

芳野病院

2024

9

月号

情報

VOL. 33

100年を楽しく生きる



発行人：一般財団法人共愛会芳野病院 院長 沼 義則 〒708-0332 岡山県苫田郡鏡野町吉原 312 Tel：0868-54-0312 Fax：0868-54-3418 https://www.kyouaikai.or.jp info@kyouaikai.or.jp 発行日：令和6年9月1日

(1)

令和6年9月1日発行 第33号

(4)

2024年9月

\*毎月、月初めには必ず保険証をご持参下さい。

芳野病院外来診療のご案内

受付時間 午前8:00~12:00 / 午後13:30~17:30 診療時間 午前9:00~12:30 / 午後15:00~18:00

休診日 日・水・祝

Table showing the outpatient clinic schedule for September 2024, listing doctors, departments, and time slots (AM/PM) for each day of the month.

※ご案内が変更の場合もありますのでご了承ください。(詳しくは受付まで) ●: 午前の診療 ○: 午後の診療 ▲: 手術の場合は休診 お問い合わせ先: TEL 0868-54-0312 FAX 0868-54-3418

☆急患の方はこの限りではありません。ご相談ください。

漢方歳時記

一般財団法人共愛会 芳野病院 内科 竹内 研一

昨年4月より漢方外来を開設し、多くの方にご利用、ご好評をいただいております。漢方とは広義には中国、日本に古来から伝わる伝統医療で、生薬(漢方薬)、鍼灸、食養生等を用いて自己治癒力を高め、病気の予防、治療を行うっていく医療の一つです。漢方では特に五臓(肝、心、脾、肺、腎)が重要で、この五臓をしつかりケアしていくことで健康、長寿につながると考えられています。今回この五臓を日常的にケアするポイントを漢方のバイブル「黄帝内経」より紹介させていただきます。

まず「肝」ですが、漢方の肝はいわゆる西洋医学の肝臓よりも広い概念をもち、目の症状、肩こり、ストレス、筋肉のつり等も肝の異常からきます。肝を養うポイントは春にあります。春のこのびのび過ごすことが大事で、梅、桜が咲いている時期に肩間にしわを寄せてイライラ怒っている人がいますがそのような人は夏場に体調不良に陥りやすくなります。また食事は、緑の野菜、ワカメ、酸味のあるものを香にしっかりと摂取するとよいでしょう。春先に芽吹く山菜を旬の季節に味わうのも大変理にかなっています。

の赤い野菜、果物や苦味のあるゴーヤ、ピーマン等を摂取するとよいでしょう。「心」の異常は動悸、不安、不眠を引き起こします。感情面では春よりもさらに心を開放的にし、自身の役割、目標、やりたいことに向かって邁進することです。ただなにか嬉しいことがあっても喜びすぎは禁物です。「脾」は西洋医学の脾臓に近い概念ですが、もう少し広義になります。「脾」は砂糖等の甘いものや水分の取りすぎ、運動不足で傷つき、「脾」を病むと食欲不振、倦怠感、筋肉の萎縮が現れ、感情面では思い悩むことが多いです。特に夏場や梅雨の湿気の多い時期に不調になることが多いです。豆類は体を甘いものや水毒、湿気から守る作用があります。伝統的、習慣的にも砂糖には小豆を混ぜ餡子(あんこ)とし、ビールのつまみには枝豆を食べるとし、皮には利尿作用があり、スイカの食べ過ぎによる水毒を緩和してくれる作用があるので、スイカを食する際には少し皮をかじっておくのがよいかもしれません。「肺」は肺、気管、鼻はもとより、皮膚の状態も司ります。アレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎も肺虚の症状とされています。「肺」を養うポイン

編集後記

●今年の夏も猛暑だったので、残暑の疲れが出ないようになりたいですね。これからは、秋の味覚を堪能し「食欲の秋」。しっかりと運動をして「スポーツの秋」。秋を満喫しながら健康的に過ごしたいと思います。●暑い日が続いていますが、体も疲れ気味で少し肌寒い秋が待ち遠しいです。昨年は長い夏から急に冬になり紅葉の色づきも悪く大好きな秋を楽しめませんでした。今年こそはきれいな紅葉が見られるといいなと思っています。(O・T)

