



国立病院機構(NHO)宇都宮病院院内広報誌

わかあゆ

WAKA-AYU



基本理念

私たちは、地域から強く信頼される病院を目指します
そのために、誠実で前向きで勤勉であるよう努めます

目次

20 **春** 17
第43号
広報誌 / 年4回発行
発行：国立病院機構 宇都宮病院
発行日：平成 29年4月1日
発行責任者：沼 尾 利 郎

- かかりつけ薬剤師制度 1
- 腹部超音波検査における食事の影響 2
- 食品や食材から栃木県をみてみよう 2
- 市民公開フォーラムを開催しました。 3
- 医療連携結核研修会 3
- 体を動かすだけがリハビリじゃない！
園芸療法とは？ 4
- 平成28年度感染防止対策小委員会
年間取り組み発表会結果 5
- 一般エックス線撮影装置を更新しました 6
- ボランティア感謝の集いを開催して 6

かかりつけ薬剤師制度

薬剤部長 高橋 恭久

「かかりつけ薬剤師」制度をご存知ですか？昨年4月の診療報酬の改訂により新たに始まった制度です。かかりつけ医を持つのと同じように院外薬局において患者専属の担当薬剤師を持つことです。書面による同意や負担金増（20円～100円）もありますが、かかりつけ薬剤師は、担当患者さんの市販薬を含めた全てのお薬に関していつでも相談に乗ってくれます。健康食品、サプリメント、食事等の健康全般に関するこのアドバイスなども行います。最近、いろいろな医療機関から多くの種類の薬が処方され、心配になることもありますが、それらに対してかかりつけ薬剤師は、患者さんの体調等も傾聴しながら丁寧にわかりやすく薬の説明等を行ってくれます。そして、必要に応じて処方医に報告、相談もします。また、余っている薬の相談やご自宅で薬の確認、整理を行うこともします。

かかりつけ薬剤師になるにも、経験年数や研修認定の取得等いろいろな条件があります。まだ制度が出来て間もないこともあり、かかりつけ薬剤師の人数も少なく、かかりつけ薬剤師がいない薬局もありますので、薬局で相談をして下さい。注意する点として、患者さんは、かかりつけ薬剤師を1人しか選ぶことができません。複数の店舗に渡って薬剤師を選ぶことはできません。かかりつけ薬剤師の氏名は、お薬手帳等に勤務先の保険薬局の名称とともに記載されます。原則、かかりつけ薬剤師を選んだ場合は、その薬剤師が担当します。もちろん、相性等が合わないと思えばかかりつけ薬剤師を変更することも可能です。

今までも、同じようなサービスを受けていたという方もいると思いますが、昨年、制度として追加され、正式に始まりました。多少、費用はかかりますが、自分の薬のことや体調のことなどをよく把握してくれて、いつでも相談に乗ってくれる専属の担当薬剤師の方がいると心強いと思います。どうですか、信頼できる薬剤師を「かかりつけ薬剤師」として活用してみませんか。



腹部超音波検査における食事の影響

臨床検査科 主任技師 黒澤 智子

★ 腹部超音波検査はどんな検査なの？

主に肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓を観察し、臓器の大きさ、形態異常、炎症や腫瘍の有無などを調べます。検査にかかる時間は約15～20分程度です。超音波は人体に影響がなく、痛みもないため安心して受けていただける検査ですが、消化管からのガスや肥満などの生体条件によって、臓器の観察が不良となるという弱点があります。

★ なぜ検査前に食事をしてはダメなの？

食事を摂取することにより消化管からガスが発生し、臓器によっては観察が困難になってしまいます。また食後は胆嚢から胆汁が排出され胆嚢が小さくなり、内部の観察が困難になるため、結石や腫瘍があってもわかり難くなってしまいます。食事による影響を避けるために午前中に検査を行う場合は「前日夜9時以降の絶食」が必須となります。

★ 水分も摂ってはダメなの？

「少量の水やお茶」でしたら検査に影響はありませんので、摂取していただいて結構です。特に暑い日など、水分を全く摂らないと脱水にもなりかねません。ただし、糖分や脂肪分を含む飲料を摂取してしまうと、身体が食事をした時と同じ反応を示し、胆嚢が胆汁を排出して小さくなり、正確な情報を得られなくなる可能性があるので水やお茶を摂取するようにしてください。



