花咲（はなさき）

国立病院機構
旭川医療センターニュース
「花咲」

平成31年３月号
第76号

「ＣＯＰＤ（肺気腫）と在宅生活」 記念撮影／中央左　千住秀明 先生・中央右　杉田かおるさん

市民公開講座「ＣＯＰＤ（肺気腫）と在宅生活」を開催 …… 2
保育園　雪中運動会 …… 3
医療と福祉の勉強会～よつばの会～を開催 …… 4
手話講座を開催 …… 4
職場紹介　3病棟 …… 5
外来管理診療棟等建替工事　進捗レポート …… 5
ふくふく …… 6
がん相談支援センターより …… 6
2019年4月～2019年7月　お知らせ …… 7

～わたくしたちの理念～

わたくしたちは、安全で質の高い医療を提供し、
患者さんの目線に立ち、信頼される病院をめざします。
国立病院機構の病院として、
みなさんの健康と幸福をいつも願っています。

（広報室より）

広報誌「花咲」は、幅広い方々に 愛読されるような広報誌を目指しております。ご意見ご感想などございましたら、下記メールアドレスまでお願いいたします。

旭川医療センター広報室
E-mail　103-renkei@mail.hosp.go.jp

発行所／旭川医療センター　旭川市花咲町7丁目4048番地 TEL ㈹0166-51-3161 発行責任者／平野 史倫　ホームページ／www.asahikawa-mc.jp

女優 杉田かおるさん、複十字病院 千住秀明先生をお招きし300名の参加
市民公開講座「COPD（肺気腫）と在宅生活」を開催

副 COPD センター長　慢性呼吸器疾患看護認定看護師　**前川　雅代**

杉田かおるさん

千住秀明先生

COPD センターの恒例行事、市民を対象にした公開講座を 3 月 16 日（土）に大雪クリスタルホールで開催しました。「COPD（肺気腫）と在宅生活」と題しまして、女優の杉田かおるさん、複十字病院呼吸ケアリハビリセンター部長の千住秀明　先生をお招きすることが出来ました。季節柄、なにかと忙しい時期にも関らず当日は立ち見のお客様がでるほどのたくさんの方にご来場いただき、大変嬉しく思っております。

今回の健康講座は二部で構成し、前半の医療講演は当院 COPD センタースタッフが講師となりお話させてもらいました。まず、副 COPD センター長の黒田光呼吸器内科医長より、肺の生活習慣病と言われるじつは身近な病気 COPD の症状や治療、関係深いとされる喫煙、タバコの害についてお話がありました。つぎに、菅原ソーシャルワーカーから、在宅で療養するときに知っておきたい社会サービスや保障についてわかりやすく説明がありました。そして、杉本理学療法士からは呼吸リハビリテーションの必要性について講演があり、息切れが起こりにくい動作についての解説やリハビリの一つであるストレッチを会場の皆さんとご一緒に行いリフレッシュしていただきました。

後半の特別講演は、女優の杉田かおるさんから「生きるチカラ～母の介護で学んだこと～」をテーマにご講演いただきました。お母さんの介護体験から、知りえたことや感じたこと、悩み、葛藤されたお話を聞かせていただき、病気にならないようお母さんを笑顔にする為と、バラエティ番組に出演された経緯も興味深かったです。ご家族側からの介護体験を一生懸命伝えようとしてくださる姿にぐいぐい引き込まれていきました。合間には出演されたドラマやテレビ番組のお話、北海道にゆかりのある俳優さんとのエピソードをご紹介してくださると会場がたくさんの笑顔に包まれました。終盤にはお母さんの映像を流していただき、リハビリに取組むひたむきな姿に涙される方もいらっしゃったのではないでしょうか。とても暖かく素敵な空間となりました。そして、今回特別に杉田さんのお母さんの呼吸リハビリテーションを担当された、千住秀明さんからもご講演いただきました。「生きる力を支える呼

みなさんでリハビリ

黒田呼吸器内科医長

菅原ソーシャルワーカー

杉本理学療法士

吸リハビリテーション」と題し、呼吸リハビリテーションの目的や効果、必要性が高いのにあまり認知されていない現状など症例を交えながらお話いただきました。歩いて棺桶に入ろうというフレーズが非常に印象的で、ＣＯＰＤや呼吸リハビリテーションの啓発に我々医療者がより一層努力していかなければならないと実感しました。

