

ご自由にお持ちください。

島根県立中央病院 広報誌

えにし

Vol.
07

2020
August



県民に信頼され
地域に必要な医療を
公平・公正に提供できる病院でありたい

特集 認知症に 寄り添うために

ゲンチューが聞くよ

ぎもんかいけつ Q&A

活動紹介

看護の日／特定行為研修開講
個人乳がん検診

知って得する健康ミニ知識

おすすめ！病院食

秋を楽しむ旬の味覚

スタッフきらり

地域連携だより 「第87号」

医師のイチオシ

手術科部長 小笹 浩





認知症に寄り添うために

家族の高齢化とともに、身近な問題となってきた「認知症」。「認知症に寄り添うために」をテーマに、今年2月に開催した市民公開講座の内容をダイジェストでお届けします。

私って認知症ですか？

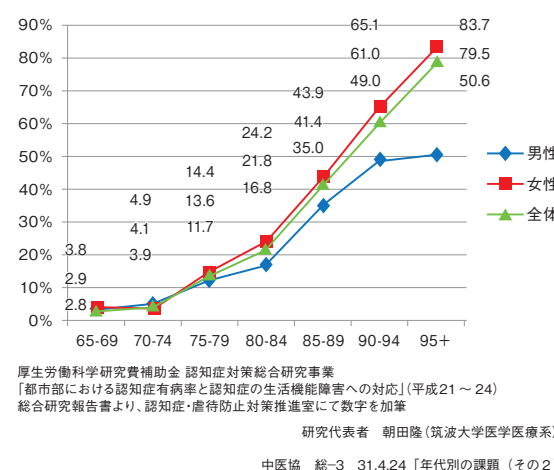
神経内科部長 青山 淳夫

認知症患者さんは2020年（令和2年）には約600万人、2025年（令和7年）には約700万人と予想されています。ご夫婦なら両親4人のうち1人程度は認知症を発症する可能性があり、誰もが遭遇する病気といっても過言ではありません。認知症の最も大きな原因は年齢といえます。年齢別にみっていくと、70歳では30人に1人程度ですが、80歳になると5人に1人、90歳を超えると2人に1人は認知症を発症すると考えてよいと思います。

高齢者の島根では、認知症の家族を抱えて困るケースが多いと予測されます。しかし、認知症は基本的に施設も含む在宅でみる疾患だと国の施策で位置づけられており、介護が大変になっても入院させてもらえる訳ではありません。入所できる施設も豊富ではありませんし費用がかかります。タイトルに込めた思いは、誰もが認知症との付き合いを避けて通れないので、どうやって付き合っていくかを自分の問題として今から考えて欲しいということです。長生きすれば認知症になるリスクが高まりますので、個々人の認知症の進行を遅らせ、家族が崩

壊しないようにするには30年前から計画的に取り組む必要があります。一人一人が自分の役割という尊厳を保ち、社会的つながりを保ち、適度な運動とタンパク質をしっかり摂取し、生活習慣病や整形外科疾患など基礎疾患を悪化させないように努力することが大切です。視力、聴力、嚙み込み、飲み込み、歩く力、話す力も大事で、刺激が入ってくる変化のある生活を心がけてください。

65歳以上では高齢になるほど認知症の有病率が増加



認知症への備え

家族のために、そして自分のために

認知症看護認定看護師 曾田 摂子

認知症は誰もがなる可能性のある病気です。認知症について正しい知識をもって理解しておくことが大切です。また、認知症の介護も一人で抱えては、家族にとっても認知症の方本人にとってもつらい生活になりかねません。社会資源も活用し、同じ悩みを持つ仲間とつながり、相談してみよう。当院では認知症に関する相談や入院中のケアについてチームで支援しています。心配なことはぜひご相談ください。

認知症になった時のために

- 今は大丈夫でも、少し先の話でもしてみよう。今から具合の悪くなった時の話をするなんて、縁起でもない!? でも、いざという時にはそんな話はできません。
- 家族に自分のことを理解しておいてもらいましょう。好きなもの、好きな音楽、趣味、大切にしているもの、側にあると安心するアイテムなどを知っておいてもらいましょう。
- 持病の管理は今からしっかりとっておきましょう。(生活習慣病の管理は大切！)
- 規則正しい生活と食生活に気を付けましょう。
- 趣味の活動を大事にしましょう。人とのかわりがよい影響となります。
- 普段から、外出時には行き先を誰かに伝えましょう。その習慣が、戻ってこれなくなっても手助けになります。

