



や げん 薬 研



※「薬研」とは、昔本院で漢方薬を調剤する際に、薬種を砕いたり、粉末にするために使用した器具で、正面玄関に飾ってあります。
※ 当院は①日本医療機能評価機構②人間ドック健診施設機能評価の認定施設です。

新概念「ロコモティブシンドローム(ロコモ)」について

皆さんはロコモ(ロコモティブシンドローム)についてお聞きになったことがありますか？

ひょっとしたらメタボ(メタボリックシンドローム)については聞いたことがあるかもしれません。実は内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)、認知症と共に寝たきり予防を阻害する3大因子の一つとしてこの運動器症候群(ロコモティブシンドローム)が言われるようになりました。

その定義は“運動器にかかわる骨、関節、筋肉、神経などが衰えてしまい「立つ」「歩く」などの動作に支障を来し、要介護や寝たきりになること、またその危険性が高い状態”をいいます。つまり、膝や腰が痛いのをそのままにしておくと痛みのため寝たきりなる可能性が高くなるということです。実はロコモの数はその予備軍を入れると驚くなかれ全国で4700万人いるといわれています。メタボの数が1400万人、糖尿病が2050万人、高血圧が4000万人でありますから当然この国の医療を根底から揺るがすような数になります。

ロコモを考えるうえで大事なことが平均寿命と健康寿命の考え方です。現在日本の平均寿命は男性が79.5歳、女性が86.3歳です。この平均寿命は生まれてから心臓が

止まるまでの期間です。一方健康寿命は健康上問題なく日常生活を送れる期間のことで我が国の平均は男性が70.4歳、女性が73.6歳です。そう考えると男性は寝たきりになってから寿命を全うするまでが約9年、女性で約12年もあることになります。ロコモの予防はこの期間を少しでも減らしていこうという試みであります。

我が国の医療従事者は今まで平均寿命を長くすることに躍起になり、世界でも長寿の国などと言われ有頂天になっていましたが、現実には寝たきりの人を多く作り、クスリを使って寿命を延ばしていただけなのかもしれません。自分の人生をできるだけ人の手を借りず自分らしく生きていきたいと思うのは私だけではないと思います。そのためには“健康寿命”を大事にすることが必要になります。腰痛や膝痛を“年だからしょうがない”などと放置していると、それは健康寿命を短くすることにもなりかねません。ご注意ください！



副院長 まなべ たけし
真鍋 健史

コラム

台湾から透析患者が来たあ!!

おおばやし せいいち
会長 大林 誠一

昨年9月にG社より、台湾から四国旅行のグループの中で7名、本院で透析できないかとの打診があった。

現地の旅行会社と本院とのメール交換で透析条件や病状等の内容を確認し、受け入れることとなった。

10月1日午後2時に観光バスが本院に到着。通訳の英語、中国語、日本語が入り乱れ、小生困惑状態となったが、ガイドの「ビックホスピタル」と「ヤングドクター」の言葉のみ聞き取れた。紹介カルテに乾体重、心律不整などが中国語で書かれていたが、判読できた。本院の中国生まれのナースMさんがいたおかげか、通訳と旅行会社の人は安心して、他の客人とショッピングに出かけてしまった。

患者さんたちは、日本のコンピューター化された透析機に感動して、盛んに写真を撮ったり、穿刺のセットがめずらしかったらしくお土産に持ち帰られた。また、透析室に男性のナースや技士がいたのもめずらしかったようだ。

旅行で気が緩んだのか6.2キロも増えて途中で足ががつり、マッサージを行うと大変感激されて、日本に来る際は又お世話になりたいと言ってくれた。大変だったが、良い経験になった。ザイチェン(再会)を約して!!



病院の理念

- 患者さん中心の医療
- 高水準の医療の提供
- 地域の健康を支援する病院
- 働きがいのある職場づくり

患者・家族の皆様の権利

- 良質の治療を受け、安全が確保される権利
- 自己決定権および選択の自由の権利
- 尊厳を確保する権利
- 個人情報の機密保持と医療情報の開示を受ける権利
- 健康教育を受ける権利



TRIANGLE

～キナシ デキゴトロジー～

■キナシ大林病院における様々な出来事に対して、多方面の『角度(ANGLE)』から意欲的に接近しようとする『試み(TRY)』
■病院の立地→『川』『鉄道』『道路』に囲まれた、『トライアングル(TRIANGLE)地帯』

