

なみんじゃもんじゃ



公益社団法人 地域医療振興協会 市立恵那病院 広報誌

基本理念 私たちは地域住民のために、質の高い、思いやりあふれる地域包括医療を展開します。

新年のごあいさつ

管理者 細江雅彦



明けましておめでとうございます。昨年は、コロナ禍(COVID-19感染)で開けて、1年が慌ただしく過ぎました。未知の感染症でしたが、次第にその実態がわかってきて対応策も講じられ、今年にはワクチン接種も始まり、何らかの進展が見られるでしょう。さらに治療薬の開発が進めば現状のインフルエンザと同じような扱いになるのではないのでしょうか。ただ今年で収束するかどうかは不明で、2~3年、いや数年は混沌とした状態が続くのではとも言われています。医療界においても新しい試み、例えば政府のお墨付きでOnLine診療が解禁されました。それに続いてかかりつけ医の存在の検討(家庭医になっていくか?)など、今後、議論されていくのではないのでしょうか。

そんな中、当院を取り巻く環境の変化ですが、少しずつ変革が進みつつあります。2025年問題、団塊の世代の方々が75歳を迎える年ですが、厚労省は、それに先立ち地域医療構想なるものを立ち上げて病院の統廃合・機能分担化を図ろうとしています。一昨年、病院のあり方を検討するようにと424の病院名を公表しました。何と市立恵那病院もその中の一つとして公表されました。地域包括ケアなどの評価がなされていないなど、評価方法には異論、不満はあります。しかし、基本は、とにかく世界で最も多い我が国の病床数を減らし、病院を機能別に分け、近隣の医療機関同士の連携を促進しようという狙いはよく理解できます。



ここで岐阜県の地域医療の実態を見てみると、複数の公設医療機関が、県の北西部、高山を中心とした地域、西濃地区(公設民営)で人、物、金において良い連携関係を築きつつあります。この連携は、複数の医師によって診療の質を担保でき

る事、パラメディカル人材を共有することも可能となりリスク管理面においても良いと考えられます。424病院問題の解決策の一つとして連携関係の構築というのが考えられると思います。

では、東濃地区はと言いますと、病院であったところが診療所になり、隣の病院同士が統合されて機能を向上させる動きが見られます。前述した近隣の医療機関同士の連携という大きな動きはまだ見られていないものの、当院と山岡診療所、老健ひまわりが連携を始めました。我々は、病院理念に「思いやり溢れる地域包括医療を展開する」と掲げています。これを実施するにはもう一つの最先端医療である多職種連携による地域に密着した医療を展開する医療機関作りが必要でしょう。医師をはじめとして専門性を持った医療従事者を確保・育成するのは、一朝一夕にはできませんし、地方においては常にその人材確保が問題です。新しい試みとして数年前から特定行為の研修を終了した看護師の育成をしており、現在、2名の看護師が就労しています。医療・看護・介護の質の向上に役立っており、今後、在宅医療や予防医療(ワクチン接種など)においてこのような看護師が地域医療の一翼を担っていくのではと考えております。

繰り返しますが、当院は、恵那市の地域中核病院として地域に密着した医療や介護を展開しています。これを使命としてもっと近隣医療機関との連携を強固なものにすべく努力しなければと思っています。地域の皆様のご理解を賜りながら中核病院として連携推進を進めてまいります。ご支援ご協力をよろしくお願い致します。



発行責任者：細江 雅彦
編集：市立恵那病院広報委員会
〒509-7201
岐阜県恵那市大井町 2725 番地
☎ 0573-26-2121 (代表)

INDEX

新年のごあいさつ	1
ALSO (プロバイダーコースin恵那2020開催)	2
看護部から 応援ありがとうございます	2
感染対策について	3
冬の旬レシピ	3
外来診療担当表	4

ALSO (Advanced Life Support in Obstetrics)

プロバイダーコース in 恵那 2020 開催しました!

