

かめだより

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
発行責任者：亀田信介 編集責任者：唐鎌房子

〒296-8602 千葉県鴨川市東町929

TEL：04-7099-1261(内線7156)

明けましておめでとうございます。
本年もどうぞ宜しくお願いいたします。

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 … 災害対策調整室のご紹介
- 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



「救急看護認定看護師の紹介」

救急看護認定看護師 奥脇 和男

・はじめに

亀田総合病院救命救急センターの昨年度総受診者数は、28,031人でした。そのうち救急車で搬送された患者さまは4,314人、ドクターヘリおよびその他のヘリ搬送は109件でした。独歩で救急受診する患者さまは、約23,000人となります。また、救命救急センターは、24時間365日受け入れ、質の高い医療を提供できるように日々努力しております。

・救急看護師の仕事内容

救急看護師は、病院前のケアから、病院到着時のケア、集中治療時のケアなど幅広い知識が必要です。その中でもトリアージ、災害、急変時の対応、呼吸ケア、患者さま・ご家族さまへの看護などは専門的知識と技術が必要とされます。

救急看護師の仕事内容は、主に医師の指示のもとでおこなう救急処置がメインとなります。例えば、呼吸や心臓が止まってしまった患者さまへの蘇生処置です。また、ドクターカーに同乗し救急現場に行く事もあります。更に、突然発症で受診された患者さまやご家族さまに対して、心のケアをする事も仕事の一つです。その他の仕事として、独歩で来院された患者さまに対してトリアージナースが緊急度判定をおこなっています。

・トリアージとは

救急外来に来院される患者さまは、年齢、性別を問わず

様々な症状で来院されます。独歩で受診する中には、クモ膜下出血や心筋梗塞など緊急度が高い病気が隠れています。その為、トリアージナースと言われる救急看護師が、患者さまの状態を見て緊急性や重症度を的確に判断し、診察の優先順位を決定しています。

・救急看護認定看護師の役割

救急看護認定看護師の役割は、的確な緊急度判定をおこない後遺症を減らす事です。例えば、脳梗塞や心筋梗塞などは、治療を受ける時間的制約があります。脳梗塞では4.5時間以内に血栓溶解剤が投与できれば麻痺の後遺症を減らせる可能性があります。心筋梗塞では、90分以内に経皮的冠動脈形成術ができれば合併症が減らせます。救急看護認定看護師は、少ない情報からフィジカルアセスメントを駆使し、予測される疾患や緊急性を考えながら看護実践をおこなっています。そして、患者さまの後遺症や合併症を減らせるように看護実践をしています。この知識・技術は、トリアージ判断の時に使うだけではなく、救急での看護実践をしていく上では必要な知識・技術になります。その為、救急看護認定看護師は、救急センターのスタッフに対して指導し看護の質の向上を目指しています。救急のスタッフだけでなく、看護部の主催する研修の講師となり他部署の看護師にも指導しています。また、スタッフが看護実践をする上で緊急度の判断や介入方法に困った時には相談に乗り、助言をしています。このように、認定看護師の役割には、実践・指導・相談の3つがあり、日々活動しています。

～ 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4回：今をより大切に、最期まで自分らしく過ごすために ～地域で育む“もしバナ”啓発プロジェクト～

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。

※一般市民への公募の結果、我が国でのACPの愛称は「人生会議」に決まりました(2018年11月30日付)。

2018年10月31日、鴨川市小湊にて地元の地区社協による集い(湯楽里の休日)が開催されました。その中で「縁起でもない話を楽しくする」ことをテーマに、カードゲームを使った、“もしバナ”体験会を実施しました。

使ったカードは「もしバナゲーム」。人生の最終段階の医療をテーマに、自らの価値観を考えそれを話し合うための「道具」として、米国で開発されたカードゲーム(Go Wish Game)を、製作元の許可を得て、我々



