

性教育講演会「あなたを守る性の知識」

令和2年10月9日 熊本県立人吉高校で開催された性教育講演会において、当院産婦人科部長 瀬戸 雄飛医師の講演が行われました。

全校生徒761名を対象に、自他の生命の大切さを再確認し望ましい行動選択の能力や態度を身につけることができる事を目的とした今回の講演会では、「あなたを守る性の知識」と題し、瀬戸先生の生い立ち、男女の身体の仕組み、生命の誕生、人工妊娠中絶に与える影響、LGBT、性感染症、性感染症の予防策等々、画像や実際のお産映像も交えながらの講演でした。

瀬戸医師より、「ネット社会の現代では様々な情報を得ることができます。その中で正しい情報の選択が求められます。性に対する正しい知識を深め、正しい選択・意思決定を行ってく

ださい。困った時は両親や先生、地域の産婦人科医へ相談しましょう。」と生徒さんへ伝えられました。1年生の生徒代表謝辞では、「相手の心と身体を思いやり間違った情報に惑わされずに生活したい。」と感想を述べられました。



医療福祉連携室 杉松 紗織

入退院調整会議

当院は地域における救急医療を維持する為にも、地域の医療機関のご協力をいただきながら連携による地域完結型医療を目指しています。そして、急性期病院としては適切な役割遂行ができるように病床調整を行うことがとても重要になります。

その為、当院での在院日数の短縮と病床の稼働率の維持などは病院経営の観点からも課題となっています。

新規の入院患者さんのお受入れにつき前方連携が重要であると同時に、適切な病床稼働率を維持するための院内連携と、様々な課題を持つ患者さんやご家族が安心して退院いただく為の後方連携も重要となります。

当院ではこのことに対して、セクショナリズムの弊害をなくす為、看護師とソーシャルワーカーが協働して対応しています。入退院調整に関しては、すでに入退院支援チームにて、そのプロセスに則り、外来と病棟、地域医療機関との連動にてスムーズな退院調整を目指しています。

そして今回は、病院内における効率的なベッドコントロールの為の入退院調整会議を新たに立ち上げました。

毎月第2、4の火曜日に各病棟師長とソーシャルワーカー全員、医事課 課長でベッドコントロールについて話し合います。具体的内容は、会議前1-2週の病院全体と病棟ごとの在院患者数、入院数(緊急入院・予定入院の内訳も含む)、病棟間の転入・転出、退院数、病床稼働率、目標達成率などデータをもとに評価し、その後1-2週の入退院調整、病棟間調整などベッドコントロールの目標と対策を検討し共有するというものです。場合によっては、外来の協力を得て入院適応の患者さんは確実に入院につなげ、入院日の検討も入院数のバランスを保つようにしていきます。急ぎの退院が必要な場合は前記の入退院調整チームとの協力でスムーズな退院調整を目指します。このことで、設定された病床稼働率や入院数の目標に向けて病院全体として迅速に対応できるようになりました。

急性期病院として適正なベッドコントロールは、入院患者の受け入れと退院調整、地域医療機関との連携を推進していくためにも重要です。今後も当会議を継続し充実させて、この地域の急性期医療を担う病院として適切な病床運営を目指していきたいと考えます。

医療福祉連携室 南 秀明



11月30日は人生会議の日です

11月30日(いい看取り・看取られ)は、「人生会議の日」として、人生の最終段階における医療・ケアについて考える日とされています。人生の最終段階における医療・ケアについて、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組み、「ACP(アドバンス・ケア・プランニング)」を行ってみませんか。

さあ、はじめよう！話し合おう!!

もしもの時に自分の望む生き方、自分の気持ちを伝え、話し合ひましょう。

人吉医療センターでは、大切な人と話合うためのACPシートを作成しています。

お問合せ先：球磨地域在宅医療サポートセンター(独立行政法人地域医療機能推進機構人吉医療センター)

医療福祉連携室 TEL0966-22-2191(内線240)

ホームページアドレス：<https://hitoyoshi.jcho.go.jp/>



中堅看護師 Web 研修

9月10・11日に行われた中堅看護師研修はコロナ禍のため、初のリモート研修でのスタートとなりました。九州地区の病院14カ所から20代から50代まで年齢も経験も働く職場も幅広い看護師の集まりになりました。

