



# 清流

〒786-0002  
高知県高岡郡四万十町見付902-1  
TEL 0880-22-1111  
FAX 0880-22-1166  
●発行人 川村 久子  
●編集人 岡村 治郎  
ホームページ  
www.kawamurakai.com

## 年頭所感

明けましておめでとございます。

昨年も新型コロナウイルスの猛威は衰えることがありませんでした。私自身、第六波によって二月下旬に家庭内感染で罹患してしまい、このウイルスの感染力の強さと、家族間での完全逆隔離の難しさを痛感しました。幸い症状は軽かったものの長期の休職を余儀なくされ、手術室初め職員の皆さんに多大なご迷惑をお掛けしました。幡多けんみん病院前院長橘先生、高知大名誉教授・横山先生、細木病院麻酔科・畠中先生には貴重な応援を頂き、いくら感謝してもし切れません。おかげ様で復職後はつつがなく業務をこなせております。

これまで杉本副院長の素晴らしいマネジメントおよびコロナスタッフの懸命の対応によりクラスターを避け続けてきた当院でしたが、夏場にも拘わらず猛威を振るったオミクロンB A 5株による第七波では、とうとう病院およびアザレアでクラスター発生に至りました。他院を見渡せばクラスター未発生の医療機関はほとんど無く、発症前のウイルス保有者が感染源となるなど、当院でもクラスターが発生してしまつたのは避けようがなかったと思います。その後、第七波が鎮まりつつあるかと思つたのも束の間、十二月から第八波が襲来中で、この波がどのような転帰を辿るか戦々恐々としながらこの原稿を書いています。昨年はロシアのウクライナ侵攻、安倍元総理の銃

くぼかわ病院院長

近井 高志



撃事件、円安・物価上昇など暗いニュースばかりでしたし、当院もコロナ禍に苦しんでおりましたが明るい話題が一つ。これも杉本副院長の尽力により、山口県防府市の三田尻病院と「大規模災害時等の支援に関する協定」を結ぶことが出来ました。三田尻病院長の豊田先生は東日本大震災や熊本地震で活躍された災害医療のエキスパートですので、万二当院が南海トラフ地震等で被災した際には極めて心強いご支援を拜受できると安堵しました。もちろんこちらが支援する際には十分なお役に立てるよう、日々訓練を積んでおかなければならないと思います。

私がスポーツから勇氣や希望をもらうのは例年通りでして、昨年はサッカーW杯に出場した森保監督率いる日本代表サムライブルーの活躍が筆頭だと思えます。「新しい景色(ベスト8以上)への挑戦は、惜しくも目標を成し遂げられなかったものの観戦していた国民に感動を与えてくれました。私たち医療従事者が業務上「ブラボー！」と快哉を叫ぶ状況は滅多にはないでしょうが、当院の理念である三方良し(患者さん良し・地域良し・職員良し)を日々積み重ねていくことが「ブラボー」な職務遂行と考えておりますので、今年も職員の皆さんのご協力をお願いします。

## 歩行者天国

●冬至を過ぎ、だんだん昼が長くなっている。まだ冷え込む日はあるものの暖かい日差しを感じることも増えてきた。▼令和4年も前年に続きコロナ禍に翻弄され、日々の感染者数の推移に気を取られ、観光や友人たちとの集まり・食事なども、何事も自粛をした1年であつたように思う。▼休日も自宅での「籠った」生活ではあつたが、家族みんなでゆつくり・ゆつたりとした時間を過ごせたのはとても楽しい時間でもあつた。▼今年「卯年」。目を出した植物が成長していき茎や葉が大きくなる時期で、目に見えて大きく成長する年だといわれている。また、うさぎは飛び跳ねることから、飛躍するといふ象徴にもなるぞうだ。コロナウイルスの終息を願いつつ、子供たちの成長も楽しみながら今年としたいと思つた。