News from Yoshino Hospital

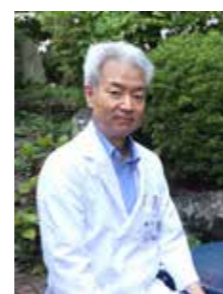
防災訓練のお知らせ

令和6年9月12日(木) 13:30~

訓練当日は実際の火災を想定した警報音・サイレン・アナウンス等が大きな音で院内に流れ、担当フロアでは搬送訓練・消火訓練も行います。

大変ご迷惑おかけいたしますがご理解・ご協力の程よろしくお願いたします。

芳野病院 災害対策チーム 委員長 山根 一真



トは秋、白、辛味です。秋には梨や蓮根等の白い物や唐辛子等の辛味成分の摂取がおすすめです。また悲しみは肺を傷つけるため、晩秋の悲哀、感傷的な気分を楽しむのもほどがよいでしょう。「腎」は腎、泌尿器はもとより足腰、骨の強さ、認知機能、寿命、生命力にも関わります。「腎」は老化と関係し、腎が弱ると夜間頻尿、腰痛、認知症の症状が現れます。「腎」を補うには、冬に黒いもの、塩味のあるものを摂取します。黒豆、昆布、田作り、数の子、山芋等は「腎」を補う代表選手で、おせち料理として伝統的日常生活に取り入れられています。また、恐れ、感情は腎を傷つけます。以上五臓の養生法について書いてきましたが、ようするに伝統を貴び、季節を愛で、季節のものを旬に頂き、安心立命の心持で日々過ごせばよいということになり、話は簡単です。(次回以降へ続く)

# YOSHINO HP DIARY



## 2024夏のボランティア体験事業

From Aug.1 to 2,2024



今年も“2024夏のボランティア体験事業”が開催されました。これは、学生を対象に夏休みの期間を利用し、「自分たちができることは何かを考え、様々な人々との出会いを通じてともに生きていく」という趣旨のもと、「ボランティア活動に関心のある方々に、実体験を通して社会福祉についての理解を深めてもらう」という目的があります。



今回、中学生3名・高校生1名が参加し病院で実施しました。残念ながら、流行感染症により患者さんに関わることはできませんでしたが、入院中に少しでも癒しを感じていただけたらとの思いで、花の鉢植え・七夕の笹飾りを作ってもらいました。病院が明るい雰囲気になり、学生からも「行った作業が何に役に立つかを知り、やりがいがあった」「病院で働く職種が色々あることを知り、病院の仕事に興味が出た」との感想を頂きました。その他、物品の整理・車椅子やストレッチャーの掃除など細かい作業を行なってもらい、患者さんが使用する物品が気持ちよく利用できるようになり感謝しています。ありがとうございました。

(療養病棟 師長 永田 順子)

## 子ども参観日

Aug.24,2024

8月24日、「おかやま☆子ども参観日」を開催しました。「子ども参観日」は、子どもが自分の保護者等の働く姿を見学するという企画で、今回、岡山県教育庁生涯学習課から依頼があり実施しました。

病院職員より4家族5名(5歳~9歳)の参加がありました。始めのあいさつでは藤本理事長より、「いつもは、みんなの参観をお父さんお母さんがしてくれていると思うけど、今日は、お父さんお母さんがしっかり仕事をしている姿を見学して帰ってください。」と話されました。プログラムは、名刺作りと交換、病院の紹介、保護者の当該部署訪問や施設見学、おたのしみ会などを催しました。

お母さんに血圧測ってもらったよ!



お母さんの席に座ってみたよ!