まず、リモートでグループ内の自己紹介を行い、緊張をほぐした後に「スタッフのロールモデルとして、組織の理念に沿って整合性のとれた中堅看護師としての能力を向上する」をテーマにグループワークし意見交換を行いました。中堅看護師としての共感できる部分が多く、自分自身の課題や働く中でのジレンマをどのように解決

していけば良いかなど意見が挙がりました。

専門職業人として看護の質を高めていくための具体的な行動を考え実践に繋がられる学びの多い研修となりました。これから実践に繋がられるよう日頃意識し、やりがいのある看護の仕事に誇りをもって業務にあたりたいと思います。

6階病棟看護師 田山 あかり



JCHO 新人職員研修

8月19日に令和2年度新人職員研修に参加しました。この研修では、接遇マナーと新人職員に求められる「社会人基礎力」について学びました。今年度は新型コロナウイルス感染症感染防止のためオンラインで行われ、日程を分けて、少人数での参加となりました。私は、オンラインの研修に初めて参加し、緊張しましたが今回様々なことを学ぶことができました。

はじめに接遇マナーでは、状況に応じたお辞儀や電話対応の方法、あいさつなどについて学びました。そして、実際にその場に立ってお辞儀の練習を行ったり、電話対応では受け手の立場になり声を出して練習を行いました。

次に、社会人基礎力では主にコミュニケーションについて学

びました。相手が何を望み、どうすることが相手の満足度につながるかを相手の立場に立って考えることが重要だと学びました。今後、相手に話をするときには分かりやすく伝えられるように話し方を工夫し、相手の話を聞くときには思い込みはせず、しっかり聞くことを心がけていきたいと思っています。

今回の研修では、講師の方の話聞くだけでなく、グループで話し合いを行ったり、発表を行ったりと積極的な参加が求められ、議題についてしっかりと考えることができました。そして、コミュニケーションやあいさつ、言葉遣いなど基本的なことが改めて大切であると思いました。この研修で学んだことを常に意識し、社会人として責任ある行動をとっていきたいと思います。

総務企画課 西村 優花

10月はピンクリボン月間です



10月はピンクリボン月間です。ピンクリボンとは、乳がんについて正しい知識を広め、検診やセルフチェック（自己触診）など、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを伝える活動の世界規模のシンボルマークです。

女性の「9人に1人」がかかる乳がん。自分の身体を守るため、毎月のセルフチェックを習慣づけましょう。また、検診も定期的に受けましょう。

乳がんは、自分で発見できる「がん」です。自分で異変に気づいて受診される事が多くあります。早期に発見し、治療を行えば9割の方が治る病気です。普段からセルフチェックを行い、異変があれば早く病院に相談しましょう。

セルフチェックのタイミングは、閉経前の人は月経が終わって1週間経ってから触るといいでしょう。閉経後の人は、毎日

入浴の時などに触っておくのも良いでしょう。図を参考にして、セルフチェックを行ってください。また、高齢の方については家族の方が協力して触って確認することも大切です。

豪雨災害より3ヶ月ほど経過しましたが、まだまだ大変な状況であると思います。自分の心身を守るために、まずはセルフチェックからはじめていきましょう。

水害に遭われた患者さんから病気について心配の声を聞きます。不安な思いが、病気への不安にまで広がっていき、感情を表出できない場合もあります。医療者として、一人の女性として、患者さんの気持ちに寄り添っていきたいと思っています。心配なことがあればご相談ください。

乳がん看護認定看護師 地下 奈緒

セルフチェックを始めましょう！



1. みて



2. さわって



3. つまんで



4. よこになって

※認定 NPO 法人 J.POSH 日本乳がんピンクリボン運動HPより

臨床研修医修了挨拶

熊本大学病院初期研修医の中田浩介と申します。地域医療研修の一環で7月より人吉医療センターの外科で研修させて頂きました。

赴任早々の7月4日に人吉球磨豪雨災害が発生してしまい、期せずして災害医療を経験する事となりました。当初は辛い場面も多く経験しましたが、今振り返るととても貴重な経験ができたなと感じています。

人吉医療センターの研修環境は充実しており、症例も多岐にわたります。大学病院にも引けを取らないレベルの診療をされており、自分自身も十二分な経験を積ませて頂くことができました。また、10年以上の経験をお持ちの先生方から直接指導して頂ける点も魅力の1つで、当初は1か月間だけの予定でしたが、延長に延長を重ねて気付けば3ヶ月間もの間お世話に

