



2012

6

No.479



## 理念

130年の歴史と設立の経緯を忘れず全人医療を提供します

## 基本方針

### 患者中心医療

患者の人権と  
意思を尊重します

### 患者診療3本柱

がん・救急・  
予防医療を中心に  
医療機能の  
充実を図ります

### 完結型医療

地域の医療機関  
との連携を行い  
安心できる医療の  
展開を行います

### 社会貢献

災害医療派遣・  
医療情報公開・  
医療ボランティアの  
活動を行います

### 医療人育成

医療に携わる  
喜びが持てる  
医療人の育成を  
行います

## 人吉総合病院 ヨーガ “梵” レッスン チーム “和” 案内

当院は、平成24年6月8日（金）から老神社会館において梵（ヨーガ）レッスンを始めました。かねてより、元病院長（第20代病院長）故吉村正一先生の奥様であります澄子様より昭和57年から継続して行っておられますヨーガの経験をもとにお勧めいただいたことが当院にヨーガを取り入れる契機となりました。（吉村様のお知り合いの方が、ある医療施設に訪問された際に医療者側も心と体の健康がでなく、医療者の心の健康も必要と思われ、縁あります当院にお話しをくださいました。）まずは職員と職員家族からレッスンを受け始めました。（地域の方への公開も考えております。）

講師の先生は、日本ヨーガ禅友会教師、日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士の資格をお持ちで熊本市内の各教室を担当されています菊池純子先生です。下記の通り、今年度分のプログラムを組んでいただきましたので紹介いたします。



講師 菊池純子先生



吉村澄子さま



### 参加者の感想

- ・結構、翌日筋肉痛で一生涯懸命やっている実感がある
- ・体を伸ばせてとても気持ちいい
- ・初心者でもできる動きだったので無理なくできた
- ・身体がほぐれリラックスできた
- ・肩こりの緩和を感じた
- ・レッスン終了後、体が軽くなり気持ちよくなった
- ・金曜日の設定で一週間の疲れがとれリフレッシュできた
- ・呼吸の大事さを改めて感じた
- ・イヤー！こんなにヨーガが気持ちいいとは知らなかった
- ・元気になった

中には40肩もあり関節が固く・・・という声もありましたが、レッスンを受けた参加者は満足している意見がほとんどで、レッスン中とてもリラックスしてしまったのか、いびきが聞こえてくることもあります。

まだ始まったばかりです。7月からの参加でも、出来る時のみの参加でも構いません。病院開催行事となりました。チーム名は、梵（ヨーガ）チーム“和”です。レッスン料は無料、勤務終了後、自分が出来る時刻からでも結構です。まずは体験してみることをお勧めいたします。

庶務課長 西山 三智

月	日	学習内容	備考
6月	8	ヨーガとは 足と手の基本体操	下記については毎回実施 ○簡易体操
	22	ヨーガの坐法	○足の基本体操
7月	13	前屈の体位	○手の基本体操
			○前屈
8月	10	反りの体位	○反り
	24		○開脚
9月	14	ねじり	○ねじり
	28	バランス	○バランス
10月	19	逆転	○逆転
	9	太陽礼拝	○呼吸法(完全呼吸法、 ウジャーイ呼吸法、 カバラ・パーティ、 シーターリ、シート カーリ)
11月	30		○瞑想
	14		
12月			
1月	18		
2月	8		
	22		
3月	8		

## 禁煙チーム（仮称）発足！

皆様は「タバコ」による健康被害についてご存知でしょうか？

何となく身体に悪いとは知っていても詳しくは知らない、あるいは自分は吸わないので関係ないと考えていらっしゃる方も多いと思います。

タバコはタバコを吸う人自身の様々な病気の原因となるだけでなく、その周囲の人々の健康にも深刻な影響を与えます。

日本人の3大死因である「がん・心疾患・脳卒中」



はすべてタバコが深く関わっており、人の吸ったタバコの煙を吸う「受動喫煙」もこれらの病気に関与することが分かっています。その他にも気管

支喘息や乳幼児突然死症候群、糖尿病などあらゆる世代の病気にタバコは悪影響を与えています。

これまで、人吉総合病院では個別に禁煙指導や禁煙外来へのご案内を行っていましたが、病院全体としてタバコ対策を行うことができておりませんでした。

そこで、一人でも多くの方をタバコの害から守るために、医師・看護師・社会福祉士等が集まり「禁煙チーム（仮称）」を立ち上げました。これから様々な手段で、皆様に情報提供を行っていきたくと考えております。

