



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.

# お元気にすか



笑顔と温かい心で、支えます



撮影場所：高山市久々野町

## 内 容

- 「能登半島地震」における 久美愛DMAT活動報告
- 災害支援ナース活動記録
- 第5回短期集中連載 認定看護師を紹介します
- 「心臓リハビリテーション指導士」・「心臓不全療養指導士」を紹介します
- 退職された医師を紹介します
- 新しく赴任された医師を紹介します
- 病院からのお知らせ
- 外来診療担当医一覧表



JA岐阜厚生連 飛騨医療センター



久美愛厚生病院



## 「能登半島地震」における



### 久美愛 DMAT 活動報告



【 なかがわ ともりの  
薬剤師 中川 智統 】

令和6年能登半島地震における久美愛厚生病院のDMAT隊が2度出動しました。DMATとは災害医療支援チームのことで、大規模災害などで多数傷病者が発生した場合に全国から被災地へかけつけます。災害が発生すると県庁や災害拠点病院などにDMAT本部が立ち上げられ、その本部の指示のもと各DMAT隊が活動します。久美愛DMATは1月と2月に出動し、1月は石川県七尾市の公立能登総合病院、2月は輪島市役所の本部で活動しました。

1月の活動では、災害発生後の超急性期であり「各病院の機能維持」と「傷病者を治療可能な病院に搬送すること」が主な課題でした。久美愛DMATは珠洲市総合病院の支援をするために向かいましたが、事前情報では通れるはずの道路が割れていたり、土砂崩れで寸断されていたため、目的地に辿り着くのをやむを得ず断念しました。珠洲市に向かう途中の能登町の避難所にはなんとか到達できたため、他のDMAT隊と協力して避難所から傷病者を搬送しました。夜、雨が降るなか、至る所に亀裂が入った道路を5時間以上かけて搬送しました。活動中はヘリコプターが何度も飛び交い、消防車・救急車のサイレンが絶えず鳴り響いていました。繰り返す余震の影響で活動を停止することも度々ありました。

2月の活動では、災害発生から1ヶ月経過しており高齢者福祉施設などの支援が主な課題でした。続く断水、蔓延する各種感染症、スタッフの疲弊などの問題を抱えながらも機能を維持する施設へ物資を届け、医療支援を行いました。被災地ではDMAT以外の医療チームも活動しており、他チームとの協働・情報共有も重要でした。1月と比べると少しずつ医療需要が減ってきてはいるものの、まだまだ支援が必要な状況でした。

被災者の方々の避難生活は長期化が避けられず、少しでも多くの支援が必要です。DMATの支援もその一つに過ぎません。今後も「困ったときはお互い様」と一人一人ができる活動を考えていきたいです。





## 災害支援ナース 活動記録



【 保健師 堂前 まきこ 麻喜子 】

### 災害支援ナースとは

被災した看護職の心身の負担を軽減し支えるよう努めるとともに、被災者が健康レベルを維持できるように、被災地で適切な医療・看護を提供する役割を担う看護職のことです。

災害支援ナースとして、いしかわ総合スポーツセンター（1.5 次避難所）で 1/27～1/30 の 4 日間活動しました。避難所には能登地区から約 200 人以上の被災者が避難されており、介護や介助を必要とする方が多く約 9 割が 65 歳以上の方でした。また避難所内ではノロウイルスや COVID などの感染症が流行しており、被災者の方の健康観察や発熱者の救急搬送、下痢嘔吐者への対応を行いました。生活されているテントは高齢者向きではなく、滑りやすく転倒も多くあり、今後の課題として考えていかなければならないと感じました。

私が支援活動をしたのは発災から 1 ヶ月が経過したという時期でしたが、今後の目処が立っていない方が多数で、まだまだ避難生活の長期化が見込まれ、看護を含め、たくさんの支援が必要だと感じました。

