地域医療機関さまと亀田総合病院をつなぐ情報誌

かめだより

第62号
2018年10月発行

発行：医療法人鉄蕉会 亀田総合病院/地域医療支援部・地域医療連携室　〒296-8602 千葉県鴨川市東町929　TEL：04-7099-1261（内線7156）
発行責任者:亀田信介　編集責任者:唐鎌房子

index

P2 …看護部 認定看護師のご紹介
安房地域で「もしバナ」を育む
「もしバナ啓発プロジェクト」
P3 …中国事業統括室のご紹介
P4 … 地域医療機関さまより
P5 … 当院診療科より
P6 … リハビリテーションの挑戦！
P7 …スタッフひろば
マイブーム
P8 …トピックス 勉強会・研修会スケジュール

看護部
認定看護師のご紹介

「脳卒中リハビリテーション看護認定看護師の役割」

亀田リハビリテーション病院
脳卒中リハビリテーション看護認定看護師　滝口智子

脳卒中とは，脳の血管に障害がおきることで生じる疾患の総称です。現在は，治療の進展にともない，脳卒中での死亡率は第４位まで下降しました。しかし，要介護状態になる原因疾患の第１位となっています。このことからも，脳卒中の予防，脳卒中になってしまった場合は，なるべく早く，地域に戻れるような支援が重要になってきます。

上記の視点別に，認定看護師，または看護師の役割を振り返ってみたいと思います。

① 脳卒中の予防

脳卒中の再発率は，他の疾患と比較しても高く，ある文献によると，１年以内の再発率は10％。10年以内の再発率は50％とも書かれています。脳卒中は発症すると，言葉の障害や，手足の障害などを引き起こすことがありますので，発症予防することが重要になります。脳卒中の原因として，高血圧・脂質異常症・糖尿病・肥満・喫煙などがあります。つまり生活習慣を改善することで，発生率を低くすることができます。しかし，脳梗塞を発症しやすい40歳代以降の患者さまは，仕事や，家庭での大切な役割をもっており，どうしても，自分の健康管理より，仕事などを優先しなければいけないことが多いです。私たち看護師は，この様な患者さま達に，「何をしてください」という情報提供だけでなく，生活の中で，どうしたら少しでも改善行動がとれるか，一緒に考えさせて頂いております。

② 脳卒中になってしまった場合でも，なるべく早く，地域に戻って頂くような支援

脳卒中は，重症な場合は短期間で命を落とす危険性もあります。この時期，医療者は一丸となって，神経所見やバイタルサインの観察と，合併症の予防を行っています。ご家族にとっても非常に危機的な状況になります。ご家族の不安が緩和できるような支援をさせて頂きます。命の危機的な時期がすぎ，状態が安定したら，なるべく早く，患者さまや，ご家族の希望を伺います。それと共に，患者さまにどのような役割があったのかや，どのような自宅の構造なのか？ などの社会的な状況も伺い，患者さまの望む生活に戻れるように，医師やリハビリ，医療相談員と連携し，ケアを行います。この中で看護師の重要な役割は，リハビリで行っている訓練を，日常生活の中で繰り返しできるようにすることです。具体的には歩行や更衣などに障害があっても自分でできるよう，患者さまと相談し繰り返し指導します。また患者さまがリハビリをがんばれるような精神的なサポートもさせて頂きます。退院後の患者さまの役割に応じて，料理の練習や仕事の動作確認なども行います。また，医療相談員とも連携し，社会資源の活用を調節します。

認定看護師には，病棟の看護師が上記の役割が遂行できるように，研修の開催，実践による役割モデル，指導，相談などの役割機能があります。

～ 安房地域で「もしバナ」を育む ～

もしバナ啓発プロジェクト

第３回：今をより大切に，最期まで自分らしく過ごすために

医療法人鉄蕉会亀田総合病院　疼痛・緩和ケア科 医長／地域医療連携室 室長　蔵本浩一

※**もしバナ**：もしものための話し合い
※**アドバンス・ケア・プランニング（Advance Care Planning，以下 ACP）**：年齢や健康状態に関わらず，個人（成人）がそれぞれの価値観や人生の目標，将来どのような医療を受けたいのかを理解し，家族や医療者とそれらを共有し合うプロセス（過程）のこと

