



地域に暮らす人々と共に心あたたかな医療をすすめたい

## 特集

# 病院でも自宅でも 緩和ケア

- ▶ チーム八鹿病院 歯科口腔外科
- ▶ 教えて！健康コラム 脂肪肝について
- ▶ 看護部だより 相談役として新人看護師と一緒に成長したい
- ▶ トピックス 看護学生が参加 オープンホスピタル開催 など
- ▶ インフォメーション 医師異動のお知らせ など

2024

4  
月号

## 公立八鹿病院基本理念

私たちは、地域中核病院として、医の倫理を基本に、質の高い医療と優れたサービスをもって、住民の健康を守り、地域の発展に尽くします。



緩和ケア病棟  
3月おひな祭り会のようす

# 病院でも自宅でも 緩和ケア

早期から緩和ケアを

緩和ケアは、がん患者さんやご家族が抱える心や体のつらさを和らげるためのケアです。がんと診断された時から起こる体や心のつらさを和らげると、前向きに治療に取り組めるようになったり、仕事や趣味を楽しめたり、がんと上手に付き合いつながりながら生活することができます。緩和ケアは、がんが進行し治療が難しくなってきたり、がん診断後から早期に受けることでメリットが多いとされます。

緩和ケアで「あなたらしく生きる」ことを支える

当院で緩和ケアを受ける方法は、がん治療と並行して受ける「外来通院」、痛みやつらさが強くなった場合には「緩和ケア病棟入院」があります。

## がんを治すための治療

(手術・抗がん剤・放射線治療など)

がん治療中



抗がん剤治療で通院中の患者さん

体のだるさと痛みがひどい。通院もつらい。でも緩和ケア病棟入院は最期まで帰れないのでは…。

一時的に緩和ケア病棟へ入院し、体のつらさを和らげる



がんの痛みの約90%は緩和できる！

緩和ケア病棟入院中は一旦治療を中止し、痛みとだるさに対処。薬剤師から痛み止めの処方や飲むタイミング、理学療法士から体に負担をかけない動き方などのアドバイスを受けて退院へ。退院後は様子をみながら抗がん剤を再開するなど、つらさをとりながら治療を進めることができます。

実際にいただいた声



楽になったわ。また、治療しながら家で生活ができる！

がん診断時



『これからどうなっていくの…。家族は…。仕事は…。痛みはないけど不安で眠れない。家族にもあたってしまう。』

『がん看護相談』で思いを聴く



がん看護に関する専門的な研修を受けた認定看護師が、患者さんの不安や困りごとなどに対して解決の糸口が見つけられるようお話を伺い、一緒に考えサポートします。

実際にいただいた声



思いを吐き出したら、気持ちが整理できた。治療に前向きになれた。

## 『緩和ケアチームラウンド』

～つらい患者さんとスタッフとの架け橋に～

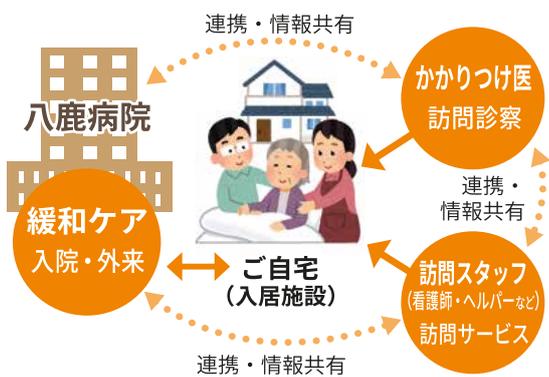


病棟看護師と相談中の様子。4月からは南但訪問看護センターへのラウンドも計画中！

がんの診断時、治療期から終末期までの患者さんの身体の苦痛や心のつらさなどを早期にキャッチし緩和することを目的に、認定看護師が全病棟と各外来へ月1回ラウンドしています。ラウンドでは各部署のスタッフと患者さんの情報共有をしながら、苦痛症状を和らげるための治療やケア、療養先やがん治療の選択などの相談を受け、一緒に考えます。