## 【取得資格】

- 「看護師特定行為研修」修了  
特定行為区分:栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連(持続点滴中の高カロリー輸液の投与量の調整)  
(脱水症状に対する輸液による補正)
- 血糖コントロールに係る薬剤投与関連(インスリン投与量の調整)
- 「認知症高齢者の看護実践に必要な知識」研修修了
- 「下部尿路症状の排尿ケア講習会」修了

## 糖尿病指導、相談は、月・火・午前中、木・午後となっております。

- 1型、2型糖尿病の方、糖尿病予備軍・メタボリックシンドロームと診断されている方、糖尿病が心配な方など、どの様な方でもかまいません。
- お休みを頂いている場合や新型コロナ感染拡大に伴い休止している場合もありますので、病院にご連絡頂けると幸いです。
- 糖尿病相談は、他院通院中の方でもかまいません。申し訳ありませんが、1日3名までとなっておりますので病院にご連絡頂き、ご希望の日時を伝えて事前に予約をして頂くスムーズに対応できると思います。
- 相談にいらっしゃる場合は、かかりつけ医でもらっている検査結果やお薬手帳を持ってきていただきますと、病状の把握、理解ができ、適切な説明ができると思いますので、お手数ですができるだけご持参いただける様、よろしくお願いいたします。

## ～お知らせ～

### 外部の医療機関等で作成された CD・DVDの取り扱いについて

くぼかわ病院では、外部の医療機関等で作成された医療画像等が記録されたCD・DVDについて、記録された画像データ等を電子カルテから参照できるように放射線科の画像記録装置に取り込み、運用をしています。

この際、提供元の医療機関にCD・DVDの返却必要な場合は返却をし、患者様が必要な場合は患者様へ返却していただきます。

提供元の医療機関にCD・DVDの返却が必要なく、また、特段のお申し出のない場合には、原則としてCD・DVDを院内に保管してきました。

しかし、院内の保管スペースにも限界があるため、令和5年2月1日以降にお預かりするCD・DVDについては、画像データを放射線科内の画像記録装置に取り込み、一定期間保管(3か月間)したのちに、破碎・焼却処分とさせていただきます。

ただし、画像記録装置に取り込めない形式のデータが記録されている場合には、従来通り、院内で保管をします。

今後、医療画像等の記録されたCD・DVDをご自身で所有・保管したい場合にはお申し出いただくようお願いします。

なお、CD・DVDが処分されてしまった後でも、記録されていた医療画像等のデータは画像記録装置から新たにCD・DVDに書き出すこともできます。

## 特定看護師の紹介



特定看護師 横島 絵里

2019年末よりコロナ禍となり、3年が経とうとしています。

生活の変容を余儀なくされた方々も多くいらっしゃるのではないのでしょうか。自粛生活が続き、感染拡大時には不要不急な外出を制限し、家に籠りがちで友人知人や家族との関係が希薄となり、鬱々とする期間が続いているのではないのでしょうか。私は、そんなコロナ禍の2021年7月に夫婦の2人の地元である四万十町にUターンし、このくぼかわ病院に就職しました。それまでは、高知市内の緩和ケア病棟や透析設備等を併せ持つ地域基幹病院の内科病棟に16年程勤務しておりました。今では平々凡々と暮らしてきた様に感じますが、意外と色々ありました。元々、人の顔色を見すぎ、空気を読みすぎ、若干考えすぎてしまう性格で30代くらいまでは、なぜ自分はこんな性格なのかと悩んだ事もありました。若い頃に結婚、出産、子育てをしましたので家庭や夫婦関係、子育て、仕事などで悩んだり、迷ったりする事も沢山ありました。ご飯が砂のように感じられ、ほとんど食べられなくなるくらいの鬱になったりもしました。

