紅鶴（べにづる）

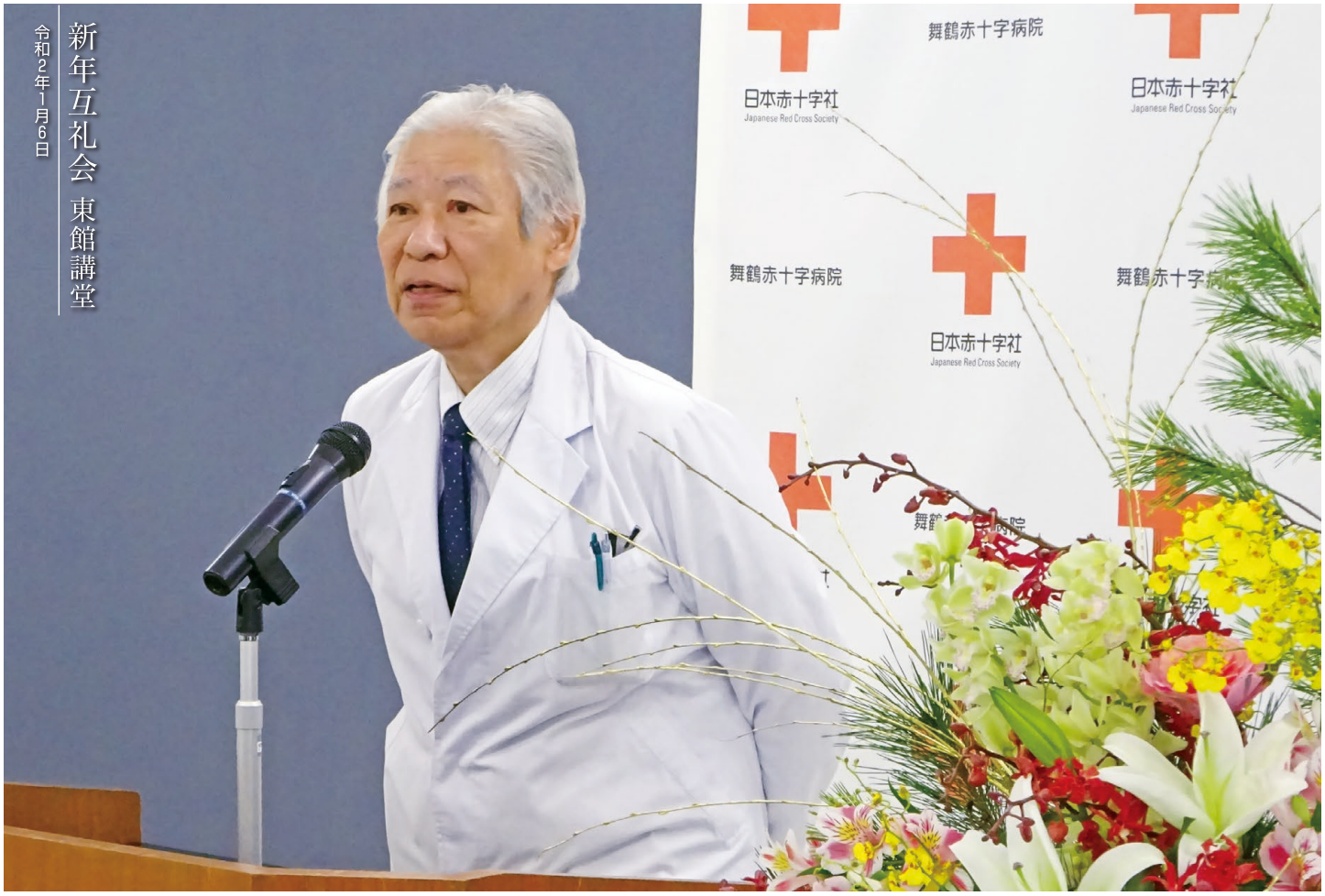
Vol.94 令和2.1.31発行（2020年）

舞鶴赤十字病院

編集発行：舞鶴赤十字病院
〒624-0906 京都府舞鶴市字倉谷427
TEL 0773-75-4175 http://maizuru.jrc.or.jp/

もくじ
CONTENTS

- 巻頭言 …… P2
- 職場紹介 …… P3
- 医食同源 …… P3
- 地域連携のおはなし …… P4
- トピックス …… P6
- インフォメーション …… P7
- 人事だより …… P7
- 読者のコーナー …… P7
- 外来診療担当医表 …… P8
- 編集後記 …… P8