メディカルレポート

災害対策調整室の紹介

総務課 災害対策調整室 小倉健一

1995年阪神淡路大震災、2004年新潟県中越地震、2007年新潟県中越沖地震、2011年東日本大震災、2015年関東・東北、2016年熊本地震、糸魚川市大規模火災、2018年平成30年7月豪雨(西日本豪雨)、大阪府北部地震、北海道胆振東部地震…と、毎年のように日本のどこかで「災害」が発生し、たくさんの方が災害関連でお亡くなりになっています。

千葉県が発表している想定地震(図1参照)によると、安房地域では次の様な被害が起ると言われています。

【東京湾北部地震、千葉県北西部直下地震】

東京湾北部地震、千葉県北西部直下地震はいわゆる「首都直下地震」に分類され、30年間に約70%の確率で発生するといわれている。

鴨川市で震度5強から6弱、建物の倒壊が発生する可能性が高い。

館山市、南房総市、鋸南町は震度5弱から5強。

【千葉県東方沖地震】

鴨川市、南房総市に津波高3m～5mの津波が襲来するおそれがある。

【三浦断層群による地震】

神奈川県、市原市、君津市、鋸南町での被害が大きい。

【関東型大正地震】

安房地域で震度6弱から6強(場所によって震度7の可能性もある)の地震。
建物の倒壊、津波被害の可能性がある。

このような災害が発生した場合、当院は基幹災害拠点病院として多数の重症傷病者の受入や、消防や行政と連携し医療救護班や災害派遣医療チーム(DMAT)の派遣等をお

【災害対策調整室】



こなつこととなります。こうした対応をスムーズにおこなうためにも日頃から病院内の災害医療体制構築や地域の医療機関や行政などと連携しておく必要があります。そこで、2016年8月に災害を専門とする部署として災害対策調整室が新設されました。

災害対策調整室の主な業務は大きく分けて次の3点です。

1. 病院災害体制の強化・見直し

事業継続計画(災害対応マニュアル)の内容を訓練で検証。訓練を定期的に継続しておこなうことで、「災害」という非日常の対応を身につけるとともに、計画の内容改善をおこなっています。

また、病棟・部署単位での災害に関するレクチャーや訓練計画に参画することで、病棟等の対応内容と病院全体の対応内容に乖離がないかなど確認をしています。

2. 地域防災計画の連携

各市町村が策定している地域防災計画では、医療に関する項目は多くを記載していません。そのため、行政担当者や関係機関と災害時での医療をどのように提供・継続していくのか具体的な対応を検討確認しています。

3. 人道的災害支援活動の調整・教育

災害対策調整室では、実際に災害が発生した際に、被災地からの支援要請を受け被災地での支援活動や支援調整や、そのために必要な教育をおこなっています。

今後は、地域の医療機関の皆様と研修や合同の訓練などにも取り組んでまいりますので、ご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



れる予定です。医療関係の皆様もそうでない皆様も、“もしも気が向いたら”，ぜひ足をお運びください。



縁起でもない話を
もっと身近に
あたりまえに
もしバナのある世界へ

*もしバナゲームについてもっと知りたい方は、インターネットで「もしバナのある世界」とご検索ください。

*お問い合わせはiACPのウェブサイトへ→
<https://www.i-acp.org/>

が日本語に翻訳して製作した、カードゲームです。
このゲームの設定は「もしも自分があと余命半年としたら、何を大切にするか?」。この設定の元、4人1組でテーブルを囲み、各々に配られた5枚の手札を取捨選択しながら、自分が大切だと思うカードを手元に集めていきます。取捨選択が終わったら、次はそのカードを選んだ理由(捨てた理由)を一人ずつ、自分の言葉にして話し合います。
(昼間からこんな縁起でもない話をするなんてとんでもない、と言われないか)、そんな心配をよそに、集まった100名近くの参加者の皆さんは、大盛り上がりで、楽しんでおられました(写真は当日御協力いただいた鴨川市の主任ケアマネさんや保健師さん、看護師さんとの終了後の一枚です)。
「余命わずかの設定で、自らの価値観を考え皆と話し合う」もしバナゲームの体験会は、今後、南房総の各地域で開催さ

