

矢掛町国民健康保険病院

# 病院だより

Vol.03  
2025.2



## 運営理念

地域住民にとって信頼できる病院をめざす

## 基本方針

- ① 安全で安心できる医療の提供に努める。
- ② 患者様・ご家族の立場に立ったサービスの提供に努める。
- ③ 改善努力を怠らず、常に組織・職員とも研鑽に努める。
- ④ 地域の関係施設及び院内の連携を密にし、充実した地域包括ケアの実践に努める。

### 病院事業管理者 兼 病院長 村上 正和



私が病院事業管理者兼院長となり、はや1年が過ぎました。この間に診療報酬改定があり、病棟管理のマネージメントの難しさが増し、コロナやインフルエンザなどの感染症対策、予期せぬ大小のトラブルなどに対して、スタッフの協力を得て、なんとか改善策を立て乗り切ることが出来ました。皆様に感謝いたします。

私は事業管理者への就任にあたり、3つの目標を立てていました。

①質の高い医療の提供、②地域への貢献、③職場環境の改善、の3つです。

今年も引き続きこの3つの目標を掲げていきます。

当院の救急対応ですが、内科、外科の常勤医師と大学からの派遣の非常勤医師に手伝ってもらい、救急隊からの要請に対して、初期対応しながら必要であれば大病院へ紹介するような手順で救急対応をおこなっています。当院では救急隊からの要請に対して約9割の高い応需率をもって救急対応を行い、地域の医療を守るべく努力しています。

岡山県の二次医療圏である南西部は倉敷地区と井笠地区に分けられ、井笠地区は倉敷地区に比べ、人口が少なく(約1/4)、人口あたりの医療資源も乏しい地域(医師数は約1/3)であります。

加えて小児科・産科には診療科の特殊性があり、患者さんの期待に十分な対応ができない場合があり、そのような時には医療資源に乏しい地域の限界を感じます。

当院の入院病床は、現在、急性期一般(57床)、地域包括ケア病床(14床)、療養(46床)で構成しています。しかし、急性期病床を維持するためには、看護必要度や平均在院期間などをクリアしなければなりません。私たちは、患者さんが1日でも早く治り、在宅もしくは施設に戻ることができるように、診療の質の向上に取り組んでいます。私は、矢掛病院は町への貢献度が高く、患者さんにやさしい良い病院だと考えていますが、地域の人々からも“矢掛病院は地域のためによくやってくれている”と褒めていただけるように、自分たちの日頃の思いが皆様に届くように引き続き努力いたします。

また、他の地域病院と同様に、当院も日々いろいろな困難に直面しています。現在の病院の状態が決してベストではないので、ひとつひとつを小さな気付きから解決し、働きやすく、かつ地域に貢献できるようなより良い病院を目指し取り組みます。そのためにも院内のチームとしての情報共有と連携、協働が必要です。さらに、町内、町外の医院や病院、介護施設、行政、住民の方々との連携もますます重要となっていきます。

医療面で町の方々の健康を支える社会資源としての矢掛病院のご支援を引き続きよろしくお願い申し上げます。

### 救急医療功労者厚生労働大臣表彰を受賞

矢掛町国民健康保険病院は、救急を断らない方針を元院長の木原 彊先生が約30年前に打ち出され、原 浩平先生、名部 誠先生と引き継がれ今日に至っております。

以前のアンケートにて、当院に期待する機能を矢掛町の住民の方に尋ねたところ、救急対応が一番に挙がりました。可能な限り住民の方々の期待に添えていくことを、私たちの病院の大切な役割として歩んできたことが評価されたと考えております。ご報告申し上げます。





## 新職員の紹介



診療放射線技師：佐々野 雄介（ささの ゆうすけ）  
 令和7年1月より診療放射線技師として勤務させていただいております。  
 患者様一人一人に向き合い、地域の皆様に貢献できるような画像提供をおこなっていきたく思います。  
 これからよろしくお願いいたします。