Q.「先生，もしバナはいつから始めるのがおすすめですか？」

もしバナに関するワークショップや講演を行っていると，ときどきこんな質問を受けることがあります。

A. 「いつでも。あなたが話したいと思うタイミングで始めたらいいと思います」だいたいそんな感じでお答えしますが，それでも納得されなければ，

A. 「そうですね，これは個人的な意見ですが，できれば（何

亀田総合病院内各部署のご紹介

《中国事業統括室》

メディカルレポート

中国事業統括室の紹介

中国事業統括室　室長　呉 海松

中国事業統括室は2011年3月1日から亀田メディカルセンター対中国専門部署として設立した部署です。

中国事業統括室を設立した目的として　①亀田メディカルセンターをアジアメディカルセンター(アジアのハブ病院)へ　②亀田メディカルセンターの中でダイバーシティな文化の受入れ環境作り　③亀田メディカルセンターの海外(中国)への進出(医療産業化及び海外進出)です。

主な仕事として　①国際医学交流事業　②中国人VIP健診事業　③海外からの治療患者(主に中国)の受け入れ事業　④中国人ナースの教育、受け入れ、継続教育事業　⑤医療産業輸出事業(中国で合弁病院の設立、中国国内病院運営管理のコンサルト、等)の五つです。

1985年より亀田メディカルセンターは30数年に渡り、中国との長い医学交流と友好関係の歴史を築いてきました。特に近年、日中医学交流は今までの日本からの一方的な友好支援から互恵のWIN-WIN関係に様変わりしつつあります。このような歴史を背景に、亀田メディカルセンターは独自のやり方で中国市場を開拓しています。中国事業統括室のスタッフは現在7名います。

亀田メディカルセンターの中国語ホームページの立ち上げ、各診療科の中国語パンフレット、VIP健診パンフレットの作成、駐日中国大使館との交流、日本外務省、観光庁などの後押しを得て、北京で〝日本の医療紹介〟セミナーの開催、中日友好病院(北京)との遠隔医療システムの構築、中日友好病院の中に日中医学交流室の設立、中国からの医療スタッフの研修医(生)の受け入れ等の活動を通じて、現在、数多くの中国政府関係者、医科大学、看護大学の関係者が来院し盛んに友好交流が行われるようになっています。また、中国からのVIP健診者、難しい疾患の治療を求める患者さまも数多く来院しています。現在、中国大陸、香港、シンガポール、マレーシア在住華僑、カナダ在住華僑など、**亀田メディカルセンターのVIP健診プログラム利用者は年間180名になり、外来受診者、入院患者も年間200名前後**となりました。

亀田メディカルセンターを利用する皆様は、以前より病院のあちらこちらで中国語を話す人を見かける機会が多くなったと感じていると思います。更に、中国国内の保険会社の富裕層向け健診業務、診療セカンドオピニオン業務、海外治療業務も引き受けています。

我々の部署はこのような当センターに来院される患者さまに対して、受診時の予約、日-中の言語支援、病院ルールの順守、日本社会の習慣の順守などをサポートしています。そして、安全かつ円滑に医療サービスが受けられるように、又、受診時に周囲の皆様に迷惑を掛けないよう、各種のトラブルのないように受診者様と病院内各部署の間の調整をしています。

これからの日本の医療を守るためにも、多くの海外医療機関との交流、多くの海外患者さまの受け入れが必要な時代になります。医療の国際化、様々な議論がある中、**亀田メディカルセンターは日本国内で医療国際化の先駆者として、確実に前進しています。**その一員として、我々中国事業統括室が目指している目標は日本一になることです。〝量より質〟をスローガンとし、日々頑張っています。これからも皆様のために、より良い医療を提供できるように頑張りたいと思いますので、ご指導ご鞭撻の程、よろしくお願いいたします。

