

スイング SWING



函館協会病院広報誌
2017.7.1 No.31 夏号

■院長のひとり言■ ～気のむくままに～



「医者、芸者、役者」

院長
向谷 充宏

随分と昔の話。

札幌医大を卒後して4年目、昭和60年4月から平成3年3月までの6年間、当時人口2万人弱の道央中空知にある市立赤平総合病院で働いた。外科医としての骨格ができ上ったのは赤平での武者修行のお陰と思っている。難しい症例であっても、大きな手術であっても大病院に転送することもなく、自身の技術限界を超えると1年365日、毎日毎日手術のことばかり考え、必死に調べて、勉強して、果敢に挑戦していた、あの迫るような情熱は今は何処に行ってしまったのか（笑）

三領域郭清食道癌手術、門脈合併脾頭十二指腸切除術、骨盤内臓全摘術、手術だけではなくレントゲン室でカテーテル技術などをフル活用して食道静脈瘤塞栓術、部分的脾動脈塞栓術、肝細胞癌に対する肝動脈塞栓化学療法などなど、放射線治療医もいなかったので全部自分達でやっていた。そんな赤平で5年ほど働き31歳くらいになった頃から、道内のあちらこちらの病院から手術であったりカテーテル治療であったり、「助っ人に来て欲しい」と声をかけられるようになりだした。最初は何も考えず喜んで手伝いに行った記憶があるが、出張回数が増えればそれは行かない。よくよく考えれば、否、よく考えなくても、市職員の身分なのである。一度や二度なら黙認もあるだろうが、出張回数が増えれば管理職の許可が必要である。救急当番病院の時に応援に来て貰うことはあっても、小さな病院から大病院に診療支援に行くなどということは想定していなかったので出張に必要な書類の書き方など分かるはずもなく、「なんだ、またあちこち出歩いているのか」という後ろめたい気持ちを持ちながら、当時は副院長であった消化器内科の当近藤哲夫先生に相談に出向いた。「また呼ばれてしまいました。今回は札幌の病院なのですが、申し訳ありません。行っても宜しいでしょうか」

その時、近藤先生にかけてもらった言葉は生涯忘れえぬ座右の銘となった。「医者、芸者、役者、声をかけられるうちが華です。頼まれた時には断っちゃ駄目。名だたる大きな病院が困って頼んできたのだから、赤平病院の名前を背負って胸を張って行って、高い技術を知らしめて来て下さい」との一言、心が震えた。

エースラゲージという旅行用トランクケースとして世界に誇る一流メーカーの工場が赤平にあり、エース社員の奥さんが外科看護師として働いていたのだが「先生、また行くんですね。今度は何処ですか？任せて下さい、必要物品は旦那の会社のトランクに入れて、全部準備しますから」と言って海外旅行用ケースに消毒薬、酒精棉、覆布、メス、手術用鉗（ハサミ）、鑷子（ピンセット）、血管造影用各種カテーテルから麻酔に必要な薬品に至る何から何まで、完璧な準備をして送り出してくれた。

今の時代なら、許されることのない無謀とも思える話だが、各領域の専門医制度も確立されておらず、出来る人が責任を持って何でもやる、という良くも悪くも最後の時代だったと懐かしむ。

1991年3月29日、観閲式さながらに救急車、消防車まで出動し、消防長から花束まで頂いた赤平市立病院退職記念写真を見て思う。

勿論、これまで自分一人の力でやって来た訳ではない。常に、多くの先輩、同僚、後輩そして優秀なスタッフ達に囲まれてきたから出来たことだと感謝している。

こうして赤平市立病院、函館協会病院そして札幌医大第一外科に育てて頂いたことに感謝して、「医者、芸者、役者、声をかけられるうちが華。頼まれたら断らない」という気持ちを忘れずに、必要とされる医者であり続けることが出来るようにこれからも生きてみよう、、、と思い始めた今日この頃。

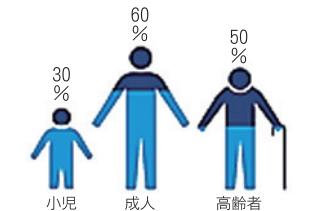


防ごう！脱水！！

脱水とは、体内から体液である水分と塩分（ナトリウムやカリウムなどの電解質）が減少した状態です。この体液は「体温調節」「栄養素や酸素を運ぶ」「老廃物を運び出す」などの働きをしてくれています。

高齢者は脱水状態になりやすい!!