管理栄養士：吉岡 菫（よしおか あやめ）  
 令和7年1月から入職いたしました。患者様へ食事の面からサポートし、皆様の健康に貢献できるよう尽力いたします。

## 健康フェスタinやかげ イベントに出展しました

令和6年11月16日（土）改善センターホールにて矢掛病院のブースとして出展しました。  
 血圧測定、酸素飽和度測定、健康相談をおこない、61名の方に来ていただきました。  
 血圧の数値は皆さん気にされていましたが、日常生活でもウォーキングをしたり食事に気を配ったりと健康に対する意識は高く継続できていることが素晴らしいと思いました。

看護部長 石宮



健康相談・血圧測定を行いました。



看護部長と外来師長で出展しました。

## 地域医療研修の先生より

矢掛病院では地域医療研修のため学生や研修医の受け入れを積極的に行っています。  
 令和6年に研修に来られた先生の感想を一部紹介します。



岡山大学 3年生 加藤 友哉さん

Q. 地域医療の魅力と課題は何だと思えますか？

A. 病院と患者様の距離が近く、患者様に寄り添うことができる点が地域医療の魅力だと思います。  
 また、若手医師の視点では幅広い疾患を学ぶことが良いと思いました。  
 一方で地域病院は医師の高齢化も進んでおり、10年、20年後の若手医師の確保が必要であると感じました。

済生会病院 2年目研修医 竹川 裕則先生

Q. 地域の病院で、一般診療として外科医はどのような心構えで患者様を診療するとよいと思えますか？

A. 外科の疾患だけでなく、器質的な内科疾患や整形の疾患など、地域だからこそ専門外の疾患を抱えていないか注意して診療するのが大事だと思います。また、この病院で手術をするのか、近くの病院で手術をするのか、患者様と話し合いながら最適な選択肢を模索する必要があると感じました。

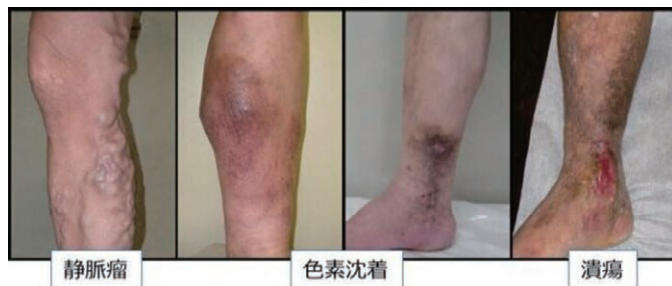
# 下肢静脈瘤に対するレーザー治療

副院長 寺本 淳



足がむくむ、血管が浮き出るなどの症状で悩んでいませんか？

それは【**下肢静脈瘤**】かもしれません。



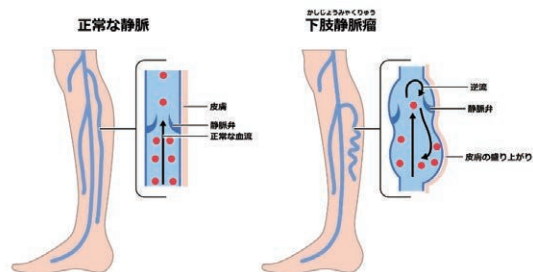
## 下肢静脈瘤とは

足から血液を心臓に戻す静脈の一部分で、血液が逆流してしまう病気です。本来、静脈には血液が反対方向に流れないように逆流防止弁が備わっていますが、下肢静脈瘤では様々な原因（長時間の立ち仕事、妊娠出産、遺伝的な体質など）により逆流防止弁が壊れてしまい逆流した血液が膝下にたまった状態（うっ血）になり、静脈がこぶ状に膨らんだり蛇行しています。

