

2	医療今昔物語/循環器科 6 深谷部長
2	私の流儀 1 山崎主任部長
3	キラリと光る看護 酒井救急看護 CN
3	私の趣味 佐伯 Ns
3	「泡、このすばらしきもの」 近森理事長
4	第103回地域医療講演会 筒井部長
4	第104回地域医療講演会 深谷部長
5	ザ・RINSYO 5 臨床検査部 古田主任
5	ハッスル研修医 菅根研修医
5	院外エッセイ 池上光風さん
6	R-1 グランプリ 古曾部研修医
6	特別寄稿 沼敬さん
7	出張報告 今西主任
7	熱烈応援 山中主任
8	こだわりヘルシー美食 30 川添管理部長
9	人物ルポ 山村伸枝薬劑師
9	リレーエッセイ 竹内 Ns
10	「そと」 遠足

NST10周年記念

日本メディカルダイエティション研究会 (JMDS2012) と近森病院 NST10 周年記念講演会が9月22、23日の両日、近森病院で開催されました。

近森病院臨床栄養部
部長 宮澤 靖



大会長挨拶にて
パネルディスカッション

2003年7月1日、高知県では初となるNST(栄養サポートチーム)が近森病院に誕生いたしました。その当時は、現在のように「NST加算」もなく「NSTって何?」という時代でありました。当時は一人の管理栄養士が2~3病棟を掛け持ちしておりましたので、処置患者数が少なく、他職種の皆様にご迷惑をおかけしたと思っております。

2005年4月には集中治療棟のNSTカンファレンスが週に2回開催されるようになり、2007年3月には、休祝日の管理栄養士出勤体制が整い、2008年10月に近森病院において全病棟に管理栄養士を配置する体制が整いました。

NSTは、この10年間に19,042名(平成24年3月31日まで)の患者さんの栄養サポートをさせていただきました。この症例数は全国でもずば抜けて多い数字であり、多くの医療スタッフに支えてもらいながら、ここまでできるようになりました。近年では、近森病院NSTの名前が広く浸透し、見学者を多く受け入れることができるようになり、高いご評価をいただいております。

近森病院のNSTの特徴は次の5項目として挙げる事ができます。

1. 全科、全患者型の予防型NSTである。
2. 早期に経口・経腸栄養を開始すべきと考える。
3. 全病棟で、管理栄養士と担当医、看護師が毎日低栄養の患者さんに対応し、また、管理栄養士が休祝日も出勤、夜間呼び出し体制をとっている。
4. 管理栄養士も、病歴や全身所見、画像、検査所見から、病態把握ができるように努めている。



5. 栄養サポートの最終目標は、骨格筋を作ることであり、栄養を投与し、身体を動かし、筋肉をつけることが必要になるためリハスタッフと連携を強化している。

今回、10周年を迎えることができたのも、多くの他部署の皆様のご支援とご理解の賜物と深く感謝しており、この紙面をお借りしてお礼申し上げます。



JMDS2012in Kochi の会場の様子

す。10周年は一通過点であり、最終目標は「日常病棟活動に取り込まれること」であると思っています。「あなたの栄養、私たちが守ります!」。どうぞこれからもご支援をお願いいたします。
みやざわ やすし

メディカルスタッフ・ワークウェア 5 臨床工学部 (HD、CS、CE チーム)

CS チーム モデル: 豊永 哲郎
ガラスバッジ
Chikamori Hospital
cardiac support team
CSの背中への文字



臨床工学部は、職能別にユニフォームが分かれています。今回は、①透析室②急性期CE③CSの3チームを紹介する。透析(HD)は臨床工学部の元祖であり、ここで全身管理を学ぶ。血液暴露に備え、汚れを目立たせる白いユニフォームを採用。急性期CEは緊急OPEにすばやく対応できるよう着脱しやすいユニフォームであり、CSチームは、放射線防護、防護めがね、キャップ等を付けるため、暑さ対策に薄手である。機能を分化させたスペシャル集団といえる。因みにCSチームは、発足とともにユニフォームを新調。前月号の整形外科より早かった!と自負している。

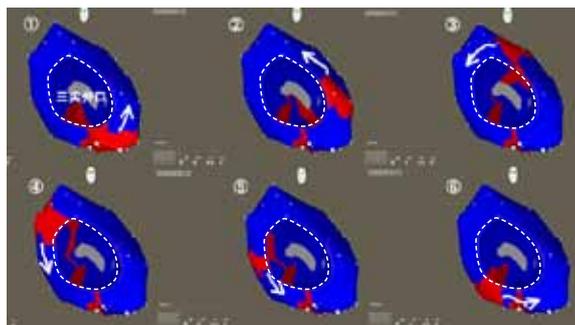
HD チーム
モデル: 矢野 智行

CE チーム モデル: 宮川 修平

図は電極カテーテルからの位置情報と電位情報を処理して3次元画像化した心房粗動で、判りやすく動画作化したものを6分割して図に示した。

不整脈 (後編)

近森病院循環器内科
部長 深谷 真彦



不整脈の診断のための検査が、臨床の現場には心電図しかなかった時代に医師になった。しかし、この頃から不整脈の診断法の新しい展開が始まりつつあった。当時の私はまるで病棟の虫のようで、患者さんの側で新米臨床医として日夜頑張っていたのでまだ知らなかったが、後年の臨床心臓電気生理学的検査の基本となる方法がはじめていた。これらの中で電極カテーテルを右心室に挿入してヒス束電位図を記録する方法 (Scherlag 先生が 1969 年に

