

地域の皆さまと病院をつなぐ ●

GOROMARU DAYORI

ごろまるだより

2019 Autumn

秋号

社会医療法人 志聖会

総合犬山中央病院 広報誌

2019年10月17日発行 通巻113号



インタビュー

医師 **荒木有三** 看護師 **佐藤明美**

写真:眼科部長
高橋朝彦

一刻も早く、ひとりでも多くの命を救うために

総合犬山中央病院の災害対策

特集 「イエローグリーンリボン運動」って何だろう

特集 旬の野菜でヘルシーライフ



防災・災害対策のリーダー、荒木有三医師と佐藤明美看護師

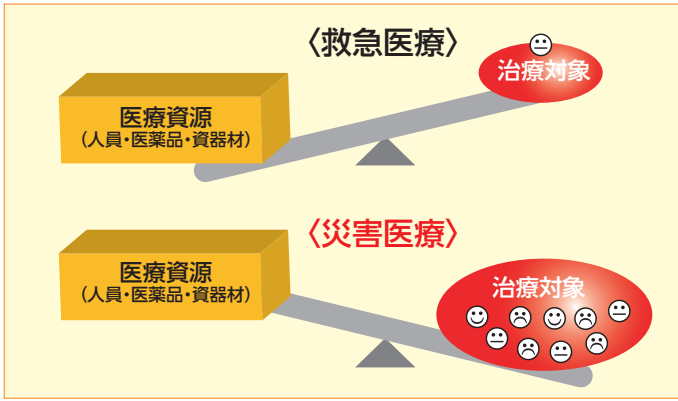
一刻も早く、ひとりでも多くの命を救うために 「総合犬山中央病院の災害対策」

「救急医療」から「災害医療」へ
速やかな切り替えが重要です

災害は、地震や津波だけでなく、台風、集中豪雨、洪水、竜巻、さらには大規模な交通事故、火災、テロなどさまざまにあり、誰の身にもふりかかる可能性があります。ひとたび災害が起こると多数の傷病者が発生し、病院は通常通りには機能しなくなります。時間外で医療スタッフが揃わなかったり、医療スタッフ自身が被災して、診療ができなくなる可能性もあります。

「災害医療」とは、こうした災害の発生により、医療の供給（医療スタッフ・設備・医薬品）が必要（傷病者の数）を上回る場合の医療・医療体制のことをいいます。一方、通常（日常的に）行われる「救

地震、津波、集中豪雨など、多数の負傷者が発生する可能性のある「災害」はいつ、どこで起こるかかわらず、待たなしの対応が迫られます。
では、万が一総合犬山中央病院が被災してしまったら、病院機能はどうなるのでしょうか。
限られた医療資源で、ひとりでも多くの方の命を救うために、
どんな医療体制がとられるのでしょうか。
当院の災害対策のリーダー荒木有三医師と、佐藤明美看護師に話を聞きました。



災害時の医療では、傷病者の数と医療資源のバランスが逆転します。

「急医療」では、医療資源を十分に使い、個々の患者さんに最良の医療を提供することができます。救急医療と災害医療、どちらも緊急の対応が必要になる点は同じですが、医療の質は大きく異なるのです。そのため、いざ大規模災害が発生したら、「ひとりひとり」に最良の医療を提供する「救急医療」から、「限られた資源で、できる限り多くの方へ最良の医療を提供する災害医療」へ、速やかな切り替えをすることが重要になります。

災害時にやるべきこと CSCATTT (スカット)

- C**ommand and **C**ontrol: 指揮、統制
- S**afety: 安全
- C**ommunication: 情報伝達
- A**ssessment: 評価
- T**riage: トリアージ
- T**reatment: 治療
- T**ransport: 搬送

