

# ふれあい

fureai

Hospital public information magazine



TAKEDA  
general hospital

VOL.160

2020

5・6

月号



2020年度 入職した看護師

TAKEDA general hospital

竹田綜合病院

<http://www.takeda.or.jp>

## contents

救急外来を受診される方へ

歯科の特別診療外来について

頭頸部がんについて

ベトナム人介護技能実習生

木練がっこう

## はじめに

竹田総合病院救急外来は、24時間年中無休で初期診療を行います。通常の外来診療を24時間365日行っているわけではあり

ません。救急外来で診療を希望される方は、通常の外来診療との違いをご理解いただきますようお願いいたします。

# 救急外来を受診される方へ

いつも、竹田総合病院をご利用いただきありがとうございます。

今回は、救急外来を受診される方へお願いしたいことがあります。

当院の救急外来では、昨年7,000件を超える救急搬送がありました。この件数は、県内はもとより東北地方においてもトップクラスの搬送件数となっております。

## 救急外来では



1日に30台以上の救急車を受け入れる日もある救急外来

救急外来は「休日や夜間に発症した患者さんを、普通の外来診療時間になるまで待たせて手遅れにしない」ためにあります。そのため、患者さんを診察し、その場で緊急に治療する必要があるかを判

断し、生命に関わるような傷病の場合は必要な手術などをすぐに実施しますが、そうでない場合はご希望の診療に沿えない場合があります。すぐに治療が必要な病気が原因と診断された場合、専門診療科の医師と相談のうえ治療を行い、緊急に手術が必要であれば、すぐに手術を行います。

たとえば、病氣（頭痛）の原因が緊急の治療を必要としないと診断された場合、応急処置は行いますが、病氣（頭痛）の原因とその治療については、後日、かかりつけ医もしくは当院の診療科を受診し、診察・検査などを受けていただくこととなります。

## 救急外来を受診される方へのお願い

## 選定療養費をいただきます

当院は、400床以上の地域医療支援病院であるため、厚生労働省の方針により、紹介状がない時や入院とならなかった時などに、全額、受診者にご負担いただく

「選定療養費」をいただかねばなりません。初診時5,500円、再診時2,750円をいただくこととなります。詳細は、左記のポスターのとおりです。ご承知ください。

## 救急外来受診時の「選定療養費」徴収について

全国の地域医療支援病院は、休日・時間外・平日の救急外来、他院からの紹介等の二次救急患者の受入れを行っています。しかしながら、休日・時間外・平日に受診される患者さんの中には緊急性の低い患者さんも多数おられ、救急患者さんの受入れに影響が出てきました。

このような状況を改善するため、厚生労働省は休日・時間外・平日に、救急外来を、初診で受診される患者さんで紹介状を持参しない場合等に「初診時選定療養費」を、再診で受診される場合に「再診時選定療養費」を、それぞれ徴収するよう決定しました。

当院は、この決定に従い、2020年4月1日から休日・時間外・平日の救急外来において、選定療養費を徴収することとなりました。

救急外来を受診される前に、休日は当番医を、時間外は夜間急病センターを、平日は最寄りの医療機関を受診してください。

| 名称   | 初診時選定療養費                                                                                                      | 再診時選定療養費                                             |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 金額   | 5,500円                                                                                                        | 2,750円                                               |
| 負担あり | ①救急車で搬送されたが、入院にならなかった患者さん<br>②紹介状なしで、受診希望の患者さん<br>ア) 当院を初めて受診する患者さん<br>イ) 当院をしばらく受診してない患者さん                   | ①自分の判断で、救急外来を再診希望の患者さん<br>②当院に通院しているが、別の病気で受診希望の患者さん |
| 負担なし | ③他院からの紹介状を持参した患者さん<br>④他院から依頼があり、救急車で搬送された患者さん<br>⑤当日、入院になった患者さん<br>⑥当日、入院が必要と当院医師が判断した患者さん<br>⑦公費、生保、労災の患者さん | ③当院医師から、救急外来の受診指示が出ている患者さん                           |

