

JCHO可児とうのう病院の「いま」を伝える

2016.2
HATOBUKI
Vol.14

はとぶき

特集

JCHO可児とうのう病院 附属訪問看護ステーション
心に寄り添う訪問看護



健康ナビ Vol.3

「特定保健指導」って何？

医療連携室だより VOL.14

たかぎ内科 / 野尻内科医院

はとぶきホットライン VOL.13

四季の健膳「冬」

手羽先(チューリップ)の白ワイン煮

特集

JCHO可児とうのう病院 附属訪問看護ステーション

心に寄り添う訪問看護



病気や障がいを持って、住み慣れた地域や家庭で安心して療養生活が送れるように、自宅にしながら必要に応じた専門的な医療処置や看護が受けられる訪問看護。JCHO可児とうのう病院には「附属訪問看護ステーション」が設置され、利用者とその家族を見守っています。

JCHO可児とうのう病院附属訪問看護ステーションの看護師

イベントニュース

期間限定 半日ドックキャンペーン

実施期間／平成28年1月12日～3月31日
対象者／半日ドック料金を全額個人でお支払いの方

限定料金 **25,000円** (税込) ※男性にはPSA検査、女性には骨密度検査を無料でお付けいたします。

下記以外のオプションもございます。
お気軽にお問い合わせください

血圧脈波 2,160円→ **1,500円** (税込)

睡眠時無呼吸検査 2,160円→ **1,500円** (税込)

胸部CT 11,830円→ **7,000円** (税込)

脳ドック 38,880円→ **33,000円** (税込)

※上記キャンペーンメニュー以外の健診コースもございます。
お気軽にお問い合わせください。



体の状態をくまなく診断できるよう、設備が充実しています

お申込み・お問い合わせ

JCHO可児とうのう病院 健康管理センター(予約係) 電話 **0574-25-3115**
予約受付時間：平日 13:00～17:00

クリスマスコンサートを開催しました!



多くの来院者や入院患者が楽しんだクリスマスコンサート



医師や看護師のサンタクロースの衣装が季節を感じさせます

12月25日(金)、JCHO可児とうのう病院ロビーで、クリスマスコンサートを開催しました。美しい歌声を披露したのは、当院の元常勤医師と音大生。演奏は当院の医師や看護師がギターやトランペット、キーボード、カスタネットを担当したほか、地域の大正琴サークルもボランティアで参加。『アヴェ・マリア』や『宇宙戦艦ヤマト』など誰もが知る曲を披露しました。

コンサートには多くの来院者や入院患者が訪れ、時折体を揺らしながら耳を傾けていました。入院患者にとっては、季節を感じられる機会のひとつです。今後も当院は、患者や来院者に楽しんでもらい、健康に向かう心の活力になるようなイベントを企画していきます。

附属訪問看護ステーションの役割や機能と取り組み

「私たちの訪問を心待ちにしてくださる人がいることがとてもうれしい。地域の情報や世間話をしながら、たくさん笑ってもらっていつも現場は和やかですよ」と、微笑みながら話すのは、JCHO可児とうのう病院附属訪問看護ステーション・安藤恵美看護師長です。

JCHOはいま急性期病院としての役割に加えて「地域包括ケアシステム」の構築を推進。患者の尊厳を保持し、自立生活を援助することを目的とした訪問看護サービスの充実に取り組んでいます。

当院の訪問看護は1999年、訪問看護室としてスタート。以降、

患者が在宅療養を希望した時、実際に介護する家族は、さまざまなか心配や不安が募ります。「在宅療養では患者も家族も生活者。それぞれの家庭の生活スタイルに合った継続できるケアを提案し指導す



緊急時はすみやかに連絡してもらえるよう、伝える努力を忘れません

名称を変えながら、2014年に現在の名になりました。附属訪問看護ステーションは、病気や障がいを持ち自宅で療養生活をしている人が、月に約50人利用しています。利用者の健康状態を観察し、適切な医療処置やリハビリテーションを行います。洗髪や入浴、食事や排泄の看助を通して療養環境改善のためのアドバイスをし、家族からの介護に関する相談などにも応じています。急な発熱や吐き気、痛み、医療器具のトラブルなど、緊急電話には24時間対応し、必要時には訪問します。

