

球磨郡公立多良木病院企業団 広報誌

恒星

KOU SEI

地域と共に!



2015年6月発行

見頃を迎えた「天子の水公園の花菖蒲」(あさぎり町 古草城地区)

心房細動と脳梗塞 内科医長 前田幸佑

栄養士監修

旬の味覚で、美味しく元気に **ソラマメ**

- 恒星REPORT / 防災ヘリとドクターヘリ
- 知っておきたいクスリのハナシ / 正しい服用法(2)
- 地域を支える医療機関 / 宮原医院
- まちむら散歩 / 天子の水公園
- 病院からのお知らせ / ホームページリニューアル





防災ヘリとドクターヘリの2機の連携によって効率的に医療搬送を行う「熊本型ヘリ救急搬送体制」

消防との連携で地域に安心の医療提供

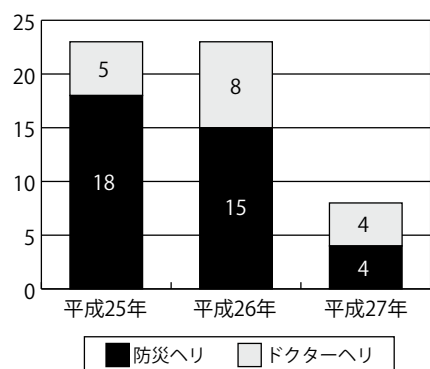


図1 上球磨消防署管内ヘリ搬送件数
(平成27年5月19日現在)

5月14日(木)病院講堂にて「第24回メディカルコントロール協議会」が開催されました。例年であれば開催報告をするところですが、今回は趣向を変えてその会議中に報告がございました。防災ヘリやドクターヘリにスポットを当ててみたいと思います。

防災ヘリ(消防防災ヘリコプター)とは、消防活動・救急活動を支援するために、政令指定都市の消防局と都道府県、総務省消防庁が保有するヘリコプターのことで、空中消火や救助活動・航空救急等に用いられます。

ドクターヘリとは、救急医療用の医療機器等を装備したヘリコプター。救急医療の専門医及び看護師が同乗し救急現場等に向かい、現場等から医療機関に搬送するまでの間、患者に救命医療を行うことができる救急医療用ヘリコプターです。

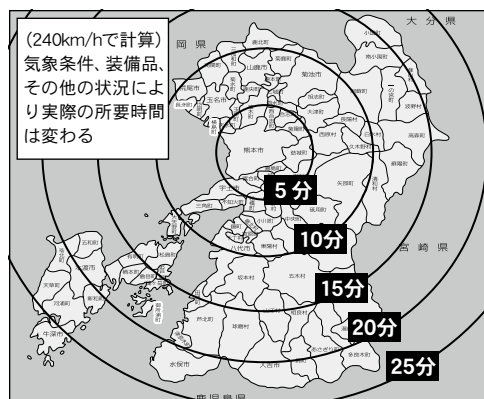


図2 防災ヘリの県内各地への所要時間

上球磨消防管内におけるヘリを使用した搬送のグラフ(図1)を見てみると、平成26年に救急搬送された1428名に比べれば少ないですが、全くの0件という事ではありません。

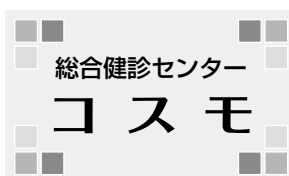
また、上球磨消防署より熊本県防災消防航空隊へ出向されている熊本県防災消防航空隊の山本副隊長の講演資料(図2)を見ると、高次医療機関への迅速な搬送等に努力いただいていることがわかります。

あなた自身だけでなく地域住民の貴重な命が、熊本県防災消防航空隊の方々の努力や尽力によっても守られています。

これからも消防隊とお互いに連携を取りながら地域住民が安心できる医療を提供できるよう努めてまいります。



子どもと一緒に乳房モデルに触れ、しこりの堅さを実感する参加者



見る、聞く、触れる おっぱい祭り 乳がん体験

4月29日(水)に、第11回ゆのまえ潮おっぱい祭りが開催されました。当健診センターのピンクリボンアドバイザー6人も参加しました。ブースでは、健診で見つかった実際の乳がんの画像や検査機器の説明などを展示し、また乳房のモデルに実際に触れてもらい乳がんの硬さを実体験してもらいました。さらにステージでは、自覚症状があった場合どうすればいいの?というテーマで患者さんとピンクリボンアドバイザーのやりとりを、寸劇を交えて紹介。みなさん、「しこりってこんなにコロコロしてるんだ!」「自己触診のパンフレットをもらっていいですか?」「お母さんのも触って調べてみよう!」などの声がきかれました。日本では、乳がんは罹患率も死亡率も増加傾向です。「検診ってなんだか怖いしな〜自分には関係ないかな!」とは思わず、まずは乳がん検診を受診してみませんか。