タバコをやめたいとは思っているけど禁煙外来を受診するのも気が引ける、あるいは家族のタバコをやめさせたいがどうしたら良いか分からないという方、ぜひチームの活動にご注目ください。

まずは次回からこの広報誌を通じて、情報提供を行っていきます。

循環器科 医長 名幸 久仁

## 性教育講演会

平成 24 年 6 月 15 日、熊本県立人吉高等学校において、当院産婦人科大竹 秀幸先生を講師として性教育講演会を実施しました。

今回、「性と生 2012」と題し、全校生徒 832 人の多くの生徒さんに講演を聞いていただきました。生徒皆さんが興味深く聞いていただいた所がとても印象的でした。

講演を聞いた生徒さんより素晴らしい感想をいただきましたので一部ご紹介をさせていただきます。

医療福祉連携室 田頭 隼人

### 生徒感想文

#### ◆1年生（男子）

小・中学校での性教育の講話より深い内容で説明も分かりやすく考えさせられることがたくさんありました。真面目な話だけではなくおもしろいCMなどもはさんであり、楽しみながら生や性について理解を深めることができました。ただの性行為と思っていたことが大きな病気につながる事や出産は命がけのことなどもあたりまえと思っていたことは本当はとてもすごいことなんだなあと思いました。

#### ◆2年生（女子）

自分と変わらないくらいの年の高校生が性感染や避妊とかで悩んでいる人がこんなにいるとは思いませんでした。特に高2で4人に1人が経験済みというデータは印象的でした。お母さんがせっかく命がけで産んでくれたのに、それをこんな事で失ってしまうのはもったいないと思いました。

次に思ったことは、子宮頸がんが思ったよりもたくさんの方がかかっているということを知った時でした。時々テレビなどで「女の幸せは子どもを産むこと」と聞いた事があつたし、親や親せきの人も子どもは産んだ方がいいと言っていたので、子どもを産めな

くなつた女性は、やっぱりつらいなと思いました。最後にパートナーを選ぶときは慎重にすべきだなと思いました。

#### ◆3年生（女子）

今日の性教育講演はいつものような性交や性病に關してのことだけでなく、様々な角度から、CMやマンガや写真などで具体化されていて、「そうなんだ…」と思えることが多かったです。分べん時の映像は初めて見て、赤ちゃんも母親もすごく痛いんだろうなと思いました。でも、赤ちゃんが産まれたらそんな痛みなんてふっとぶ！って聞くし、まだ私は17歳ですが、将来は子どもが欲しいと思うので、そのときの感動のためにも、不妊の原因となるSTDには本当に気を付けようと思いました。

性についてきちんと知って大人になっていこうと思えた講演でした。



## リンパ浮腫研修会

6月2・3日の2日間「リンパ浮腫研修会」を行いました。院内外から30の方に参加していただきました。リンパ浮腫は「リンパの輸送障害に組織間質内の細胞性蛋白処理能力不全が加わって高蛋白質性の組織間液が貯留した結果おきる臓器や組織の腫脹」(国際リンパ学会)です。病期が進むほど、皮膚症状が出てきます。表皮から皮下組織にかけて繊維化や脂肪組織の貯留が認められ、悪化すると象皮症となる方もおられます。リンパドレナージ、圧迫療法、スキンケア、圧迫下での運動療法、患肢の挙上に心のケアを含めた複合的理学療法でリンパ浮腫治療を行なっていきます。今回の研修では、リンパドレナージとバンテージによる圧迫療法の実技を集中的に行ないました。終了際には参加者全員が驚くほど上達され感動しました。忘れないためには1に練習、2に練習です。フォローアップ研修も予定します。今回と同じ研修を11月にも予定しています。



日頃の看護ケアの中にドレナージ、圧迫療法のできるスタッフが増えたらという思いと、間違った圧迫療法で浮腫が悪化した事例も多くあり、正しい技術を身につけてもらうことを今回の研修目的として行ないました。参加して下さった30人のみなさま、貴重な2日間研修会に使っていただきありがとうございました。