特別講演の後、限られた人数ではありますが呼吸機能検査の肺年齢測定を実施しました。検査結果を見て、安心された表情をされていたり、病院へ行くと決意された方の様子をうかがうことができました。COPD は肺の生活習慣病です。長年の喫煙習慣から肺に炎症が起こり、息が吐き出しにくくなる進行性の病気です。日本では 40 歳以上の約 530 万人以上の患者がいるとされていますが、治療に取り組んでいるのは 1 割に満ちておりません。今回の市民健康講座で COPD のことを少しでも知ってもらい、受診や治療の機会になることを願ってやみません。COPD センターでは、スタッフの専門性を生かし皆さんが病気と向き合い上手にお付き合い出来るよう毎月 COPD 教室も開催しております。こちらもぜひご参加いただけますよう今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

寒さに負けず、チョコ食い競争　保育園　雪中運動会

どんぐり保育園　園長　**尾村　智子**

２月 20 日（水）にどんぐり保育園の園庭で雪中運動会を行いました。数日前より、子どもたちが雪ふみをして平らにならして整えました。

０才児から年長児までが、かけっこ・紅白リレー・ボブスレーリレー・チョコ食い・宝探しや玉入れなどの競技を楽しみました。大きい子と小さい子がペアになり行うボブスレーリレーはとても盛り上がります。引く大きい子は勝敗が気になり思わず勢いよく飛び出しますが、乗っている小さい子は勢いにビックリ、寝そべったまま進む…というハプニングもありました。そして、子どもたちの一番の楽しみはチョコ食い競争。一生懸命にジャンプしながらパクッとする姿はとってもかわいいですよ。また、ゴールした後にチョコをほおばる表情も満足気です。

どんぐりっ子は冬でも寒さに負けず、外遊びを楽しんでいます！！

チョコ食べられるか

玉入っている?

一人暮らしの高齢の方には退院後何が必要か？

医療と福祉の勉強会～よつばの会～
多職種による見える事例検討会の実施

地域医療連携室　副看護師長　佐々木亜万里

２月６日（火）春光・春光台地域包括支援センターの主任ケアマネージャー、社会福祉士の方と共同企画での勉強会も５回目となりました。今回は、『見える事例検討会』を企画しました。22 名の参加があり、一人暮らしの高齢の方の支援事例を取り上げ、「退院後自宅で過ごすためにはどのような介護サービスや支援が必要か」、「この方が一人で暮らしていくためには誰に協力を求めたらよいか」等、春光地域のケアマネージャーと当院の看護師と一緒に事例を考えていきました。事例を通してケアマネージャーからは、いろいろな介護サービスの提供や地域の情報があり、看護師からは、看護的視点から生活情報の把握や問題点など活発な意見交換がありました。参加した看護師からは「知らないことばかりだったので、サービスについて知ることができ良かった。」「意見交換することで、自分の知らない知識や、視点を見つけることができた。」などの意見が聞かれました。今後も、今回のような事例検討会を開催し地域の方と顔の見える関係を築いていきたいと思います。

事例が見えるよう書き込んでいます

「マスクを外して、口の動きや表情を見せて!」

地域医療連携室　医療ソーシャルワーカー　長尾　明香

聴覚に障がいのある方が病院に来られたら、どんな配慮が必要でしょうか。

２月 12 日（火）、旭川市手話普及事業の「手話出前講座」を依頼し、院内職員を対象に「手話講座」を開催しました。ろうあの講師の先生より、病院でよく使われる手話や聴覚障がいの方への対応方法について教えていただきました。たとえ手話ができなくても、伝えようとする気持ちが大事であり、ジェスチャーや口の動き、筆談など駆使することで十分伝わることも教えていただきました。参加された職員から、「難しそうだったが、実際に体験したことで、楽しく学べた」という声が多く、少しでも聴覚障がいの方が安心して受診できるよう、院内での勉強会を継続していく予定です。

職場紹介　3病棟　～全道から精査･治療のために入院されています～

3病棟　看護師長　**中川　朗**

当病棟は脳神経・筋疾患・小児科の混合病棟であり、脳梗塞やパーキンソン病、ギランバレー症候群、多発性硬化症などの患者さんが全道各地から精査・治療のために入院されています。治療やリハビリテーションにより疾患の進行を防ぎ、機能回復や機能維持に努め、1日でも早く退院できるように、医師8名、看護師31名、看護助手3名、地域連携室、薬剤師、理学・作業療法士と連携しながら日々努力をしています。日常生活に援助の必要な患者さんも多いですが、一人ひとりの希望を伺いながら残存機能を生かし、QOLを高めることができる様、援助を行なっています。特室は15床あり、清潔でプライバシーが配慮された造りとなっています。広々としたホールでは患者さん達が、ゆったりとソファに座り景色を楽しみながら過ごしている姿がみられます。