また、本人の思いをくみ、自宅でも期を看取することも。「つらい思いや葛藤を抱きながら『よかった』と思っただけのように、看護をお手伝いしています」と続けまし

ることと、心をケアしていくことが大切です。利用者だけでなく、周りもサポートするのが訪問看護。家族の負担や疲労を早くにくみ取り、軽減する方法を提案しています。「各家庭のプライバシーを尊重し、利用者と家族に寄り添った医療を提供することが大切。みなさんが『自宅で良かった』と思っただけのように支えますので、安心してほしい」と話します。

良好な環境で在宅医療を視野に

住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるように、地域における医療、介護、予防、住まい、生活支援サービスを切れ目なく提供する。



利用者は93歳で半年前に圧迫骨折で入院。食事も進まず、会話も少なかったのですが、退院して在宅療養を始め、徐々に元気を取り戻しました。食欲も旺盛で、にぎやかに家族と会話しています。「けんかするぐらいが刺激になって逆にいいのでは」と家族が笑います（※写真は利用者の許可を得ています）



JCHO可児とうのう病院
在宅医療部医長
奥野孝代先生



JCHO可児とうのう病院
附属訪問看護ステーション
安藤恵美看護師長

そんな地域医療にするために全国的に進んでいるのが地域包括ケアシステム。全国の構築です。全国で57の病院、26の介護老人保健施設、10の地域包括支援センターなどがそろったJCHOは、その中心的な役割を担うべく積極的に推進していま

市民に伝え、災害に備える イベントを通じ地域医療へ貢献

JCHO可児とうのう病院は、地域医療への貢献の一環として院内外でさまざまなイベントを行っています。公開講座や防災訓練など、さまざまな角度から地域医療の充実を図る当院の活動を紹介します。

11月28日 第15回市民公開講座開催

昨年11月28日(土)、第15回市民公開講座を開催しました。テーマは「肺の生活習慣病COPDについて～最新の治療とワクチン(肺炎球菌、インフルエンザ)、禁煙治療を含めて～」。

COPD(慢性閉塞肺疾患)は、有害な物質が長期間肺を刺激することで、細い気管支に炎症が起きる疾患です。咳や痰が多くなり、気管支が狭くなることで呼吸しづらくなります。日本では90%以上の患者が喫煙を原因として発症しています。



市民公開講座は、岐阜県COPD対策協議会の事業として、可児市文化創造センターの小劇場で開催しました



市民公開講座と同日に、血管年齢測定や肺年齢測定、薬剤師による吸入器デバイスについての相談を実施しました

講師は岐阜県COPD対策協議会中濃地区委員長を務める、わたなべ わたなべあつし 内科クリニック院長 渡邊篤先生。約250人が来場し、可児市、美濃加茂市、関市、各務原市、川辺町のほか、岐阜市や名古屋市から来られた方もありました。「わかりやすく、大変良かった」「興味があった」「日頃のこと・悩んでいたことを直接聞けてよかった」など喜びの声が聞かれました。



市民公開講座の講師を務めた渡邊篤先生

また当日は、血管年齢測定、肺年齢測定、薬剤師による吸入器デバイス相談を開催。当院は地域医療の充実のために、今後もこうした取り組みを進めていきます。

11月14日 総合防災訓練を実施

11月14日(土)、大規模災害に備えて総合防災訓練を実施しました。当日はあいにくの雨模様でしたが、当院の職員はもちろん、KYB株式会社の自衛消防隊や可茂消防事務組合など約100人が参加しました。消火器や院内設備についてしっかり確認し、大規模災害が発生した時に、スムーズな対応ができるように改めて備えました。



総合防災訓練の様子。悪天候のため、屋内での訓練が中心となりました

す。
JCHO可児とうのう病院がある可児市も、地域の開業医やサービス業者と連携。質の高い医療体制・介護の整備を目指しています。
また、昨年9月に地域包括ケア病棟を開設。「慣れ親しんだ地域・自宅で暮らそう」を合言葉に、入院時から在宅療養に向けた準備や相談を実施し、自宅や介護施設への復帰を支援しています。さらに、退院後も訪問看護や訪問診療によって、継続的なサポートを行っています。「利用者と家族のより良い人生のために、笑顔でいられる医療を提供したいと思います。自宅で生活で利用者さんが元気になる」と本意にうれしい」と在宅医療部医長の奥野孝代先生はにこやかに話します。

