

白十字総合病院 広報誌

Haku ≈ Navi

Vol.1

2023
December



特集

「地域に寄り添う救急とは？」

特集

「あなたの胸痛は大丈夫ですか？」

Take Free

ご自由にお持ちください

特集

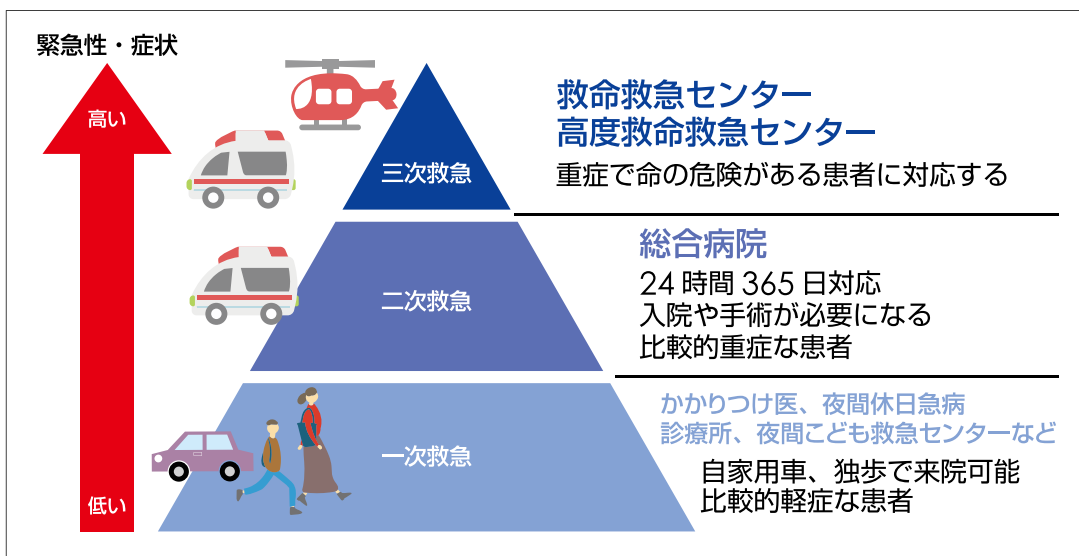
「地域に寄り添う救急とは？」

【対談者】 関戸 司久（副院長）
伊藤 浩（副院長）
猪谷 智恵子（外来師長）
「インタビュー」
村上 大介（循環器内科部長）



▲ 伊藤副院長・関戸副院長・村上循環器内科部長と救急外来スタッフ

救急医療体制（図1）



2次救急病院として地域の役割を教えてください。

関戸…入院、手術や処置が必要な患者を24時間体制で受け入れることだと思います（図1）。当院の主な診療科は内科、消化器外科、整形外科、脳神経外科です。緊急性、重症度を振り分け、高度な治療を要する場合は転院搬送できるよう近隣の3次救急病院と連携を図ります。

伊藤…鹿行医療圏には3次救急病院が無く、心肺停止など重症例の対応も行っております。「まずは初療、これが地域ニーズだと思います。」

猪谷…夜間休日の救急外来には2名（輪番日は3名）の看護師を配置し、ときに救急車も連続収容できる体制を整えております。また、入院ベッドを確保できるように日頃から病棟と密に連携し、調整しております。

市民・企業の声(図2)

*令和2年かみすの医療より抜粋



救急車 収容件数(図3)

2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1,383件	1,460件	1,648件	1,506件	1,693件

市民や企業からは神栖市の救急体制への不満の声がまだまだ強いです(図2)

関戸：現場は毎日懸命に頑張っておりますが、まだまだご期待に添えない状況です。ただ、5年前と比べて200〜300件/年救急車収容は増えました(図3)。これからも1人でも多くの患者さんを受け入れられるように努めてまいります。

伊藤：鹿行医療圏(約26万人)における医師数は全国ワーストの1つ。つくば医療圏の1/4に過ぎず、医師確保が喫緊の課題です。当直は医師1名(全科当直)で行いますが、診療科ごとに待機医師がおり、専門外であってもすぐに相談できる体制をとっております。救急医療に対応できる総合診療医や救急医が地域に必要であり、医師採用も強化していきます。