短い期間の活動でしたので、自分が実施出来たことはほんの一部にしか過ぎませんが、少しでも被災地の方の役に立てたらという思いで活動させていただきました。

飛騨地域は災害などで孤立しやすい地域だと思います。日頃より、自分たちの防災意識をしっかり持って生活していただきたいと強く感じました。

被災地の一刻も早い復興をお祈り申し上げます。





# 第5回短期集中連載 認定看護師を紹介します

## 認定看護師とは

「認定看護師」とは、高度化し専門分野が進む医療の現場において、水準の高い看護を実践できると認められた看護師です。今回紹介する認定看護師は、「皮膚・排泄ケア特定認定看護師 畑尻 拓朗」です。



皮膚・排泄ケア  
特定認定看護師  
はたじり たくろう  
畑尻 拓朗

## 皮膚・排泄ケア特定認定看護師はどんな看護師？

床ずれやキズができないよう予防し、人工肛門や失禁により尿や便が皮膚に付着しても皮膚の健康を保つことができるようにケア方法を指導し、創傷ができてしまった場合には、皮膚が持つ自然治癒力を最大限に発揮させ、治癒を促していくケアを行っていくことが私の役割です。

## <便はスッキリ出しましょう>

みなさんは、排便時にいきむ時間が長く出するのに苦労することはありますか？ 排便時のいきみは血圧を一時的に高めますし、いきむ時間が長いほど心臓に負担がかかります。また、下痢や便秘になると、肛門周囲の皮膚トラブルも発生しやすくなります。いきまなくてもスッキリとした良い排便ができるよう食物繊維の摂り方を工夫し、排便の形状を良い状態に保ちましょう。



### 不要性食物繊維

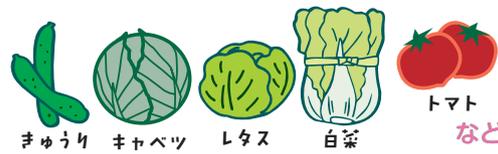
冷蔵庫で干からびるもの



水分を吸収し膨らむことで、便の量が増えます。腸のぜん動を促すためスッキリ出すことができます。また、腸内環境も整える働きもあります。

### 水溶性食物繊維

腐ったときに溶けて水浸しになるもの



水分の中に溶けますが、水分保持能力がありますので、便を柔らかく保ち、スムーズな排せつにつながります。

## <ご自身の便の形状は？>

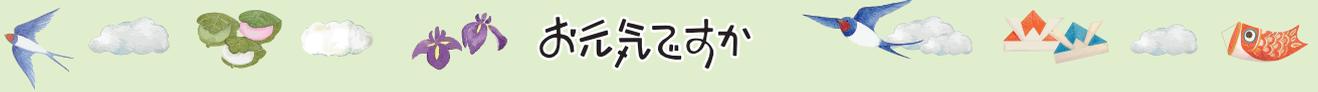
① コロコロ便	② 硬い便	③ やや硬い便	④ 普通便	⑤ やや柔らかい便	⑥ 泥状便	⑦ 水様便

理想的な便の形状は④の状態です。一般的にバナナ程度の弾力があり、ひび割れていない状態の便を指します。年齢を重ねると便が固くなりがちですので、**水溶性食物繊維の摂取を心がけ**、日々の排せつが④の状態に近づくように調節してみてください。また、排便時の姿勢も大切です。スッキリと排せつできるよう『**考える人**』と同じ姿勢を取りましょう。

トイレで排せつされた際に便の形状を見て食生活の改善につなげることが大切です。**プリストル形状スケール**はイギリスで治療のために考えられたスケールであり、便の形状を測る際の指標として有名です。