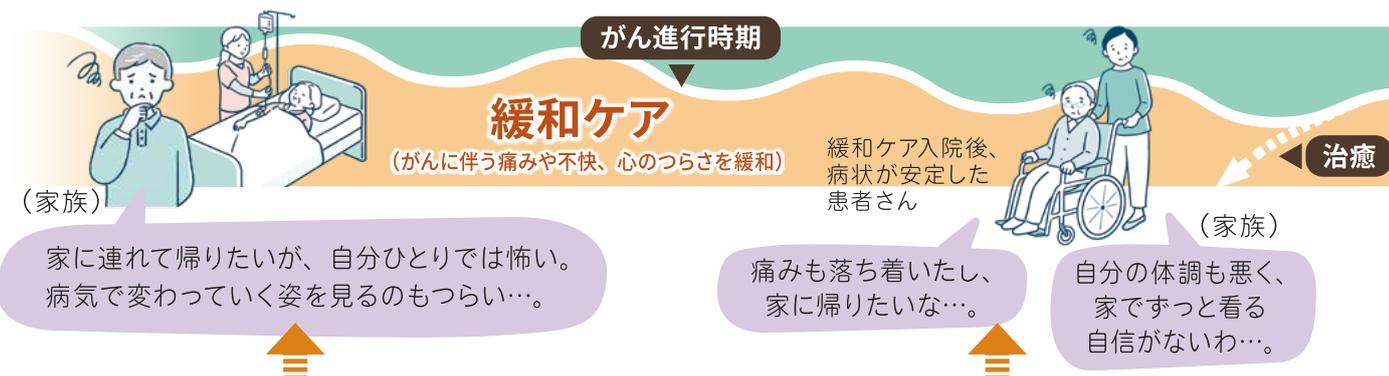
当院では、がんに伴う痛みや不快な症状を和らげる『緩和ケア』を積極的におこなっています。今回は、当院の緩和ケアに対する取り組みの一例をケース別に紹介します。





緩和ケア病棟では、症状をコントロールする目的の入院、介護者の休息や急な用事など介護が困難な時に利用する短期間の一時的な入院（レスパイト入院）、自宅で療養が困難になった場合などに入院していただけます。

また、訪問診察や訪問看護などの訪問サービスを利用しながら住み慣れた自宅や介護施設で苦痛を緩和できるよう、地域の診療所や訪問サービス事業所などと連携し、患者さんの病状やご希望にできる限り対応できる体制を整えています。



患者さんご家族に寄り添い、ゆったりと過ごしていただけるようお手伝いする

体の状態をみながら安心して家ですごせる体制を整える



患者さんやご家族の思いを聴き、つらさを分け合い心のケアを実施。その上で、よりよい療養方法を一緒に考えます。自宅に帰れない状態のときは、緩和ケア病棟で患者さんご家族がゆったり過ごしていただけるようお手伝いします。

患者さんご家族が望めば退院することができます。訪問看護やヘルパーを利用できるよう調整するなど、住み慣れた自宅で患者さんが望む生活を送れるようサポートします。例えば家族の介護負担を考慮し、2週間入院・自宅で1か月を繰り返す場合もあります。

【こんなふうに調整します】

- かかりつけ医や訪問看護など在宅で身体状況を把握する窓口を調整。
  - ケアマネジャーとの情報共有など関連職種との連携。
  - 医療用麻薬の使用法や介護の指導。
- (患者さんご家族の状況や希望を組み入れながら)



全室個室。窓からは八鹿の自然や街並みが一望できる。



屋上庭園には季節の花々が咲いています。



実際にいただいた声

家に帰れてよかった。孫にも会えて嬉しい。

患者さん



お父さんの思いが実現できてよかった。訪問看護師さんに相談できて安心。体も休めることができたわ。

患者さん

緩和ケア病棟が取り組む 入院でゆっくり過ごしていただくための工夫



季節のイベントや病棟内の飾りつけ、野菜づくりをおこなっています。季節を感じていただきながら、ほっとできる環境となるよう心がけています。



- お誕生日・結婚記念日など患者さんご家族の大切な日と一緒に祝いします。
- アロマオイル入りのお湯で清拭や足浴などをおこない、気持ちがりフレッシュできるようなケアを取り入れています。
- 病院食の自由選択。体調によって変わる「これなら食べられそう」という患者さんの気持ちを尊重します。

## 八鹿病院の 歯科口腔外科チーム

歯科医師・歯科衛生士・歯科技工士がチームとなり、患者さんの口腔内・口腔外の疾患や口腔ケアに取り組んでいます



チーム八鹿病院

歯科口腔外科

### 歯科衛生士

歯科医師がおこなう処置や診療に対する補助、口腔内の汚れを除去する口腔ケアや指導をおこない歯の疾患予防をサポートします。

### 歯科技工士

歯のかぶせ(クラウンやブリッジ)、入れ歯や矯正装置の製作や修理を担当。必要時に患者さんに直接対面し、最適な装置の製作に努めます。



歯科口腔外科という科を  
ご存じでしょうか？

### 入院や手術で 難しい抜歯に対応

最も多い治療は、難しい親知らずの抜歯です。局所麻酔への恐怖心が強い、術後の出血リスクが高い場合は全身麻酔での処置や入院治療とし、患者さんの不安やストレス軽減に努めます。

