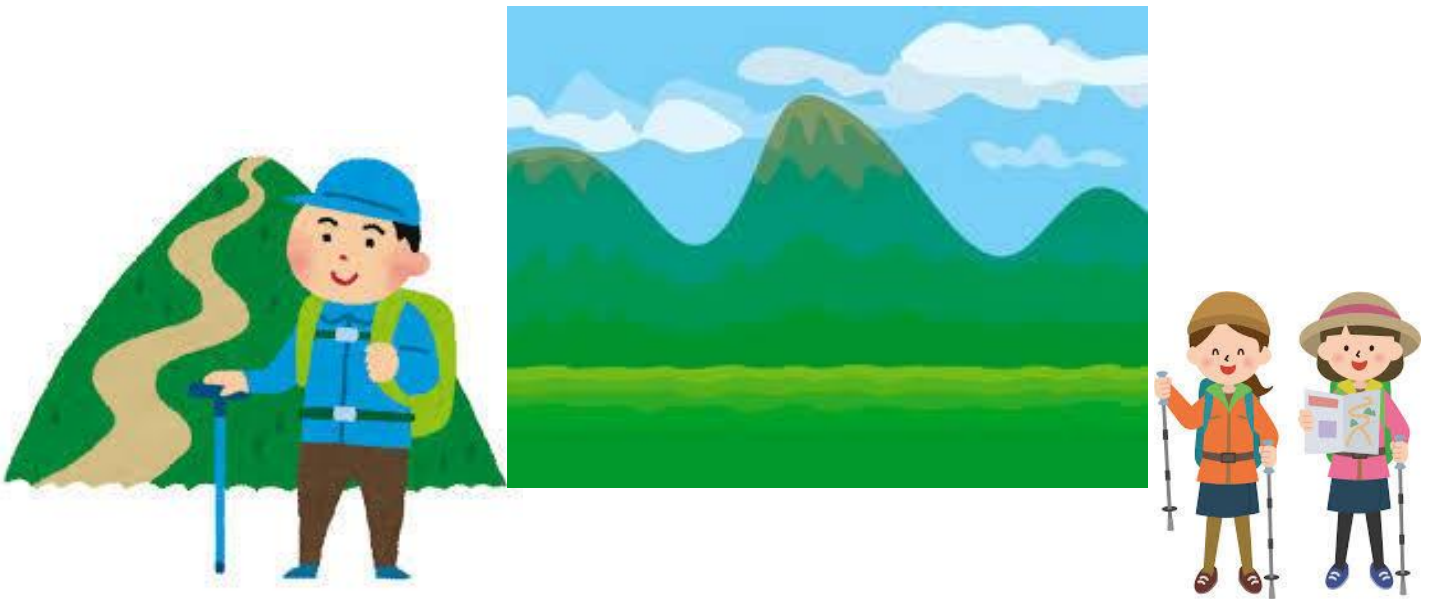


# 地域医療連携室だより

155号



## トピックス

- 医師紹介
- 医師紹介
- 新人職員の紹介
- 訪問看護よりお家で役立つ技 ～清潔ケア～
- 座 チャレンジ みんなでヨ～ガ始めよう NO.4
- 防災訓練を実施しました

「上部消化管内視鏡検査」ご依頼についてお願い

平素より当院の地域連携につきまして、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

この度、上部内視鏡検査施行時、抗凝固薬・抗血小板薬を単剤で服用の場合は休薬せずに検査を行うことにいたします。詳しくは別紙をご参照ください。

また、ご不明な点につきましては地域医療連携室までお問合せください。

今後とも、より一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

## 基本理念

- ・病める人の権利と心情を重んじ、信頼される医療を行います。
- ・質の高い医療を目指し、器機および療養環境の整備と研修・研究・教育に努めます。
- ・急性期から在宅まで一貫した医療を推進するため、地域および当院関連の医療・福祉施設と連携を深めます。
- ・地域住民の健康増進と福祉向上に貢献します。

信楽園病院広報誌 地域医療連携室だより155号

発行日 平成29年8月1日

編集 社会福祉法人 新潟市社会事業協会

信楽園病院 地域医療連携室

〒950-2087 新潟市西区新通南3-3-11

TEL025-260-8101 FAX025-260-8102

http://www.shinrakuen.com

新潟市在宅医療・介護連携ステーション西第二

〒950-2087 新潟市西区新通南3-3-11  
TEL025-260-8108

外科外来：火曜日

おかむら たくま  
岡村 拓磨

平成 29 年 4 月より外科に新任しました岡村拓磨と申します。

平成 16 年に新潟大学を卒業後、二年間の臨床研修を経て、新潟大学消化器・一般外科(旧第一外科)に入局しました。以降、長岡中央総合病院、秋田組合総合病院、村上総合病院、県立がんセンター新潟病院、県立吉田病院、県立六日町病院、立川総合病院、佐渡総合病院など関連病院での研修後、平成 27 年より大学に帰局しておりましたが、この度ご縁があって信楽園病院にお世話になることになりました。

専門は下部消化管です。ご存知かと存じますが、大腸癌は男性で肺癌、胃癌について 3 位、女性では 1 位の死因です。その一方で、腹腔鏡手術を始めとする手術の進歩は目覚ましく、また分子標的薬など新規抗癌剤が相次いで発売される状況で、今なお発展途上の分野です。当院においても、時代の進歩に合わせて治療を進めてまいりたいと存じます。

