

MISAKI

KOKUBU CENTRAL HOSPITAL NEWS

vol.6

霧島市民に必要とされる施設
美崎会 活動 情報誌

あいさつ
強化



好感度
UP



こくぶちゅうおう
スマイル
プロジェクト
進行中



風土
改革



笑顔の
トレーニング



FREE

ご自由に
お取りください

Happy New Year

[理事長] 藤崎 剛 斎

Takayoshi Fujisaki

明けましておめでとうございます。理事長の藤崎です。

昨年は世界中がコロナの影響で多くの生命が奪われ、経済もかなりのダメージを受けるという、人類の歴史上稀にみる最悪の年となりましたが、残念ながら今年はさらに酷い状態になる可能性が高いようです。昨年のGDPは前年比でマイナス約30%、実際はもう少しひどいでしょう。完全失業率も10%を超えていると予想され、このままいくと日本は終わってしまいます。いくら感染を抑え込むことができても経済が回らなければ国は滅びます。

何がなんでも今年は経済を立て直さなければなりません。

幸い、日本はアメリカやヨーロッパと比べると死亡率、重症化率ともに低くなっております。

手洗い、うがいは当然のことですが暴飲暴食を避け、睡眠をしっかりとり、定期的に運動をする等、健康的な生活に留意すれば感染しても発症する可能性は極めて低くなります。

相手はウイルスです。ワクチンや薬が開発されても、インフルエンザと同じで終息させることはできません。

それよりも、これ以上経済を止めると、もっと悲惨なことになります。今年は徹底的に生活習慣を見直し、自粛などせずとも積極的に経済活動を行なわなければなりません。

感染対策、経済対策、今年は非常に重要な1年になると思います。打倒コロナでがんばりましょう。

[病院長] 福永 秀 敏

Hidetoshi Fukunaga

| 一生懸命に生きる |

「光陰矢の如し」ということわざがありますが、年を重ねるごとに月日の経つのが早く感じられます。

正月が過ぎて、新しい年を迎えました。ところが最近では、年末・年始の行事や正月も「特別な日」ではなくなったように思えます。特に今年のようなコロナ下では、神社への参拝まで容易ではありません。

「一月一日」の歌というものが、私たちの世代では正月に白い息を吐きながら学校に登校してみんなで斉唱したものです。最後の歌詞は「祝う今日こそ たのしけれ」というもので、「もういくつ寝るとお正月」そのままの気持ちの表現だったように思います。

私は小学4年まで穎娃町立松原小学校に通っていましたが、この東シナ海を見下ろす菜の花畑に囲まれた小さな学校も過疎化の影響で、この3月に閉校になるようで寂しいことです。

私の家では年末になると、庭を飾るためにたくさんの白砂が運ばれて庭一面に撒かれました。すると周りの景色があたかも雪が降ったように一変して、その上ではしゃいだのを覚えています。家の入り口には手作りの大きな門松が飾られ、年末の29日頃だったかと思いますが、裏山のヒノキの大木の根本に自家製のしめ縄を飾り、コメや塩のお供えをして「山の神」に祈りを捧げました。

また、この日のために鶏を飼っていて、父が首を絞め熱湯をかけてつぶしていく様子を、怖がりながらも「畏敬」の念で見ているように思います。このように昔は父親が「威厳」を示せるような場が日常生活にも組み込まれていました。ところが、現在では祭ごとにはなくなり、鶏も店で簡単に買えるようになって、父親は身をもって子どもに範を示しにくい時代になっています。

さて新年を迎えたわけですが、人生にはいろいろなことが起こります。明日のことは誰にもわかりません。いいことも、悪いことも、いろいろな経験をすることになります。ただその時に、私たちがどのような姿勢で受け止めて対応していくかで、その後の人生は大きく変わってきます。

「失意泰然、得意淡然」という言葉があります。いいことがあったときには有頂天になることなく淡然と慎ましく受け止め、悪いことの時には焦らず落ち着いて次のチャンスの到来を静かに待つ、「まあ、どうかなるさ」と前向きに楽観的に考えた方がいいように思います。そうすると、きっと好ましい未来が開けてきます。

昨年の10月末、東洋経済オンラインの記者から突然電話をもらいました。平成10年に亡くなった筋ジストロフィー患者の轟木敏秀君のホームページの著作権を継承させてもらえないかというものでした。もちろん快諾しましたが、彼の言葉で忘れられないのは「一生懸命に生きる」というものでした。私たちは、がんや難病など不治の病と宣告されたとき、どのように生きていけばいいのか、彼の答えは「その日を一生懸命に生きる」というものでした。世の中のすべてに通じる言葉です。

令和3年、それぞれの人生のかけがえのない一歩を力強く踏み出しましょう。

看護介護部

目配り・気配りを忘れず、今年も皆様に安心感と温もりあるケアを提供できるよう努力して参ります。遠慮なく何でもご相談下さい!