リンパ浮腫指導技能者 久保田良美・上野明美

## 化学防護服着用研修

今回当院のDMATチーム(災害派遣医療チーム)にNBC災害・化学テロなどの有事に備えた化学防護服を5セット購入し、メーカーの方と着用研修を行いましたのでご報告します。

化学防護服とは、一般的に有毒ガスや有害物質を扱う現場での作業を目的とした特殊な衣類で、防護レベルA～D(米国式)のうち、当院は防護分類の



中で最も厳格なレベルA対応防護服を配備しました。

実際に防護服を着用すると「サポートなしでは着用が困難。」「防護服の中は予想以上に暑く、マスクとゴーグルを着用するため視野が狭くなる。」「また、空気が30分間しかもたないため、実際現場に



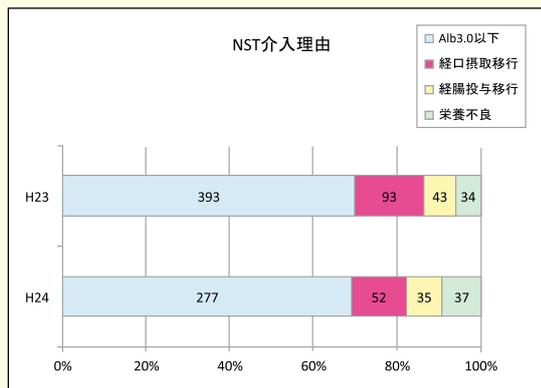
出て30分で何ができるのか?」「衣類以上に手袋の生地が暑く、これでどのような作業が求められているのか?」という感想がでました。

国が主催するNBC災害・テロ対策に対する研修の参加には、化学防護服の装備が必須となっており、それらの訓練に今後参加していく予定であります。また今回の購入には熊本県からの助成も受け、人吉球磨地域の災害拠点病院として、地域内そして熊本県内外の災害医療に貢献できるよう活動を行って参ります。

人吉総合病院 DMAT隊員 木下 学

## NST（栄養サポートチーム）活動報告

当院の栄養サポートチームでは、入院時の栄養評価を行い、低栄養状態にある方、食事摂取量が少ない方、手術侵襲により栄養状態が低下してきている方などを対象に活動しています。平成22年7月より活動を行い、介入症例も増え、NSTメンバーのみならず、職員の栄養に対する意識も向上してきているように思います。特に昨年度は経口摂取移行を目的に介入した症例が増え、医師、看護師、リハビリスタッフなど職種からの介入依頼を受けるようになりました。口から食べる喜び、点滴・経管栄養による活動制限のストレス



緩和につなげていけるよう、今後も経口摂取への移行を支援していきます。

今年度の新しい取り組みとして、麻酔科医と協同手術前経口補水療法を導入しました。手術前の絶飲食と



ミキサー食の行事食（正月）

輸液療法による体液管理を経口補水療法に切り替え、患者の身体的、精神的ストレスの軽減や医療安全の向上につなげる事が目的です。主治医や病棟看護師の協力で、スムーズな導入が行えており、患者さんの摂取状況も良好です。また、今年度は栄養療法マニュアルの作成にも取り組んでおり、当院で提供している食事の食種説明から経管栄養管理の方法まで、栄養に関する手技や管理を統一し、一貫した栄養療法を提供できるよう取り組んでいます。飾りだけのマニュアルにならないよう、写真を掲載したり、図式化して現場での活用度の高いマニュアルにする事を目標に、栄養管理運営委員会の委員を中心に取り組んでいます。

チーム医療が盛んとなり、多くのチームが編成されそれぞれに活動の場を広げています。他のチームの活動に刺激を受けながら、患者さんにより良い医療が提供されるよう日々試行錯誤しながら活動を行っていますが、他チームとのつながりを作っていく事も今後は必要と考えています。

栄養課 管理栄養士 若松 利枝

## セルフマネジメントプログラムを開催いたします

慢性疾患セルフマネジメントプログラムは、1980年代からアメリカのスタンフォード大学医学部患者教育研究センターで開発が始められた、病気をもつ人たちのための実践的教育プログラムです。慢性の病気であれば病名を問わずに参加でき、現在では世界20カ国以上で展開されています。日本では、2005年から開催されています。