なっていました。今回の外科での研修で学んだことを活かし、大学病院でも日々精進していきたいと思っています。

慣れない環境の中での研修でスタッフの方々には大変ご迷惑をかけたかと思います。研修中にご指導いただいた先生方、研修・診療を支えて下さった人吉医療センターのスタッフの方々に、この場をお借りして御礼申し上げます。

熊本大学病院 臨床研修医 中田 浩介



特別臨床実習（地域医療）

クリニカルクラークシップの地域医療実習を、人吉医療センターにて3週間させて頂きました。人吉は豪雨による球磨川の氾濫という水害後、未だ復興の最中であり、そのような時期にも関わらず、このように実習をさせて頂きましたことに改めて感謝申し上げます。

人吉医療センターでは、総合診療・救急センターにおける五木村診療所、訪問診療・看護、小児科での実習、その他乳幼児健診や予防医療センターでの実習などであり、3週間という実習期間の中で、様々な実習をさせて頂きました。総合診療・救急センターや五木村診療所では先生のご指導の下、実際に問診をとりSOAPに従ってカルテを記載させて頂き、患者様の訴えを掘り下げつつ考えることの難しさを実感しました。訪問診

療・看護実習では、患者様の家にお伺いする中で、患者様の病状だけでなく、ご家族の身体的・精神的負担へも配慮をする様子など、今までの実習ではあまり目にする事のなかった在宅医療というものに触れる、貴重な経験をさせて頂きました。

人吉医療センターにおける実習は、見学だけでなく、問診・カルテの記載や手技など、熱心な指導の下で実際にさせて頂けることが多く、とても勉強になりました。また学生の選択実習内容の希望にも柔軟に対応して頂けて、とても有意義なものとなりました。本当にありがとうございました。

熊本大学医学部医学科5年 中野 恵理佳



私は、3週間にわたる地域医療実習を人吉医療センターで学ばせて頂きました。

毎朝、聴診器を忍ばせた白衣に身を包んで回診することから始まり、日中は総合診療や救急外来、病棟管理や訪問診療に従事、夕方に再び回診して一日を終えるという“一医師”の勤めを経験し、患者さんやご家族が最も希望していることは何か？に思いを巡らす日々でした。

特に、訪問診療では死期が間近に迫った患者さんを担当致しました。患者さんやご家族に対峙する時、何気ない表情や発する一言一句から人生観や死生観を想像し、最期のひと時を共有させて頂けることに心の底から感謝の念が込み上げてきました。死を覚悟した患者さんの眼差しは柔和で優しく、神聖な尊い時間でした。

また、貴院での外来や五木村診療所では、患者さんへ問診と身体診察を行い、カルテに記載して薬を処方するという一連の

任務を任せて頂きました。患者さんの治療歴や診断の一助として、自らの医療行為が記録として残り、脈々と受け継がれることに責任を感じて怖気付いてしまう事もありましたが、先生方と鑑別診断や今後の方針について熟慮を重ねることにやりがいも覚えました。

このような貴重な体験をする中で、同時に、自らの医師としてのキャリアを具体的に見つめる機会にもなりました。各人は独自の唯一の人生を歩んでいるという意味で、患者さんと私の間に確たる境界はありますが、誠心誠意寄り添い、向き合い、信頼関係を構築する姿勢こそが求められ、その溝を埋める術であると感じました。

濃密な3週間でした。深い感謝の意を表し、筆を置かせて頂きます。有り難うございました。

熊本大学医学部医学科5年 小岩 麻由

産後うつ病、及び、産後ケアへの取り組みについて

皆さん、“産後うつ病”、“マタニティーブルー（ズ）”、という言葉をご存知ですか？

女性のライフサイクルにおいて、妊娠・出産・育児は、最も複雑であり、産後は特に、精神障害の発症の脆弱性（もろさ）を持つとも言われています。また、乳幼児虐待の背景にも、産後うつ病が疑われる場合や、母子関係性の障害が多いことも明らかになっています。

産後は、ホルモンバランスが不安定になり、涙もろい、抑うつ、頭痛などの症状が起こる場合がありますが、これは数日を経て自然に終息します（マタニティーブルー（ズ））。一方、産後うつ病の症状は、数週間を経ても気分の落ち込みが持続したり、日常生活での興味や喜びがなくなったり、食欲低下または増加、不眠または睡眠過多がみられたりします。また、子どもとの関わりが持ちがなくなったり、必要以上に自分を責めたり、気力や思考力、集中力が減退する場合もあります。