臨床例発表、筆者は 1972 年春に記録成功) は、以後の臨床心臓電気生理検査 (EPS) を飛躍的に発展させる発端となった。

EPS は、心臓内の複数の要所に電極カテーテルを挿入して心腔内の局所電位を記録しながら、心房や心室のいろいろな部位から系統的に任意のプログラムの電気刺激 (ペーシング) を行って、心臓の電気的性質を調べたり、不整脈の誘発や停止をして機序を調べたりする検査法である。不整脈の確定診

断をして治療方針を決めたり、効率的な薬物療法のためなどに行われた。この EPS の発展によっていろいろな頻拍性不整脈のメカニズムが明らかになり、心電図時代の考察が確かめられたりした。現在の高周波カテーテル・アブレーション治療 (RFCA) は、まさにこの EPS あればこそ現れた治療法である。

その後の不整脈学の進歩とこれに伴う臨床の現場 (診療) の大きな発展については、専門的になるので省略する。学問として考察されたことが証明され、そのことによって基礎医学領域の様々な研究が深化し、その成果が単に学問的成果にとどまらずに臨床医学に還元されるという循環を繰り返しながら、発展している。そしてこの急速な進歩にコンピューターの果たす役割は大きい。現在、診療現場で使用されている種々の機器の中で、電気解剖学的な 3 次元画像作成システムを紹介して本稿を終わることにする。

判りやすくするために頻拍性不整脈の一つの心房粗動を例にとる。この心房粗動は、右心房と右心室の間にある三尖弁という弁の周囲を毎分約 300 回の速さで電気的興奮が旋回する不整脈である。何十年来の研究の積み重ねがあったが、目には見えない電気の通り道を詳しく把握することが困難なために、近年まで真の姿がなかなか判らなかった。しかし、現在は 3 次元画像作成システムを用いると、カテーテル検査室で簡単に視覚化できる (図)。この画像をみると RFCA 法で通電して興奮旋回を絶って、粗動を根治する標的部位が明瞭に判る。

心電図や複雑な心腔内電位図を解析しなくても視覚的に 3 次元画像をみることが出来る時代になろうとは、私の若い頃には想像もできなかった。当時有力な説であったものが証明され、さらに根治できる時代になっているのである。

ふかたに まさひろ

今から 35 年前の昭和 51 年天理よろづ相談所病院の研修医が私の医者人生のスタートでした。いま時の若い先生には信じられないと思いますが、当時検査と言えば検血・検尿、レントゲン写真、心電図、心音図などしかなく、もっ

— 私の流儀 — 1

手で覚える研修スタイル



近森病院神経内科
主任部長
やまさき まさひろ
山崎 正博

を勤めてゆくスタイルです。検査手段が少ない分、病歴と診察所見から情報を集める能力を養うため触診、聴診、打診、視診など五感を活用して情報を集めるわけです。また血液生化学検査の読み方の指導は徹底しており、グラフを書いてその推移と患者の状態がつかめるように指導され、レントゲン検査や心電図はすべてスケッチして所見を記載させられました。手で覚える研修生活 5 年間でした。

時代は変わって今のカルテはコピー (コピー&ペースト) の時代です。カルテは綺麗ですが診療技術は身につくでしょうか、心配しています。手仕事の大切さについては本田技研社長であった本田宗一郎著の『私の手が語る』という本があります。

例えば同じ胸痛が主訴でも若年者が歩いて受診した場合、胸膜炎、気胸、肋間神経痛など頻度順に考え、高齢者が救急搬送された場合は急性心筋梗塞、大動脈解離、肺塞栓症など致命的順に鑑別

11月の歳時記

近森リハビリテーション病院
言語療法科言語聴覚士 岡崎 茜



サザンカ

「サザンカ、サザンカ、咲いた道♪」と童謡の一節にある様に、道々にサザンカが咲き誇る時期になりました。ここで豆知識！サザンカと椿の見分け方って知っていますか？散り方が違っていて椿は全部一緒に花が落ちますが、サザンカは花びらが一枚ずつ落ちるそうです。花が咲いている時も綺麗ですが、花が散っている時にも注目してみましょう。 おかざき あかね



絵・総務課
広報担当
公文幸子

重症化させないケア

—ファーストエイド実技コースの開催—

近森病院救命救急センター

救急看護認定看護師 酒井 由夏



当院ではERや集中部門を中心に約30名がファーストエイドナースとして救急看護学会から認定されています。ファーストエイドナースとは急性症状の対応に優れたナースのことで、時と場所を問わず発生する救急や急変時に、患者さんの全体像を的確に把握

しアセスメントすることで、その患者さんに応じた適切な緊急・救命処置を行います。

ERでの急性症状対応はもちろんですが、入院中の患者さんのちょっとした変化や訴えに対してアセスメントを行い、緊急・重症度を判断し、それに応じた対応を行うこともファーストエイドナースの役割になります。

このような「ちょっとした変化」や「なにかおかしい」と思うナースの直感を、根拠に基づきアセスメントを行い、さらにそれに必要な処置・ケアができるようになるように「ファーストエイド実技コース」は構成されています。コースでは「胸がなんかおかしい」と訴えた患者さんに対し、フィジカル