令和2年1月6日 新年互礼会 東館講堂

ここらの地名

舞鶴赤十字病院編 その55

舞鶴市文化財保護委員
舞鶴地方史研究会会長
加藤　晃 様

温気ヶ宇呂［おけがうろ］

森の東舞鶴公園から南へ1.5㎞ぐらい山奥に、岩棚を流れ落ちる15mほどの滝があります。平安時代初めに長雲寺を開いた仙人が、天から「温泉が出るから守りなさい」と告げられて、この滝の滝つぼをかき回すと温泉になりました、という言い伝えがあります。かたわらの大木から作った仏像は、湯薬師と呼ばれます。

穴観音［あなかんのん］

神崎の海水浴場から東の方、槇山の麓の岩が割れた穴に観音様とお地蔵様が祀られています。むかし目の見えない母親の夢枕に三体の観音様が現れなさったので、開眼をねがって願をかけたところ見えるようになったと伝わります。お参りしやすいように地元の人が駐車場を作ったので、参詣者がうんと増えているとか。

高島［たかしま］

野原の海岸西寄りの港から沖に出ると、目の先（2km）に高島が見えてきます。ほぼ円く、標高は41m。岩穴がいくつも開いていて、ボートで通れるところもあります。出口が見えているところもあり、洞窟好きにはぞくぞくするほどうれしいでしょう。上の穴から空が見えるところもあり、岩の様々な表情が楽しめます。

巻頭言 Lead Speech

事務部長
高橋 裕行
たかはし ひろゆき

昨年を振り返って ～「チーム」を目指そう！～

２０２０（令和２）年、新年明けましておめでとうございます。「令和」、初めての年末年始をお健やかにお過ごしになられたこととお慶び申し上げます。

４月に着任後、厚かましくも２度目の登場となります。

さて、皆様にとりまして、「令和」という新たな年号となり、気持ちも新たにされた昨年は、いかがでしたでしょうか。

私自身、振り返りますと、最も印象に残った出来事は、流行語大賞にも選ばれた「ＯＮＥ　ＴＥＡＭ」を掲げた第９回ラグビーワールドカップの「日本」の健闘です。対戦を欠かさず、テレビで観戦し、感動しまくりでした。本当に“あっぱれ！”でした。

「日本」は、目標のベスト８に見事進出し、にわかファンが急増し、ブームを巻き起こしました。１９９５年の第３回大会でニュージーランドに１７対１４５のスコアで大敗したことからすると、隔世の感があります。

なぜ、感動したのか、考えてみました。それは、「日本」が「チーム」であったことではないでしょうか。御承知のとおり、「チーム」は、「全員が積極的に関わり、能力を補完しあいながら、集団的な業績を目指す組織」と言われています。「日本」は、ベスト８以上という目標を掲げ、家族等、周囲の理解と協力も得ながら、言語を絶する練習を行い、有言実行したのです。実況にもありました「もはや奇跡とは呼ばせない。」の偉業でした。

それを可能にしたのは、選手・監督・コーチはもとより関係者間の深い「信頼」であったと思います。そのゆるぎない「信頼」を築くためには、一人一人の不断の能力向上はもとより、重ねられた「コミュニケーション（意思の疎通）」の確保があったと思います。

複雑・多様化し、大変忙しい職場環境の現代社会において、「コミュニケーション」の重要性は高まっていますが、実行はむずかしいと言わざるを得ません。皆さんの職場は、いかがでしょうか。職場では、「チーム」として、年度等の目標の実現に向け、各自が自己研鑽を重ね、他者と協力し合いながら、日々努力されていることでしょう。また、管理監督者の方々は、「チーム」の業務進捗を、振り返りも行いながら、マネジメントされ、より良い結果につなげようとされていると思います。

そこに、「コミュニケーション」は必要不可欠と思いますが、いかがでしょう。こうした日々の取組が持続できる職場の風土を築いていただきたい、築けているところは、他の範となるように前進していただきたいと思います。幹部職員の一人としては、各職場の目標実現に向け、微力ながら、支援していかなければならないとその責任を痛感しています。それぞれが役割を果たしながら、『舞鶴赤十字病院』の更なる進化を目指しましょう！