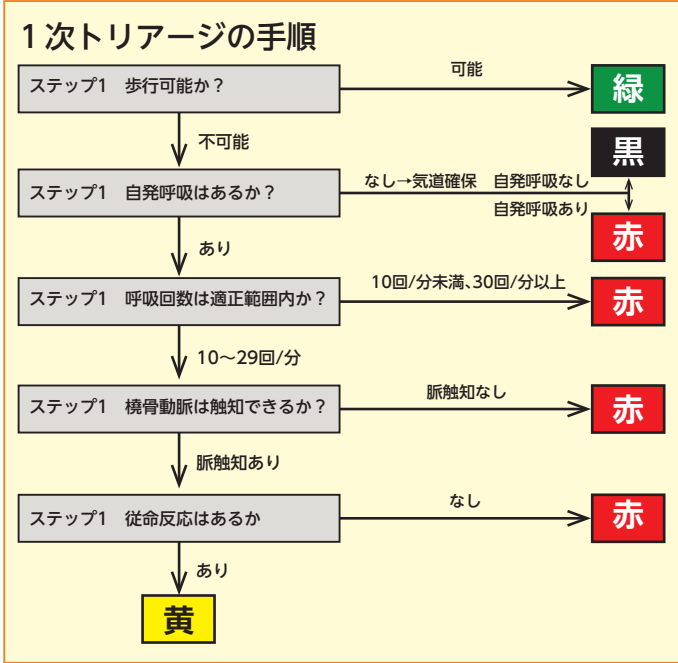
災害時の基本は、まず自分自身と家族の安全を確保すること。病院も同様で、入院患者さん、職員、病院機能の安全を最優先に確保した上で、日常の診療モードから災害モードにスイッチを入れ、対策本部を立ち上げます。混乱した状況下で職員が一致団結し、迅速かつ適切に動けるよう、災害医療の行動原則「CSCATTT(スカット)」に従って、災害時の医療救護活動を実施します。

平常モードから災害モードに
スイッチを入れ、CSCATTT
(スカット)が動き始めます

トリアージには1次トリアージと2次トリアージの2種類の方式があります。1次トリアージでは、1人30秒をめやすに、呼吸、循環、意識の生理学的評価を行い、治療の必要

災害医療では、限られた医療資源を最大限に活用して、可能な限り多数の傷病者の治療を行うことが最優先課題になります。そのため、「トリアージ」を行います。トリアージとは多数の負傷者が出るような災害や事故において、症状の緊急度や重症度に応じて治療や搬送の優先順位を決定するもので、この決定に従って病院での治療や他の医療機関への搬送を行います。

限られた医療資源で
最大多数の命を救うには
「トリアージ」が不可欠



性・緊急性が高い人と、そうでない人にグループ分けします。その後2次トリアージを行い、血圧・脈拍、呼吸・体温・意識状態を評価した上で全身観察をし、外傷の有無を確認します。傷病者の状態は刻々と変化しますので、トリアージは1回だけでなく、複数回実施します。災害時は医師や看護師が迅速にトリアージを実施できるような傷病者を一ヶ所に集めまろアで実施する予定です。



赤	重症	直ちに治療をしなければ 生命に危険がある
黄	中等症	治療は要するが、赤色よりは 優先度が低いもの
緑	軽症	救護所での処置のみ
黒	死亡群	処置不能

判定結果は4色のカード(トリアージ・タグ)で表示し、一般的に傷病者の右手に取り付けます。

トリアージには市民の皆さんの理解と協力が必要です

大災害時の病院の役割は、多数発生した重傷者をひとりでも多く救命することにあります。厳し

い話ですが、自分で歩ける人は、少々のケガがあっても「緑タグ」となり、治療の対象とはなりません。また、限りなく救命の見込みが少ない方には「黒タグ」をつけ、助かる可能性のある方を先に治療することになります。

負傷して苦しんでいる方からすれば、治療の優先順位を付けられるのは不安ですし、気分のよいものではないでしょう。私たち医療従事者にとっても、このような難しい判断、決断をしなければならぬことに大変なストレスがかかります。災害時はお互いに助け合うこと

で、より多くの命を救うことができません。1人でも多くの命を救うためにはトリアージが必要不可欠であることに、ご理解とご協力をお願いいたします。



研修やトリアージの訓練を積んで災害医療への意識を高めるとともに、知識・技能の習得に努めています。

災害に備えてひとりひとりができること

災害時には、皆さんがいつも受診している病院やクリニックでの治療が困難になる場合があります。そんな時、最も身近で医療を提供する拠点となるのが避難所に設置される「医療救護所」です。大山市では4か所の救護所が設置されるはずですから、自分の住んでいる場所からはどこが一番近いかなどをきちんと把握しておきましょう(大山市から配布される「大山市防災ハンドブック」を参照ください)。災害に備え、日頃からか