5年前に四万十町で看護師をしていた母が亡くなり、父は健康そのものですが地域の方々を支えあって一人暮らしをしていました。私には娘が二人いますが、立て続けに親元を離れライフステージの切り替わりを実感し、年齢でも40歳を迎え、自分のこれまでの人生を振り返り、これからの人生を考えました。私生活では、夫婦2人の悠々自適な生活。看護師としては調度半分。娘としては・・・母にはこれといって親孝行はできませんでした。しかし、地元には私たち家族に親切にして下さった地域の方々や父がいました。孝行なんて誰も望んでいないかも知れないとも思いましたが、高校の卒業式で校長先生が仰っていた「地域貢献の出来る人材となって欲しい」という言葉が浮かんで来ました。元来決断力のない私はしばらく迷っていましたが、そんな折、当時の看護部長に「看護師特定行為研修」受講のお話をいただきました。

この研修を修了した看護師は、手順書に沿って医師の指示を待たず、自分の判断でその人に必要な医行為(医師が行える医療行為)をタイムリーに実施できます。例えば、訪問看護等で伺った際、自分で観察し、アセスメントを行い、脱水と判断すれば点滴の種類を自分で決め、その場で投与できます。その様な資格を修得していれば、地域の方々や父が体調を崩しても御本人や御家族の気持ちやご希望に寄り添った形での療養サポートができるのではないかと考え、この資格を持って地元に戻ろうと決意しました。夫や当時の看護部長をはじめとした職場の方々の理解や協力のおかげで、仕事を辞めずに2021年3月資格を修得する事ができました。その後、特定行為研修での経験を活かし、後輩看護師向けに研修なども行い、当時務めていた病院にも一定の貢献をさせていただいたのち、退職。くぼかわ病院に再就職させていただきました。

就業後、内分泌・糖尿病専門医の近澤先生に認められ、2021年11月より外来や病棟で糖尿病指導、相談業務をさせていただきます。

「指導」なんていうと、たいそうな物のように聞こえますし、何を言われるか不安になる方も多いと思いますが、実際は病気に対する正しい知識を持っていただき、その方が望む人生を送るサポートをさせていただきます。その方の病気の話だけでなく、個人的なお悩みや心配事、ご家族のご病気などを含めたお話を聞かせていただく機会があり、私の持っているありとあらゆる知識や経験を総動員し、提案、サポートをさせていただきます。

医師の知識や経験には大抵及びませんが、看護師だからこそ、緩和ケア病棟を持つ病院に勤めていたからこそ、私個人としては、ぼっちゃりの子ども時代があったからこそ、農家の娘だからこそ、高齢の父を持つ娘だからこそ、自分が母親だからこそ、癌患者の家族だったからこそ、認知症を持つ家族を介護していた経験があるからこそ、疑問を多く持ち、悩み、迷ってきた人生だったからこそ共感させていただける事、提案させていただける事が沢山あると思っています。

今後とも、自己研鑽を続けてまいりますので皆様、お気軽にお話に来ていただけるとありがたいです。

## さつまいも収穫

入所者様にも本来でしたら、さつまいもの収穫を手伝っていただくところでしたが、コロナ下でもあり今回は職員の手により収穫を行いました。

収穫後ベランダを利用して、入所者様に今年のさつまいもの出来を見ていただき、和気あいあいと楽しく、根や土を落とす作業をお手伝いしてもらって、後日焼き芋にして美味しく頂きました。



## シルバー川柳

アザレアでは、利用者さん等のシルバー川柳を掲載しています。

くすっと笑ったり、ほっこりしたり、切なくなるような事を上手に川柳で表しています。

そして、気に入った川柳にはシールを貼ってもらう人気投票を行っていて、力作ぞろいで、いつもどれに投票するかすごく迷ってます。



## リハビリ

利用者様がリハビリを兼ねて花を活けたり、クリスマスツリーの作成を行っています。

生け花は造花ではありますが、利用の度に活けるので、毎回違う作品のように見えます。

クリスマスツリー作りは、卓上に飾れる大きさなので、ロビーや職員机などいろんな場所に飾り、職場が凄く華やかになって私たちに癒しや元気をいただき、次はどんな物ができるかみなさん楽しみにしています。



