名	専 門 領 域
柏木 孝仁	消化器外科 下肢静脈瘤 外科一般
村上 光彦	消化器外科 外科一般
蔵田 伸明	消化器外科 外科一般
萱島 理	消化器外科 外科一般
三重野 斉	呼吸器科一般
黒田 芳信(非常勤)	呼吸器科一般

●診療時間 午前9:00～12:00
午後1:00～4:00(腎臓内科)
午後2:00～5:00(呼吸器・血液内科)

●ご案内図



- (財)日本医療機能評価機構認定(Ver.5.0)
- 第2次救急指定医療機関・災害拠点病院(大分DMAT指定病院)
- 僻地医療拠点病院・大分県HIV診療協力病院
- 第2種感染症指定医療機関(SARS初療機関)
- 大分県重症難病患者医療ネットワーク基幹協力病院
- 協力型臨床研修病院・循環器専門医研修関連施設
- 日本がん治療認定医機構認定研修施設
- 日本呼吸器内視鏡学会専門医制度関連認定施設
- 日本消化器病学会専門医研修関連施設
- 肝疾患診療協力医療機関
- マンモグラフィー画像認定施設
- NST稼働施設認定病院



ぬくもり No.23 2011年4月30日発行

宇佐高田医師会病院

〒872-0102 大分県宇佐市大字南宇佐635
TEL 0978-37-2300 FAX 0978-37-2307

ホームページ <http://www.utihp.jp/>

これまでの広報誌「ぬくもり」もホームページで閲覧できます。

編集後記

先の東日本大震災について被災者の方々に心から御見舞い申し上げます。

さて寒かった冬がいつのまにか去り、すっかり春めいてきました。病院へ自転車で通勤する際に、宇佐神宮への参道は桜満開で春の空気を存分に吸い込むことができました。

今年度も気分一新して紙面づくりに精進したいと思います。

広報委員