かりつけの先生とよく相談しておくことも大切です。お薬は医師に相談して少し長めに(1週間分など)出してもらおうのもよいでしょう。お薬手帳には病名やお薬名、アレルギーなどを明記し、お薬と一緒にすぐ取り出せる場所に保管しておきましょう。

安全・安心で災害に強い病院づくりをめざして

大規模災害時には電気、ガス、水道などのライフラインが寸断され、医療活動に支障をきたすことが予想されます。当院では自家発電装置(18時間)の設置や、医薬品(7日分)、医療用ガス(144時間程度)の備蓄をしているほか、屋上にタンクを設置して120時間程度は水が使えるようにするなど、災害時のライフラインの確保に努めています。

また、災害時は1つの病院だけでなく、地域全体で動く必要があります。そのためには、日頃から行政や自治体、医師会、近隣病院などの情報交換や連携強化に向けた取り組みも必要です。



外来看護師

佐藤明美

救急対策委員会の一員として、防災・災害対策の教育・研修に取り組む



副院長・救急担当部長・
脳神経外科統括部長

荒木有三

防災・災害対策のリーダーとして、災害時・緊急時の指揮をとる

当院では近々、訪問看護ステーションをスタートさせる予定です。訪問看護では、利用者さんが自宅からの避難が必要な事態に備えて、最寄りの避難場の確認や、避難通路が車いすや歩行困難者が動ける環境にあるかなどの確認をしていきたいと考えています。

地域の皆さんに「総合犬山中央病院があるから安心だね」と感じていただけるよう、私たちはこれからも精一杯、災害に備えての準備・対策を続けていきます。皆さんも、災害時の医療に関して不安なことや疑問があれば、いつでも気軽にご相談ください。

医療現場の **2** 管理栄養士

プロフェッショナル

管理栄養士とは、食と栄養に関する専門的な知識と技術に基づいて、栄養指導や給食管理・栄養管理を行う職業（国家資格）です。

管理栄養士は「食」と「栄養」から 皆さまの健康をサポートします

● 食事療法

管理栄養士は、病気を患っている方や高齢で食事がとりづらくなっている方など、一人ひとりの患者さんに合わせた献立を考えたり、健康面の相談に乗りながら食生活の指導を行ったりします。そのため食事の種類も多岐にわたり、一般食（常食、軟食、流動食、幼児食、など）や、傷病に合わせた特別食（糖尿病食、心臓病食、腎臓病食など）の他、ミキサー食やトロミなどの嚥下食、串食、などの個別対応もしています。当院では、手作りをモットーに、少しでも患者さんの治療の手助けになるよう、管理栄養士をはじめ栄養科スタッフ一同取り組んでいます。

● 栄養指導

外来患者さんや入院患者さんに向けて、栄養指導を行っています。患者さんそれぞれの生活スタイルに合わせた食事療法を、患者さんと一緒に考えてまいります。その他にも当院では、患者さん一人一人に向けての個人指導以外に、集団指導として、毎月第4水曜に「糖尿病教室」を多職種と連携して開催しております。

● NST

NST（栄養サポートチーム: Nutrition Support Team）としてのチーム医療を行っています。栄養状態の低下している患者さんに医師、看護師、薬剤師、言語聴覚士などの多職種で意見交換しながら、管理栄養士が患者さんに合った食事や経腸栄養剤の提案をし、早期回復をめざします。



↑糖尿病食





「イエローグリーン リボン運動」って 何だろう？



イエローグリーンリボン運動は、「たばこの煙を吸いたくない」という思いを周囲の人に伝えるアイデアとして、長崎県佐世保市から始まった受動喫煙防止運動。

子どもや妊婦さん、喘息や気管支の弱い人たちの受動喫煙を防ごうと、全国の市町村や病院などで賛同の輪が広がっています。

イエローグリーン(黄緑色)のリボンが受動喫煙防止運動のシンボルになっています。

さまざまな社会問題や社会運動に対して、賛同の意志をさりげなく示すシンボルとして利用されているカラーリボン。これらは、“ Awareness・リボン” と呼ばれ、たとえば、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるピンクリボンは、目にする機会は多いのではないのでしょうか。