【注記】

\*金額には、消費税が含まれます。

\*健康保険等の給付対象外です。全額、患者さんの負担になります。

\*県市町村「子ども医療費」と「ひとり親家庭医療費」助成制度の対象外です。全額、患者さんの負担になります。

2020年3月1日

竹田綜合病院 病院長

### 診察の順番は緊急度の順になります

救急外来の診察の順番は受付順ですが、普通の外来診療と異なり緊急度を優先しますので、軽症や非緊急の患者さんはお待ちいただくことがあります。

救急車の利用の有無は、診察順番に関係ありません。重症の患者さんが来院された場合や、突然、混み合うことで、診察まで大変お待ちする場合がありますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

### 初期診療は救急当番の医師が行います

初期診療は、通常の外来診療と異なり、原則として、救急当番の医師が行いますので、必ずしも専門の医師が対応できるわけではありません。ただし、患者さんの症状の緊急度によっては、各診療科の医師が診察を行う場合もあります。

### お薬の処方、原則として外来受診日分までとなります

お薬の処方、通常の外来診療

と異なり、原則として専門診療科受診日までの日数分（翌日が休日の場合は、休日の日数分）です。なお、診察なしで薬のみを処方することは、法律上禁じられています。また、救急外来で処方する薬は、緊急処方するものに限り、そのため、ご希望の薬が処方できない場合もあります。

### 健康保険証を忘れた場合

健康保険証などを忘れた場合は自費扱いになります。一旦全額をお支払いいただいた後、後日健康保険証をお持ちになられた場合、精算いたします。

### 緊急入院について

ご自分で具合が悪いと思って来院されても、医師が診察の結果、

## おわりに

救急外来におきましては、当番医師が病棟での重症患者さんの処置、緊急手術などの場合、診察をお待ちいただいたり、または、対応不能でお断りしなければならぬ場合もあります。当番医師によ

緊急入院の必要がないと判断した場合は、入院のご希望に添いかねます。

### 移送・転院について

入院が必要と判断された場合でも、緊急度や重症度、患者さんの病態に応じて他病院への転院をお願いすることがあります。



受診時に最初に対応する救急受付

る診察の後、経過観察をしていたり、だくか他院をご紹介することもあります。

以上のことをご理解のうえ、救急外来を受診していただくようお願いいたします。





MRI室  
さとう たかふみ  
佐藤 貴文

今回紹介するのは、私が所属するMRI検査部門です。

MRI検査は、磁力を使って体の断面画像を得る検査です。断面画像を得る検査は他にCT検査などもありますが、MRI検査は放射線を使わないので被ばくのリスクはありません。

MRIの特徴として、CTでは判別できない様な組織や病変を鮮明に映し出す事が出来ます。例えば、筋肉や腱などの観察が必要な整形外科や、婦人科領域などの脂肪の多い骨盤内の描出に優れています。また、頭部の検査では急性期の脳梗塞<sup>（のうこうそく）</sup>の描出に優れており、造影剤を使用せずに血管を描出できるMRA画像を撮像することで原因血管の検索が可能です。

様々な病気を診断するため、

MRI検査はなくてはならない存在です。しかし装置の構造上、検査時間が長いことや大きな音が続く事で、患者さんへの負担が多い検査と言えます。そのため、患者さん一人ひとりに合わせた検査を行える応用力が必要です。例えば、長時間の体勢保持が困難な患者さんには、技師なら誰しも画質を保ちつつも検査時間を短くしたいと考えます。しかしそれを実行する

患者さんの気持ちに寄り添える

医療人となるべく

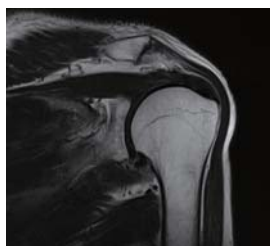
励んでいきたい



ためには、複雑なMRIの原理に深く精通している必要があり一筋縄ではいきません。私自身まだまだ修行が足りないながらも、自分が持つ知識と技術を振り絞って日々の検査を行っています。

