あなたの健康生活をやさしく応援する情報紙
This information paper to cheer gently your health life.

お元気ですか

No.113
2020.4

笑顔と温かい心で、支えます

内　容

- 病院長新年度ご挨拶
- 在宅復帰支援病棟のご紹介
- 緩和ケアって？　～がんの早期から受けられます～
- 抗がん剤治療中の口のトラブルについて
- 楽ラク介護・検診後の受診勧奨について
- 病院からのお知らせ

JA岐阜厚生連　飛騨医療センター　久美愛厚生病院

病院長 新年度ご挨拶

久美愛厚生病院
病院長　堀　明洋

皆さんこんにちは。新入生を迎える桜咲く4月になりました。

昨年末に中国武漢で発生した新型コロナウィルス感染症は、強い感染力で多くの国々に広がりました。世界保健機関WHOは3月11日に世界的な大流行である「パンデミック」を宣言しました。3月16日現在、全国的に感染者が増えてまいりました。感染の拡大を防ぎ、感染患者さんに対応できるように、行政の方々とも協力して行動しています。

私たち病院スタッフは、業務中は手洗い、必要時にはマスクの着用など標準予防策で感染を広げないように、また感染しないように対処しています。地域の方々からのご支援・ご協力をいただき対応しています。咳エチケットとともに受診いただくよう、よろしくお願いいたします。

新型コロナウィルス感染症を地域で協力して克服していきたいと思います。

地域での各医療機関のあり方・連携の強化を進めるため協議会が開かれています。また、慢性期医療、医師などの医療従事者確保のワーキング会議もあります。慢性期医療は救急医療や、がん治療などと異なり地味な分野です。人は生まれ・成長し・年をとり・老齢となり死を迎えます。その間、はしかになったり、脳卒中になったり、骨折したり、がんになったりと急性期疾患を経験します。年齢とともに筋力が低下します。食事が取りにくくなってきます。急性期疾患にかからなかった人も、誰もが体が弱った状態になってきます。そのような状態に対応するのが慢性期医療です。今年は慢性期医療について考えていきたいと思います。ご協力をよろしくお願いいたします。

在宅復帰支援病棟のご紹介

在宅復帰支援病棟は、地域の人々が安心して暮らしていただけるように、医療と介護の架け橋としての役割をになう病棟です。

主に、症状は安定しても、すぐに在宅や施設での生活に不安がある方や、もう少しリハビリの継続が必要な方、在宅への準備に時間がかかる方に対して、家族や地域のスタッフと連携しながら退院に向けて支援をさせていただいています。

また、在宅で療養中の方も、介護者が病気になられたり、冠婚葬祭等で介護ができないとき、災害等で在宅での生活が困難な場合にも早急に受け入れができます。

患者さんや御家族の思いを聞きながら、どうすれば安心・安全に在宅で生活ができるのかを院内の専門スタッフや地域のスタッフとともに考え、リハビリ・介護指導・栄養・各種福祉サービスの調整などをしています。

認知症の患者様も多く入院されていますが、より良い方法をスタッフ全員で話し合いながら、穏やかに過ごせるように統一した関わりを心がけ取り組んでいます。

朝のカンファレンス

毎朝カンファレンスで、患者様が安心して退院するためには、どんなお手伝いが必要か話し合いをしています。

面談の様子

患者様・ご家族・ケアマネージャー・医療介護センター・看護師が参加して、面談を行います。

自宅訪問

必要に応じて、退院前に自宅にお伺いし玄関や廊下の段差の確認、手すりの必要性などについて一緒に考えていきます。退院後困っていることはないか?体調はどうかなど、お話しさせていただきます。

******* 在宅で困っていることありませんか? *******

どんなことでもいいのでケアマネージャーや当院の医療介護センターに相談して下さい。

1階 医療介護センター なんでも相談窓口

TEL 0577−32−3265(直通)