### 全身麻酔で手術を 受けられる方への口腔ケア

全身麻酔時は太い管を口から肺に入れます。歯周病や虫歯で脆くなった歯が抜けて肺に入ってしまうよう、術前に診察し必要時には治療をおこなっています。

### 他診療科で入院中の 患者さんへの歯科治療

口腔ケアや疾患の疑いなど、他科医師からの依頼で歯科治療をおこないます。移動が困難な患者さんは病室で診察をおこなうこともあります。

今後地域の皆様の口腔内外の悩みを解決できるよう取り組んでまいります。

当院では歯科技工士が常在しているため、顎関節症やスポーツ時のマウスピース作成、脳血管疾患後の構音障害<sup>(※)</sup>に対する口腔内リハビリ装置の製作などにも力を入れております。

主な診療内容は、口腔の疾患(腫瘍(できもの)、口腔領域の外傷の治療や、地域の歯科医院で対応が難しい全身疾患(高血圧、糖尿病等)を抱えていたり、抗凝固薬(血がサラサラになる薬)や骨粗鬆症治療薬(骨を強くする薬)を飲まれている患者さんの治療(観血的処置など)や難しい抜歯(親知らず)なども担当します。また、他診療科で入院中の患者さんの急を要する歯科治療や全身麻酔で手術を受けられる方への口腔ケアも積極的にこなしています。

歯科口腔外科は、一般的な歯の治療より、もう少し広い範囲で口腔内および口腔外の診察診断をして、主に外科的な処置を中心におこなう少し珍しい診療科です。当院の歯科は2012年4月より歯科口腔外科として生まれ変わりました。現在は、鳥取大学医学部附属病院から歯科口腔外科医が赴任しており、常勤歯科医師2名、非常勤歯科医師2名の体制で診療をおこなっております。

(※) 構音障害：音を作る器官や動きに問題があり発音が上手くできないこと

教えて！  
**健康**  
コラム

# お子さんの太りすぎも要注意！ 脂肪肝について

小児科 井代 学

しぼうがんで  
わたしに  
関係あるの？



近年、成人日本人の肥満の割合は男性約30%、女性約20%とされています。肥満はご存じの通り、食べ過ぎ、運動不足などを原因とする体型の変化です。体型が脂肪で変化するということは、体の内部にも脂肪がたまっていく変化がみられます。

脂肪がたまって困ることになるのは、**血管**（脂肪がたまれば高血圧、心筋梗塞、脳梗塞などの原因）、**肝臓**（脂肪肝）などが代表的です。今回は、肝臓に脂肪がたまるとうつしていけないのかをお話しします。

## 脂肪肝が悪化すると、肝硬変・がんが発展

今のところ日本人はおおよそ30%近くの人々が脂肪肝ではないかという報告があります。昔は脂肪肝と言えばお酒をたくさん飲む人になるものだ（アルコール性脂肪肝）とされてきましたが、現在ではそうとはいえない人が増えてきました。この脂肪肝は何がいけないかという点、最初のうちは無症状が多いのですが、強い脂肪肝のまま時間がたつと、肝障害が強くなって元気が出なくなり、さらには、肝硬変や肝臓がんが発展してしまいうリスクが生じてしまいます。

## 子どもも脂肪肝になるんです



そして脂肪肝の発生は大人ばかりでなく、子どもにも発見されています。肥満の強いお子さんには、**高脂血症、高血圧や2型糖尿病、高尿酸血症**の発症リスクがあることと同じように、**脂肪肝**の発症にもリスクがあります。幼少期からこのような状態が始まると、お子さんの将来は苦勞することが増えてしまいます。もしかしたら、なりたいたい職業にも就けない可能性も出てきてしまいます。

大人（かくいいう私もです）も当然ですが、お子さんも肥満については少し気にならなさいこと。ご心配なことやお聞きになりたいことがあれば、相談していただければと思います。



患者さんの状況について話しをさく村上看護師

## 相談役として新人看護師と一緒に成長したい

8病棟 看護師 村上美空



# かんごぶ 看護部だより

脳神経内科病棟で勤務し約2年がたちます。2年目ではチューター（相談役）として新人看護師と関わってきました。私自身、新人の時は多くの悩みがありました。親身になって相談にのってくれる先輩が多くいらしたことで、前向きに働くことができるようになりました。今では先輩方との関わりを思い出し、相談しやすい雰囲気です。新人の悩みに寄り添うことを心がけています。どれくらい役に立っているかはわかりませんが、日々成長し笑顔で働いている新人の姿を見て嬉しく思います。