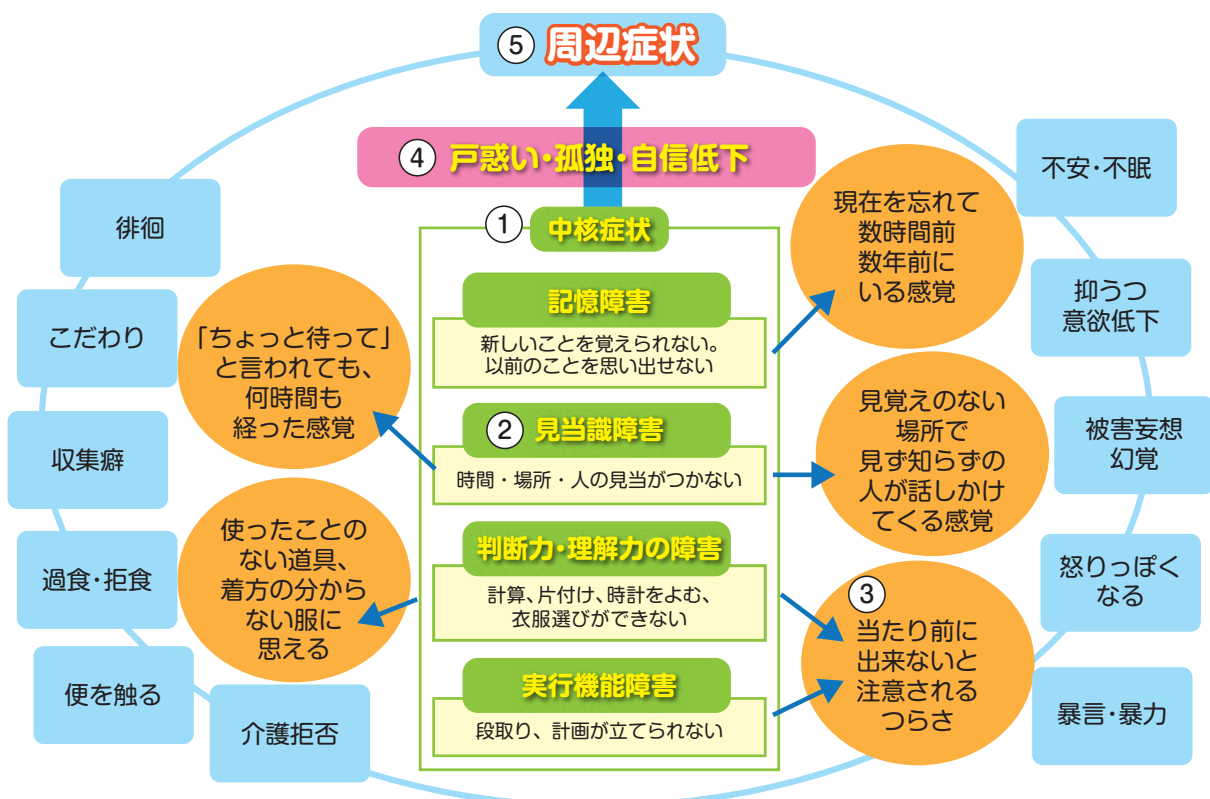
認知症にみられるこころの症状

精神神経科部長 森崎 洋平

Q1 認知症の周辺症状ってなに？

認知症になると記憶障害や見当識障害などの「中核症状」(1)が出現します。すなわち、記憶が無くなる、時間の感覚や、物事のやり方、人物などが分からなくなります(2)。人物の見当がつかなくなったり、家族や他の介護者から注意を受けたりする結果、温かく安心した会話が減ってしまいます(3)。

次第に戸惑いや孤独感、自信低下を生じ(4)、その状態が続くと「周辺症状」と呼ばれる、こころの症状、行動の変化が現れて来るのです(5)。



Q2 認知症の周辺症状が出た時、家族はどうしたらいいの？

4つのステージを一步步つづいていきましょう。

●第一ステージ

「戸惑い・否定」の時期

認知症の言動に「一体どうしたのか」と驚き、戸惑います。そして「違う違う」「そうじゃないでしょ」とついつい注意をしてしまう時期です。本人も不安が増してきます。

●第二ステージ

「混乱・怒り・拒絶」の時期

注意をしても上手く行かず、振り回され、本人に対し苛立ちや怒りをぶつけてしまうつらい時期です。家族だけで抱えず、早めに専門家に相談しましょう。

●第三ステージ

「落込み・あきらめ・割り切り」の時期

専門家に相談したり、自分で調べたりし、知識を増やしましょう。

また、家族や知人にも相談し気分転換を図りましょう。現状が見えてくると、寂しさの一方で、徐々に「受け入れるしかないか」という思いも出てきます。

●第四ステージ

「受容・共生」の時期

混乱、孤独感といった本人の気持ち徐々に理解でき、あるがままの姿に寄り添えるようになります。本人の自信回復のために、会話を少しずつ増やしましょう。最近の話題よりも、家族も知らないような昔の若い頃の思い出を尋ねてみると、昔話に花が咲くかもしれません。