ご予約
お問い合わせ

総合健診センター「コスモ」
(0966)42-2410



施設内の中庭で季節の花や野菜づくり。育った野菜は収穫する楽しみも

シルバーエイトは要介護認定を受けた方が利用できる施設となっており、病状が安定し入院治療の必要がない方に専門スタッフがりハビリを行い、医師による医学管理と看護師・介護士によるケア、栄養管理、食事、入浴等の日常生活

シルバーエイトって どんなところ?

介護老人保健施設 シルバーエイト

医師やスタッフが
連携しながら
ご利用者の
一日も早い
自宅復帰を支援



土とふれあい自然を感じる屋外での作業は、心身を健やかに保つ最適な機能訓練

活まで併せて提供し、自宅への復帰を目指す施設です。
リハビリの一環であるレクリエーションは各階で日々の内容を変え、年間行事では運動会・夏祭り等、様々な行事を行い楽しんで頂けるよう取り組んでいます。
また、中庭を使用し、花植えや野菜作りも行っています。季節を感じることで、日常をより豊かに、明るく生きがいのあるものとし、みなさまに生き生きとした表情で参加して頂いています。
今後もシルバーエイトは地域に開かれた在宅復帰支援の拠点となることを目指し頑張っております。
見学もできますのでまずはお気軽にお問い合わせ下さい。

心房細動と 脳梗塞 (前編)

内科医長
前田幸佑 Kousuke Maeda

Profile

【認定医・専門医】
プライマリー・ケア連合学会認定医・指導医
日本内科学会認定内科医
ACLSプロバイダー



今回は『心房細動と脳梗塞』
のお話をさせて頂きます。

心房細動とは不整脈のことですが、皆さんは不整脈と聞くと何となく怖い印象を持たれませんか？ 不整脈と一言に言っても、実は何十種類とあり、良性的なものから時に緊急でペースメーカーを植え込まなければならぬもの、電気ショックをかけるといけないものまで多種多様にあり、対処方法も様々です。この後で心房細動の詳しいお話を致しますが、その前に一般的な心臓の仕組みについて御説明します。

図1のように、心臓には主に4つの部屋があり、それぞれ右心房、右心室、左心房、左心室と名前が付けられています。心臓は血液を送るポンプの役割をしています。全身から帰ってきた汚い血液はまず、右心

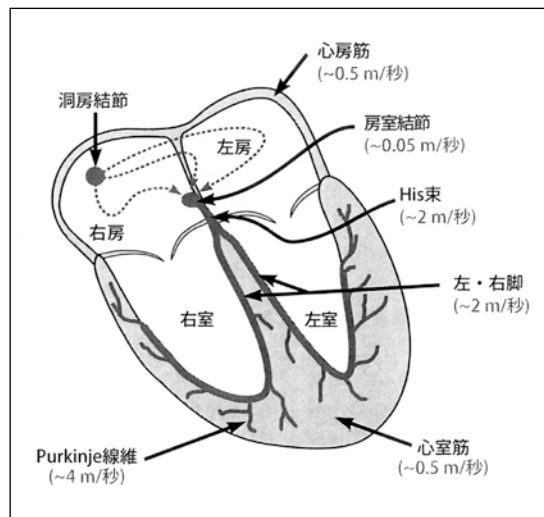


図1

房へ行き、右心室 肺の方へと流れていきます。今度は肺できれいになった血液は肺から左心房、左心室、全身へと流れていきます。私たちが活動している日中だけでなく、就寝中もずっと心臓はこの動きを続け、新鮮な血液を全身に送ってくれているのです。また、一般の方は御存知ないかもしれませんが、心臓は電気力で動いています。その電気の発電所となる部位が、洞房結節に当たります(図1参照)。その洞房結節から送り出される電

