

# ひだまり

HIDAMARI

冬号  
2022  
vol.202



診療技術部各部門スタッフ

## がん患者さまをサポートします

### 目次

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| 02 新年のご挨拶                                    | 07 外来診療日一覧表（1月4日現在）      |
| 03 看護師は見た！「転ばぬ先の杖」<br>レシピ de 元気！「チキンのトマト煮込み」 | 08 ひだまり写真館<br>糖尿病教室のお知らせ |
| 04-06 特集<br>「当院のがん診療に関する患者さまへの支援・<br>サポート」   |                          |

より良い医療の提供を行うとともに、市民の健康増進に貢献することで、市民の信頼に応えます

## 「謹賀新年」

皆さま、明けましておめでとうございます。

当院は焼津の地で長年に渡り、地域医療の中核としての役割を担ってきました。これからも地域の皆さまに信頼される病院として最善の医療を提供すべく、スタッフ全員がそれぞれの仕事に真摯に取り組んでいきたいと考えています。



病院事業管理者兼  
病院長  
せき じょうじ  
関 常司

昨年も一昨年と同様に、新型コロナウイルス流行に翻弄され続けた年でした。静岡県に2回目の緊急事態宣言が出されていた8月、9月はこの地域でも連日多数の陽性患者が報告され、当院でもその対応に追われました。10月以降は皆さまもご存じの通り全国で新規感染者数が急激に減少し、この原稿執筆時（2021年11月10日）でもその傾向は続いている。

世界的にはまだまだ流行終息の目途が立たない状況が続いており、何故我が国でこれほど新規感染者数が減ったのか、その詳細な原因は不明です。こうした中、当院では十分な感染対策を取りつつ、今までと同様かそれ以上に質の高い医療を提供していく所存です。地域の皆さまも是非ご理解の上、ご協力よろしくお願ひいたします。

また今回の感染症流行に伴い、全国的に医療機関への受診控えやがん検診の受診率低下などが目立っています。皆さまにはかかりつけの先生や当院担当医とも相談の上、必要に応じて適切に医療機関を受診していただくようにお願い申し上げます。

## 「新年を迎えて」

新年、明けましておめでとうございます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症の爆発的流行が進行し、緊急事態宣言が発令されている中、1年遅れで東京オリンピック・パラリンピックが開催された年でした。



事務部長  
てらだ ひろき  
寺田 浩己

当院では、令和3年3月から職員に対するコロナワクチン接種を実施し、5月までにはほとんどの職員の接種が終わりましたが、市民に対する接種が始まった5月からは医師、看護師、薬剤師など病院職員を焼津市が実施する集団接種会場に派遣し、接種を推進してきた年でした。昨年末には陽性患者が減少してきた矢先、新型コロナウイルスの変異種である「オミクロン株」による感染が確認され、3回目の接種も始まりました。令和4年には接種が完了し、コロナウイルス感染症の陽性患者が減少し、国内外において社会活動が以前のような水準にまで回復する年となって欲しいと願っています。

さて、新病院建設事業については、実施してきた基本設計業務を中断し一度立ち止まることいたしました。コロナウイルス感染症のため患者数が減少しており、病院収益が悪化、受療動向の変化、新興感染症に対応する国・県の施策の動向を見極め対応するための措置です。病院建設には多額の費用が掛かります。そのほとんどを借り入れ（借金）することになります。この立ち止まった間に経営体力の強化等を図って行きたいと思います。



本年は、当院の病院理念にもありますが、「より良い医療の提供を行うとともに、市民の健康増進に貢献することで、市民の信頼に応える」年としていく所存です。

本年もどうぞ宜しくお願いします。

看護師は見たっ!!



## 転ばぬ先の杖

5A 病棟看護師長

小林 美和子

5A 病棟には、骨と筋肉、腱などを負傷して手術をしなければならない、もしくはなんらかの処置を必要とする方が入院してきます。交通事故や職場で機械に巻き込まれたといった場合を別にして、ちょっとした高さから落ちてしまった、転んで骨を折ってしまったという患者さまがとても多いです。

落ちたり転んだりする理由は単純です。「このくらいの高さなら大丈夫」と思っても、手を伸ばすことは要注意です。何かを取りうとしたらその高さにあった台をその真下まで持ってきて、とてください。「この幅なら何とか渡れるだろう」と思って、飛び越えようとしないでください。思いのほか足が届かなくて落ちてしまいます。「今なら渡れる。道の向こう側に走っていこう」と思い、慌てないでください。足が前に行かず転んでしまいます。若いときからやってきたはずのスポーツ。心はその時の気持ちと変わりません。分かります。でも、そのボールを取ろうとしてどこかか「ぶちっ」と音がするかもしれません。雨の日はとても滑りやすいです。サンダルはできるだけ履かないでください。滑らない靴をはいて、ゆっくり歩いてください。

