

すこやか加温



いつまでも健やかに・・・
——私たちの願いです。

医療法人 玉昌会 行動指針

低 賞 感 微

低：全てに謙虚な気持ちで接する

賞：お互いを思いやり敬意を払う

感：全てに感謝する

微：微笑みを添えて態度で示す

目 次

- 03. 巻頭言 副院長 濱田 浩志
- 04. 新型コロナワクチン接種について
- 05. 新入職者よりひとこと
- 06. ワクチンについて……………薬局
- 07. 腰痛について……………総合リハビリテーション
- 08. アサーションについて……………心理
- 09. 頸動脈エコー検査について……………放射線
- 10. サークル紹介
- 11. 個人情報保護方針
- 12. お知らせ

加 治 木 温 泉 病 院

《理 念》

行動指針「低賞感微」に沿った医療及び介護サービスを提供します。

《基本方針》

1. 患者さまの尊厳と権利を尊重した医療・介護を目指します
2. 患者さまの視点に立ち、良質で安心・安全な医療・介護の提供に努めます
3. 地域包括ケアシステムの構築に寄与し、全世代に対応した医療・介護・福祉サービスを含めた生活支援サービス提供を目指します
4. 『健康経営宣言』に則り、病院および在宅サービス事業部の健全な運営を行い、安心して働きがいのある職場づくりに取り組みます
5. 健診事業や健康増進事業に取り組み、職員や地域住民の健康管理や病気および介護予防に取り組みます

巻頭言

副院長
濱田 浩志



木々の緑も濃くなり日差しが厳しい本格的な暑い季節となりました。

季節は刻々と進んでいきますが昨年来の新型コロナ感染はいまだに私たちの日常に多大な影響を及ぼしています。日常生活、経済活動は制限されており将来的な展望がなかなか見出せない状況が続いています。感染者数は急激な増加とゆっくりとした減少を繰り返し数回の緊急事態宣言が発令されました。しかしながら遅々として進まなかったワクチン接種もようやく目途が立ち実施されてきています。早期に接種が行われた国々では徐々に制限が緩和されており我が国も早くそうした落ち着いた日常生活に戻ることを願っています。

さて新型コロナの影響で今年に延期された東京オリンピックが7月下旬より開催予定となっております。開催が危ぶまれた時期もありました。海外からの多数の人の流れがコロナ感染の拡大につながる事も懸念されています。しかしオリンピックを目指して長年トレーニングを続けてきた選手達を思うと晴れの舞台に出場してその成果を十分に発揮してほしいと思います。

また、オリンピック開催のこの時期には毎年台風や豪雨などの自然災害が多くなります。近年の台風は今までよりもその勢力、規模が大きくなり進路も複雑になってきております。豪雨も全国各地で発生し回数も多くなってきています。地球温暖化による異常気象の影響が強いと考えられ今後もさらに強大化が予想されており早めの十分な対策が必要です。また異常気象の影響で高温となり熱中症の危険性が高まり患者数も増加しています。熱中症は屋外だけでなく屋内でも発生し、また気温が高くない状態でも発生することが報告されています。猛暑は気象災害との認識が必要になってきました。水分補給や体調の変化には十分に留意して少しでもおかしいと思ったら早めに医療機関を受診するようにしてください。

最後に、新型コロナや熱中症などの健康被害及び自然災害など事前にできる対応や対策はしっかりと実施していただき57年ぶりに開催予定の東京オリンピックが無事に開催され成功裏に終わることを祈念したいと思います。

時節柄、一層のご自愛をお願い申し上げます。

新型コロナワクチン接種について

感染拡大防止の徹底

- マスクの着用や手洗い、3密を避ける、人と人との距離の確保など基本的な感染防止対策の徹底。
- 食べながらの会話は控える。会話は食後にマスクを着用してから。
- 換気の徹底。

高齢者の接種

始良市では65歳以上の方を対象に5月17日より予約、6月1日より接種開始しています。

当院では、平日の14時～16時に電話予約にて対応しています。外来のかかりつけ患者様については、外来診察日に受付で予約を行うことができます。web予約も今後実施予定にしています。

始良市以外の住所の方の接種

ワクチン接種は、住民票のある住所地での接種が原則です。

ただし、住所地での接種が困難である場合は、市役所で事前手続きをすることによって、住所地以外の医療機関でもワクチン接種を受けることが可能となります。

【市役所で事前手続きが必要な具体的な事情】

- 出産のために里帰りしている妊産婦
- 遠隔地へ下宿している学生
- 単身赴任者
- など

【市役所で事前手続きが不要な具体的な事情】

- 入院や施設入所の方
- 基礎疾患を持つ（市外の）方が（始良市内医療関係の）主治医の下で接種する場合
- 災害による被害にあった方
- 副反応のリスクが高い等のため、体制の整った医療機関での接種を要する場合
- 市町村外の医療機関からの往診により在宅で接種を受ける場合
- など