認知症と作業療法

リハビリテーション技術科
作業療法士
梶谷 宏一

作業療法は、身近な作業や日常の活動を治療に応用し、その人らしく生活できるための手段の一つです。認知症の方を支援するために有効な作業活動は、その方の好きだった趣味や活動（園芸、手芸、スポーツ、音楽、カラオケ、囲碁、将棋、買い物、旅行、料理、茶話会等）を思い出してやってみたいり、振りかえって話し合ってみたりすることが考えられます。

施設やデイサービスなどでは、参加者同士が懐かしい物に触れて話に花を咲かせる「回想法」といった手法も用いられます。介護保険などの公的サービスを上手に使いながら、周囲の人も協力しあって支えていくことが大切です。



認知症に対する運動療法について

リハビリテーション技術科
理学療法士
足立 雄亮

認知症に対する運動療法は、運動に加えて頭を使って考えることを同時に行うとよいと言われています。

認知症予防に向けた運動「コグニサイズ」と二重課題（デュアルタスク）についてご紹介しますので、ぜひやってみてください。

STEP 3
コグニサイズ
コグニステップ

運動しながら、脳を刺激する
ステップ運動+3の倍数で拍手

右横・左横に
ステップ
※1～4を1セットとして、
約10分間繰り返す。

両足をそろえ、
背筋を伸ばして
立つ。

大きく
動かし

1 右横に大きく
ステップする。

自分側
自分側から見た足の動き
※足の動きを示す図は、自分側から見たもの（以下同様）。

2 右足を
元に戻す。

大きく
動かし

3 左横に大きく
ステップして、
拍手する。

拍手！

4 左足を元に戻す。
ここまでが1セット

まずは、「3」の倍数で手を叩くことから始めてみましょう。慣れてきたら、ステップの順番を変えたり（例：左右や前後を組み合わせる）、手を
たたく倍数の数や数の数え方（例：「13」からかぞえ始める、数を引きながらかぞえる、など）を変えたりと様々な種類を試してみましょう。工
夫次第でいろんな方法で楽しめます。

二重課題（デュアルタスク）

◆右上から順に文字を読むのではなく、その色を答えてみてください。

足踏み

みどり	あお	あか
きいろ	あか	みどり
あか	きいろ	あお
あお	みどり	きいろ
みどり	あお	みどり

認知症予防に向けた運動～コグニサイズ～
国立長寿医療研究センターより引用

デュアルタスクで認知症予防
千歳市介護予防センターより引用

治療で治る認知症とは

脳神経外科部長 井川 房夫

認知症とは、何かの病気によって脳の神経細胞が壊れるために起こる症状や状態をいいます。一般的に、認知症は治らない、治療法はないと思われがちですが、認知症の症状があっても、もとの病気を治療すると治る認知症もあります。その一部を紹介します。

●特発性正常圧水頭症

特発性正常圧水頭症は、脳を保護する脳脊髄液と呼ばれる水が、脳の中心にある脳室に溜まり、周りの脳を圧迫する病気です。

明らかな原因疾患は不明ですが、高齢者に症状が多くみられ、ゆっくり進行します。歩行障害（図1）を主体として認知症や尿失禁の症状が出現します。

頭部CT検査に加え、背骨から、比較的細い針で髄液を抜く検査（腰椎穿刺検査・タップテスト）で症状の変化を確認し、余分な脳脊髄液をお腹（腹腔）に流すシャント手術（図2）を行うと症状が改善します。