キナシ大林病院
すみれ保育園
だより



園庭の西側にあるぶどうの木に、今年もたくさんの実が
なりました。
子供たちは「あまいね。おおきいね。」と喜びの声をあげ、
ぶどうの収穫を楽しんでいました。

総合案内と初診受付に「耳マーク」を 設置しました。

「耳マーク」は、聴覚障害
のある方が気軽に利用でき
る窓口です。

マークを
指さしてください

私たちは、筆談など必要な
対応に努めます。

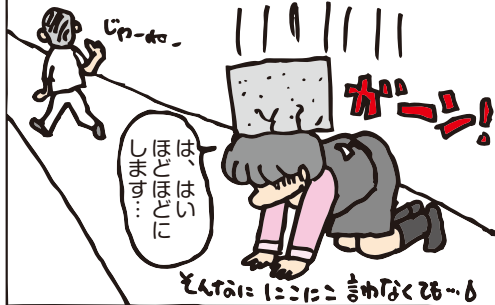
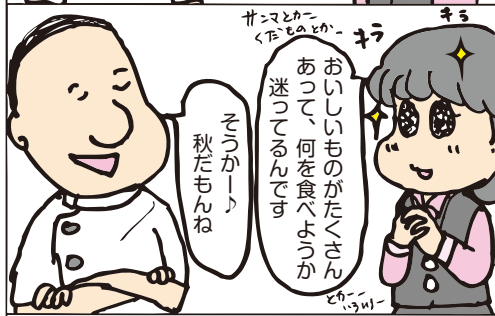
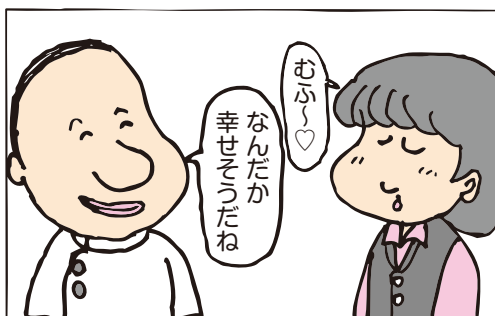
すべての患者さんに対し
て、安心して診察していただ
けるよう臨機応変に対応をしてまいります。



それゆけ薬研ちゃん 12

—番外編—

ふき&おか



医療福祉相談



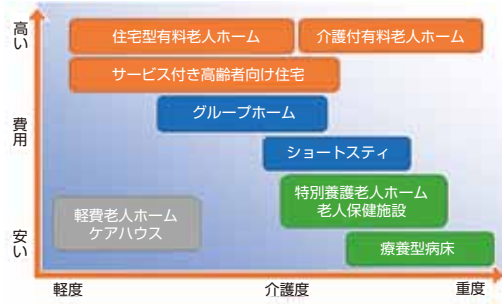
「高齢者の方の住まい」

医療相談グループ 藤澤 孝雄
医療ソーシャルワーカー 高見 康景

ご自宅での生活を続けることができない高齢者のためにさまざまな種類の
住まいが整備されています。それぞれ費用や対象となる身体状況が違います
ので、ご自身にあった住まいを探すことができます。

①の介護保険施設は、所得に応じた負担軽減制度がありますが、来年度以
降から対象者が現在の要介護1以上から要介護3以上の方に変更される予定
です。

●費用と介護度のイメージ (実際には施設により幅があります)



①介護保険施設

特別養護老人ホーム
老人保健施設
介護療養型病床

②介護保険を使って入居が 可能な施設

認知症対応型共同生活介護
短期入所生活介護

③介護保険以外で定められた施設

介護付有料老人ホーム 住宅型有料老人ホーム
サービス付き高齢者向け住宅 軽費老人ホーム・ケアハウス

研修医紹介



研修医
たかみ やすかげ
高見 康景

はじめまして。10月から研修医として半年間研修させ
て頂くことになりました。出身は徳島ですが、学生の頃よ
り香川はうどんがおいしく、気候は温暖で過ごしやす
いのでとても愛着を感じています。

当院の内科や放射線科の研修を通して香川の地域医
療に貢献していきたいと思います。早く仕事に慣れ、少
しでも患者さんのお役に立てるように頑張っていきたい
と思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

オクトパーツ ～斯々然々～ (8部署からの記事です)