アセスメントや問診などでまず致命的疾患を否定し、どのような疾患が考えられ、それにはどのようなケアや検査が必要かを判断し、医師にどのように報告すれば適切なのかを実技を通し学んでいきます。

このように「重症化させない看護を提供すること」も救急にかかわる看護師の役割だと考えています。「なにかおかしい」と思える看護師の直感を、根拠に基づいて今提供しなければならぬ看護はなにか？を瞬時に考え実践できるようなナースの育成を目指し、このコースを続けていきたいと思っています。 さかい ゆか

このコースは、救急看護学会よりインストとして承認を受けた当院の救急看護認定看護師2名が講師になり、2か月に1回開催しています。受講者は看護職ならどなたでも歓迎しています。

私の趣味 音楽の素晴らしさ

～鏡野吹奏楽団での活動～

近森リハビリテーション病院
4階西病棟看護師

佐伯 加奈



5年前から地元の市民吹奏楽団に入って活動しています。中学時代吹奏楽部でコントラバスをやっていましたが、以来12年間のブランクを経て楽団の指揮者であり当時の顧問の先生から声がかかり再び始めることとなりました。

私の所属する吹奏楽団は学生から社会人まで年齢も職業も様々で団員皆が集まるのが難しい中、週1回の練習を重ね、吹奏楽コンクールや定期演奏会、その他いろいろな演奏会に出演しています。部活動としてやっていた中学時代とは違い、趣味として活動している今は自分の楽器も手に入れ吹奏楽の面白さ、素晴らしさを実感しながら練習をしています。

演奏する楽しさもさることながら、演奏を聴きに來てくださる多くの人の心を幸せにし感動を与えることのできる音楽は、私の一生の趣味でありこれからも大切にしたい宝物でもあります。皆様もぜひ機会があれば演奏会に足を運んでみませんか？

さえき かな

泡、このすばらしきもの



近森 正幸

シャンパンはどうして「あの繊細な泡がいつまでも湧いて出てくるのだろうか」、これまでずっと不思議でなかった。あたりまえすぎて本にも書かれていなかった。今年の夏休みを利用して、そんな疑問を抱いたままシャンパーニュ地方に行ってきた。

この地方の中心都市であるランスの南側には広大な丘陵地があって、その周辺の斜面に葡萄畑が広がっている。この地方の葡萄はピノ・ノワール、ピノ・ムニエ、そしてシャルドネの三種で、シャンパーニュだけ黒葡萄から白ワインを作っている。

モエ・エ・シャンドンの地下倉庫は、チョークのような水分を含んだ石灰質の洞窟で、一次発酵が終わり瓶詰めさ

れたワインが何kmにもわたり長い年月寝かされていた。この瓶内発酵で、添加された天然酵母と周辺の畑でつくられたビート（砂糖大根）の糖分が、アルコールと炭酸ガスに変化する。

シャンパンで最も特徴的な製造工程がルミューージュといわれるもので、瓶を斜め逆さにして、ワインが炭酸ガスとアルコールに分解する際できる澱を瓶の口に集める作業を行う。この瓶の口を凍らして栓を抜くと、内圧で凍った澱が飛び出してくる。この瞬間を利用して「門出のリキュール」と呼ばれる糖分を混入させてコルクですばやく栓をする。とはいってもこの澱抜きの際にガスも瓶の外に出てしまうと、モエのガイドに尋ねると、「ワインに炭酸ガスがとけ込んでいる」と、事もなげに聞かされ、永年の疑問が氷解した。

ランスとその南のエベルネ周辺のワイン畑をまわって、白亜の石灰質の広大な土地や土、製法を見て、初めてシャンパンを理解することができた。人も、人が作り出す文化もそうだが、シャンパーニュ地方という気候風土がその土地のシャンパンという不思議な飲み物を作り出すのだと、改めて思った。

理事長・ちかもり まさゆき

第 103 回地域医療講演会

講演中の平田純生先生

慢性腎臓病 (CKD) 患者の
薬物適正使用近森病院薬剤部
部長 筒井 由佳

講師の平田純生先生 (左) と筆者



第 103 回の地域医療講演会は熊本大学薬学部教授の平田純生先生をお招きし、「慢性腎臓病 (CKD) 患者の薬物適正使用」と題して講演いただきました。

CKD の薬物療法に関する多数の著書があり、日本腎臓病薬物療法学会の理事長でもある先生のお話が聞けるとあって、院内・外から薬剤師 105 名

が参加、2 時間近い講演となりました。

近森会グループでは、腎機能の低下した患者さんに、より安全に治療を受けていただけるよう院外処方箋左の情報用紙へ腎機能検査値を印字する取り組みを進めています。講演のなかで、先生からこの取り組みを高く評価していただき大きな励みとなりました。

