



2020 August

No.576

地域がん診療連携拠点病院・基幹型臨床研修病院・協力型臨床研修病院・地域医療支援病院・災害拠点病院・熊本DMAT指定病院・救急指定病院

理念 140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

患者中心の医療
患者の権利と意思を尊重します

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
地域の医療機関と連携し安心できる医療の展開を行います

地域包括ケア
地域包括ケアシステムを推進し地域のまちづくりに貢献します

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
地域医療に貢献できる医療人の育成を行います

メンタルヘルス研修 開催



「こころのケア」についての重要性は、様々な震災以後、広く認識されるようになりました。災害後は、気持ちやからだ、考え方など、様々な変化があらわれることがありますが、これは、誰にでも起こりうる自然な反応であり、自然に回復していくことがほとんどです。しかし、生活の目的を立てて立ち直って行く場合と、一方で取り残され感を抱いたりして立ち直りが遅れて行く場合と、回復の2極化が進むとも言われています。また、自分が助かったことに対し、罪悪感を抱く場合もあります。

当院では、新人看護師の教育研修の一環として、メンタルヘルスについて学ぶ機会を数年前より設けました。しかし今年は、新型コロナウイルス感染拡大予防の影響に伴い、外出の自粛、イベント事の中止などが余儀なくされ、ストレス解消法に限られる中、7月4日の令和2年7月豪雨災害が加わりました。

災害後は、1年目の負担が大きくなるとも言われています。そのため、職員もまた疲弊してしまうのではないか、との懸念がありました。

これを受け、今回の研修では日々の業務に対する自身の思いを整理し、次にそこから見えてくる悩みや困りごと、やりがいやおもしろさなど、今ある環境の中から見出される両側面の思いを同期と共有し、同期だからこそ味わえる体験をセルフケアの一環として取り入れました。また、リハビリスタッフ協力のもと「やさしい体操」を行ったり、カードゲームを介し他病棟スタッフとの交流を図ったり、普段の業務から一旦離れる体験を積極的に取り入れました。研修後の「また頑張ろうと思う」といった受講生の声を聞き、頼もしさを感じました。

豪雨災害から数週間が経過し、本地域は復旧・復興に向けて取り組みが進みつつあります。地域の医療を担う一機関として、メンタルヘルスを学ぶ機会が、患者さんの医療を支える職員の下支えの一助となりましたら嬉しく思います。長期的な視点での「こころのケア」へ向けて、今後も精進してまいります。

臨床心理士 鶴田 真奈美

今後の防水対策について

7月4日土曜日、経験したことがない異例の豪雨により当院本館棟1階が初めて浸水した。幸い防水板の活用により外部を流れる70cmほどの泥水濁流は免れたが完全防水は困難で救急センター機能を2階へ移すなど被災日翌日まで災害医療体制をとった。1級河川の球磨川と支流の胸川近くに立地する当院は、最高浸水予想（国土交通省ハザードマップ）が3～5メートルと公表されていることから、本館棟、西病棟、リハビリ・予防医療センター棟、放射線治療・エレルギー棟全ての院内外共に防水対策が必要で、例えば、防水ドアや防水シャッターの設置、ガラス壁面の割れない工夫、最上階ヘリポート活用のためのエレベータ浸水対策、2階以上に内外部から出入り可能な階段やスロープ、救急患者搬入搬送口、ボート類の常設などが挙げられる。各要所の対策も同様である。また、命を守る行動の垂直避難など避難計画書の作成が急務である。

水害時の早期行動のためにマイ・タイムラインの導入も有用と考える。自治体のハザードマップで想定浸水深や避難場所の確認、非常持出準備物の書き出しや警報レベルごとのアクションプランを時系列でまとめ、職場や職員自身が携帯しておくシートである。