今年は、東京オリンピック・パラリンピックが開催され、スポーツによる感動がたびたび体感できるとワクワクしています。この1年、災害がなく、皆さんが健康に留意され、ますます活躍されますことを心から祈念いたします。まとまりのない話で申し訳ありませんが、今年もどうぞよろしくお願いいたします。

舞鶴赤十字病院理念

赤十字理念「人道・博愛」のもと、
一人ひとりにやさしさと思いやりをもって、
いのちと健康、尊厳を守り、
地域医療に貢献します。

基本方針

1 地域医療の中心的役割を果たすために、救急体制を整備し、安全で質の高い医療を提供します。
2 地域の中核病院として、他の医療・保健・福祉施設と協働し、地域医療連携の推進に努めます。
3 赤十字の使命である災害救護に貢献します。
4 健全で合理的な病院経営に努めます。
5 快適な医療・療養環境の整備に努めます。
6 職員は常に研修・研鑽に努め、病院はこれを支援します。

人間を救うのは、人間だ。 Our world.Your move.

職場紹介　こんにちは放射線科部です！

●文　放射線技術課長　藤原（ふじわら）　朗（あきら）

私たちを見かけたら声をかけてくださいね！

放射線科部は、放射線科部長と7名の診療放射線技師が在籍しております。

放射線科の業務は、24時間体制のなか医師の依頼のもと、様々な装置を用いて画像を提供しております。

一昨年よりCT装置、一般撮影装置とFPD（フラットパネルディテクタ）、そしてMRI装置と最新の装置に更新出来ました。それらにより、私たちが扱う画像も低被ばくでありながら、高精細で診断し易く再現性のある画像を提供できるようになりました。なおかつ、患者さんに安心して検査を受けていただけるよう、日々心がけております。

検査時に不安なことなどありましたらお気軽にお声掛けください。

MRI装置

CT装置

医食同源　栄養課だより

～病気を治療するための薬と食事、根源は同じ～

正月やお盆、その他祝祭の日に神に供えた豆や野菜を行事の後に煮たことから始まった「いとこ煮」という料理を紹介します。地域によって違いますが、一般的にはかぼちゃと小豆を甘く炊いたスタイルです。

かぼちゃはβ-カロテンが豊富で肌や粘膜を丈夫にし免疫力を高めます。他にビタミンE・C・B1・B2なども含まれています。

小豆はビタミンB1・鉄分・食物せんいなどが多く、疲労回復や貧血予防・便秘解消などに効果があります。

ただし、両食品とも糖質が多く血糖値に影響がありますのでご注意を！

食品はそれぞれに色々な効能を持っています。高い効能を持つ食品であっても、一部のものだけを偏って食べ続けてしまうとからだの中でうまく代謝されず、その効能を生かせないこともあります。

旬の食品を中心にできるだけたくさんの種類を食べるよう心がけましょうね。

いとこ煮の語源

説1　かたい材料から順に入れて煮ることから、おいおい（甥）、めいめい（姪）にかけたごろ合わせで「いとこ煮」

説2　近親関係の野菜ばかりを煮るため「いとこ煮」

他にも様々な説があります。

かぼちゃと小豆のいとこ煮

材料【1人分】

かぼちゃ	100g	しょうゆ	3g
小豆	10g	さとう	5g
（ゆで小豆なら	25g）	水	100cc

作り方

1 小豆を一晩水につけておき、軟らかくなるまで煮る。（お急ぎの時はゆで小豆でも）
2 かぼちゃは種とわたを取り、3cm角に切る。
3 鍋に水と調味料を入れ、皮を下にしてかぼちゃを並べる。中火にかけ、煮立ったら落とし蓋をし、火を弱めて煮る。
4 かぼちゃがやわらかくなったら、ゆで小豆を加え、煮汁がごく少量になるまで煮る。