講演会終了後のアンケートでもすべ

での回答者が「院外処方箋への腎機能印字は必要」と回答。「最適な薬物療法に貢献できる」「当院でも前向きに検討したい」といった意見が聞かれました。

今回、薬物適正使用のために薬剤師のできることを、今やるべきことについて学び、共通した認識を持つ事ができたと思います。 つつい ゆか

第 104 回地域医療講演会

心室頻拍アップデート
メカニズムと最新の治療法近森病院循環器内科
部長 深谷 眞彦

お願いしました。いろいろな心室頻拍について詳しく解説いただき、ビジュアルな 3 次元画像の実例も呈示しながら最新の知見にも触れ、また、治療にいたる

第 104 回の地域医療講演会は講師に東海大学医学部附属八王子病院循環器内科教授の小林義典先生をお迎えして、心室頻拍アップデート：メカニズムと最新の治療法についてお話いただきました。

心室頻拍は、心室性の頻拍性不整脈の中の代表的な不整脈であり、一般的には重症の不整脈ですので命に直結す

ることがあり、積極的な治療の対象になります。

不整脈の非薬物治療のうち高周波カテテルアブレーションは、不整脈の根治を目的とすることが多いのですが、治療標的となり得る心室頻拍はそのよい適応となります。小林義典先生は、特にこの心室頻拍の診断と治療の分野にご造詣が深いことからご講演を

までの具体的な話もありました。医師のみならず、多くのメディカルスタッフの方々にも参加していただきました。勉強になったことと思います。小林先生有難うございました。

ふかたに まさひこ

お知らせ 医療従事者対象

- ◆公益財団法人医療機能評価機構
認定病院患者安全推進協議会
平成 24 年度第 1 回地域フォーラム
in 高知「チームで支える地域医療」
日時：平成 24 年 11 月 10 日 (土)
10:00 ~ 17:00
会場：近森病院管理棟会議室ほか
(病院見学会／基調講演／
パネルディスカッション) 等
- ◆高知中央医療圏脳卒中地域連携パス
第 20 回 (2012 年度第 3 回) 合同会合
日時：平成 24 年 12 月 16 日 (日)
9:00 ~ 12:00
会場：総合あんしんセンター 3 階大会議室
・症例検討報告会 2 例
・講演会「パスを用いたカイゼン活動
ー見える化と現地現物ー」
講師 トヨタ記念病院形成外科部長
岡本泰岳先生

ワイン講座 ● 5

◀お勧めワイン：マディラン (シャトー・ブスカッセ) この地特有の品種と国際品種のブレンド、複雑で濃縮感のある味わい。



規格ですが、1980 年代頃から、次第に AOC 規格の上質なワインが造られるよう

フランス南西地方

になりました。その代表的なワインは、黒いワインと称されるカオール、土着品種で造られるマディラン、そしてジュランソン、ガイヤックなどいくつかの地域に分かれており、気候風土、ぶどう品種が多彩で、白、赤、ロゼ、貴腐ワインと造られ、個性的でありながらコストパフォーマンスの高いワインが数多く産出されています。

フランスで造られるブランデーの双壁アルマニャックもこの地方で造られています。また、フォアグラやトリュフなど高級食材の産地でもあります。

鬼田 知明 (有限会社鬼田酒店代表)

病棟、早朝採血

近森病院臨床検査部
臨床検査技師主任

古田 博美



2011年10月より、臨床検査技師が病棟(旧4W→現在病棟5B)採血

ハッスル研修医

社会人そして医師として、
半年たって



初期研修医
菅根 裕紀

研修が始まって半年がたち仕事に慣れてきた反面、任されることも増えてきて気の抜けない、そして充実した毎日を送っています。最初は何もできなかった自分が、ここまで頑張ってきたのは近森で出会った全ての人たちのおかげだと思っています。本当に近森に就職してよかったと思っています。

大学時代はサッカー部でゴールキーパーでした。実は一度ボールを殴って骨折して近森で手術してもらっています。「ボールを殴って骨折した人は初めて」といわれたのを覚えています。骨が弱いです。病棟では声をかける際はあまり強く叩かないようよろしくお願いします。

大学6年の時のeGFRが約65、尿酸値が7.8でなぜか正球性貧血であったと記憶しています。腎臓が悪いです。病棟でいきなり痛みが起きたら多分、痛風発作ですのでそっとロキソニンを渡してください。

色々ボロボロですが、精一杯がんばっていきたいと思いますのでよろしくお願いします。

すがね ひろき

を行うようになり、ちょうど1年ほどが経ちました。

病棟看護師の早朝業務の軽減を目的とし、一病棟の早朝採血が始まりました。検査部の当直者2名が、早朝5時頃から病棟にあがって採血を行なっています。

日頃は、外来にいられた患者さんの

採血を行なっていますが、まだ薄暗い中、病棟に入院されている患者さんのベッドサイドへ出向いての採血は、外来採血とは勝手がちがいが、戸惑うことも多々あります。

通常は腕の静脈からの採血となりますが、血管が分かりづらいなどの採血しづらい患者さんでは、足の静脈から採血することもあります。

また、休日明けなどの採血者数が多い日は、看護師と共に、お互い協力し合って、採血業務を行なっています。

早朝採血では、患者さんにご協力いただきますが、今後ともよろしくお願ひします。

ふるた ひろみ

院外エッセイ

合い言葉は「たのしみま書」

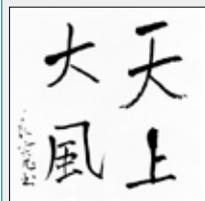
池上 光風 ●日本書法院理事長。日本電気(株)を経て、平成12年「多摩書道研究会」を設立、『毛筆字典』を上梓(2007.06)。「表装の恵美堂」及び月刊書道誌『書光』編集事業を手がける