当院では、産後、産婦人科にて1週間（2週間）健診、1ヶ月健診を実施しております。食事や睡眠、産後の身体の経過に加え、特に、1ヶ月健診時には、当院にて出産したすべての方に対し、産後うつ病の観点も含めたチェックシートを実施しております。現在の気かりさ、困り感などをまずは丁寧にお伺いし、母親の表情、児への接し方等、会話や関わりなど、母親の現在のこころの健康状態について細やかな把握を行います。その関わりの中で、産後の身体回復に伴う不調に対しては産婦人科的処置を行ったり、授乳に対する不安や苦痛などを抱えておられる方に

は具体的な手技の支援を行ったり、現在の問題点を明らかにした上で対応を行います。また、産後、あるいは、出産を迎えるまでに葛藤を抱えておられる方などには、臨床心理士によるカウンセリングを実施する場合があります。これらを経て、産後うつ病が疑われたり、育児支援が必要と判断されたりした場合は、専門機関による適切な支援を案内すると共に、行政機関を含めたカンファレンスを実施し、情報共有だけではなく、必要な支援の導入についても、医療機関と行政機関とが連携し、母親と児のサポートについて話し合いを行い、適切な支援に繋げる取り組みを進めています。

産後うつ病は、正しい理解と早期発見、適切な治療や支援に繋げることが大切ですが、自然に治ると思って放っておいたり、母親自身気がついていなかったり、自身の相談は後回しにしたりするケースが多くみられます。また、産後、育児を一手に引き受けたり、身近に相談出来る人が得られなかったり、一人で抱えてしまう場合もあります。そこで、そのような母子に対し、今後当院では、産後の身体的回復のための支援や心理的支援、新生児や乳児の状況に応じた育児指導、家族や身近な支援者との関係調整など、行政機関も交えた「産後ケア事業」を展開していく予定です。

産後うつ病の早期発見だけではなく、産後1ヶ月を経ても切れ目のない支援の提供に向けて、今後も精進してまいります。

臨床心理士 鶴田 真奈美

連携施設 探訪

当院では、みなさんが住み慣れた地域で安心して生活していただけるよう、人吉・球磨地域の医療・福祉機関と連携して地域包括ケアを推進していきたいと考えています。そこで、地域の社会資源を周知していただくため、連携施設をご紹介します。今回は、「介護老人保健施設 山江老人保健施設（〒868-0092 熊本県球磨郡山江村山田乙 1705）」さんです。

介護老人保健施設 山江老人保健施設 Vol.39

【施設の特徴】

明るく家庭的な雰囲気を重視し、利用者の方が「にこやか」で「個性豊かに過ごすことができるようサービス提供に努め、行事等も出来るだけ多く開催するように努めています。また、利用者の自立した生活を営むことを支援し、家庭復帰を目指すことを目的とし、地域や家族との結びつきを大切にしています。（看取り：有り）

【対象者】

- 入 所 1 病状が安定しいしている方
2 要介護認定で要介護者と認定された方（要介護1～5）
- 短期入所 1 病状が安定している方
2 要介護認定で要介護者及び要支援者と認定された方（要介護1～5、要支援1,2）
- 通所リハビリテーション
1 病状が安定している方
2 要介護認定で要介護者及び要支援者と認定された方（要介護1～5、要支援1,2）

【サービスの内容】

医療、リハビリテーション、栄養管理、生活サービス（食事、排泄、入浴、更衣等）

【地域の皆様に一言】

在宅介護をされている方の一時的な介護負担軽減や冠婚葬祭

等、緊急を要する場合にも対応しています。

また、施設の見学・入所・通所のお尋ね等ございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】

TEL:0966-24-9800

FAX:0966-27-9988

【訪問者の感想】

山江村在住の方が多く利用されており、訪問当日も、利用者の方、職員の方の笑い声が絶えず、和やかな雰囲気の中で和気藹々と運動会が開催されていました。自然豊かな山の高台に施設があり、また、窓ガラスが多い作りになっているため、四季折々の景色がどこからでも見えました。リハビリ室も充実しており在宅復帰を目指される方も意欲的に取り組める環境になっていると思います。



