

広報誌

ペケレベツとは

アイヌ語で「明るく清らかな川」を意味しており、清水町の由来となっています。

2022年
春号
vol.24

ペケレベツ



院長挨拶 内科部長挨拶 夜間透析に思いの丈を込めて トピックス

新人紹介
清水で実践する国際救援看護師としての活動
検査の機器が新しくなりました！
食べて応援！清水町のグルメ紹介
人事消息
編集後記



新宿二丁目と十勝清水

病院長
藤城 貴教

春の訪れを迎え、甜菜製糖の煙突が吐き出す白煙は朝焼けの大地と真っ青な天を支える柱の如く登り、ペケレベツの川面は無限に広がる霧をたたえる。ゆらゆらと立ち上る水蒸気は岸辺の枝々に絡みつく。日の出を過ぎた朝の六時半、十勝川を渡る大橋から見下ろす透き通るような風景は毎朝の風景である。遙かシベリアへ帰る白鳥の群れは落穂をひろって胃の腑を満たし、白黒の家畜の群れは真っ白な鼻息を吐き出し、夏より随分伸びた体毛をゆすって牛歩を進める。日本を代表する食糧基地十勝平野は春本番に向けて準備を進めている。

遡ること130年余り前、今や大都会の新宿2丁目には“耕牧舎”という牧場があり牛乳の生産を行っていた、経営者は文豪芥川龍之介の実父であるが、もとは渋沢栄一らの出資で神奈川県に作られた社で、その後東京に進出したようである(出典：朝日新聞)。我々の清水町も明治31年(1898年)渋沢らが設立した十勝開墾合資会社の熊牛農場にはじまる。130年を経て新宿2丁目の酪農はその痕跡すらないが、わが町の酪農は120年以上たった今もますます発展を続けている。ちなみに十勝清水は、今や2本の国道が交差し高速道路のICも町内にあり、特急が走る交通の要衝そして東北海道の玄関口であるが、明治政府(北海道開拓使)は開墾に適さないという理由で十勝地方に屯田兵制度をおいていなかった。

“地域医療”には様々な定義・解釈・役割がある。担い手は必ずしも深く理解しないまま従事していることが多く、時にその方向を見失うこともある。地域でさえ新宿と十勝清水の酪農事業が対照をなすように100年後の変貌は予測困難であるが、両地域は発展という意味では国内有数となった。大切なのは100年後そして更に先を見据えた未来予測であろう。土地を歩き住む人を訪ね生活を知る、そこに大都会にはない日本の姿があり、住んでみて初めて解る医療の在り方と然るべき将来構想がある。“日本の医療”をおしなべて論ずるのはことのほか困難であるしその言葉に実態は感じることは難しい。

2025年までに整備を求められた“地域包括ケアシステム”はおぼろげなものから目に見える形に進化し、新型コロナウィルスのパンデミックも後押しして医療の提供体制は大きく変化した、特にICT(情報通信技術)なくしては医療が成り立たない時代になっている。大切なのはあるべき姿と求められる姿の整合、それに制度の変化に柔軟に対応することであるが、それだけでは新しい医療の姿は生まれない。かつて渋沢翁が示した進取の姿勢や“論語と算盤”を今一度見習うとともに、過去や制度にとらわれない創造も大切である。当院の戦力は小さいが、厳しい自然の中でも平然と日々の業務をこなす牛歩でも確実に地域に貢献する逞しい職員が揃っている。今年度も多くの新しい職員を迎え、活躍が期待される。



わたしの人生

内科部長
宮西 秀二

私は石川県出身 村一番の代々専業農家の1958.5.15生まれ 63歳

「春は早朝からイチゴ収穫や田植え」「夏から秋にかけては腰曲げて手で稲を刈り稲架(はさ)に干すコシヒカリ農家」これらの農作業のお手伝いがとてもつらくいやでたまらなく、農家の跡取りをしなくてもよい人生を考えていました。

・・・その後いろいろあり医師になり、50歳で北海道へ渡り、今年で14年目

はじめはまっすぐな道路、その後は大自然の写真撮影や、秘境にも足を運び感動

10年前からスキンヘッド人生！ 毎日5枚歯ヒゲ剃り使用でキレイに

7年前からはランニング人生！ ハーフ・フルマラソン大会にも出場 サブフォー目指す

本年3月から、清水赤十字病院勤務

これが本当に大変 なれるまでは本当につらい日々でした。

今後は、新得で芝ランニングしながら仕事・余暇充実した日々を過ごしたいと思います。

どうぞよろしくお願ひいたします。



夜間透析に思いの丈をこめて

臨床工学技術課
村谷 拓

慢性腎臓病患者が医師に透析導入を告知され、それを受容するまでにはかなりの時間を要する。

告知段階では強烈なショックを受け「本当に透析が必要なのか」と病気を否認して自己防衛的な心理状態になり、「医者の治療が悪かったのではないか」「もっと早くに病院に行けば良かった」などと他人に対して怒りを覚えたり、自分自身を責めたりもする。