神栖市は工場が多い街ですが、労働災害をどう捉えていますか？

関戸：これまで薬傷や熱傷などに苦

手意識をもつ医師が多かったのが事実です。対応策として今秋から地域の産業医とともに神栖市きらっせプロジェクトの一環として熱傷・薬傷症例検討会を始めました。少しでも地域内で適切、そして迅速に診療が受けられるように努力してまいります。

猪谷：この検討会には看護師も参加しました。皮膚科などの専門医でなくとも応急処置が可能な症例が多く、まずはファーストタッチすることの重要性を改めて感じました。

今後の目標を教えてください。

伊藤：「地域は何を求めているのか？」これを常にイメージしながら救急体制を整えていきたいです。地域に寄り添い、皆さまが安心して暮らせる医療を提供できるように引き続き頑張っております。



あなたの胸痛は大丈夫ですか？

かん れん しゅく せい い けい きょう しん しょう

「冠攣縮性(異型)狭心症」



循環器内科部長
村上 大介

冠攣縮性狭心症とは、心臓の筋肉に酸素を送る冠動脈が、一時的に縮むことで必要な酸素が不足し、胸の痛みやしめつけ感を起こす病気です。日本人に多く、若年～高齢者まで起こり得ます。安静時、夜間から早朝に起こりやすく、ニトログリセリン舌下投与で速やかに消失するのが特徴です。

カルシウム拮抗薬(CCB)などの血管拡張薬により冠攣縮を抑制できれば予後良好とされてきましたが、最近の研究によると、難治性冠攣縮(全体の約10%、例:下図)では、心筋梗塞や致死性不整脈(心室細動や心室頻拍)により突然死を引き起こすことが明らかになっていきます。そのため、難治例では高用量のCCBを何種類も組み合わせることでコントロールされる場合が多いです。

診断は丁寧な問診と24時間心電図検査で約70%が可能ですが、確定診断は専門病院での心臓カテーテル検査(特別な薬物負荷試験)

が必要となります。「冠動脈CT検査で異常はみられないが、胸の痛みやしめつけ感が続いている」と診断に困り、医師や患者さんから相談されることもありま

す。くり返す症状による不安や、生活の質に影響もあるため、正確な診断と治療が求められます。薬物療法の継続に加え、冠攣縮を起こしうる生活習慣の改善(注)も発作を予防するために重要です。胸部症状でお困りの際は、循環器内科へのご相談をお勧めします。

注 冠攣縮を起こしうる要因

- タバコ ● アルコール
- ストレス ● 寒冷(温度差)
- 時間帯(夜間～早朝) など

図 難治性冠攣縮 (30代/女性)

Ca拮抗薬投与下に薬物負荷試験 → 左前下行枝 + 左回旋枝びまん性攣縮が誘発
現在、Ca拮抗薬3剤を含む強化薬物療法にて後遺症なくコントロール良好



薬物負荷試験(アセチルコリン少量投与)



ニトログリセリン投与(冠攣縮解除後)

姿勢を正して フレイル予防

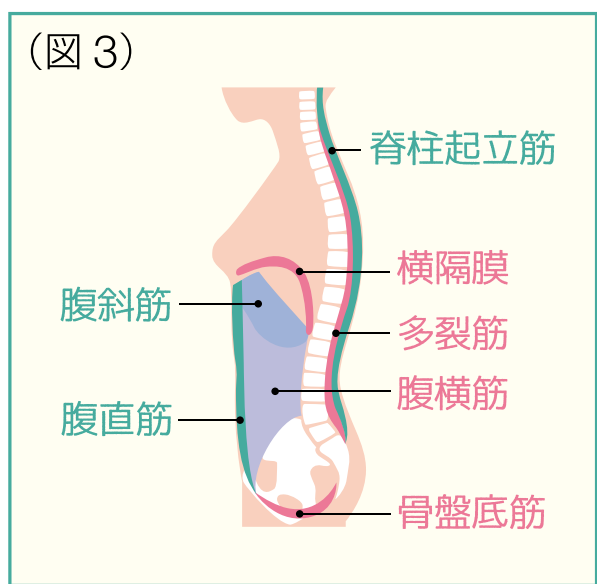
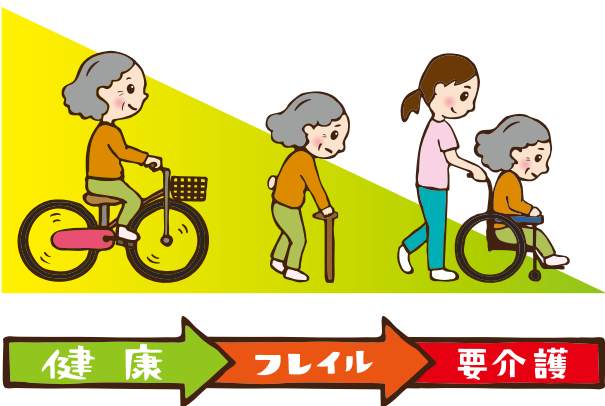
フレイルとは？