出身は内野町です。小さいころは体が弱く、また怪我也多かったので、地域の先生方に患者としてお世話になることが多くありました。その節は大変お世話になりました。今度は私が西地区の皆様の健康をお守りする一助となりたいと考えております。

なにとぞ、ご指導、ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。



消化器内科外来：月曜日・水曜日

消化器内科 はま いさむ  
濱 勇

本年4月より赴任致しました消化器内科の濱 勇と申します。平成17年に旭川医科大学を卒業後、故郷の新潟にもどってまいりました。新潟市民病院で初期臨床研修/消化器内科後期研修を経て新潟大学消化器内科に入局し、村上総合病院で3年間勤務した後、信楽園病院でお世話になることになりました。以後、宜しくお願い申し上げます。

専門は消化器疾患全般（消化管疾患の方が得意ですが）です。こちらに赴任する前の3年間、村上総合病院ではたくさんの症例を経験（冷や汗をかき経験もそれなりに・・・）することができ、消化器内科医に求められる手技はある程度全般的にこなせると思います。消化器内科は扱う臓器数が多いため、疾患数も多く、緊急処置も多いです。また、duty業務（内視鏡検査）が多いため、2人体制ではかなりの制約があり、これまで各科の諸先生方にはご不便をおかけしていたかと思えます。

4月より消化器内科が1人増え、3人体制になりました。正直なところ3人でもまだまだ足りないですが、これまでなかなか対応困難であったケースにも今後はできるだけ対応して参りますので、お気軽にお声がけ頂ければ幸いです。

村上での3年間で知識・経験以上に美味しいもの食べ過ぎてお腹周りとお腹に脂肪が貯まってしまいましたので、脂肪を減らすべく、フィットワーク良く対応して参ります。

至らない点が多々あると思いますが、ご指導、ご鞭撻の程、宜しくお願い申し上げます。





清潔ケアは、体の清潔を保つことだけではなく、不快感やストレス解消という目的もあります。暑い日には汗をたくさんかいて不快ですね。

“ベッド上で行う清潔ケア” のための一工夫、お役立ちアイテムをご紹介します。

### 清 拭

蒸しタオル：簡単に蒸しタオルが作れます

- ①タオル数枚を水でぬらします
  - ②タオルをビニール袋に入れて、電子レンジで1分チン
- ※電子レンジから取り出すとき、熱いので十分注意してください



タオルの枚数や電子レンジの種類によっても、加熱時間は変わります



タオルをぬらす水にアロマオイルを数滴たらせば、香りのよいアロマタオルになります  
ハッカ油を数滴使用すれば、スーッと爽快感のあるタオルになります  
蒸しタオルは冷めるのも早いので、保冷バックに入れておくと温かさが長持ちします



### ベッド上での洗浄

シャワーボトル：陰部洗浄や床ずれ、洗髪など便利に使えます

介護用品ショップに専用の洗浄用ボトルも売っていますが、簡単に作成できます



500mlの空のペットボトルのキャップ部分に何か所かキリなどで穴を開けるだけ

100円ショップで売っている調味料ボトルや園芸用のシャワーキャップでも代用できます  
安価に作成できますよ



洗浄の時は、フラットタイプの紙おむつや尿とりパッドなどを下に敷いて行くと、後始末が楽です  
サイズによって吸収量が違いますが、ペットボトル1本分（500ml）位は大丈夫  
ペット用シートなども活用できます



# 座 チャレンジ みんなでヨ～ガ始めよう

NO.4

【4回目】は座って行うポーズです。大腿と腹部、腰部の筋力アップに効果のあるポーズです。

見た目のとおりちょっときついポーズですが、いかにも「座！ヨガ」という感じですね。

今回もポイントを抑えゆるーくいきましょう。

腰を伸ばして！



コウモリのポーズ



膝なんて曲げたっていいんです。



足の親指を持ち両脚を開いてバランスをとります。脚を上げるのは二の次。大切なポイントは「腰を伸ばす」「肩を下げる」「斜め上を見る」そして持ち上げた脚は「できるだけ手に頼らない」手を離せたら最高！（それは無理？）見た目より質が大切！全てのポーズは息を止めずに深～い 鼻呼吸で、3呼吸行います。

これで貴方もスマートで軽やかな身のこなしに。 さあ一緒に！

## 防災訓練を実施しました

6月26日（月）、新採用職員の防災教育と、初期消火手順や患者さんの避難誘導方法の点検等を目的として、平成29年度第1回目の防災訓練を実施しました。

今回は、5階東病棟及び血液浄化療法室の2か所で、何れも夜間に各部署内で火災が発生したという想定で訓練を開始しました。

夜間は日中に比べて職員が少なく、限られた人員で協力・連携しあいながら対応する必要があるため、参加者は真剣に取り組んでいました。

病棟内での訓練後、屋外で消火器の薬剤を実際に噴射する訓練と、屋内消火栓による放水訓練を行いました。屋内消火栓での訓練は初めての職員も多く、水圧に負けないよう筒先をしっかりと持ち、目標に向けて放水していました。