そして民間療法や漢方などで、どうにかして透析を回避する方法を探すが、最終的に生きるためには透析は避けられないことを理解し「透析をするくらいなら死んだほうがまだ」「何のために生きているのだろう」と抑うつ状態に陥る。しかしこの過酷な状況から脱出するには患者自身が解決するしかなく、私たち医療従事者は只々寄り添って傾聴するしかないが、就労透析患者には更なる苦難が待ち受けている。

本来、仕事をして社会生活を送ることは、生活のため以外にも、自分自身を成長させ生きるモチベーションを与えてくれるはずが、透析における週3回4～6時間の治療時間は、雁字搦めに労働時間をそぎ取り、有休をもぎ取り、社会的立場さえも不安に落とし入れる呪縛となっているからだ。透析時間が長い方が死亡リスクを低下させるにも関わらず、少しでも多くの就労時間を確保するために、厳しい食事管理を覚悟で、極限の週2～3回3時間の透析条件を希望し、社会生活に立ち向かう透析患者を何度も見てきた。しかし果敢に挑戦したほとんどの患者は10年も経たないうちに、透析不足から心血管合併症や透析アミロイド症などの長期合併症で身体を蝕まれ、働くことができなくなり歩くことさえも儘ならなくなっていた。しかしそれでも尚、雨が降ろうが槍が降ろうが生きるために通院し続ける姿には、強い決意の裏側で居たたまれない気持ちに成らざるを得ない。

2020年日本透析医学会統計調査報告書では、全国の透析患者数347,671人のうち夜間透析患者数は31,468人で透析患者全体の約9%を占めるが、私たちが生活する北海道十勝地区の夜間透析状況は、透析患者数約1,000人のうち30人程度の0.3%しか実施されていない。人口約9,700人の清水町ではじめる夜間透析が、地域の就労透析患者の呪縛を解き放ち、長期合併症を予防しQOL向上の手段となれるように、スタッフ一丸となって応援し続けていきたい。

掲載日: 2022年02月21日, 画名: 日曜十勝2, 記事ID: KIJ20220221_A0017000101501001



「患者のニーズに応えたい」と話す藤城院長（右）と村谷課長（左）ら人工透析担当スタッフ

夜間透析週3回拡充へ

清水赤十字病院 患者負担軽減へ

【清水 清水赤十字病院 藤城院長は3月から、月2回行っている夜間の人工透析を週3回に拡充する。人工透析は数時間を要するため、患者の仕事や休む必要があった。拡充により、勤務後に人工透析を受けられるよう患者のニーズに応える。】

2019年1月に月回の夜間透析を行的に開始した。仕事を携って透析を受けるようになったことから、6月に月2回に拡充、同病院内にも増して夜間透析を実施しているのは、同病院内と市外の医療機関の患者のアンケートで、夜間透析の拡充を希望する声が多かった。このため、週3回、日中の午後人工透析を受けていた患者8人（町内3人、町外5人）を夜間透析に移行させ、スタッフも夜の勤務にするなどし、態勢を整えた。

夜間透析は、午後5時から午前0時半に1回、人工透析は1回4～6時間かかる。藤城院長は「有休休暇を取って治療を受け、有休が足りなくなり欠勤扱いになる場合も多々あり。患者大や金にとって負担が大きい。今後も漸次的に二六に近づけていきたい」と話す。

同病院で人工透析を受けている患者で、希望する人には同病院が清水町の補助を受けて送り出し、透析治療を受けやすい環境整備に努めている。人工透析を担当している臨床工学技術課の村谷拓さんは「患者のニーズに二六に合わせた治療を受けやすくしたい」と話す。

その上、人工透析はより長時間かけて行った方が体への負担が小さくなり、予後が良いとされている。夜から朝にかけて人工透析を行うオパナイト透析も実施できないか検討しているという。

同病院は、他の医療機関で人工透析を受けている人の夜間透析も受け付けているが、「まず、現在受けている医療機関に相談を」としている。問い合わせは清水赤十字病院（0156・62・2533）へ。 平田幸嗣