透析センター

教えて
野村先生



泌尿器科部長
のむら いさく
野村 伊作

Q シャントのトラブルってどんなのがあるの？
トラブルを起こさないようにするにはどうしたらいいの？

A シャントとは言うまでもなく血液透析を行う上で必須の要素で、この維持が血液透析を正しく行うために必要です。通常の自己血管を用いたシャントと、人工血管を用いたシャントがあります。このシャントに何らかのトラブル即ち狭窄、閉塞、感染といったものが起こること、これがシャントトラブルです。これら主だったトラブルに加えて通常は透析を行えている場合でも正しい血流を形成出来ていないと再循環（透析された血液が再度動脈穿刺部分より透析される）をきたし透析効率が悪化したり、シャントが大きすぎるためにシャント過血流となり心臓に負担がかかったりするものもあります。シャントは一度作成したら永遠に使用できるものではなくその管理が重要です（特に人工血管）。泌尿器科外来では超音波検査にてシャントの診察を行っています。痛みや苦痛がなく、シャントの状態を詳細に観察することができます。シャントの問題を早期発見し治療に結びつけることが血液透析を充実させる事になります。シャントの定期的な診察をお勧めします。

人間ドック



健診部 事務員
ふくにし くみこ
福西 久美子

メタボリックシンドロームは生活習慣病から？

メタボリックシンドローム(以下、メタボ)の診断基準は、腹囲が男性85cm、女性90cmを超え、血圧・血糖・脂質代謝異常の3つのうち2つに当てはまるとメタボと診断されます。これに、食べ過ぎ、運動不足、ストレス、喫煙など悪い習慣が加わると生活習慣病が進みます。また、メタボになると老化現象である動脈硬化の進行が早く、心筋梗塞や脳梗塞のリスクが高くなります。元気で長生きするためには、メタボにならないように気をつけましょう。

まずは食事療法から、1日3食規則正しく食べて、間食や夜食の習慣を止めることです。自分にあった運動を続けながら、食べ過ぎなどに気をつけて味覚の秋を楽しみましょう！気になる方はドック受診をおすすめします。

あなたのBMI指数(肥満度を表す指数)は？

☆計算例：体重60kg 身長150cmの女性の場合

○BMI=体重÷(身長(m)×身長(m))=60÷(1.5×1.5)=26.6

☆標準BMI=22 ☆25以上は肥満

看護部

視能訓練士って？

眼科外来 視能訓練士 よねだ よしえ
米田 良江



視能訓練士とは[略称ORT(Orthoptist)]昭和46年に制定された「視能訓練士法」に基づく国家資格をもった視能検査と視能矯正のエキスパートです。現在、香川県でも70名ほどの視能訓練士が各医療機関で勤務しています。

私たちは、眼科領域における専門技術者として、主に眼科一般検査・視能矯正・健診業務・リハビリ指導など、乳幼児からお年寄りの方まで世代を超えて大切な目の健康を守るお手伝いをしています。

当眼科においても、視力、屈折、眼圧、調節、色覚、視野、OCT(光干渉断層計)、両眼視機能、眼筋機能の検査や、眼鏡やコンタクトレンズの処方に関する検査などさまざまな検査を担当させていただいています。どうぞよろしくお願いいたします。



薬剤科

『お薬を飲む時間』



薬剤師
よこた じゅんこ
横田 淳子

お薬の服用時間は食前・食後・食間(2時間後)・食直前・食直後・起床時などたくさんあります。分かりにくいと思われる方もいらっしゃると思いますが、お薬の効果を高めたり、副作用を起こりにくくするために服用時間を守っていただくことが大切です。

例えば、お薬を飲んですぐにご飯やお茶などを摂ってしまうと効果が下がるので十分時間をあける必要があるもの、糖尿病のお薬の一種でご飯による血糖値の上昇を緩やかにするためにご飯のすぐ前に飲まないといけないうものなど、お薬によってさまざまです。

ご飯を食べないときにはお薬も飲まないとの声を聞くこともあります。ご飯が食べられないときには止めなくてはいけないうお薬もありますが、ご飯にかかわらず毎日ほぼ同じ時間に飲んでいただかなくてはいけないうものもあります。

なぜこの時間に飲むのか、ご飯を食べないときはどうするか、どうしても飲み忘れやすい時間がある、など気になること困ったことがあればぜひご相談ください。



ももたろう会(糖尿病患者会)に入会しませんか？



ももたろう会事務局
糖尿病療養指導士
くりはら すわこ
栗原 寿和子

当院には、糖尿病患者会「ももたろう会」があります。この会は、1999年に発足しました。鬼無町は桃太郎伝説由来の土地であり、糖尿病の合併症を鬼にたとえ、合併症という鬼を退治する意味を込めて、『ももたろう会』と命名しました。