支援のお礼

この度、令和2年7月豪雨に際し、ナゼロ株式会社（愛知県）の近藤一幸様、イタリアのStefano Ronchitti様より、簡単な操作でベッドに変わり災害時用としても使用できる椅子6セット（12脚）等をご寄附いただきました。

また、NPO 法人がんサポートかごしまさんから「ひとりじゃないよプロジェクト」として、豪雨災害で被災した患者さんへ多数のウィッグ・タオル帽子などをいただきました。患者さんにお渡し、有効に活用させていただきます。

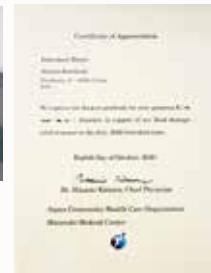
豪雨災害から、3ヶ月以上経過しましたが、まだまだ復興までの道りは続きます。皆様の温かいご支援に心よりお礼申し上げますとともに、今後ともご支援ご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



（近藤一幸様、Stefano Ronchitti様）



（NPO 法人がんサポート かごしまさん）



新書紹介

「ウィルスにもガンにも野菜スープの力」

著者の前田浩熊本大学名誉教授、バイオダイナミックス研究所理事長は2016年に副作用のない抗がん剤の研究で、ノーベル化学賞の候補となられました著名な先生です。

化学の深い知識に裏打ちされた本書は、他の書物にはない説得力があります。食物の持つ力や効果的な摂取方法の他、ウィルスがどのように増殖するのか、ご専門の細菌学、微生物学、ウィルス学を基に詳しく、それでいて分かりやすく解説してあります。

秋の夜長に、ガンだけではなく、インフルエンザや新型コロナウイルスの予防に役立つ本書を是非、熟読してみませんか？



新 任 紹 介



細川 満由（協力型臨床研修医）

趣味：テニス

モットー：フットワークを軽く！をモットーに頑張ります。

自分の長所：体力には自信があります！

自分のコマーシャル：たくさんの方の事を吸収して充実した研修にしたいです。短い間ですが、よろしくお願いします。



菅浦 裕之（7階病棟・療養介助員）

趣味：昔の音楽や映画の鑑賞

好きな言葉：どんな時でも気楽に前を向いて行こう（Take It Easy）

自分の性格：真面目で几帳面ですが、少し大雑把な面もあります。自分のコマーシャル：此の度、縁あって皆様とお仕事させていただくことになりました。

年齢のわりには気は若いと思っています。いつでも気軽に声をかけて下さい。これから頑張っ参りますのでよろしくお願いします。



山口 寛子（6階病棟・療養介助員）

趣味：気に入った花などスマホで撮影、印刷した写真をノートに挟み気分転換しています。

好きな言葉：日常生活及び仕事でも「ためない！」です。実行は難しいけど、ストレスが溜まって後で大変にならないよう心掛けたいと思います。

自分の性格：考えすぎて行動に移すまで時間が必要。動き出したら早い？突然の出来事・予定変更には焦りがち。「冷静」な対応が取れる状態でありたいです。

自分のコマーシャル：最初から「100%」を求めず、人と比べず、自分らしく焦らず「一歩ずつ」仕事を身に付けていきたいと思っています。どうぞ宜しくお願いします。



山下 夕佳里（5階病棟・療養介助員）

趣味：音楽・映画鑑賞、ピース

自分の性格：長所は明るいところ。短所は顔にすぐ出てしまう所です。



坂崎 圭（医事課・クラーク）

趣味：アンチョビと果物の生酵素を手作りしています。

生活信条：「自分がしてほしいと思うことを他の人にもする」忙しいと忘れがちなので、いつも心がけたいと思います。

自分の性格：良くも悪くも考えすぎること

自分のコマーシャル：仕事に真摯に取り組みたいと思いますので、よろしくお願いします。



弓削田 めぐみ（医事課・クラーク）

趣味：うたうこと

モットー：今日あることに感謝し、日々生活

自分の性格：明るくマイペース

自分のコマーシャル：笑顔は忘れず、患者さんの手助けができるように行動したいと思っています。よろしくお願い致します。



浜島 純一郎（経理課・技能員）

趣味：魚釣り

好きな言葉：百聞は一見にしかず

自分の性格：大人しい性格

自分のコマーシャル：勤まるかどうか不安ですが、精一杯がんばります。