MRI検査は、「画像の質」と「患者さんの負担」を、どうバランスよく配慮して検査が出来るか

が肝になります。その為にも技術向上はもとより、より患者さんの気持ちに寄り添える医療人となるべく励んでいきたいです。



肩関節のMRI画像



MRI検査は「時間が長い、せまい、動けないなど」と患者さんにはとても大変な検査ですが、その分診断に必要な有用な画像が得られ、なくてはならない検査です。佐藤さんはMRI検査を担当するようになって1年になり、実直な業務態度からスタッフからの信頼も厚く、心臓MRIなど難しい検査も覚え、今ではMRIのエキスとして活躍しています。いつも笑顔で丁寧<sup>（ていねい）</sup>に患者さんに説明している姿は見習うべきものがあります。これからも専門職としての志を忘れず、検査技術の向上と患者さんの立場に立った医療の提供を目指して一緒に頑張っていきたいです。

MRI室係長

からと  
上司  
ひと



に へい  
二瓶 秀明  
ひであき

## はじめに

令和2年1月から、山鹿クリニック歯科において、がん治療に伴う手術を受けられる方、化学療法や頭頸部の放射線治療を受けられる方を対象とする、特別診療外来を開設いたしました。現時点での対象は、頭頸部がん、食道がん、肺がん、乳がんとなっておりませんが、順次拡大の予定です。がん治療を行う診療科から紹介された方が、基本的にがん治療開始前に、当外来を受診していただきます。

一番の目的は、治療の妨げになるお口のトラブルが起きないように、またトラブルが起きても軽く済むようにサポートすることです。

## 主なトラブルについて

①頭頸部がんや、食道がん手術後は誤嚥性肺炎ごえんせいえんが起こりやすいとされます。誤嚥性肺炎とは、お口の中の細菌が食べ物や唾液とともに

本来、食道へ入るべきものが誤って気管や肺に入る事により、引き起こされる肺炎のことです。

②がん治療により体力の低下や白血球の減少が起こると、歯周病が悪化して歯肉が腫れて痛みや膿が出るようになります。また根の先が化膿している（根尖病巣こんせんびょうそう）歯は、急性化して腫れや痛みが出て、顎の骨まで炎症が及ぶことが

## 歯科の特別診療外来について

あります。

③抗がん剤や放射線照射の副作用により、口腔粘膜炎こうくわんまくえん（お口の中の粘膜、歯肉や舌にできる口内炎）が少なからず出現します。場合によっては、強い痛みが生じ、食事ができなくなり、がん治療を中断せざる得なくなることさえあります。

④全身麻酔に使用する機器が歯に

当たり、被せ物を損傷したり動く歯の場合、抜けてしまうことがあります。特に、上顎の前歯は要注意です。

## トラブル対処法について

①お口の中が清潔に保たれていると、誤嚥性肺炎を起こす率が低くなりますので、手術前に徹底した口腔清掃を行います。

●山鹿クリニック  
歯科科長

遠藤 達也えんどう たつや

②がん治療中の抜歯は、抜歯後感染のリスクがあり避けるべきなので、残せる見込みのない歯はあらかじめ症状が出る前に抜歯しておきます。

③口腔粘膜炎は、お口の中を清潔に保っておくことにより、起こりにくくなり、また起こっても症状が軽く済むことが明らかにされています。そこで、歯科衛生士が専

用の機器を使い歯石や歯垢を定期的（化学療法は長期にわたることが少なくありません）に除去する治療を行います。口腔粘膜炎ができていくよう、がん治療に合わせた予防としての、特別なうがい指導を行うことがあります。また、口腔粘膜炎ができてしまった場合でもその状態・症状に合わせた、うがい薬の処方を行います。