エネルギー	140kcl
糖質	25g
食物繊維	6g
鉄分	0.9mg

SPEAK TO MEDICAL

地域連携のおはなし

●文　滝川（たきがわ）　良子（よしこ）
訪問看護ステーション
訪問看護認定看護師
難病認定看護師

皆さんの暮らしを支える「チーム力」

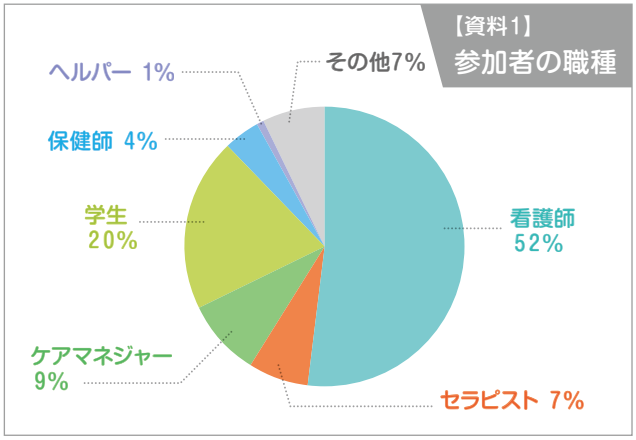
これからの時代、難病や高齢者の方が地域で暮らしを続けるために大切なのは「チーム力」。みなさんの「チーム力」はいかがですか？

神経難病に特化した病院は世界に3つしかないのをご存知ですか？去る9月15日、その3つしかない病院のひとつ、東京都神経病院で難病認定看護師として活躍されている工藤芽衣子さんをお呼びして、ＡＬＳ（筋萎縮性側索硬化症）の勉強会を開きました。

ＡＬＳとは神経難病の中でも全ての機能を全廃してしまう病気ですが、人としての人格は維持される病気です。最近は国会議員にＡＬＳの方もおられ、ニュースにもなっているのでご存知の方も多いと思います。舞鶴にもＡＬＳや神経難病の方はおられますが、その支援には地域格差があるのが現状です。

当日は保健師さんやケアマネージャーの方々にもお越しいただき、１２０名の参加者がありました。【資料1】　医療、介護を問わず、難病支援をどうしていくのか、関心が高かったことがわかります。

お話の中で特に印象的だったのは、地域との連携です。「医師・リハビリ・ケアマネージャーだけでなく、在宅医・ヘルパー・看護師・保健師などの多職種で、できる限り早期からチームを構成する。信頼関係の構築をしながら、その方の療養生活を支える顔の見えるチームを形成していく。」というお



話に、とても共感しました。

今、日本は人類が見たことのない高齢化社会へと突入しています。医療界も臓器別専門医から、かかりつけ機能のある医師へとニーズが変化してきています。難病も高齢者もともに地域で暮らしを続けるためのキーワードは、「チーム力」であると感じたのです。みなさんのチーム力はいかがでしょうか。親・兄弟・子供だけで療養者を支えるには限界があります。療養の初期段階からチームを作るのは、神経難病だけではないと思います。是非一度ご自分の「チーム力」について考えてみてください。

参加いただいた方々からも多くの声をいただきました。いただいた感想をいくつかご紹介いたします。

看護師

- 初期から患者家族と話し合う大切さや他職種との連携の大切さを学べた。
- 難病ケアを実施していく際は、先を見越した予測した対応がとても大切だと思った。
- 地域との連携。今はなかなか難しい。もっと顔の見える関係を作りたい。

セラピスト

- ＡＬＳの方は障害受容に苦しむと思うので先手先手をうつのは難しいなーと感じながらも、それが今後のことを考えると大切なんだと思いました。
- 診断された時点でチームとして関わっていくことの重要性がよくわかりました。

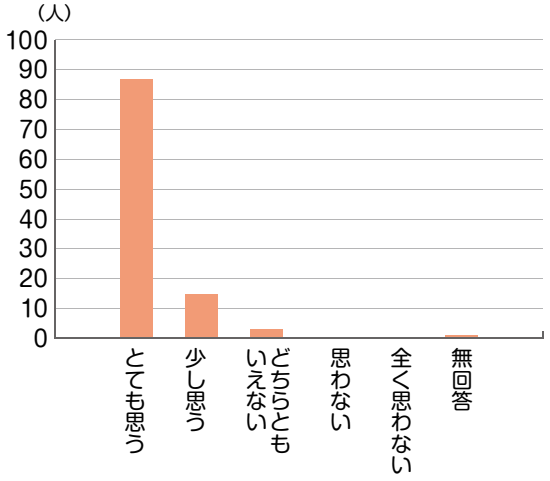
保健師

- チームワークが大切なこと、他職種にも伝えていきたいと思います。
- 早く訪問看護を導入したほうが良いことを理解できました。
- ＡＬＳ患者家族の療養生活をチームで支える大切さを再認識しました。
- 改めて理解が深まりました。対象者によって対応が変わりますが、早い段階で関わりが持てるように努めていきたいと思います。