うっ血は、足のむくみ、だるさ、頻回なこむら返りを引き起こし

病気が進行すると、**難治性の皮膚炎**や**皮膚潰瘍**など

生活の妨げとなる重大な症状にもつながる恐れがあります。



## 当院での静脈瘤治療

静脈瘤の治療方法には以下のような選択肢がありますが、当院では主にレーザー治療と瘤切除術を併用して行っています。

### 1. レーザー治療

逆流し静脈瘤の原因となっている血管にカテーテルを入れ内側からレーザーで焼灼します。局所麻酔下に行い体への負担の少ない治療法です。当院では一泊入院で行っています。

### 2. ストリッピング手術

古くからおこなわれている手術。静脈にワイヤーを挿入し静脈を抜去します。

### 3. 瘤切除

レーザー手術などの他の手術と併用して行う手術です。皮膚を小切開し目立つ静脈瘤を除去します。

### 4. 弾性ストッキングの着用

下肢が腫れていてもレーザー治療や手術の適応がない場合や、今のところは希望されない場合、治療用のストッキングを履いて圧迫することで足の腫れを防止します。



(弾性ストッキングの例)

下肢静脈瘤は、放置しても命にかかわる病気ではありませんが、自然治癒することはなく、その症状が生活の質の低下をきたすことがあります。下肢の症状が静脈瘤によるものかもしれないと思ったら、早めの検査、治療をお勧めします。



# 自分に合った食事で低栄養を予防しよう！

栄養科長 管理栄養士 橋本 順子

食事中にむせたり、うまく飲み込むことができないことはありませんか。

このような状態を「嚥下障害」といい、食べた物が気管に入ってしまうことを「誤嚥(ごえん)」と呼びます。「噛む力」や「飲み込む力」が衰えることで、食べる量が減り、体力の低下など低栄養を招く要因になります。そこで、献立や食べ方を工夫するなどちょっとしたポイントを押さえ、食事を楽しみ、生活の質を向上しましょう。



## 献立作りのポイント

◆穀類(ごはん、パン、めんなど)、たんぱく質源(肉、魚、大豆製品、卵など)、野菜類を**毎食そろえて**。



◆間食で足りない栄養を補いましょう。(牛乳、ヨーグルト、プリンなど)



## 食べ方のポイント

- ◆少量ずつ口に入れ、よくかんで。
- ◆口の中のものは飲み込んでから次のものを入れる。
- ◆テレビを観ながら等の「ながら食べ」はやめる。



## 食べにくい食品に注意を

### サラサラ

むせやすい



水、お茶など

### ボロボロ

ばらけやすい



かまぼこ、こんにゃくなど

### ペラペラ

はりつきやすい



のり、わかめ、青菜類など

### パサパサ

ばさつきやすい



パン、高野豆腐など

### ベタベタ

粘り気強い



もち、団子など

とろみをつける、小さく刻んであんをかけるなど、工夫することで食べやすくなります。



参考資料：栄養士会

## 噛む力が衰えた人も食べやすいメニュー

実習生 くらしき作陽大学 山本 美海さん

タマネギをすりおろしたり、豆腐を加えたりすることで柔らかくなり舌でつぶしやすくなります。



### 献立

- ・主食(全粥)
- ・あんかけ豆腐ハンバーグ
- ・付け合わせ(人参、ブロッコリー)
- ・コーンポタージュ

### 手作りのメリット

- ・好みの味やかたさにできる
- ・保存料、添加物、防腐剤を使わない
- ・市販品よりも安価

エネルギー	402kcal
たんぱく質	14.2g
脂質	13.8g
炭水化物	56.6g
食塩	2.3g

### ★ポイント★

- ・箸で簡単に切れる、舌で潰せる硬さになるまでゆでましょう
- ・飲み込みやすいように細かく刻みましょう
- ・飲み込みにくければハンバーグのあんかけと一緒に食べると飲み込みやすくなるのでおすすめです！



### 1. ハンバーグ

#### 材料(二人分)

- ・鶏挽肉 70g
- ・豆腐 100g
- ・タマネギ 25g
- (すりおろす)
- ・パン粉 6g
- ・塩こしょう 少々
- ・水 80ml
- ・醤油 12g
- ・砂糖 6g
- ・かたくり粉 8g