病気をもって生活していると、つい人と自分を比べてしまい、できないことやあきらめたことばかり目になってしまうことがあります。慢性疾患セルフマネジメントプログラムは、様々な病気の人たちで集まり、進行役も病気をもつ人がつとめ、病気と折り合いをつけながら楽しく生活していくにはどうすればよいのかを考えていくプログラムです。

前回当院でのプログラムに参加された方から好評をいただき、惜しくも参加が出来なかった市民の方から開催を希望する声がありましたので、今回、日本慢性疾患セルフマネジメント協会様のご協力を頂き下記の日程で、セルフマネジメントプログラム開催の運びとなりました。

プログラムでは、全六回に分けて、下記テーマに沿ってワークショップ形式で学びます

- 1.自分の感情に対処する・・・不安やイライラ、落ち込みなどの感情に対処するいろいろなを学びます。
- 2.日常的に運動する・・・体調に無理のない範囲で、日々の生活に運動を取り入れる方法を学びます。
- 3.<すりを正しく使う・・・薬を飲むときに注意することや、飲み忘れを防ぐための工夫などを学びます。
- 4.周りの人とよい関係を作る・・・自分を理解してもらうことや、相手を理解するための方法を学びます。

5.適切な食生活をする・・・適切な食生活とはどのようなことか、正しく食事をとるためにはどうしたらよいかを学びます。

6.治療についてよく理解する・・・納得して治療を選択できるようにするために知っておくべきポイントを学びます。

開催日時：平成24年10月25日（木）～11月29日（木）  
までの各週木曜日 全6回 13：30～16：00

受講料：¥3,000（参考書代）

受講対象者：慢性の病気をお持ちの20歳以上の方と、そのご家族（または生活を共にする人）

※医療・福祉関係者の参加は2名までとなります。ご希望の方はお問い合わせください

	開催日時
第一回	平成24年10月25日 14：00～16：00
第二回	平成24年11月1日 14：00～16：00
第三回	平成24年11月8日 14：00～16：00
第四回	平成24年11月15日 14：00～16：00
第五回	平成24年11月22日 14：00～16：00
第六回	平成24年11月29日 14：00～16：00

参加メチ：平成24年10月15日（定員になり次第締め切ります）

連絡先：健康保険人吉総合病院

相談支援センター

TEL0966（22）2191（内線240）

※日本慢性疾患セルフマネジメント協会HPより一部抜粋

医療福祉連携室 岡本 理恵

## 熊大病院群 卒後臨床研修 Cコース 地域医療”人吉総合病院編”

卒後臨床研修の地域医療として、6月1日から6月30日の1ヶ月間、人吉総合病院にお世話になりました。こちらの病院を希望した理由は、まず人吉が大好きだから。そして人吉・球磨、宮崎・鹿児島地区における地域に密着した病院の役割を見たいという思いからでした。

今回は整形外科お世話になったのですが、先生方には、お忙しい中とても熱心にご指導いただきました。外来での疾患ごとの解説や、手術での解剖や手術手技の解説など、実践に即した知識で大変勉強になりました。それ以外にもたびたびレクチャーの時間をとっていただき、充実した研修を送ることができました。また外来・手術ともに地域医療ならではの多彩な症例を経験できたことも貴重な経験となりました。

五木の診療所も見学させていただいたのですが、内科疾患はもちろん、皮膚科、整形外科など様々な疾患の患者さんが来院され、地域医療においては幅広い知識が必要であることを再認識しました。

6月最初の医局会で院長先生が、せっかく人吉



筆者：真ん中

にいるのだから人吉の自然と触れ合うような時間があったもいいのでは、とおっしゃっておりましたが、それもすっかり実践しました。球磨川の河川敷を散歩したり、蛍を見に

行ったり、温泉にもたくさん入りました。焼酎とともに鮎やうなぎ、ラーメン、餃子、などなど、人吉の食とお酒も堪能しました。研修以外でも人吉を満喫することができ、とてもいい思い出になりました。

