

希望の鐘の音



《大槌病院基本理念》

2018・夏号

患者さんのために 地域のために

良質な医療の提供と地域医療の活性化を目指します

☆☆☆宮村先生 ありがとうございます☆☆☆

内科の宮村医師が7月末をもって当院を退職されました。

宮村先生には震災後まもない平成24年4月からの6年4ヶ月に渡り、心療内科医として、そして僧侶として、患者さん一人ひとりの思いに寄り添いながら診療にあたられ、地域のみなさんの「心の復興」に大きく寄与していただきました。

また、遠く長崎の地から、当初は新病院再建までとのお約束で赴任いただきましたが、医師も増えない中、見るに見かねて？今日までお手伝いいただいたこと、本当に感謝の念に堪えません。



当院退職後は、原発の影響により震災の傷跡が未だ色濃く残る福島県南相馬市に移住され、僧侶として地域の方々を陰ながら支えていきたいとお考えであり、当院に残り引き続きお力を貸していただきたい思いももちろんありましたが、先生の強く、そして熱いお気持ちに当院も応えなければならない、今まで応援いただいた先生を、これからは私たちが応援する番であると、地域の開業医の先生方、職員一同で送別ならぬ「壮行」して送り出すことといたしました。

先生からいただいたご厚情を忘れず、今後は先生の背中を見続けてきた当院の職員一人ひとりが「宮村イズム」を受け継ぎ、地域の医療を守り続けてまいります。

宮村先生 ありがとうございます。

病院長 坂下 伸夫



【H30所属長表彰受賞 職員・開業医の先生方と】



【地域の方々との早池峰登山】

☆☆☆宮村先生からメッセージを いただいています☆☆☆



お礼の言葉

大槌病院 参与 宮村 通典



2011年3月11日、九州でも微震を感じた。

ただちに東北地方に大震災が起こったことをテレビの報道で知った。その後の津波や火災の悲惨な映像を見るにつけ、すぐにも駆けつけたい衝動にかられた。大槌町での医療施設の被災状況、寺院の焼失などの情報が次々と届き、母校の長崎大学医学部のスタッフがDMAT（災害医療派遣チーム）で活躍していることなどを知った。

同年9月大槌町を訪れ、植田先生に案内された城山から、まだ瓦礫の残る焼け跡の町を眺め、言葉を失った。この時大槌町に移住する決心をした。

2012年4月、大槌町民となり仮設での診療を続ける県立大槌病院に勤務することとなった。通勤の道すがらカタクリの花が咲いていたのには驚いた（高山植物と思っていた）。仮設診療所の床はギンギシと音を立て、患者さんは廊下にあふれ、言葉がわからずクラークさんに通訳してもらったり、事務室の片隅でお昼をいただいたことなどが懐かしく思い出される。

仮設診療所での4年間、毎週木曜日に県立釜石病院へ心療内科医として通った。

「世界の医療団」の方々と仮設住宅廻りをしたことも忘れ難い思い出のひとつだ。

病院スタッフのみなさんも、色々と大変なご苦労があったことと思われたが、明るく、そして気丈に働いておられた姿が印象的であった。支援による多くの暖かい言葉・物資・来訪にも励まされた。

2016年5月、待ちに待った新病院が完成。坂下院長のもと、新たなスタッフを迎え新体制による診療が始まった。患者さんの表情もこころもち明るくなっている様子だ。入院患者・電子カルテ・救急の受け入れ・たまの日当直・日当直の先生の補佐と多忙となる。

この間、どれほどお役に立てたかと顧みると忸怩たるものがある。医局の先生方はじめスタッフのみなさん方のご助力・叱咤激励？そして地域のみなさんが心暖かく迎え入れてくださったお陰で何とかがんばれた、あつと言う間の6年4か月でした。

病院旅行、大感謝祭でのビールや特大級のホタテの美味しかったこと、岩手山をはじめ、賢治、啄木がこよなく愛した早池峰や姫神登山の、山々の美しく、楽しかったこと等、よい思い出もたくさんいただきました。人生何が楽しいか、それは「人と人との出会い」だと感じています。みなさんとのこの出逢いをこれからも大切にしていきたいです。