現在、当院は、災害拠点病院、地域医療支援病院、二次救急指定病院として病院機能を継続させるため、院長をはじめ災害対策・防火委員会において豪雨災害の振り返りやマニュアル改定の検討中であり併せて検討することとなっている。

総務企画課 西山 三智



水害時における高額機器対応

7月4日水害時の状況について報告します。画像診断センターへの浸水は正面玄関側とER側から始まりました。初期対応は院長指示のもと技師4人でCT、MRI、心カテ装置、骨密度装置、透視装置、一般撮影装置等の出入口に検査着やタオル等を詰め込んで泥水の浸水を防ぎました。場所で異なりますが最大40mm位の浸水がありました。これらの医療機器はケーブルがピットと言う溝を通して各装置につながっています。当然、ピット内はすべて泥水浸水がありました。各メーカーに連絡し装置を分解して浸水の程度と動作チェックをして7月6日にはすべての医療機器が使用可能な状態になりました。後でメーカーに調査依頼して分かったことですが、装置により異なりますが床部から約25mmから50mmで基盤等の浸水が起きます。今後、また

このような水害があった場合は、泥水侵入を25mm以下にすることが重要になって来ると思います。

対策として、出入口に吸水シートを挿入その外側を厚めのビニールで覆いテープで固定し出入口の泥水侵入を防ぐ。底上げできる機器は60mm程度底上げする。ピット内ケーブルをまとめて持ち上げしやすいようにする。などを施行したいと思います。また、初期対応に参加できる人数の確保を前もって考えておく必要があると思います。今後、またいつこのような事が起きるか分かりませんので皆さんの協力のもと、高額医療機器の浸水防護をお願い致します。

画像診断センター 井上 義晴

防水板設置 説明会開催

令和2年8月25日（火）15時から職員を対象とした防水板設置の説明会を行いました。令和2年7月豪雨では、この防水板が非常に有効であったことから、設置方法の習得又は再確認する機会としました。デジカメやビデオで設置方法を記録する職員の姿もあり、いつ起こるかわからない災害に備え職員の意識も高くなっている事を感じました。

災害対策防火委員会



7月4日 防水板設置の様子



2020年7月 豪雨災害後の救急外来対応件数と分娩件数の推移

令和2年7月4日に発生した熊本南部豪雨災害において、当院の救急センター対応件数と分娩件数について報告します。

人吉市内の当院登録医療機関は合計45箇所あります。

7月8日時点では、27箇所が通常診療または一部診療再開が行われている状況でした。

7月10日時点では、31箇所

7月20日時点では34箇所

7月30日時点では38箇所

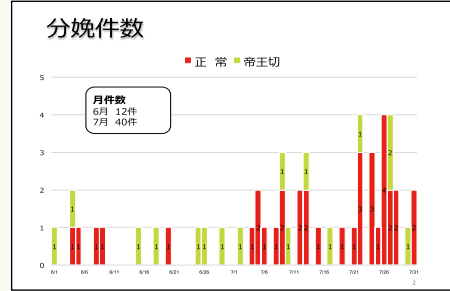
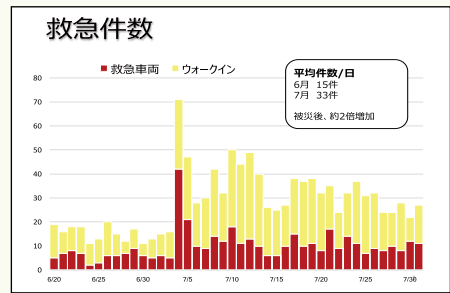
現在もなお登録医療機関の中には診療復旧にご尽力しておられ、診療場所の変更や、限られた検査機器などを使用し診療が行われているところも多くあるようです。

以下のグラフでは、救急センターにて対応した患者件数を示しています。災害発生直後は二次救急の医療機関が被災していたことから、当院への搬送が集中しました。日を追う毎に救急センター対応件数は減少傾向にありましたが、前月の平均よりも患者数は約2倍多い結果となりました。

