

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。

2021年
4月
vol.20

ペケレベツ



院長新年度挨拶

新事務部長挨拶

DMAT研修における「ひまわり荘支援」の発表を経験して

新人紹介

漢方シリーズ

Female Staff Uniform Renewal!!

2020年度これまでの実習・研修受け入れ状況 Part. 4

人事消息

理念・基本方針

編集後記

撮影者：安保史織（ふきのとう）

撮影場所：清水町



院長新年度挨拶 北の国から2021”希望”

病院長
藤城 貴教

新入職員の皆さん、赤十字へそして清水赤十字病院へようこそ。

門出の春に”希望”とは至極ありきたりな題で始まりましたが、これには深い訳があります。皆さんがこれから従事する地域医療とはどのようなものか、時間をかけて考えていただく一助になればと思います。

去る3月24日、昭和の名優田中邦衛さん”邦さん”が亡くなられたことを4月2日にNHKが報じた。齢88歳、老衰による最期であったという。彼は1981年から2002年まで続いたテレビドラマシリーズ「北の国から」の主人公”黒板五郎”であった。

私は2000年4月に人事異動によりドラマの舞台となった富良野市へ赴任し1年間を過ごしたが、ロケ地を巡ったり、市内の飲食店に飾られている出演者の写真やサインを目にする度に、ドラマの中の世界に居るような錯覚にさえ陥ることがあった、当時の富良野はまだそんな所だった。翌年、旭川赤十字病院に転勤しまもなくロケのお手伝いの話が舞い込んだ、どうやら次に放送される「北の国から2002遺言」に内視鏡のシーンがあり、私が苦心して設計した前任地の内視鏡室が使われるらしいのだ。実はそれまで「北の国から」に特別な想いはなく、北海道ではよくある話くらいにしか感じてはいなかったのだが、実際の撮影現場、スタッフ、出演者特に田中邦衛さんに接するとその考えは一変した。撮影当日は早朝から夜遅くまで撮影が続いたが、同じシーンを様々なアングルで繰り返し撮るなか当時68歳の邦さんはスタッフに対し一言の不満も意見も発することなく、ただひたすら五郎を演じ続けた。そして周りのスタッフやエキストラ、協力者に疲労の色が見えると笑わせ、語りかけ、それとなく意見を聞き、その場の雰囲気や和ませたり盛り上げたり、とにかく包容力のある大きな人であった。昼食の時もみんなの中で一緒にカレーを食べ、たわいもないおしゃべりで周りを笑わせていたのが印象的だった。彼はプロの役者であるとともに、プロの”人間”であった。むろん私にとって殊更特別な一日であり、そこで見たものは今となっては邦さんからの”遺言”となってしまった。

我々は言うまでもなく地域医療に従事している。都会の医療を地域で同じように展開すればいいのではないかと、私自身13年前、清水町に赴任した時そう思っていた。しかし、国際医療救援活動を通じて世界の地域医療の崩壊を目の当たりにしてきた今は少し違う。

人間には生活があり、生業があり、家族があり、そして一定の秩序を保ちながら集団を形成して共生している。”医療を担う地域住民”としての我々はこれらを脅かす全ての要因に対する防波堤としての責任がある。プロフェッショナルとしてのわれわれには”ヒット・アンド・アウェイ”ではなく”ヒット・アンド・ステイ”が求められている。

この3月、極端な医師不足に陥った当院は”医療を担う地域住民”に助けられた 皮肉にも、無責任に立ち去る医師ではなく地域住民こそが自ら医療を守ることが示されたのである。新入職員の力を得てこれからも”小さな病院の ひたむきな医療活動”が続くことを強く願ってやまない 医療の終焉は”地域の終焉”に他ならないのであるから。

”この作品で 書きたかったのは 中央ではなく 片隅で生きる 小さな一家の ひたむきな人生”

倉本聰(北の国から 脚本家)



着任ご挨拶

事務部長
上野 和久

本年4月1日付けで清水赤十字病院事務部長を拝命しました上野和久と申します。雄大な日高山脈の山並みが連なる新地に赴き、病院の果たすべき役割に対し、あらためて身の引き締まる思いの中、赤十字職員として病院・地域に貢献できるよう誠心誠意取り組む所存でございます。

さて、医療を取り巻く環境は、少子・超高齢社会の到来がすぐ目の前に迫るなか、昨年よりCOVID-19による肺炎が世界中に蔓延し、社会の様々な動きに制限がかかり、経済そして病院体制にも大きな影響を及ぼしております。