水頭症による歩行障害の特徴



図1

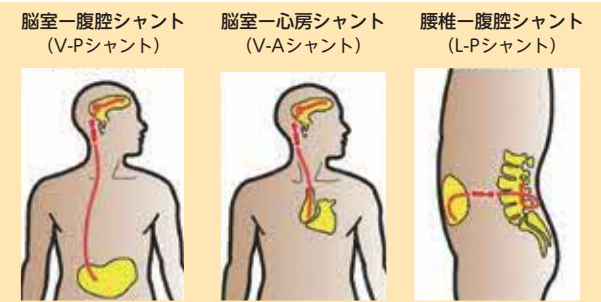


図2

★特発性正常圧水頭症の症状チェックリスト

症状のタイプ	状 態
歩 行 障 害	☐ 足が上げづらく、小刻みに少しずつ歩く
	☐ 開脚で不安定な歩き方になる
	☐ 不意に転倒してしまうことがあり、特に転回するときにふらつきが大きい
	☐ 歩くときに、第一歩が出なかったり、床に張り付いたような歩きにくさを感じる
	☐ 歩くことができない、または、立つと不安定である
認 知 症	☐ 最近、物忘れがひどくなった
	☐ 意欲がなくなり、日ごろ習慣としていたことや趣味などをしなくなった
	☐ 集中力を維持するのが難しく、ぼーっとしてしまう
	☐ 怒りっぽくなった
尿 失 禁	☐ おしっこを我慢できる時間が非常に短くなった
	☐ 頻尿または尿失禁状態である
そ の 他	☐ 表情が乏しくなる

Check!

●慢性硬膜下血腫

慢性硬膜下血腫は、転んで頭を打った、等の外傷（怪我など）により脳を包む膜（硬膜）と脳の表面との間に、数週間～2ヶ月程度で、ゆっくりと血液（血腫）が溜まる病気です。（図3）

きっかけとなった外傷から1～2ヶ月後に、頭痛や認知症状などを起こすことがあります。治療は局所麻酔で溜まった血（血腫）を取り除く手術を行います。

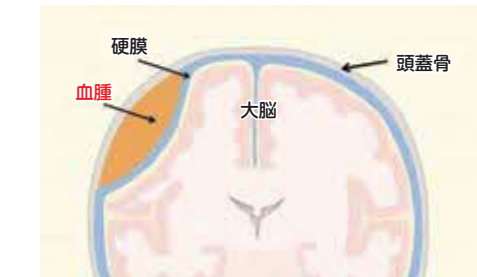


図3

●脳腫瘍
脳腫瘍とは、頭蓋骨の中にできる腫瘍の総称です。症状は、体の麻痺やしびれ、歩けない、ふらつく、言葉が出にくい、目が見えにくいなどがあります。嗅覚（におい）は、認知症の症状で発症するため、腫瘍があることに気付かない場合が多い病気です。腫瘍を取り除く手術治療により改善します。

こうした病気を早く見つけて、早く治療を始めるためにも「認知症かな？」と思ったら、早めに専門医を受診することが大切です。



「看護の日」にちなんだ特別献立



メッセージカード

5月12日は、ナイチンゲールの誕生日にちなんで制定された「看護の日」です。それを記念して、当院では毎年イベントを開催しています。残念ながら、今年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため「看護の日」のイベントが中止となりました。そのような状況の中、少しでも「看護の心」を皆さんに届けようと、入院患者さんへはメッセージカードを、小児病棟に入院中の患者さんへは看護の日グッズをお渡ししました。

また、栄養管理科スタッフが「看護の日」にちなんだ特別献立による食事を準備しました。

患者さんからは病院スタッフへの励ましのお言葉を多数いただき、励みになりました。

来年はイベントが開催できることを願っています。その時はぜひお越しください。お待ちしております。

看護の心を 皆さんへ



看護師 特定行為研修が 始まりました！

5月14日から、令和2年度の看護師特定行為研修が始まりました。

今年度は2年目となり、院外からの受講生も迎え総勢6名となっています。

受講区分は「創傷管理関連」と「栄養及び水分管理」で、両方受講する方もいます。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、昨年のような開講式とはなりませんでしたが、皆さんちよっぴり緊張気味の表情で、気持ちも新たに開講を迎えられました。