提供：十勝毎日新聞社

新人紹介

—質問事項—

- ①氏名
- ②所属
- ③出身地
- ④ My hobby
- ⑤自分はどのような人間?
- ⑥抱負

- ①^{ふちせ めぐみ} 瀨 恵 ②看護部
- ③北海道 新ひだか町 ④だらだらすること
- ⑤めんどくさがりな人間
- ⑥自分の役割に応じた
目標を明確にして、
実施する。



- ①^{やまだ ひでたか} 山田 英孝 ②精神科・心療内科
- ③福岡県 柳川市 ④体を動かすこと、スポーツ観戦
- ⑤黙っていると息が詰まる
- ⑥健康だけが取り柄な
ので今の体力を維持
したい。
そのために頑張る。



- ①^{かくがわ りえこ} 角川 理恵子 ②リハビリテーション科
- ③北海道 本別町 ④子供達と遊ぶことです！鬼ごっこ、
レゴブロック、野球もやります！
- ⑤男の子3人を育てるママです。
毎日元気いっぱい頑張って
ます！声が大きいです！！
- ⑥患者さんの心に寄り添い、
一人一人に合った
リハビリを提供してい
きたいです。
清水町や近隣に住む皆
様のお役に立てたらと
思います。



- ①^{みやざき じゅんいち} 宮崎 潤一 ②会計課
- ③北海道 小清水町 ④熱気球、車、スノーモービル、
パソコン
- ⑤第1印象がめっちゃ悪
くて覚えられやすい人
- ⑥清水赤十字病院での
会計課業務を覚え、
把握して小清水での
経験を活かして、効
率化していきたい。



- ①^{あんぼ ねねか} 安保 寧々花 ②2階病棟
- ③北海道 音更町出身 浦河赤十字病院から来ました。
- ④映画観賞、旅行、寝ること、
食べること、お酒を飲むこと
- ⑤人見知りしてしまいま
す…話しかけてもらえ
るととてもうれしいです。
- ⑥早く病院、職員の方々、
患者さんに慣れて患者
さん中心の看護をして
いきたいです。
これからよろしく願
いします。



- ①^{ふじた ひろ} 藤田 寛 ②訪問看護ステーション
- ③北海道 旭川市 ④温泉めぐり、飲み歩き
- ⑤外見、動きはカワウソ系
中身は時々頑固
- ⑥一刻も早く仕事に慣れ、
人に慣れること。
多くの方に訪問看護
を知ってもらい利用
してもらうこと



- ①^{おかいたに こうき} 岡井谷 洸紀 ②3階病棟
- ③大阪府 堺市
- ④UFOキャッチャー、
ランニング
- ⑥立派な看護師になる



- ①^{みさや ゆいか} 笹谷 唯花 ②看護部(2F病棟)
 ③北海道 函館→札幌→帯広→釧路→江別と引っこしてきたのでたぶん江別市出身です。
 ④読書、筋トレ、勉強、料理、ごはん屋さんで大盛りを頼む。インドアもアウトドアも好きです！
 ⑤どこにいても、何をしても「楽しい〜!幸せだ〜!!」となっているタイプの間人です。
 ⑥優しく、強い、看護師になることが目標です。「笹谷さんがこの病院に来てくれてよかった!」と思ってもらえるように、常に学習する姿勢、感謝の気持ちと笑顔を大切に頑張ります! 宜しくお願いします!!



- ①^{すずき みう} 鈴木 美生 ②3階
 ③北海道 芽室町 ④友人とご飯を食べ話すこと
 ⑤明るく元気。よくしゃべる!!
 ⑥一人前の看護師となり患者さんが安心していただける看護を提供したい。



- ①^{みた ちひろ} 三田 千尋 ②透析室
 ③北海道 清水町 ④ご飯、お菓子を作って食べること、おいしいものを食べに行くこと、友だち等とおでかけしたりすること。
 ⑤人と話すことが好き。仲が良くなると、話が長くなってしまいがち(オチのない話しがちでよく言われます。)
 ⑥明るく元気に笑顔を保ち患者さんと関わって行きたいです!