自分の家なのに玄関の入り口を踏み外すこともあります。普通に階段を下りていっても最後まで気を抜かないでください。「最後まだ2段あったんだ」と思った時にはもう遅いです。住み慣れた自分の家の中で、思いもかけないものにつまずくこともあります。寝るためにひいた布団に、敷居に、畳のふちにつまずきます。玄関で靴を履こうとして靴まで足が届かず、倒れそうになつて何かにすがりつこうとし、柱に頭をぶつけることもあります。

そういう私も昔、プールサイドを走って転び手を折りました（プールサイドを走っては当然いけません）。犬を飼い始めたころ、仔犬を踏みそうになって思わず自分の足を踏んでしまい足も折りました。

自分の体を、自分で守るために、頭で考えた通りに身体を動かせることが大事なんです。一番は焦らない。焦らない。着実に自分の足を地に着けてゆっくり歩いて下さいね。でも、仕事中のけがや思いもよらぬ事故など防ぎようがないこともあります。そんなときは、ゆっくり休養してください。お手伝いさせていただきます。



### 「チキンのトマト煮込み」



熱量232kcal、蛋白質16.5g、脂質13.8g、塩分1.5g

問合先 栄養科 054-623-3111(代)

4人分	若鶏もも肉	90g × 4枚	トマト	80g	塩	小さじ 1/2
	油	小さじ 1	ホールトマト缶	160g	オールスパイス	少々
	タマネギ	200g	無塩トマトジュース	120g	パセリ	少々
	ニンジン	40g	ブイヨン粉末	小さじ 1/2		
	マッシュルーム水煮	80g	水	80ml		

- タマネギ・ニンジンはみじん切りにする。マッシュルーム水煮は汁を切っておく。トマトは大きめのさいの目切り、ホールトマトは粗く潰しておく。
- 鍋を火にかけ油を引き、鶏肉を皮の方から焼き、余分な油はペーパータオル等でふき取りながら両面を焼いて一度肉を取り出す。同じ鍋にタマネギ、ニンジンを鍋に入れて炒める。
- 野菜に火が通ったら、肉を戻し、①の残りの野菜とトマト缶、トマトジュース、ブイヨン、水を加え、弱火で煮込み、塩、オールスパイスで味を整える。
- 肉を食べやすい大きさに切り、皿に盛り付け一緒に煮込んだトマトソースをかけ、仕上げにパセリを散らす。

★トマトに含まれるうま味の栄養が煮込むことで濃縮され、濃厚な味付けの料理が出来上がります。チキンの他にも豚肉や白身魚でも美味しく仕上がります。



## 「当院のがん診療に関する患者さまへの支援・サポート」

診療技術部長

内藤 章

当院は、静岡県地域がん診療連携推進病院として日々がん診療を行っています。

不治の病であったがんは、現在では「早期発見・早期治療」を行えば、もはや治る病になりつつあります。

病気の治療はもとより、今は患者さまの治療中の社会生活復帰を見据えた対策に軸足を移しているのが、当院も含めた全国的な傾向です。医師、看護師だけでは治療は完結しません。他職種が連携することにより、患者さまへのサポートを確実なものにしています。

そこで、今回は当院におけるがん診療に関する患者さまへの支援についてご紹介したいと思います。

1. がん治療における管理栄養士による栄養指導強化の取り組み
2. がん患者さまへのリハビリテーションの関わりと乳がんの手術後に対する作業療法の取り組み
3. 抗がん剤による化学療法における薬剤師の取り組み

他にも周術期における口腔機能管理を実施しています。がんの手術あるいは化学療法・放射線療法より先行して、口腔内の確認あるいは治療を行います。これにより、がん治療期間の短縮に非常に効果があることが証明されています。詳しくは、ひだまり 2021 年秋号 VOL.201 にて紹介していますのでご参照下さい。

### 1. がん治療における管理栄養士による栄養指導強化の取り組み

栄養科 科長 野田 千保子

2018 年の国立がんセンターのデータでは、日本人のがんと診断される確率は 2 人に 1 人と言われています。がんと診断されるとすぐに治療が始まります。しかし、残念ながら治療の途中で栄養不良により治療を断念することがあります。このため、治療中の栄養管理はとても重要であると認識されるようになりました。多くの患者さまが安心して治療を続けていくために、管理栄養士は患者さまと向き合い、医療チームの一員として積極的に栄養管理に関わっています。