最後になりましたが、大槌町並びに大槌病院のご発展とみなさまの御健勝を祈念いたしますとともに、これまでのご交誼に深謝いたします。

ありがとうございました。

平成30年7月

☆☆☆外来診療のご案内☆☆☆



	診療科 (受付時間)	月	火	水	木	金
午 前	内 科	岩 田 黒 田 佐々木	岩 田 黒 田 佐々木 高橋(第1/3/5)	岩 田 黒 田 佐々木	岩 田 黒 田 佐々木	岩 田 黒 田 佐々木
	外 科 (~11:00)	坂 下	坂 下	坂 下 (~10:30)	坂 下	
	整形外科 (~10:00)	室岡(隔週)	※緑文字は診療 応援の医師です			
	皮膚科 (~10:00)	堀内(第4)			中央病院 (第2)	
	眼 科 (~10:30)					岩手医大
午 後	整形外科	沼田(月1) 釜石病院 (月1)				
	皮膚科				中央病院 (第2)	

※受付時間 午前：8時30分～11時30分
午後：13時～16時

※診療予約制となっております。予約外の方は診療順が前後する場合がございます。
※当院は岩手県立中部病院及び岩手県立釜石病院の臨床研修協力施設となっております。
臨床研修医が外来診療を担当する場合がございます。
※各日の整形外科の担当医はお問い合わせください。

8月13日(月)～15日(水)は外来休診(8:30～16:00救急患者のみの対応)となります。ご理解とご協力をお願いいたします。

平成30年度 岩手県立大槌病院

*参加無料

第4回

糖 尿 病 教 室

～病気の発症と増悪を防ごう～



【今回の内容】 テーマ 「**食事療法**」

- ①新しい食事療法 内科医師:黒田 継久
- ②食事の基本 管理栄養士:佐藤真希子



日時:平成30年8月23日(木) 8時45分～9時15分
場所:岩手県立大槌病院 3階 デイルーム(食堂)
大槌町小槌23地割字寺野1-1 TEL :0193-42-2121

みなさまの地域や職場
に出向き講演を行う
「出前健康講座」もお
受けしています。

詳しくは当院地域医療福祉連携室までお問い合わせください！

健康や命を守る「水分」を補給しよう

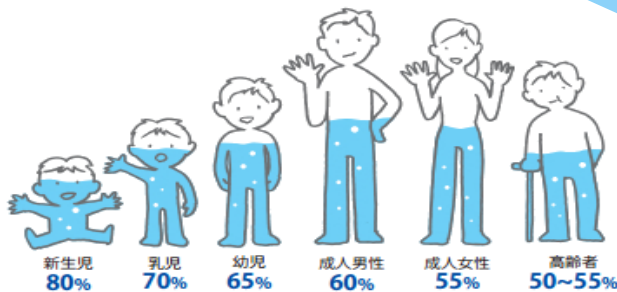
～ 熱中症にご注意を！ ～



管理栄養士 佐藤 真希子



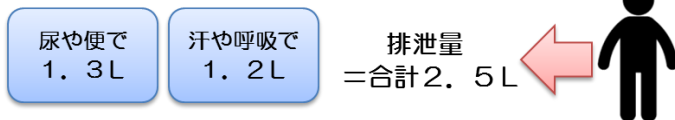
暑さが厳しい季節となりました。
 私たちの体は普通に生活しているだけで1日に2.5ℓもの水分が失われています。
 食事の水分や体内で作られる水分量は1.3ℓのみ。意識してこまめに水分補給
 しないと1.2ℓ不足してしまい、脱水症状から「熱中症」となることもあります。
 体と水の関係を知り「熱中症」を予防しましょう！！



体の水分はどのくらい？

人間の体の50%以上は水分です
 年齢層によって水分の量は異なります
 (例えば体重60kgの高齢者の場合約30kg分が水分)

1日の水分排泄量は？



汗や尿以外にも、便や呼吸で体の水分が1日2.5ℓ失われている！

水分の働きとは？

- 血液の流れをよくして酸素や栄養を運び不要なものを体の外に排出する
- 皮膚への血液循環を増やし、汗を出して体の体温を一定に保つ
- 体液のバランスを維持する栄養を保持する

たったそれだけで!?

水分が少しでも減ると重大なことになる!?

水分の摂取量が不足すると重大な健康障害をきたす可能性があり、熱中症や脳梗塞、心筋梗塞などを発症するリスクが高くなる要因の一つとされています。

水分を5%失うと	脱水症状や熱中症などの症状が現れる
水分を10%失うと	筋肉痙攣や循環器不全などがおこる
水分を20%失うと	死を招く

脱水チェック

- ◆皮膚が乾燥している
- ◆口の中がネバネバする(唾液が少ない)
- ◆尿の色がいつもより濃い
- ◆便秘になった(便秘が酷くなった)
- ◆手の甲を3秒つまんだ後、シワがつまんだまま残る