当院では、5月12日よりディープフリーザーを設置しています。基本型接種施設となり、近隣の10の医療機関に対してワクチンの小分け作業を行っています。

新入職者よりひとこと

早く仕事を覚えて、患者様の為に
一生懸命頑張ります。

2階看護師

日々誠実に仕事に励むつもりです
ので、ご指導ご鞭撻の程をよろしく
お願いいたします。

理学療法士

入職して1ヶ月がたちました。
病棟にも少しずつ慣れてきました。
何もできないなか、師長をはじめ、
先輩方に看護について指導して
いただいています。患者様との関わりで
最後に「ありがとう」と言ってい
ただくのは嬉しいです。一生懸命頑
張ります。よろしくお願いいたし
ます。

3階看護師

1日でも早く仕事に慣れて、皆様
のお役に立てるように頑張ります。
よろしくお願いいたします。

作業療法士

患者様の心に寄り添いながら、
心理士として成長していきたいです。
よろしくお願いいたします。

心理士

言語聴覚士として新しく4人が入職
しました。みなさんのコミュニケー
ションの架け橋となれるように頑
張ります。よろしくお願いいたし
ます。

言語聴覚士

憧れだった病院の管理栄養士にな
ることができて喜びを感じています。
1日でも早く仕事を覚えて、病院に
貢献できるよう一生懸命頑張ります。

管理栄養士

私達医事係は、直接患者様と関わる
機会は少ないですが、受付・事務作業
を通して、スムーズに病院を回して
いけるよう、精一杯頑張ります。
よろしくお願いいたします。

医事係

新型コロナウイルス感染症に対するワクチンの接種が、国内でも始まっています。早ければ7月中にも、一般の方への接種が始まる見通しだと言われています。そもそもワクチンとは何なのか、気になっている方も多いと思います。

ワクチンとは？

ウイルスや細菌といった、感染症を引き起こす病原体を弱毒化したものの事を言います。接種する事により、体内に免疫が作られ、感染症への感染リスクが下がる、重症化の可能性が下がる、といった効果が期待できます。

ワクチンの種類は？

一口にワクチンといっても、その種類は様々です。以下にいくつかのワクチンの特徴を紹介します。



・生ワクチン

生きたウイルスや、細菌を原材料に用いたワクチンです。ただし、そのまま人の体内に打つのではなく、毒性を弱め、病原性を失くしたものを用います。毒性を失くした病原体が体内で増え、それに対して体が免疫を作ることを目指しています。

麻疹風疹混合（MR）ワクチンや水ぼうそうワクチン、BCG、おたふくかぜワクチンなどが、生ワクチンに該当します。

・不活化ワクチン

ウイルスや細菌の、感染する能力を失わせたものを原材料としたワクチンです。自然感染や生ワクチンに比べ、生み出される免疫力は弱いので、複数回の接種が必要なものもあります。接種回数はワクチンにより様々です。

インフルエンザワクチンのほか、日本脳炎、百日咳・ジフテリア・破傷風の三種混合ワクチンなどがこのタイプです。

・メッセンジャーRNAワクチン

上記二つのワクチンが病原体を利用していたのとは違い、こちらのワクチンは病原体のタンパク質の設計図ともいわれる、メッセンジャーRNAというものを利用しています。

人工的につくられたメッセンジャーRNAを人の体内に投与することで、ウイルスの一部と同様の特定のたんぱく質がつくられ、これに対する免疫（抗体）がつけられます。

当院で接種予定の新型コロナウイルスワクチンは、このタイプのワクチンになります。

ワクチン接種により、感染、重症化のリスクは低減できますが、完全ではありません。接種以降も感染対策は怠らないよう、気を付ける事が大切です。

腰痛について

国民の80%が、一生に一度は「腰の痛み」を経験しています。男性では最も多く、女性では2番目に多い訴えです。

腰痛でわかっていること

- ・レントゲンなどの画像と腰痛の関係は乏しい。
- ・腰痛経験者の約47%は明らかな問題が当たらない。

※腰痛がある＝原因があるとは限らない！

腰痛の痛みの種類

原因のはっきりしている「特異的腰痛」

レントゲンやMRI画像で原因部位がはっきりしている腰痛のことをいいます。具体的には椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症などがあります。

