

陽春の候、皆様におかれましては益々ご健勝の事と御慶び申し上げます。

ご存じのように2022年度末からコロナ感染が再拡大し第8波到来となりました(1/12現在)。感染者は軽症者が多く以前に比べ重症患者は減りましたが、高齢者や基礎疾患を有する方は重症化するリスクが高いため、いくら軽症者が多いとは言え予断は許さない状況です。コロナ感染は完全には終息していませんが、ひとまず感染拡大のピークは去り、さらに長期間にわたる社会活動の抑制、そして日本経済の低迷等により、政府は5月に、コロナ感染を2類から5類への引き下げを英断いたしました。一言でいえば今後はコロナ感染もインフルエンザとほぼ同じように対応されるということです。5類に引き下げられた場合は、マスク着用等は緩和され、イベントや会食等の自粛・規制もなく、社会活動は活発化されると思えます。一方、コロナ感染者が急増しても行政が医療機関を確保する法的な根拠がなくなり必要な入院治療ができなくなる可能性があります。コロナ感染の扱いが5類に移行しても、安寧とした社会生活を営むためには、引き続き一人ひとりが日常生活における感染予防対策を徹底することが重要かと思えます。

さて、4月といえば新年度・新生活のスタートです。新年度に新しい場所で勤務を始めることは、当事者だけでなく受け入れる側も

多かれ少なかれ気が引き締まる想いです。新生活を始めると、新しいことだらけで慣れるのに一杯になり、気疲れしてしまうと思えます。慣れない状況や厳しい環境に身を置かれていく人は、もしかしたら開始早々に逃げ出してしまう気持ちになるかもしれません。

皆さんご存知の「石の上にも三年」という諺があります。新天地での数年はつらい思いをするかもしれません。その我慢や忍耐が後の大きな成功につながることもありますので、どうかこの思いを胸に抱きながら頑張ってくださいと思います。また、沖縄には「なんくるないさ」という先人たちが残してくれた島言葉があります。苦境に陥った場合は、ネガティブな気持ちを抑えて、余裕をもってあせらずに行動や立ち振る舞いを行って頂ければと思います。

新年度挨拶



病院長
Koichi Oshiro
大城 康一

我が国は少子高齢化、低迷する経済、1000兆円を超える負債をかかえ、果たして再び蘇ることが出来るのか、多くの国民は憂慮している事かと思えます。

このような状況において、今後の医療・福祉がどのような展開を見せるのかは大きな関心事です。医療と福祉を別々に切り分ける事は非現実的であり、医療・福祉をトータルで考える必要性があり高齢化社会を見据えて様々な政策が打ち出されています。急性期から慢性期まで幅広く医療をカバーする「おもと会」グループの中で、当院は急性期医療を担っています。当院は病床数214床と中規模病院ですが、4月からは新入職員58名を迎え総勢の職員数809名となります。地域社会で質の高い医療を提供し、地域住民の皆様方に満足して頂けるよう、そして地域住民の医療・介護・保健・福祉に貢献できるように、今後とも職員一丸となって一層努力し精進していく所存であります。

引き続きご理解・ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

大浜第一病院基本理念

- 1 患者様の善きパートナーとして、寄り添い、ともに考え、より良い医療を提供します。
- 2 地域の医療・保健・福祉を支え、すこやかな社会の実現に貢献します。
- 3 おもと会の一員として、互いを思いやり、誇りをもって働ける病院を目指します。



INFORMATION

01 | 2022年度 臨床研修終了式

2023年3月3日(金)、「第20回大浜第一病院臨床研修終了式」が行われました。今年度は川端惇也医師、笹原弘道医師、佐治銀河医師、松島慎医師の4名が研修修了となり、大城病院長より修了証書が授与されました。また、コロナ禍での研修期間でいる苦労されたかと思いますが、今後も患者さんと真摯に向き合い、患者さんに優しく、患者さん中心のチーム医療を実践して下さいと饒の言葉が贈られました。当院一同、益々のご活躍を祈念しております。



02 | 3月退職医のお知らせ

下記の医師が3月をもって退職致します。ご不便をおかけしますが、ご理解頂きますようお願い申し上げます。

幡野 翔	循環器内科	宮里 剛成	整形外科
金城 忠克	整形外科	目取眞 興道	眼科
北村 優佳	眼科		

03 | 総合内科専門医とは?