## おわりに

このようなお口のトラブルが、がん治療の完遂の妨げとならないよう、できるだけ質の高い、安定したサポートをご提供できるよう、特別診療外来は努力して参ります。





耳鼻咽喉科 科長

安原 一夫

やすはら かずお

きょうは  
耳鼻咽喉科  
です



こんにちは  
診察室です。

# 頭頸部がんについて

## はじめに

頭頸部がんは、がん全体の約5%程度と症例数はそれほど多くありません。具体的には口腔がん、鼻副鼻腔がん、上咽頭がん、中咽頭がん、下咽頭がん、喉頭がん、唾液腺がん、甲状腺がんなどを含みます。馴染みがない病名ばかりかもしれませんが、これらのがんに共通して言えることは食事や呼吸の通り道にできるがんであるため、がんができること、そしてその治療によっても生活の質が大きく損なわれる可能性があるということです。がんの治療には根治性（治療によってがんを完全に取り除くこと）が求められますが、同時に安全に治療を行うこと

や機能を保つことも重要であり、特に耳鼻咽喉科は機能に関わる部位を扱う診療科ですので、機能を保つことを常に念頭において、機能外科として日々の診療にあたっています。

みなさんが耳鼻咽喉科にかかるときには、耳が痛い、耳が聞こえない、鼻水が出る、鼻血が止まらない、のどが痛い、声がかれるなどの症状で多くの場合は中耳炎、副鼻腔炎、扁桃炎や咽頭炎など、1回ないし数回の治療で治ってしまふ病気がほとんどです。しかしこれらの症状は、すべて頭頸部がんの症状でもあるのです。頭頸部がんは放置すると治療が難しくなることも多いため、早めに耳

鼻咽喉科を受診していただくことがとても大切です。耳鼻咽喉科では、どの先生も頭頸部がんの診断は可能ですので、まずは診断をつけて治療につなげることが重要になります。頭頸部がんの治療は耳鼻咽喉科医の中で特に頭頸部がんの知識を有した医師が行うこととなりますが、これは日本頭頸部外科学会が認定した頭頸部がん専門医が担うことになっています。頭頸部がん専門医は全国に400名程度認定されていますが、福島県全体で5名、会津地域では竹田綜合病院に1名在籍するのみです。竹田綜合病院では耳鼻咽喉科に加えて頭頸部外科も標榜しています。が、これは会津地域のすべての頭

頸部がん患者の治療にあたる、という決意の表れでもあります。



## 頭頸部がんの原因

口腔がん、咽頭がんや喉頭がんは喫煙と飲酒が原因の一つです。喫煙をする人は喫煙をしない人と比べて2〜3倍ほど口腔がん、咽頭がんになりやすく、男性の場合



# 「頭頸部がん」についてご説明します。

は5〜6倍ほど喉頭がんになりやすいと言われている、さらに喫煙と飲酒が組み合わさると、どちらかの一方の場合よりも発症しやすいことも知られています。

喫煙と飲酒以外では、上咽頭がんはEBウイルス、中咽頭がんにはヒトパピローマウイルスというウイルスの感染が原因となることから知られています。ヒトパピローマウイルス感染が原因の中咽頭がんは、放射線や抗がん薬が効きやすいこともわかってきていて、機能を保つ目的で、手術よりも放射線治療や放射線治療に抗がん薬を加えた治療が選ばれることが多くなっています。

## 頭頸部がんの治療

がんの治療はおもに、手術、放射線、薬物療法の3つに分けられます。頭頸部がんでは、手術と放射線による治療によって根治を目指すことができ、薬物療法は放射線と組み合わせで行います。