私たちスタッフは、いつも笑顔を心がけ、患者さんやご家族に安心して頂けるよう、安全で安心な質の高い医療･看護を提供できるよう目指しています。

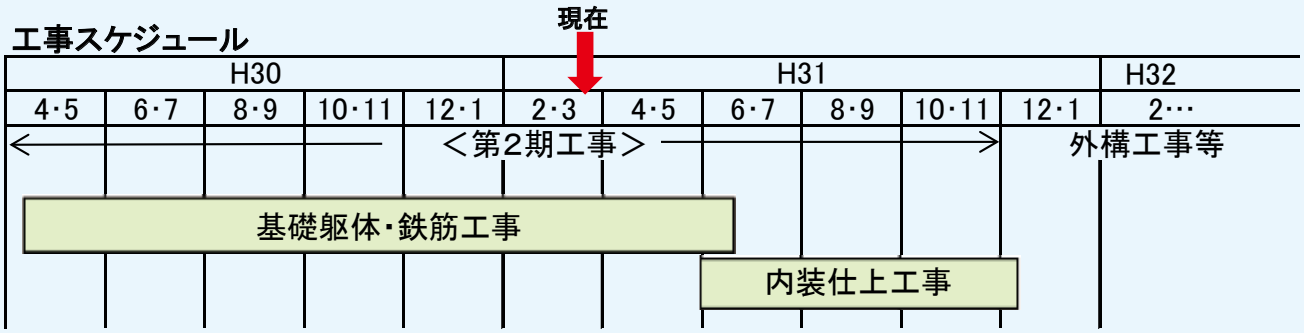
外来管理診療棟等建替工事　進捗レポート

経営企画係長　**森川　直彦**

３月になり、第２期工事も開始されてから半分の工期が過ぎました。

冬期間は１・２階の内装工事を行っていました。温かくなってきた現在は３・４階で冬期間に出来なかった床、壁の部分のコンクリート工事、内装工事が始まりました。

工事の騒音、車両通行等でご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解の程よろしくお願いします。



1階、2階　各室の設備・内装工事を行っています

3階、4階部分では床、壁の工事が始まりました

ふくふく

在宅や施設での生活を続けられるように、患者さん、ご家族をサポートいたします

４病棟　地域包括ケア病棟　副看護師長　**間野　未沙都**

地域包括ケア病棟とは…

地域包括ケア病棟とは、急性期治療が終了し症状が安定した患者さんに対して、在宅復帰を目指した治療やリハビリを行うための病棟です。

当院では4病棟に平成 30 年 3 月から開始しており、50 床のベッドを確保しております。一般病棟で治療を終えられた後、「在宅や施設へ帰る準備をしたい」、「もう少しリハビリを続けたい…」という要求にお答えしつつ「地域に密着し、患者様や御家族様に寄り添える支援ができる」病棟をめざし日々取り組んでおります。一般病棟から移った後は、他職種のスタッフ（医師、ソーシャルワーカー、リハビリスタッフ、栄養士、薬剤師）と連携をとり患者さん、ご家族をサポートさせていただきます。また、地域の施設職員様や在宅関連職員様との連携もさせて頂き、亜急性期から在宅・施設へスムーズに移行できることを意識し取り組んでおります。発足して１年が経過し、まだまだ学ばせて頂くことが多い状況ではありますが、ご自宅での生活が長く続けられるようお手伝いさせて頂きたいと思っておりますので何かあればいつでも声をかけて下さい。

がん相談支援センターより

月に１度、がん患者サロンでいろいろなミニ講座を行ってます

がん性疼痛看護認定看護師　**大坪　聡織**

1年は早いもので、あっという間に今年度のがんサロンの日程も終了しました。

2月22日は外科の青木医師より「乳がんについて」のミニ講座ということで女性ばかり6名の参加があり、涙あり笑いありのサロンになりました。乳がんについての地域住民向けの講演会は数多くあると思いますが、がんサロンレベルで医師が直接話をすることはとても珍しいとのことで「直接先生から話を聞くことができて、とっても良かったです」と参加者の方は喜んでくださいました。当院での医師からのミニ講座は今年度で4回目でしたが毎回好評で、なんとか次年度も続けていきたい企画のひとつです。ミニ講座のあとのフリートークでは、現在治療中の方も多くお互いにどんな症状があったか、こういったときにはどう対処したかなど、私たち医療者がアドバイスするよりも的確なアドバイスをされており、患者さんのピアサポートが重要なことを改めて感じる場面でした。