<理想的な排便姿勢>



## 「心臓リハビリテーション指導士」・「心不全療養指導士」 を紹介します



### 心臓リハビリテーション指導士

◆**心臓リハビリテーション指導士**とは、心臓リハビリテーションの普及を目的として、「NPO法人日本心臓リハビリテーション学会」によって2000年に発足された認定制度です。この制度ができた背景には、高齢化や心臓病患者の増加に加え、心臓手術の技術向上など、日々進歩している医療により、心臓病患者の迅速な治療や早期離床が進んでいることが挙げられます。

◆医師や看護師、臨床検査技師や理学療法士、管理栄養士などさまざまな職種が連携してチーム医療として心臓リハビリに従事する上で、**運動だけでなく再発予防に関連する「食事」や「内服」といった生活習慣指導等多方面での関わりが欠かせなくなっており「心臓リハビリテーション指導士」の役割は非常に重要なものとなっています。**

◆当院には「**心臓リハビリテーション指導士**」が6名在籍しています。それぞれの業種の立場を活かし、チーム医療の中心的な役割を担って患者様のQOL向上のお手伝いをしています。



【左上から】水澤臨床検査技師、横山医師、村田医師  
上野、熊崎、小鳥川 理学療法士の6名

### 心不全療養指導士



◆心不全患者に対する療養指導のプロフェッショナルとして「**心不全療養指導士**」という資格があることをご存じでしょうか。この認定制度は専門的知識・技術をもった医療スタッフが、療養指導を通じて病院から在宅まで幅広くサポートすることを目的に日本循環器学会が2020年4月から創設した制度です。当院では看護師・保健師・管理栄養士・理学療法士が資格を取得し、7名の「**心不全療養指導士**」が在籍しています。



【左上から】上野、熊崎理学療法士、川上保健師、小鳥川理学療法士  
坂田管理栄養士、牛丸看護師、上野看護師 7名

◆高齢化とともに、心不全患者の数は年々増加しています。心不全が増悪する原因は、医学的な要因だけでなく塩分の過剰摂取や薬の飲み忘れ、過活動（動きすぎ）など日常生活の中に潜んでいます。心不全再発予防の目標を患者様やご家族と共有して、入院中からセルフケアができるように「**心不全療養指導士**」が関わり、指導を進めていきます。

◆「**心不全療養指導士**」は、円滑なチーム医療を担い、さらには病院から在宅～地域医療まで幅広く心不全患者をサポートできる様、地域の皆様と連携しながら療養指導に当たります。

心臓リハビリテーション、心不全療養指導 についてのご相談は  
医療連携室 (0577-37-6177) まで



お元気ですか



## 退職者 大変お世話になりました

3/31付



●健診センター● もりおか じゅん  
**森岡 淳**

今年度いっぱい当院を辞して横浜に移住することにいたしました。横浜移住は以前より計画・準備をしていました。昨年春から実施している健診センターの新システムの導入も無事終わりましたので、今が良い辞職のタイミングと判断させていただきました。

現在の心境は、20歳で生まれ育った東京を出て、40年以上の長い長い旅が終わってようやく安らぎの地に落ち着くことができる、といったとても穏やかな気分です。長い旅の間には多くのものを得て、持ちきれなくなって捨てなければならないこともありましたが、自分の意思に関係なく多くのものを失いもしました。60歳を超えた最近では失うことの方が多くなってきましたが、まだ僅かでも持っているものがある間に好きなところに住みたい、という思いで移住を決意いたしました。

医師になって38年間に、学会や研究会で全国の様々な都市を訪れましたが、横浜の街の持つディープな光と影の部分が実に私の好みにあります。横浜は幕末の開港以来約160年の歴史を持つ、高山とはまた全く違った魅力を持つ芸術と創造の街です。