書は「言葉を書く」芸術です。「書く」は、筆記具のみでなく、釘で搔く、刃物で欠く、絵を描くなどの表現を生む全ての出来事を含んでいます。カルチュアは農夫が土を「搔く=耕す」意のカルチベイトが語源であることから連想できそうです。

書展を訪れる人々から時折「書は絵に比べて敷居が高い」といわれます。「書は人なり」などといわれてもよく判らない。ならば書を理解するのはひとまず措いて、味わってはいかがでしょう。ここに有名な作品を挙げてみました。

「天上大風」は良寛和尚の作品ですが、



この字からは何かしら穏やかな温かみを感じとれます。「相田みつを」の書は、字形もタガがゆるみ一本調子で鈍重な筆運びですが、この言葉にはこのような素朴な書表現がふさわしいと思われませんか。



一般に、作者は書

こうとする言葉に挑み、その言葉との対決を通してその言葉にふさわしい書表現を生み出します。そこに自分を投影、自分の分身ともいえる作品を仕上げるため、言葉との強い緊張感を保ちつつ制作します。

このように、作品には書かれた言葉、



書きぶり、作者の人格という三つの要素が不可分に絡み合ったなかで表現が展開されています。

漢字が読めない外国人は理解できないのではと思われそうですが、安芸出身の世界的書家、手島右卿先生の「崩壊」はサンパウロのビエンナーレ展で多くの参観者から「何か崩れゆくものを表現しているのか？」と尋ねられたそうですから、味わうことはできる、と思われま

サラリーマンを卒業して10年余り、この「書は敷居が高い」をなんとか払拭できないものかと、「たのしみま書」を合い言葉に、書と墨絵をコラボした作品を制作しています。どうぞ肩の力を抜いて、書を味わってみてください。



飛騰燦々ー苦しくなったら私の背中を見なさい(澤穂希)

R-1 グランプリ★初代優勝

スティーブジョブズを彷彿とさせる プレゼンテーションを披露

初期研修医
古曾部 和彦



初代優勝で喜ぶ筆者(左)「R-1 グランプリ」の近森病院のチーム「R-1 グランプリ」参加者のみなさん

10月14日に高知大学で開催された「R-1 グランプリ」に参加してきました。

R (Resident) 1 グランプリとは、高知県内の研修医が集まり各病院で経験した症例を学会形式で発表する大会であり、コーチレジ(高知県で初期臨床研修を行っている研修医の総称)の活動の一つとして、研修医によって今年初めて開催されました。

5病院8チームが症例を持ち寄り、「プレゼン力」「プレゼン時間」「考察力」「質疑応答」「独創性」を各病院の指導

医の先生方に公平に審査していただきました。

近森病院は2チーム出場し、スティーブジョブズを彷彿とさせるプレゼンテーションを披露し、見事初代優勝という快挙を成し遂げました。これも日頃、症例検討会などでの指導医の先生方のご指導の賜物だと思っています。

これからも高知県の研修医同士、互いに刺激し合い日々の診療に生かして



いきたいと考えています。

こそべ かずひこ

特別寄稿

「明るく、楽しく、元気よく！」 リハビリは第二の人生

沼 敬

ぬま たかし 京都産業大学を卒業後、三菱商事に入社。平成15年3月に准定年退職の後、高知県上海事務所初代首席代表等を経て、平成22年に三菱商事(上海)有限公司上海万博担当の就任中に脳梗塞を発症。近森リハビリテーション病院でリハビリ中



左手前が筆者

思いがけなく外地で脳梗塞を発症、右片マヒの後遺症が残ったものの、リハビリを行い、退院後に水泳訓練に通い始めました。当時、杖無し装具無しでは、とても歩行などおぼつかない状態で、勿論プールに入っても側壁に手を掛けてのカニ歩きがやっと。水中歩行すらままならない状態で、障害者スポーツセンターの屋外プールに照りつける真夏の日差しを受けて、健康そのものの日焼けした肌とは、妙に似合わない訓練姿でした。

死ぬ前には、癌、認知症、脳血管障害の内、何か一つには必ず出会うだろうと覚悟していたが、60歳代で患うのは全くの「想定外」(「ひろっぱ」302～304号)でした。後ろ向き思考は止めて、微動だにしない右の上、下肢をグッと睨みつけ、「よっしゃあ、やつちゃあよ！ 見よってみいや！」

とばかり、死ぬまで続ける血液抗凝固剤の降血圧剤の服用とリハビリ中心の生活を送るべく、先の見えない長丁場に挑むという新たな「前向き人生」の宣言をしました。

60余年もかけて、営々と動き続けて来た筋肉やそれを絶妙のバランスと力の配分を以って支えてきた神経系統が、脳血管の梗塞により一瞬の内に失われてしまった訳で、完全復活は有り得ないものの、出来るだけそれに戻ろうと、ゆっくり時間をかけることを念頭に置いて歩き始めました。一年を経て、水泳教練の熱血指導の下、徐々に訓練の成果が現れ、クロールで25m以上泳げるまでに回復したとはいえ、「競泳に出てみんかね？」とそそのかされても、実際にレースに臨めば可成りの確率で往年の「負けまい精神」が現れ、脳と体の指揮命令系統が未だ正常に機能