ALSOとは、医師やその他の医療プロバイダーが、周産期救急に効果的に対処できる知識や能力を発展・維持するための教育コースです。

現在全米ではほとんどの分娩施設において、分娩に関わる医療プロバイダーがALSOの受講を義務づけられています。日本では2009年4月1日よりALSOの普及活動が開始されました。市立恵那病院では新病院設立前(2016年)より伊藤副管理者を中心に毎年開催されています。

全国の医療施設から指導スタッフが恵那に集結し、現在までに98名の研修修了者を送り出しました。しかし、今年は新型コロナウイルス感染症の拡大により、人数制限とオンライン講義・オンライングループワークを主体と

し、実技講習や試験は感染予防ガイドラインに沿った環境下での実施となりました。受講生にとっては、事前学習のeラーニングを含め2日間の受講内容は、密度の濃いハードなものでした。それでも、産科の未来を担う医師や助産師にとって【学ぶ力】は、新型コロナウイルスに屈することはなく、加えて、指導スタッフのALSO開催に向けた徹底したコロナ対策のおかげで無事研修を修了することができました。

今後も地域の安心・安全な産科医療に向けた取り組みとして、人材育成・継続教育の機会として「ALSO in恵那」を継続していきたいと考えています。



助産師長 柘植美幸



看護部から

応援ありがとうございます

令和2年は予想もしない一年となりました。世界中に広がった新型コロナウイルス感染症は、地域の医療にも大きく影響し、私たちを苦しめています。そのような中、多くの方々から励ましや労いのお言葉、マスクなどのご寄付を賜り、誠にありがとうございました。心から御礼申し上げます。

恵那病院では、早い段階から安藤感染管理者を中心にワーキンググループを立ち上げ、話し合いを繰り返してきました。患者対応への取り決めだけでなく、保健所との調整、検査体制の方法や準備、マスクやエプロン・消毒薬の調達など、あらゆることを会議以外の時間も使って何度となく議論を重ねてきました。通常業務も終わらず、夜遅くまで残って仕事をしています。来院者のマスク着用の励行、発熱確認や手指消毒は、半年間朝早くから看護師長が交替で玄関に立ち、昼間は多くの部門担当者が交替し徹底に努めてきました。また、面会制限は患者様をウイルスから守るためでありながら、終末期や高齢

の患者様への影響が心配され、対応に苦慮しました。そして、見えないウイルスに立ち向かう外来や病棟スタッフの不安と疲労は計り知れないものですが、一人一人の使命感に感謝するとともに誇らしくも思っております。お陰さまでこれまで院内感染を起こすことなく経過しておりますが、令和3年もコロナとの共存、共生の中での看護の提供となります。引き続き、感染予防策を基軸とした安全な療養環境とケアの提供、リモートなどを駆使した患者様に寄り添う対応、退院後の安心な生活調整に努めてまいります。

今後も予測のつかない日々ではございますが、住民の皆さまのご期待に応えられますよう、これまで以上に力を合わせて頑張っていきたいと存じます。面会制限など、不自由をおかけすることも多々ございますが、引き続きご理解とご協力をお願い致します。

看護部長 新床美穂子

看護学生奨学金のご案内

相手を思いやり温かい手を差し伸べることができる方、地域で活躍する看護師を目指す方、ぜひ当院の奨学金をご活用ください。

試験日 令和3年1月23日(土) 詳細は当院のホームページをご覧ください。



感染対策について



(人に)うつさない、(人から)うつらない、(人から人へ)ひろげない ために

新型コロナウイルス感染症対策ポイント

- 1 2m以内で人と接する時・会話時はマスクを着用する:** マスクのつけ方により効果は変わります。
 - ①鼻の付け根からアゴまで覆えるものを着用しましょう。鼻やアゴが出ていると、効果は大幅に下がります。
 - ②鼻側にワイヤーが付いているものは、鼻の形に合わせて、マスクを顔に密着させてください。また、ゴム紐などで調整し、マスクを顔に密着させた方が(息苦しくない程度に)効果は高まります。
- 2 手洗い:** 外出から帰宅時、食事の前(特に外食時)、鼻水やく

しゃみの後、トイレの後(特に大便時)は石けんで少なくとも15秒間は手を洗いましょう。

- 3 換気の悪いところで集まらない。集まる時は、換気をする。**
- 4 食事時の注意点:** 家族以外の大人数との食事は控える。お皿、コップは共有しない。食事は対面を避け、会話は控える。
- 5 37.5℃以上は外出・出勤を控える。熱・咳など風邪症状のある人は人と会うのを控え、かかりつけ医を受診する。**
- 6 接待を伴う飲食店、カラオケに行かない。**