**受動喫煙規制で、最低ランクに
区分されてきた日本。**

2017年のWHO(世界保健機構)報告書において、日本には屋内禁煙義務の法律がなく、受動喫煙に消極的な国として、最低区分に分類されてきました。これを受け、2020年にオリンピックが開催されることもあって、昨年7月により改正健康増進法が成立。多くの人が集まる場所での喫煙規制がスタートし、2020年4月からは、飲食店などでの規制も始まります。

**たばこの有害物質は、「副流煙」の方が
何倍も多く含まれています。**

喫煙者の周りの人の害が大きいたばこの煙。ニコチン、タール、一酸化炭素などたば

この煙に含まれる有害物質は、「主流煙」よりも「副流煙」の方がずっと多く含まれています。「副流煙」は、「主流煙」に比べてフィルターを通していないことや、燃焼温度が低いいためより多くの有害物質を含んでいるのです。

「副流煙」は、「主流煙」に比べて……



出典：厚生労働省「喫煙と健康」第2版

**とくに子どもや妊婦さん、
高齢者に配慮をしたい受動喫煙。**

受動喫煙の悪影響は、肺がんのみならず、乳がんをはじめとするほとんどのがんや、脳卒中や虚血性心疾患、糖尿病、歯周病などさまざまな病気の原因になります。

これに加えて、妊婦さんでは、低出生体重、胎児発育遅延、さらに子ども、高齢者には、気管支や肺の炎症、喘息の重症化、呼吸器機能低下などのリスクを高めます。

豆知識

三次喫煙(サードHANDSモーク)って？

エレベーターや電車の中で、たばこのニオイに困惑したことはありませんか？

それが三次喫煙(サードHANDSモーク)。

喫煙者の呼気や髪の毛、衣服にはたばこの有害物質が付着して、喫煙した部屋の壁やカーペット、カーテンから多くの有害物質が放出し続けます。家で過ごすことの多い乳幼児のためにも、室内の禁煙はとても大切なのです。



©ankormando - stock.adobe.com

参考：厚生労働省 e-ヘルスネット
：呼吸器学会ホームページ
：日本医師会ホームページ

当院では、「禁煙」を推進するために、毎週木曜日に「禁煙外来」(予約制)を設けています。お気軽にご相談ください。



旬の野菜でヘルシーライフ

© michikodesign - stock.adobe.com

旬に収穫された野菜は栄養価も高く、しかも経済的。
今回は、9～12月に旬を迎える里いもを特集します。

© siera - stock.adobe.com



簡単レシピ

里いもと豚バラ肉の炒め煮



里いも

里いもは、同じような形をしていても種類が多く、また栽培地域も広いので、旬の時期が長い野菜です。旬の時期の露地栽培の里いもは味も濃くておいしいです

栄養

食物繊維も豊富で、腸内環境を整えてくれる頼もしい野菜。カリウムを多く含み体内の余分な塩分を排出してくれます。イモ類の中では最もカロリーが低いのもうれしいですね。

選び方

ふっくらとして丸みのあるもの。持った時にずっしり重いものを。柔らかいものやキズのあるものは避けましょう。

保存方法

低温と乾燥が苦手なので冷蔵庫には入れずに、泥つきのまま湿らせた新聞紙で包み、日の当たらない風通しのよい場所で保存します。じゃがいもと違い、茹でて冷凍保存もできます。



© Caito - stock.adobe.com

材料(2人分)

里いも	5個(中くらい)
豚バラ肉(スライス肉)	100g
しめじ	半パック
小松菜	1株
しょうが(千切り)	1片
ごま油	大さじ半分
水	120cc

しょうゆ	大さじ1
みりん	大さじ1
砂糖	小さじ1
酢	小さじ半分

作り方

- ①小松菜を茹で、水気を切って3cmくらいの長さに切る。
- ②里いもの皮をむいて一口大に切り、小松菜を茹でたお湯で3～4分茹でる。
- ③フライパンにごま油、生姜を入れて30秒ほど熱したら、5センチ幅に切った豚バラ肉を入れて炒める。
- ④肉に火が通ったら、しめじ、茹でた里いもを入れる。
- ⑤2～3分炒めたら水、調味料を入れて煮る。
- ⑥落し蓋(なければアルミホイルで)をして、ほぼ汁気がなくなるまで煮詰めていく。その間に2～3度、具材を混ぜるようにする。
- ⑦ほぼ汁気がなくなったら、茹でた小松菜を入れ、火を止めてでき上がり。