#### がん治療と食事

「なぜ食べられないのだろう？」

がんの患者さま、特に抗がん剤や放射線による治療を受けている方は、なぜ食事が進まないのでしょうか？

それには五つの要因が関与しています。『患者さまの心の動き』『がんの存在』の二つと、『抗がん剤』『放

射線』『手術』という三つのがんの治療法による影響です。

これらの要因は、患者さまの脳や体に働く、食に影響を及ぼします。脳では、食欲中枢、嘔吐中枢、味覚、嗅覚などに異常が起きます。体では、口から肛門に至る食物の通り道である消化管や肝臓、脾臓などの内臓への副作用が食事に影響を及ぼします。更に脳の機能と消化管や内臓との間には、神経やホルモンのつながりにより、強い相互関係が築かれており、一方の異常は他方にも大きな影響を与えます。

このように患者さまが治療により生じるさまざまな有害事象について、「いま、悩んでいるのはどの症状なのか」それを自身が知り、医療スタッフにご相談していただくことでより具体的なアドバイスが可能になります。



## 「食べることの大切さ」

がん治療の際、少量でも食事をとれる患者さまは、より元気になれる印象があります。口から食べることによって、胃腸の動き、消化管機能を調節するホルモンの働きなど、様々な身体の機能が本来の働きを取り戻します。そしてその結果、消化管の働きが自然に近づき、回復が早まります。



最後に、管理栄養士としての取り組みを右記の図にまとめました。

栄養状態が悪化して、治療が辛く中断することにならないよう、管理栄養士も他のスタッフと連携して積極的な栄養サポートを行います。

部位	生涯がん罹患リスク (%)	
	男性	女性
全がん	65.0%	50.2%
胃	10.3%	4.7%
大腸	10.2%	8.0%
肝臓	3.2%	1.5%
肺	9.9%	4.9%

累積がん罹患リスク  
(2018年データに基づく)

出典元：国立がん研究センターがん情報サービス



## 2. がん患者さまへのリハビリテーションの関わりと乳がんの手術後に対する作業療法の取り組み

リハビリテーション技術科作業療法係 係長 村松 真友美

当院のがんのリハビリテーションに関わる職種は、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士です。

これまでのリハビリテーションは、脳血管障害や難病、骨折などの怪我が主な対象でした。2010年の診療報酬改定で「がんのリハビリテーション料」が新設され、2020年にはがんの種類に限らずリハビリテーションを実施（入院患者さまに限る）できるようになりました。がんの種類や病期、受けている治療によってリハビリテーションの内容は変わります。主治医が必要と判断した時に指示が出され、各職種が関わることになります。

理学療法は、基本的動作能力（寝返り、起き上がり、座る、立つ、歩く）や体力の回復のために運動指導を行います。

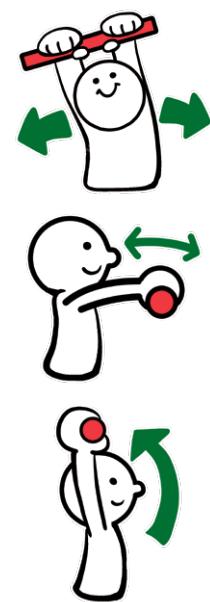
作業療法は、一人ひとりの生活をみつめ、動作を分析して必要な活動を練習します。そして、患者さまの気持ちに寄り添いながら、「トイレに行きたい」など具体的な希望を叶えられるように、提案させていただきます。

言語聴覚療法は、コミュニケーションのとり方や食べ物等を飲み込む際の問題に対して、機能回復・維持を図ります。

今年度より作業療法では、乳がん手術後のリハビリテーションを見直しました。リハビリテーションと聞くと、「痛い」「辛い」などのイメージを持たれてい る方もいるかと思いますが、現代はそんなことはありません。手術後のキズの痛み等を確認しながら、ベッドから起きて離床を促します。

そして、肩の関節運動や筋力トレーニング、日常生活や家事動作指導、リンパ浮腫の予防を段階的に行います。キズがひらいてしまうのでは？ と不安に感じる方や、どのように手を使ったら良いのか悩む方もいます。患者さまにもご自身の状態を知っていただきながら、作業療法士が主治医と連携をとり、リハビリプログラムを作成し、できる限り元の生活に近づくようお手伝いいたします。