またチューターを担ったことで、メンバーとコミュニケーションを図る機会が増えました。そのため少しずつ視野が広がり、以前よりチーム全体を見て行動できるようになりました。この経験を活かし、チームの一員として新人がより働きやすい環境を作っていきたいと思っています。また、自分自身も一緒に成長していきたいです。

## 2/16 TQC大会 最優秀演題は4病棟に決定



元津院長代理（写真左）と受賞者の皆さん 4病棟スタッフによる発表の様子

## 今年度のテーマ「患者満足度の高い八鹿病院を目指そう！」



当院では、積極的な業務改善を図るために、各部署がテーマに沿って活動・発表するTQC大会（TQC：Total Quality Controlの略）を毎年開催しています。職員の投票により、今大会の最優秀演題に4病棟「今寝たの起こさないでよ看護師さん！～睡眠への満足度UPを目指して～」が選ばれました。

2/21

新人看護師リフレクション発表会  
1年の振り返りを発表

新人看護師は、緊張しながらも自分の看護を振り返り「患者さんに寄り添う」ことの意味と重要性を深めていました。また、仲間の発表を聞くことで新たな知見を得ることができているように感じました。先輩看護師や部署の看護師長、医師が見守るなか、とても有意義な発表をおこなうことができました。

3/8

看護専門学校卒業証書授与式  
学びを終えた23名が卒業！

3年次生23名が卒業証書を受け取り、無事巣立ちました。患者さんからの温かい言葉や笑顔、同じ志をもつ先輩・後輩・仲間とのきずな。そして、なによりご家族にたくさん支えられ、3年間励んできた3年次生。どうか、いろいろな方への感謝の心を忘れずに、自信をもって次のステップへ羽ばたいてほしいです。

3/12

## 後藤葉一前院長 退職記念講演会を開催



平成29年4月より6年間、院長として八鹿病院を支えていただいた後藤葉一前院長による退職記念講演会「心臓病と運動、そして八鹿病院」を開催しました。講演会では、心臓病における心臓リハビリの効果や但馬の医療、八鹿病院の役割についてなどご講演いただきました。院長在職中に発生したCOVID-19パンデミックの中で、「八鹿病院職員の底力を感じた。地域住民の信頼と期待の大きさを感じた」と話されていたことがとても印象的でした。講演会は職員が入りきれないほど大盛況で、会場は多くのスタッフから感謝の気持ちを込めて惜しみない拍手がおくられました。

3/21

## 看護学生が参加 オープンホスピタル開催



小窓から手術を見学



手術器具の渡し方の説明



産後ケア利用児の沐浴を見学



点滴薬の作製

看護学生を対象にオープンホスピタルを開催しました。看護部の紹介や教育プログラムの説明などをおこなった後、参加された看護学生が希望する部署（手術室・産婦人科病棟・急性期病棟）で見学や体験をおこないました。

3/22

## 研修医の研修修了報告会、 修了証書交付式を開催



研修の成果を発表する小田垣研修医（写真上）と林副院長のフルートとともにピアノ演奏をする佐藤研修医。（写真右）



研修修了報告会では、1年次、2年次研修医がそれぞれ学んだ事例等を発表しました。また、2年次2名の研修医は2年間の臨床研修を終え、院長より修了証書が手渡されました。

## 木彫フォークアートおおよ 出前展示 表現豊かな木彫作品をお楽しみください



養父市には、平成6年から続く木の彫刻をテーマにした展示会「木彫フォークアートおおよ」があります。2016年1月より養父市のご協力により、この展示会で優秀作品に選ばれたアート作品を、当院1階ロビー（エスカレーター横）に出前展示しています。

みなさん、ぜひほのぼのとした作品をお楽しみください！



しらすとチーズで栄養価アップ！  
「ハツシュドポテト」

材料を合わせて  
焼くだけ簡単！

ケチャップを  
添えてもおおいしく  
いただけます。



材料  
(2人分)

- ・茹でジャガイモ 300g
- ・マヨネーズ、塩コショウ …少々
- ・ピザ用チーズ 30g
- ・しらす 20g

栄養管理科 調理師 渡邊由美子

出と栄養価が豊富で、さまざまな料理に活用できる優れた食材です。たくさん食べるカロリオーバーになるので、ヘルシーな料理法で1日1個を目安に食べると良いでしょう。簡単なレシピを紹介しますので、ぜひ作ってみてくださいね。