皆さんが、周りの人を大切にして、ご自分の幸せな人生を送ることができますよう、遠方より心から祈っております。長い間本当にありがとうございました。



●呼吸器内科● かいとう だいぞう  
**垣内 大蔵**

3月31日をもって本病院を退職させていただきます。岐阜大学時代にはあまり経験してこなかった高齢者の一般診療など、多くのことを経験させていただきました。

4月からは国府町にあります垣内医院を継承します。5月には同町内に移転した新クリニックで引き続き地域医療に貢献できるよう頑張ります。

また、週1回ですが当院での外来勤務に引き続き携わります。皆様のお力になれるよう尽力してまいりますので今後ともよろしく願いいたします。



●循環器内科● よしだ えいじ  
**吉田 英司**

この度3月をもって久美愛厚生病院を退職することになりました。1年間という非常に短い期間でしたが実りのある毎日で充実した日々を過ごすことができました。久美愛厚生病院は非常に働きやすい病院でした。4月からは愛知県瀬戸市の公立陶生病院で勤務します。この1年の経験を活かし今後も励んで参りたいと思います。短い間でしたが大変お世話になりました。ありがとうございました。高山市のご飯は美味しかったのでまた食べに来ます。



●外 科● くすのき ひろみつ  
**楠 弘充**

初期研修期間を含めると3年間、お世話になった久美愛厚生病院をこの度2024年3月末をもって離れることとなりました。

病院の関係者、飛騨地域の皆様から支えられ、たくさんのお話を教えていただきながら成長を積み重ねた3年間でした。ありがとうございました。

別の病院で勤務した後、再び久美愛厚生病院に勤める際には今よりも成長した姿を皆様にお見せできるよう、これからも日々精進いたします。本当にお世話になりました。



●脳神経外科● うへの まさひろ  
**上野 匡裕**

この度、3月をもちまして久美愛厚生病院を退職することとなりました。半年間の短い勤務ではありましたが、飛騨地域の方々や病院スタッフの温かいご協力、ご支援に支えられ、日々診療をすすめていくことができました。

退職後は大学院生として臨床を離れ、東京の研究室にて医学の発展のために尽力していく所存です。当院での経験を忘れずに、これからも精進してまいります。短い間でしたが、大変お世話になりました。ありがとうございました。



●研修医● くろさわ  
**黒澤 みどり**

実家のある大阪から遠く離れ初めての一人暮らしでしたが、二年間周りの方々に支えて頂き無事に初期研修を終える事が出来ました。

4月からはまた遠方の病院で専門医修得を目指して専攻医として頑張っていきたいと思っております。2年間、大変お世話になりました。



●研修医● いとだがわ かずや  
**糸田川 和也**

この度、3月をもちまして、久美愛厚生病院を退職することとなりました。糸田川和也と申します。縁やゆかりもないこの場所で地域の方々や病院のスタッフの皆様を支えられながら、とても充実した日々を過ごす事ができました。今後も久美愛厚生病院で学んだ知識や経験を活かして、日々精進して参りたいと思っております。飛騨高山の地域と病院の益々のご発展を心よりお祈り申し上げます。初期臨床研修医として2年間大変お世話になり、誠にありがとうございました。



お元気ですか

## 新しく赴任された医師を紹介します

4/1付



●外 科●  
かねだ こうじ  
**金田 広志**



●内 科●  
たなか ゆうき  
**田中 雄己**



●脳神経外科●  
わかばやし まさひろ  
**若林 正浩**



●心療内科●  
いわつか けいすけ  
**岩塚 圭介**

## 病院からのお知らせ

### 令和6年度 糖尿病教室開催のご案内

5/8(水)

- ◎当院に受診しておられる方なら、どなたでも参加できます。
- ◎ご家族の参加もできます。
- ◎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。)



参加希望の方は9:30分までに1階 Aブロック25番前でお待ちください

時間	内容	担当	場所
9:30~10:30	講義「日常生活全般」について	看護師	1階 Aブロック 25番
10:30~11:30	講義「食事療法」について	管理栄養士	
11:30~12:00	休憩		
12:00~12:40	講義「糖尿病」について	医師	1階 Aブロック 25番
12:40~13:00	講義「薬物療法」について	薬剤師	
13:00~13:40	講義「運動療法」及び実技	理学療法士	



