



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

<b>患者中心の医療</b> 患者の人権と意思を尊重します	<b>診療3本柱</b> がん・救急・予防医療を中心に医療機能の充実を図ります	<b>完結型医療</b> 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	<b>地域包括ケア</b> 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	<b>社会貢献</b> 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	<b>医療人育成</b> 地域医療に貢献できる医療人の育成を行います
----------------------------------	--	--	---	---	---------------------------------------

## ～感染しない・させないために一人ひとりができることを～

熊本県は新型コロナウイルスの新規感染者数が連日過去最多を更新する急拡大の状況を受けて、1月27日から県のリスクレベル（5段階）を上から2番目のリスクレベル「3」（対策強化レベル：一般医療制限が必要な状況）に引き上げ、入院病床・宿泊療養施設の増床拡充が図られました。当院においても、本来225床ある一般病床を182床へ縮小し専用病棟（病床）確保に向けて取り組んでおります。

### 『発熱などの症状がある場合の医療機関受診について』

季節性インフルエンザを含めその他の発熱症状と新型コロナウイルス感染症とを見分けることは非常に困難ですので、発熱や咳などの症状が出た場合、直接医療機関に行くことは避け、まずはかかりつけ医等の身近な医療機関にご相談いただきますようお願いいたします。当院においては、昨年8月より敷地内（予防医療センター北側）に検査室や診察室を備えた発熱外来センターを設置し、症状や状態に応じた受け入れを行っております。検査費用は保険適応ですが、医療費とは別に選定療養費がかかります。

発熱外来受診の際には、

- 1 事前の電話相談が必要であること
- 2 診療場所が一般外来とは別であること
- 3 駐車場に到着された際は電話で知らせ、他者との接触を避けること

これらの感染対策について、皆様のご理解とご協力を今後とも宜しくお願い致します。

【発熱外来】 TEL：0966-22-7878

【問い合わせ】 TEL：0966-22-2191（代表）



## 令和3年度緩和ケア研修会 (PEACE)

1月29日(土) 当院3階講堂にて緩和ケア研修会(PEACE)を開催致しました。

がん診療連携拠点病院として、すべてのがん診療に携わる医師・歯科医師、緩和ケアにかかわる医療従事者の方に基本的な緩和ケアについて正しく理解し、緩和ケアに関する知識、技術、態度を習得することで緩和ケアが診断の時から適切に提供されることを目的に毎年開催しています。

今回、県内各地からの参加申し込みがありました。新型コロナウイルス感染拡大を受け、急遽受講生を院内職員のみとし、研修医5名・薬剤師2名・看護師2名・心理療法士1名、合計10名で行われました。また、熊本医療センター腫瘍内科部長境健爾先生に企画責任者をお願いし、ファシリテーターとして熊本赤十字病院腫瘍内科部長の采田志麻先生、荒尾市民病院外科診療部長兼緩和ケア内科部長の濱口裕光先生、熊本医療センター腫瘍内科、血液内科の三井士和先生は現地よりWEBで、とやまクリニック院長西村卓祐先生は当院にてご参加頂きました。

受講生は事前にe-learningを受講し、開催当日はグループワークをメインとした集合研修を行いました。9:00から17:15までの長丁場の研修となりましたが、受講生からは「ロールプレイを通して日々の関わりを見直したり、多職種で検討したりすることでより理解が深まった。これが正解は無いけれど、患者さんやそのご家族にとって、よりよい支援や対応を考えていく、そのプロセスがとても大切であることを学んだ。医療者としての態度や姿勢も大切にしながら今後も関わっていききたい」と感想がありました。

当研修では緩和ケアの基本的な知識が習得できると共に、多職種で検討することで新たな視点を持つ事ができ、これからの診療に大いに役立つ内容となっています。来年度も開催予定となっていますので、医師を初めとするがん診療に携わるスタッフの方々のご参加をお待ちしています。

医療福祉連携室 杉松 紗織



## 看護師長視点での災害訓練を実施しました

令和2年7月豪雨災害後、豪雨災害タイムラインを作成中です。タイムラインとは災害の発生を前提に防災関係機関が連携して災害時に発生する状況を予め想定したうえで、「いつ」、「誰が」、「何をするか」に着目して、防災行動とその実施主体を時系列で整理した計画です。