手術では、がんが見えた目で見えないのもちろん、取り出した腫瘍を顕微鏡で拡大して調べてもがん細胞が残っていないように切り

取ることが必要です。そのためがんの周りの正常な部分を一緒に切り取ることは、頭頸部がんに限らずがんの手術の原則ですが、頭頸部という場所はいへん狭い範囲のため、正常な部分をたくさん切り取ることはできません。また切り取った部分は食事の通り道だったり、声を出したり呼吸をするために必要な部分ですので、手術によって大きく機能が損なわれることになりません。そのため、根治性と機能性のバランスを保った治療を目指す必要があります。

食べ物の通り道を大きく切り取った場合には、その部分を身体のほかの部分で代用する、皮弁再建と呼ばれる手術が行われます。下咽頭がんを例にご説明しますと、食事の通り道である咽頭を切り取ったあと、消化器外科の先生に空腸（小腸の一部）を切り取ってもらい、これを切り取った咽頭の代わりに縫い付けます。その後形成外科の先生に空腸の血管を首の動脈や静脈と縫い付けることで空腸の壊死（腐ってしまうこと）を防ぎます。このように頭頸部外科医だけでなく、消化器外科医、形成外科医が合同で行う手術

ですので、時間も8時間以上かかるような大がかりな手術になります。

放射線は早期がんでは放射線のみ、進行がんでは放射線と薬物療法（抗がん薬）を組み合わせた治療になります。手術と比べると機能の温存には向いていますが、腫瘍が大きすぎるとなかなか完全に切り除くことが難しい場合があります。また、治療期間は2ヶ月程度と長くなり、粘膜炎による痛みや嚥下障害（飲み込みが悪くなること）、口の中の乾燥や味覚障害などの副作用も強く出るため、治療中から治療後にかけて食事が摂りにくくなるなど、決して楽な治療ではありません。竹田総合病院放射線科では放射線治療にIMRT（強度変調放射線治療）を導入していて、正常組織への影響を最小限にしながらか腫瘍に対して高線量の照射が可能になっています。

薬物療法は単独では根治を目指すことは難しい治療ですが、ここ最近ではニボルマブやペムブロリズマブといった免疫チェックポイント阻害薬など、これまでの抗がん薬とは作用の異なる薬剤が頭頸部

がんでも適応となってきたいて、対象の患者さんが増えてきています。これらの薬剤は外来での投与も可能ですので、通常の生活を送りながら、1〜3週に1度の外来通院をしていただいて治療をおこなっています。

## おわりに

頭頸部がんの治療にはさまざまな職種が関わる必要があります。また、治療を行わないと生活の質が大きく損なわれるのが大きな特徴です。どの領域も早期発見・早期治療ががん治療には重要ですが、治療後の機能を保つためには頭頸部がんもその例外ではありません。

口の中やのどの症状、頸部の腫れが続くときには放置せずに早めに耳鼻咽喉科を受診してください。竹田総合病院では院内の他職種はもちろん、頭頸部がんの症例数が日本トップクラスである、がん研究会有明病院頭頸科と連携して治療にあたっていますので、頭頸部がんの治療が必要な際にはぜひ当科を受診してください。

# あつたに介護

## 介護老人保健施設 エミネンス芦ノ牧 「噛みしめる幸せ」

当施設では利用者の方一人ひとりの生活と健康を支えるため、利用者の方のご家族を中心としたチームアプローチを重点に取り組んでいます。そのために、ケアに関わる多職種が、各々の専門性を発揮した取り組みをしています。

高齢者は唾液分泌が減少するため、口腔内が乾燥しやすく、そのため口腔内の自浄作用が低下しま

す。また、年齢とともに歯を喪失していることがあり、咀嚼力が低下するため食物残渣が口腔内に残りやすい状態です。誤嚥性肺炎をはじめとする呼吸器感染症を予防するためにも、口腔内の十分なアセスメントにもとづいた適切な口腔ケア方法の選択と実施が重要です。そこで月に4～6回、通所と病棟に歯科衛生士が来所して、利用者の方の口腔ケアや歯のブラッシングの指導を行っています。また、スタッフは様々な相談をしたり、義歯の取り扱いや手入れ方法など細かな指導を受けています。