していないのに、いたずらに競争心ばかりが煽られ、気ばかり焦って折角の泳ぎがバランスを崩してしまうと、あまり気が進まなかったのです。口では「出やせん！」といいつつも、毎回の訓練では黙々とメニューをこなし、じっと時機の到来を待っていたところ、大会直前になって出来上がったプログラムを見てみると、自由形「肢体20-2」は独泳になりました。それでやっと出場への最後の踏ん切りがついたのです。

「案ずるより産むが易し」、結果は二種目とも完泳で、金メダル2個獲得、タイムはそれぞれ30秒190秒でした。本番に強いというか、勿論スタートの飛び込みまで完璧というおまけができました。お世話になった水泳教練の方々や、通院リハビリの療法士の皆様に喜んで貰えたのが、私にとってなによりの「次への励み」となりました。

「気力を失わず、努力を怠らねば、結果は必ずからついてくる！」と昔からいわれていますが、リハビリにも通じる名言ではないでしょうか？

いまは「明るく、楽しく、元気よく！」をモットーに、リハビリ中心の生活で、毎日を悔い無く過ごすようになっています。

初の学会座長を経験して

近森病院 5B 病棟
看護師主任 今西 美嘉



近森病院に就職し十数年……。これまで、様々な場面において私を成長させてくれている。今回は、「第19回日本心血管インターベーション治療学会中国・四国地方会」のメディカルセッション「看護・放射線・リハビリ」に座長として参加をした。

学会の準備期間は約1ヶ月間、近森病院の名前を汚さぬ為にと、日々頭の中がモヤモヤしていた。学会が迫ってくるにつれ、焦るのは気持ちばかりで、時間は刻々と過ぎていった。時間がないと気持ちを奮い立たせ、座長としての役割を改めて考えるため、インターネットで座長としての心得を調べることから準備を始めた。そして、関連部署での様々な情報収集を行うだけで時間は足りず、学会当日の朝を迎えてしまった。

「未熟で力が不十分であることは間違いないが、今自分にできることを精一杯やるだけだ」と自分を励まし座長の席についた。8時30分に定刻を向かえ、約50分の座長としての初仕事が始まった。担当したセッションには、3病院から6題の発表があった。各病院の発表を台無しにしてはならないと、時間管理や有意義な質疑応答ができるよう配慮し進行を行い、あっ

という間に時間は経過しセッションは無事終了した。その直後から安心した気持ちの反面、頭の中に言葉使いや、進行における反省が次々と浮かんできた。今後はその気持ちを大切に次のステップへ進んで行こうと思いました。

初の座長を務めるにあたり、自分だけの力では成しえなかったことが、師長や医師・各部署の方の協力により、

無事に任務果たせたことを大変感謝しています。この経験を通し近森病院の良さを改めて実感できる機会となりました。
いまにし みか

「乞! 熱烈応援」

元気・やる気・根気! 少しの呑気?

近森病院北館 3階病棟
看護部主任(介護福祉士)
山中 由美子



6月に13年ぶりに近森会に戻ってまいりました。そして今回主任という立場となり、自分のやるべきことは…と日々自問自答しています。

とはいえ、あまり気負っても仕方ありません。まずは、元気・やる気・根気、そして悩んだ時は多少の呑気も交えながら、患者さんとのかわわりを一つひとつ大切に、笑顔を決やさず前を向いて進んでいきたいと思えます。どうかよろしく願いいたします。

やまなか ゆみこ

お弁当拜見 9



土地の味

診療支援部企画課
間崎 愛美



お弁当は自分で作っています。独身なので自分の好きな物しか入りません。好きな野菜であるパプリカはほぼ毎日入っています。でもあまり時間をかけてもいられないので、おかずは簡単に出来るものばかりです。

大切なのは作り続けられること。また、あちこち遠出をするのが好きなので、出先で買って来た調味料やご飯のオトモで内容が変わります。

今日の内容は豚の生姜焼きと、広島で買った瀬戸内レモンの調味料「レモスコ」を使った温野菜サラダ。パプリカ、紫タマネギ、日曜市のピーマン、にんじん、チーズが入っています。

この温野菜サラダはレモスコではなく、馬路村の調味料「からっそ」を使っても辛みが効いて美味しいです。

ごはんは大月町で買った「ぶりそぼろ」

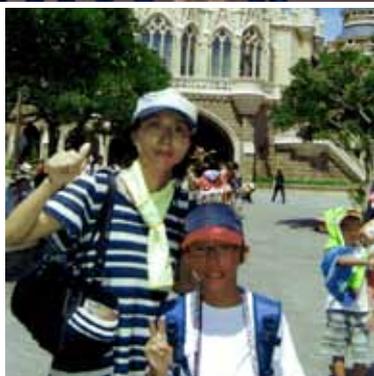
と須崎で買った「いりこ・にぼし粉」を混ぜて♪ きっとタンパク質とカルシウムが取れるはず。

週末のお出かけ先で、これはお弁当に使える!という物を探すのがひとつの楽しみです♪

まさき まなみ

職員旅行

今回、海外の職員旅行の一つに北インドのデリー、アグラ、ジャイプールの各地を巡る「インド世界遺産巡り」の旅に、国内旅行は東京ディズニーランドや東京スカイツリーを観光するグループが出発しました。写真は「インド世界遺産巡り」と「東京スカイツリー他観光付東京ディズニーランド」



糖尿病デーお知らせ

11月9日(金)

9:00~12:00

近森病院外来センターで「糖尿病相談」を行います。お気軽にお立ち寄りください!