また、退院後も困ることがないよう自主トレーニングを指導し、必要に応じて継続させていただきます。



### 3. 抗がん剤による化学療法における薬剤師の取り組み

日帰りの抗がん剤治療（外来化学療法）に、薬剤師も関わっているのをご存じでしょうか。初めて抗がん薬を使用する場合、医師に代わって説明文書やパンフレットで説明し、予想される副作用など注意事項をお話し、ご自宅で気になる症状があれば病院へ遠慮なく連絡するよう丁寧にお伝えしています。また、吐き気や便秘など、抗がん剤の副作用症状で困っているときに、その症状を和らげるような薬を医師へ提案をしています。

治療中の患者さまとお話する内容は、薬とは全く関係のない雑談や趣味の話などのこともあります。お酒の話やテーマパークの話題で盛り上がることもありました。患者さまの趣味や大事にしていることを聞きつつ、不安に思っていることや困っていること



薬剤科 科長 林 豊

はないかを確認し、あれば質問することもあります。

「点滴した日は寝付けない」「食欲が落ちた」などの相談は、薬の副作用のため即答できるのですが、「抗癌剤治療はいつまで続けるの？」「お金（治療費）が大変です」「前回中止になって間隔が伸びたのですが、効果は落ちないでしょうか？」など答えにくい相談もあります。できるだけ納得していただけるよう、丁寧な説明を心がけています。



抗がん剤治療は体力が必要ですが、精神面の充実もとても重要です。患者さまの不安を少しでもやわらげて治療継続できるように薬剤師もサポートしたいと思っています。悩み事があったら、そばにいる薬剤師にも声をかけてみましょう。きっと「薬」以上の効果があると思いますよ！



「ひだまり」ご意見箱より、  
皆様からのご質問、  
ご不満な点にお答えします。



#### Q 入院する時に書類が多い

入院に際して、気がついたことを申し上げます。  
1.入院のための書類がたいそう多い。各々の部署で必要かと思いますが、何とかしようというお気持ちはあるのでしょうか。  
2.書類にいまだ押印を必要とする意図は何でしょう。

**A** この度は、貴重なご意見ありがとうございます。  
ご質問を2点いただきましたので、回答いたします。  
まず、1点目のご意見にありますように当院に入院する際には、様々な書類の提出をお願いしております。  
これは、保険診療のルールの一つに「患者さまへの同意をとる」ことが定められています。“同意”的確認には記録を残すことが必要になり、そのため必要な書類をご提出、それぞれの書類へのご署名をいただくよう運用しております。

2点目のご質問の書類への押印についてですが、4月1日の法改正に伴いデジタル化を推進する観点から、ご署名のみで押印は原則不要となりました。当院では、今まで原則すべての書類に押印をお願いしておりましたが、現在見直しを進めています。診療費のお支払いに関する一部の書類以外はご署名のみで押印は不要となるよう、書類の見直しを行う予定です。

皆さまにはお手数をおかけいたしますが、ご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

今後も、お気づきのことがあれば、ご意見をいただけますよう、お願ひいたします。



# 外来診療日一覧表

2022年1月4日現在

診 療 科	午 前				
	月	火	水	木	金
総 合 診 療 内 科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
腎 臓 内 科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
呼 吸 器 内 科 (紹介状必要・予約制)	○	○			○
血 液 内 科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
消 化 器 内 科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
循 環 器 内 科 (院内他科依頼)		○	○	○	○
代 謝 内 分 泌 内 科 (紹介状必要・予約制)	○		○	○	○
脳 神 経 内 科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
精 神 科 (新患受入休止)	○	○	○	○	○
小 児 科	○	○	○	○	○
外 科	○	○	○	○	○
整 形 外 科 (予約推奨)	○	○	○	○	○
形 成 外 科 (紹介状必要・予約制)	○		○		○
脳 神 経 外 科	○	○	○	○	○
皮 膚 科	○	○	○	○	○
泌 尿 器 科	○	○	○		○
透 析	○	○	○	○	○
産 婦 人 科 (予約制)	○	○	○	○	○
眼 科	○	○		○	○
耳 鼻 咽 喉 科 (紹介状必要・予約制)	○	○	○	○	○
放 射 線 科 (予約制)			○		○
歯 科 口 腔 外 科	○		○		○