- 年齢と共に体液量が減少し、高齢者の体液量は体重の約50%
- のどが渇いていることに気づきにくい
- 体液の貯蔵庫である筋肉量が少ない
- 食事や水分の摂取量が少ない



脱水サインを見逃さないで！

- 原因不明の発熱
- 急激な体重減少



その他にもこんな症状出ていたら危険！

- ①脇の下が乾いている
- ②口の中や唇が乾いている
- ③腕の皮膚を持ち上げて放したときにシワが出来たままになっている

こまめに飲んでいれば大丈夫？



脱水状態のときは電解質のほとんど入っていない飲料（水、お茶、ジュースなど）では体液が薄まり、濃度を保とうとして利尿作用が働くので上手く水分補給できません。状況に応じて飲み物を選びましょう。

スポーツドリンクと経口補水液の違い

一般的にスポーツドリンクは経口補水液よりも電解質（ナトリウム、カリウムなど）の濃度が低く、糖分が多めです。糖尿病の方はスポーツドリンクを飲むのは控えましょう。

どんな飲み物がいいの？

- *水、お茶 → 家や日陰であまり活動していないときなど
- *スポーツドリンク → 労働、スポーツ、入浴前後などで汗をかいたときなど *糖尿病の方は控えましょう
- *経口補水液 → 下痢、嘔吐、発熱、激しい発汗、食事や水分摂取が進まない高齢者など

普段から気をつけること

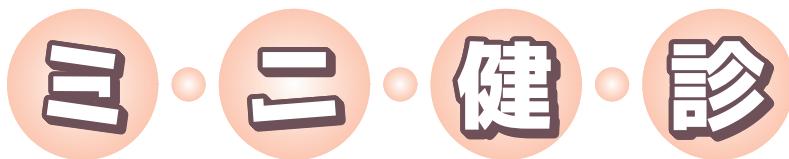
1. 毎食時、入浴前後、起床時、就寝時の他にも喉が渇く前にこまめに飲みましょう。
2. ジュースや炭酸飲料、清涼飲料水（味付きの水を含む）は糖分が多く、血糖が上昇しさらに喉が渇きます。繰り返し飲み続けて大量に摂ると「ペットボトル症候群」と呼ばれる急性の糖尿病になる恐れがあります。
3. ビールなどのアルコール飲料や、カフェインが多く含まれているコーヒー、紅茶は利尿作用があるので注意。
4. 食事の中にも水分が含まれているので、しっかり食べましょう。

さいごに… 糖尿病や高血圧などある方は医師、栄養士の指導に従ってください。

管理栄養士 五十嵐 英里



気になったその時に!!



- 保険証不要
- 終了まで約15～30分
- 予約不要

メニュー

- | | | |
|-----------|----------------|--------------|
| ①血糖が気になる方 | ②コレステロールが気になる方 | ③お酒の飲みすぎチェック |
| ④貧血チェック | ⑤痛風が気になる方 | ⑥尿の状態が気になる方 |
| ⑦胃の健康チェック | ⑧動脈硬化検査 | ⑨骨塩定量測定 |

健診の流れ



料金

500円～1,000円

受付時間

10:00～16:00

● 詳細を確認したい場合は **医事健診係 ☎ 0138-53-1057** まで

緩和ケア認定看護師教育課程研修へ

5階消化器病センターに勤務する「平野美穂看護師」が6月1日より岩手医科大学附属病院、高度看護研修センターにおいて「緩和ケア認定看護師」を目指し教育研修がスタートしました。

「緩和ケア」とは生命を脅かす病気を抱える患者と家族の痛み、不安など身体面・精神面・社会的問題を含め患者中心に全人的な援助を施すことを言います。

平野看護師は多くの患者さんと接する中で、患者さんが抱える全ての痛みや苦しみをどう受け止め、

どのような援助が必要か看護師として悩みながら向き合ってきました。この経験から今回専門分野の学習を極め患者さんにより一層寄り添える看護を提供したいと決意し本研修に臨みました。家を離れて8ヶ月の長期間の研修ですが体調に気をつけ、大きな成長を遂げて帰ってきてくれることを願っています。

看護部長 伊藤 章子



職員研修会

さすまた研修

6月29日(木)、院内の医療安全対策委員会が主体となり、院内の防犯対策と職員の防犯意識向上を目的とした研修会を実施しました。

今回は「刺股の使用方法と護身術について」をテーマに職員30名が参加しました。

当日は函館中央警察署さんより講師をお招きし、刺股使用時の方法・注意点についての指導を受け、実際に不審者を見立てた訓練を行ったほか、不審者に襲われ際に身を守るための護身術も指導していただきました。