#### 作り方

1. Aをすべてボウルに入れ粘りが出るまでよく混ぜる。
2. 1を2等分にし、形を整える
3. 油を引いたフライパンで両面焼く(ふたをする)
4. 鍋にかたくり粉以外の材料を入れ火にかける
5. 沸騰したら最後に水溶き片栗粉を加える
6. 完成したハンバーグに5をかける

### 2. コーンスープ

#### 材料

- ・コーンクリーム缶 150g
- ・牛乳 100ml
- ・有塩バター 5g
- ・コンソメ顆粒 少々
- ・塩コショウ 少々

#### 作り方

1. コーンクリーム缶をざるでこす
2. 鍋に1、牛乳、(A)を入れ、木べらで混ぜながら中火で加熱する。
3. 沸騰直前になったら火から下ろす

粒の入っていないクリームスタイルのコーン缶を使用することでミキサーなしでつくることができます！



## 誤嚥に注意するためのポイント

- ・一口の量を多くしすぎない
- ・ゆっくりとよくかんで食べる
- ・自分に合った食品を選ぶ

安全で楽しい料理を楽しみましょう！



#### 参考

(※1) 学会分類2021を解説。早見表や嚥下ピラミッドを活用。栄養指導Navi. <https://healthy-food-navi.jp>. (11月1日)  
(※2) やさしい献立。キュービー. <https://www.kewpie.co.jp/>. (11月15日)  
(※3) ユニバーサルデザインフードとは。日本介護協議会. <https://www.ucf.jp/>. (11月18日)  
これで完璧！嚥下食～定義や分類、調理のポイント～. ネスレ栄養ネット. 2023-06-21 <https://www.eiyounet.nestlehealthscience.jp/2024-11-01>

# 地域医療連携室からの活動報告

地域医療連携室 係長 大森 彰子

## 1. 紹介件数

過去4年間の当院への紹介状況を示したものが表1となります。

紹介は、他の医療機関から紹介状をご持参された件数となります。

令和3年度・4年度はコロナの影響もあってか例年より減少しておりますが、令和5年度は719件と徐々に増えています。紹介件数のうち、町内の先生からの紹介が全体の約6割、井原市ほか町外からの紹介が約4割となっています。

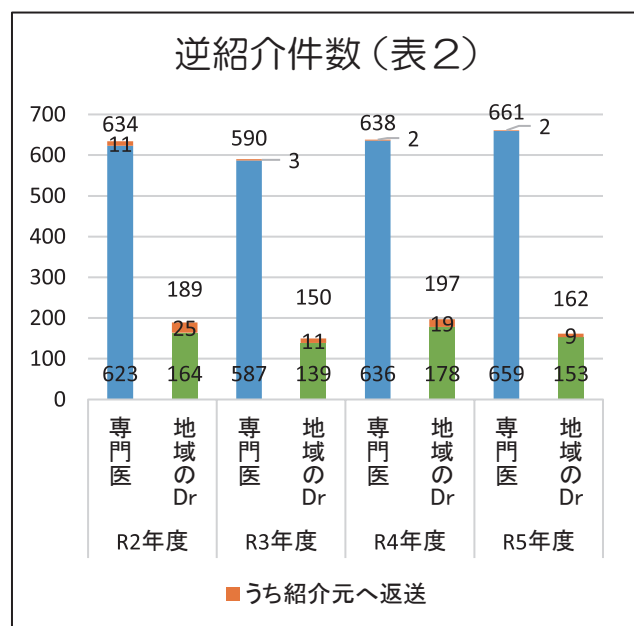
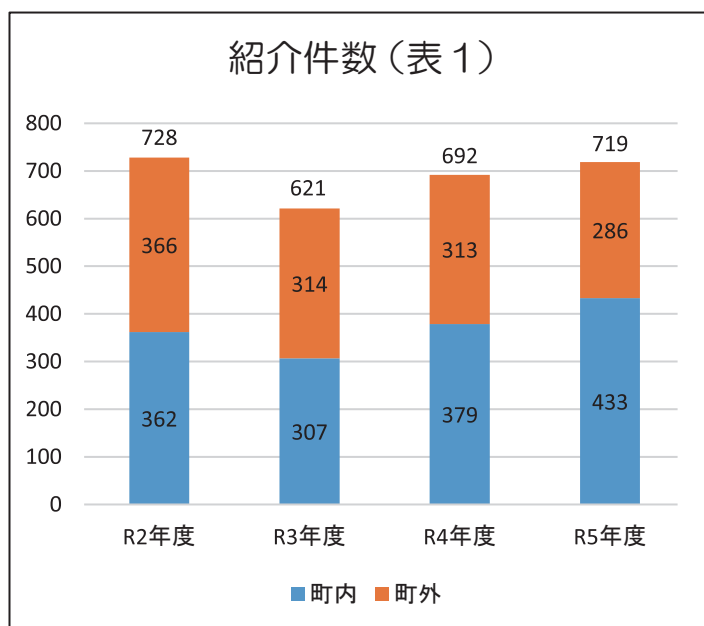
## 2. 逆紹介件数