お月見の会を行いました。

2012年10月1日(月)夕方から高知県立美術館で「お月見の会」を開催しました。

その日は女性だけによる四重奏の演奏などもおこなわれ、秋の夕べを楽しみました。



管理部長のこだわりヘルシー美食 30

近森会管理部長 川添 昇

最近のお年寄り、肉や鰻といった脂濃い食べ物を好む肉食系の方が多いようだ。

しかし、ある説によると、加齢とともに代謝が落ちるので少々多く脂肪を取ったところで大丈夫。かえて力が出ていい。なんて書かれてあったものだから、炭水化物ダイエットに最近ちょっとダレ気味の小生は大いに気を良くして、「コレステロールなんて関係ない!」と



「ロース・トンカツ」



画・臨床栄養部科長 吉田 妃佐

〈作り方〉●敬愛する発酵学者の小泉武夫先生のご本「美味しい話」のレシピより、

- ① 豚肉のロース。これは2cmくらいの厚切が望ましい
- ② 小麦粉をまぶし、卵黄を溶いたなかにさっとくぐらせて
- ③ パン粉を付け
- ④ やや低温のたっぷりの油で揚げる、というよりは煮る
- ⑤ きつね色になったら試しに半分に切る
- ⑥ ピンク色に染まっていたらキッチンペーパーにそのまま置いて、しばらく余熱を入れる

〈食べる方〉●たっぷりの千切りのキャベツと共に、ソース(ケチャップ、ウスターソースを混ぜたもの)、和辛子を付けて食す。学生の頃は値段のはるヒレカツに憧れたものだったが、やっぱりトンカツはロースに限る。鹿児島黒豚が有名だが、何の、高知の窪川産も負けてはいない。サクとした衣にジューシーな品のいい脂味が心に沁みる。続けて放り込む酒はもちろん焼酎。芋もいいが土佐の男ならやはり栗!。四万十大正のロックが旨い。キャベツ、トンカツ、焼酎の繰り返しで秋の夜に「しみじみ」と癒される気分になるのもまたいい。 かわぞえ のぼる

研修をバネに、もっと頑張ります！

お世話になりました。浦添総合病院薬剤部の皆様と

「いっぱい勉強してきます！」

新卒で近森会に就職して丸4年、この春、集中病棟に異動になった。業務に悩む日々が続いていたとき、浦添総合病院への人事交流研修の情報が入り、いちばんに手を挙げた。知らない土地で働く不安はあったが、職場は近森会しか知らず、集中治療や化学療法に力を入れている浦添の研修は「すごく勉強になる」と、伸枝さんは成果を期待していたようだ。

研修はこの7月から9月いっぱいの3カ月間。浦添総合病院薬剤部は近森病院薬剤部と同様、同年代の薬剤師がたくさん働いており、沖縄のゆったりした雰囲気にも和まされ、すぐ打ち解けることができたという。

元気を回復する立ち直りの早さ

実際、研修が始まると、同じ薬剤部でもディスカッションの観点が違っていたり、これまで何となくやり過ごしていた部分があったことに気づいたり、色々な刺激を受け、瞬く間に時間が流れてしまった。

指摘を受けて初めて気づくことがあると一瞬落ち込み、「でもこうして経験できたのだから、同じ失敗を次からはしないよう気をつけよう！」と、すぐに元気を回復する。立ち直りの早さが伸枝さんの特徴といえそうだ。

3カ月ぶりの高知では新たな業務がいくつも動いていることに驚き、「こんなにも薬剤師が活躍できる場があるんだと改めて感じ、近森病院の良さを再確認できた」。

薬剤師を目指して

親も周りも医療関係者に多く囲まれていたから医療の道に進むのは幼い頃からの既定路線だった。家から南へ一直線の土佐塾中高へ進んだが、周りもみな真面目で、伸枝さんは勉強はあまりやらなかったが、コツコツ学ぶことの価値は身につまされて教えられた気がするという。



薬剤師を目指す友達がいたことや、周りからの声もあり薬剤部への進学を決めたという。四国内の大学で大

御座の attract-LARGO で、教室に通う大人の方のみの演奏会で



学生生活を満喫し、働くならやっぱり高知の病院がいい！と思い、近森病院への就職を決めたようだ。

母親は、娘のことを我がことのように必死に悩み、力いっぱい応援してくれる。そんな存在があるからこそ、いつでも何をやっても見守ってもらえる自信が、伸枝さんの無条件な幸せ感につながっているのだろう。

マリンバの演奏に出向きます！

小さい頃にピアノを習っていたが、同じ教室で先生が教えていたマリンバ（木琴）に魅力を感じ、それ以降マリンバを続けている。今は4人で演奏活動を行っており、小学校や施設に演奏に行くこともあるようだ。