(引用：<https://www.milit.go.jp>)

この計画をもとに令和4年1月25日、看護部で机上訓練を実施しました。今回の目的は看護師長として何をすべきかを考え実践することです。事前に各部署の特性を踏まえた看護師長のアクションカードを作成し、スタッフの居住地マップや勤務表を準備し、訓練当日の外来や病棟状況下で災害発生の危険があると判断した時から、病院機能を維持するための行動を開始します。

今回の訓練はレベル3「高齢者避難」レベル4「避難指示」です。入院患者、職員安全確認、外来・病棟での患者確認や搬送状況確認、防災設備、医療材料・リネンの在庫確認をどのタイミングで誰が行うのかを考え指示をしながら進めました。また、看護師の居住地や個々の状況から、誰がいつ勤務できるのかを考え勤務を調整しました。さらに、病室の確保です。豪雨災害ではエレベーター数基が災害当日使用でき

ませんでした。その経験を踏まえ、最短の病棟や高度な治療を行う病室の確保のためには、入院中の患者さんを移動する必要があります。その患者選定や準備、病棟間での情報交換など実際に無線や電話を使用し病室の確保を行いました。

訓練後、「看護師長としての災害訓練は初めてで、どのようなことを考えて指示するのか、どういった病棟機能を維持できるかの訓練を行うことができた」「部署で行わないといけないことを考える良い機会となった」など聞かれました。初めての試みでしたが、今後も継続して訓練していきたいと思えます。

看護部 村上 陽子



## 地域連携実地調査に行ってきました

医療安全管理では、地域連携医療安全加算の取得に伴い、毎年実地調査訪問を行っております。今年度も、八代市にあるJCHO 熊本総合病院を訪問しました。この取り組みは、医療安全の質の維持と向上を目的に、当院スタッフが他院を訪問したり、各医療機関のスタッフが当院に来院したりしながら、確認や評価を行います。具体的には、医療安全の観点から各病院の取り組み状況をお伺いしますが、今年

度は、薬剤の管理方法や臨床工学技士の取り組み、患者相談窓口のサポート体制について伺いました。

今後は、熊本総合病院での対応や取り組みなどの学びを当院でも取り入れ、活かして参りたいと思います。コロナ禍の訪問ではありましたが、丁寧に対応くださいました熊本総合病院に感謝申し上げます。

医療安全管理委員会 鶴田 真奈美

## 特定行為に係る看護師の研修を修了しました

当院は、JCHOの看護師特定行為区分：創傷管理関連の研修施設として共通科目を放送大学で受講後、院内で区分別科目の講義・演習・実習を修了、特定行為5行為について研修が終了し、3名の看護師が特定行為研修修了証を取得しました。

これから、主治医・担当医の指示があれば、手順書に基づいて「持続点滴中の高カロリー輸液の投与量の調整」「創傷に対する陰圧閉鎖療法」「創部ドレーン抜去」「脱水症状に対する輸液による補正」「褥瘡または慢性創傷の治療における血流のない壊死組織の除去」を行うことが可能になります。

3名の看護師はそれぞれ、外科病棟・褥瘡管理・皮膚科外来業務の中でケアを行っていくこととなります。これまでの看護実践経験を基盤に、その人らしい生活を送ることを望む患者の意思決定を支え、住み慣れた地域で安心して暮らしていくために必要な看護を実践するためのより高度な実践能力を身に

つけることを目指していきます。また、患者の一番近くで寄り添う事ができる看護師だからこそ、生活者の

視点で病状の変化を観察し、経過や現状のアセスメントをより深く行い、迅速かつ適切なタイミングで特定行為を看護として実践することを目標に、実務に取り組んでいきたいと思えます。

まだまだ実務が始まったばかりです。先生方の指導の下、技術・知識とともに実践能力の向上を目指していきますのでご指導よろしくお願ひします。

予防医療センター 看護師 平山 由香



## ～院内移動の安全性に配慮して～

点滴をされている患者様の車いす対応を、スタッフ1名でも安心安全に行えるように車イスと点滴台を連結できる補助具（BIBOU）を各階病棟にそれぞれ導入致しました。この補助具を導入したことで、廊下での移動やすれ違い、エレベーターでの乗降動作、狭い場所での方向転換なども容易となり、転倒転落を予防し院内をより安全に移送介助できるようになりました。