かの）病気になる前に，一度はやっておくと良いと思いますよ。病気になったら，たぶん“もしバナ”どころではなくなるので」と答えるようにしています。

こういう啓発活動をしていると，どうしても「広めたいんでしょう？」，「勧めたいんでしょう？」と見られることが多いのですが，私たちは，全ての人が「もしバナ」をやるべきだ，とは思っていません。「もしバナ」という概念を知った上で，「もしバナ」をするかどうかは本人の主体性に任せる，というのが（今の）私たちのスタンスです。

誰彼かまわずに「もしバナ」を勧めることは，ときにその人を傷つける行為にもなり得ます（医学の世界では，これを侵襲的と表現します）。

個人的な所感ですが，「もしバナ」を自らの意思でできる人，やろうと思える人は，ある意味恵まれている人なのかもしれません。私たちの啓発活動では，「もしバナ」を楽しんでもらうことはもちろんですが，同時に「もしバナ」をやりたくない，できない方々への「配慮」も一緒に持ち帰ってもらうことを心がけています。

カードゲームを使いながら，自分や大切な誰かの「もしも」を考えたり話し合う，自由参加型の「もしバナ」ワークショップ，今後，安房地域でも順次開催していきます。

《もしバナゲームのお問い合わせ》
https://www.i-acp.org/game.html

地域医療機関さまより

安房地域医療センター

院長 福内 正義

地域における当院の役割

ごあいさつ

平成30年4月1日より院長に就任いたしました。この場を借りてご挨拶させていただきます。

当院は平成20年4月安房医師会病院から移譲し社会福祉法人太陽会 安房地域医療センターとして開設し10年が経過しました。この間には救急棟の建設や初期研修医の受け入れ開始をしてきました。また太陽会の事業として安房医療福祉専門学校を開校し，今年度は看護師として2期生30名あまりを受け入れることができました。

当院の役割

当院は館山市の中核病院のひとつとして診療をおこなっている急性期病院です。常勤医師は30数名おり，亀田総合病院や大学病院等からの非常勤医師とあわせて診療をおこなっております。住民検診事業もおこなっており，疾病になるまえの早期発見や予防にも力をいれております。

急性期医療のもっとも大きな受け皿である救急センターは，藤江聡救急センター長中心に24時間365日の救急体制をとっております。また今年度より循環器内科4名体制での診療がはじまりました。循環器内科では心臓血管カテーテル治療を中心に心臓血管疾患に対する治療を積極的におこなっております。

また総合診療科の新しい部長として難波雄亮医師が就任し多岐にわたる内科疾患の診療にあたっています。当院で入院加療を必要とする方の半数以上は総合診療科で入院しております。整形外科では高齢者の骨折や手の外科，人工関節を中心に年間約400件程度の手術をおこなっております。当院での対応困難な患者さまに関しましては亀田総合病院と連携して診療をおこなっております。

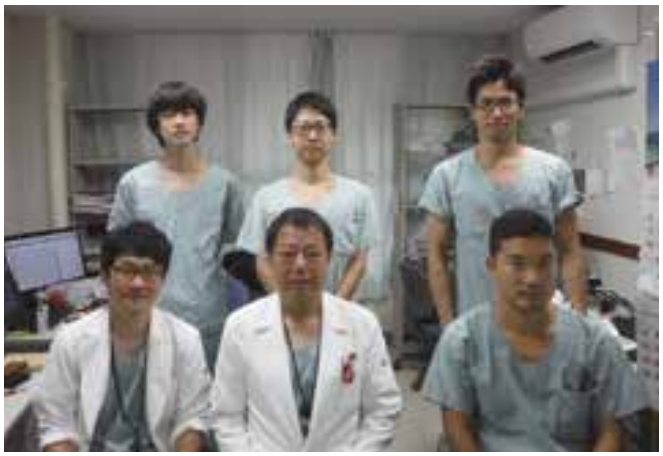
超高齢化をむかえ高齢者世帯の増加している当地域では，ひとつの医療機関で診療を完結することはとても困難です。回復期病院や慢性期病院，地域のクリニック，施設等と連携し患者さまがよりスムースに在宅にもどれる道筋を考えなければなりません。年一回地域連携の会として他の医療機関の医師やスタッフとの懇親を当院にておこなっております。顔の見える関係をつくることで患者さまの紹介や情報提供がスムースにおこなえるようになると思います。