先生方、看護師さんをはじめとするスタッフのみなさん、患者さん、人吉の方々はみなさんとても穏やかで優しい方ばかりでした。みなさんにお会いできて本当によかったです。

1ヶ月間大変お世話になりました。本当はもっともっと人吉にいたいです。いつか一人前の医師になってきつと戻ってきたいと思っています。ありがとうございました。

熊本大学医学部附属病院 臨床研修医 棚平 健

## 病院建替え工事 進捗レポート

No. 3

人吉総合病院 情報企画課



基礎躯体工事① (平成 24 年 5 月 16 日撮影)

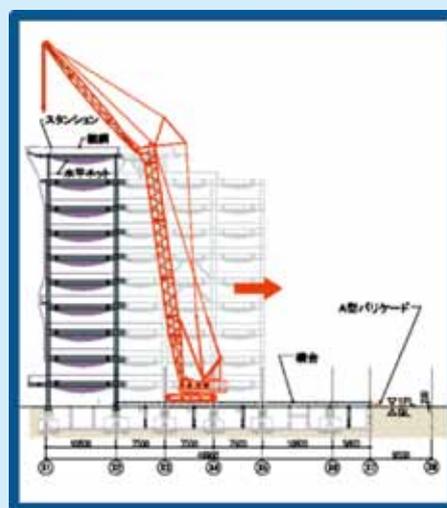
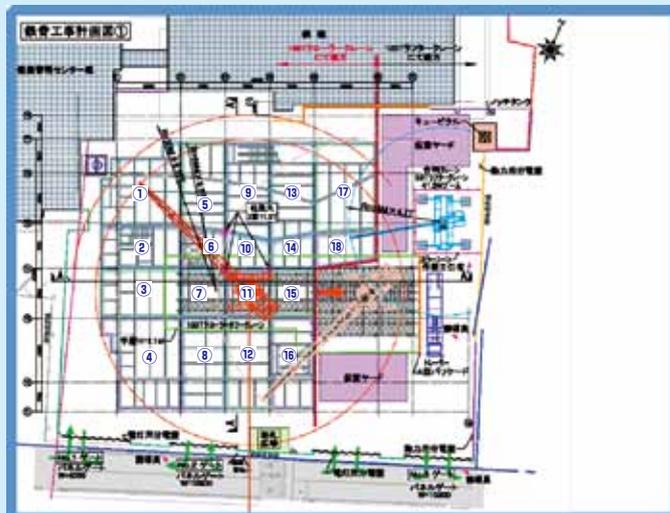


クレーンがここまで移動!

基礎躯体工事② (平成 24 年 5 月 30 日撮影)

※下図左側 (健康管理センター屋上) より撮影

現在も基礎躯体工事が進行中です。目にはあまり見えませんが、コンクリート下での配管作業等進められています。6月後半からクレーンが通る仮設構台が組まれ、中心部に 100 t クレーンが移動。7月下旬よりいよいよ鉄骨建方が始まります。計画では下図のとおり①～⑮の順に鉄骨が建つ予定です。鉄骨が建ち始めると約2ヵ月半で新病院のボリューム(大きさ・形)がわかります。



笑って健康促進！  
第77回 翔幻会開催！

平成二十四年六月開催分の句をご紹介します。  
どうぞ鑑賞下さい。

川柳句会「翔」平成二十四年六月分

- 風薫る校歌のでだし口ずさむ 章子
- 残さずに食べてねママがふとるから 章子
- 本心を包む笑顔のオプラート 章子
- お母様お見合いするのわたしなの 章子
- 子を抱いてママは童話の中で寝る 章子
- 初夏になり頬なでてゆく風やさし 地内レイ
- 初夏になり風呂の温度も少し下げ 地内レイ
- 緑濃く山盛り上がり深呼吸 地内レイ
- 初夏の風どこより早くここに来て 地内レイ
- はや三〇度真夏のエゴを思いやる 緋紗
- あさぎりをボチと一緒にの川の土手 保義
- いとおしい「爺・婆ちゃん」と孫の声 保義
- 放鳥のトキの子巣立つ見守ろう 保義
- 野苺をそっと手にして遠き日を 佐津子
- 筍が美味しかったと便り来る 佐津子
- まあいいさ今日は雨でも明日は晴れ 佐津子
- まだいける鏡の皺にきいて見た カツ子
- 無理ですと鏡の皺が云ってます カツ子

