

2023 October

Vol.86

# 広島西医療センターNEWS

発行所:独立行政法人 国立病院機構 広島西医療センター <https://hiroshimanishi.hosp.go.jp/>  
〒739-0696 広島県大竹市玖波4丁目1番1号 TEL.0827-57-7151(代)



## ■ CONTENTS ■

■看護研究学会について…………… 2	■ひこばえ通信 Vol.12 …………… 5
■自動生化学免疫装置について…………… 2	■患者図書室から…………… 6
■還暦を祝う会…………… 3	■地域医療連携室実績報告…………… 7
■中学生職場体験学習の実施について…………… 4	■紹介医療機関実績報告…………… 7
■栄養士のつばやき⑥…………… 4	■外来診療担当医表…………… 8

## 病院理念「患者さんと共に」

### ■基本方針

1. 患者さんの意思の尊重と信頼関係の確立
2. 地域に密着した良質で安全な医療の提供
3. 予防医療への貢献
4. 医療の質の向上のための研鑽
5. 経営基盤の確立

### ■「患者の権利」宣言

1. 個人の尊厳の権利
2. 良質な医療を平等に受ける権利
3. 自分の受けている医療について知る権利
4. 自分の意見を表明し、自己決定する権利
5. 個人のプライバシーが守られる権利



公認キャラクター  
「にっしーくん」

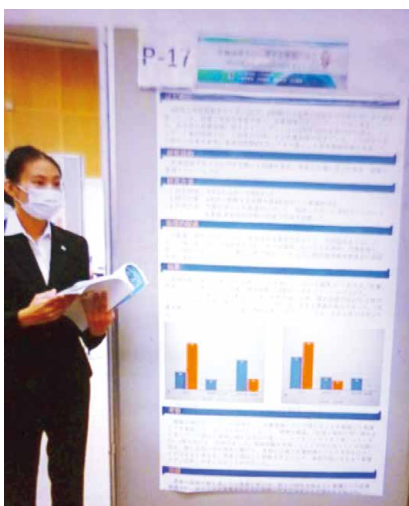
## 第19回中国四国地区看護研究学会に参加して



1 あゆみ病棟 看護師長 佐川 知子

今回、自部署の看護研究発表と、看護管理・医療安全セッション4期の座長の役割を頂き、大きなプレッシャーの中で、松江市のくにびきメッセで9月9日に開催された看護研究学会に参加した。新型コロナウイルス感染症対策の規制が5類に伴って通常開催となり、松江市へ赴くことが出来た。くにびきメッセ会場は、新しく綺麗でとても広く参加者数は多かったが、関係者の配慮により、人混みで混雑するような状況はなかった。大型スクリーンや音響がとても良く、講演等はより迫力を感じた。自部署の看護研究発表は、たくさんの助言を活かし、病棟の皆が力をあわせて作り上げたものである。それゆえ座長賞を頂けたのはとても嬉しく、日々の看護実践の中でますます看護の質向上に向けて活気付くきっかけとなると思い、感謝している。また座長の役割として、スムーズな進行、音量、時間管理に配慮した。初めての経験で緊張もしたが、看護研究学会に参加できたことは、貴重な経験となった。

1 あゆみ病棟 木戸 菜月



第19回中国四国地区看護研究学会に参加し、示説発表を行った。

1 あゆみ病棟は、神経筋難病病棟で日常生活動作で全介助を必要とする患者さんが大多数を占めている。皮膚が脆弱な患者さんが多く、看護師もスキンケア予防を駆使しているが、毎年約60件程度の皮膚損傷が発生している現状がある。看護研究は、看護師が衣服の着脱や、体位交換等の疑似体験を行い、潜在問題に気付くことで、今後患者さんにより良い援助が出来るようにと取り組んだ。結果として、介助方法に対する看護職員の観察の視点が学習できたことで意識変化が生じた。これらの成果を今回の看護研究学会で発表する機会を得た。示説発表の準備ではまとめすぎると内容が相手に伝わりにくくなるため、何度も追加・修正し工夫した。その結果、座長賞をいただくことができた。また学会に参加し、他の看護研究を聴講することで、個別性のある看護を実施していくには患者さんに合ったコミュニケーション方法の選択、体位調整、スタッフ間でのカンファレンス、信頼関係の構築が大切であると改めて学んだ。今回の学びを病棟でフィードバックしていきたいと思う。