食品や食材から栃木県をみてみよう ～消費量&生産量都道府県ランキングより～

栄養管理室長 青木 緩美

栃木県の名物と言われて、思い浮かべるのは餃子やいちごではありませんか？テレビでは毎年、餃子の順位が取り上げられていると思います。この順位は、色々な統計データを元に示されています。今回は栃木県で消費量（購入量）が多い食品、料理【表1】、生産量の多い食材【表2】を紹介します。（紙面の都合上、1～5位までを表記しています）ちょっと違った角度から栃木県を知り興味を深めてみましょう。

【表1】平成27年 消費量（購入量）ランキング

全国順位	品 目
1位	スパゲティ（乾麺）、スポーツドリンク
2位	餃子、ラーメン（外食）、うどん・そば（外食）
3位	ハム、ドレッシング
4位	生ラーメン、茶飲料、洋食（外食）、ハンバーガー（外食）
5位	グレープフルーツ、プリン、日本酒、カツレツ

※総務省統計局「家計調査」「小売物価統計調査」のデータを元に作成された都道府県ランキング一覧表より抜粋

【表2】平成27年 生産量ランキング

全国順位	品 目
1位	二条大麦、いちご、甘味果実酒
2位	ニラ、生乳
3位	日本梨、果実酒
4位	六条大麦、落花生、里芋、牛乳
5位	そば、白菜

※農林水産省「作物統計」「牛乳乳製品統計調査」、国税庁「統計年報」等のデータを元に作成された都道府県ランキング一覧表より抜粋



市民公開フォーラム2017を開催しました。

庶務班長 長谷川 克

去る1月14日(土)に、当院主催の「市民公開フォーラム2017」を開催いたしました。

当日は、天気予報では降雪ということもあって、どのくらいの方々が来場されるのか心配されましたが、日頃の行いが良いのか(?)幸いにも雪は降らず、前回の来場者数を上回る116名の方々にお越しいただきました。

今回の市民公開フォーラムは、NHKの人気番組「総合診療医ドクターG」でおなじみの徳田安春先生による講演「医療の賢い選択(Choosing Wisely)とは」と、がん患者さんの体験談「乳がんになって考えたこと」(嶋田弥生さん)の2演題であり、内容も演者の先生方の丁寧な語り口によって大変わかりやすいものとなりました。講演後の質疑



徳田先生の講演



講演後の質疑応答

応答では、残念ながら時間の都合で打ち切りざるをえないほど大勢の方から質問をいただくなど、盛況の内に市民公開フォーラムを終了することができました。

最後に、講演いただいた先生方、会場の利用に際してご配慮いただいた河内地域自治センターの方々、準備等に携わった病院スタッフの方々には、心よりお礼申し上げます。次回の市民公開フォーラムも、内容豊富に皆さんに解りやすい内容で開催したいと思いますので、是非ご参加ください。

医療連携結核研修会

経営企画室長 林 正彦

平成29年医療連携結核研修会は平成29年2月7日に開催され、一般講演は、当院の齋藤恵子副看護師長(感染管理認定看護師)により「N95マスクの選択基準—定量的フィットテストによる検討—」について講演が行われました。特別講演には、米国内科学会フェロー(FACP)、米国感染症学会フェロー(FIDSA)、米国感染症内科専門医などで有名な青木 眞 先生により「結核とその周辺」についてご講演いただきました。

各講演の質疑時間には連携医の先生や医療機関関係者より質問が出されて、それぞれの質問に的確にお答えされておりました。青木先生は講義内容ではない質問にもかかわらず、連携医の先生にお答えしていたのが印象的でありました。

当院は結核予防法指定病院であり、慢性呼吸器疾患(結核含む)に関する専門医療を特色としている医療機関でもあるため今後もさまざまな研修会を開催して、地域医療に貢献できるよう、職員一同努めて参ります。



齋藤副看護師長



青木眞先生

体を動かすだけがリハビリじゃない! 園芸療法とは?