当院でも本来の病院業務プラスCOVID-19対応と、病院職員は常に神経を研ぎ澄ませながらの業務体制をとらざるを得ない状況にあります。今後も続くであろう先の見えない緊急事態状況の中、院長、看護部長を中心に職員一人一人が更に”ONE TEAM”となって病院の組織力を高めていかなければならないと認識しております。そのためにも、すべては患者さんのために、地域のために、そして職員が末永く勤めたいと思える病院づくりのために、大変微力ではございますが注力して参りたいと強く思っております。

清水赤十字病院は今年創立から76年を迎えます。長い歴史の積み重ねから現在の病院があるわけですが、これはひとえに地域の医療施設・福祉施設、各自治体・各団体そして地域の皆様のご理解、ご協力があったることと深く感謝申し上げます。今後とも更なるご理解、ご協力を賜りますよう心よりお願い申し上げます。

最後になりますが、新米事務部長でございます、どうか今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



DMAT研修における「ひまわり荘支援」の発表を経験して

看護部長
大沼 まゆみ

2021年2月初旬 院長より2月23日DMAT訓練でひまわり荘支援内容の発表ができないかとの突然の依頼に原稿の作成を始め、院長や職員に予演会で意見をもらい、原稿を修正して望んだ。

発表当日、帯広厚生病院に院長・職員ともに到着。厳重な感染対策をくぐり講演会場に入った。会場は密を避け、飛沫感染防止策が徹底されていた。

DMAT訓練の研修は、講演と机上訓練の2部構成。

まず、藤城院長が災害医療の原則(CSCATTT)とひまわり荘支援の概略を講演、次に支援の実際として発表した。予演会のおかげで、発表はさほど緊張もせず時間内に終了することができた。質問もあり活動内容は伝わったのかもよかったのも束の間、十勝管内での集合・Web研修と思っていたが、全国規模の研修だったとあとから気がつき落ち込んだ。

机上訓練の参加者は医師、看護師、保健師、放射線技師、薬剤師、事務など様々。

クラスターの発生した病院にDMATが医療支援に入るという想定で、ゾーニングや入院・戻り動線・寛解の予測、物品の在庫管理、人の配置などグループワークと発表を行った。

他職種との意見交換は非常に楽しく時間が経つのも忘れ、新しい知見も発見できた。

今回の発表は短期決戦であったが、藤城院長や職員の支えにより発表できたと感謝している。



新人紹介

Q. お名前

うえ の かず ひさ

上野和久

Q. 所属部署

事務部

Q. 出身地

焼肉の街 北見

Q. My hobby

行けてないですが、湖・溪流釣り

Q. 自分はどういう人間?

人見知りなので気軽にお声がけ下さい

Q. 抱負

みなさんとのチームワークとコミュニケーションを深める



Q. お名前

おお かた

大方ひろみ

Q. 所属部署

看護部 外来

Q. 出身地

本別→帯広→芽室

Q. My hobby

サッカー観戦、食べ歩き、お酒を飲む、愛猫に癒される

Q. 自分はどういう人間?

日々ベイマックス化していく体に戸惑う、愛猫の黒猫「つな」大好き猫おばさんです。

Q. 抱負

リンパマッサージを続けていける場をいただき嬉しく思います。リンパ浮腫の患者さんのサポートをしながら、少しずつ仕事を覚えて地域の皆様に貢献できるよう頑張ります。医療リンパマッサージを体験したい方はいつでもどうぞ!!



Q. お名前

あ べ わか き

阿部若樹

Q. 所属部署

リハビリテーション

技術課

Q. 出身地

埼玉県さいたま市

Q. My hobby

中古車屋さん巡り!?

Q. 自分はどういう人間?

意外に直感派です

Q. 抱負

少しずつ慣れて、OTとしてお役に立てればと思います



ハシビロコウ:
ほとんど動かない鳥

Q. お名前

さ さ だ ひろ と

笹田裕人

Q. 所属部署

事務部 会計課

Q. 出身地

宮城県仙台市

Q. My hobby

食べ歩き、ダイエット

(日々その狭間で生きております)

Q. 自分はどういう人間?

ビール好きのハシビロコウ

(天変地異には、一番先に死にそうな位、のんびりしてる)

Q. 抱負

地域の皆様が安心して受診できるよう丁寧な対応を心掛けます。





Q. お名前

すが わら いち か

菅原一花

Q. 所属部署

事務部 総務課

Q. 出身地

清水町

Q. My hobby

旅行、映画を見る

Q. 自分はどういう人間?

仲良くなったら

おしゃべりさん

Q. 抱負

・お金をためて また東京に住みたい

・保育の学校に行く!



Q. お名前

やました あや

山下 紬

Q. 所属部署

看護部 2階病棟

Q. 出身地

北海道北見市

Q. My hobby

ゲーム

Q. 自分はどういう人間?

負けず嫌いなナマケモノ

Q. 抱負

看護技術を身につけるのはもちろん、患者さんの気持ちに少しでも寄り添いたいです!