気が心臓内を心房→心室という順番で流れることで、心臓が動きます。この時、心臓が打つリズムは一定で、ほとんど乱れることはありません。

では、先程お話しした心房細動とはどのような不整脈かというと、心房が1分間に450〜600回の頻度で不規則に興奮し小刻みに震え、その興奮波が房室結節へ無秩序に伝わるために心室収縮が不規則に起こるものです。簡単に言えば、不規則に拍動する不整脈と思っていただいてもかまいません。症状としては、動悸、息切れ、胸痛、眩暈など様々な症状を呈することがあります。しかし、時には全く症状がない場合もあります。治療が必要な方もいれば、経過観察で良い方もおり、治療に関してはケースバイケースで柔軟に判断していく必要があります。

(次号に続く)

知っておきたい クスリのはなし

薬剤師 桑原崇徳

正しい服用法(2)

みなさんは薬を服用するとき、「飲めるから」と、水を使わずに服用したりしていませんか？ 水なしや少量の水での服用は、薬が食道にとどまって炎症などを起こす原因になります。きちんと胃の中まで到達させる為に、コップ1杯程度の水か白湯で飲みましょう(水分を制限されている人は、先生に確認して下さい)。

また、お茶や牛乳での服用も基本的には避けた方がよいでしょう。薬によってはその効果がさがってしまう組み合わせもあります。個々のケースによってアドバイスいたしますので、詳しくは薬剤師にお尋ね下さい。最近では、水なしで服用できる薬も発売されています。だ液で速やかに溶け、そのまま飲み込んでいただけるため、外出先や急な服用でも飲みやすく、好評なようです。

薬の服用について心配な点があれば薬剤師に相談して下さい。

旬の味覚で、美味しく元気に

〈栄養士/矢田貝由美〉

「ソラマメ」

初夏にぴったり! 栄養たっぷりではっきりとした食感と風味がクセになるソラマメ。たんぱく質はもちろん、ビタミンB1、B2、C、カリウム、鉄などビタミン、ミネラルも豊富です。炭水化物や葉酸も含まれており疲労回復、貧血予防などの作用があります。また、食物繊維も多いので便秘解消にも役立ちます。

しかしこれらの多くの栄養素は水溶性のものが多く、茹でると栄養素が出てしまうので、ゆで汁もスープに利用するとよいでしょう。また、ソラマメの薄皮は固くて口当たりが悪いので、はずして食べることが多いようですが、実は食物繊維を多く含む部分。旬のものは比較的柔らかいのでできるだけ食べるようにしましょう。



ソラマメと生姜の香りご飯

【材料4人分】

米: 2合
ソラマメ: さやつき5本
生姜: 30g
しめじ: 100g
☆濃口醤油: 大さじ2
☆酒: 大さじ2
☆オイスターソース: 大さじ1
☆みりん: 大さじ1

【作り方】

1. ソラマメはさやから出し、沸騰したお湯で塩ゆでをする。生姜は千切り、しめじは小房に分ける。
2. 炊飯器にお米、分量の水、☆の調味料を加え、生姜、しめじをのせてご飯を炊く。
3. 出来上がったソラマメを加えて混ぜ、器によそう。

〈1人あたりの栄養成分〉エネルギー: 390kcal / タンパク質: 12.5g / 脂質: 1.3g / 炭水化物: 78g / 塩分: 1.7g / 食物繊維: 3.8g



宮原医院 Miyahara Clinic

住所／球磨郡多良木町多良木260

電話／0966-42-2082

診療科目／整形外科

内科

リハビリテーション科

リウマチ科



山村正統 院長

みなさんこんにちは。当企業団広報委員会では広報誌のリニューアルに伴い関係医療機関について、ぜひ紹介させていただきたいと思い今回の取材を企画いたしました。

第1回目に訪問させていただきますのは、宮原医院です。

こんにちは。本日はお忙しい中、取材に応じて頂きまして誠にありがとうございます。宮原医院の院長 山村正統先生です。「こんにちは。」

まず、宮原医院の生い立ち(概要・沿革)について教えてください。「昭和23年の開院です。私は3代目の院長で平成7年に就任して20年になります。」

次に先生が心がけていらっしゃるについて伺います。「基本は自分の専門を活かして診療・治療をしています。更に検査や治療が必要があれば、速やかに病院での診療をお願いしています。病診連携はとても大事です。今後、公立多良木病院は我々の期待に応え続けてくれる病院であってほしいと願っています。」