### 『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ご意見をお伺いし、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)

### 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:** 久美愛厚生病院 2階  
健診センター横 指導室

**会費:** 無料

**対象:** がん患者さん、そのご家族

**お問い合わせ**

TEL:0577-32-1115(代表)

なんでも相談/田中



# 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

2024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	田中 雄己	村田 欣洋	横山有見子(第1・2週) 田中 雄己(第3・4週)	
	呼吸器内科(診察室33)	—	—	—	—	—	
	呼吸器内科(診察室34)	—	加藤 俊夫	横山 敏之	横山 敏之	加藤 俊夫	
	消化器内科(診察室42)	横畑 幸司	喜田 裕一	喜田 裕一(第1・3・5週) 横畑 幸司(第2・4週)	喜田 裕一	横畑 幸司	
	腎臓内科(診察室44)	—	山田 勝己	—	—	山田 勝己	
	内科(診察室33)	垣内 大蔵	—	—	—	—	
	予約制	腎臓内科(診察室44)	—	—	代務医師(午後)	代務医師(午前)	—
		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)	—
		内分泌内科(診察室43)	—	—	代務医師(第4)	代務医師(第2)	—
血液内科(診察室43)		代務医師(第1・第3金曜日) 午後					
心療内科	2階 診察室1	—	—	安藤 寿博	安藤 寿博	—	
	2階 診察室2(午前)	岩塚 圭介	岩塚 圭介	岩塚 圭介	岩塚 圭介	岩塚 圭介	
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 15:30~17:00	代務医師 第2週・4週のみ診察 予約診 15:00~17:00	—	—
診察室51			前田 孝	小林 聡	高木 健裕	小林 聡	関村 敦
外科	診察室52	金田 広志	三品 拓也	日比野佑弥	関村 敦 (初診のみ)	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				
		乳腺外来(診察室52)	水曜日 13:30~15:00(原則予約制)				
		形成外科(診察室51)	第1・3・5月曜日 10:30~12:00(代務医師:原則予約制 ※診察日確認必要です)				
シヤント外来(診察室53)	第2水曜日・第4火曜日(原則予約制)						
整形外科	診察室71(再診)	永金 宗臣	田口 勝啓	上田哲太郎	田口 勝啓	永金 宗臣(初再診)	
	診察室72(初診)	上田哲太郎	永金 宗臣	田口 勝啓	上田哲太郎	—	
	診察室73(再診)	—	—	五藤 弘	—	五藤 弘	
	膝肩外来(診察室73)	月1回第2金曜日 8:30~11:00(代務医師) ※診察日確認必要					
脳神経外科	午後(予約制)	ギプス装具(予約)14:00~ 手術 手術 手術 ギプス装具(予約)14:00~ 手術					
	診察室62	国本 圭市	山本 昌幸	国本 圭市	山本 昌幸	国本 圭市	
	診察室61	若林 正浩	国本 圭市	若林 正浩	国本 圭市	若林 正浩	
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	岩佐 剛	岩佐 剛	岩佐 剛	岩佐 剛	
		代務医師 ※婦人科診療のみ	—	—	—	代務医師	
眼科	診察室23	尾崎 弘典	尾崎 弘典	尾崎 弘典	尾崎 弘典	尾崎 弘典	
耳鼻咽喉科	診察室26	高畠 隆	高畠 隆	高畠 隆	高畠 隆	高畠 隆	
	小児耳鼻科外来	代務医師(第1・第3・第5木曜日) 14:30~16:30				—	

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

新年度が始まり新たな生活を始められた方もいらっしゃると思います。今までと異なる環境は大変なことも多いですが、同時に自身の大きな成長につながる時期でもと感じています。皆様が健康な日々を過ごされるよう病院職員としてできる支援をしていきたいと思ひます。今年度もよろしくお願ひいたします。(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