原因がはっきりしない「非特異的腰痛」

85%はこちら。ざっくり腰のように原因がはっきりしない腰痛のことをいいます。過度の不安や安静は腰痛を長引かせ、再発の原因にもなると言われています。腰痛があってもできるだけ生活や仕事は続ける。安静は最小限にすべきというのが世界では推奨されています。

腰痛セルフチェック

- 腰を曲げて痛い場合 → 腰を伸ばす運動
- 腰を伸ばして痛い場合 → 腰を曲げる運動

※腰の運動 ＋ 全身運動が効果的と言われています。

おすすめの運動

◇足の抱え込み（腰の運動）

寝た状態で息を吐きながら片足を抱えて膝を肩に近づけるように20秒とめる。反対の足も同じようにお腹の力を抜いてお尻や腰が伸びるように。

◇ウォーキング（全身運動）

ご自身の体調に合わせて約10～30分、途中で休憩を入れても結構です。少し息が早くなる程度、人と楽に会話ができる程度、やや汗ばみ、爽快感を味わえる程度の運動が最適です。

※運動を行う際の注意として、痛みがでたり、痛みが増す時は、速やかに中止する。やりすぎは逆効果となる。

アサーションという言葉をご存知でしょうか。アサーションとはコミュニケーション・スキルの1つであり、自分も相手も自己表現した言い方という意味です。もっと具体的に言えば「自分の考え、欲求、気持ち等を率直に正直に、その場にあった適切な方法で述べる」ということになります。

3つのコミュニケーションタイプ

アサーションの理論では、コミュニケーションのタイプを大きく3つに分けて考えます。

アグレッシブな方法（攻撃的）

自分のことを中心に考え、相手のことはまったく考えないやり方です。例えば、失敗した人に対して、理由や言い分など聞く余地もなく頭ごなしに叱責をするような表現です。自分の気持ちは抑えることなく表現していますが、相手の気持ちは考慮していないので、相手は不快な思いをします。また、怒鳴ったり威圧的な態度で表現するだけでなく、どんなに優しい口調で言ったとしても、相手に選択の余地のないような状況で頼み事をするなど、巧妙に自分の欲求を押し付けて、相手を操作して自分の思い通りに動かそうとする態度もアグレッシブな方法と言えます。

ノンアサーティブな方法（非主張的）

自分の感情は押し殺して、相手に合わせるようなやり方です。例えば、いつも友人に雑用を頼まれて嫌なのに、はっきりと断れずに引き受けてしまう態度のことです。このような態度は一見すると、相手を配慮しているようにも見えますが、自分の気持ちに率直ではなく、相手に対しても率直ではありません。自分の気持ちを抑え続けていると、次第に欲求不満がつのり、相手に対して「譲ってあげた」という恩着せがましい気持ちや、「人の気も知らないで」という恨みがましい気持ちになってしまいます。

アサーティブな方法

自分の気持ちや考えを相手に伝えるが、相手のことも配慮するやり方、自分も相手も大切にしたいやり方です。アサーティブな自己表現では攻撃的な方法でも、非主張的な方法でもなく自分の気持ち、考え、信念に対して正直・率直に、また、その場にふさわしい方法で表現します。しかし、どんなにアサーティブに表現したとしても、それが相手に受け入れてもらえるとは限りません。お互いが率直な意見を出し合えば、相手の意見に賛同できないことも出てくるでしょう。そのときに、攻撃的に相手を打ち負かしたり、非主張的に相手に合わせたりするのではなく、お互いが歩み寄って一番いい妥協点を探ることがアサーティブなあり方であると言えます。

動脈は心臓から全身に血液を送る血管であり、偏った生活習慣などによって弾力性が失われる動脈硬化が進行します。動脈硬化が進行し血管が詰まったり破れたりすることで脳梗塞・脳出血や心筋梗塞を始めとした様々な病気につながります。

動脈硬化の程度を調べる検査の一つに頸動脈エコー検査があります。

■頸動脈エコー検査でわかること■

検査では頸動脈壁の厚さや内側の狭さの程度、プラークと呼ばれる血管内へ突出した病変などを観察します。頸動脈自体の状態について知ることができるほか、検査の結果から全身の動脈硬化の程度を推測し治療方針を決めたりや生活習慣の改善について考えることができます。