放射線科

放射線科は、レントゲン、透視、CT、エコー検査等を担当しています。昨年、一般撮影装置と透視撮影装置を更新しました。患者様のために診断価値の高い検査が実施出来る様に努めていきます。本年もよろしくお願い致します。

栄養管理室

年を明けると共に心機一転、栄養管理室一同、今後とも患者さんの気持ちに寄り添い、適切な栄養管理を行いたいと思います。本年もよろしくお願い致します。

検査室

検査室では最新の検査機器を駆使し、迅速かつ正確な検査結果がだせるように努めてまいります。本年もよろしくお願い申し上げます。

各部署・年頭あいさつ

リハビリテーション室

今年もリハビリテーション室は患者さんファーストで、その方にとって何が最良なのかを常に考え、患者さん、ご家族と手を取り合い、スタッフ一丸となって邁進していきたいと考えております。患者さんの笑顔の為に、今年もよろしくお願い致します。

健康診断室

今年も皆様の健康が維持できるように、病気の予防・早期発見・早期治療に少しでも協力できるようにサポートさせていただきます。本年もよろしくお願いいたします。

医事課

目まぐるしく変革する医療業界において、患者様、ご家族、地域の皆様に対し、常におもてなしの心を持ち、患者様が安心して医療を受けられるよう医事課職員一丸となり、邁進したいと思っております。本年も何卒宜しくお願い致します。

本年も
よろしく
お願い致します



認知症の方への かかわり

国分中央病院
看護・介護部長
河本 智美



前回までに、介護の仕事の魅力についてお話してきました。

今回は、そんな介護の仕事をするうえで避けては通れない、認知症の方との接し方についてお話しようと思います。

認知症の方は、自分が病气だという自覚がありません。家族が困っていても、本人が困っていないと言い張るのが認知症の特徴とされています。また、認知症になると失敗が増えてきます。ですが、本人は失敗だと気づいていなかったり、失敗したことを忘れたりするため、注意されると怒りの反応がでできます。そのため、認知症の方は怒りやすいと思われているのです。関わる側がそこを理解しておく必要があります。もう一つ私たちケアする側が理解しておくべきことがあります。認知症の方も私たちと同じく、「くつろぎ」「自分が自分であること」「人との繋がり」「結びつき」などを求めています。ですが、なかなかそれを自分の力で満たすことが難しいのが認知症です。これらのニーズを満たすことが出来るよう関わっていきましょう。

■コミュニケーションをとる時の大切なポイント!!!

快の感情を抱いてもらうことです。認知症の方は人の顔や名前は覚えることができなくても、感覚は伝わります。私はあなたを大切に思っているというようなメッセージが伝わるような態度で接するようにしましょう。

笑顔で接するよう心がけると、良いですよ。

■身体抑制は行っておりません

当院には、認知症と診断をうけている方も多く入院しています。時には徘徊したり、時には、点滴などのチューブ類を引っ張り抜いてしまったりすることがあります。ですが、当院ではミトン（手袋）や抑制帯等による**身体抑制は行っておりません**。身体抑制をしてしまうとその方の自由を奪うだけでなく、日常生活動作も自分で行えることができなくなる等の支障をきたすことが多いからです。患者さんが、なぜその行動をとるのかの理由を多職種で考え、その原因を取り除いたり、他に興味のわく物事を提供したりと工夫してケアにあたっています。



高齢者在宅救急

当院の救急車で地域の方々のお役に立ちたい！

地域医療連携

クリニック・病院・施設の介護施設の皆様…
ぜひ当院の救急車をご活用ください。



当院では令和2年8月より、救急救命士・特定看護師（または医師）で体調の悪い方の救急対応をさせて頂いております。下記時間帯での対応となりますが、迅速に対応させていただきますので、ご連絡ください。