しかし、最期を迎える利用者も少なくありません。家族とともに看取るときは涙がこぼれるといいます。その際、「本当にその方の気持ちに添えたかどうか」と振り返るそうです。訪問し、同じ時間を過ごした今は、今この瞬間しかありません。時間が許す限り、利用者と家族に寄り添って診療するよう心がけています。
利用者や家族が前向きに生きられるように、一緒に笑い、一緒に泣く。「喜びも悲しみも苦悩も共感して、ともに悩みながら、これから先の道を探していきたい」と思っています。ぜひ頼ってほしい」と優しい表情で語りました。
訪問看護の現場を訪ねると、「待っていたよ」という声と笑顔に満ちていました。「入院していた時



大きなかばんに医療器具を詰めて訪問先へ、患者と家族を元気づけます

は元気がなく、食事も進まなかった」と利用者の家族が話します。そんな状態が意外に思えるほど、楽しい声や音が聞こえてきます。安心できる自宅で、大切な家族といっしょに過ごすことが、利用者にとって何よりの治療になるのでしょうか。

患者さんの健康を守る地域医療の輪

主治医はふたり

地域のかかりつけ医とJCHO 可児とうのう病院の医師が連携し合い、ひとりの患者さんに対して共同で継続的な治療を行います。

地域の医療機関 (かかりつけ医)

- 体調不良の際の相談
- 日常的な病気の治療など
- 入院や精密検査が必要な時は、病院へ紹介



JCHO 可児とうのう病院

- 精密検査や手術、専門的な治療が必要な外来・入院診療
- かかりつけ医の紹介状があれば優先的に診療を受けられる
- 退院時の相談、在宅医療、かかりつけ医の紹介、転院先の病院や施設などを紹介



医療連携室では、JCHO 可児とうのう病院と緊密に連携している地域のかかりつけ医を紹介しています。今号は、当院と積極的に連携しながら地域の皆さんの健康を見守る「たかぎ内科」と「野尻内科医院」を紹介します。

地域医療機関と JCHO 可児とうのう病院を結ぶ懸け橋 医療連携室だより

VOL.14



紹介状のメリット

当院を受信する際、かかりつけ医からの紹介状(診療情報提供書)の持参をおすすめします。

紹介状があると患者の診療内容を把握することができ、待ち時間が短縮したり、検査・投薬が重複することなく診療できたりします。また選定療養費の負担がなくなります。

かかりつけ医や本人の連絡で事前予約をとることもできます。(※内容により予約ができない場合もあります) 選定療養費など不明な点があれば、「みどりの窓口」へ問い合わせください。



体の不調について気軽に相談できるよう、開放的な空間になっています



野尻和秀院長



平成9年、健康の維持管理と病気の早期発見、治療をめざして開院した野尻内科医院。野尻和秀院長は「病気は患者自身が治すもの。医師はその手伝いをするもの」という姿勢で、地域医療に向き合ってきました。「現在の課題は、高齢化社会と核家族化の進行に伴う在宅医療の展開。困難な課題ですが、自分ができる範囲で努力していきたい」と抱負を述べていました。

できる限り、早期の段階で診療したい。小さなことでも気軽に相談してください。

野尻内科医院

住所 美濃加茂市下米田町今134-1 P 有
電話 0574-24-0633
診療科 内科 循環器内科 消化器内科 皮膚科 リハビリテーション科

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:00		○	○	/	○	○	○	/
16:00~19:00		○	○	/	○	○	/	/



一般的な症状はもちろん、ぜんそくやCOPD(慢性閉塞性肺疾患)などの専門的治療も早期に発見できるように心がけています



高木鋼太郎院長

「質の高い幅広い医療の提供」を掲げるたかぎ内科。身近なかかりつけ医でありたいと、あらゆる疾患に対応しています。特に高い水準で精密治療が可能なのが高木鋼太郎院長の専門である呼吸器のほか、循環器や消化器疾患常に患者に寄り添いながら、わかりやすく伝え、納得がいくまで治療方法を相談する姿勢を大切にしています。開業から約30年、地域における第一線の診療所として健康を見守り続けています。

地域のかかりつけ医、プライマリケアの医師として、地域に貢献できればと考えています。

たかぎ内科

住所 可児市土田3551-1 P 有
電話 0574-25-7181
診療科 内科 呼吸器内科 胃腸内科 循環器内科 小児科

診療時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:00		○	○	○	○	○	○	/
16:00~19:00		○	○	○	○	○	/	/