## 生け花

利用者様がリハビリを兼ねて花を活けています。

造花ではありますが、利用の度に活けて、毎回違う花が見えて受付ロビーや職員の机等いろんな場所に飾ってますので職場が凄く華やかになり私たちに癒しや元気をいただき、次はどんな生け花ができるか楽しみにしています。



2022年は新型コロナウイルスの影響も少しずつですが緩和されて来ましたが、しかし多くの方々は苦労と我慢の1年でもありました。

そんな状況だからこそ、今まで以上助け合い、更に人とのつながりを感じ、より親しまれる施設と戴ける

様にスタッフ一同これからも邁進していきますので、2023年もよろしくお願い致します。

また、皆様にとって2023年が素晴らしい年でありま

## イルミネーション

アザレア近くで、恒例イベントとなっている、イルミネーションが灯り沢山の方を魅了させています。

20年、21年は新型コロナウイルスの感染拡大で中止になっていましたが、今年は3年ぶりの開催で40万球のLEDを使って飾り付けたイルミネーションは華やかな光に包まれます。

入所者の方にもみせてあげたいのですが、外出出来ないで写真でも見ていただき、少しでも魅了感じていただければと思っています。

今回のイルミネーションまさにブラボー (笑)



## クリスマス会

クリスマス会を行い、サンタクロースに扮した職員が、利用者の元へ現れました。

サンタクロースからプレゼントを貰い、歌を歌ったり、昼食にクリスマスケーキが出たり楽しい時間を過ごし沢山の笑顔が溢れ、とても楽しいクリスマス会になりました。



## 運行バス週間ローテーション

曜日	バス種別	ルート	曜日	バス種別	ルート
月曜日	マイクロバス1	興津方面 窪川駅	木曜日	マイクロバス1	興津方面 窪川駅
	マイクロバス5	大方・佐賀方面		マイクロバス5	大方・佐賀方面
	小型ワゴン車	8:00発窪川駅・(午後)窪川駅		小型ワゴン車	8:00発窪川駅・松葉川方面・(午後)窪川駅
火曜日	マイクロバス1	大野見・松葉川方面 窪川駅	金曜日	マイクロバス1	大野見・松葉川方面 窪川駅
	マイクロバス5	十和・大正大奈路・田野々・北ノ川方面		マイクロバス5	十和・北ノ川方面
	小型ワゴン車	8:00発窪川駅・松葉川方面・(午後)窪川駅		マイクロバス2	大正大奈路・田野々・上宮・家地川方面
水曜日	マイクロバス1	志和方面 窪川駅	土曜日	マイクロバス1	十和・上宮・家地川方面
	マイクロバス5	上ノ加江・久礼・仁井田・東又方面		マイクロバス5	志和方面 窪川駅
	小型ワゴン車	8:00発窪川駅・松葉川方面・(午後)窪川駅		小型ワゴン車	運休

## くぼかわ病院 患者様 権利章典

### ● 個人の尊厳が保たれる権利

あなたには、人格を持った個人として尊重される権利があります。

### ● 平等で良質な医療を受ける権利

あなたには、個人的な事情や、病気の違いなどにかかわらず、必要かつ最善の医療を平等に受ける権利があります。

### ● 知る権利

あなたには、治療・処置・検査・手術・薬の副作用など医療の内容、回復の見込み、必要な費用などについて、納得がいくまで説明を受ける権利があります。

### ● 自己決定権

あなたには、納得できるまで説明を受けた後、医師の提案する診療計画などに、自分で決定する権利があります。

### ● プライバシーを保護される権利

あなたの、医療上の個人情報、およびプライバシーは保護されています。

## くぼかわ病院 信条

- 一 私共は、医療奉仕を喜びとし、常に患者本位の最良の医療最高のサービスを提供するよう心掛ける。
- 一 私共は相互の信頼と調和を礎に医療を通じ、地域、社会の発展に貢献するよう努力する。
- 一 私共は仕事を通じ、全従業員及びその家族の幸福が成就するべく努力する。