ケアマネージャー

- 本人の意思決定を支援するために、早くから医療職の介入がとても大切だと感じました。
- 初期支援の大切さをすごく感じました。そのチームができていなかった方への支援は、今からどうすればいいのだろうと思います。

自施設職員へこの内容を伝えたいと思いますか？



多くの感想をいただきましたが、全てを載せきれないのが残念です。多くの方々が感じておられる「チーム力」に、当ステーションが少しでもお役に立つことができれば幸いです。

なお、いくつかいただいた質問に対する工藤さんからの回答やその他の感想も当院ホームページで公開しておりますので、是非ご覧ください。

[Topics] トピックス

全国球技大会参加 ～創部一年目にして全国へ～

リハビリテーション科 急性期入院係長　千坂（ちさか）　仁志（ひとし）

当院にはいくつかの運動部があり日々活動しております。そして、一年に一度、練習の成果を発揮すべく近畿地区赤十字病院球技大会が開催され、そこで勝ち残ったチームは全国大会へと進むことができるのですが、この度、当院のフットサルチームが創部一年目にして全国大会へ出場できることとなりました。全国大会は大阪の舞洲で2日間にわたって行われましたが結果は惜敗が続くなか北海道代表の旭川赤十字チームに辛くも勝利し、15チーム中11位と健闘しました。これも、地元で練習にお付き合いいただいているチームの方々や助っ人に来ていただいている選手の方々のおかげだと思います。本年度もより精進し、好成績に繋げていきたいと思います。

職員旅行 in 京都

親和会 厚生部 看護師　柴田（しばた）　あす香（か）

令和元年11月9日、晴天のもと職員旅行で京都嵐山へ行ってきました。職員17名が参加し、8時にバスで病院を出発しました。

まず保津川下りのため亀岡に向かい、全員で1隻の船に乗り、約2時間かけて亀岡から嵐山までの景色と船頭さんのユーモア溢れるお話を楽しみました。保津川下りが初体験の職員が多かったこともあり、大いに盛り上がりました。

嵐山ではまず人力車に乗って嵐山の風景を楽しみ、渡月橋や竹林、有名な観光名所から穴場のカフェや神社など、車夫さんならではのお勧めスポットを知ることができました。人力車から見る景色は特別なものに感じました。昼食は京都らしい湯葉を堪能しその後、嵐山周辺を各々自由散策し、お目当ての土産も購入しました。

最後にトロッコ列車に乗り、紅葉には一足早かったのですが、ライトアップされた日中とは違う景色を感じることができ、とても感動しました。

他職種との交流もでき、とても充実した1日でした。

出張講習会を開催しました

- ●日　　時：令和元年12月23日(月)　14：30～15：30
- ●場　　所：浮島分校 図書室
- ●テ ー マ：「生活習慣病の予防について」
- ●講師・文：医療社会事業課　看護師 吉川久美子

教職員研修の一環として上記の内容で依頼を受けました。

まず自身の健診結果を見ながら、生活習慣病の予防について話を聴いていただきました。その後に、自分のデータで気になったところについて、内容を共有するという方法で進めました。結果は見ていても、その状態が続くとどうなるのか、改善するにはどうしたらいいのか、予防はどうなのかなど具体的なことまでは考えられていないようでした。今回のように検査結果を理解することで、身近なこととして受け止められたようです。また、実際に「痛風発作を起こし大変だった！」などの体験談も飛び出し、予防に気を付けなければとさらに理解が深まったようです。

「健康で仕事ができるよう、これからも身体を大切にしましょう！」副校長の挨拶で和やかな講習会が終了しました。

Information インフォメーション

2019年度 糖尿病教室予定

会場：舞鶴赤十字病院 東館1階講堂

毎月第3水曜日 13時30分から

お問合せは 医療社会事業課／健診センター（TEL 0773-75-1920）まで

月日	内容「テーマ」	担当者
2月19日(水)	なりたくない！合併症 ～3大合併症とし・め・じ～	5階病棟看護師
	糖尿病最新治療“24時間血糖が測れるグルコースモニタリングシステム”	角出 糖尿病看護認定看護師
3月18日(水)	糖尿病座談会	糖尿病サポート委員会メンバー