当院、糖尿病センターのアジャリラヒム医師が日本内科学会 総合内科専門医に合格致しました。

長引くコロナ禍で何度も試験が延期になり、毎年対策しても試験が受けられず苦労したと伺いました。また、業務後、毎日夜遅くまで勉強をしていた姿は私たちが目撃するべきだと感じ、インタビューしている側がとて勉強になりました。アジャリラヒム先生、総合内科専門医合格おめでとうございます。

※日本内科学会総合内科専門医とは、日本内科学会が年1回実施する試験に合格した医師に与えられる資格となっており、試験を受けるにあたり、内科系の様々な分野の担当患者診療要約、外科手術症例、剖検症例などの診療要約、学会発表、論文など予め提出し試験前審査にパスする必要があります。また合格率は60%程度の試験となっております。



今月の smile ニュース

SMILE

看護師
今月の新入職員
少し緊張していますが、日々精進してまいります。

医療コンシェルジュ・上地の 外来より こんにちは

新学期が始まる4月から、子供達には笑顔があふれる学校生活を送ってもらいたいと思いました。

医療川柳

ダイエット?
食事は減らして
おやつ増え
50代ナース

Dr. 仕垣セレクトの名言・医療

Dr. びり先生

成功は幸せの鍵ではありません。幸せが成功の鍵です。もし自分のしていることが大好きなら、あなたは成功しているのです。一 医師・哲学者 アルベルト・シュバイツァー

編集後記 Text: 総務課 金城

先日開催されましたWBCで、日本代表(侍ジャパン)が14年ぶりの優勝を果たし、MVPでは二刀流の大谷翔平選手が選ばれました。私も大谷選手を見習い、仕事とプライベートの二刀流を目指して頑張ります(笑)。何かと忙しい季節の変わり目ではありますが、くれぐれもご愛ください。





昨年4月に入職した新人看護師18名に対して、臨床研修修了式が行われました。この1年、看護師として業務をしながら多くのことを学んできました。修了式では看護部長から修了証と一輪のガーベラが手渡され、研修の修了を告げられました。この修了式には所属部署の看護科長をはじめ先輩方も出席し祝福してくれました。新人看護師代表で挨拶をしたSさんからは、「仕事をするうえで大切にしていくこと・2年目に向けての課題」などを語っていただきました。4月からは先輩看護師となり、新たに加わる新人看護師の良きお手本として頑張ってくれたいと思います。1年間お疲れ様でした!!

新人看護師 臨床研修修了式

看護部の ナースがまま

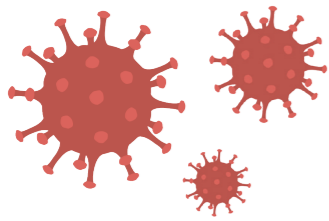


からだの通知表

検査科 上江田 ゆかり

〈Covid19名前のお話〉

コロナ感染症はCOVID19とも言います。COVIDは長い名称の頭文字をとっています。「CO」はCoronaコロナ、「VI」はVirusウイルス、「D」はDisease感染症、「19」は2019年に確認されたことを意味します。2020年2月にWHO世界保健機関が公表しました。コロナは太陽表面の光冠の事でウイルスの姿が太陽に似ていることから名前が付けられました。CIVID19はウイルスの名前ではなく病気の名前です。



臨床工学科の キキの裏側

CEって知っていますか？

臨床工学科 前川正樹

病院や施設の医療従事者にどんな種類があるか知っていますか？現在、医療系国家資格は25種類があります。その内の一つが「臨床工学技士：Clinical Engineer（略称CE）」です。CEは病院内での医療機器の専門家として業務を行なっています。医療機器というCT装置やエコー装置を思い浮かべることが多いかもしれませんが、CEは「いのちのエンジニア」と呼ばれ、生命維持装置をはじめとする治療用医療機器を担当しています。多くの市民の方には馴染みの薄い資格ですが、新型コロナウイルス感染症の流行下ではECMO装置（体外設置膜型人工肺）の専門家として脚光を浴びました。病院内ではCEをはじめ多くの職種が協働して皆様の治療にあたっています。



臨床工学技士 マスコットキャラクター シープリン

お答えします! 病院のギモン!?