糖尿病の治療や予防に関する知識の普及と向上をはかり、会員のみなさんの親睦や福祉の増進をはかることを目的に様々なイベントを開催して、活発に活動しています。

毎年春に食事会、秋に日帰り旅行、ウォークラリーなどの交流会を開催しており、食事会では県内の有名ホテルやレストランで低カロリーとは思えない会席料理やフランス料理を堪能しながら、ゲームやクイズ、カラオケなど楽し



い時間も取り入れています。

また、日帰りバス旅行では、高知、淡路・神戸、しまなみ、赤穂姫路方面などに行きました。HbA1c値が良好な人の表彰式や病院スタッフによる糖尿病や健康情報の提供、体操なども行い、参加者の皆様に好評をいただいています。適時、会報も発行して、会員数は病院のスタッフ約10名含め、約70名です。また、ももたろう会に入会すると、月刊糖尿病ライフ「さかえ」の年間購読料(一冊525円)が無料になります。



糖尿病患者さん、糖尿病に関心のある方、病院スタッフなど、どなたでも入会できます。友の会の活動を通して、糖尿病について学び、会員のみなさんとの交流を深めませんか！

入会希望の方、詳しく知りたい方は、中央処置室で声をかけてください。みなさまのご入会を心よりお待ちしております。

会費:1年分(12ヶ月)4800円 1年分前納
※途中入会の場合は、月割計算します。



心臓病教室から

検査科 たなべ けいすけ
田邊 啓介

毎月第4週金曜日(8月はお休み)の午後1時20分から当院3階会議室にて、患者さんを対象に心臓病についてのお話しをしています。講師は黒住副院長と当院スタッフで、分かりやすい資料と内容を心掛けています。どなたでも参加していただけます。

今回は、MRI対応ペースメーカーについて紹介します。

【MRIとは】

磁気と電波を用いて体内の情報を映像化する検査です。MRIは様々な分野、特に整形領域や脳領域において欠くことのできない重要な検査です。

【MRIとペースメーカー】

MRIはその強力な磁気と電波のため精密機械に影響を与えます。ペースメーカーは取り外しができず、不具合によるリスクは生命に直結するため、MRIでは禁忌でした。

【最新のペースメーカー】

ペースメーカーを必要とする病態になると、様々な疾患にかかるリスクも高くなるため、MRIを受けられないことは患者さんご自身に大きな損失となり、問題となっていました。そこで近年開発された最新機種では様々な工夫が施され、条件付きでMRIが検査可能になりました。



右中大脳動脈(右画面の●)に血栓が詰まって、大きな脳梗塞(左画面の●)を生じています。

誠一会长 傘寿おめでとうございます！



大林誠一会长は、8月3日で80歳を迎えられました。

会長は腎臓病・透析医療の先駆者として歩んでこられました。医療への情熱と日々の研摩により、

たくさんの難題を乗り越え、現在の透析医療の礎を作り、さらに発展させた功績は素晴らしいものです。また、その尽力が腎臓疾患を病む患者さんに大きな福音をもたらしました。現在も、先祖の魂と意志を受け継ぎ、患者さんに寄り添う医療の提供に尽力されています。

生涯現役、まだまだ途中ですよ…会长！

多忙な医療人ですが、家庭を大切にされています。プロ並みのお料理上手な奥様だからできる健康管理、ご家族(息子さん家族など)との温かい交流、そして医師としての責任感、忘れてはいけない「卓球」と「ゴルフ」が長寿の秘訣でしょうか？足腰の強靱な強さと粘り強い忍耐力は、まさに「卓球&ゴルフ」です！

元気に傘寿を迎えられたこと、本当におめでとうございます。

文責:医局長 植村 信久

食について



管理栄養士
まつもと あきよ
松本 晶代

低カリウムレタス

カリウム制限がある腎臓病患者さんでも安心して食べられる低カリウムレタスが高松三越地下1階にて販売されています。カリウム量は一般リーフレタス490mg/100gに対して低カリウムレタス54mg/100gで、80%以上もカットしています。価格は一袋90g入り約300円。今後、低カリウムトマト、イチゴも販売予定です。食事療法の中で、このような食品を利用することも選択肢の一つです。



心臓病・腎臓病・糖尿病の教室に参加しませんか？

心臓病教室	と き 毎月第4金曜日午後1時15分～2時 ところ 3階会議室
腎臓病教室	と き 毎月第4土曜日午後1時～2時 ところ 3階会議室
糖尿病教室	と き 毎週金曜日(第4金曜日を除く)午後1時20分～2時 ところ 7階カンファレンス室