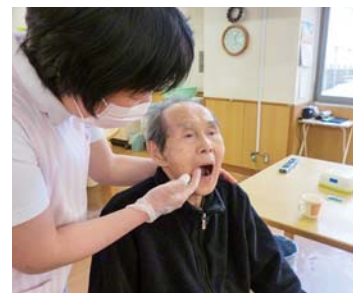
「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」の8020運動は皆さんご存知だと思えます。歯は脳と直結しており物を噛むことで脳が刺激され、認知予防にも役立ちます。口腔ケアというと、口臭や誤嚥性肺炎の予防面がクローズアップされがちですが、「食べる」という人として欠かせない行為を支える意味での口腔ケアも忘れてはいけません。人生の『食べる喜び』を支える口腔ケアを、これからもチーム一丸となって取り組んでいきます。

## こどもの相談支援 事業所るるるぷ

「百聞は一見にしかず」

当事業所は、0歳～18歳までのお子さんが福祉サービスを利用する場合の計画の作成や生活全般に関する相談を行っています。就学しているお子さんは、学校生活を中心としたサービスの調整を行います。両親が働いている場合は、放課後こどもクラブとの連携も必要です。

先日担当しているお子さんの授業見学に行った時のことです。クラスでは担任と子どもたちで、友だちにノートを破かれたことで話し合いをしていました。ノートを破かれて泣いている子の気持ちを担任が代弁し、黒板いっぱい大きな文字で、「正直」と書きました。「正直とは、正しく直す」と書



歯科衛生士が行う口腔ケア

きます。自分のしたことは自分にしか分からない。知らないふりをすることもできる。でも自分の気持ちに正直に、相手にきちんと伝えることができる人は、これからどんな間違いをしても正しく直すことができるよ」と話をして授業を終えました。ノートを破いた子に注意するのではなく、子どもたち自身に考えてほしいため話し合いをしたとの担任の話でした。

訪問することで心打たれる場面との出会いがあります。そして担任と直接話をする中で、学校の様子を確認し、サービス事業所と課題を共有することで、支援を再検討したり、方向性を統一することができそうです。今後もお子さんが過ごす環境を整えていけるよう、様々な場所に足を運び、多職種と連携を図りながら、支援していきたいと思えます。



サービス提供者と情報交換をする相談員





医事課庶務係スタッフ

## はじめに

医事課庶務係の主な業務は、各会計窓口の医療費支払機管理、入院分の医療費助成など証明、医療費分割払いの相談と手続き、公的機関への請求業務（乳幼児健康診断・各予防接種・妊婦健診）などです。

## 業務内容

●医療費支払機の管理…各窓口にある支払機の元金準備と入金分の回収集計の他、各支払機の両替業務をしており、釣銭切れの無いよう、両替を準備しています。

他に総合医療センターの支払機が停止した際、点検に行きます。

## 【医事課庶務係とは】

各会計窓口の支払機の管理・保険請求以外の公的機関への請求・医療費の分割払いの相談や手続きなどをする係です。

多くの原因は、紙幣や硬貨に付着した汚れや変形による詰まりです。また、ポイントシールやレシートなどが異物と認識され、停止してしまうことも少なくありません。ご入金の際、混入しないようご協力をお願い致します。

●入院分の医療費助成など証明…主に、重度心身障がい者医療費助成申請書の記入をしております。学校安全会やひとり親医療費などの証明もあります。外来受診分については外来受付にて証明しますが、指定難病の医療費証明は当係が担当しています。

●医療費分割払い…私たちの医療費は、健康保険に加入していれば、3割負担、後期高齢者は、1

# すすめ院内探検隊！ VOL.86

## 医事課 庶務係

割負担（高所得者は3割負担）など一部負担金で良いので、個人の負担は抑えられていると思います。それでも、病状によっては、高額な検査が必要になったり、通院治療・入院治療が必要になったりして、一部負担と言っても、高額になってしまふことがあります。当係は、一括支払いが難しい方の分割払いの相談を受けています。外来受付や入院受付に声をかけていただきますと、窓口にて伺