いつ事件が起こるかわからないという認識で、防犯意識を高めることが大切だと再認識しました。今後も非常に備えるため、定期的に研修を行い、院内の安全管理に努めてまいります。



新人リフレッシュ研修

今年度採用の新人看護師7名を対象にリフレッシュ研修を実施しました！

新人看護師たちがそれぞれの病棟に配属となり3ヶ月が経とうとしています。

毎日緊張の中、色々な経験や失敗を繰り返し、悩みながらも頑張って成長している新人看護師のために、毎年この時期に新人同士の絆を深め、お互いの成長や悩みを相談できる場を設けるためにリフレッシュを兼ねた研修を当院では行っています。

今年は6月23日(金)に西部地区散策をしてきました!! 天候にも恵まれ、人力車に乗ったり、函館港内遊覧船に乗ったり、プレゼント交換を行うなど楽しんでくれていたようです。(^^)

きっとこの研修が明日からの活力に繋がってくれることでしょう！



花壇整備とプランターの設置



を行いました！



6月上旬から中旬にかけ、病院の美化活動の一環として、正面玄関2か所の花壇整備と3東病棟ウッドデッキへのプランター設置作業を職員の手で行いました。作業日は天気にも恵まれ、雑草を抜き、植えてある花を新しい草花に入れ替て、色とりどりな花壇になりました！来院された際には是非ご覧になって下さい。



2017 函館マラソンに参加しました

平成29年7月2日(日)に開催された「2017函館マラソン」に当院スタッフが4名参加しました。当日は朝から蒸し暑く、ハードな環境でしたが、それぞれ日頃の努力を存分に發揮した1日となりました。



(左から 古我理学療法士、岩井看護師、永田看護師、大津医事課長)

また、この日は大会を支える救護隊として当院から医師・看護師3名も参加し、大会運営に協力しました。

展示作品大募集!

函館協会病院では1階エントランスホールに「作品展示コーナー」を設置しておりますが、この度、地域の皆さんの協力をもとに患者さんや来院される方々へ、より一層の「癒し」や「和み」等、元気の出るような作品を展示したく大募集しております！

募集する作品は、絵画・写真・書道・パッチワーク等で原則として壁に掛けることができる作品です。随時募集しておりますのでご協力のほどよろしくお願いします。

詳細についての窓口は 病院総務課 加藤 となりますのでお気軽にお問い合わせ下さい！

電話 0138-53-5511 FAX 0138-51-8421



協会病院 ○×クイズ

夏がやってきました！暑い季節になると、毎年「熱中症」が話題になりますね。

国内の熱中症による今年5月からの救急搬送者は、前年を上回るペースで推移しています。

熱中症予防のために、こまめな水分補給と、適切な温度管理を心がけましょう。

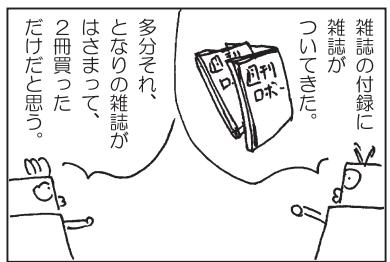
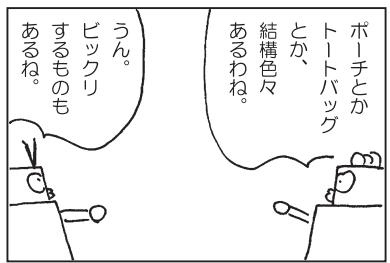
そこで今号では、熱中症に関する○×クイズを出題します！

このクイズで正しい知識を身につけ、熱中症を防ぎましょう。

- 1) 汗は、拭かずに放っておく。
- 2) 身体を冷やす際は、“首の横”より“首の後ろ”を冷やす。
- 3) 热中症になりにくい身体を作るのは、スポーツドリンクより牛乳を飲む事だ。

「図書室」と「図書室」

雑誌の付録



付録めあてで雑誌を買っちゃう時もあります。

柳生十兵衛



- 3) ○ 牛乳を飲む事で体温が高まるので、牛乳を飲む事で体温が下がります。
- 2) × 食事の摂取量を多くする事で、體の効率的な活動が起こります。
- 1) ○ 運動量を多くする事で体温を下げる事で効率的です。