約1年の長丁場となりますが、元気で研修を修了されるよう支援してまいります。



個人乳がん検診を 始めました

近年、日本人女性の11人に1人が乳がんにかかると言われていました。

乳がんは早期発見で治ります。当院では、検診から診断、治療までサポートできるよう、4月より個人乳がん検診を開始しました。

① 予約

電話か窓口で事前に予約してください。

② 検査

マンモグラフィ検査（2方向）と超音波検査をします。

③ 結果通知

数週間後で届きます。

☆予約制なのでお待ちせしませ
☆女性の検査技師が担当します

検査日時

毎週火・木・金曜日の15時30分から（1日1組）

検査料金

9900円（税込） ※自費診療となります。

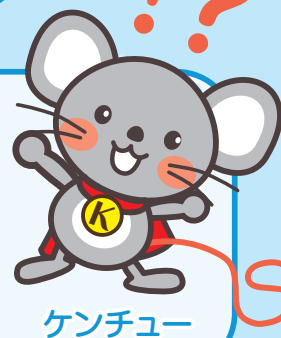
（マンモグラフィ検査と超音波検査のセット料金で、結果通知の郵送料を含みます。）

予約窓口

島根県立中央病院内
入退院支援・地域医療連携センター
電話 0853-3016500（直通）
（予約受付時間 平日8時30分～17時）

“ケンチュー”が聞くよ ぎもんかいけつ Q&A

「ケンチュー」がみんなに代わって、病院や医療についての疑問を聞いてちょうよ！



今回のテーマは 認知症！

Q4

認知症が進行しないようにするには？

A

たとえ認知症になったとしても、できることは続けることで機能を維持できます。料理や趣味の活動などでもできる間は続け、難しくなったら一人でできない部分だけ誰かに支援してもらいましょう。失敗を恐れたり、恥ずかしいからと人とのかわりを避けることは逆に進行してしまうことにつながります。また、楽しみや得意なこと、長年続けてきたことなどを取り入れた作業や、運動も効果的です。

Q5

どこで認知症の相談を受けてくれるの？（相談窓口、申請など）

A

介護・生活にお困りの場合は市町村の地域包括支援センター、しまね認知症コールセンターへご相談ください。認知症カフェ、認知症の人と家族の会などでも相談にのってもらえます。治療に関しては、まずはかかりつけ医にご相談ください。認知症疾患医療センターへ紹介していただくことも可能です。

島根県内の相談窓口▶



Q1

どんな症状が現れたら認知症の疑いがあるの？（初期症状）

A

時間や場所の感覚がわからなくなる、出来事をすっかり忘れてしまうといった記憶障害が出現します。また、物事のやり方がわからず、これまでのように段取りよくできないなど、日常生活に変化がみられます。ただし、認知症の種類によっては多少症状が違います。

Q2

認知症は治るの！？

A

正常圧水頭症のように治療によって治る認知症もありますが、アルツハイマー型認知症のように進行を緩やかに遅らせる薬を使用するような認知症もあり、治療が難しい場合があります。そのほか、認知症のように見えてせん妄など一時的な症状であることや、うつ病など認知症に間違えられやすい状態もあるので、自分で判断せず医師に相談しましょう。

Q3

認知症は予防できるの？

A

これをすれば大丈夫というような方法はありますが、認知症になるのを少しでも遅らせることは可能です。糖尿病などの生活習慣病が関係していると言われています。規則正しい生活やバランスのとれた食事、適度な運動などをこころがけ、持病の管理をきちんとするようにしましょう。そして、認知症になってからでも続けられそうな趣味や人との関わりについて今のうちから考えてみましょう。





9月の行事食

「敬老の日」に向けて 秋を楽しむ旬の味覚

「鯛けんちん蒸し」(右手前)

- 材料** (4人分)
- 鯛(60g)……4切れ
 - 濃口醤油……小さじ1杯
 - みりん……小さじ1杯
 - 木綿豆腐……200g
 - 人参……20g
 - しいたけ……50g
 - 卵……1個
 - サラダ油……大さじ1/2杯
 - 酒……小さじ1杯
 - 砂糖……小さじ1杯
 - 薄口醤油……小さじ1杯
 - だし汁……1/2カップ
 - みりん……小さじ1杯
 - 薄口醤油……小さじ1杯
 - 片栗粉……大さじ1/2杯
 - きぬさや……20g
 - 人参……40g
 - 薄口醤油……小さじ1/3杯
 - 砂糖……小さじ1/2杯
 - だし汁……1/2カップ
- 作り方**
- 調味料Aを混ぜ合わせて、鯛切り身(骨抜きしたもの)にかけて1時間程度下味をつける。
 - 木綿豆腐は水切りしておく。みじん切りにした人参と椎茸を油で炒め、潰した木綿豆腐と調味料Bを加えて炒め合わせ、最後に溶き卵を加えて混ぜ合わせてけんちんを作る。(卵が固まりすぎてそぼろ状にならないよう注意)

- ③②を軽く固めて鯛切り身で包み込むようにして蒸し器に並べ、20分蒸す。
- ④調味料Dで煮汁を作る。付け合わせの人参は型で抜き煮汁で煮る。きぬさやはさっと茹でておく。
- ⑤調味料Cを火にかけて、同量の水で溶いた片栗粉を加えてとろみをつけ、あんを作る。
- ⑥③と付け合わせを盛り合わせてあんをかける。

栄養成分 (1人分) エネルギー 213kcal
たんぱく質 18.6g 塩分 1.0g

「栗ご飯」(左手前)