医療安全管理室 城本 真由美



## 医療対話推進者(メディエーター)の研修を受講しました

全国各地の病院や施設など、患者相談対応を担うスタッフがオンライン上に集まり、医療対話推進者研修を受講しました。

メディエーターとは、患者さんやご家族、そして医療者の橋渡しとして、中立的な立場で、対話を通して支援を行っていく役割のことです。例えば、日々の医療相談に限らず、万が一の医療事故場面などで、患者と医療者を繋ぐ橋渡しとして活躍しています。

動画視聴の事前学習を終え、当日は、ロールプレイにて患者や医師、メディエーター役になりきりました。医療事故が起きてしまった模擬ケースでは、「納得できない!」と訴える患者役の言葉に圧倒されたり、一方で、医療者役の「手をつくした」との言葉に肩入れをしたくなったり、それぞれの訴えや言葉の背景にある思いを受け止めながら橋渡しを行うこ

との難しさを実感しました。特に、予期せぬ死亡事故などのケースでは、患者や家族の思い、「なぜ死ななければならなかったのか」、「真実が知りたい」などの怒りや傷つきがあることは理解していたものの、医療者側にも同様に、あるいはそれ以上に「救いたかったけれど救えなかった」といった傷つきなどが生じている思いにもきちんと目を向け、受け止める。その双方に共通する思いを受け止めながら対話を繋ぐことが大切であることをグループ内で共有することができました。地域住民の皆さんが安心して医療を受けられるよう、担当者の研修制度も整っております。困ったことが生じた際には、患者サポート相談窓口を是非ご活用ください。

医療福祉連携室 鶴田 真奈美

## 毎年3月は、自殺対策の強化月間です

自殺対策基本法では、例年、月別自殺者数の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定め、国は地方公共団体、関係団体等とも連携して、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、相談事業、及び、啓発活動を実施しています。

自殺に至る背景には、複数の複雑な問題が絡んでいると言われていますが、どこに相談したらよいか迷ったり、相談すること自体を躊躇したりする場合も少なくありません。

また、身近なところでは、SOSを出したくても出せずに困っている人もいるかもしれません。明るく振る舞っていても笑顔が少なくなったり、大丈夫と言いつつもぼんやりしていたり、いつもと様子が違うな、と感じたら、そっと声をかけてみてください。たとえ気の利いた言葉でなくても、たとえてあげられることがなくても、“気にかけているよ”というメッセージは伝わるのではないのでしょうか。

コロナ禍が続き、感染対策を取り入れ、新しい生活様式にも順応しながら、感染の終息を心待ちに過ごしてはいますが、やりたいことが思うように出来ない今、「なんだかしんどい。けれど、みんなも同じ」、「みんな同じ。けれど、やっぱりしんどい」と、こころの声に耳を傾けられないまま日々過ごしておられる方も多



いのではないのでしょうか。また、非日常が日常となりつつある中、コロナ禍前の状況に果たして戻れるのだろうか、といった不安をお持ちの方もいらっしゃるかもしれません。

そんな時、あるいは、いつもと違うそんな周りの様子に気がついた時、声を掛け合える人が居ること、相談できる場を知っておくことは、自分自身と大切な身近な人を守る一つの助けとなるのではないのでしょうか。自殺対策、それは大がかりなものではなくとも、声をかけることから始められます。

産業医 総合診療科 渡邊 龍太郎

## 税(料)の減免申請はお済みですか?

令和2年7月豪雨災害・新型コロナウイルス感染症に伴う国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の減免申請は3月31日(木)までです。災害で被害を受けられた方、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少された方など申請がお済みでない方は、期限内に申請を! 詳しくはお住まいの市町村各担当課窓口にお問い合わせ下さい。

## 介護予防の知っ得情報 !!

～ノルディックウォークご存じですか?～

ノルディックウォークとは、1930年代に北欧のスキー選手が、スキーができない夏の間の体力維持・強化トレーニングとして行ったのが始まりです。

この2本のポールを使用したウォーキングを1997年にフィンランドで「ノルディックウォーキング」と定義してのち本格的に普及し、現在では世界で800万人を越える人達がノルディックウォーキングを楽しんでおられます。

高齢になって外出する機会や人と交流する機会が減り、閉じこもりが増えると要介護状態になる可能

通常のウォーキングよりここが優れている!