お元気ですか

緩和ケアって？

～緩和ケアは、がんの早期から受けられます～

緩和ケア認定看護師　山本　理恵子

一生のうちで日本人の2人に1人ががんになる時代です。一方でがん治療の発展に伴い、がんと診断された人の「5年相対生存率」（がんと診断された人のうち、5年後に生存している人の割合が、同じ年齢や性別の集団で5年後に生存している人のどのくらいに当たるか）は6割を超え、がんとともに生きる人が年々増えています。

以前は、緩和ケアというと「人生の最期」というイメージが患者さんやご家族、医療者側にもありました。しかし最近では、がんの進行度に関係なく、病気を診断された時から緩和ケアを受けることができます。

できるだけがんの痛みや辛さを取り除き、最期までその人らしい生活を支援するのが緩和ケアの役割です。病気でありながらも心身ともに穏やかに過ごし、これからどうしたいのかどうしていくのかを考えるお手伝いをするが目的です。

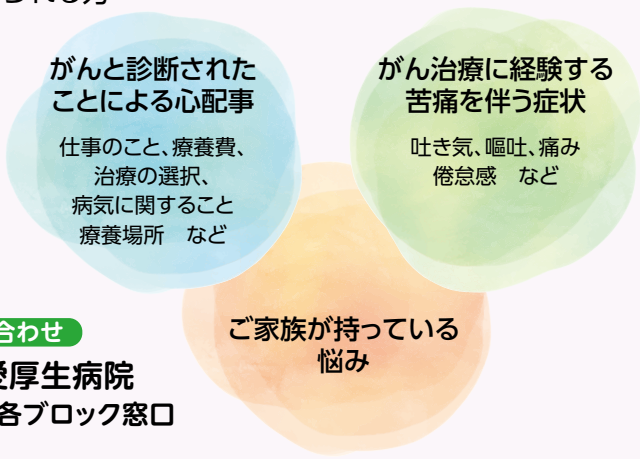
治療や副作用に伴う辛い症状や痛みで治療を続けられない時にも、治療を前向きにしていけるようお手伝いすることも緩和ケアです。また、同時に患者様と同じくらい心の辛さを感じているご家族へのケアも行います。

当院では、身体だけでなくこころの辛さを感じている患者様やご家族様に対して、多職種による専門チームでサポートする体制を整えています。

看護外来のご案内　～がん相談を受けられる方へ～

がんの療養中でもできるだけ普段に近い生活ができるように、患者さんやご家族の方から『がん』に関する不安や悩みに対して担当の看護師がお話を伺い、一緒に考えていきます。

相談は、外来通院中でも入院中の方でもどなたでも構いません。患者さんのみでなく、ご家族の方の悩みに対しても支援させていただきます。



外来日

毎週月～金曜日　9:00～16:00

担当看護師

がん化学療法看護認定看護師　沖本
緩和ケア認定看護師　山本・川合

お問い合わせ

久美愛厚生病院
／外来各ブロック窓口

緩和ケアチームのご案内

当院では「緩和ケアチーム」が主治医と担当看護師などと連携して患者さんやご家族が抱えるつらさや心配事を緩和しながら治療や療養上のサポートを行っています。

当院に入院中や通院中の患者さんで診療をご希望の方は、主治医や看護師にご相談ください。

久美愛厚生病院　緩和ケアチーム

がんサロン『きずな』のご案内

開催日：毎週木曜日 13時～15時　会場：健診センター横 相談室

お問い合わせ　なんでも相談（TEL 0577-32-3265）／担当：田中

抗がん剤治療中の口のトラブルについて

がん化学療法看護認定看護師　沖本　貴秀

抗がん剤治療は、がん細胞を死滅させると同時に正常な細胞にもダメージを与えるため、身体中に様々な副作用が起こります。口の中も例外ではありません。口の中に起こる副作用は、口から食べ物や水分を十分に摂れなくなることで体力が急速に低下し、治療を一時的に中断することにつながる場合もあります。口の中に起こる副作用はいくつかありますが、今回は口腔粘膜炎の症状と対処・予防についてお伝えします。口のトラブルの辛さを和らげることで、生活を少しでも穏やかに過ごしていただければと思います。