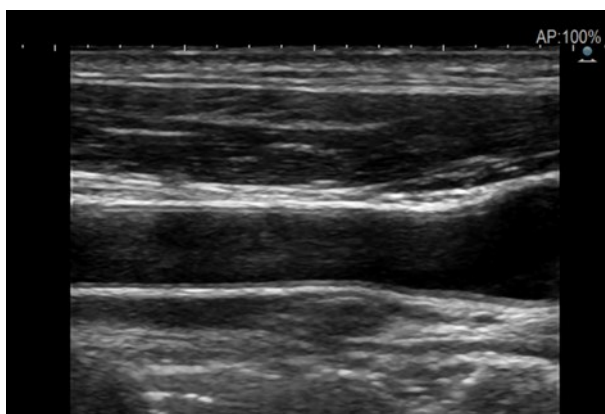


図1: 正常（中央の黒い部分が血管）

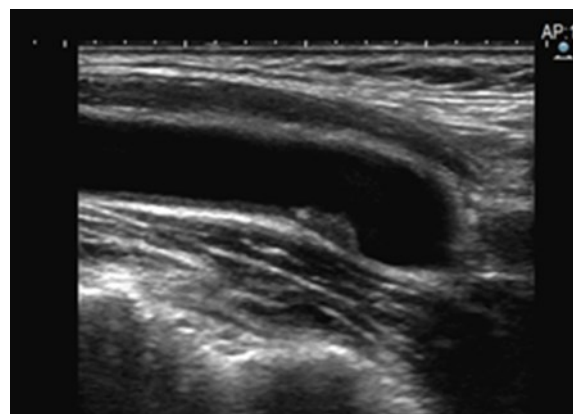


図2: プラーク

■検査方法について■

ベッドに仰向けに寝ていただいて首にゼリーを塗り、超音波の機械を当てモニターに映し出された像を観察します。

検査は放射線を使わないため被ばくのリスクはなく安心して受けていただくことができます。

検査時間は検査を受けられる方の状態によって異なりますが10～30分程度です。食事制限はありません。首元を広く開けられる服装でお越しただき、ネックレスなどは事前に外していただくようお願いします。



サークル紹介

テニス

皆さん、コロナウイルスの影響で運動不足になっていませんか？テニスサークルは月に2～3回程度、19時半～21時半の時間で主に始良市総合運動公園にて練習を行っています。

昨年はコロナウイルスの影響もあり、ほとんど活動はありませんでしたが、春より状況をみて再開しています。他部門スタッフとの交流の機会にもなっており、何より身体を動かすことでリフレッシュ出来ます！感染時期前には定期的に院内大会も開催しており、様々な人とチームを組み、普段の練習と違った盛り上がるイベントとなっています。

今後も感染状況に合わせて院内大会を行っていきたいと考えています。現在、参加している方の三分之一は初心者で、経験者も初心者も一緒に楽しく活動しています。



フットサル

私たちフットサルサークルは、週1回練習を行っております。看護師・リハビリスタッフ・放射線技師等、様々な職種が在籍しており、職種の枠を超えて親睦を深めつつ、リフレッシュしております。練習の成果を試すべく、フットサル大会にも年2回を目標に参加しております。(1度だけですが入賞経験もあります！)

初心者も多く在籍しているサークルですが、経験関係なく楽しみながら活動を行っております。

【練習について】

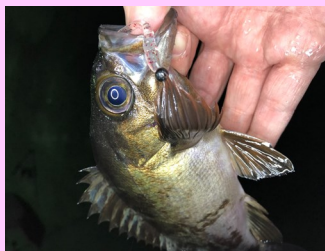
場所：大楠アリーナ(蒲生) 時間：20:00～22:00 内容：基礎練習・試合形式

釣り

釣り部では、1年を通して様々な種類の魚を狙った釣りを行っています。時期によっては、船釣りや離島への遠征を行うなど毎年楽しいイベントを企画・実行しています。甑島や長島などへの遠征では、離島に宿泊しおいしい魚を釣り、食べるという贅沢な遠征を行うことができます。昨年度はコロナウィルスの影響もあり、活動ができませんでした。

今年度は、感染対策を行い、船釣りを行う際は、船をチャーターし外部の方とは同乗しないなど、感染に十分注意しながら活動を行っています。

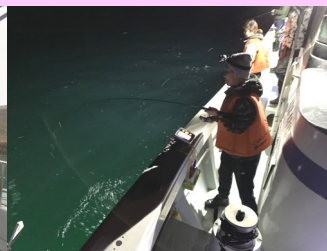
釣りに興味がある方や釣りを始めてみたい方など大歓迎です。大自然と一緒に味わい、新しい趣味活動を見つけてみませんか？