また当院で対応した分娩件数は以下の通りです。

6月は12件であった分娩件数でしたが、7月4日以降、ほぼ連日で分娩対応をさせて頂く結果となり、前月の約4倍増加しました。

診療情報管理室 久保田 智子



退院前ケースカンファレンス リモート会議にて開催

6月24日に患者さんの退院前ケースカンファレンスをリモートで開催いたしました。

今回、がんの緩和ケアを受けられている入院中の患者さんとそのご家族から住み慣れた地域で余生を過ごしたい（過ごさせたい）との希望があり、自宅退院をすることになりました。退院に向けて、症状緩和や看取りなども含め訪問診療や訪問看護の導入を計画しましたが、五木村の方でかかりつけ医が夜間・休日や休診日の対応が難しいため、かかりつけ医に加えて訪問看護ステーションならに訪問看護を、ひとよし在宅支援診療所に訪問診療を依頼させていただきました。

退院1週間前に当院主治医、病棟看護師、訪問看護ステーション看護師、かかりつけ医の看護師、在宅支援診療所の医師を交えて患者さんの状態や現在の処置状況、役割分担について話し合いを行いました。いつもは、顔をつき合わせて行うところではありますが、今回在宅支援診療所から開業医の先生3名がご参加いただけるとのことで、日程の面と感染症の予防なども鑑み、初めてリモートでの話し合いを開催しました。最初は機器のトラブルでご迷惑をおかけしましたが、事前に配布した資料をもとに画面上ではありましたが、無事終了しました。実際に会って話合うのとではまた違った雰囲気ではありましたが、慣

れるとスムーズに話し合いを行うことができました。

実際に退院された後は、患者さんの状態を考慮し、訪問看護事業所を増やして密に関わっていただき、住み慣れた場所で、最期を迎えられました。ご家族からは、ご親類や近所の方などともお話しができ、穏やかに過ごせましたとお話がありました。

今回、連携の行き違いでご不安を感じさせてしまう場面もありましたが、これからは患者さん、家族さんの望みよりよい療養のため、不安がないよう連携を密に、時にはこのような手段を使ってサポートしていきたいと思います。

医療福祉連携室 宮原 由佳



緩和ケアチーム Web カンファレンス実施しました！

人吉・球磨地域の被災状況や新型コロナウイルス感染拡大予防を考慮し、今月よりWebにてカンファレンスを行いました。国立病院機構熊本医療センター 腫瘍内科部長 境健爾先生をはじめ、同医療センターの薬剤師や認定看護師の方々にもご協力いただき、がん診療に対し様々な角度からの検討を行いました。

初めての取り組み、かつ、パソコン上でのやり取りでもあったため、情報の提示の仕方にはずいぶん苦慮しましたが、シンプルな画面や細やかな言葉でのやり取りなど、工夫を凝らしながらのカンファレンスとなりました。人吉市と熊本市、距離はありますが、メディアを用いながらもお互いの表情を確認しながら進められたことは、安

心感を得られるものでした。また、被災地域へのあたたかな言葉をかけてくださったことも、今後の励みとなりました。

これまでは距離のために難しかった取り組みも、メディアを上手に活用することで取り組みの幅が広がる可能性も感じました。今後も連携を図りながら、緩和医療の充実に努めて参りたいと思います。

緩和ケアチーム



あなたの肝臓は大丈夫？

皆さんがお住まいの熊本県は全国と比較しても肝臓の値が悪い県として有名なのはご存じでしょうか？その熊本県内でも、ここ吉球磨地域はワースト上位を占めています。健診を受けたことがある方はご自身の肝機能を今一度チェックしてみてください。健診で肝臓の値が良くないと指摘されたことはありませんか？

原因によって、肝炎はいくつかに分類されているため一概には言えませんが、過度な飲酒は控えて頂き、週に1～2回の休肝日を設けましょう。また、脂肪肝と言われたことがある方は体重が増え過ぎないように気をつけることが一番の治療です。