- ①^{つねざわ ちなつ} 経澤 知夏 ②総務課 医事係
 ③北海道 釧路市 ④食事
 ⑤食べたらずぐ眠くなってしまいう牛のような人間です。
 ⑥長く勤めたいです。



- ①^{たかはし さあや} 高橋 沙綾 ②3階病棟
 ③北海道 清水町 ④ドライブ、電車の駅めぐり
 ⑤心配性な面もありますが…基本的には明るい性格だと思います。
 ⑥新人看護師の中では少々年齢を重ねているのでフレッシュさには欠けるかもしれませんが、心に寄り添える看護をモットーに笑顔で頑張りたいです。



- ①^{ひろた けいご} 廣田 恵吾 ②事務部
 ③北海道 清水町 ④スポーツ観戦、アイスホッケー、ラーメン屋巡り
 ⑤ラーメンマン
 ⑥毎日元気良く頑張ります。



- ①^{たかはし みく} 高橋 実久 ②2階病棟
 ③北海道 清水町 ④映画やドラマを見ること、猫と戯れる(猫アレルギーですが…)
 ⑤マイペースな人間
 ⑥人の心に寄り添える温かい看護師を目指します。宜しくお願いします。



- ①^{しんどう ゆうすけ} 進藤 雄亮 ②検査技術課
 ③北海道 旭川市 ④体をうごかすこと、カラオケ、ゲーム、マンガ等
 ⑤多趣味でなんでもやります。
 ⑥早く一人前の検査技師として働けるように仕事を覚えたいです。



皆さんこんにちは。地域医療連携室の看護師 稲葉文です。

2020年に北見赤十字病院から転勤してきました。北見では救急外来に勤務し、所属する院内委員会で災害対応に関する研修や訓練を企画・開催したり、有事の際には国内救護や国際救援に従事したりしていました。

実は2018年に赤十字フェスティバルの地域公開講座でお話させて頂いたこともあるんです。「Bangladesh南部避難民救援事業～人道的支援を継続するために～」というテーマで、国際救援活動の実際をご紹介しました。

私はBangladeshの避難民支援に1か月半、フィリピンの地域衛生活動に6か月派遣されたことがあります。どちらの活動も、普段と違う環境でつたない英語を駆使して、地域住民の生活を知り、困っていることを拾い上げ、私たちができることを探して支援につなげていくのが仕事です。大変ではありましたが、人種、文化や生活習慣の違いは色々あっても、看護師として自分がやるべきことは日本でも海外でも同じだと実感しました。

こんなバックグラウンドなので、「なんで清水に来たの?」と驚かれることも多いです。

皆さん当たり前すぎて気づかれていないのかもしれませんが、清水赤十字病院が取り組んでいる地域医療、在宅医療はすごく魅力的です!私もそれに惹かれてやってきました。

日本語で喋れないことは英語でも喋れません。同じように、日本でできないことは海外でもできないと思います。私は国際活動をする中で地域医療について知識や経験が足りないと痛感して、もっと勉強して経験を積みたいと思って清水にやってきました。

今はコロナ禍ということもあり、海外に派遣される機会は限られますが、外来や入院患者さんで外国人の方(英語なら…)がいればお手伝いできます。また、こうした広報活動国際救援活動のことを知ってもらうことも大きな役割の一つです。少しでも多くの方に興味を持っていただけたら嬉しいです。



帰国報告会



子どもに薬の説明をしている様子



Bangladeshで活動した仲間と



フィリピンにて子どもたちの手洗いイベント



検査の機器が新しくなりました！

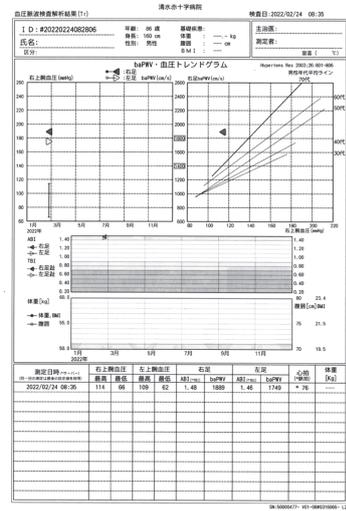
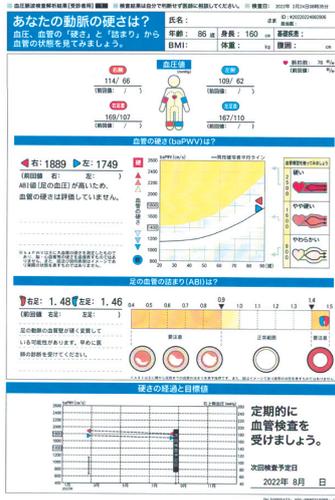
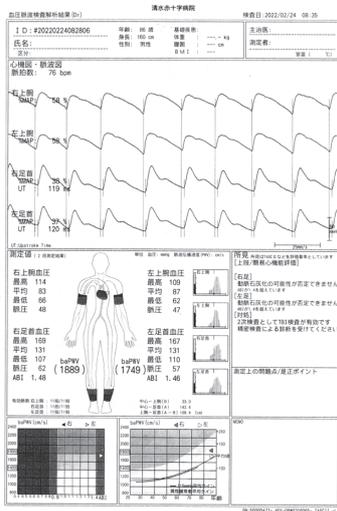
ABI (ankle brachial index : 足関節上腕血圧比)