◆受付時間

- 午前 8時00分～11時00分 (再来受診) 8時00分～11時30分
- 午後 12時30分～15時00分

◆予約受付

054-623-3111(代表) ※受診科をお知らせください。  
※午後の診察はすべて予約制です。ご注意ください。

◆外来担当医表

外来担当医表については、毎月1日付でホームページを更新していますのでご覧ください。また、病院受付窓口でも毎月1日から配布しています。なお、都合により担当医や担当日が変更になることがあります。

◆各種相談(予約制)

- 緩和ケア・がんよろず相談 月～金曜日(休診日を除く)9時00分～16時00分
- 退院後の療養、介護に関する相談 月～金曜日(休診日を除く)9時00分～16時00分

予約受付 054-623-3111(代表)内線：2090 地域医療連携室医療相談担当

○…診療日 検…検査

診 療 科	午 後(予約制)				
	月	火	水	木	金
呼吸器内科 (紹介状必要)	○	○			○
血液内科 (紹介状必要)		○		○	○
消化器内科 (紹介状必要)		○	○	○	○
循環器内科 (院内他科依頼)	○		○	○	○
代謝内分泌内科 (紹介状必要)	○	○		○	
脳神経内科 (紹介状必要)	○		○	○	○
精神科 (新患受入休止)	○	○		○	○
小児科	○	○	○	○	○
形成外科 (紹介状必要)	○				
産婦人科	検		検		
泌尿器科			検		検
透析	○	○	○	○	○
耳鼻咽喉科 (紹介状必要)	○		○	○	
歯科口腔外科	○		○		○

特殊外来 完全予約制 △午前 □午後 一部毎週開催していない外来もあります。詳しくはお問い合わせください。

特殊外来(完全予約制)	月	火	水	木	金
腎臓内科	膠原病・リウマチ (紹介状必要)				□
	糖尿病性腎症 パス (紹介状必要)	△	□	△	
脳神経内科	認知症外来 (紹介状必要)				△
	心臓			□	
小児科	工コ一				□
	すこやか		□		
	療育支援		□		
	川崎病			□	
	乳児検診	4ヶ月児 10ヶ月児	1ヶ月児		
	シナジス	□			
外科	スキンケア			△	□
	乳腺	△	□		△
	血管外科				第1・2・4 △
	呼吸器外科		△	□	
	心臓外科				第2・4 □
形成外科	レーザー	□		□	
脳神経外科	脳卒中		□		
産婦人科	不妊治療	△	△	△	△
	助産師	△	□	△	□
	妊娠外来	□		□	□
その他	禁煙		△		
	リンパ浮腫			□	
	アロマ	□			

◆他院に通院中の方

紹介状不要の診療科であっても、すでに他院に通院中の方は紹介状が必要な場合があります。詳しくは問い合わせください。

11/4 勤労感謝  
「働くひとたちありがとう」



勤労感謝の日を前に、市内みやじま・みなと幼稚園の園児6名が当院を訪れ「働くひとたちありがとう」と、感謝の言葉と折り鶴を届けてくれました。

看護補助者  
(会計年度任用職員) 募集

各病棟や外来などで、患者さまの介助や物品の準備などの業務を行う看護補助者(会計年度任用職員)を随時募集しています。詳しくはホームページをご覧いただくか、病院総務課職員担当までご確認ください。

電話 (054) 623-3111 (代表)

病院総務課 職員担当



## 糖尿病教室のお知らせ

### 「糖尿病教室へ参加しませんか？」

当院では、糖尿病患者さまに向けて「糖尿病教室」を開催しております。

糖尿病教室は、様々な医療スタッフによる療養指導を受け、糖尿病の病態や治療の意義、合併症や検査について理解を深めるための教室です。冊子「糖尿病の基本」を活用した受講内容で、患者さまからも積極的に発言していただけるよう進行していきます。

当院通院中の患者さまだけでなく、かかりつけ医で治療されている患者さまにもご参加いただく事が可能ですが（かかりつけの医療機関から紹介していただく必要があります）。

糖尿病への理解を深めるだけでなく、他の患者さまの体験談を聞く良い機会になるかと思います。

多くの方のご参加をお待ちしております！



〔問い合わせ先〕 代謝内分泌内科外来

◆糖尿病教室スケジュール  
(前日までに予約が必要です) 全4回受講

	火曜日	水曜日
	13:00～14:10	13:00～14:25
A週	①糖尿病とは? ②くすり	①運動療法 ②食事療法1
B週	①糖尿病の検査 ②口腔ケア	①フットケア ②食事療法2

(パンフレット代と受講料が必要です)