逆紹介件数の状況を示したものが表2となります。逆紹介は、当院から他の医療機関へ紹介させていただいた件数となります。

青色のグラフは当院から専門医へ紹介を行なった件数、緑色のグラフが地域の先生方へ紹介を行なった件数となります。

当院では患者様の病状が安定し次第、紹介元の先生の方へお戻りいただくようにしていますが、紹介元へお戻りしてきた件数は1～2割（オレンジ色のグラフ）でした。

当院から多くの患者様が専門医へ紹介となっています。



当院は、患者様にあったより良い医療が提供できるよう、必要に応じて専門医への紹介を行い、地域と専門医をつなぐ地域支援病院として、日々動いています。



# いくつになっても元気に楽しく食べてほしいから ～知っておきたい誤嚥性肺炎を予防するためのポイント～

言語聴覚士 係長 後藤 智香子

だれでも人はみな、順番に年を重ね、体も変化していきます。  
食べることも同じで、ムセやすくなったり、食事に時間がかかるようになったり、  
少し心配な事が起きるようになります。  
普段の生活の中で、ちょっとした習慣を意識することで、こうした変化と上手く付き合っ  
ていきたいものです。

食べ物を誤嚥したとしても、必ず誤嚥性肺炎になるわけではありません。  
誤嚥する量が多かったり、口の中が不衛生だったり、高齢だったり、病気で体力が落ちていたり、  
免疫機能が低下していたりすると、誤嚥したものと一緒に侵入した細菌が、気管や肺で炎症を起こし、  
この炎症が悪化すると誤嚥性肺炎を引き起こすと考えられています。

## 誤嚥性肺炎を予防する4つの習慣

### ①誤嚥と肺炎予防のために体を鍛える

→ 日中は起きて過ごす 家事や散歩、庭・畑仕事も◎  
体幹が鍛えられ、強く吐き出す力を保てます

### ②口の中を清潔に保つ

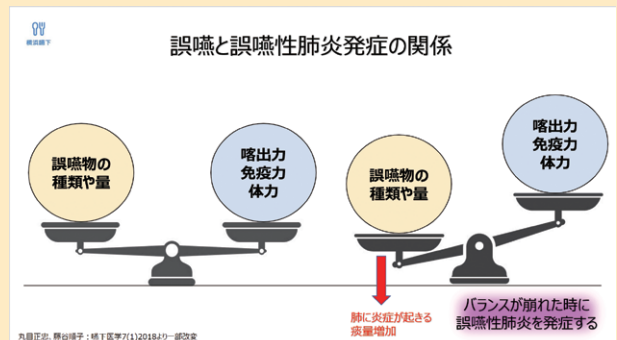
→ 歯磨き・うがい・義歯洗浄  
誤嚥があっても汚れが少なければ、  
気管や肺で炎症を起こしにくいです