地域医療機関さまより



勝浦整形外科クリニック

院長 有馬 三郎



◎はじめに



1998年3月に、太平洋を一望する勝浦市の高台に勝浦整形外科クリニックを開院し、今年の3月で22年目を迎えることとなりました。

実は私は鹿児島県出身です。大学時代は陸上部に所属し、跳躍や短距離を専門としていました。医師になって数年後、その陸上部でのご縁がもとで亀田総合病院での勤務が始まりました。この亀田総合病院時代に今に繋がるさまざまな出会いがあり、現在の地、勝浦市に勝浦整形外科クリニックを開院するに至りました。病床数7床と手術室1室からなる有床のクリニックとしてスタートし、3年後には病床数を19床に増床、手術室も2室となり、現在に至ります。

◎治療の基本となるリハビリテーションの充実

日常の診療においては、「手術よりもまずはリハビリありき」という姿勢で臨んでいます。

身体への負担が大きい手術を行う前に、リハビリテーションを行うことによって痛みが軽減し、症状が改善することがあるからです。さらには、再発の防止、身体機能の向上まで図ります。

また、2016年秋に、1～2時間型・通所リハビリテーションも開始し、約40名の方にご利用いただいています。こういった場面で活躍するのが、「理学療法士」です。彼らは医療の質を高める観点からも非常に重要な役割を担っており、当院の大きな柱のひとつとなっています。

◎手術ができるクリニック

その一方でやはり手術の適応となる患者様はいらっしゃいます。当院はクリニックではありますが、関節鏡による靭帯再建術や人工股関節・膝関節置換術など年間300例を超える手術を行っています。

手術が決まった患者様に対しては、麻酔医・循環器内科医によって患者様のリスク評価を厳しく行っています。また、医師だけではなくすべての職種がチームとなって、手術前・手術後のさまざまな場面で患者様をサポートさせていただいています。なかでも、患者様の心身の負担軽減を図りつつ、迅速に対応するエキスパートナースの存在は非常に大きなものとなっています。

◎「予防医学」

話は少し変わりますが、当院でも行っている人工関節置換術は高額な医療費がかかり、国の負担も大きくなります。また、高齢者は、糖尿病や高血圧症などの合併症を有していることがあります。こうした方々にもともと運動習慣があつて、筋肉量も多く体脂肪量が少なければ、治療を要するまでには至らない方が何割かいるはずですが、国の医療費を抑制するためには、病気にならないための「予防医学」の普及が効果を発揮すると考えています。実際に、高齢者の健康対策に運動を取り入れ、医療費抑制に成果を上げた自治体もあります。

そういった考えのもと、整形外科のクリニックとして地域医療に携わる傍ら、2006年に運動型健康増進施設「勝浦スポーツクラブ」を隣接地に開設しました。一般のスポーツクラブと異なる点は、最大酸素摂取量の測定から始まる科学的な視点とメディカルな視線からのサポートが可能なこと。理学療法士やアスレチックトレーナー、フィットネストレーナーが有機的に関わることにより、現在、人口約18,000人の勝浦市で会員数は400名を超えました。

◎おわりに

疾病予防から治療、そして介護までワンストップのサービス提供を実現するため、さらに、質の高い医療を提供し続けるためには、知識や技術の向上はもちろんのこと、職員の人的成長は欠かせません。今以上に「ひとを育てるクリニック」に重点を置き、努力を重ねていく所存です。



当院診療科より

形成外科
部長 田邊 裕美



(写真左から2人目)

「形成外科」と聞いても、どのような疾患を治療しているか、ピンと来ない方もまだ多いかもしれません。皮膚など主に体表の組織の欠損や変形を手術で修復、再建しようとするのが形成外科です。古くは戦時における顔面外傷や皮膚の欠損を治療するところから始まりましたが、最近では腫瘍切除後の再建や美容的な治療も行うようになりました。亀田総合病院でも形成・美容外科と標榜しています。当院で行う手術のうち多いものをご紹介します。