## くぼかわ病院 基本方針

### ● 急性期医療および専門医療の充実

24時間体制で救急患者を受け入れ、先端の医療を提供します。

### ● リハビリテーションの充実

早期より総合的なリハビリテーションを実施し、在宅への復帰をサポートします。

### ● 在宅医療の充実

在宅関連機関との連携を強化し、総合的な在宅医療を提供します。

### ● 予防医学の充実

生活習慣病を中心とした予防医学の重要性を広く啓蒙し、また人間ドックを通じて日常の健康管理にも貢献します。

### ● 患者様サービスの向上

患者様の権利を尊重し、患者様中心のサービスを提供します。

### ● 医療の連携

地域の医療機関及び行政機関との連携を密に地域医療・保険・福祉に貢献します。

### ● 職員教育の充実

医療の進歩に即した技術の取得・向上を目指せる環境を提供し、医療の質の向上に努めます。

## 季節の料理

栄養科

# かぶと鶏団子の煮物

### 材料(2~3人分)

かぶ ……………中2~3個	☆塩 ……………小匙1/4
☆鶏ひき肉 ……………150g程度	★白だし ……………大匙1
☆えのき ……………30g程度	★薄口醤油 ……………大匙1
☆白ネギ ……………1/4本	★みりん ……………大匙1
☆おろししょうが ……………少々	★酒 ……………大匙1
☆片栗粉 ……………小匙2	★砂糖 ……………小匙1

### 作り方

- ①かぶの根と葉を食べやすい大きさに切る。えのきは1cm位、白ネギはみじん切りにする。
  - ②☆の材料を全て混ぜ、粘りが出るまでよくこね、12個程度に丸める。
  - ③3カップ程度の水に★の調味料を入れ沸騰させ、②を一個ずつ落としていく。
  - ④かぶの根を入れ、アクを取り、10分程度煮たら、葉も加えて一煮立ちさせ完成。
- ◎かぶの根は、小さいものは皮を剥がずにそのまま使しましょう。また、煮崩れしやすいため、煮過ぎに注意しましょう。

### 栄養について

かぶは、古くから日本で食べられてきた野菜で、その歴史は日本書紀から登場します。旬は年に2回あり、寒いこの季節に出回るものは、甘みが強いのが特徴です。かぶは、実も葉も食べられるため、新鮮なものが手に入ったら、すぐに根の部分と葉を切り分けましょう。そうすることで、根の水分が葉に取られてしまうことを防ぐことができます。

栄養素としては、根の方にはビタミンCやカリウム、食物繊維が含まれています。また、生の状態だと消化を助けてくれる作用があり、胃もたれや胸焼けに効果があります。辛味が少ないため、栄養を効果的に取りたい場合は生食をおすすめします。

葉の方はさらに栄養価が高く、ビタミンE、ビタミンC、β-カロテン、カルシウム、鉄分、食物繊維などが多く含まれています。ぜひ、根の方だけでなく、葉も一緒にいただきたいですね。

アザレア管理栄養士 境 美和



人生会議  
最近勉強不足の私は、地域の医療福祉関係スタッフが集まる研修会に参加しました。そこで人生会議(ACP:アドバンスケアプランニング)について、少しだけ学びました。

印象に残ったこととして、自分の命が危険な状態になった場合に約70%の人が医療やケアについて、自分の希望を伝えられなくなるという統計があるようです。これを聞いて、亡くなった父のことを思い出して、確かにそうだったなあと思い返ることができました。ですから、元気なうちに自分の望む医療やケアについて、家族等や医療・ケアチームと話し合い共有する取り組みのことを人生会議というそうです。

話し合いの内容は大きく3つあります。①あなたの大切にしていることはなんですか? ②あなたの信頼できる人は誰ですか? ③あなたが病気やケガにより、自分の考えが伝えられなくなった時に、あなたが望む治療は何ですか? 私が頂いた高知県が発行しているパンフレットには、それぞれの質問に対して回答しやすいよう、チェック項目も挙げてくれています。特に③の項目にはなぜ、そのように考えましたか? という質問もあります。