「特定保健指導」って何？

「あれってどんな風に治療しているの？」「こんな時どうすればいいの？」など、病院に関わる疑問を解決します。今回は前回の特定健診の後に行われる「特定保健指導」について尋ねました。

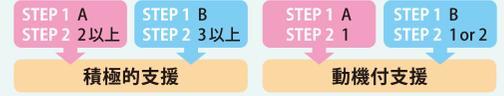
STEP 1 腹囲の測定

A	男性 85cm以上 女性 90cm以上	B	男性 85cm未満 BMIが25以上 女性 90cm未満
----------	------------------------	----------	---------------------------------

STEP 2 追加リスク判定

① 空腹時血糖100mg/dl以上の 場合 ※空腹時血糖未測定の場合 はヘグロビンA1c5.6%以上	③ 収縮期(最大血圧)130mmHg 以上、または拡張期(最小血圧) 85mmHg以上の場合
② 中性脂肪150mg/dl以上、 またはHDLコレステロール 40mg/dl未満の場合	④ 喫煙あり ※追加リスクが1つ以上の 場合にカウント

STEP 3 支援を決定



「特定保健指導」では、個人に合わせた食事内容や運動方法を学べます



体重に合った主食の量など、意外に知らないことが多いです

大切なのは「運動」と「食事」生活習慣を改善して健康な体に

「メタボ健診」とも呼ばれる「特定健診」。腹囲などを測定し、メタボリックシンドロームの可能性がある人は、任意で「特定保健指導」が受けられます。

担当するのは保健師と管理栄養士。「運動と食事を指導することが主な内容。管理栄養士という立場上、生活習慣の中でも特に食習慣の面で改善のお手伝いをしています」と管理栄養士の日比野春美さんは話します。腹囲などのメタボリックシンドロームのリスクに
応じて、「積極的支援」と「動機付支援」にわけてサポートしています。当院での積極的支援は6カ月で6回の電話指導と、初回と中間の2回の面談を、動機付支援は初回の面談から6カ月後に確認の電話をしています。

食事は主食・主菜・副菜(野菜)の構成でバランスよく、3食食べる。運動は毎日か2日に1回、適度な運動をする。偏った減量ではなく、これまでの生活習慣に合わせて無理がないように調整しながら指導しています。「摂取エネルギー(カロリー)を極端に制限するだけの無理なダイエットは、筋力の低下を招きやすく、結果、基礎代謝を下げることとなり、リバウンドしやすくなります。まずは生活習慣を見直すことから始めましょう」と日比野さん。大きな変化がないなかで、モチベーションを維持するのは難しいですが、「積極的支援」なら定期的に電話や面談で話すため、「励みになる」という人も。中間面談ではJCHO可児とうの病院健康管理センターだけの特典として血液検査や尿検査なども無料で行っていきます。定期的に血液検査を行うことで、がんばりが数値になって目に見えるため、「やる気になる」と話す人もいます。

「自分の健康を気にする意識を持ってほしい」と日比野さんは続けます。それが、5年後10年後の健康につながっていくのです。全国生活習慣病予防月間でもある2月。改めて、健康について意識を向けてみてはいかがでしょうか。



管理栄養士の日比野春美さん

四季の健膳「冬」

調理師が考える健康食をご家庭で！



手羽先(チューリップ)の白ワイン煮

- 【材料】2人分
- コンソメ…適量
 - オリーブ油…適量
 - 手羽先…4本
 - 白ワイン…100cc
 - ブロッコリー…60g
 - 塩…少々
 - 水…100cc
 - ローリエ…1枚
 - コショウ…少々
 - 乾燥パセリ…少々

【作り方】

- 手羽先は包丁を使い、骨に添って太い方に向かって肉をそぎ取りながら、裏返すようにむいて「チューリップ」を作る。
- ①の手羽先に塩・コショウをもみ込む。
- 鍋に手羽先を並べ、ちぎったローリエを散らし、コンソメ・白ワインと水を注いで蓋をする。中火にかけ、煮立ったら弱火にして25～30分蒸し煮にする。
- 手羽先がやわらかくなったら、オリーブ油を加えて全体を混ぜる。
- ブロッコリーは小房に切り分ける。
- ブロッコリーを適量の塩で色よく茹でる。
- ④の手羽先とスープを深めの皿に盛り、⑥のブロッコリーを彩りよく盛り付け、パセリを散らす。