1：腫瘍

ほくろの様な小さい良性腫瘍から様々な皮膚がんまでが含まれます。皮膚がんの内訳ではかつては顔面に多く発生する基底細胞がんが大部分を占めていましたが、最近では高齢化を背景に有棘細胞がんの比率が高くなっています。良性の腫瘍では手術だけでなくレーザー治療も行っています。うまれつきのあざ(血管腫、太田母斑など)ではレーザー治療が保険適用となっているものもあります。当院では現在あざに対するレーザーに加え、脱毛も可能な光治療機器を備えています。

2：皮膚潰瘍

糖尿病の増加、高齢化、喫煙率が高い、などの要因で下肢潰瘍の患者さまが増加しています。血流が悪い場合には循環器内科との連携により救肢を目指しています。下肢の潰瘍の原因には糖尿病性の他、虚血や静脈うっ滞などがありますが、いずれにせよ救肢のためには潰瘍が悪化する前にタイミングよく治療を開始することが重要です。足の小さな傷が治癒しない場合には早めに必要な治療を受けることで急速な悪化を予防することが可能な場合も多いです。

その他の皮膚潰瘍には熱傷など、外傷後の潰瘍があります。熱傷のうち、広範囲熱傷は救命救急科と協力して治療に当たりますが、当院は日本スキンバンクネットワークの参加施設であり必要時にはスキンバンクから提供を受けた同種皮膚を用いて救命率の向上を目指します。

3：眼瞼手術

眼瞼下垂、眼瞼の内反(睫毛内反)、などが含まれます。先天性、後天性により若干術式が異なりますが通常は局所麻酔で行います。加齢による眼瞼下垂はまぶたの皮膚や筋肉の弛緩が原因です。眼瞼下垂の改善によって視野が明るくなった、肩こりがなくなったなど、生活の質(QOL)の改善は多くの人が実感するところです。

以上、最近頻度が高い疾患を挙げましたが、その他口唇、口蓋裂や手足の先天異常、顔面の骨折や麻痺に対する治療、乳がんに対する自家組織を用いた乳房再建治療など、扱う範囲は頭頸部から四肢体幹まで多岐にわたります。これを機に「形成外科」をより身近に感じていただけたら幸いです。



リハビリ テーションの 挑戦!



「リハビリテーションの現状と将来」

リハビリテーション科 部長 宮越 浩一

【高齢化の進行とリハビリテーション】

日本人の平均寿命は先進国の中でも高いものがあります。長寿命となったことは良いことですが、加齢とともに様々な病気に罹患して障害を生じたり、体力が低下することも多くなります。これによって生活の質(QOL)が低下することが問題となります。このような障害に対して様々な方法で治療を行い、QOLを向上するのがリハビリテーションです。

リハビリテーションというと、理学療法士による筋トレや歩行練習を想像される方が多いと思われます。その他にも作業療法士による日常生活練習や、言語聴覚士によるコミュニケーション練習や摂食嚥下練習などもあります。そして、リハビリテーション科医師による薬剤や義肢装具処方もリハビリテーションによる治療の一部となります。さらに、栄養管理や、退院にあたっての社会調整も必要です。このように多種多様な治療介入の組み合わせでリハビリテーションは成り立っています。

【亀田グループのリハビリテーション】

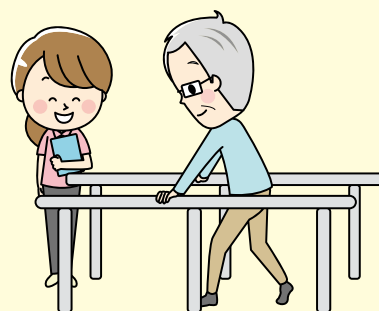
リハビリテーションによる機能練習は主に療法士によって提供されます。近年では療法士の養成校が大幅に増大したこともあり、多くの医療機関でリハビリテーションは幅広く実施されています。リハビリテーション部門は若い職員が多いため、質の高いリハビリテーションを実践するには、卒後教育が重要になります。