- 材料** (4人分)
- 米……2合
 - むき栗……140g
 - 塩……小さじ1/2杯
 - 酒……小さじ2杯

- 作り方**
- ①米をとき、調味料、水を入れて混ぜ合わせて、むき栗を上のにせて炊飯する。

栄養成分 (1人分) エネルギー 344kcal
たんぱく質 5.9g 塩分 0.7g

「小倉ケーキ」(右奥)

- 材料** (4人分)
- 小豆……20g
 - 砂糖……大さじ2杯
 - 塩……少々
 - 卵白……1個分
 - 砂糖……小さじ1杯
 - 卵黄……1個分
 - 砂糖……小さじ1杯
 - 薄力粉……大さじ1杯
 - 生クリーム……1/4カップ
 - 砂糖……大さじ1杯
 - くこの実……4粒
- トッピング**
- 生クリーム……1/4カップ
 - 砂糖……大さじ1杯
 - くこの実……4粒

- 作り方**
- ①小豆に水を加えて茹でこぼす。砂糖と塩を加えて軟らかくなるまで煮て冷ましておく。(小豆の缶詰を50g使用しても可)
 - ②卵白に砂糖を加えてツノが立つくらいまで泡立てる。
 - ③卵黄に砂糖を加えてよく混ぜる。
 - ④①と③を混ぜ合わせ、②を加えて軽く混ぜる。
 - ⑤④に薄力粉を加えて泡が消えないようにさっくりと混ぜ合わせる。
 - ⑥型に流し入れ、蒸し器で15分程度蒸す。
 - ⑦生クリームと砂糖を混ぜホイップクリームを作る。くこの実は水か湯で戻しておく。
 - ⑧蒸し上がった⑥をカットしてホイップクリームと「くこの実」を飾る。

栄養成分 (1人分) エネルギー 91kcal
たんぱく質 3.0g 塩分 0.7g



栄養管理科 管理栄養士 杉本 奈美

知って得する 健康ミニ知識

ダイジェスト版



ロコトレをする参加者の皆さん

当院では、患者さんやご家族、地域の皆さまに、健康や病気についてのちょっとしたお役立ち情報や、ぜひ知っておいてほしいことなどをお伝えする「知って得する 健康ミニ知識」を毎月開催しています。ここでは、過去に開催した中からお役立ち情報をピックアップしてお届けします。



片脚立ち
・左右1分間ずつ
・1日3回

スクワット
・深呼吸するペースで
5～6回繰り返す
・1日3回

「ロコモ」とは、関節などの運動器の衰えが原因で立つ・歩くといった移動機能が低下した状態です。ロコモを予防するための運動として、バランス能力をつけるロコトレ(片脚立ち)や下肢能力をつけるロコトレ(スクワット)があります。

また、転倒しやすい薬を飲んでいないか、もし飲んでいれば中止できないかなど、かかりつけ医に相談してみたいかがですが、

ロコモティブシンドローム(ロコモ)に気を付けよう

電気コードに引っかかったり、カーペットなどがめくれたりしないように固定テープなどで留めます。滑りにくいマットの使用や、出入口の段差をなくするような工夫も有効です。動くときには慌てず、ゆっくり、落ち着いて行動しましょう。

転倒を予防するために

健康寿命とは、介護なしで生活できる期間のことです。介護が必要になる理由には、脳血管疾患、認知症、衰弱、関節疾患、骨折、転倒など色々な要因があります。その中で「転倒」は最も予防が可能なものです。

健康寿命を延ばすためには転倒予防が必要

講師 整形外科部長 飛田 正敏

(2020年1月21日開催)

転んでも、杖は折っても骨折るな！

ペースメーカーとは

ペースメーカーは植込み型心臓電気デバイス(CIEDS)の一つです。ペースメーカーは心拍数がなくなってしまう時、電気刺激を出すことで、心臓を収縮させる機械です。心臓がリズムよく収縮できず、脈拍が少なくなってしまう徐脈性不整脈に用います。

ペースメーカーの手術(植込み手術)

鎖骨下の血管より、電気刺激を与えるための導線(リード)を入れ、その下に、ペースメーカーを入れるための隙間(ポケット)を作成します。手術時間は2～3時間程度です。術後の入院は1週間程度です。

ペースメーカーで気を付けること

植込み後1ヶ月程度は、運動や重い荷物を避けることは避けましょう。体脂肪計(体脂肪率の測定)や低周波治療器の使用も避けましょう。ペースメーカーやその仲間、植込みされた方が安心して日常生活を送っていただく。