リハビリテーション科 理学療法士 月岡 亮
作業療法士 三須 諒子

■はじめに

いきなりですが、栃木県の農業生産額がどれくらいか皆様はご存じでしょうか。その額なんと 2,495 億円 (平成 26 年調べ)。これは、全国的にみても第 9 位の実績です。そんな農業大国の栃木県、普段私たちが患者さんとお話していても、やはり農業をされている方が多い印象を受けます。

そこでリハビリの一環として、この特徴にぴったりの「園芸療法」というものを取り入れた活動を、患者さんと一緒に行いましたので、ご紹介させて頂きたいと思います。

そもそも園芸療法とは、心身のリハビリテーションに活用する方法です。「植物を植えて、世話をし、育てる」という行為が入っており、その行為のなかで、植物の形や色から視覚的刺激を受け、香りから嗅覚が刺激され、肌に触れることで触覚が刺激されるなど、五感を刺激してくれる効果が期待できます。また、園芸はわかりやすく、人と関わりやすい作業が多いため、「水やりをしていただけませんか」「収穫をしましょう」など、日常的にさまざまな、作業をお願いすることが可能です。さらに、種まき、水やり、収穫にかかわることで、季節感を味わうことができるため、認知症の方に対しても有効なリハビリとされています。

そして今回、患者さんと協力して朝顔の花を育てることで、園芸療法を行いました。

■実際に活動を行ってみて

長期療養中の患者さんに、病院にいても“季節感を味わって欲しい”“時間の流れや、人との関わりを絶えず持ち続けてほしい”等の想いで、園芸療法を始めました。

土づくり、種まき、水やり、日々の成長記録、種の収穫と、患者さんの機能に合わせ、それぞれが役割を担って頂けるよう取り組んでいきました。

実際に活動を開始すると、リハビリに対して消極的だった患者さんが、「そろそろ芽が出たかしら?」と、自ら周囲のスタッフへ話しかける様子や、「私が、水やり手伝うよ。」と、生活に対して意欲的になっていく様子が見られるようになりました。また、患者さんの笑顔が増え、病室の外へと足を向ける事が多くなりました。表情一つをとっても園芸という作業を通し、心と体の変化を感じる事が出来ました。この変化は、ご家族やリハビリスタッフにとっても嬉しいもので、植物の成長を通して病室では出会えなかった患者さんのいきいきとした姿が、とても印象的でした。

今後も、患者さんの笑顔や喜びを引き出せるこの取り組みを続けていきたいと思っています。



種まき



成長した朝顔

平成28年度 感染防止対策小委員会 年間取り組み発表会結果 ～チームで取り組む感染対策～

感染管理副看護師長 齋藤 恵子

感染防止対策小委員会では、効果的な感染防止対策の実践方法を共有する目的で、平成29年2月17日に全15部署による年間取り組み発表会を開催しました。

取り組みテーマは、標準予防策3題、環境整備3題、感染管理体制2題、手指衛生2題、部署のベストプラクティス2題、個人防護具1題、特定抗菌薬1題、薬剤耐性菌1題と多岐にわたりました。毎年、出席者の投票結果により上位3位までを院内表彰しています。

今年度は、1位 北1病棟「感染対策ベストプラクティスを目指して～経腸栄養ボトルの洗浄と消毒についての手順書を作成して～」、2位 手術室「委託業者への手術室清掃指導～感染管理ベストプラクティスによるイラスト手順書を作成して～」、3位 西1病棟「回診車の改善～清潔への意識向上～」でした。実践現場の最善策を目指すベストプラクティスの取り組みが2題入賞しています。また、惜しくも入賞を逃した部署も感染防止対策を効果的に進めるための工夫があり、興味を引く内容でした。

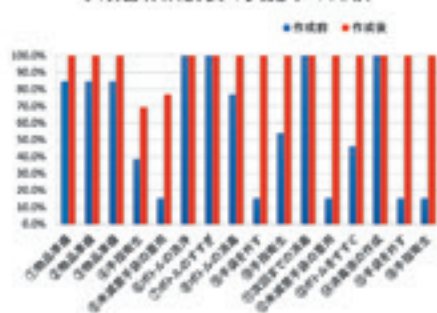
今後も院内の感染防止のために、「必要な対策」を「必要な人」に「適切に実施」という基本を院内全体で継続していきましょう。