症状が出る2~3日前から人にうつす可能性があります。最も多い症状は、発熱と咳です。喘息、高血圧、肥満、糖尿病、慢性腎臓病、重度の肥満、2つ以上の持病、3つ以上の持病のある方の順で入院リスクが高くなると言われています。持病のある方や高齢の方のみでなく周囲の方も含め、すべての方に対策が求められています。

免疫力UP方法 (持病のある方は、主治医にご確認ください)

- 1 入浴:** 40度程度のお湯に10~15分、肩まで浸かる。(疲労回復、リラックス効果)
- 2 運動:** 自分の生活スタイルに合わせた時間と方法で少しずつ行う。
- 3 野菜や発酵食品を積極的に摂る。**
- 4 良質な睡眠:** 寝る2時間前までに食事を済ませ、寝る前にスマホやPC画面を見ない。
- 5 自分の時間(好きなことをする時間)を持つ。**

感染管理者 安藤徳子

冬の旬レシピ

ポイント!

今回は12月~2月が旬のたらと11月~2月が旬のブロッコリーを使ったレシピを紹介します。

たらは低脂肪・高たんぱくな魚でダイエットにもおすすめの食材です。不足しがちなカルシウムの吸収を高めるビタミンDを含みます。鍋物や煮魚にもよく合います。

ブロッコリーは食物繊維やビタミンCなどが豊富に含まれています。さらにブロッコリーに含まれるスルフォラファンには抗酸化作用があるとされています。抗酸化作用が働くと、老化やがん、動脈硬化などの予防に効果があると言われています。ブロッコリーを使うと彩りもよくなるのでたくさん料理に使ってください。



白身魚のホイル包み焼き



1人分 118kcal

- ① たらはペーパータオルで水気をふき、塩・こしょうを振る。
- ② 玉ねぎは半月スライスに切る。えのきは石づきを取って食べやすい大きさに裂く。人参は7ミリの輪切り(1人2枚、花形人参)。飾り用の絹さやは筋を取って、人参と共に茹でる。
- ③ アルミホイルを25センチ幅に切って1枚用意し、その上に玉ねぎを並べて敷き、たらをのせる。たらの上に人参、えのき、バターをのせ、ポン酢をかける。
- ④ ホイルの端を閉じて包み、フライパンにお湯をカップ1杯注ぎ、中火で約10分蒸し焼きにする。皿に盛ってアルミホイルを開き、絹さやを飾り、輪切りにしたレモンを添える。

材料 (2人分)

たら	160g	2切
塩・こしょう	少々	
玉ねぎ	60g	小1/2個
えのき	40g	1/5袋
人参	40g	1/3本
ポン酢	18g	小さじ3
バター	6g	
飾り 絹さや	6g	4枚
り レモン	20g	5mmの輪切り2枚

ブロッコリーの生姜風味和え



- ① ブロッコリーは、小房に切る。沸騰させたお湯で2分茹でる。茹で上がったたらザルにあげ、ザルの上でそのまま冷ます。
- ② 生姜は千切りにし、塩昆布とだし汁と混ぜ合わせておく(A)。
- ③ ②に①を入れて和える。

1人分 17kcal

材料 (2人分)