ペースメーカーについて説明する講師

講師 臨床工学科 臨床工学士 杉原 克彦

(2020年2月17日開催)

ペースメーカー
についてのお話です

高額療養費制度について

高額療養費制度は、医療機関や薬局に支払われる医療費が高額になった場合に支払いの負担を軽減する制度です。

高額療養費制度で支給される金額

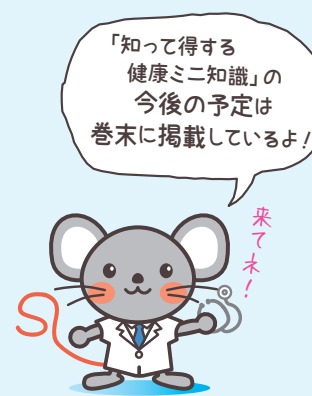
月ごとの医療費が一定の額を超えた場合に、その超えた額が支給されます。この支払い上限額は、年齢と所得によって決められています。

70歳以上の方は、所得によって6つの上限額があります。一般所得や住民税非課税世帯の方は外来での上限額も設定されています。70歳未満の方も、所得によって5つの上限額があります。

詳しく知りたいときは

詳しくお知りになりたい方や、手続きをご希望される方は、お持ちの保険証に記載されている「保険者」へお問い合わせをお願いします。

また、当院ではご相談をお受けしています。医療費やお薬代が高いと思われるら、この制度が利用できないか、入院支援・地域医療連携センターへご相談ください。



講師 入院支援 地域医療連携センター 社会福祉士 萬代由喜子

(開催中止)

高額療養費制度について



地域連携だより

第87号

『面会制限』中の連携

「まめネット」のWeb会議サービス



撮影した動画を使用し、
連携会議（情報共有）
を行いました

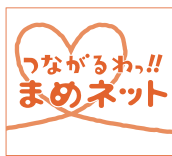


まめネットのタブレットでリハビリ療法中の様子を撮影しています

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のための『面会制限』の期間中、入院支援・地域医療連携センターでは、病室にいる患者さんと、1階やおよび相談プラザに来院されたご家族に、**まめネット**のWeb会議サービスを、リモットで対面していただきながら退院の相談等を行いました。

来院された地域関係者の方々は、病室の患者さんとリモットでつないで支援会議をしたり、リハビリ療法中の様子を撮影した動画を観ていただいたりしました。

様々な制限がある中でも、実際にお会いできない入院中の患者さんのご様子を、セキュリティが守られた環境の**まめネット**で、ご家族や地域関係者の方々と安心して共有することができました。



地域医療への
貢献のために
頑張ります！



新入 スタッフ紹介

地域医療連携・
医療福祉相談スタッフ



曾田 涼果

安心して退院が迎えられようようにサポートしていきたいと思っています。よろしくお願いします。

入院支援スタッフ



金山 留美子

笑顔で丁寧な対応を心掛け、患者さんが安心して入院生活を送れるよう支援していきたいと思っています。よろしくお願いします。

スタッフ きらり

★当院のスタッフの人柄と業務内容を紹介するコーナーです。

初の外国人看護助手として 仲間助けられながら奮闘

看護助手 石田 カリナ

多忙な看護師の補助役として、シフト交換など入院患者さんのお世話に当たる看護助手。日系3世ブラジル人の石田さんは、不慣れな日本語に悪戦苦闘しながらも、当院では初の外国人看護助手として、ブラジルでの看護師経験を生かし、熱い情熱で業務に取り組んでいます。

ブラジル人の夫が、出雲市内の企業に勤務している関係で、1年半前に子どもたち3人と来県しました。ブラジルでは9年間の看護師経験があります。日本では資格が使えませんが、患者さんのお世話がしたいという思いから看護助手となりました。

しかし、言葉の壁、文化の違いなどから、初めは患者さんが何を求めているのか分かりませんでした。このため、少しでも日本語が使えるようにスマホのポルトガル語の翻訳機能を使って、医療用語や日常会話などを学びました。また職場の上司や同僚からアドバイスを受け、だんだん仕事が楽しくなってきました。

出雲市内にはブラジル人が多いので、入院などの場合には、通訳的な役割も期待されています。



職場のスタッフとともに
前列真ん中が石田カリナさん

現場が使いやすい情報 システムの効率化に取り組む

情報システム課 主任主事 高島 亨



システムなどについて
同僚と話し合う高島亨さん（右側）

病院内はもとより外部ともつながる情報システム。人体に例えるなら「心臓と血管」ともいえ、医師、看護師ら医療現場の声を反映させた効率化、個人情報漏えいなどのセキュリティ対策など常に最先端の技術や思考が求められています。高島さんは、4月に島根県職員として新規採用となり、初の配属先が当院情報システム課でした。県内外のIT企業で12年間、システムエンジニアとして勤めた経験を活かして、システム改善、トラブル防止などを担当しています。