[平日9:00～17:00] 担当/木佐木(きさき) 河本(かわもと) たまに藤崎(ふじさき)
直通携帯 080-8576-3659



糖質って何？

これまで、糖質制限食について説明してきましたが、そもそも糖質とは何？と、疑問を持たれる方もいると思います。糖質とは三大栄養素の中の1つ、「炭水化物」から食物繊維を引いたものをいいます。

糖質 = 炭水化物 - 食物繊維

糖質と糖類の違い

糖類と糖質をよく混同しがちですが、糖質の種類の一つが糖類です。そのため、糖類0と書いてあっても、糖質が含まれる可能性があるのに注意しましょう。

糖質

- 糖類
 - 単糖類・・・ブドウ糖、果糖等
 - 二糖類・・・ショ糖、乳糖、麦芽糖等
- 多糖類
 - でんぷん・オリゴ糖・デキストリン等
- 糖アルコール
 - エリストール・キシトール・ソルビトール等
- 合成甘味料
 - アセスルファムカリウム・アスパルテーム・ネオテーム・スクラロース・サッカリン・アドバンテーム

栄養成分表示の見方

最近の栄養成分表示では糖質について記載されているものも多くなってきましたが、記載されていないものもあります。そういう時は炭水化物量を最大糖質量とみなしておきましょう。

また、糖質オフや糖類0といった低糖質の商品の表現の違いでも糖質量は異なります。

- **糖質ゼロ** 食品100g、100ml当たりの糖質量が、0.5g未満である場合に使われます。
※「無」「ノン」「レス」「フリー」等も同じ意味です。
- **低糖質** 食品100g当たりの糖質量が5g以下、飲料100mlあたりの糖質量が2.5g以下であることを意味します。
※「オフ」「控え目」「ライト」等も同じ意味です。※「オフ」はどちらにも使われるため要確認が必要です。

おすすめレシピ ～おからのポテトサラダ～

1人分
栄養量

- エネルギー 222Kcal
- たんぱく質 5.7g
- 糖質 3.3g
- 脂質 18.8g

材料 (4人分)

生おから (水戻し可能なおから粉も可)	120g
きゅうり	80g
にんじん	40g
ゆで卵	2個
マヨネーズ	80g
塩こしょう	少々

作り方

1. にんじんを千切りに、きゅうりを輪切りにします。
2. にんじんはレンジで火を通します。
3. ゆで卵を刻み、にんじんときゅうりと生おからと混ぜあわせる。
4. 3にマヨネーズと塩こしょうを入れ、混ぜ合わせます。



胃瘻造設について

国分中央病院
内視鏡室長
消化器内視鏡技師
渡部 博一



① 胃瘻とは？

嚥下機能に問題があり、誤嚥やそれによる肺炎などの危険性が高いものの、胃や腸の消化管には問題がない人に適した方法です。

最大のメリットは、鼻から胃にチューブを通す経鼻経管栄養よりも患者様の負担が少なく、胃や腸などの機能を生かしての栄養補給が可能であることです。

直接栄養を胃に入れられるので、誤嚥や肺炎の危険性を下げることができます。また、カテーテルの接続部分は洋服で隠れるので、見た目には胃瘻を入れているのかわかりません。

そして、胃瘻から栄養剤を注入しながらの嚥下訓練も可能であります。

② 当院での胃瘻造設方法

- ① 上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）を行い、食道・胃・十二指腸を観察し、指と光サインで、造設部位を選定します。
- ② 腹部CT検査を行い、腹腔内（お腹の中）を確認し、胃と腹壁（お腹）の間に他の臓器が無いかを見ます。
- ③ 上部消化管内視鏡検査と腹部CT検査で胃瘻造設が可能と判断した場合、胃瘻造設を行います。
- ④ 経鼻内視鏡を用いて胃瘻造設を行います。この際、鎮静剤と局所麻酔を使用しますので、術中の患者様の痛みはありません。
- ⑤ 胃瘻造設後の次の日に、問題が無ければ胃瘻より白湯を注入します。栄養剤は術後2日目より注入開始します。
- ⑥ 胃瘻ボタンの交換は、劣化によるトラブルを防ぐため、4ヶ月毎に交換します。