参加してくれた子どもたちからは、「かっこよかった。」「(職員と同じ職種に)なってみたく思った。」「忙しそうにしている、自分ももっと学校を頑張りたいと思った。」などの感想がありました。

終わりに、山田局長より「いろんな仕事があって、いろんなことに興味を持ってもらえたらいいなと思う。将来の夢への題材にしてもらえたら幸いです。」と話されました。終了後のアンケートでは、こちらも嬉しくなるような感想をいただきました。保護者からは、「子どもとの良いコミュニケーション材料となった。」との感想もいただき、今後も機会があれば開催していきたいと思ひます。

### 芳野病院 子ども参観日プログラム

- 理事長はじめのあいさつ
- 本日の行事・スケジュール説明
- 名刺作りと名刺交換をして自己紹介をしよう
- 病院紹介
- 手洗いやってみよう
- 職場体験・お母さん・お父さんと一緒にやってみよう
- 体験(ストレッチャー・心電図・聴診器)
- お楽しみ会
- 感想・アンケート記入
- 記念写真
- 局長終わりのあいさつ

## 献血運動 感謝状

Aug.29,2024

8月29日、厚生労働大臣より鏡野町を通じて「感謝状」を頂きました。この表彰は多年にわたり献血運動の推進に貢献した功績に対して贈られたものです。

芳野病院では今後も献血運動推進に努めたいと思ひます。献血車来院の際はご協力ください。

(医事課 主任 山根 一真)



看護師さんの制服が着られて嬉しい。

将来は看護師さんになりたい!



本物の看護師さんに会えて嬉しかった。

(一般病棟 師長 小倉 玲子)

# 特集

芳野病院では、部署や業種の垣根を越えてさまざまな勉強会や研修会を行い、日々研鑽を積んでいます。今回は「KYT研修会」と「心不全研修会」2つを特集しました。

## 01 KYT研修会

7月8日(月)開催

※KYTとは 危険・予知・トレーニングの頭文字をとってKYTといいます。



皆さんの職場で、普段何気なく行っている業務中に予期せぬ出来事が起こったことはありませんか?共愛会では、医療現場に潜んでいる「危険」を察知できるリスク感性を養い、事前に予防策を立て、実際に事故が起こった時に素早く対応ができるようになることを目的として、医療安全委員会主催でKYT研修会を行いました。

「私たちは〇〇しますヨシ!」



研修ではグループに分かれて写真の事例を見ながら、潜んでいる危険・対策などを話し合います。グループメンバーは多職種とし、表出された意見を批判することなく思うままに発言しながら進行していきます。最後にグループごとに目標を設定し「私たちは〇〇しますヨシ!」とタッチアンドコールしました。



事例写真とKYTシート

医療は、人の手によって行われます。そのためヒューマンエラーが起こり得る可能性があります。KYT研修を通して事故を未然に防ぐことができるように心がけていきたいと思ひます。

(リスクマネージャー 永禮 博子)

## 02 心不全研修会

7月29日(月)開催

テーマ 心不全の理解を深めよう

前原宏樹 理学療法士(心不全療養指導士)を中心に研修会が開催されました。

### 心不全カンファレンスの概要

- 月に2回、30分程度
- 医師2名中1名は必ず参加
- 2症例をピックアップ
- 症例はチーム内の心不全療養指導士とNSPで決定
- 進行は心不全療養指導士または病棟看護師

研修会発表スライドより

はじめに、前原 理学療法士より心不全の概論や活動について、松本沙也加 看護師より症例検討について、北本美恵 臨床検査技師より心エコーの読み方について説明がありました。また、岩元泰子 管理栄養士より、退院後も無理なく続けられる栄養管理についての話がありました。

### 心不全チーム医師/藤本宗平先生より

- 患者個々で病態は違うが主病と同時に心不全治療を開始するケースが増えている
- 患者の観察項目も増えており多職種で情報の共有と連携が重要となる
- 現状を維持できるよう支援し、再入院や心不全悪化を防ぐ対策を伝える



当院は、2021年に多職種で心不全対策チームを立ち上げ、患者カンファレンスを開くなどの活動をしています。今後、在宅や施設へ向けて患者情報や日常生活での注意点などの指導をチェックリストやフローチャートを活用し行う予定です。そのためには、知識・理解・経験など研鑽を積むことが大切となります。そういった意味でも今回の研修は有意義なものであったと思ひます。

(一般病棟 師長 小倉 玲子)