今ドキッ！とされた方やご家族で当てはまる方は、ぜひ日頃から肝臓を労ってみて頂くといいですね。

保健師 岩下 優美

ちょっと変わった簡単エクササイズ？

新しい生活様式でうち時間が増えている今、運動不足やストレスから体調不良に悩まされてはいませんか？

今回私達は、ちょっと変わった **2つの運動** をご紹介したいと思います。

疲れない、ゆる～とした運動です。ご家族みんなで試してみては？

1.cat&cow：これは背骨を丸めたり反ったりする運動です。

方法：

- ①両手を肩の真下、両膝を股関節の真下について四つ這いになります。
- ②先ずゆっくり息を吐きながら、おへそを見るように顔を下げ、「猫が背中を丸めた姿勢」になります。
- ③次にゆっくり息を吸いながら、おへそを床に押し付け、顔は前を見るように、背中を反らし「牛が立つ姿勢」になります。
- *これを3～5回、ゆっくり滑らかに繰り返します。



2. 全力ダラダラ：これは背骨や肋骨、骨盤周りの運動です。

方法： 例）左回り

- ①全身の力を抜いて仰向けに寝ます。
- ②先ず左手を頭の後ろに組み、右手は横に伸ばし
- ③次に右手を左に伸ばしながら上半身を捻じっていきます。
- ④下半身は自然についてくる感じでうつ伏せになります。
- ⑤ここで左右の手を入れ替え、左手を顔の下から右に伸ばし
- ⑥上半身から右へ捻じって仰向けに戻ります。
- ⑦以上の動作を左右に数回繰り返します
- *手が頭の後ろに組めない方は、頭の上にあげたままでもOKです！
- *上半身から回れない方は、同じ要領で下半身から回ってみてください！
- *全身の力を抜いたまま、“全力でダラダラ” とやってください！



①'

②'

③'

④'

⑤'

⑥' 右周りへ

(画像提供 井上健太氏 インスタグラム：96.inoken)

以上2つの運動効果として、

お腹と背中、肩と骨盤周りの筋肉を動かし、肩こりや腰痛予防。また乗り物酔いに対する効果や、全身をリラックスさせ精神安定や血圧低下、排便促進、良眠などの効果も期待できます。

注) 痛みやめまいなど出る場合は、無理せず中止してください！

人吉医療センター 理学療法士 山本修・丸山拓巳・金子辰幸

ご支援のお礼

7月の水害に際しましては、多くの皆様から心温まるご支援ご厚情を賜り、心から感謝申し上げます。

9月になり復旧作業が進みつつも、まだ災害の爪あとが残っている状況でございます。皆様からのご支援を活力とし、当院も地域の病院として役割を果たします。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。

熊本大学病院消化器外科 教授 馬場 秀夫 様

えびの市医師団 様

永岡 仁志 様

瓜生 正子 様

高橋 久美子 様

特別臨床実習（地域医療）

地域医療実習で6/29～7/17の約3週間お世話になりました。貴院を実習先として希望させていただいたのは、地域における全人医療を学ぶことができると考えたからでしたが、非常に充実した実習を行うことができました。

私は主に総合診療科、救急科、小児科、産婦人科での院内実習、また訪問看護や五木村診療所などの院外実習を行いました。どの実習先でも積極的に手技を行ったり、患者さんと関わる機会をたくさん設けていただき、大学病院ではあまりできないことをたくさん経験することができました。また初めての長期実習ということで実習が始まるまでは不安もありましたが、特に総合診療科の先生や研修医の先生方、事務の方や木村院長には