舞鶴赤十字病院では、定期的に医師や看護師等による糖尿病教室を行っております。

当院に通院されていない方でも結構です。よいコントロールを続けるために是非ご参加ください。

※都合により会場・時間が変更になる場合があります。

人事だより Personnel Changes

【採用】

臨時看護師	小嶋 優子	令和元年11月1日付
臨時主事	吉﨑 ほの香	令和元年11月11日付
臨時主事	濵田 正子	令和元年11月25日付
臨時薬剤助手	中西 尚美	令和元年12月1日付
臨時看護助手	村田 薫	令和2年1月1日付
臨時主事	持田 智美	令和2年1月14日付

【退職】

臨時主事	岩鼻 真由美	令和元年11月30日付
臨時看護師	高岡 彰子	令和元年11月30日付
看護師	藤田 麻子	令和元年12月31日付
看護師	追田 さゆり	令和元年12月31日付
臨時検査助手	羽賀田 優子	令和2年1月31日付

イキイキ 読者のコーナー

読者の皆様からの、短歌、俳句、川柳、詩、写真などを掲載させていただくページです。投稿ならびにお問合せは、医事課　竹原までお願いします。なお、作品には、住所、お名前、電話番号もお書き添えください。

短歌［作者50音順］

梵鐘のくぐもりし雨音に　今日一日の幸を聞きいる
デイサービス　二部合唱の　赤とんぼ　ちぐはぐなれど　自信もちあり
市内桑飼上　佐藤　英子　様

肌を刺す風の入江の浮寝鳥　渓流の音を背中に大根引く
市内桃山町　塩尻　絹子　様

一日（ひとひ）かけ海越えてゆきし娘より　瞬時にとどくラインの動画
豪州の見知らぬ街を走りいる　馬の荒息聞こゆる動画
市内余部上　瀬野　幸子　様

子のもとへ行きにし老いに賜りし　ほととぎす咲く幾年を経て
良薬は口に苦しと知りをれど　ほんに苦しよこの風邪ぐすり
市内紺屋　中嶋　洋子　様

俳句

通り過ぎ皆に香りくる金木犀（きんもくせい）
生かされていることに謝し月眺（なが）む
市内桑飼上　佐藤　英子　様

舞鶴赤十字病院 外来診療担当医表

2020年1月1日時点

診療科		月	火	水	木	金	受付時間	診察開始時間	備　考
内科	新患（予約外）	（午前）榊原	（午前）榊原／米山	（午前）榊原	（午前）宮脇	（午前）楊	7時45分～11時30分	（月）　9時40分 （火～金）8時45分	火曜の初診の方は榊原医師が診察します
	再診（予約）	米山 楊	西田	西田	西田	西田 米山	予約制	8時45分	
	専門外来（予約）		《糖尿病外来》芳村	《禁煙外来》担当医			予約制	（火）10時30分 （水）14時	《糖尿病外来》紹介状を地域連携窓口に持参し予約の相談をしてください（電話予約不可） 《禁煙外来》診察は隔週、予約受付は平日の14時～16時（電話予約可）
消化器内科	午後（予約）	（新患）酒田	休 診	休 診	休 診	（再診）酒田	予約制	13時20分	月曜の新患は予約制診察です（電話予約可） 新患の予約受付は平日の9時～16時　当日分は月曜9時～12時にも可 月曜の新患診察は午前の検査の都合により診察開始時間が遅れる場合があります
神経内科	予約				徳田		予約制	10時30分	予約受付は平日の14時～16時（電話予約可、完全予約制）
小児科	午前	担当医	休 診	休 診	担当医	担当医	7時45分～11時30分	9時30分	予防接種の予約受付は以下のとおりです （受診歴あり）火曜、水曜の14時～16時に電話で予約 （受診歴なし）病院受付窓口に来院の上予約（電話予約不可） 受付時間は平日の8時45分～12時、14時～16時
	午後	予防接種（完全予約制）	休 診	休 診	予防接種（完全予約制）	予防接種（完全予約制）	予約制	14時	
外科	午前 1診	猪飼	担当医	担当医	内藤	《乳腺内分泌外来》藤原	7時45分～11時30分	8時45分	金曜の乳腺内分泌外来は完全予約制
	午前 2診					担当医	〃	〃	