スイング

【函館協会病院外来診療担当表】

平成29年4月1日より

診療科	午前 午後	受付時間	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考
内　科 消化器科 (内線 1700)	午前	8：15～ 11：30 (土のみ) 8：15～ 11：00	8：45～	山　桑　内　島	榮　浪　石　國　兼	白　石　國　兼	山　桑　内　島　石	榮　浪　桑　島	榮　浪　山　内　(二次当番日)	
	午後	12：45～ 3：30	1：15～		白　石	白　石	白　石			
外　科 (内線 1800)	午前	8：15～ 11：30 (土のみ) 9：00～ 11：30	8：45～	第1診 (向谷院長)	向　谷	久木田	向　谷	村　上	河　野	当番制
		9：30～		第2診	久木田	—	村　上	—	—	
	午後	12：45～ 3：30	1：15～	交替制 (新患・紹介患者のみ)	交替制 (新患・紹介患者のみ)	交替制 (新患・紹介患者のみ)	交替制 (新患・紹介患者のみ)	交替制 (新患・紹介患者のみ)		※午後診療は、新患/紹介患者のみの対応となります。
整形外科 (内線 1620)	午前	8：15～ 11：30	8：45～	多　田　戸　嶋	多　田	戸　嶋	多　田	戸　嶋	当番制 出張医 (3週目)	
	午後	12：45～ 3：30	1：15～	手　術	多　田	戸　嶋	戸　嶋	多　田　戸　嶋 (2週目)		
皮膚科 (内線 1900)	午前	8：15～ 11：30	8：45～	—	—	—	—	—	—	※皮膚科休診中
	午後	12：45～ 3：30	1：15～	—	—	—	—	—		
泌尿器科 (内線 1610)	午前	8：15～ 11：30	8：45～	田　沼	田　沼	田　沼	田　沼	田　沼	田　沼	※毎週水曜日の午後2：30以降は、院外往診があるため休診となります。
	午後	12：45～ 3：30 (水のみ) 1：15～ 2：30	1：15～	田　沼	田　沼	田　沼 院外往診	手　術	田　沼		
歯　科 歯科口腔外科 (内線 1911)	午前	8：15～ 11：30	8：45～	三　橋　澤　本	橋　宮　本	橋　本　宮　本 出張医 (2, 3週目)	三　澤　宮　本 出張医 (2, 3週目)	三　宮　澤　本	三　橋　澤　本　宮	※水曜日と金曜日の午後は、手術のため外来担当医が変わることがあります。 ※水曜日と金曜日は、夜間診療のため午後6：30まで受付を行います。
	午後	(月・火・木) 12：45～ 5：10 (水・金) 12：45～ 6：30	1：15～	三　橋　澤　本	三　橋　澤　本	橋　本　宮　本 出張医 (2, 3週目)	三　澤　宮　本 出張医 (2, 3週目)	三　橋　澤　本		
内視鏡センター (内線 1600)				榮　浪	山　内	榮　浪	榮　浪	山　内	当番制	※内科又は消化器科を受診してください。
健診センター (内線 2800)		予約制		國　兼	大間知	大間知	大間知	國　兼	—	※健診希望の方は、医事課までお問い合わせください。

※第1・第3・第5土曜日は、診療しております。(第2・第4土曜日は、全科休診)

※外来診療が休診の場合でも通院中の方や紹介状をお持ちの方は、電話でお問い合わせください。



交通のご案内

市電

●深堀町電停 徒歩5分

函館バス

深堀町バス停 徒歩5分
系統／5、8、7、10、10-1、10-6、
14、21、41、112

自衛隊前バス停 徒歩5～6分
系統／5

車

●JR函館駅より 約15分

●JR五稜郭駅より 約15分

●函館空港より 約20分

無料巡回バス

無料巡回バスを運行いたしております。
停留所・時間など、詳しくは当院まで、
お問い合わせください。

病院理念

地域住民に信頼され、地域とともに歩む病院を目指します

- ・社会福祉法人として、医療・福祉の提供を通して社会貢献を行います。
- ・病院の能力を結集し、高度医療および救急医療を提供します。
- ・病院職員の総合力を生かし、安全な医療・看護を提供します。
- ・患者さまのプライバシーを尊重し、思いやりのある医療・看護を提供します。
- ・病院職員全員の、医療技術等の向上を目標とともに次世代の人材を育成します。

社会福祉法人 北海道社会事業協会 函館病院

函館協会病院 【略称】

〒042-0935 北海道函館市駒場町4番6号
TEL:0138-53-5511 FAX:0138-51-8421

<http://www.hakodatekyokaihp.com/>

○発行元
社会福祉法人北海道社会事業協会
函館病院
○発行日
平成29年7月1日

2017
31号

○発行責任者
向谷充宏
○編集
企画広報委員会

○印刷所
株式会社 長門出版社印刷部