本日はありがとうございました。

20年にわたり上球磨地域において医療にご尽力されている山村先生のお話をお聞きすることができ、私自身も病診連携に何かできることは無いか？考えさせられました。

今後地域に必要なクリニックとしてご尽力されることをご祈念申し上げます。

Go for a walk

てんしのみずこうえん

天子の水公園

あさぎり町の古草城地区にある天子の水公園は、熊本名水百選にも選出されている湧水公園。三万本の花菖蒲が咲き誇る花の名所としても知られています。

時は弥生時代、九州の中南部では「熊襲」という部族が居住し、勢力を振るっていました。長らく大和朝廷への服属を拒んでいた彼等を、自ら討伐しようとする九州巡幸を行ったのが第十二代景行天皇。

その折りに、天皇が御輿を留めて飲まれたのがこの湧き水で「天子の水」の名の由来と言い伝えられています。

絶えることなく滾々と湧き出るこの水は湧水池から水路へと流れ込み、約百キロにも及ぶ細長い散策路沿いの菖蒲園を潤しています。

花の見頃は五月の下旬から六月の上旬にかけて。開花に合わせて「花菖蒲祭り」も開催されます。

端正な美しさの花菖蒲とともに園内を彩るのが、群れ咲く紫陽花たちです。ひと雨ごとに色味を増す花色は、雨雲を一掃するような爽やかさ。花を眺め、水音に耳を傾けながら園内を散策するのも、この時季ならではの楽しみみです。

また、夕刻には無数のほたるが水辺をほかに灯し先の演出。

天上の星に勝るとも劣らぬ、きらめくふるさとのお宝です。



Taragi Asagiri Yunomae Mizukami

まちむら散歩

地域
情報

【湯前町】湯前まんが美術館 皆川亮二原画展 ～6月28日(日)／湯前ぶどう祭り 8月22日(土)

【あさぎり町】谷水薬師大祭(夕薬師) 7月24日(金)／あさぎり夏祭り 8月9日(日)

病院からのお知らせ

● 人事異動に関するお知らせ

よろしくお願いします。

〔新人職員〕

平成27年6月1日付



作業療法士
高田 晴紀



理学療法士
穴見 豪



総合診療科医長
三宅 純

● シルバーエイトよりお知らせ

家族介護教室のご案内

◇ 内容

「食べる楽しみをいつまでも」

◇ 開催日時

平成27年7月3日(金)

午後7時～8時

◇ 開催場所

シルバーエイト1階にて

☆ 参加無料

どなたでもご参加いただけます。

◇ お問い合わせ

介護老人保健施設

「シルバーエイト」

☎(0966)42-5288

● コスモよりお知らせ

免田B&G水中運動教室のご案内

◇ 開催日時

7月は14日・21日・28日

8月は4日・11日・18日・25日

午後7時～8時

◇ 開催場所

あさぎり町免田B&G海洋センター

◇ 費用

1回500円(入館料含む)

◇ お問い合わせ

総合健診センター「コスモ」

☎(0966)42-2410

● 第7回 公立多良木病院ミニコンサート 開催

地域に開かれた病院をめざし、気軽に楽しめる毎年恒例の無料コンサートです。一般の方々も自由にご参加ください。

◇ 開催日時

6月25日(木) 午後6時より

◇ 開催場所

当院本館1階待合室(医事課前)

◇ 出演

「公立多良木病院合唱団

ALEGREST.2008」

他

恒星リレーエッセー



診療部長兼外科部長 中原 修

最近思うこと：
「やっている、
姿を感謝で見守って、
信頼せねば、人は実らず。」

この職業につき16年の年月が経過した。ここ公立多良木病院での生活は研修医時代も含めると8年になり、医者人生の半分を過ごしたことになる。駆け出し時代に医者としての基礎を諸先輩や病院スタッフから教えて頂いた場所であり今でも深く感謝している。現在は指導的立場に位置するようになったが、実力的にはあのころの先輩方に遠く及ばない。

ただ思うところはあり、臨床医は医業を遂行するのみではなく、常にリサーチマインド(科学的研究心)を持って自らの知識をupdateしていくことや、後輩の教育が大事だと考えている。進歩する医療知識に遅れることなく、教育が根つき文化となれば、病院のレベルも上がり活気が戻る。そんな形で恩返しができるかとひそかに思っている。