### ③嚥下しやすい食事形態に調整する

→ 軟らかく、まとまりやすく、べたつかず。  
水分に適度なトロミをつけても◎

### ④嚥下しやすい姿勢や環境を整える

→ 足を床につけて、安定した座位。顎を軽く引いた嚥下しやすい姿勢



## 第64回全国国保地域医療学会で発表しました

医療安全対策管理者 看護師長 高橋 容子



令和6年10月4日・5日、岩手県盛岡市いわて県民情報交流センターで開催された。  
第64回全国国保地域医療学会「安全管理分野」においてポスター発表を行いました。

「多職種で推進する医療安全文化の構築」について、当院の医療安全管理体制の歩み、医療の安全を守り、  
質を担保するため医師、看護師、薬剤師、リハビリ職員、検査技師、放射線技師、栄養科職員、事務からなる  
多職種カンファレンスを定例化するまでの過程を報告しました。

医療の現場は多忙を極め、時間の調整や参加メンバーの確保が困難なことも多々あります。医療従事者同  
士の役割や考え方も異なるため、共通の理解を得るには時間も要します。しかし、多職種カンファレンスが  
継続的に行われ、組織全体に医療安全に対する意識が浸透することで、「医療安全文化」の醸成が実現する  
とされています。

カンファレンス以外にも集合研修など職種を超えた協力と対話の場を提供し、職員一人一人が意識し一丸  
となって取り組むことで、来院くださる患者さんにとってより安全で信頼できる医療を提供できると考  
えております。

# 外来診察表

2025年(令和7年)2月1日現在

診療科	診療時間	受付時間	月	火	水	木	金
内科	9:00~	8:00~11:00	名部 誠	名部 誠	眞鍋 憲幸	名部 誠	川大 厚東 識志 (循環器)
			古立 真一	古立 真一	上野 邦夫	古立 真一	上野 邦夫
			竹内 誠	徐 揚	徐 揚	岡大 池内 一廣	徐 揚
			川大 根石 陽二 (循環器)	岡大 楠本 衣代	高杉 幸司 (リウマチ外来)	岡大 楠本 衣代	岡大 楠本 衣代
内科	14:00~ 専門外来・要予約	8:00~16:00	名部 誠	眞鍋 憲幸		川大 神坂 恭 (循環器)	川大 厚東 識志 (循環器)
禁煙外来	9:00~	8:00~11:00	名部 誠	名部 誠		名部 誠	
外科	9:00~	8:00~11:00	村上 正和	村上 正和	寺本 淳	鈴木 宏光	村上 正和
			鈴木 宏光	難波 和昌	難波 和昌	寺本 淳	鈴木 宏光
				総合診療	総合診療		難波 和昌
外科	12:00~	8:00~15:30				川大 平 成人 (乳腺・甲状腺)	
外科	14:00~	8:00~15:30					岡大 枝園 和彦
泌尿器科	9:00~	8:00~15:30				(1・3・5) 佐古 真一	
						(2・4) 岡大医師	
小児科	休診中						
婦人科	9:00~	8:00~15:00		岡大 新井 富士美			
眼科	9:00~	8:00~15:30	岡大眼科医師				
	14:00~					岸本 典子	
耳鼻科	9:00~	8:00~11:00 (水)			岡大 菅谷 明子 (第1)松本 淳也		
	14:00~	8:00~15:30 (金)					岡大医師
整形外科	14:30~	8:00~15:30			岡山市民医師		岡山市民医師
皮膚科	(水)13:30~	8:00~16:00			岡大 水田 康生		
	(金)13:00~	8:00~15:00					川大 青山 裕美 (月1回)
形成外科	10:00~	8:00~11:00			川大 有安 拓巳 (1・3・5)		
精神科	9:00~	8:00~11:00				三島 睦憲	