ブロッコリー	100g	約8個
生姜	4g	0.5かけ
A 塩昆布	6g	
だし汁	30g	大きじ2

1日の食塩摂取目標量は男性7.5g未満、女性6.5g未満です。

主任管理栄養士 伊藤法子

外来診療担当表

…予約診療（予約のない当日受付はできません）

医師名* …非常勤医師

午前診療

受付時間 月～金曜日…8:30～11:30 / 土曜日…8:30～11:00

診察時間 月～土曜日…9:00～

診療科	診察室	月	火	水	木	金	土	備考	
内科	予約診療 診察室C01	消化器・総合診療 山田誠史	呼吸器 近藤芳正	老年・脳卒中 細江雅彦	呼吸器・消化器 近藤芳正	呼吸器・肝臓 近藤芳正		診察室C01・C02・C03: 予約患者様のみの診察となります。当日内科診療希望の場合は、初診・予約外(C06・C07)の担当医師の診察となります。	
	予約診療 診察室C02	循環器・不整脈 松野由紀彦	総合診療 吉田 力	消化器・総合診療 山田誠史	循環器・不整脈 松野由紀彦	総合診療 吉田 力			
	予約診療 診察室C03	総合診療 高橋春光	総合診療 市川京子	総合診療 市川伸也	循環器外来 交替*				
	医療連携・初診 診察室C05	老年・脳卒中 細江雅彦	循環器・不整脈 松野由紀彦	呼吸器・消化器 近藤芳正	消化器・総合診療 山田誠史	老年・脳卒中 細江雅彦			医療連携予約患者様のみの診察となります。
	初診・予約外2 診察室C06				総合診療 大塩学而*	総合診療 大塩学而*			担当医師の診察室(C03～07)が一部変更となる場合があります。呼込モニタや内科受付でご確認ください。
	初診・予約外1 診察室C07	総合診療 市川京子	総合診療 高橋春光	総合診療 吉田 力	総合診療 市川伸也	総合診療 高橋春光	交替		
	小児科	診察室A05	服部 誠	服部 誠	服部 誠	服部 誠	服部 誠		交替
診察室A06		幸脇正典※	幸脇正典	幸脇正典	幸脇正典	幸脇正典			
外科	初診・処置・専門外来 診察室B04	太田博彰	予約診療 北村文近	大腸・肛門 太田博彰	北村文近	奥山裕照	交替		
	予約診療 診察室B05	予約診療 浅野雅嘉	奥山裕照	予約診療 北村文近	予約優先(乳腺) 浅野雅嘉	予約診療 太田博彰			
整形外科	診察室B01	寺島宏明	寺島宏明		※)第2のみ 寺島/廣田*	寺島宏明	※)第2・第4のみ 寺島宏明		
眼科	診察室A01		伊藤麻耶里*	福富 啓*	長谷川美有貴*		※)第1・第3のみ 伊藤麻耶里*		
耳鼻咽喉科	診察室A03		吉岡哲志*		榎谷一郎*				
産婦人科	初診 診察室K01	清水彩理	伊藤雄二	婦人科専門外来 若槻明彦*	奈倉祐貴*	森本翔太	交替*	※)土曜は完全予約制	
	予約優先 診察室K02	伊藤雄二	奈倉祐貴*	清水彩理	伊藤雄二	清水/伊藤			

午後診療

受付時間 月～金曜日…13:30～15:00 (小児科～15:30 / 眼科 13:00～14:30)

午後診療は、救急・予約診療のみとなります。(小児科 月・木曜日、眼科を除く)

診療科	診察室	月	火	水	木	金	土	備考
内科	要予約			物忘れ 細江雅彦	ペースメーカー外来 松野由紀彦	禁煙外来 近藤芳正		内科午後診療は、予約のみとなります。
	専門外来		腎臓内科 多田将士*			物忘れ 細江雅彦 腎臓内科 多田将士*		
小児科	診察室A 05	服部/幸脇		要予約 (予防接種)	交替*	要予約 (予防接種)		
眼科	診察室A 01		伊藤麻耶里*	福富 啓*				

■診察予約・予約変更について

- ・産婦人科以外の診療科では初診予約ができません。当日ご来院の上、医事課受付窓口までお越し下さい。
- ・診察予約・予約変更は専用ダイヤルをご利用ください。

予約専用ダイヤル (0573) 20-1657 予約受付時間 平日9:30～17:00

■休診日 土曜日午後・日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

■休診日・上記受付時間外の受診について

- ・休診日・受付時間外の受診については、ご来院前に必ず、お電話でご連絡ください。
- ・連絡なくご来院の場合、待ち時間が長く発生したり、手術都合等により他院受診をご案内する場合がございます。
- ・また、急を要さない診察の場合は、外来受付時間内の受診をご案内致します。予めご了承ください。

編集後記

令和3年を新たな気持ちで迎えることができました。しかし、昨年とは異なった工夫で新年を迎えられたと思います。今年の冬は、寒さが厳しいと伺っています。地域の皆様と共に全スタッフ一丸となり、健康管理を徹底していきましょう。

西4階病棟棟長 鵜飼寛子