脱水の予防と改善の基本

- 食事をきちんと摂る、こまめにコップ1杯の水分をとる(1日5~6杯)
 - ★1日の水分摂取の目安量は、飲料水から1ℓと食事から1ℓで最低2ℓ必要
 - 寝る前、入浴する前後、運動をする前、運動中や後、飲酒後は必ず水分をとる
 - 脱水状態の場合は、経口補水液のOS-1(オスワン)で水分や塩分などを補給する
 - 水分補給としてコーヒーや緑茶を飲むと利尿作用が働き、水分を外に出してしまい脱水状態になることもあるので1~2杯程度に
 - 水のとりすぎは腎臓に負担をかけたり下痢を起こすことがあるので飲みすぎに注意
- 脱水になる前に水分補給することが大切。命を守る「水(水分)」をとりましょう!**

☆☆☆ルー-DE部門紹介☆☆☆ ～臨床検査技術科～



～正確・安全・迅速を基本に
患者さん視点での検査の提供を～

臨床検査技師長 千葉 茂雄



臨床検査は病気の診断、治療の効果を判断するためにはなくてはならないもので、当院では患者さんの血液や尿などを調べる「検体検査」と、患者さんの身体を直接検査する「生理検査」を臨床検査技師がそれぞれ専門性を活かし行っています。

当院で行う主な「検体検査」をご紹介します

●血液学検査

貧血や白血病・紫斑病などの血球に関する検査や、ワーファリンなど抗血栓薬の効果判定、血液の固まりやすさなどに関する検査を行っています。

●生化学検査・免疫血清検査

血液や尿などから蛋白・酵素・脂質・糖・電解質などの成分を抽出し分析を行っています。また、感染症や菌の有無も調べています。

●尿一般検査

尿・便などを対象とした検査です。蛋白・糖・潜血などの性状を調べる定性試験と、顕微鏡で細胞などを観察する尿沈渣があります。また、消化管に出血がないか便中の血液を調べる検査も行っています。

●輸血検査

血液型検査・交差適合試験を行っています。より安全に輸血するため、輸血用血液などは検査室で一元管理しています。



「生理検査」は患者さんの症状にあわせて行います 女性技師も在籍していますよ！

●呼吸機能検査

肺や気管支の機能を調べる検査です。ぜんそく・肺気腫・慢性閉塞性肺疾患などの診断に有用です。

●心電図検査

心臓から発生する微弱な電気信号を波形として記録します。不整脈・心筋梗塞・狭心症などを診断するうえで重要な検査です。

●ホルター心電図検査

1日の心電図を記録する検査です。いつ起きるかわからない不整脈や狭心症発作の診断に有用です。

●血圧脈波検査

複数の部位の血圧を同時に測定し、動脈硬化や血管の閉塞具合などを簡単に測定できる検査です。

●こんな検査も・・・

広報誌の「施設紹介」コーナーでもご紹介した、人体成分の過不足を評価する「細胞外液量測定検査」、簡易に睡眠中の呼吸状態を調べる「睡眠時無呼吸検査」、超音波によりさまざまな臓器の状態を痛みなく調べる「超音波検査」も行っています。



当院の臨床検査技術科では検査のオーダから分析までバーコードにより管理され、結果は臨床検査技師の確かな目とコンピュータによる何重もの監査のうえ、信頼性の高いデータを医師が的確に診断・治療に活かせるよう迅速に報告しています。

また、日本医師会などの実施する外部精度管理に積極的に参加し、常に正常なデータを提供できるよう、日々研鑽に努めております。

次号は『医療クランク』部門へバトンタッチします。お楽しみに！



岩手県立大槌病院

岩手県上閉伊郡大槌町小槌第23地割字寺野1番地1

TEL 0193-42-2121

FAX 0193-42-3148

HP <http://www5.pref.iwate.jp/~ootsuchi/>

☆☆☆ 編集後記 ☆☆☆

当院の玄関脇にツバメが巣を作り、かわいいヒナが孵りました。新築して3年。毎年巣作りしてはいましたが、カラスなどの天敵にやられ、過去2年は孵化に失敗。今年は坂下院長の号令のもと、職員による「ツバメの巣保護プロジェクトチーム」を結成し、カラスよけなどしてきたため喜びもひとしおです。

8月。巣立ち、そしてツバメの旅立ちが間近ですが、「来年も元気に帰ってこいよ」と、ちょっと親の気持ちで眺めています。

ツバメは「幸運を運ぶ鳥」と言われているようです。当院にも、そして当院を訪れるすべての方々にも幸せが訪れますように。

番 号 4号
発行日 平成30年8月1日
発 行 岩手県立大槌病院
地域医療福祉連携室（千葉）
住 所 大槌町小槌第23地割字寺野1-1
電 話 0193-42-2121
F A X 0193-42-3148
E-Mail EA1016@pref.iwate.jp