私は明日どうなるかわからないと思いつつも、死ぬ覚悟は全く無く、絶対に明日は来ると思い込んで日々を過ごしてしまっています。元気な今だからこそ、家族と気軽にこんな時はね。となんとなく口に出しておく練習をしておきたいと考えています。また、くぼかわ病院で長年、患者様と交流する中でも、人生会議の一員になっている可能性がります。大切な考えや思いを引き出そうと言葉を駆使することもありますが、日常および通常の会話の中にこそ人生が詰まっているはずと捉え、これから対話することを大切にしていきたいです。



		月	火	水	木	金	土
外科	午前	濱田	濱田	濱田	濱田	濱田	
	午後						
内科(1診)	午前		大阪医科大	森澤		大阪医科大	
	午後		大阪医科大	大阪医科大	大阪医科大		
内科(2診)	午前	大阪医科大	近澤		森澤		
	午後	大阪医科大			森澤		
内科(3診)	午前	近澤				近澤	
	午後				近澤		
総合診療	午前			杉本	杉本		杉本(第1)
	午後		杉本(予約のみ)				
肝臓専門外来	午前					大西	
	午後						
循環器科	午前		高知大学医学部				高知大学医学部
	午後					高知大学医学部	
整形外科(1診)	午前	小松	小松	橋田	川添(不定期)	小松	橋田
	午後						
整形外科(2診)	午前	谷	川添	川添	谷	川添	
	午後						
整形外科(3診)	午前	木田			木田		木田(不定期)
	午後						
脳神経外科	午前	斉藤	斉藤			斉藤	
	午後				斉藤		
泌尿器科	午前	山崎	深田(高知大学)	山崎	山崎	山崎	山崎(第1・3)
	午後	山崎	深田(高知大学)	山崎			
麻酔科 (ペインクリニック)	午前	近井		近井	近井	近井	
	午後						
眼科	午前		高知大学医学部	高知大学医学部	高知大学医学部		
	午後		高知大学医学部	高知大学医学部	高知大学医学部		
皮膚科	午前	志賀	志賀	志賀	志賀(不定期)	志賀	志賀(月2回)
	午後	志賀		志賀		志賀	
耳鼻科	午前			藤原(高知大学)		松本(高知大学)	
	午後			藤原(高知大学)		松本(高知大学)	
乳腺専門外来	午前						
	午後					杉本(月2回)	
産婦人科	午前	高知大学医学部					第1・3 高知大学医学部
	午後						
リハビリ科	午前	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	
	午後						

### \* 循環器内科・神経内科

- 予約の方のみの診察となります。
- 神経内科は毎月1回土曜日に診察を行っています。

### \* 肝臓専門外来

- 午前 9:30 ~ 診察となります。

### \* 整形外科

- 人数制限があります。
- 木曜日の川添 Dr・土曜日の木田 Dr の診察は不定期なので確認をお願いします。

### \* 耳鼻科診察時間

- 午前 9:00 ~ 午後 4:00
- 受付時間午後 3:00 まで ● 人数制限があります。

### \* 皮膚科診察時間

- 木曜日・土曜日の診察日は不定期なので確認をお願いします。

### \* 眼科診察時間

- 午前 9:00 ~ 午後 4:00
- 人数制限があります。 ● 受付時間午後 3:00 まで
- 初めてのコンタクトレンズ処方、診察日の午後より行っています。

### \* 産婦人科

- 土曜日は午前 11:00 までの受付です。

### \* 乳腺外来

- 診察日は月 2 回ですが、不定期なので確認をお願いします。
- 予約の方のみの診察です。

### \* リハビリ科

- 月~金 午前 9:00 ~ 10:00

※【受付時間】 午前 7:30 ~ 11:30 / 午後 2:00 ~ 4:00

※ 受付時間は各科によって異なりますので、ご注意ください。

※ ご不明な点は医事課までお問い合わせ下さい。