口腔粘膜炎とは

抗がん剤が、口の粘膜（舌、歯茎、唇や頬の内側など）の細胞に直接影響して起こる炎症状態のことをいいます。口腔粘膜炎があると、痛み、出血、しみる、腫れる、飲み込みにくい、味がわかりにくいなどの症状が現れます。症状がひどくなると食事を摂ったり飲み込んだりできなくなります。また、口腔粘膜炎の部分から細菌が入り、感染症を起こすことがあります。

口腔粘膜炎のトラブルを防ぎ和らげるために必要なこと

口の中や義歯を清潔に保つ

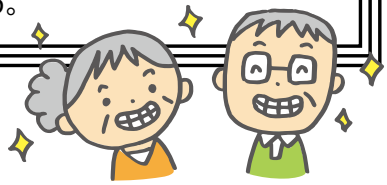
- ハブラシは、粘膜に触れずに歯と歯茎を磨くことができるものを選びます。
- ヘッド部分が小さく、ハンドルがストレートで毛先が柔らかいものを選びます。
- ハミガキ剤は刺激の少ないものを使用します。
- ブクブクうがいをします。
- 洗口液は、ノンアルコール・低刺激性で保湿効果のあるものを選びましょう。

口の中を潤す

- 医師が処方したうがい薬や軟膏、市販の保湿剤を使用し、口の中と唇をこまめに潤しましょう。
- 保湿することで、粘膜が保護されて傷つきにくくなります。

歯のメンテナンス

- 抗がん剤治療を受ける前に、口のケアをしておくと症状を軽くすることができます。治療が必要な歯がある場合は、治療前に歯科治療を終わらせておくように心がけましょう。

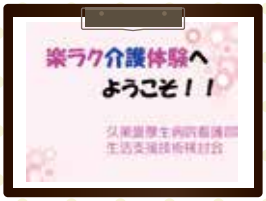


痛みを和らげる（痛み止めの薬を使う）

- 鎮痛剤を使用することで、食事の時の痛みが軽くなり、食事がしやすくなります。

症状が強い場合は、頑張らないで、できる範囲のケアにとどめてください。
また、担当医や看護師にご相談ください。

楽ラク介護体験



毎年、年2回「楽ラク介護体験」を開催しています。介護をしていく上で、困ったことや日頃のストレスを発散していただき、おしゃべりをしながら楽しく行う体験会です。

介護は大変ですが、介護をする方もされる方も少しでも楽にできるように、体の移動方法、寝返りの介助、介護用具の使用方法などを体感しながら身につけることで、楽ラクな介護を目指しています。

自宅で介護をされている方や、介護を仕事にしてみえる方、退院後の介護生活で不安のある方など年齢は問いません。

どうぞお気軽にご参加ください。困っていることがあればスタッフが丁寧に対応させていただきます。

日　時	①2020年7月7日(火)　②2020年9月1日(火)
時　間	いずれも　13時30分～15時
申込み方法	TEL 0577-32-3265 【申込み窓口】医療介護センター　なんでも相談室(正面受付横)

検診後の受診勧奨について

日本人の死因の第1位は、依然としてがんとなっています。皆さん、がん検診は年に一度受診していますか?そして要精密検査になった際には、精密検査を受診していますか?

その中でも大腸がんはがん死亡の女性では第1位、男性でも第3位なっており40歳ころから増加します。大腸がんを早期発見するために、検診では便潜血検査を行い検査の結果が陽性なら全大腸内視鏡検査を受診することが勧められています。しかし、H29年度会社の検診の大腸がん検診で要精密検査となり、精密検査を受診した人は約50%となっており、半分の人が精密検査を受診していない現状があります。これは地域で行われている大腸がん検診で精密検査を受診した人より少ない値となっています。精密検査を受けない理由は「仕事が忙しい」「排便時にいきんだ時の出血や痔による出血だと思った」「検査が恥ずかしい」「予約を取るのが面倒」などいろいろな理由があると思います。しかし、大腸がんは早期ではほとんど症状がありません。進行したがんでも腹痛や血便などの症状が出るのはがんが大きくなってからです。