わかりやすく言うと、「加齢により心身が老い衰えた状態」のことで、健康な状態と要介護状態の中間を指します。

早期の適切な介入・支援など対策を講じることで、日常的な生活動作能力の維持や向上が可能な状態とされています。

多くの方は、フレイルを経て要介護状態へ進むと考えられていますが、筋力低下については、「高齢者であっても運動療法によって筋力が維持される」ということが、一部研究で報告されています。運動療法は個人に合ったものか

ら始めましょう。ベッドの上で足の運動を行うことから始め、椅子に座る・立ち上がる、歩く距離を徐々に延ばしていくなど、ケガを防ぐためにも運動による負荷は少しずつ増やすようにしましょう。



(図1)のような腰が曲がった姿勢をしていると、体を支えているお腹の筋肉や背中の筋肉(図3)が弱ってしまい、背骨が変形する変形性腰椎症や、腰の痛みや足のしびれなどが出る腰部脊柱管狭窄症ようぶせきちゅうかんさうせうになることがあります。そうになると、日常で体を動かす機会が減り、フレイルの原因となるため、普段から正しい姿勢(図2)を保つように心がけましょう。



リハビリテーション科
理学療法士
高崎 尚也

ハク♥レピ

「おいしい!」と喜ぶ顔がうれしい!お気に入りのレシピを紹介!患者さんの食事や職員食堂にも登場しています。

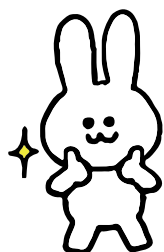
豆腐の彩りあえ

まろやかな衣にころころした具材の食感がたのしい



材料 (2人分)

(具材)		(あわせ衣)	
水煮大豆	20g	木綿豆腐	150g (1/2丁)
(サラダ用)		白すりごま	2g (小さじ1)
枝豆(冷凍)	30g	白ねりごま	2g (小さじ1/3)
ホールコーン	30g	かつおだし	1g (小さじ1/3)
人参	20g	塩	1g (小さじ1/5)
		砂糖	1g (小さじ1/3)



やさしいお味なのでお好みで
ゆずこしょうやわさびで
アクセント付けてもおいしいよ♡
具材を旬の野菜に変えてもgood!

栄養アドバイス

フレイル 歳をとって体や心のはたらき、社会とのつながりが弱くなった状態のことをさします。

こんな兆候は
**フレイル
赤信号**

- おいしくものが食べられない
- 疲れやすく、おっくうで仕方がない
- 以前より痩せてしまった

フレイル予防のためには、高齢者でも1日に体重1kgあたり1.0g以上のたんぱく質を摂取することが大切です。
(体重60kg=たんぱく質60g以上)
*治療中の方は主治医に相談して下さい

大豆のチカラ

「畑の肉」と呼ばれるように植物性食品の中でも肉類と同じくらいのたんぱく質が含まれています。脂質も少なめがうれしい。いろいろなお料理にアレンジが出来るオススメ食品です。

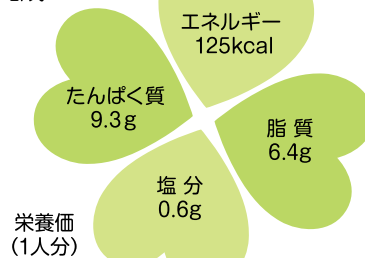
作り方

(具材)