当院は、電子カルテ、受付予約情報、指示・実施・レポート情報の複合体である通称「IIMS」で一元管理され、診療行為や財務会計まで全部門で電子化、ペーパーレス運用されています。初めての医療分野での業務に不安がありましたが、明るい雰囲気、職場で、上司や先輩に助けられながら、現場で必要な知識や能力を日々学んでいます。

最近では病院まで自転車通勤し、体力をつけてフルマラソン大会に出場するのを夢見ています。

新入医師 紹介

長野と申します。安全安心な医療の提供ができるよう心掛けてまいります。よろしくお願いします。

麻酔科 ながの たかし 長野 峻志



それいけ ケンチュー

画・わほふけ



医師の イチオシ。

普段なかなか知ることのできない、当院のドクターのプライベートな一面を紹介するコーナーです。おすすめの本や映画、趣味や特技、一日の様子、など、業務の時とはちょっと違う一面を知れば、病院がもっと身近に感じられるかも!?

花は、その姿形に目を惹かれるのは勿論、季節ごとの花が咲くのを待ち望んだり、花を観て季節の訪れを喜んだり、時の経つ早さに驚いたり、そんな花のもたらす季節感が、年ごとに特に大事に思えてきています。さて、私の「夏の花イチオシ」は「時計草」です。

時計草の魅力の第一は、その姿形です。時計にしか見えない面白く不思議な形。濃い紫色と涼しい空色に

「ここ何年かのうちに「花」が好きなになりまして、家に咲いている花をスマホで写真に残したり、花を観るために所謂「名所」に度々出かけたりしています。」



塗り分けられた副花冠に鮮やかな黄色の雄蕊、そして淡い緑がかかった白色の萼の見事な配色。ずっと見ていても全然飽きません。

イチオシの植物

造形美と儚さを併せ持った夏の花

時計草／トケイソウ科・トケイソウ属 (Passiflora)

魅力の第一は、その姿形を楽しむ時間が何とも短いことです。蕾だったのが、ある日突然咲き、そして計ったように

ほぼ一日であっけなく閉じます。咲いた時の驚きと咲き終わった時の寂しさに、

何とも言えない無常を感じます。「時計草」。イチオシです。



「時計草」。イチオシです。



手術科部長 小笹 浩

知って得する 健康 ミニ知識 今後の予定

開催 月1回 平日15:00～15:30
場所 1階 ふれあいホール(正面玄関ホール)

テーマ:「息切れ、動悸、それって『年のせい?』」
開催日:2020年10月15日(木)
講師:医療局次長 山内 正信(医師)

テーマ:「いつまでも美味しく食べるために～やってみようお口の体操～」
開催日:2020年11月25日(水)
講師:リハビリテーション技術科 永瀬 祐太(言語聴覚士)

テーマ:「もしもの時にあなたが望む医療やケアは?(仮)」
開催日:2020年12月21日(月)
講師:老人看護専門看護師 立原 怜(看護師)

※ミニ知識への参加6回で記念品プレゼント!
※詳細は当院ホームページやFacebookでご確認ください

動画配信しています!

「知って得する健康ミニ知識」と、広報ケーブルテレビ番組「えにし～扉の向こうに～」の内容を当院ホームページで動画配信しています。今後もどんどんテーマを追加していく予定ですので、ぜひご覧ください。

動画はこちらから

島根県立中央病院 動画ギャラリー

検索



一般外来診療のごあんない(予約のない方)

診療受付時間

月曜～金曜 8時30分～11時00分

※当日に診療していない診療科、あるいは特殊外来に受診を希望される場合には、総合受付にお問い合わせください。

かかりつけ医からの紹介状をお持ちください

継続して受診している診療科以外の診療科を受診するとき、他の医療機関からの紹介状を持たずに当院を受診された場合、初診料のほかに5,500円(税込)(歯科口腔外科の場合は、3,300円(税込))をお支払いいただきます。



島根県立中央病院

〒693-8555 島根県出雲市姫原4丁目1番地1
TEL: 0853-22-5111
Mail: spch@spch.izumo.shimane.jp
URL: <https://www.spch.izumo.shimane.jp/>



島根県立中央病院公式Facebook

院内情報を随時更新しています

<https://www.facebook.com/ShimanePrefecturalCentralHospital/>