大腸がんは早期発見できれば治る病気です。自覚症状だけに頼っていては早期の発見ができません。大腸がんを早期発見できるチャンスとなるので、便潜血検査で陽性になったときは必ず精密検査を受診してください。

病院からのお知らせ

新しく赴任された　医師を紹介します

●整形外科●　**山田　陽太郎**（やまだ　ようたろう）

整形外科医師として地元の方々のお力になれるよう、精いっぱい努めて参ります。また、出身地（愛知県）を離れるのは初めてで、私にとって新しい土地での勤務となります。至らない点やご迷惑をおかけする場面もあるかと思いますが、何卒よろしくお願いします。

●呼吸器外科●　**関村　　敦**（せきむら　あつし）

はじめまして、金沢医科大学からきた呼吸器外科の関村といいます。
“呼吸器外科”は、肺癌、気胸、膿胸など呼吸器の病気を『手術』で治してしまう科です。治療方針は、患者さんやご家族と一緒に相談しながら決定していきます。皆様のお力になれるよう頑張りますのでよろしくお願いします。

●循環器内科●　**水谷 弘司**（みずたに　こうじ）

4月より久美愛厚生病院に赴任となりました。
高山の町並みや伝統を味わいながら、美味しい料理や温泉を楽しみたいと思っています。地域の皆様と交流を深めて、高山でのよりよい医療となるよう貢献していきたい所存ですので、よろしくお願い致します。

＊＊＊＊＊＊　退職者　＊＊＊＊＊＊　大変お世話になりました

●循環器内科●　**宮澤　　宏幸**　（3/31付）

1年間飛騨地域の循環器診療を担当させていただき、非常に良い経験になりました。春からは大垣市民病院に赴任になりますが、高山での経験を糧に頑張っていきたいと思います。1年間ありがとうございました。

●整形外科●　**上見　　亮太**　（3/31付）

短い間でしたが皆様には大変お世話になり、ありがとうございました。もう暫く高山で勤務したかったですが残念です。
久美愛厚生病院で学んだことを今後に活かしてがんばります。

『なんでも相談』のご案内

医療や福祉、介護についてお困りのことはございませんか?医療介護センターでは、みなさまのいろいろなご相談や意見をお伺いし、疑問や不安を解消・軽減できるようお手伝いします。
ご相談者等の個人情報やプライバシーに十分配慮し、対応します。