平成29年4月に開始となった地域医療連携推進法人の創設も当院の目標のひとつです。

法人を創設することで，複数の医療施設がグループとして連携し医師や看護師をはじめとした専門職を出向しあうことで適性配置をはかります。これによりそれぞれの施設の役割り分担がより明確化して地域包括ケアを効率よく実施することができます。地域医療連携推進法人は国内でもまだ6法人と少なく，この地域でよいモデルケースがつくれるように努めてまいります。

当院診療科より

耳鼻咽喉・頭頸部外科
耳鼻咽喉科部長　西嶌　大宣



耳鼻咽喉・頭頸部外科では，一般の耳鼻咽喉科疾患の治療および頭頸部がんを中心とした頭頸部疾患の治療を行っております。

西嶌大宣・耳鼻咽喉科部長（写真前列右）および岸本誠司・頭頸部外科部長（写真前列中央）以下，計6人の医師が所属し，耳鼻咽喉科と頭頸部外科を区別することなく皆で診療にあたっております。特に頭頸部外科疾患は2014年に岸本誠司頭頸部外科部長（元東京医科歯科大学頭頸部外科教授）が着任後，毎年症例数が増えており，化学放射線療法から再建手術までほぼ全ての治療を当院にて行っております。

耳鼻咽喉科領域，頭頸部外科領域のそれぞれの特徴を述べさせていただきます。

①耳鼻咽喉科領域

耳鼻咽喉科では，感染症，耳，鼻，のどなどの悪性腫瘍以外の頭頸部の治療を行っております。

感染症疾患としては外来で対応する喉の痛み等だけではなく，緊急手術が必要となるような急性喉頭蓋炎や深頸部膿瘍などの重篤な感染症まで治療にあたっております。耳疾患としては難聴，中耳炎，めまいなど，鼻疾患としてはアレルギー性鼻炎，鼻閉症，慢性副鼻腔炎など，のど疾患としては，嗄声や嚥下に関することなど幅広い疾患の治療を行っております。

これらの耳鼻咽喉科疾患のうち，保存的治療で改善しないものは外科的な手術治療を積極的に行っております。その中でも特に鼻の手術は件数が多く，ナビゲーションシステムなどの最新の機器をつかいながら，副鼻腔炎からアレルギー性鼻炎の治療までなるべく低侵襲で安全な手術を心がけて行っております。

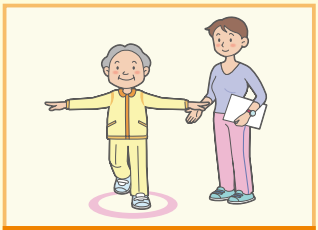
また当院ならではの特徴としましては，突発性難聴に対する高気圧酸素療法があげられます。高気圧酸素治療は，耳の奥にある蝸牛の外リンパ内酸素濃度を高めることで聴力の回復が見込まれると言われています。従来のステロイド治療と同時並行で高気圧酸素療法を行うことで，ステロイド単独での治療に比較し，治療成績の改善が期待されます。