※当院では、患者さん向けに各教室を行っています。
関心のある方はどなたでもご自由にご参加下さい。
※糖尿病患者会に入会しませんか。詳しくはスタッフまで。

合格おめでとうございます

○医療秘書技能検定 準1級 川西 友里香(医事G)

新 職員紹介

①職種 ②部署 ③採用日
④出身地 ⑤趣味



うめむら まさよ
梅村 昌世
①事務員②医事G
③7/1④岡山県
⑤スポーツ観戦



くすみ ゆうこ
楠見 有子
①准看護師②6階病棟
③7/14④福岡県
⑤子供の空手とスポーツ観戦



いりえ ありさ
入江 ありさ
①看護師②7階病棟
③7/16④香川県
⑤お菓子作り



もりざわ ゆか
森澤 有佳
①看護師②2階病棟
③8/18④大分県
⑤映画鑑賞



おおにし まさてる
大西 正晃
①守衛②施設G
③9/10④香川県
⑤トレーニング

編集後記

医療ツーリズム(医療観光)という言葉が流行ったことがありました。日本の最新医療を受けに、近隣のアジアの国々から多くの人々を来訪者に呼び込もうという外貨獲得の戦略です。今回、台湾から透析患者さんが香川に旅行に来られ当院で透析をされながら観光されました。ひとつの医療ツーリズムだと思います。外国の方を受け入れるにはやはり言葉が通じないと困ります。おもてなしだけでは医療はできません。外国語は大切です。勉強しましょう。(K)

声・こえ・Feed back・フィードバック

御意見箱に寄せられた皆様方のご意見と、病院長からの返答を抜粋で記載します。
(期間:平成26年4月～6月)

Q 腹痛で祝日の休診日に診察をしていただきました。担当の先生と看護師の方の対応や処置がとても親切でしかも優しく、気分も落ち着き感謝しています。

A 少しでも患者さんが安心して治療を受けられるよう、より一層努力してまいります。

Q キャッシュコーナーに関して、2つの銀行だけでなく、ほかの銀行もできれば1階に作ってほしいです。

A ご意見ありがとうございます。現在、もう一台設置するにはスペースがないので、これからの検討課題とさせていただきます。

Q 入院中、早朝から清掃するのは仕方ないと思いますが、トイレを掃除する時、音がうるさい上に部屋の清掃は雑です。また、スタッフの人もノックをせずに入ってきたり、話しながら入ってきたりします。せめて入ってくる時はノックするか「失礼します」の一言があってもよいのではないのでしょうか。それに、初対面から敬語もなく言葉使いや態度がダメな人がいます。それ以外はとても優しく親切なので、余計残念です。

A 申し訳ありません。スタッフには、患者さんが少しでも安心して療養できるよう指導してまいりましたが、行き届いていなかったようです。これからは、このようなことがないようにスタッフ教育を徹底してまいります。また、掃除についてもきちんと指導を行ってまいります。

Q 定期受診で来た際、受付時間を少し過ぎていましたが、電話で確認してもらい、受付を快く応じてもらえました。親切な対応に感謝します。

A ありがとうございます。このお言葉に恥じぬよう、スタッフ一同より一層努力してまいります。

図書コーナーを利用しやすくなりました。

病棟に設置している図書コーナーですが、今まで本棚の下の方にある本がしゃがまないと取りにくい状態でした。今回、本棚を30センチ程度上げ、下の方でもあまりしゃがまなくて取れるように改善いたしました。



診療実績				
	H26年	6月	7月	8月
外来患者数		12,958人	13,667人	13,279人
新入院患者数		186人	187人	175人
退院患者数		174人	181人	188人
地域医療支援病院紹介率		23.0%	26.1%	24.7%
救急車搬入件数		29件	39件	39件
救急車搬入後の入院数		18人	22人	19人
手術件数		59件	66件	53件

薬研を読んだ感想・ご意見・今後取り上げて欲しいこと・質問などありましたら、yagenchan@obayashihp.or.jpへ。

医療法人財団博仁会
キナシ大林病院

〒761-8024 香川県高松市鬼無町藤井435-1
TEL087-881-3631(代表)FAX087-881-3867
地域連携室 TEL087-881-3676(直通)FAX087-882-3539
人間ドック TEL087-881-3218(直通)FAX087-881-8020