次回は平成二十四年七月五日（木）十四時から  
予防医療センター二階の図書コーナーで開催致し  
ます。  
ご自由にご参加下さい。投稿のみの参加もでき  
ます。院内設置の投稿箱にご投稿下さい

新 任 紹 介



棚平 健 (臨床研修医[協力型] 地域医療研修)

最終卒業校：熊本大学医学部  
趣味：音楽、映画、車、オートバイ  
自分の性格：のんびりした性格です  
自分のコマーシャル：人吉は大好きなところで何  
度も訪れています。そんな人吉で働くことができ嬉しく思い  
ます。



西 恵美 (4階病棟・看護師)

最終卒業校：熊本市医師会看護専門学校  
趣味：旅行  
生活信条：楽しく過ごす  
自分の性格：飽きやすい

自分のコマーシャル：プランクがあり不安いっぱいですが、頑  
張ります。



園田 民子 (5階東病棟・看護師)

最終卒業校：神奈川県立手塚看護専門学校  
趣味：韓流ドラマDVD鑑賞  
モットー：日々何とかなる

困ったこと：最近代謝が低下してきたので、活動  
計をつけて活動できてない事を反省してます  
自分のコマーシャル：3年ちょっとぶりに人吉に帰ってきました  
た。皆様と仲良く、患者さんの為に頑張りますので、よろしく  
お願いします。

5月の勉強会報告

5月9日(水) AZ Breast Cancer Symposium  
in Hitoyoshi

症例提示「新規ホルモン剤の使用経験」  
健康保険人吉総合病院 外科部長 水元孝郎先生  
特別講演「乳癌内分泌療法の新展開」  
熊本大学 生命科学部  
乳腺・内分泌外科学 教授 岩瀬弘隆先生

おしらせ

このたび、外来・病棟  
クラークの制服が、明  
るいパンツスタイルの  
制服になりました！



ボランティア紹介



私は、車で3～4分の市内川南に住んでい  
ます。2年前に停年退職（消防）しました。  
趣味は（現代小説等）とか釣り（クロ、鮎）です。  
本年1月末から月、水、金の午前中に主に患者、  
家族、見舞いの方々を検査室、救急室、病棟な  
どへ案内しています。時にはストレッチャー搬  
送の補助、来訪者を各課等への案内、車椅子患  
者の移動も行います。

1階案内デスクでは、出入りの方々へ2階受付、駐車場・薬局・  
ATM・売店・食堂等の説明、誘導と車椅子患者の車への乗り降り  
の手伝いをしています。

雨の日は乗車するのに難渋しておられます。最近は、血液検体  
のメッセージもさせて頂いております。

ボランティアになったきっかけは？よく不思議そうに聞かれま  
すが、笑い乍ら、「罪滅ぼしに…」と答えています。

退職したらすくに、ボランティア（福祉又は児童施設）でアメリ  
カに行くことを念じてまいりましたが、年齢制限その他で断念致  
しました。代りに昨年の末にタイのバンコクの日本学校で1カ月  
感教師アシスタントとして、日本語を（ブローケン英語を混ぜて  
）教えました。行く前から帰って来たら、当院へお願いしよう  
との腹積もりでした。

忙しく立ち働くことを望んでいます。何かの手でも借りたい時  
は、PHS：790 まで御遠慮なく連絡下さい。

ボランティア 大村 宗雄

ーボランティア募集ー

病院内で下記内容のボランティアをしていただける方を募  
集しています。今までボランティアの経験がない方でも活動  
できる内容です。あなたの優しい気持ちと奉仕の心を活かして  
みませんか。現在、ボランティアをしていただいている方々  
は、入院患者様の緊急避難協力・アートギャラリーの展示企画・  
花壇の手入れ等に参加されています。

活動内容

- ・患者用図書室の管理
- ・介護者駐車場での介護
- ・受付窓口での外来の受付補助
- ・外来や病棟へのご案内
- ・病児（病後児）保育室ボランティア
- ※ ご希望の方は、下記までご連絡ください。

担当者 地域連携室 南・庶務課 黒木  
TEL：0966-22-2191