②頭頸部外科領域

頭頸部外科では，頭頸部領域にある鼻副鼻腔，口腔，咽喉頭，唾液腺，甲状腺さらに頸部に発生した良性・悪性の腫瘍性疾患や嚢胞性疾患に対する診断治療を担当しています。特に，頭頸部悪性腫瘍に対しては，腫瘍内科，放射線科，歯科口腔外科と合同で頭頸部腫瘍カンファレンスを行い，情報を共有し討議した上で治療方針を決定しております。外科的治療については当科が担当しますが，化学療法については腫瘍内科，放射線治療については放射線科が担当します。この様に，各科との密な連携を取りながら最新で最適な治療を行っております。さらに手術においては，形成外科の協力による再建を伴う手術や消化器外科，脳神経外科，呼吸器外科などと共同して頭頸部の境界領域を含む広汎な手術も盛んに行っています。

南房総地域には耳鼻咽喉科の数が少なく，亀田総合病院には広い地域から軽症から重症までの幅広い患者さまにお越しいただいております。地域の特徴と同様，耳鼻咽喉科を受診される患者さまも高齢化がすすんでおり，病気のステージで治療を決めるだけではなく，社会的背景などを考慮しながら治療方針を決めていく必要があります。また摂食，発声，聞こえ等，当科の扱う疾患はQOLと直結する分野でもあります。安全に最適な治療ができる環境を継続的に拡充しておりますので，まずはお気軽にご相談ください。

リハビリテーションの挑戦！



第11回

「予防医療とリハビリテーション」

リハビリテーション事業管理部　村永　信吾

リハビリテーションは，主には脳卒中や外傷後の手術直後からスタートします。それは，**必要以上の安静で生じるリハビリテーションの進行を阻害する廃用性症候群（例：筋萎縮，骨萎縮，褥瘡，認知症，関節拘縮など）を予防するためです。近年，震災などで住み慣れた自宅や地域から離れた避難生活を送られている方々においても廃用性症候群と類似した問題が発生することがわかりました。そのような状態を「生活不活発病」と命名し，避難所等において積極的にその予防的な取り組みが行われています。**

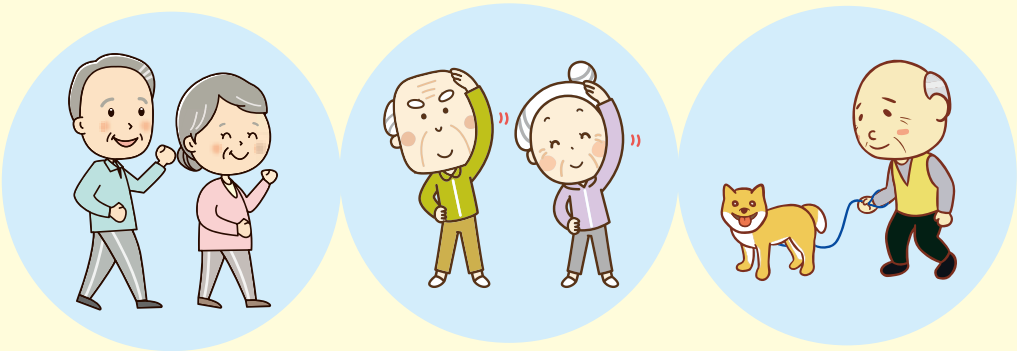
日本における運動不足の死亡者数が，喫煙，高血圧に次いで第3位であることが報告されました。それによる死亡者数の内訳では，循環器疾患，悪性新生物，糖尿病となっています。運動などの身体活動や生活活動（例えば，家事，買い物，洗車，子供と遊ぶなど）により生活不活発化を予防することで，右表のように身体機能面だけでなく，心理的側面，社会的側面においても幅広い効用が報告されています。

①心筋梗塞など動脈硬化性疾患の減少
②体脂肪減少
③高血圧，糖尿病，脂質異常症など生活習慣病の予防
④筋力やバランス向上による転倒リスクの減少
⑤乳がんや直腸がんの減少
⑥認知症の予防
⑦ストレスの解消
⑧家族や友人と身体活動を共有する時間が増える

一方，「肥満改善のために運動を始めたのに膝が痛くなった」など，運動の過用や誤用で別な問題が発生するという場合も少なくありません。特に加齢に伴い潜在的に種々のリスクを抱えている場合も多く無理な運動は禁物です。