国分中央病院での胃瘻造設入院	
入院日	検査をしますので、経金でお預けください。 胃カメラ・胃瘻造設の説明
入院2日目	・午前中に胃カメラ・腹部CT検査を行い、造設可能かを判断します。 ・造設可能な場合は、午後より胃瘻造設を行います。
入院3日目	造設部位を確認。問題が無ければ白湯を注入します。
入院4日目～6日目	造設部位を確認。問題が無ければ栄養剤を注入します。
入院7日目(退院日)	造設部位の確認・撤去をして、問題が無ければ退院となります。

当院では、最短1週間の入院で胃瘻造設が可能です！

入院日は月曜日・水曜日となります。(造設日は、火曜日・木曜日です。)

お問い合わせは、内視鏡室(湘部・塚山)までお問い合わせください。

おたねへ くらやま 電話番号 0995-45-3085

国分中央病院での経管栄養は、経鼻胃管を使用せず、胃瘻で行います。

また、胃瘻造設を目的とした短期入院も行っておりますので、ご利用していただけたら幸いです。

メディカーサ
国分中央
二川 優フロア
マネージャー



サービス付き高齢者向け住宅

メディカーサ国分中央

〔概要〕

サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）メディカーサ国分中央は、高齢者の居住安定確保及び単身高齢者の生活支援を目的とし、60歳以上の方、あるいは要介護認定を受けた60歳未満の方が入居対象となっています。

場所は、国分の中心に位置し、周辺には24時間営業のスーパーマーケット・薬局等の商業施設があり、国分駅からも近く大変便利な立地となっております。また、各階の廊下から桜島を眺めることができます。

見学は、随時受け付けております。常駐の相談員がご案内させていただきますので、ご興味があれば、まずはお電話にてお気軽にご連絡・ご相談ください。

〔サービス〕

隣接する国分中央病院が全面サポートしており、24時間の医療体制、また同建物内にある居宅介護支援事業所のケアマネジャー、通所リハビリ（デイケア）、訪問介護事業所のホームヘルパーによるサポート、メディカーサ独自の生活支援サービスを受けながら、ご自宅と同様の生活を送れるよう支援します。

外部との交流も大事にし、生活の中に楽しみを持っていただけるよう、近隣の名所や、公園などへの外出行事も積極的に行っております。

今後も、入居者様にご満足いただける生活を送っていただけるよう、職員全員でサービスの質の向上に全力で取り組んでまいりますので、今後ともご指導、ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



美崎会グループのご紹介



国分中央病院

〒899-4332 鹿児島県霧島市
国分中央1丁目25番70号

TEL.0995-45-3085



サービス付き高齢者向け住宅 メディカーサ国分中央

〒899-4332 鹿児島県霧島市
国分中央1丁目25番51号

TEL.0995-73-7111



地域密着型特別養護老人ホーム ソ・ウェルこくぶちゅうおう

〒899-4332 鹿児島県霧島市
国分中央3丁目12番29号

TEL.0995-73-8300

美崎会グループのWebサイトは下記よりご覧ください

<http://www.misakikai.or.jp/>



開放型登録医院の紹介

医療法人美崎会 国分中央病院では地域の医療機関との連携を働き、患者さまへ、さらに快適な医療サービスの提供を目指しています。

【国分】

みみ・はな・のどとしクリニック
 梶原内科
 原口耳鼻咽喉科
 渡辺眼科クリニック
 江口整形外科
 うえぞの内科クリニック
 帖佐クリニック
 いぢち眼科
 原口内科消化器科
 青葉クリニック
 三輪クリニック

とくしげ耳鼻咽喉科
 プライマリ・ケアむろ内科
 かろう医院
【隼人町】
 島田泌尿器科医院
 吉満内科クリニック
 整形外科酒匂クリニック
 はやと整形外科
 隼人クリニック
 山下内科クリニック
 森クリニック呼吸器科・内科
 永田医院

吉玉リウマチ・内科クリニック
 八反田内科
【その他のエリア】
 八木クリニック（福山町）
 伊東内科クリニック（横川町）
 佐藤医院（溝辺町）
 吉岐医院（溝辺町）
 竹田医院（霧島町）
 春田医院（牧園町）
 ひらしまクリニック（湧水町）