1位 北1病棟「経腸栄養ボトルの洗浄と消毒についての手順書を作成して」

イラスト手順書「経腸栄養ボトルの洗浄・消毒」

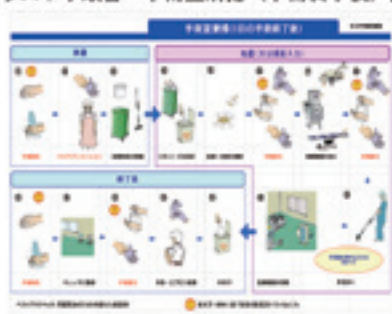


手順書作成前後の実施率の比較

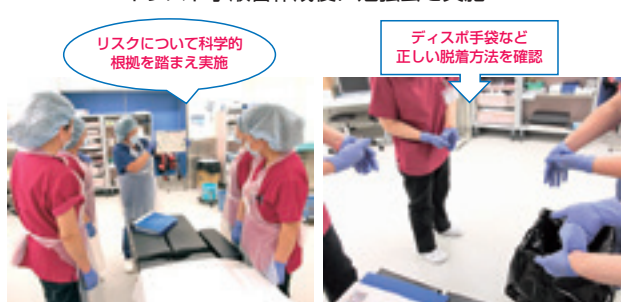


2位 手術室「委託業者への手術室清掃指導」

イラスト手順書「手術室清掃（手術終了後）」



イラスト手順書作成後に勉強会を実施



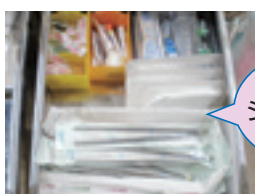
3位 西1病棟「回診車の改善」

滅菌撮子の保管方法改善

滅菌物は汚染されないように、できるだけ

閉鎖された場所で保管する事が基本。

今までは回診車の上で開放的な場所で保管していた。→回診車の引き出しの中に変更。



場所も
ジャストサイズ！

汚染物の分別

創部培養に綿棒を置くところがなかったため
滅菌物の横置いてあることが多々あった。



検体入れを作成。
針捨てBOXも滅菌
物と同じ場所になら
ないように変更

一般エックス線撮影装置を更新しました

----- 島津製作所 RADspeed Pro EDGE -----

前診療放射線技師長 増 渕 伸 春

平成29年3月に、一般撮影室-1 (No.24室) のエックス線撮影装置を「島津製作所 RADspeed Pro EDGE」に更新しました。

この装置の特長は

- ① フラットパネルディテクタ (FPD) を装備した、最新鋭のデジタルラジオグラフィシステムであり、CR装置に比べ画像処理時間が短く低線量で高品質な画像が得られます。特に、整形外科から依頼の多い長尺撮影 (全脊椎撮影や下肢全長撮影) の画像処理時間が大幅に短縮され、検査効率が向上しました。
- ② 撮影部位ごとに最適なフィルタに切り替わり、画像作成に寄与しない低エネルギー成分のエックス線を除去し、被曝線量を低減するオートフィルタ機能を装備しています。
- ③ リモコン操作で天井走行式エックス線管球が自在に移動し、あらかじめ登録しておいた撮影位置に自動設定されるオートポジショニング機能を有しており、技師は患者のケアに集中でき安全に検査を行うことができます。

その他にも最新の機能を搭載した装置であり、それらを有効に活用し一般エックス線撮影検査における検査効率と質の向上に努めていきたいと思えます。



ボランティア感謝の集いを開催して

療育指導室 保育士 森 本 靖 菜

2月22日 (水) に「ボランティア感謝の集い」を行いました。今年も多くボランティアの皆さんの参加をはじめ、病院長・病院幹部・病棟関係者でお茶を飲んで和やかな雰囲気で行うことができました。

日頃より活動しているボランティアさんは様々なことをされておられ、散歩や行事での直接的な関わりや衣類やタオル・衣類補修やクッション制作、病院の周囲の森林整備等と間接的にも病院を支えていただいています。今回のボランティア感謝の集いでは参加できる方が集まり楽しめました。



歓談の様子

会が始まると5年以上の活動者へ表彰状授与や記念撮影を行い、歓談中はボランティア活動時の写真を各テーブルに配らせて頂き、普段顔を合わせることがあまりないボランティアさんとお互いの活動している写真を見て笑顔で話されていました。

私は昨年度初めて感謝の集いに参加しましたが、採用1年目であったために病棟で活動されている方が中心となり病院全体で活動されている方のことは深く知りませんでした。しかし、今年はボランティアさんと直接話しをする機会も増えたことで、今回のボランティア感謝の集いを楽しく皆さんと過ごすことができました。