本格的に運動を取り入れるためには，自分にとって適正な運動の種類や強さを知ること，そしてその日のコンディションに合わせてその運動強度を調整することが大切です。運動はあまり好きではないという方もいらっしゃるかもしれませんが，そのような方は，「座る時間」を減らし，「立つ時間」や「歩く時間」を増やすことから始めてみることが大切です。

リハビリテーションは，単に身体機能の回復を促すのみならず，退院後，自宅での生活不活化を予防し，生き生きとした社会参加活動を維持，再構築することを目指しています。



スタッフひろば

地域医療連携室
メンバーから

今回のご紹介内容
・氏名
①部署 / 職種
②飼ってみたい生物
③苦手な事柄

蔵本 浩一
①地域医療連携室 室長
診療部 疼痛･緩和ケア科 医師
②ミニブタ
③正座

大川　薫
①診療部 在宅医療部，地域医療支援部 医師
②シーモンキー
③禁ビール

草薙 洋
①診療部 消化器外科 医師
②ヤモリ
③なし！

丸山 祝子
①看護管理部 助産師
②現在飼っている愛犬の他には特にありません
③資料の整理

杉田 登子
①看護部
②ホワイトタイガー
③手紙を書くこと

土屋 和美
①看護管理部 看護師
②子ねこ
③満員電車に乗ること

打野 弘子
①総合相談室 看護師
②特になし
③細かい事を計画的に行う

吉野 有美子
①総合相談室 看護師
②ロボットアザラシ
③覚えること

安室 修
①薬剤部 薬剤師
②錦鯉
③歌うこと

鎌田 喜子
①総合相談室 MSW
②犬・猫
③整理整頓

児玉 照光
①総合相談室 MSW
②アルマジロ
③人前で話す事

栗栖 千幸
①亀田医療大学 教員（看護師）
②犬
③秘密

平山 香代子
①亀田医療大学 教員（看護師）
②魔法使い
③ミミズに関することはすべて（こうして字を書くことも嫌です（＞＜））

中村 雅代
①地域医療連携室 事務
②ジャンボうさぎ
③虫を見ること

林 裕子
①地域医療連携室 事務
②クラゲ
③整理整頓

松井 陽
①地域医療連携室 事務
②ハムスター
③料理

大橋 洋子
①地域医療連携室 事務
②アンゴラウサギ
③早起き

黒川 亜純
①地域医療連携室 事務
②ハリネズミ
③徹夜

唐鎌 房子
①地域医療支援部 事務
②猫”ラガマフィン”
③プレゼンテーション

番場陽平は2018年9月30日付で退職となりました。お世話になりました。
今号より，大川薫・平山香代子がメンバーとして加わりましたので，宜しくお願い致します。

亀田総合病院スタッフのマイブーム「海外」

私のマイブームは，洋画鑑賞や海外旅行です。私は小さい頃から動物や海外に興味があり，大学３年の夏，オーストラリアのブリスベンの“Koala Sanctuary”という場所で，一週間，ボランティアとして保護動物達のお世話をさせていただきました。保護施設とあるように，そちらでの職場体験は，命を扱うことに対して責任感を学べる経験となりました。開放された野原では，たくさんのカンガルーと触れ合うことができるエリアがあり，カンガルーとツーショットを撮ったことが一番の思い出です。

大学４年時の半年は，ヨーロッパにあるマルタ共和国に留学をしました。そこは見たことのないくらい綺麗な海と，たくさんの野生猫が住んでおり，国民皆で世話をするという考えの国でした。ですから，散歩中に猫に会うと，自分から膝にのってきたり，とてもフレンドリーな猫達ばかりで癒される毎日でした。ヨーロッパ内で旅行すると，いろんな国へ安く行くことが出来ます。チケットやホテルを自分で探し，マップを見ながら，今私は何処にいるのだろうと迷子になるのも，楽しみの一つでした。日本だと当たり前のことが海外にはなかったり，むしろこんなことあれば良いのになど，改めて，日本の良い部分悪い部分を見つけることができました。