調理師の佐藤美春さん

患者さんが季節を感じられるように、冬らしいメニューを考えました。洋風を意識し、酒の代わりに白ワインを使い、コンソメと塩コショウで味付け。スープに玉ねぎやベーコン、粉チーズを入れても、まろやかにしておいしいです。

JCHO可児とうの病院で提供する病院食は、当院栄養管理室が献立を決定し調理したものです。そのなかで月に一度、郷土料理や季節を取り入れた特別な献立を提供しています。「健康的でおいしく、見た目にも食欲をそそる料理を」と考えられたメニューを、ぜひ一度つくってみてはいかがでしょうか。

■ 外来診療担当表 平成 28年 1月 31日現在

診療科		月	火	水	木	金	
内科	初診	交替制	交替制	交替制	交替制	交替制	
	2診 (消化器)	渡邊 久倫	清水 達治	印藤 敏彦	清水 達治	印藤 敏彦	
					9診 渡邊 久倫		
	3診	(循環器)		岩田 敬和	山田 清康		平山 賢志
				横内 一彦	山田 清康	林 尋之	平岩 宏章
	4診			13:00~ 林 尋之			
	5診 (呼吸器)		各務 智彦			緒方 良	
	6診 (神経内科)	土方 靖浩	小野寺 一成			小池 春樹	横井 聡
7診 (血液)	吉田 均	伊藤 貴彦	吉田 均	西山 誉大			
8診 (糖尿病・内分泌)	池庭 誠	代 務			高槻 健介	茂木 幹雄	
外科	1診	川合 亮佑	太田 俊介	瀬古 浩	太田 俊介	児玉 章朗 (血管外科)	
	2診	池山 隆	大森 健治	大森 健治	池山 隆	10:00~12:00 乳腺外来	
	3診	鈴木 和志	岸田 喜彦	鈴木 和志	杉山 燈人 (呼吸器外科)	岸田 喜彦	
	形成外科 (予約制)		2・4週 14:00~ 高成 啓介				
	小児外科 (予約制)		14:00~ 岸田 喜彦				
整形外科	1診	中川 泰伸	丹羽 智史	浅野 研一	竹本 東希	杉浦 洋	
	2診	中野 健二	小早川 知範 (リウマチ)		中野 健二		
	3診	小林 和克 (脊椎)	岩月 克之 (手外科)	幸島 寛		幸島 寛	
	午後					4週 14:00~16:00 代 務 (股関節)	
泌尿器科	1診	青木 重之	山田 芳彰	青木 重之	原 浩司	山田 芳彰	
	2診		原 浩司	中村 小源太			
小児科	1診	金山 恵子	月舘 幸一	月舘 幸一	月舘 幸一	金山 恵子	
	2診	月舘 幸一				月舘 幸一	
	専門外来 (午後 予約制)	月舘 幸一 (慢性疾患)	月舘 幸一 (予防接種)	1週 (小児循環器) 長谷川 誠一	月舘 幸一 (慢性疾患)	2・4週 (神経) 大野 敦子	
耳鼻咽喉科	1診	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	平野 光芳	
	2診	櫻井 一生			田邊 陽介		
婦人科	1診	片山 宣	中野 知子	眞鍋 てるみ	坂田 純	片山 宣	
皮膚科	1診					交代制 完全予約制	
脳神経外科	1診		宇田 憲司				
眼科	1診	岡本 美佐子	清水 裕司	清水 裕司	(受付10:30まで) 土井 浩史	清水 裕司	
内視鏡(カメラ)	内視鏡室	清水 達治 印藤 敏彦	印藤 敏彦 渡邊 久倫	清水 達治 渡邊 久倫	印藤 敏彦	渡邊 久倫	

□ 外来受付時間 8:30 ~ 11:30 ○ 休診日 土・日・祝日・年末年始



今回の特集取材では、在宅医療の現場について多くの話を聞くことができました。利用者と家族の幸せについて語るスタッフのやさしい思いが伝わり、取材にあたった私たちもあたたかい気持ちになりました。取材を通して、在宅医療の大切さについて深く考えるいい機会となりました。