今後も利用者さんの入院生活の質 (QOL) が高められるようにボランティアさんと共によりよい活動を考えていきたいと思えます。

編集後記

日々の寒暖差が激しいですが、徐々に寒さは緩んできました。菜花や春キャベツ、新玉ねぎなどの春の野菜の時期ですね。おひたしやサラダでもいいですが、ちょっと変化球でもおいしいです。春キャベツや新玉ねぎなどを少し大きめにざく切りにして、しんなりするまでレンジでチン。甘めの梅干しを叩いたものを白だしで伸ばしたタレで和えるとさっぱり美味しい温野菜に。温めることでかさが減って、旬の野菜がたっぷり食べられますよ。

診療放射線技師 高橋 浩 太 郎



【飯山の菜の花畑】

表紙撮影：山路福郎さん(職員家族)

外来診療担当医表

(平成 29年4月1日～)

診療科名		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
総合内科	午前		南 建輔	南 建輔	沼尾 利郎 志水太郎(3週)	志水 太郎 (第1・2・4・5週)
糖尿病・内分泌内科	午前	佐藤 稔	菊池 朋子	平尾菜々子	佐藤 稔	森 豊
	午後	佐藤 稔			佐藤 稔	
神経内科	午前	作田 英樹			伊藤 雅史	
	午後	作田 英樹			伊藤 雅史	
物忘れ外来(午後・予約制)				伊藤 雅史		
消化器内科	午前	常見美佐子	菅谷 洋子	佐久間 文	菅谷 洋子	前田 光徳
	午後	常見美佐子	菅谷 洋子	佐久間 文	菅谷 洋子	前田 光徳
呼吸器内科	午前	沼尾 利郎/ 梅津 貴史	野村 由至	安西真紀子	梅津 貴史 藤松 孝旨	野村 由至/ 池田 直哉
	午後	沼尾 利郎	日下 圭	安西真紀子	日下 圭/ 藤松 孝旨	池田 直哉
(保険適用) 禁煙外来(午後・予約制)					藤松 孝旨	沼尾 利郎
リウマチ膠原病内科				高村 雄太		
小児科	午後		影山さち子 (予防接種) [予約制]		影山さち子 子供養育相談ルーム [予約制](2・4週)	
外科	1 診	増田 典弘	芳賀 紀裕	滝田 純子	増田 典弘	滝田 純子
	2 診	尾形 英生	柴崎 雄太	増田 典弘	尾形 英生	芳賀 紀裕
	3 診					田嶋 公平 (呼吸器外科)
整形外科	1 診	田中 孝昭	茶藷 昌明	田中 孝昭 (第2・3・4週)	茶藷昌明(第1・3・5週) 石川義久(第2・4週) (初診のみ)	熊谷 吉夫
	2 診	小牧 宏和		秋山昇士(第1・5週) 茶藷昌明(第2・4週) 熊谷吉夫(第3週)	小牧 宏和 (第1・3週)	秋山 昇士
リウマチ科 (整形外科1診)				熊谷吉夫(第1・5週) 田中孝昭(第2・3・4週)		
リハビリテーション科		田中 孝昭		茶藷 昌明	茶藷 昌明	熊谷 吉夫 熊谷 吉夫
装具外来						
側湾症外来					茶藷昌明(4週)	
障害者歯科						石川 博之

● 一部の診療科(下記)は入院患者さんを中心に診療しております。

診療科名		火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
循環器内科	午前	田所寿剛(1.3.5週) 伊藤 致(2.4週)	鈴木菜穂子		伊藤 致(2・4週)
	午後	渡邊 諒 (15:00~16:30) 田所寿剛(1.3.5週) 伊藤 致(2.4週)	鈴木菜穂子		伊藤 致(2・4週)
腎臓内科	午後			岡田和久(2・4週)	
歯科		渡辺 裕子	渡辺 裕子	渡辺 裕子	
眼科(午後・予約制)					松原 忠之
皮膚科(午後・予約制)			齋藤 友紀		
耳鼻咽喉科(午後・予約制)		永島 祐美			

外来受診案内

- 初診及び予約のない方の外来診療受付時間は、8:30～11:00迄です。
緊急で来院される場合は、電話でお問い合わせ下さい。
- 物忘れ外来につきましては、地域医療連携室にて電話での予約を受け付けております。
- 地域医療連携室 TEL 028-673-2374(直通) FAX 028-673-1961(直通)
担当(ソーシャルワーカー)：永山・畑野・高德・市村・齋藤・野中(内線133)



独立行政法人(NHO)

国立病院機構 宇都宮病院

〒329-1193 栃木県宇都宮市下岡本町2160

TEL 028-673-2111 FAX 028-673-6148

<http://un-hosp.jp/>