## 自動生化学免疫装置が 新しくなりました

自動生化学免疫装置が新しくなりました。  
特徴等につきましては、次号以降に掲載予定です。





## 還暦を祝う会

児童指導員 今谷 健人  
保育士 石川 裕加里

令和5年9月26日(火)に療育訓練室にて「還暦を祝う会」を行いました。今年度は、1若葉病棟1名、3若葉病棟2名の方が対象者で、人生の節目である「還暦」をご家族、職員と一緒に祝いしました。今回、ご家族はタブレット越しにはなりませんが、それぞれ別室にて会に参加していただきました。

まず初めに、新甲院長と河原診療部長から還暦を迎えられた利用者の方々へ向けにお祝いの言葉を頂きました。続いて、事務部長、看護部長、病棟師長から還暦を迎えられた方へ記念品の色紙を贈呈しました。(後日、お祝い会で撮影した写真を貼り完成となります)。そして、還暦を迎えられた方3名がご家族と過ごした日々やこれまでの思い出を巡るスライドショーの上映を行いました。懐かしい写真に表情が緩んだり、笑顔になる場面もありました。



最後に、療育指導室からの贈り物では、「赤い風船」、「2億4千万の瞳」、「ハピネス」と還暦を迎えられた方の20代の頃に流行した曲や好きなアイドルに扮して踊り、みなさんにサプライズを届けました。

今回タブレット越しではありましたが、ご家族からも事前にお祝いの手紙を頂いたり、当日の還暦を迎えられた方の衣装を用意していただ

たり一緒に準備をし、会終了後には一人一人ご家族と会って記念撮影をしました。人生の節目である還暦を還暦を迎えられた方をとりまく沢山の人々とお祝いすることができ、とても心に残る時間となりました。



# 中学生職場体験学習(キャリア・スタート・ウィーク)の実施について

庶務班長 榊原 秀樹

令和5年8月23日～25日の3日間、中学2年生を対象とした職場体験学習が3年ぶりに実施され、当院での体験学習には大竹市内の小方中学校、玖波中学校から3名の学生が参加してくれました。病院にはたくさんの職種があるため、できるだけ多くの病院でのお仕事を体験し興味を持ってもらい、将来は医療の道を目指してほしいという気持ちを込めて、3日間に色々な職種の職場体験を詰め込めるだけ詰め込んでしまったため、学生さんは大変だったかもしれません。

## キャリア・スタート・ウィーク2023日程

3日間の職場体験を通じて、「仕事内容が想像していたものとは違った」、「知らなかった職種を知れて良かった」、「興味が出た仕事があった」など感想をもらいましたので、私の目的である医療関係のお仕事に興味をもってもらうことは、少しは達成できたのではないかと考えています。この職場体験をした学生さんがいつか広島西医療センターに就職して、「実は中学生の頃に職場体験で興味を持って…」というような会話ができることを楽しみにしています。

	8月23日(水)	8月24日(木)	8月25日(金)
9:00			
9:30	オリエンテーション	管理栄養士 調理師のお仕事	理学療法士 作業療法士 言語聴覚士 のお仕事
10:00	【概況説明】		
10:30	病院事務のお仕事 (医事・受付)	感染管理看護師 のお仕事	
11:00			
11:30	診療情報管理士 のお仕事	病棟訪問	病棟訪問
12:00			
12:30	休 憩	休 憩	休 憩
13:00			
13:30	臨床工学技士 のお仕事	心理療法士 のお仕事	診療放射線技師 のお仕事
14:00			
14:30	薬剤師のお仕事	児童指導員 保育士のお仕事	臨床検査技師 のお仕事
15:00			
15:30	当日の振り返り	当日の振り返り	当日の振り返り