頻繁に声をかけていただき、非常に心強く、安心して実習を行うことができました。本当にありがとうございました。

また今回の実習中、人吉医療センターも豪雨の影響を受けていたにもかかわらず、快く実習を受け入れてくださりました。おかげさまで災害中ならではの病院業務を知ることができ、非常に貴重な経験をさせていただきました。皆様もご自身のことで大変だったと思いますが、明るく前向きにお仕事をされていた姿がとても印象的でした。復興に向けて大変な時期が続くと思われますので、どうかお体にはお気を付けください。人吉医療センターの皆様のご健闘をお祈りしております。最後に、今回の実習でお世話になった方々に心より感謝申し上げます。

熊本大学医学部医学科5年 小山田 侑生

今回、貴院にて地域医療実習をさせていただきました。新型コロナウイルス流行によって実習学生の受け入れを断る病院もあるなか、私達学生を快く受け入れていただきありがとうございました。実習期間中は予期せぬ豪雨災害が発生し、大変な状況下であるにもかかわらず実習継続の決断をしていただきありがとうございました。

私は熊本出身ではありますが、今回初めて人吉を訪れました。人吉に着いたときの第一印象は、「美しい」でした。大橋を渡って病院に向かう風景、病院のヘリポートから山々に囲まれた人吉市を一望した風景はとても気持ちよいもので、人吉を訪れた初日から好きになってしまいました。

実習では、総合診療科、ER、五木村診療所、訪問看護・診療、小児科、消化器外科で学ばせていただいたのですが、どの実習先でも非常に親切に指導していただきました。多くのことを学

ばせていただきました。その中でも自身が最も成長したと感じたことを綴ろうと思います。

最も成長したと感じることは、患者さんとのコミュニケーション能力です。実習期間を通して、毎日多くの患者さんと話をさせていただきました。コミュニケーションがとれてくると、徐々に患者さんの状態や状況が以前より分かるようになり、医療者にとってやはり重要なスキルだと感じました。大学の実習ではこれほど多くの患者さんと話す機会はないので、非常にためになりました。

最後に、今回の災害によって亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された方々がいち早く平穏な暮らしに戻れることを願っています。僕も、医師として頼りにしていただけるよう頑張ります。3週間ありがとうございました。

熊本大学医学部医学科5年 田上 慧

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 シルバーエイト」さんです。

介護老人保健施設 シルバーエイト Vol.37

【施設の特徴】

○利用者ご家族の快適な日々のために常に質の高い介護サービスを提供いたします。

病状が安定し、入院治療が必要ない方に作業療法士や理学療法士がリハビリを行い、自立支援、家庭復帰を目指します。

○ご利用者おひとりお一人にあわせたケアサービスを、医師をはじめ専門のスタッフが行っています。

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、入浴などの日常サービスまで併せて提供する施設です。

施設看取りも行っています。

【対象者】

入居サービス：要介護1～要介護5の認定を受けた方

通所サービス：要支援1～要介護5の認定を受けた方

【サービスの内容】

●入所サービス 90名(内 認知症専門棟 40名)

●通所リハビリテーション 定員40名、予防通所20名

●居宅介護支援事業所 ●短期入所サービス ●医療・健康管理

【地域の皆様一言】

シルバーエイトは、介護が必要になっても住み慣れた地域やご自宅での生活が継続できるよう、皆様方をサポートする介護老人保健施設



です。常勤の医師をはじめ、看護師やリハビリを目的とする理学療法士・作業療法士、管理栄養士、介護士などの専門スタッフ全員で個人の状態にあわせた介護サービスを提供し、自立と家庭復帰のお手伝いをします。また日帰りの通所リハビリや短期入所のサービスも実施しております。入所のほか通所リハビリ、短期入所についてもお気軽にご相談下さい。

【お問い合わせ】

TEL:0966-42-5288 FAX:0966-42-6670 支援相談員 寺田敏恵

【訪問者の感想】

球磨郡の急性期病院 球磨郡公立多良木病院に併設しているシルバーエイトさんは、リハビリに力を入れておられ、福祉施設には珍しい認知症専門棟があるのが特徴です。施設内では、医師をはじめとする様々な職種で連携をとりケアにあたられておられ、利用されている方が安心して利用できる施設だと感じました。