海外へ行くと驚きが多く，次はこんな国に行こうとフットワークも軽くなりました。次はインドに行きたいと思っています。私は象が大好きなので，インドの象に乗ることが今の目標です。夢は，南アフリカのサファリで，野生のライオンや象に触れ合うことです。早く夢が叶うように，頑張って貯金します。　M・K

勉強会・研修会スケジュール

今年度の勉強会・研修会のご案内及びご報告です。

1. がん看護勉強会コース研修9回シリーズ

日時：第１回～第４回は終了しました。
第５回…10月16日(火)17:45～19:00『放射線療法と看護』
第６回…11月20日(火)17:45～19:00『手術療法と看護』
第７回…12月18日(火)17:45～19:00『スピリチュアルケア』
第８回…1月22日(火)17:45～19:00『がん看護総論Ⅰ』
第９回…2月19日(火)17:45～19:00『がん看護総論Ⅱ』
会場：Ｂ棟７階看護研修室
(10月16日(火)のみＫタワー13階ホライゾンホール)
当院講師：緩和ケア認定看護師　化学療法看護認定看護師
がん看護専門看護師　疼痛・緩和ケア科医師　チャプレン
外部講師：放射線看護認定看護師…10月16日(火)講演会形式予定です。
＊申込は開催の２週間前までにご連絡ください。

2. マインドフルネス勉強会

日時：第１回・第２回は終了しました。
第３回…12月16日(日)9:00～16:00
『マインドフルネスに基づいた事例検討会』
会場：Ｋタワー13階ホライゾンホール
講師：高野山大学 文学部教授　井上ウィマラ先生
＊申込は開催の１週間前までにご連絡ください。

▲第１回 7月22日(日) 24名ご参加いただきました。

3. 安房地域看護勉強会4回シリーズ

日時：第１回・第２回は終了しました。
第３回…10月12日(金)18:30～19:30
『せん妄を予防する』
第４回…12月8日(土)13:30～14:30
『慢性心不全患者の特徴と療養上の課題』
会場：安房地域医療センター２階会議室
＊申込は開催の２週間前までにご連絡ください。

4. がん化学療法看護勉強会

日時：第１回は終了しました。
第２回…10月2日(火)17:45～19:00『看護概論』
第３回…11月5日(月)13:30～15:00『抗がん剤』
第４回…11月5日(月)15:10～16:30『CVポート管理』
第５回…12月4日(火)17:45～19:00『急性期副作用』
第６回…1月9日(水)13:30～15:00『レジメン』
第７回…1月9日(水)15:10～16:30『意思決定支援』
会場：Ｂ棟７階看護研修室

5. ELNEC-Jちばコアカリキュラム

日時：10月27日(土)・28日(日)9:00～17:00
会場：エビハラ病院
＊申込は10月9日(火)までにお願い致します。

6. がんゲノム講演会

日時：11月1日(木)18:00～19:00
会場：Ｋタワー13階ホライゾンホール
講師：東京医科歯科大学医学部附属病院
腫瘍センター師長　小笹由香先生
演題：「あなたの医療」を実現する現代の看護者の役割とは

7. がん患者さまの栄養管理講演会

日時：11月16日(金)18:00～19:00
会場：Ｋタワー13階ホライゾンホール
演題：がん治療を支える栄養管理
～がん研究会有明病院栄養管理部の取り組み～
講師：がん研究会有明病院
栄養管理部副部長　中濵孝志先生

8. がん就労支援講演会

がんと診断されても働き続けるために
～知っておきたいこと～

日時：11月20日(火)13:30～16:00
会場：Ｋタワー13階ホライゾンホール
演題・講師：
【1部】副作用と上手に付き合う
～抗がん剤治療と副作用のはなし～
亀田総合病院 薬剤部　塚田麻実氏
【2部】がん患者さんの仕事とお金
～知っておきたい制度～
社会保険労務士　近藤明美氏