そして、3月22日は「座ってできるリハビリテーション」という内容で斉藤作業療法士が担当しました。この日の参加者は4名で、入院中でも行うことのできる運動を椅子に座りながら一緒に行いました。斉藤作業療法士からミニ講座の中でがんリハビリテーションの意味を説明してもらいましたが「なんでリハビリするんだろう?」とわからなかったが、治療をするうちにリハビリをする意味が理解できるようになったと話される患者さんもいました。がんの治療は体力を維持することが大切です。スポーツジムのように体力増進は目的とはしませんが、いかに体力を維持できるか、そのお手伝いを私たちもできればと思っております。

座ってできるリハビリ

4月からがん相談支援センターの担当者が変わります。5年間いろいろな方にがんサロンに来ていただき、私もたくさん勉強させていただきました。担当者が変わっても相談業務やがんサロンは引き続き行っていきますので、今後ともご支援よろしくお願いいたします。

2019年4月～2019年7月 お知らせ

■ パーキンソン病市民公開教室　14:00～16:00　大雪クリスタルホール　●参加自由

5月11日（土）	※下記ご参照ください

■ リウマチ健康セミナー　14:30～16:30　イオンモール旭川駅前　4階「イオンホール」　●参加自由

6月22日（土）	※下記ご参照ください

■ パーキンソン病教室　15:00～16:30　当院　2F大研修室　●患者さん・ご家族・支援者

4月19日（金）	講演1: 木村センター長 / 講演2: 栄養と食事の工夫 講師　管理栄養士
6月14日（金）	講演1: 黒田部長 / 講演2: PDの治験について 講師 治験管理室
7月19日（金）	講演1: 油川医師 / 講演2: リハビリからみた工夫 講師 リハビリ

■ 糖尿病教室　15:00～16:00　当院　2F大研修室

糖尿病で入院中、外来受診中の患者さんが対象。外来患者さんは申し込みが必要です。主治医、看護師にお伝え下さい。集団食事指導料が必要になります。

4月　8日（月）	糖尿病の治療薬～注意が必要な内服薬～ 講師：竹場 薬剤師 / 食品交換表ってどんなもの？～食品を分類することから初めよう～ 講師：管理栄養士
4月22日（月）	糖尿病の骨ってさびているの？～骨折しやすい糖尿病の骨～ 講師：平野 医師 / 食品交換表を使ってみよう～ご飯はどのくらい食べていいの？～ 講師：管理栄養士
5月13日（月）	今日から始める運動療法講師：高橋 理学療法士 / 間食・外食のポイント～家でも外でも気をつけたいこと～ 講師：管理栄養士
5月27日（月）	低血糖について知っていますか～低血糖の対処法方法～ 講師：滝沢 看護師 / 塩分は摂りすぎていませんか？～糖尿病食と塩分について 講師：管理栄養士
6月10日（月）	HbA1cってなんだろう？ 講師：斎藤 検査技師 / 合併症を予防しよう～コレステロールと食物繊維のお話～ 講師：管理栄養士
6月24日（月）	糖尿病の治療薬～インスリンについて～ 講師：竹場 薬剤師 / 糖尿病の食事の３つのポイントって？ 講師：管理栄養士
7月　8日（月）	熱中症に注意～シックデイの対応～ 講師：滝沢 看護師 / 食品交換表ってどんなもの？～食品を分類することから初めよう～ 講師：管理栄養士
7月22日（月）	暑さに負けず運動をしよう！ 講師：小松　理学療法士 / 食品交換表を使ってみよう～ご飯はどのくらい食べていいの？ 講師：管理栄養士

■ COPD（慢性閉塞性肺疾患）教室　11:00～11:30　2F大研修室　●参加自由

4月16日（火）	「COPDセンター」のご紹介　講師：山崎COPDセンター長
5月16日（木）	治験について　講師：富岡 治験主任
6月17日（月）	脱・タバコ生活 副流煙の危険性　講師：前川 慢性呼吸器疾患 看護認定看護師
7月17日（水）	COPDの食事のポイント　講師：新野 管理栄養士