## 栄養士のつぶやき ⑤1

### \* 栄養士のつぶやき 2023年秋 \*

食欲の秋がやってきました。今回は今が旬のさつまいもについてお話しします。最近ではスーパーで焼き芋を売っているお店も増えました。ひと口にさつまいもといっても、しっとり系やねっとり系、ほくほく系など芋の種類に分類されますので料理や好みによって使うさつまいもを選んではいかがでしょうか。

	品 種	オススメの調理法
ほくほく系	ベニアズマ、高系14号(なると金時・紅さつまいも)	焼き芋・レモン煮・天ぷら・炊き込みご飯など
しっとり系	シルクスイート	お菓子や料理など
ねっとり系	安納いも、べにはるか	焼き芋・お菓子・干し芋など

また、さつまいもは乾燥と低温に弱いので、冷蔵庫に入れずに新聞紙に包んで風通しの良い冷暗所での保存がオススメです。使いかけの場合はラップにくるんで野菜室で保存しましょう。

しかし、さつまいもを含む芋類はエネルギー量が多いことも特徴です。さつまいもは焼き芋にすると100gあたり、151kcalのカロリーがあります。中くらいのさつまいもで200g程度とすると、1本全てを食べると約300kcalにもなります。コンビニのおにぎりが1個あたり約170kcalなので約2個分のカロリーになりますね。食べ過ぎに気をつけつつ、今が旬のさつまいもを美味しく食べましょう。

参考文献：

JAグループ サツマイモ とれたて大百科 食と農を学ぶ (<https://life.ja-group.jp/food/shun/detail?id=38>)

カルビー ジャがいもdiary さつまいもの種類を品種マップでご紹介！ (<https://www.calbee.co.jp/diary/archives/11582>)

# ひこばえ通信 Vol.12 「秋の鳴く虫」

統括診療部長 浅野 耕助

燕が南の空に帰ってゆき、出雲に神々が集まる時期になりました。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。今年は9月のお彼岸を過ぎても日中30度を超える真夏日が続き、雄大な入道雲にも見飽きてきたところ、10月に入った途端、朝夕がぐっと冷え込んできました。

そんな今日この頃ですが、今回のお題目は「秋の鳴く虫」です、えっへん！ といばってみてもなんととも芸のない話題ですね。まあ、なにはともあれ「スズムシ」でしょう。江戸時代から飼育昆虫として人気の虫で、昔は一家に一鉢（昭和年代まで鉢で飼育していた）というくらい、どこの家庭でもスズムシを飼っていて、夏の終わりには日が暮れるとそこらかしこから“リーン、リーン”と涼しげな虫の音を響かせていました。わたくしも小学生のころ、たくさん繁殖させたくちですが、か弱そうな外観に似ず意外と肉食で、共食いを防ぐために鯉節を与えていました。今でもスズムシの音を聞くと、ブラケースから香る茄子と鯉節の混ざった、あの独特な匂いを思い浮かべるのはわたくしだけでしょうか？



スズムシ



マツムシ

次にスズムシと同じく、童謡にも歌われる「マツムシ」が有名でしょう。その音は言うまでもなく“チンチロリン”ですね。野生のものは市街地ではまれですが、ここ玖波では、線路沿いの草むらで、この時期よく鳴いているのを耳にします。

スズムシ、マツムシは広く人気がありますが、一部の鳴く虫愛好家に密かに人気なのが「カンタン」です。漢字では中国の古都「邯鄲」となりますが、当て字だそうです。薄い緑黄色のスズムシに似た姿ですが、その音は“ルルルル”と、風情のある響きです。ところ

が遠く草むらで鳴いているので、儂い音として聞こえるのであって、飼育して近くで鳴くと“ビビビビビ”と、なんと風情のない濁音の響きなのだそうです。飼ったことがないので知りませんが。

最後に市街地でも普通に見かける「コオロギ」、どこにでもいる虫屋のいう並虫です。話はとんで1987年公開の映画「ラストエンペラー」、皆さんもよくご存じだと思います。ラストシーンで、下野して老いた清の最後の皇帝溥儀が博物館となったかつての紫禁城の自分が座った玉座の後ろからコオロギの壺を取り出し、守衛の子供に手渡して姿が消えるというシーンがありましたね。子供が訝しげに壺を開けてみると…  
それではひこばえ通信、次回もお楽しみに。