Q. お名前

に き ゆう ご

仁木祐吾

Q. 所属部署

検査技術課

Q. 出身地

北海道旭川市

Q. My hobby

音楽鑑賞、

観葉植物、

写真、服、

読書が好きです

Q. 自分はどういう人間?

几帳面

Q. 抱負

まずは職場の雰囲気慣れ、仕事を沢山

覚えることで病院の力になれるよう頑

張りたいです



Q. お名前

こいずみ ゆう か

小泉憂佳

Q. 所属部署

看護部 3階病棟

Q. 出身地

北海道十勝清水町

Q. My hobby

バレーボール、映画鑑賞

Q. 自分はどういう人間?

ナマケモノ!

家では“ひもの”のようになってます。

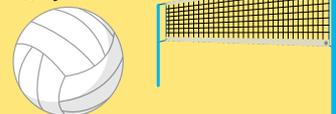
楽しむことが大好きです。

Q. 抱負

私も楽しく、

患者さんも楽しく良い生活ができる

ようにしたいです!





外来で冷えや火照りを訴える患者さんは多い。統計は取った訳ではないが、中年以降の女性に多いように思うが、男性にも結構おられる。

冷えを強く訴える患者さんの手足に触れても特別冷たいと感じないことも多い。下半身は氷の風呂に入った様だと訴え、上半身は火照ると言う訴えもよくある。触れても感じることは少なく体温計でも正常ということが少なくない。

このような場合、西洋医学でのアプローチは難しい。解熱剤を火照りの人には処方できない。なぜなら下半身は冷たいと言っているのだから。

冷えの分類というのがある。

- ① 一次性的(と言うか本態性?)
- ② 二次性的の冷え

②は例えば、山林労働者のチェンソー等によるレイノー症候群あるいは、膠原病(強皮症等々)である。これはまた治療がなかなか難しいし、これによる冷え、冷たいという訴えは原疾患の治療が優先される。漢方の出番は限られる。

問題は①の方である。

漢方での冷えの分類というのは前述のもの以外にも幾つかあり

- A 全身の冷え
- B 胃腸機能の低下による冷え
- C 瘀血(オケツ：血液の粘りが高くなり、流れにくくなっていくこと)による冷え
- D 冷え+のぼせ

しかし、A~Dのみで言い尽くされるわけではないが患者さんの相談に乗る時の参考にはなる。

Aの全身の冷えというのは、ある意味分りやすく新陳代謝が低下して顔の血色も悪く、触ってもあまり温か身は感じられない。こういう人には附子(ブシ：トリカブト)の入った薬剤の効きやすい方である。

Bは、胃の働きが落ちていわゆる胃下垂傾向のある人で、多くはやせ形でありいわゆる生気の乏しい人である。こういう人にはまず消化機能の改善を図り冷えを結果的に良くするというので、生薬は、人参 乾姜(乾燥した生姜) 生姜 呉茱萸(ゴシュユ：大変苦い)を用いることが多い。またこういう病態には水毒があるとみてこれの修復に効く朮(ジュツ) 茯苓(ブクリョウ(←前回の「眩暈と漢方」を参照))を入れることが多い。

水毒とは、水の異常であり症状としては 浮腫 頭痛 眩暈 尿量が多すぎたり少なすぎたりする。

なお、水は「スイ」と読み血液以外の体液のことを一般的には指す。この考え方で面白いのは冷えが胃腸と関係があるということである。

Cは瘀血と関係のある冷えで、西洋医学的には微小循環障害 凝固線溶系(血小板止血→フィブリン血栓止血→血栓除去)の異常と関係があると思われる。

手足の冷えを訴えることが多く、体の線の細い人には漢方では駆瘀血剤(クオケツザイ)が効く。

要するに瘀血の改善を図る、当帰(トウキ)川芎(センキュウ)などが入っているもので温める。しかしこれが、体格 体質の丈夫な人には 桃仁(トウニン)牡丹皮(ポタンピ)の入ったものが使われるが、こういう人は面白いことにほてりを同時に訴えることが多い。今のところどうして冷えとほてりが同時にあるのかはよく分らないがそれに対して漢方には処方する薬がある。

さてこの 冷え のぼせ だが漢方では「気」と言うものと関係なしでいると考える。この状態は 気逆 という血管運動神経の異常と思われるがよく分らない。ところがこれには 桂枝(ケイシ：ニッキ、シナモンの事)の入っている漢方が効くということでは分かっている。