参考：独立行政法人農畜産振興機構「野菜ブック」
独立行政法人農畜産振興機構「11月の野菜」

医師紹介

武石 宗一 糖尿病内科医長



たけいし・そういち
2016年入職。
趣味はスポーツ鑑賞

診療では患者さんとの対話を大切にしています。糖尿病は進行すれば深刻な合併症を引き起こしますが、血糖値をコントロールすれば健康な人と同様な生活を送ることができます。そのため、患者さんとともに病気に向き合い、その人の年齢や環境に合った治療を提供するよう尽力しています。また、糖尿病について少しでも理解を深めていただくために、医師、看護師、コメディカルなど多職種でのチームを組み、患者さんやご家族に糖尿病についての情報を提供する活動も行っています。

採血せずに継続的な血糖値データが得られる持続血糖測定 (CGM) の機器の使用など、新しい治療法も積極的に取り入れています。

出張糖尿病教室を開催します 11月17日(日) [予約制]

毎月第4水曜に「糖尿病教室」を院内で開催しておりますが、11月は世界糖尿病デー(11/14)のイベントとして、病院の外に飛び出し「出張糖尿病教室」を開催いたします。

太極拳やフットケアの体験、糖尿病食ランチを通し、糖尿病やケアについて理解を深めていただければと思っています。ぜひご参加下さい。

日時:11月17日(日)
9:30~13:00

場所:さら・さくら

参加費:500円

定員:50名

※定員に達し次第、お申し込みを締め切ります。

お申し込み方法【10月31日まで】
当院 内科受付に申込用紙を
提出してください。

※申込用紙は当院内科受付で配布しております。



糖尿病食ランチ
(写真は昨年度のもの)



太極拳

お問い合わせ 糖尿病ケアサポート委員会

第17回日本医療バランスト・スコアカード研究学会学術総会を開催しました

大会テーマ 「人・組織・地域を繋ぐバランスト・スコアカード」

大会長 齊藤 雅也(総合犬山中央病院院長)

2019年9月28日、当院院長 齊藤雅也が会長を務めた「第17回日本バランスト・スコアカード研究学会学術総会」をフロイデにて開催しました。

バランスト・スコアカード(BSC)とは、少子高齢化や老々介護など日々変化していく社会の中で、患者さんや地域のニーズに寄り添った医療や支援が提供できる病院としての目標を、職員が丸丸となって考え実践していくための手法です。

学会当日は、全国から多数の参加者にお越しいただきました。この学会で学んだことを活かし、よりよい病院運営へ繋げるよう邁進いたします。



会長・基調講演



特別シンポジウム

本館 建て替え
計画 進行中!

当院は現在、本館の建て替えを計画しております(2023年秋、竣工予定)。

詳細については決まり次第お知らせいたします。

★本件に関するご意見・ご要望等は当院お気付き箱までお寄せください。

基本理念



私たちは、医療の使命に情熱を燃やし、
地域の人々が安心して暮らせる、
心の支えとなる病院を目指します

社会医療法人 志聖会

総合犬山中央病院

〒484-8511 愛知県犬山市大字五郎丸字二夕子塚6

TEL.0568-62-8111

http://www.inuyamachuohospital.or.jp

撮影後記

表紙写真:「撮影後記 津屋川の彼岸花」

秋と言えば紅葉だが、彼岸花も紅葉直前に楽しめる秋の風物詩だ。河川沿いに赤の絨毯のごとく咲き乱れる彼岸花というのも風情を感じさせる。岐阜の津屋川はそんな彼岸花を楽しめる場所の一つ。夕方に現地に向かうとそれほど人出は多くない。花はピークをちょっと過ぎてはいたが勢いのある部分にフォーカスを合わせ夕日の黄昏の空の下にシャッターを切った。

(写真:眼科部長 高橋朝彦)