血管の硬さと下肢動脈の血管の詰まりを測定する装置です。

検査方法に大きな変更はありませんが、検査レポートがカラー印刷となったほか、血管年齢が算出されるようになり、以前より検査結果が見やすくなりました。



ABI装置：フクダコーリン Form V



肺活量

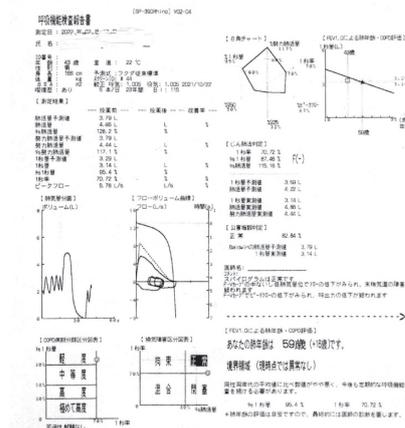
肺の機能を検査する装置です。

肺活量の検査ではしっかりと限界まで息を吸ったり、吐いたりできるかがとても重要です。

新しくなった機器では画面上にアニメーションが表示されるので息を吸ったり吐いたりするイメージができ、お年寄りや小児でも検査がわかりやすくなりました。



肺活量装置：フクダ電子 スパイロシフト SP-390 Rhino



食べて応援！清水町のグルメ紹介

栄養課
千葉 早苗

食べて応援！は職員有志がコロナ禍をきっかけに始めた、地元グルメのテイクアウトを通じた「食事作り負担軽減と地域応援の両立」を目指した取り組みです。10年後もその先も個性あふれる地元のお店で買い物や美味しい食事が楽しめますように。このコラムでは清水町の名物グルメを紹介します。

ナポリタン

@カフェダイニング サルビア

サルビアさんは、焼肉ハウスやボートができる池やパークゴルフ場などがある町民の憩いの場「清水公園」内に佇むお洒落なカフェ。今回紹介するのは、オリジナルソースが絡んだむっちり太麺を薄焼き卵で包んだオム・ナポリタン。粉チーズが入った優しい風味の薄焼き卵とナポリタンの相性は抜群です。店舗では熱々の鉄板で運ばれて来るそう。他にも地元の食材を使ったメニューが沢山あり、特にスキレットで焼かれたふわふわの「鉄板パンケーキ」や香り高い「カリアリコーヒー」は大人気です。テイクアウトも良いですが、お店の雰囲気も大きな窓から望む景色もとても素敵で癒されます。

営業時間11時～16時、金曜定休。



人事消息

医師派遣 福岡赤十字病院

1月4日 - 1月14日	井元 博文
1月17日 - 1月31日	原 彩乃
2月1日 - 2月14日	野間 彬仁
2月15日 - 2月28日	林田さゆり
3月1日 - 3月15日	山崎 章生
3月16日 - 4月17日	松田 圭央

臨床研修医 愛知医療センター 名古屋第二病院

1月11日 - 2月4日	鈴木 彬子
1月17日 - 2月10日	藤井 憲
1月24日 - 2月18日	石田みなみ
2月7日 - 3月4日	伊林 諒
2月7日 - 3月4日	服部 博貴
2月14日 - 3月11日	澁谷 泰紀

仙台赤十字病院

1月11日 - 1月28日 近澤 賢人

医学生 旭川医科大学

1月	2名
2月	2名
3月	2名

編集後記

編集後記を書くに差し当たって何を書いていいのか未だにわかりませんが、4月になり新卒さんがきたり、その前には退職の方もいたり出会いと別れの季節を目の当たりにしているわたくし。みなさんも感じているのでしょうか。最近特に趣味を見つけたく奮闘していますが、とりあえず料理を1週間試してみています。みなさんは趣味と違ってどう見つけていますか？

見つけ方とか何をしているかとかあったら是非とも教えてください。ちなみに飽き性です。

3階看護師 菅原 かれん

❖ 編集・発行責任者：上野 和久

❖ 編集委員長：首藤 竹司

❖ 発行元：清水赤十字病院

❖ 印刷：東洋株式会社

〒089-0195 北海道上川郡清水町南2条2丁目1番地 TEL 0156-62-2513 FAX 0156-62-4460

URL <https://www.shimizu.jrc.or.jp/> MAIL contact@shimizu.jrc.or.jp