整形外科	午前 1診（新患）	片山（新患15人まで）	松木	1,3,5週 中瀬 2,4週 仲川	松木	中瀬	7時45分～11時30分	8時45分	月曜1診（片山医師）は原則15人枠ですが、予約診察の都合によりその日の受付枠が変動する場合があります 水曜日は祝・祭日の週は週数に数えません
	午前 2診（予約）	仲川（新患）	仲川	1,3,4週 片山 2週 中瀬	片山	仲川	〃	〃	
	午前 3診（予約）	中瀬		1,2,3,5週 松木 4週 中瀬			予約制	〃	
	午前 4診（予約）	松木					〃	〃	
	午後 1診（予約）	片山					予約制	13時30分	
	午後 2診（予約）			1,3,4週 片山 2週 中瀬			〃	〃	
	午後 3診（予約）			1週 松木			〃	〃	
皮膚科	午前	辻井	辻井	辻井	辻井	辻井	7時45分～11時30分	8時45分	
	午後	辻井	手 術	手 術	手 術		13時～16時	14時30分	
泌尿器科	午前	針貝		北森	岡本		7時45分～11時30分	（月・水）8時45分 （木）9時30分	予約と予約外の混合診察
眼科	午前 1診	八木	髙原	八木	八木	担当医	7時45分～11時30分	8時45分	1診・2診ともに予約と予約外の混合診察 午後の診察、検査、治療などは原則として予約制 コンタクト外来は第2、第4木曜のみ（新患受付可）
	午前 2診	髙原		髙原			〃	〃	
	午後	検査レーザー		検査	コンタクト外来		12時～14時30分（コンタクト外来のみ）	13時30分	
耳鼻咽喉科	午後	岡本				毛利	13時～15時30分	14時15分	医師の都合により診察開始時間が遅れる場合があります 嚥下評価は要予約（予約受付は月曜と金曜の14時～16時、電話予約可）
専門外来	予約	《ストーマ外来》専任看護師		《療養指導外来》糖尿病看護認定看護師	《フットケアDM外来》糖尿病看護認定看護師		予約制	9時	《ストーマ外来》初回は外科外来を受診し予約（電話予約不可） 《療養指導外来》初回は内科外来を受診し予約（電話予約不可） 《フットケアWOC外来》初回は整形外来を受診し予約（電話予約不可） 《フットケアDM外来》初回は内科外来を受診し予約（電話予約不可）
				《フットケアWOC外来》皮膚・排泄ケア認定看護師					

※予約の有無に関わらず受付が必要となりますので、必ず診察券をご持参ください
（初診の方は、新患窓口で診察券を作成しお渡しします）

※予約変更のお電話は平日の14時～16時にお願いします

編集後記

新年あけましておめでとうございます。昨年は深刻な自然災害が多数発生してしまった一方で、ラグビーワールドカップで日本中が沸き上がったという両極端な年でした。今年は待ちに待ったオリンピックイヤーです。不幸な災害や事件が起こらず、オリンピックで盛り上がる幸せな年になってほしいと願っています。

今年もよろしくお願いします。

N.A

紅鶴 配置場所のご案内

当院外来受付に置いております。数に限りがございますので、予めご了承ください。なお、当院ホームページから過去分も含め、PDFでご覧いただくことも可能となっております。

読者の皆様へ

紅鶴編集チームでは、皆様のご意見、ご感想をお待ちしております。官製はがきか、病院備え付けのご意見箱に「紅鶴について」とお書き添えの上、お寄せください。どんな些細なことでも結構です。よろしくお願いいたします。

紅 鶴
第94号

題　字　名誉院長　横田　敬
発行所　舞鶴赤十字病院
舞鶴市字倉谷427　TEL.0773-75-4175
ホームページアドレス http://maizuru.jrc.or.jp/
発行日　令和2年（2020年）1月31日

発行責任者　院長　西田　和夫
編　　集　網谷　典子、小島あかり、里見紀久子、瀬野　進一、竹内　隆志、竹原　真、中口　真一、升本　陽介、水嶋　祐史、吉田　優美（50音順）
印　　刷　㈱コザイ印刷　TEL.0773-75-1475