ACP (アドバンス ケアプランニング)の薦め

アドバンス ケア プランニングとは、もしもの時に備えて受たい医療やケア、生き方について自分の希望や想いを家族や大切な人と話し合っておくことをいいます。

新型コロナウイルスの第二波ではないかと言われている今の時期、ほとんどの医療機関や施設では感染症の拡大防止対策として、面会の制限を実施しています。自分や家族がどんな医療行為を望んでいるのか、また望んでいないのか、その時に話せばいいと思っても、会うことも話すこともままならない状況です。

また、例え面会ができたとしても、その時には自分の意思を伝えることができない状態になっていることが多いのが現実です。

新型コロナウイルスの流行も、今回当地でおこった豪雨災害も多くの方にとって予期せぬ出来事であったと思います。予期せぬ出来事は、いつ自分の身に降りかかるかわかりません。

新型コロナウイルス禍や豪雨災害の経験踏まえ、生活スタイルや生き方を今一度見直し、自分自身の為、また自分の替わりに決断してもらう家族や大切な人の為にも、常日頃からACPについて話してみませんか？

当院では、ACPシートの作成、研修会をおこなっています。また、各市町村でも終活ノートの作成など住民の方がより安心して生活ができるよう取り組みをおこなってられます。

現時点では、人が集まる形式での研修会の開催は困難ですが、ACPについて知りたい、研修の場を設けたいなどございましたらご相談ください。

人吉医療センター 医療福祉連携室
TEL 22-2191 (内線 240)



アドバンスケアプランニングシート



ACP啓発活動寸劇



ACPを理解するためのツール「もしばなカード」

moon nurse ～夜勤看護師ユニフォーム導入～

熊本地域医療センターの取り組みを参考に、働き方改革の一環として夜勤看護師のユニフォームを統一しました。

日勤者と夜勤者のユニフォームを違えることで、シフト入りシフト明けの看護師が一目でわかり、医師は指示をどの看護師に出せばいいのか、患者さんやご家族はどの看護師に尋ねたら良いか判りやすくなります。新しいユニフォームは、働きやすく夜勤でも疲れにくいストレッチ素材で黒を基調とし、女性はピンクのストライプ、男性は青のストライプで、片袖に moon nurse と三日月のイラストを入れました。

本来 night shift nurse (夜勤看護師) とすべきですが“moon nurse”、月のように神秘的なパワーで患者さんを癒すことができるようにネーミングしました。

“moon nurse”が月の光のように患者さんを暖かく照らし、患者さんの安心と安全に努めることができますように、皆様、応援お願い致します。

看護部長 渡辺 朋子



縫 合 実 習

今回の縫合実習では外科、整形外科などの上級医の指導の下で基本的な糸結びと縫合について勉強させていただきました。まず初めに結び目の分かりやすい二色に分かれたヒモを用いて、第一結紮の外科結びから第二結紮の男結び、女結びについて、それぞれのメリットと注意点を学びながら、実践させていただきました。片手結びや深部結紮についても理解を深めることができました。その後手袋をつけ、実際の縫合糸を用いて練習しました。縫合糸の種類や手袋、術野の状況によっては更に結紮の難易度も上がると思われる、定期的に回数をこなして練習する必要があると感じました。その後、器材を用いての皮膚縫合については基本的な手技をビデオ講座にて学び、真皮結紮縫合については細かなポイントを知ることができ、実践練習をさせていただきました。その他垂直マトレス縫合や単純結節縫合に関してはどういった際に使い分けるかを学びながら練習させていただきました。救急外来等でも必要になってくる手技ですので、個人的にも繰り返し練習し、実践できるように精進していきたいと思っています。

臨床研修医 津山 恭祐