次回は今なお温かく指導を頂いている看護部の谷口師長に引継ぎます。

● ホームページリニューアルのお知らせ



(<http://www.taragihp.jp/>)
ぜひ一度ご覧ください

当企業団のホームページを
リニューアルしました。

基本理念

地域中核病院として質の高い包括的医療を提供することにより、住民の皆様信頼される病院を目指します。

基本方針

- ・地域住民の健康増進
- ・患者中心の納得診療
- ・地域に開かれた病院
- ・へき地医療の充実
- ・24時間救急体制
- ・健全経営

患者さんの権利

- ・患者さんは皆平等に安全で最善の医療を受ける権利があります。
- ・患者さんは医療機関を自由に選べる権利があります。
- ・患者さんは受ける医療を自ら決定する権利があります。
- ・患者さんは自らに関する情報を知る権利があります。
- ・患者さんはプライバシーが護られ個人の尊厳が保たれる権利があります。

看護理念

私たちは看護師としての責任を自覚し、患者さん中心の看護を提供します。

1. 患者さんの安全・安楽に努め、優しいと思ひやりのある看護を提供します。
2. 患者さんご家族の権利を尊重した看護を提供します。
3. 看護の質の向上を目指し、自己研鑽に努めます。



球磨郡公立
多良木病院企業団
www.taragihp.jp
info@taragihp.jp

診療科受付時間(2015年6月～7月)

[午前 / 8:20～11:00]

診療科	医師	月	火	水	木	金	土
内科総合診療科	常勤	○	○	○	○	○	—
循環器科	非常勤	○		○		○	—
呼吸器科	非常勤	○		○	○	○	—
総合診療科	常勤		○				—
心臓血管外科	非常勤				○		—
消化器科	常勤	○		○	○		—
肝臓病外来	非常勤					第1	第3
外科	常勤	○	○	○	○	○	—
整形外科	常勤	○	○	○	○	○	—
脳神経外科	非常勤				○		—
産婦人科	非常勤		○			○	—
小児科	常勤	○	○	○	○	○	—
泌尿器科	常勤	○	○		○	○	—
眼科	常勤	○	○	○	○	○	—
皮膚科	非常勤	○			○		—
歯科	常勤	○	○	○	○	○	—

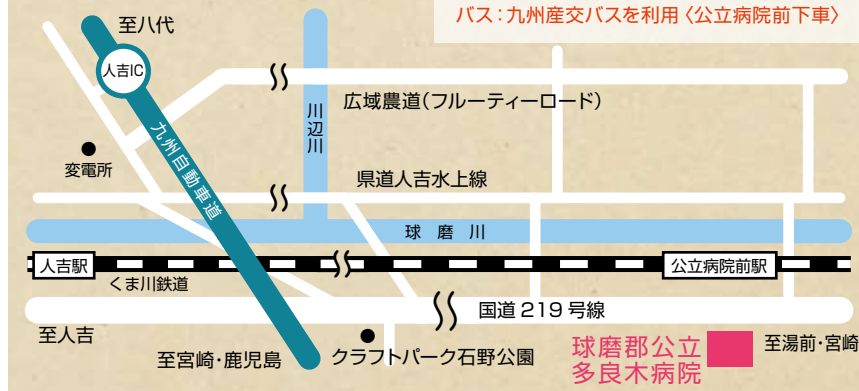
*総合診療科の受付時間は…

毎週火曜日 午前(8:20～11:00)・午後(13:30～15:00)です。

*歯科・小児科は午後も受付けます。

交通アクセス

車：人吉インターより22km(約35分)
列車：人吉駅よりくま川鉄道を利用(約35分)
公立病院前駅下車(徒歩5分)
バス：九州産交バスを利用(公立病院前下車)



編集後記

春を飛び越えいきなり汗ばむ季節が到来しましたが、みなさまいかがお過ごしでしょうか。

今月号のお知らせにもあるように当企業団では恒星リニューアルと同時期にホームページ(<http://www.taragihp.jp/>)も新しくいたしました。カラフルな色使いでスマホやタブレットの小さい画面でも明るく見える様心がけております。ぜひ一度ご覧ください。そして当号からは、球磨郡医師会のご協力を受け関係医療機関の紹介についても掲載させていただいております。今後も住民の皆様にご当企業団や関係医療機関について知っていただけるよう広報委員会一同取り組んでまいりますので、よろしくお願いいたします。