「小さい頃からの友達と先生と今もこうして演奏できていることが楽しくて仕方ないです」と、ほんわか伸枝さんはやっぱりとっても幸せそうに周りを癒している。

リレーエッセイ

しあわせ妊婦生活

近森病院北館3階
看護師 竹内 香織

今妊娠7カ月です。妊娠が分かったときはもちろんお腹が出ていないので実感は全くありませんでしたが日に日に大きくなっていくお腹や体の変化、ポコポコと胎動を感じはじめた頃から母親になるという実感が徐々に湧いてきました。

4Dの超音波映像で赤ちゃんの顔も体もリアルに見ることができ、かわいくて感激。また早く会いたいなあと毎回の健診が幸せすぎて待ちどおしくなっています。

妊娠が分かってからは一気に自分の環境が変わり、最近ようやく落ち着いてきたところです。食事制限や気をつけることも

多くてなかなか大変ですが、わが子のため！と思って耐えられます。病棟では、スタッフのみなさんが体調気づかってサポートしてくれるため、仕事も続けることができとても感謝しています。

だんだんと近づいてくる出産に色々な不安がありますが赤ちゃんが元気に生まれてきてくれること願ってこれから出産までの残り少ない期間を大切に過ごしたいと思います。 たけうち かおり



近森会院内保育所「そと」 「芋掘り遠足」 に行ってきました。



高知ハビリテリングセンターの芋畑にて



編集室通信

病院周辺も本館の解体工事が始まり大型車の出入りなど慌ただしくなると予想していましたが、意外なほど慌ただしさがないのは工事区域が防音シートでカバーされていることでもあります。第二分院から北館・リハ病院の通りに自転車の駐輪がなくなり随分すっきりしてあか抜けてきたからでしょうか。気持ちよく歩け安全でいい感じです。 和

2012年9月の診療数 システム管理室

近森会グループ

外来患者数	16,942 人
新入院患者数	781 人
退院患者数	799 人

近森病院

平均在院日数	14.44 日
地域医療支援病院紹介率	96.98 %
救急車搬入件数	418 件
うち入院件数	220 件
手術件数	383 件
うち手術室実施	247 件
→うち全身麻酔件数	143 件

● 平成 24 年 9 月度県外出張件数
件数 70 件延べ人数 120 人 ●

図書室便り (2012年9月受入分)

- ・ OS NOW Instruction 整形外科の新標準 1 小児の骨折・外傷 手技のコツ & トラブルシューティング / 岩本幸英 (編)
- ・ 同上 2 上肢の骨折・脱臼 手技のコツ & トラブルシューティング / 金谷文則 (編)
- ・ 同上 3 下肢の骨折・脱臼 手技のコツ & トラブルシューティング / 安田和則 (編)
- ・ 同上 4 脊椎・骨盤の外傷 手技のコツ & トラブルシューティング / 馬場久敏 (編)
- ・ 同上 5 人工膝関節置換術 適切なアライメントとバランスの獲得をめざして / 岩本幸英 (編)
- ・ 同上 6 Spinal Instrumentation 最良のQOL向上をめざしたコツ & トラブルシューティング / 馬場久敏 (編)
- ・ 同上 7 リウマチ上肢の再建手術 満足する ADL・QOL を獲得する手技のコツ / 金谷文則 (編)
- ・ 同上 8 スポーツによる膝・足関節靭帯損傷の治療 標準および応用手技のコツ & トラブルシューティング / 安田和則 (編)
- ・ トリガーポイント注射で治す腰痛膝痛なぜ整形外科医は整体・カイロを勧めないのか / 小林誠
- ・ 創傷・熱傷ガイドライン / 日本皮膚科学会創傷・熱傷ガイドライン策定委員会 (編)
- ・ DATABOOK ペースメーカー ICD・CRT 2012-2013 / 新田隆 (他編)
- ・ 錠剤・カプセル錠粉砕ハンドブック第 6

- 版 / 佐川賢一 (他編)
- ・ 「改革」のための医療経済学 / 齋藤匡
- ・ 医学管理の完全解説：診療報酬点数表指導管理・適応疾患の全ディテール 2012-13 年版 / 川人明
- ・ 医師・医療機関のための保険診療ルール BOOK2012-13 年版 / ヘルスケア 21 研究会 (編著)
- ・ 特定保険医療材料 特材ハンドブック平成 24 年 4 月版 / 医療材料実務研究会 (編)
- ・ サービス付き高齢者向け住宅徹底攻略ガイド改訂版 / 日経ヘルスケア編集部 (企・編)
- ・ サービス付き高齢者住らくらく開設・運営のポイント 12 プロが教える！シルバー世代に「選ばれる」住まいづくり / MMPG 医療・福祉・介護経営研究所 介護サービス研究室 (編著)
- ・ 院内研修にすぐ使える！ CD 教材 KYT&SS / 福丸典芳 (編著)
- ・ Advances in Aging and Health Research 2011 高齢者の視覚障害とそのケア / 長寿科学振興財団 (編)
- 《別冊・増刊号》
- ・ 画像診断別冊 KEYBOOK シリーズよくわかる脳 MRI 第 3 版 / 青木茂樹 (他編著)
- ・ 別冊 医学のあゆみ 多発性筋炎・皮膚筋炎—その包括的理解 / 上阪等 (編)
- ・ 臨床スポーツ医学 Vol.29 臨時増刊号 学校スポーツにおける外傷・傷害診療ガイド / 臨床スポーツ医学編集委員会 (編)