ちょっとブレイク！スタッフコラム

栄養管理科からこんにちは  
vol.7

春はウキウキ。食卓ワイワイ。  
身近な野菜のお話



# 公立八鹿病院組合 正規職員募集

詳しくは、当院のホームページをご確認ください！

職種・募集人数	受験資格	試験日(申込締切 ※必着)
看護師 40名程度	<p>[令和6年度採用(中途)] 昭和49年4月2日以降に生まれた者で看護師免許取得者</p> <p>[令和7年度採用] 昭和50年4月2日以降に生まれた者で看護師免許取得者または免許取得見込みの者</p>	<p>②令和6年 5月18日(土) ③令和6年 6月15日(土) ④令和6年 7月20日(土) ⑤令和6年 8月17日(土) ⑥令和6年 9月21日(土) ⑦令和6年 10月19日(土) ⑧令和6年 11月16日(土) ⑨令和6年 12月21日(土) ⑩令和7年 1月18日(土) ⑪令和7年 2月22日(土) ⑫令和7年 3月15日(土)</p> <p>※申込期限は各試験の前週木曜日必着。 ※募集定員を満了した場合は以後の試験は実施しません。 (1回目試験の申込期間は終了しました)</p>
薬剤師 1名	<p>[令和6年度採用(中途)] 昭和60年4月2日以降に生まれた者で免許取得者</p>	令和6年6月15日(土) (申込締切:6月6日(木))
言語聴覚士 2名	<p>[令和7年度採用] 昭和61年4月2日以降に生まれた者で免許取得者または免許取得見込みの者</p>	

病院見学も受付中！  
ご相談ください。

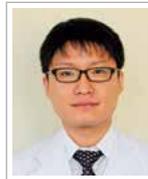
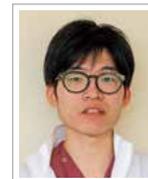
【お問い合わせ・お申し込み】  
公立八鹿病院 人事会計課

※資格免許取得(卒業)見込みの方は、免許取得(卒業)が採用の条件です。

電話: 079-662-5555 (代) Mail: jinji@hosp.yoka.hyogo.jp

## 医師異動のお知らせ

【新任医師】 令和6年4月1日付 よろしくお祈いします

							
【内科】 ふじさわ みずほ 藤澤 瑞穂	【内科】 くさかべ あすか 草壁 明日香	【内科】 よねだ ひでき 米田 秀揮	【内科】 ふじもと りょう 藤本 涼	【内科】 かしわぎ なみ 柏木 奈実	【内科】 かしわぎ ゆうき 柏木 祐希	【内科】 ほそみち ゆうや 細道 優也	【外科】 にしお こうすけ 西尾 公佑
							
【外科】 さいが ひろし 雑賀 裕士	【外科】 かじ ゆうき 梶 祐貴	【整形外科】 やまもと みさお 山本 節	【整形外科】 さとう みずき 佐藤 瑞季	【放射線科】 しなの けんたろう 仕名野 堅太郎	【研修医】 あかい はるし 赤井 陽至	【研修医】 さいとう けんと 齊藤 研人	

### 【転任医師】

令和6年4月1日付

- 村岡病院から八鹿病院へ  
しなの たけし  
【内科】仕名野 剛史
- 八鹿病院から村岡病院へ  
【内科】森山 泰葉



### 【退任医師】

令和6年3月31日付 お世話になり、ありがとうございました

- 【内科】後藤 葉一
  - 【内科】清水 健史
  - 【内科】吉原 俊也
  - 【内科】阿野 悟士
  - 【内科】山根 快斗
  - 【外科】大原 忠敬
  - 【外科】口分田 啓
  - 【整形外科】坂本 龍之介
  - 【整形外科】梨木 真美子
  - 【産婦人科】松本 典子
  - 【放射線科】田原 葵
  - 【研修医】小田垣 徹大
  - 【研修医】佐藤 瑞季
- 令和6年4月14日付  
【外科】井口 浩輔



[編集・発行]

公立八鹿病院 (担当) 総務課

〒667-8555 兵庫県養父市八鹿町八鹿 1878 番地 1

TEL 079-662-5555 (代) <http://www.hosp.yoka.hyogo.jp>

SNS 公式アカウント情報発信中!

ぜひ「フォロー」や「いいね」をお願いします

Instagram



Facebook