効果的なリハビリテーション医療を実施するためには、患者さまごとの障害の内容を詳細に評価し、治療計画をたてる必要があります。そして治療の進行状況をモニタリングしつつ、治療計画を修正していく必要があります。このためには、医師・看護師・療法士・薬剤師・管理栄養士・ソーシャルワーカーなどの多職種連携が必要です。このようなコミュニケーション能力もリハビリテーションでは重要となります。

亀田グループでは、療法士の教育や、チーム医療に力を入れ、リハビリテーションの質の向上を目指しています。

【AIやロボットの応用】

近年ではAI(人工知能)やロボットの進歩がめざましく、一部は医療分野でも応用されています。リハビリテーションの領域でも同様に、歩行や上肢の練習に使用するロボットが開発されています。その一部は臨床現場で使用されるようになってきました。今後は自主練習を支援するツールとして、ロボットがさらに普及していくものと考えられます。AIについては、まだリハビリテーションの分野で活用できるレベルには到達しておりません。今後、臨床データの蓄積がすすむことで、ある程度AIに役割分担できるかもしれません。しかし、患者さまごとの障害の内容、ニーズを把握し、QOLを考慮した治療を実施することはAIには難しいものと思われます。リハビリテーションは今後も「人」対「人」で提供される医療であると考えられます。



リハビリテーションの挑戦!は今号で終了し、次号からは高次脳障害支援事業について御紹介致します。

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好きな玉子料理
- ③私の小さな悩み



蔵本 浩一

- ①地域医療連携室 室長
- ②診療部 疼痛・緩和ケア科 医師
- ③「ありがとう」がうまく言えない時がある（噛んでしまう）



大川 薫

- ①診療部 在宅医療部、地域医療支援部 医師
- ②適度な甘味の卵焼き
- ③足首が硬くていわゆる「便所座り」ができない



草薙 洋

- ①診療部 消化器外科 医師
- ②目玉焼き
- ③髪の毛が後退している



丸山 祝子

- ①看護管理部 助産師
- ②玉子焼き
- ③近いものが見えにくいこと



杉田 登子

- ①看護部 看護師
- ②茶碗蒸し
- ③我が家の猫さんが、私にはとってもつれない



土屋 和美

- ①看護管理部 看護師
- ②厚焼き玉子
- ③白髪が増えたこと



打野 弘子

- ①総合相談室 看護師
- ②オムレツ
- ③スーパーなどでこのレジに並ぶか？



吉野 有美子

- ①総合相談室 看護師
- ②温泉卵
- ③イノシシが出るため夜歩けない



安室 修

- ①薬剤部 薬剤師
- ②かに玉
- ③歌が下手なこと



鎌田 喜子

- ①総合相談室 MSW
- ②玉子焼（丸武大好き）
- ③息子の宿題嫌い



児玉 照光

- ①総合相談室 MSW
- ②厚焼き玉子
- ③白髪が増えてきたこと



平山 香代子

- ①亀田医療大学 教員（看護師）
- ②ゆで卵...最近コンビニで売っているのをたべて、「なんておいしい！」と思っています。
- ③手帳の選択にいつも困ります。今年度の11月から次々年の5月が、仕事を考えるうえで必要ですが売っていないので、とりあえず既製品で一回り大きいものを選んで使っています。