カンタン



# 患者図書室から



## スポーツの秋 おススメ! 「からだにいい本」



秋です。読書の秋、芸術の秋、食欲の秋・・・。  
そして、スポーツの秋。  
暑すぎず、寒すぎないこの季節はスポーツにぴったり！  
まずは、軽い運動から始めてみませんか。  
皆さまの体調管理に、下記の本をおススメします。



「フィジカルトレーナーが教える 正しいウォーキングの始め方」  
(中野 ジェームズ 修一/大和書房)  
「歩き方」を上げると、結果を出せます！ 超健康になる歩き方。



「“歩く力”を落とさない! 新しい「足」のトリセツ」  
(下北沢病院医師団/日経 BP)  
足の痛み、むくみ、冷えに負けない! 軽やかに歩き続けるには、「アキレス腱伸ばし」から!



「理由がわかれば 心身が整う! ヨガを楽しむ教科書」  
(綿本 彰/ナツメ社)  
ポーズだけじゃない! 呼吸・瞑想・哲学まで。ヨガの魅力を綿本先生がやさしく解説!



「図解 60歳から始める 筋力アップと体づくり! らくらく長寿法」  
(原 幸夫 監修/日東書院)  
身体能力をぐんぐんアップさせる! いつでもどこでもできる かんたん体操つき。



「別冊 NHK きょうの健康 はじめよう ランジ筋トレ」  
(谷本 道哉/NHK 出版)  
スクワット超えの“健脚効果”で、もうつまずかない、転ばない!



「別冊 NHK きょうの健康 ロトレ・脚トレで“若返り”!」  
(飯島 勝矢 監修/NHK 出版)  
老化のもと「フレイル」を防ぐ。

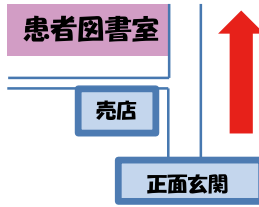


「70歳からの 椅子筋トレ」  
(枝光 聖人/家の光協会)  
痛みや不調がスッキリ消える! 座って無理なく安全に。

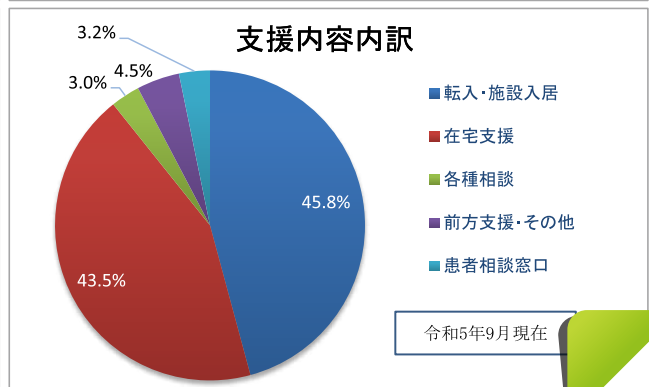
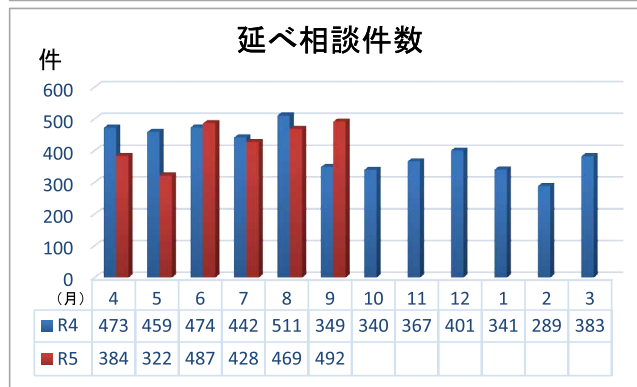
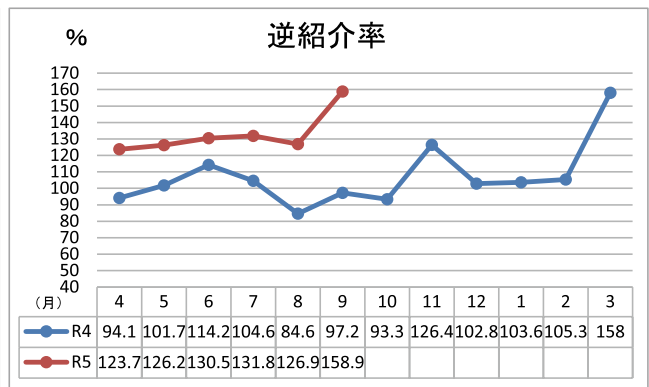
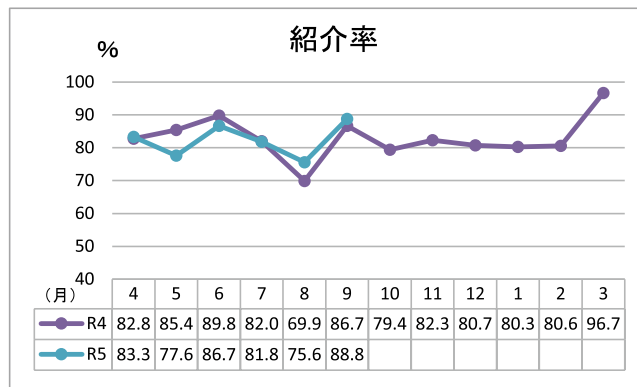