さて、実際に冷えにはどういう処方が選ばれているのだろうか？
次号、その具体的な処方について記してみたいと思う。



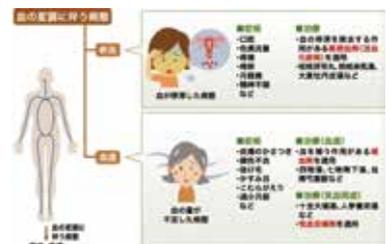
レイノー症候群



瘀血とは(クラシエ提供)



附子(ブシ：ツムラ提供)



血の変調(ツムラ提供)



食べて応援！エシカル消費に賛同してね♡

栄養課
千葉 早苗

今年1月からテイクアウト事業「食べて応援！」を始めました。



これは、新型コロナウイルスの流行により職員の業務負担が増えたり外食の機会が減ったりする中で、帰宅後の食事作りの負担軽減と清水町内の飲食店への貢献の両立を目指した取り組みです。

皆さんはエシカル消費という言葉を知っていますか？(覚えてた言葉は早速使いたいワタクシです。)



この言葉は、地域の活性化や雇用なども含む、人や社会・環境に配慮した消費行動のことを意味します。頑張ってる後は、美味しい地元のグルメを食べて、家事をラクして、町を応援しましょう！

開始準備から運営にかけて院長や看護部長からは適切な助言やサポートを、職員からは注文の取りまとめを等々、協力をして頂いています。また、各飲食店様には、色々な相談に乗って頂いたり時にはドリンクのサービスを頂いたりもしています。厳しさ？や優しさと共に続けられていることを、感謝を込めて申し添えます。

食べて応援！は病院内で働いている方は誰でも注文できます♡自分へのご褒美や友達・家族へのお土産に是非♪ご注文をお待ちしています♡

Female staff uniform Renewal !!



女子職員旧制服



女子職員新制服

当院の女性事務職員の制服が一新されました！

以前のタイプより洗練され、CAかと見間違ふ？様な感じに仕上がりました！！

2020年度これまでの実習・研修受け入れ状況 Part.4

地域医療研修(研修医)

名古屋第二赤十字病院

渋谷 英太郎 医師(1/11~2/7)

近藤 遼太 医師(2/8~3/7)

人事消息

【採用】よろしくお願ひします。

令和3年4月1日	外科部長	小窪正樹
令和3年4月1日	看護師	山下絢
令和3年4月1日	看護師	小泉憂佳
令和3年4月1日	看護師	大方ひろみ
令和3年4月1日	臨床検査技師	仁木祐吾
令和3年4月1日	作業療法士	阿部若樹
令和3年4月1日	主事	笹田裕人

【転入】

令和3年4月1日	事務部長	上野和久
----------	------	------

【出向】

令和3年3月31日	総務課長	大川浩二
-----------	------	------

【退職】お疲れ様でした。

令和3年3月31日	消化器内科部長	川村雄剛
令和3年3月31日	看護師	菅原夏実
令和3年3月31日	看護師	中尾夏子
令和3年3月31日	看護師	藤澤光
令和3年3月31日	看護助手	國吉尚子
令和3年3月31日	主事	河原里帆

【出産】おめでとうございます。

令和3年2月19日	看護師	稲葉文
	主事	稲葉祥平
令和3年4月2日	臨床工学技士	山本悦子

■ 理 念

赤十字の理想とする人道・博愛の精神にもとづき、よりよい医療を提供し、地域の利用者に信頼される病院をめざしています。

■ 基 本 方 針

1. 地域医療の推進と救急医療の充実に努めます。
2. 患者・利用者の権利を守り、その意思を尊重した医療を行います。
3. 地域住民の健康増進と疾病予防に努めます。
4. 清潔・快適で、やすらぎのある環境づくりに努めます。
5. 常に研鑽を重ね、資質・技術の向上に努めます。

編集後記

新緑の候、心地よい季節となってきました。コロナウイルスが蔓延する中ですが、私たち職員の2回目のコロナワクチン接種も無事終了しました。5月以降には多くの高齢者の方々にワクチンが接種されていることでしょう。しかし、従来株よりも感染力が強い変異株が国内でも継続的に確認されています。感染防止対策の徹底はもちろんですが、ストレスをため込まずにできるだけ笑顔で過ごす事も免疫力アップに良いといわれています。家庭菜園が趣味の私は免疫力を少しでも高めるよう、トマト、ニンジン、ネギ、春菊などを作ってみようと意気込んでおります。土を触る行動は心を安定させるセロトニンの分泌を活発にしてくれる効果もあるそうです。本号の発行で、2年間の活動が終了となり、次号より新メンバーとなります。取材原稿作成にご協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

外来看護師 中田直美

❖ 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