Q 内科（心臓カテーテル検査）や眼科（白内障手術）の日帰り手術は、来院～帰宅までどのくらいの時間を要しますか？

A 診療前後に関する検査や処置、経過観察などを含めると、「内科は6時間程度、眼科は3時間程度」で帰宅できます。

Q 日帰り手術当日は、付き添いが必要ですか？ また運転しても大丈夫ですか？

A 当日に入院治療が必要と判断される場合がございますので、ご家族の付き添いは可能な限りお願い致します。なお車の運転は、症状に応じて危険性が生じる場合がございますので禁止と致します。ご了承ください。

薬にまつわる

イトサトラ

薬剤科 姫野 耕一

くすりを正しく使う②
くすりの正しい飲み方

前回から、くすりを正しく使うと題して、シリーズでお伝えしております。2回目は、くすりとお水、それ以外の飲料との関係です。水以外の飲み物でくすりを飲むと、一般的に、吸収が悪くなったり、遅くなったりすると言われています。くすりによっては、グレープフルーツジュースやアルコールなどと飲むと作用が強く出過ぎる場合があるので、注意が必要です。やはり、コップ一杯程度の約200CCの水、またはぬるま湯で飲むようお願いいたします。



3D-4D超音波スキャンがとらえた新事実



3次元（以下3D）4次元（以下4D）のスキャンにより、出生前の胎児の動きや顔の表情や胎児の機嫌を、母親や父親、親戚や友人に明瞭に見せることが出来るようになった。この本は、妊娠6週から38週の間に胎児の様子を載せて、作者が胎児と接して自分の発達の状況を説明していく。もちろん、医学的な情報もしっかりと書かれている。妊娠11週、子宮壁を飛び板にして跳ね始める。これは生後の歩行や足踏み反射である。13週では反射的に動かさなくなると操作する。18週頃には上手に操作する。21週頃には胎後帯で遊ぶほどに。妊娠後期、35週の画像ではなんと微笑みが見え、6週は微笑まななくと赤ちゃんが、子宮内では赤だ。温かく快適で、穏やかな空間。お母さんの心臓の音が聞こえる。人生で最も満足な環境にいるのは、胎児の時だ。作者は綴る。胎児と親の間の出生前の絆は、双方の感情的幸福、身体的健康にも非常に有効である。3D 4D スキャンは、父親にとっても全てのプロセスに関わることを来、絆を増強する架け橋ともなるのである。私も、このあなただけ、皆、この貴重な胎児期を過ごすことにあきらめず、愛おしさをひしひしと感じておいて、命への感謝、尊厳、愛おしさを感じる。読んで頂きたい一冊である。

大忙しママのリハ科。2人の怪歌？珍歌？と、日々、楽しく格闘中です。



スチュワート・キャンベル著 坂元正一監修
出生前の“わたしをみて”

Review

医療関係者表彰式



おもと会グループ特別顧問の藤田次郎医師が、県内の医学や医療の発展に貢献した功労者をたたえる県医学研究財団の2022年度表彰が2月17日に行われ、功労賞を受賞されました。また、3月4日に富山県にて開催された『第52回日本嫌気性菌感染症学会総会・学術集会』にて学会賞を受賞されました。

腰の不調対策・寝ながらできる膝抱えストレッチ

【膝抱え体操の特徴】
寝たまの状態で出来るストレッチです。無理に力を入れることなくお尻や腰まわりの筋肉を伸ばせると共に、腰部周囲の血流を促進させ、リラックス効果を高めることも期待できるので寝る前におすすめです。

【運動時の注意】
・息を止めたり、反動をつけて行わない
・楽である～ややきつい程度で行う
・体に痛みがある場合は中止する

【やり方】
① 仰向けで両膝を抱える



- 1. 枕をあてて仰向けに寝る
- 2. 両膝を曲げて両手で抱える
- 3. 首に力が入らないように注意

② 両膝を胸の方向へ引っ張る



- 4. 両膝を胸の方向へゆっくりと引き寄せる
- 5. お尻と腰が伸びていると感じる位置で20秒間キープする
- 6. 動作中は、呼吸を止めないように意識して行う ※膝抱えストレッチの目安は、20秒間×2～3セット、床が固くないベットや畳の上などで行うと良いです。



メディカルフィットネス科 健康運動指導士 我那覇 隆志

健康運動指導士による

健康体操館