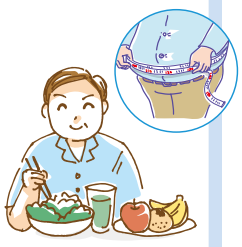
場　所　**1階　医療介護センター**

お問い合わせ　**なんでも相談窓口**
0577−32−3265（直通）

糖尿病教室のご案内

9時30分〜13時40分

4/8（水）
5/13（水）
6/10（水）



予約制です。
参加を希望される方は、事前に内科外来、または栄養科へお申し込みください。

外来診療担当医一覧表

受付時間 8:15～11:00

救急の場合は24時間いつでも受付しております ☎(0577)32-1115

2020年4月1日現在

			月	火	水	木	金
内科		循環器内科（診察室32）	村田 欣洋	横山有見子	水谷 弘司	村田 欣洋	横山有見子
		呼吸器内科（診察室34）	—	櫻井 孟	横山 敏之	横山 敏之	櫻井 孟
		消化器内科（診察室42）	横畑 幸司	竹田 尭	石田 哲也	石田 哲也	横畑 幸司
		消化器内科（診察室43）	—	—	竹田 尭	—	—
		腎臓内科（診察室44）	—	山田 勝己	—	—	山田 勝己
	予約制	神経内科（診察室45）	代務医師（午後）	代務医師（午前）	代務医師（午後）	代務医師（午前）	—
	予約制	腎臓内科（診察室44）	—	—	代務医師（午後）	代務医師（午前）	—
	予約制	糖尿病外来（診察室43）	—	代務医師（第1･3･5週）	—	—	—
	予約制	内分泌内科（診察室33）	—	—	代務医師（第4）	代務医師（第2）	—
	予約制	血液内科（診察室33）	代務医師 〈第1･第3金曜日〉 午後				
	予約制	禁煙外来	火曜日 14:00～15:30				
心療内科	予約制	2階診察室1	安藤 寿博 14:00～17:00	安藤 寿博	安藤 寿博	安藤 寿博	安藤 寿博 15:00～17:00
小児科		診察室14	—	—	代務医師 10:00～11:30	—	—
	予約制	午後診	—	代務医師 予防接種 15:00～15:30 予約診 15:00～17:00	代務医師 **第2週･4週のみ診察** 予約診 15:00～17:00	代務医師 **第1週･3週･5週のみ診察** 予防接種 15:00～15:30 予約診 15:00～17:00	代務医師 予防接種 15:00～15:30 予約診 15:00～17:00
外科		診察室51	森岡 淳	小林 聡	堀 明洋	小林 聡	関村 敦
		診察室52	交替制	駒屋 憲一	山内 悠司	松下 希美	高木 健裕
	予約制	血管外科（診察室53）	代務医師 〈第1･第3･第5金曜日〉 10:30～15:00				
	予約制	乳腺外来（診察室52）	金曜日 13:30～15:00				
	予約制	シャント外来（診察室53）	代務医師 〈第2水曜日･第4火曜日〉 10:30～				
	予約制	形成外科（診察室51）	鳥居 修平 〈原則、月1回金曜日 13:30～15:00 ※診察日の確認が必要です〉				
整形外科		診察室71	田中 耕平（再診）	大出 幸史	山田 陽太郎	田口 勝啓	大出 幸史
		診察室72（初診）	山田 陽太郎（初診･予約診）	田口 勝啓	大出 幸史	山田 陽太郎	田中 耕平
		診察室73（再診）	田口 勝啓（再診）	—	五藤 弘 16:00まで	—	—
		午後（予約制）	ギブス･装具（予約）14:00～	手術	手術	ギブス･装具（予約）14:00～	手術
脳神経外科		診察室62	山本 昌幸	山本 昌幸	国本 圭市	山本 昌幸	国本 圭市
皮膚科		診察室64	荒木 麻里	荒木 麻里	荒木 麻里	荒木 麻里	荒木 麻里
		午後診	15:30～16:30 学童対象	—	—	15:30～16:30 学童対象	—
泌尿器科		診察室82	山本 貴大	山本 貴大	山本 貴大 ※予約のみ診察	山本 貴大	山本 貴大
産婦人科		診察室77	岩佐 剛 代務医師 ※婦人科診療のみ	岩佐 剛 —	岩佐 剛 —	岩佐 剛 —	岩佐 剛 代務医師
眼科		診察室21	阪東 研太	阪東 研太	阪東 研太	阪東 研太	阪東 研太
		診察室23	宇佐美 欽通	宇佐美 欽通	宇佐美 欽通	宇佐美 欽通	宇佐美 欽通
耳鼻咽喉科		診察室26	高畠 隆	高畠 隆	高畠 隆	代務医師	高畠 隆
		小児耳鼻科外来	15:30～16:30	—	—	15:30～16:30	—

月に一度、正面受付に保険証のご提示をお願いします。

編集後記

テレビ、新聞、ネットニュースなど、さまざまなメディアで連日コロナウイルスの流行に関するニュースが取り上げられています。こういうときこそ一人ひとりの感染予防への意識が大切になってきます。不要不急の外出を避け、こまめな手洗い、うがい、手指消毒を心がけて春を迎え入れましょう。

（久美愛厚生病院 広報委員）

病院からのお知らせは、ホームページ **http://www.kumiai.gfkosei.or.jp**でもご覧頂けます。 久美愛厚生病院 検索

JA岐阜厚生連 飛騨医療センター 久美愛厚生病院 〒506-8502 高山市中切町1番地1