中村 雅代

- ①地域医療連携室 事務
- ②オムライス
- ③肌の乾燥



林 裕子

- ①地域医療連携室 事務
- ②茶わん蒸し
- ③料理で小さなやけどをよくする事



松井 陽

- ①地域医療連携室 事務
- ②玉子かけごはん
- ③天然パーマのクセが強いこと



大橋 洋子

- ①地域医療連携室 事務
- ②温泉卵
- ③（嬉しいのですが）子供が私のストーカー



黒川 亜純

- ①地域医療連携室 事務
- ②甘い玉子焼
- ③小指が短いこと



唐鎌 房子

- ①地域医療支援部 事務
- ②オムレツ
- ③保険の見直しができない

栗栖千幸ですが、地域連携から担当が変わりました。大変お世話になりました。

亀田総合病院スタッフの マイブーム

「エアチェック」と「テニス」

エアチェックという言葉をご存じだろうか？

「ああ、知ってる！」という方は私と近い年齢、しかもちょっとマニアックな人かもしれない。エアチェック（FMチェック）とは、FMラジオ放送をカセットテープに録音して楽しむことである。私が若い頃に流行った、音楽を手軽に楽しむ手段だ。比較的音質が良いFM放送から流れてくる音楽を何曲もカセットテープに録り溜め、自分好みの選曲・曲順に編集したカセットテープを作る。それを、カーステで聴きながらドライブするのが楽しみの一つであった。デジタル音源が主流になった現在（いま）、エアチェックの必需品であった「FM Fan」などのFM放送の番組情報を掲載した情報誌は休刊中とのこと。ちよっぴり寂しい気持ちになる。

マイブーム達を思い返せば、流行にはあまり敏感でなかった私も、映画『私をスキーに連れてって』のヒットでブーム再来となったスキー、トム・クルーズ主演映画『ハスラー2』の公開で巻き起こったビリヤードブームなど、当時の流行には一応ハマった。

中でもテニスは現在マイスタンダードになり、週末にサークル仲間とプレーするのが楽しみで仕方ない。

ブームは一時的な広がりですが長続きはしないので、あれこれやってみようとはあまり思わなかった。

しかし、過去にハマったテニスが自身の生涯スポーツとなっている今、流行の波に乗ってみるのも悪くないかなとも思う。人生をより豊かにする術の一つとして、「経験する」に勝るものは無いからだ。

『週末のテニスで汗を流した後、たわいない会話をつまみに妻とビールを飲む』これが今のマイブームだ。
ジョニー・デップリン

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

会場：B棟7階看護研修室

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

※1回～7回まで終了しました

日時：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』

*申込は開催の2週間前までにご連絡ください。

2. がん化学療法看護勉強会

※第5回まで終了しました

会場：B棟7階看護研修室

日時：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』

3. がんのリハビリテーション講演会

日時：1月23日(水) 18:00～19:00

会場：Kタワー13階ホライゾンホール

演題：「がんのリハビリテーション」と「リハビリ
テーション心理学」講師：慶應義塾大学医学部リハビリテーション医学
教室

専任講師 村岡 香織先生

4. 第9回地域医療連携交流会

日時：2月6日(水)

【講演会】18:30～20:00 Kタワー13階ホライゾン
ホールテーマ：患者・家族の事前意思と救急搬送
～南房総地域の現状を知る～

【懇親会】20:00～ Kタワー13階亀楽亭

*ご参加頂ける方は、別途お送りしておりますご案
内の申込用紙に必要事項をご記入の上、ご返信く
ださい。

5. がん予防講演会

日時：2月13日(水)

会場：Kタワー13階ホライゾンホール

演題：がん予防について(仮)

講師：愛知県がんセンター がん予防研究分野
分野長 松尾 恵太郎先生

6. 事前指示講演会

日時：3月1日(金) 18:00～19:00

会場：継続学習センター研修室

講師：宮崎大学獣科学医科学専攻「生命倫理コー
ディネーター」高度職業人養成コース
教授 板井 孝壱郎先生

7. 第11回房総がんケアフォーラム

日時：3月16日(土) 13:30～16:30

会場：Kタワー13階ホライゾンホール

演題：癒しの力を高めるヒント

～サイモントン療法(心理療法)から～

講師：NPO法人サイモントン療法協会

副理事長 田村 祐樹先生