- ①冷凍の枝豆はサヤから豆を出しておく
- ②人参は5ミリ程度の角切りにしてさっと茹でる
- ③水煮大豆、ホールコーンはザルにあけて水気を切っておく。

(あわせ衣)

- ①木綿豆腐はキッチンペーパーに包み重しをのせ10分程度水切りをする
- ②ボールにあわせ衣の調味料を入れて混ぜる
- ③水切りした豆腐をくずしながら入れ、泡立て器でなめらかになるまで混ぜる
- ④具材を加えて和える
- ⑤器に盛り付けて完成



TEAM!

医師・看護師をはじめとした多職種チームが活動しています。今回は「感染対策制御チーム」をご紹介します。



後列左から伊藤さん、関戸先生、猪谷さん、高松さん
中列左から坂本さん、深山さん、染谷さん、五味さん
前列左から笹本さん、萩原さん、人見さん、荒木田さん、柳澤さん

感染対策制御チーム (2023年9月現在)

職種	メンバー
医師	関戸司久
看護師	蛭子正枝、猪谷智恵子、萩原弘子、人見亜希子、荒木田美智子、笹本泉
薬剤師	染谷進之介
臨床検査技師	柳澤やすよ
管理栄養士	深山明美
理学療法士	高松慎
放射線技師	桂慎吾
事務	坂本優子、伊藤秀幸、五味千鶴

感染対策制御チーム

新型コロナウイルス感染症

～これまでを振り返って～

◆ チームの活動内容を教えてください。

感染対策に関する職員教育や情報の発信、抗菌薬適正使用の推奨やクラスター発生時の対応などです。また、週1回、各部署が適切な感染対策を実践できているか確認や指導を行っています。

◆ 感染対策制御チームとはどのようなチームですか。

病院内の感染対策を担うチームです。患者さんはもちろん、職員や面会者を感染から守ることを目的に多職種で活動しています。

◆ 新型コロナウイルス感染症の対応で大変だったことは何ですか。

発生当初は、未知の感染症で検査方法も確立されていなかったことで、患者さんや職員を感染から守りながら、安全に医療を提供するためににはどうすべきか、現場の負担も考慮しなければならなかった

のでとても苦慮しました。しかし、その中で職員たちが、感染の不安や恐怖と闘いながらも昼夜問わず奮闘してくれたことは、とても心強かったです。また、正面玄関での体温測定や症状確認、面会制限など、患者さんやご家族にもご協力いただきとても感謝しています。

◆ 今後の新型コロナウイルス感染症対策についてどう考えていますか。

感染症法上の5類へ位置づけされましたが、感染力が低下したわけではありませんので、これまで通りの感染対策が必要だと考えています。また、病院内には重症化リスクの高い方が多くいらっしゃいますので、来院される際には、マスクの着用と手指消毒の実施、症状がある場合には面会をご遠慮いただくなど、引き続きご協力をお願い致します。

別館は2025年、新築リニューアルします



現在、当院では老朽化した別館病棟の新築化工事を行っています。2012年の本館新築に続き、最近の医療情勢や地域医療のニーズを踏まえ、2023年3月に着工、2025年の完成を予定しています。鈴木病院長に新築にかける思い、当院の未来像について聞きました。

別館新築リニューアル



別館 完成予想図

全体階層 構成図

4階	病棟（急性期・産科）				病棟（療養）			
3階	病棟（急性期）				病棟（療養）			
2階	管理部門	手術室	健診センター	薬剤科	病棟（地域包括ケア病棟）			
1階	外来 救急外来	放射線科・検査室 内視鏡室・リハビリ 栄養相談室		総合受付 売店	医療福祉 相談室	歯科 診療室	感染対策 診療室	一般病棟 （急性期）

本館

別館

01 新築化する別館病棟の 特徴は？

4階建てで、2階から4階は回復病棟と療養病棟になります。1階には感染症に対応した病床や診察室、歯科診療室などがリニューアルします。回復期病棟は、在宅復帰に向けた準備やリハビリを行う病棟で、レスパイト入院の受け入れもします。療養病棟は、長期的な療養が必要な患者さんを受け入れる病棟です。