「別冊 NHK きょうの健康 70・80・90歳の”若返り”筋トレ」  
(久野 譜也 監修/NHK 出版)  
脳が、体が、気持ち、イキイキし始める! 自分の体重だけでできる筋トレ。

開館時間 10時~15時  
土日・祝日・年末年始・第2月曜日は休館  
※第2月曜日が祝日の場合は、第4月曜日が休館となります  
場 所 正面玄関から入って直進 70m 先



## 地域医療連携室実績報告



## 紹介医療機関実績報告

ご紹介をいただいた医療機関を一部掲載しました。

紙面の都合上すべてを掲載できませんが、ご紹介をいただきありがとうございました。

紹介元医療機関 上位20施設 (50音順)	件数 (総数)	件数 (月平均)
医療法人ハートフル アマノリハビリテーション病院	30	5
医療法人社団いちご会 糸谷整形外科医院	397	66
独立行政法人 国立病院機構 岩国医療センター	68	11
岩国市医療センター医師会病院	32	5
駐留軍要員健康保険組合岩国基地診療所 (岩国ベース)	203	34
おおえ内科クリニック	177	30
医療法人社団明和会 大野浦病院	54	9
大竹中央クリニック	55	9
おだ整形外科クリニック	80	13
医療法人 木村医院	31	5
こうろ皮ふ科	66	11
佐川内科医院	42	7
広島県厚生農業協同組合連合会 広島総合病院	81	14
しまだファミリークリニック	90	15
医療法人 中村クリニック	120	20
広島大学病院	40	7
村井内科クリニック	30	5
医療法人社団知仁会 メープルヒル病院	58	10
山下ケアクリニック	243	41
医療法人社団親和会 大和橋医院	31	5

※件数は令和5年4月～9月実績

●●● 外来診療担当医表 ●●●

広島西医療センターホームページでも紹介しています。ご利用ください。  
https://hiroshimanishi.hosp.go.jp/

広島西医療センター

※受付時間 午前8時30分から午前11時まで

令和5年10月1日現在

Table with columns for Department (総合診療科, 内科, 脳神経内科, etc.), Day (月, 火, 水, 木, 金), and Doctor Name. Includes a '備考' column for special notes like '再診外来予約制' and '予約制'.

●予約窓口●

- 患者さんからの直接予約・予約変更は、平日13時～16時までに予約センターへご連絡下さい。
- 医療機関からの予約 (CT・MRI 含む) は、地域医療連携室へご連絡下さい。
- 予約窓口がわからない場合も、地域医療連携室にご連絡下さい。

■病院代表電話番号 TEL (0827)57-7151 ■予約センター(直通) TEL (0827)59-0251

■地域医療連携室 ダイヤルイン (0827)57-7183(内線2140) FAX (0827)57-7701