- 
- ①筋肉の約90%を使う全身運動になる  
(上半身の運動もウォーキングで行える)
  - ②運動量は同じ時間で約20%アップ  
(歩幅が大きくなるので自然と距離も伸びる)
  - ③ひざへの負担が約30%軽減  
(※さらに適切な歩幅・改善には、低強度(ウォーキング程度)の運動が最適!)

性が高くなるという事実が様々な研究の結果で明らかになっています。健康寿命を実現するには1日1回は外出をして、他者と交流することが重要となります。近年、高齢者の閉じこもり予防や運動習慣の維持にノルディックウォーキングが注目されています。ノルディックウォーキングは、ポールを使用することで上半身が起き、姿勢が改善され呼吸がしやすく疲れにくい効果があります。また左右の手で杖を突きながら歩くため、何も持たずに歩くときと比べて重身を支える点が増え、より安定した歩行ができます。そのため体力に自信のない方、ふらつきがある方でも簡単に始められます。コロナ禍での閉じこもり解消に活用できるかもしれませんね。



情報提供：清風ハートピア(球磨郡内においてノルディックウォーク講習会開催中)

医療福祉連携室 野々上 真一

## 間食を上手にとりましょう! ～チョコレートの効果～

2月といえばバレンタインデーですね。日本ではチョコレートを贈る習慣が根付いていますが、欧米では大切な人に花やカードを贈る日のようです。チョコレートはカカオの種子を、発酵、焙煎したカカオマス为主原料として作られています。カカオマスには活性酸素を抑える抗酸化物質のカカオポリフェノールが豊富に含まれており、様々な効果があるとされています。

(カカオポリフェノールに期待される効果)

①動脈硬化②血圧低下③老化防止などがあります。

チョコレートの苦みや渋みはこのカカオポリフェノールによるものです。そのため70%以上含まれる高カカオチョコレートがおすすめです。しかし注意点もあります。カカオは脂質が多い食品です。普通のチョコレートの1.2倍～1.5倍カロリーが高くなるというデータもあります。

この時期になるとチョコレートをつい食べ過ぎてしまうことも多いですが、適切なチョコレートの摂取量をご存じでしょうか。

(間食の適正量)

1日の間食の適量は200kcal以内とされています。

200kcalと言われてもピンと

こないですね。運動に置き換えるとウォーキング50分、ジョギング25分、水泳10分相当です。ご飯だと100gで168kcal、ご飯茶碗軽く1杯(150g)は約240kcalになります。



(1日の高カカオチョコレートの目安量)

ある国内メーカーの報告によると1日3枚～5枚(20g)程度の高カカオチョコレートの摂取を推奨しています。

毎日10分15分運動するだけでも消費カロリーは増えていきます。食べ過ぎてしまった時はいつもより歩く距離を増やしたり、体を動かすことを意識してエネルギーを消費し、次回のおやつを控えるなど調整しましょう。ご飯の量を減らして1日の摂取カロリーを調整するのも良いでしょう。夜遅くのおやつは脂肪を溜めるものになります。寝る2～3時間前までに摂るなどして上手に摂取しましょう。

栄養管理室 笠原 聡乃

## 画像診断センターからのお知らせ ～MRI装置1台で可動しています～

1.5TMRI装置の更新に伴い、約1ヶ月半の間3.0TMRI装置のみで対応しておりますが、予約と合わせて救急対応も通常通り行っております。よろしくご依頼致します。