※レスパイト入院：在宅で介護をしているご家族など、介護者の休養を目的とした短期入院

02 新築化するメリットは？

一番は療養環境の改善です。特に療養病棟は長期的な入院となるため、明るくきれいな環境で療養していただけることはメリットではないでしょうか。また、当院は急性期、回復期、慢性期と異なっ

03 地域医療の中核病院として果たすべき役割は？

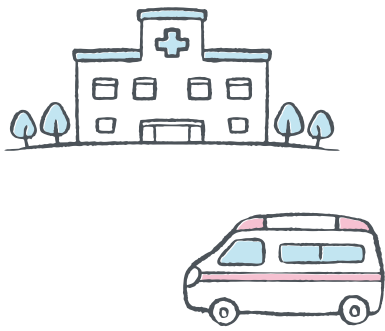
た機能の病床をあわせ持つ、ケアミックス型の病院です。そのため、急性期医療から慢性期医療まで一貫した医療提供が可能です。患者さん、ご家族により安心していただける体制づくりに、引き続き努めたいと思います。

当院が位置する、「鹿行医療圏」における救急医療の課題は、「圏外への搬送率が高く、平均搬送時間が長い」ことです。これを回避するために他の医療機関と協力して、地域の救急対応は地域で受け入れることを、第一目標に掲げています。しかしながら、医師不足のため苦戦を強いられている状況です。今回の新築化工事により、急性期病床の確保という点では、間接的に状況の改善につながることを考えていますが、医師不足の解消

04 白十字総合病院が目指す 病院のあり方とは？

は最重要テーマです。医師確保に一層の力を注いでまいります。

1935（昭和10）年から神栖の地で医療をはじめ、今年で88年目になりました。法人としては、医療だけでなく、福祉・介護・看護教育・保育なども取り組んでおり、地域住民の皆さまにとって「馴染みの施設」となるよう、今後モ変化していく医療情勢に適応し、地域のニーズにこたえていけるよう努めてまいります。



病床機能のイメージ

社会福祉法人 白十字会 白十字総合病院

急性期

急に発症した病気に対して検査を行い、症状の早期安定に向けて医療を提供する

急性期 一般病棟

回復期

急性期を経過後、在宅復帰・社会復帰に向けた医療やリハビリテーションを提供する

地域包括 ケア病棟

慢性期

重度の障害や難病などを抱えた方に、長期にわたり療養を提供する

療養病棟



Hakujyuji News



高校生に社会福祉士の魅力を伝えてきました

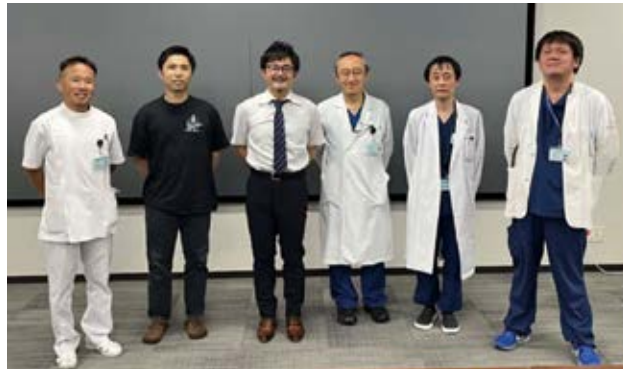
7月26日、8月10日に神栖市社会福祉協議会が開催した「高校生の進路アシストカレッジ」で、当院の社会福祉士田谷主任が講話を行いました。「高校生の進路アシストカレッジ」とは、希望する専門職の仕事を現場で体験し、実践や講話を通じて、社会的な必要性や醍醐味を感じられる職場体験です。講話では、病院での役割や仕事内容、資格取得のための方法や魅力などを伝えてきました。今後