メバリング



甑島遠征



アジング



筏釣り

○個人情報保護方針

当院は、個人の権利・利益を保護するために、個人情報を適切に管理することを社会的責務と考えます。個人情報保護に関する方針を以下のとおり定め、職員及び関係者に周知徹底を図り、これまで以上に個人情報保護に努めます。

1. 個人情報の収集・利用・提供

個人情報を保護・管理する体制を確立し、適切な個人情報の収集・利用および提供に関する内部規則を定め、これを遵守します。

2. 個人情報の安全対策

個人情報への不正アクセス、個人情報の紛失、破壊、改ざんおよび漏洩などに関する万全の予防措置を講じます。万一の問題発生時には速やかな是正対策を実施します。

3. 個人情報の確認・訂正・利用停止

当該本人（患者さま）等からの内容の確認・訂正あるいは利用停止を求められた場合には、別に定める内部規則により、調査の上、適切に対応します。

4. 個人情報に関する法令・規範の遵守

個人情報に関する法令およびその他の規範を遵守します。

5. 教育および継続的改善

個人情報保護体制を適切に維持するため、職員の教育・研修を徹底し、内部規則を継続的に見直し、改善します。

6. 診療情報の提供・開示

診療情報の提供・開示に関しては、別に定めます。

7. 問い合わせ窓口

個人情報に関する問い合わせは、各部署責任者または以下の窓口をご利用ください。

個人情報保護相談窓口：地域医療連携センター

○診療情報の提供及び開示につきまして

当院では、患者さま・ご家族より診療情報の提供及びカルテ開示についてお申し出があった際は速やかに対応させていただくシステムになっておりますが、必要な条件書類等がございます。担当の窓口にて対応させていただきますので、ご遠慮なく病棟スタッフへお申し出ください。

○セカンドオピニオンにつきまして

患者さま・ご家族が、当院で十分納得して頂き、患者さまが主体的に治療を受けて頂く為に、第三者である他医療機関の医師の診療をうけることについてはそれに応じさせていただいております。同じく他医療機関を受診されている患者さま・ご家族についても対応させて頂いております。詳しくは地域医療連携センターまでお尋ね下さい。

○患者さまの権利宣言

すべての人は、人格を尊重され健康に生きる権利を有しています。患者さまにおかれましては、健康を回復し、維持増進するために、医療スタッフの助言協力を得て、患者さまの選択のもとに、最善の医療を受ける事は人として基本的権利です。

【平等で良質な医療を受ける権利】

患者さまは本人の経済的社会的地位、年齢、性別、疾患の種類などにかかわらず平等で良質な医療を受ける権利があります。

【選択の自由の権利】

患者さまは担当医師および医療機関を選択し、または変更する権利があります。またいかなる時でも他の医療機関の医師の意見（セカンドオピニオン）を求める権利があります。

【知る権利】

患者さまは、自らの状況（病名、病状、検査結果）について納得するまで十分に説明を受ける権利があります。

【自己決定権】

患者さまは納得できるまで説明を受けたのち、医療スタッフの提案する医療行為を自分で選択する、同意して受ける、あるいは拒否する権利があります。

【個人情報の保護】

患者さまは、全ての個人情報、プライバシーが守られる権利があります。

お知らせ

当院では、コロナウイルス感染防止のため、来院者全員に正面玄関での検温をお願いしております。

非接触で検温できる、体表温度測定付マルチターミナル「UFT-2060TM」を設置しております。本体より1mの範囲で体表温度測定を行い、閾値を超えた場合は音声と画面でお知らせします。

マスク着用したまま検温ができます。顔で検温しますので、帽子サングラスなどの着用を避け、前髪をかき上げていただくにより精度の高い測定が可能です。異常体温・マスク不着用を検知し、お知らせします。

平日8～18時は正面玄関にスタッフがおりますので、ご不明な点はお声掛けください。

(平日18時以降、土曜日12時半以降、日祝終日は警備員が対応いたします。)

みなさまのご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。



※本掲載分の個人名・団体名につきましては個人情報保護法に基づき、本人またはご家族の同意を得て掲載されております。



医療法人 玉昌会 加治木温泉病院

〒899-5241

始良市加治木町木田4714

TEL 0995-62-0001 (代)

FAX 0995-62-3778

URL <http://www.gyokusyukai.com>

診療科目

- 内科 ●腎臓内科(人工透析) ●リハビリテーション科
- 整形外科 ●脳神経内科 ●脳神経外科 ●消化器内科
- 消化器外科 ●肝臓内科 ●循環器内科 ●外科
- 耳鼻咽喉科・頭頸部外科 ●皮膚科 ●泌尿器科 ●歯科