工事期間：2022.2.8～2022.3.16まで

## 新型コロナウイルスもインフルエンザも感染対策をしっかりと!!

### 【感染予防の7つの心掛け】

- 1 マスクの着用・咳エチケットを心掛けましょう！
  - ・マスクは鼻から口まで覆い隙間がないようにつけましょう。
  - ・咳やくしゃみでは、しぶきが2m程飛びますので必ず覆いましょう。
- 2 手洗いの習慣を心掛けましょう！
  - ・家に帰ったらまずは30秒程度かけて丁寧に手を洗いましょう。
  - ・手洗いは感染症だけでなく食中毒予防にも繋がります。
- 3 人と接する時は程よい距離を保つよう心掛けましょう！
  - ・会話をするときは間隔を保ち、正面を避けるなどの工夫も良いかも。
- 4 3密を回避するよう心掛けましょう！
  - ・密閉空間、密集場所、密接場面はクラスター（集団）発生のリスクが高まりますので、3つの「密」が重ならない工夫をしましょう。

- 5 適度な室内環境を心掛けましょう！
  - ・室内が乾燥しているとウイルス飛沫の水分が蒸発して軽くなり長時間ウイルスが空気中を漂うことになりしますので適度な加湿が必要です。加湿器などを活用し湿度40%以上を目安に保つと効果的です。
- 6 適度な運動と食事のバランスを心掛けましょう！
  - ・十分な睡眠とバランスの取れた食事を心掛け免疫力を高めましょう。
  - ・冬場は特に水分摂取が減るため、水分摂取を心掛けましょう。
- 7 日々の体調管理を心掛けましょう！
  - ・朝の体温チェックの習慣化。また、かぜ症状などがある場合は無理をせず、自宅でしっかりと療養しましょう。



## 感染症に関する相談窓口のご案内

新型コロナウイルスの今までにない感染拡大で、検査に関する問い合わせが増えています。自身の置かれた状況にどうすれば良いのか判断に迷い不安を抱えた方に少しでも役立てばと思い、現時点で確認がとれている情報を纏めてみました。

### 【発熱・風邪の症状あり】

- 1 まずは、かかりつけ医や身近な医療機関へ電話をして相談しましょう
- 2 かかりつけ医がなく相談する医療機関に迷う場合の連絡先  
熊本県発熱相談センター 発熱患者専用ダイヤル  
(平日：9:00-17:00) TEL: 0570-096-567  
(時間外) TEL: 096-300-5909

### 【症状なく、検査のみ受けたい】

◎無症状の方を対象として、ワクチン検査パッケージ・対象者全員検査等定着促進事業があります。イベント、旅行、帰省等の活動で、陰性の検査結果を確認する民間の取り組みのために必要な方などが無料で検査を受けることができます。(検査の対象となる方の詳細は、ホームページでご確認ください。)

また、発熱などの症状があったり、濃厚接触者は対象外ですのでお気をつけください。

詳しくは <https://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/30/120272.html> (2月現在) をクリック

- ◎人吉医療センター（予防医療センター）  
無症状の方を対象としてPCR検査を実施しています。  
実施日：月・火・水・木・金（要予約）  
受付時間：13:30  
金額：PCR検査：5,000円（健康保険証は使用できません）  
検査証明書料：1,100円  
お問い合わせ：TEL: 0966-22-7070（平日）

### 【対象外となる方】

- ・2週間以内に発熱・倦怠感・風邪症状・味覚異常のある方
- ・2週間以内に新型コロナウイルス感染者や疑いのある方と接触歴のある方
- ・2週間以内に渡航歴のある方

### 【検査を受けた方がよいかなど相談したい】～こんな時に～

- 1 新型コロナウイルス感染症のクラスターの一員に該当する（症状の有無や接触した日からの日数は問いません）
- 2 接触確認アプリ（COCOA）にて陽性者との接触が確認された
- 3 新型コロナウイルス感染症陽性者と接触した可能性がある
- 4 新型コロナウイルス感染症に関する一般的な相談

熊本県新型コロナウイルス感染症専用相談窓口  
(コールセンター)  
TEL: 096-300-5909 (24時間対応)  
(Dial for foreigners only (外国の方専用ダイヤル))  
TEL: 092-687-7962)

## 新 任 紹 介



**植田 昭二**  
趣味：旅行（史跡めぐり）  
生活信条：1日を明るく  
モットー：何事にも挑戦

困ったこと：言葉（球磨弁）  
自分の性格：明るい性格で嫌なことは忘れ、持ち越さない  
自分のコマーシャル：京都出身ですので、京都旅行に行かれるときは声を掛けていただければ、隠れた名勝など教えられたいと思いますので、ぜひとも声を掛けてください。