■ がん患者・家族サロン　えんがわ「縁佳話」　13:30～15:00　当院　2F小研修室　●がん患者さんとそのご家族

4月26日（金）	春の音楽療法♪　講師：内島 看護師
5月24日（金）	がん患者さんが使える制度のあれこれ　講師：菅原 医療ソーシャルワーカー
6月28日（金）	足のケアについて　講師：滝沢 糖尿病看護認定看護師
7月26日（金）	医療用麻薬ってなに？　講師：佐藤 薬剤師

外来担当医表

受付時間　午前８時30分から午前11時30分まで

〔再来受付機は午前８時。
※当院の再来受付は予約制（小児科を除く）となっています。〕

※この予定表は都合により変更となる場合がございますので、ご了承願います。

平成31年４月１日現在

診療科別		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
呼吸器内科	診察室⑤	髙橋　政明	黒田　光	山崎　泰宏	鈴木　北斗	山崎　泰宏
	診察室⑥	藤田　結花	鈴木　北斗	黒田　光	藤田　結花	髙橋　政明
	診察室⑦	中村　慧一	辻　忠克	藤兼　俊明	藤兼　俊明	辻　忠克
	疾患センター外来 ＣＯＰＤ （慢性閉塞性肺疾患）		副センター長 黒田　光 診察室⑤	センター長 山崎　泰宏 診察室⑤		
	午後診療 13:00～14:00 （予約診療のみ）		（新患） 禁煙外来 （予約制）			
脳神経内科	診察室③	（再来） 黒田　健司	（新患） 鈴木　康博	（新患） 新患担当医	（新患） 黒田　健司	（再来） 鈴木　康博
	診察室④	（新患） 木村　隆	（再来） 木村　隆	（新患） 油川　陽子	（再来） 木村　隆	（新患） 吉田　亘佑
	診察室⑫		（再来） 油川　陽子		（再来） 吉田　亘佑	
	診察室⑨	物忘れ外来 （予約制）				
	午後診療 （予約診療のみ）		（再来） 野村　健太 診察室③		（再来） 岸　秀昭 診察室③	（再来） 黒田　健司 診察室③
						（再来） 大田　貴弘 診察室⑤
	疾患センター外来 パーキンソン病	センター長 木村　隆 診察室④				
消化器内科	診察室①	（再来） 斉藤　裕樹	（再来） 高添　愛	（再来） 横浜　吏郎	（新患・再来） 斉藤　裕樹	（新患・再来） 高添　愛
	診察室②	リウマチ（新・再） 平野　史倫	リウマチ（新・再） 平野　史倫	（新患・再来） 西村　英夫	（再来） 出張医	（再来） 西村　英夫
	診察室⑨				（新患・再来） 横浜　吏郎	（再来） 横浜　吏郎
	診察室⑫	（新患・再来） 横浜　吏郎				リウマチ（再来） 平野　史倫
	特殊外来	（甲状腺） 平野　史倫 診察室②		（リウマチ・骨粗鬆症） 平野　史倫 診察室⑨		
	疾患センター外来 糖尿病・リウマチ	センター長（リウマチ） 平野　史倫 診察室②	センター長（リウマチ） 平野　史倫 診察室②			センター長（リウマチ） 平野　史倫 診察室⑫
循環器内科	診察室⑧	石田　紀子	藤井　聡	石田　紀子	石田　紀子	出張医

※月曜日の物忘れ外来は予約診療となり、脳神経内科の医師が輪番で行います。

診療科別		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
小児科 一般外来	午前	吉河　道人 診察室①	吉河　道人 診察室②	吉河　道人 診察室①	吉河　道人 診察室①	吉河　道人 診察室②
	午後	吉河　道人 診察室②	吉河　道人 診察室①		吉河　道人 診察室②	

※小児科一般外来午後の受付時間は、午後１時30分から午後４時となっております。

診療科別		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
小児科 発達神経外来	午前		（長　和彦） 診察室①			（長　和彦） 診察室①
	午後	黒田　真実 診察室①		佐々木　彰 診察室①	（長　和彦） 診察室①	

※小児科発達神経外来は初診・再診とも完全予約制となっております。

診療科別		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
外科	診察室①	渡邊　一敎	永瀬　厚 （完全予約制）			
	診察室②	青木　裕之				前田　敦
	透析	透析		透析		透析

※外科は火、水、木曜日は手術日です。

診療科別		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
放射線科（治療）	放射線科診察室		宮野　卓		宮野　卓	

予約変更、問い合せについて

予約変更、予約内容の問い合せは午後２時～午後４時30分の間にお願いします。

☎ 0166-51-3161