当院では、市内学生の将来の職業選択や、資格取得を目指すきっかけづくりとして、取り組んでいきます。



大学病院にて講演機会をいただきました



7月28日、国際医療福祉大学成田病院にて当院の村上循環器内科部長が「冠動脈に魅せられて〜未知との遭遇」というテーマで講演を行いました。心室細動や心筋梗塞に至る難治性冠動脈狭窄性狭心症の専門家は日本に少ないのが現状です。講演後には活発な議論がなされ、大学の先生方からも「重症冠動脈狭窄への意識が変わった」とお言葉をいただきました。

接遇&マナーを向上するために研修会を行いました

9月15日にANAビジネスソリューションから講師を招き、医療者のための接遇&マナー研修会を開催しました。事務や看護師はもちろん、薬剤師や栄養士などの専門職、医師も参加し、基本的なビジネスマナーから、医療者向けの接遇について学びました。来院される方々に、気持ちよく利用していただけるよう、今後取り組みんで参ります。



関連施設紹介

社会福祉法人白十字会

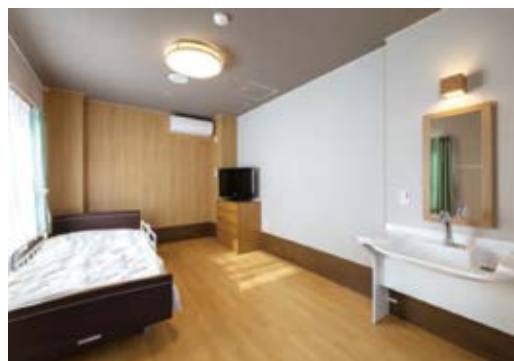
特別養護老人ホーム

白寿荘

当施設は、利用される方々の「私らしい暮らし」を目指してあります。また、「尊厳の保持」、「暮らしの継続」、「安全・安楽」、「地域貢献」を基本方針として、安定した健全な運営に努めています。

平成31年1月に新施設での運

営を開始し、施設入所、ショートステイ、デイサービス等の介護サービスをを行っています。地域の皆様に支えられ47年。地域に根差し、特別養護老人ホーム業界で老舗となれるよう引き続き努めてまいります。



●施設入所.....70名

(従来型多床室40名、

ユニット型個室30名)

●ショートステイ.....10名

(ユニット型個室10名)

●デイサービス.....25名

問い合わせ、見学等は随時受け付けております。お気軽にご連絡ください。

介護職員等も随時募集中です

社会福祉法人白十字会

特別養護老人ホーム **白寿荘**

〒314-0134 茨城県神栖市賀 2148-112

電話 0299-92-7443 <http://hakujiyuso.net>



広報誌 タイトルへの想い

タイトルの「**Haku∞Navi** (ハクナビ)」は、
スタッフからの応募と投票で決定しました。

Haku∞Navi

白十字 掛け合わせる 導く (ナビゲーション)

発案者 村上大介医師の想い

広報誌を通じて、地域住民や医療福祉関係者の皆さまに、当院の取り組みを知ってもらうのみならず、「職員（多職種）一人ひとりが能力や情熱を掛け合わせて、地域の医療や街づくりを導いていく存在になる。そんな病院になれるように」という想いを込めました。
地域の皆さまに愛され、身近に感じていただける広報誌を目指していきます。



職員を募集しています

当院では看護師・薬剤師・社会福祉士・看護補助者の募集を行っています。ご興味のある方は、お気軽にご連絡ください。
お問い合わせ (担当：業務課) TEL.0299-92-3311 (代表)
詳細は当院ホームページ、「職員募集のお知らせ」をご覧ください。

当広報誌の
読者アンケートを
実施しています。

皆さまのご意見・
ご感想をお寄せ
ください。➡



救急外来の受診について

当院は二次救急医療施設として、
夜間・休日に救急外来を行っています。
医師1名体制となるため、受診をご希望される際は、
事前にご連絡をいただけますようお願い致します。

救急外来

土曜午後・夜間・日曜・祝祭日
年末年始 (12月30日～1月3日)
TEL.0299-92-3311 (代表)



社会福祉法人 白十字会
白十字総合病院

〒314-0134 茨城県神栖市賀 2148
TEL 0299-92-3311
URL : <http://www.hakujuuji.jp>
発行責任者 院長 鈴木善作
発行日：2023年12月15日