い、相談をお受けしています。

●公的機関への報告・請求業務…多くは、月初めの保険請求と平行して行います。公的助成のある乳幼児健康診断・予防接種・妊婦健診などの報告、請求業務をしています。市町村ごとに書式が異なるため、それぞれの所定用紙に記入し、報告、請求をしています。

また、感染症発生動向調査の報告も行います。主に、内科・小児科・救急室から検査人数と陽性患者人数の報告を受け、集計後、保健所へ報告しております。

## おわりに

私たちは、事務室内の業務がほとんどですが、ご相談の声が掛ければ、すぐに患者さんのところに伺っております。これからも、患者さんを最優先に考えて応対していきたいと思っています。



医療費支払機利用の患者さんをサポートするスタッフ



竹田看護専門学校 専任教員

まぜ ようこ  
間瀬 陽子

## 「臨地実習」

当校は、3年過程で看護師を養成する学校です。3年間で98単位の履修が必要であり、授業時間になると3,000時間以上になります。その内1,000時間程度、臨地実習の時間になっています。

5月から各学年の臨地実習が始まります。学生は、普段と違う学習の場に期待と不安でワクワク、ドキドキしているようです。

臨地実習は、様々な施設で受け入れていただいています。その中でも、病院で行われる臨地実習では、患者さんやご家族との日々の関わりを通して、より良い看護を追求し実践させていただいています。学校内では、看護に必要な技術を学生同士や模型を使用して練習しています。実際に患者さんと



関わる場面では、一人ひとりの状況の違いに戸惑い、緊張しながら援助しています。学生は、毎日変化に富む臨床の場で生命と向き合い、辛くて涙することもありますが、しかし、臨地実習で得られた貴重な経験の積み重ねにより、看護をする喜びや難しさを知り成長していきます。

患者さんやご家族の皆さまには、未熟な学生を受け入れていただき心より感謝しております。学校職員一同、臨床の指導者と連携しながら、安全で安心な看護が提供出来るよう学生の学びを支援していきたいと思えます。

## 「怒らないこと」

著/アルボムッレ・スマナサーラ 発行/サンガ新書

診療情報課 課長  
たま がわ けい すけ  
玉川 啓介

ス

リランカ上座仏教、スマナサーラ長老の著書。人はなぜ怒るのか？『怒り』の本当の意味を知らないからだと言著者は言う。「怒るのはあたりまえだ」と正当化したり、「怒って何が悪い？」または「怒りたくないのに怒ってしまう」という人は、自分にウソをついていると断言する。怒りたくないなら、怒らなければいいというのだ。

さらに、「怒り」の根っこには必ず、「私が正しい」という思いが存在する。かつて自分が怒ったとき、その理由を冷静に客観的に分析してみると、「自分の好き勝手にいろいろなことを判断して怒っている」という仕組みがあるというのだ。

「私にとって正しいなにか」があつて、それと現実がずれているときに怒るのだ。人は建前として「私はダメな人間だ」と謙虚（へんこ）に振舞いつつ、実は心の奥底では、「絶対にそうじゃない、私こそ、唯一正しい人間なんだ」と考えている。しかしそれこそが、怒りスパイラルの原因なのだ。なるほど、と思える一文でした。今、流行りのアンガーマネジメントにもつながります。この本は『怒り』の発生する原因と対処方法について、丁寧、かつ、面白く教えてくれる、知恵の本だと思います。

どうすれば怒らずにすむか？興味のある方はぜひ一読ください。





いろいろな  
話題をあつめて  
ズームアップ!

## 竹田看護専門学校卒業式



藤木学校長より卒業証書を手渡される卒業生

3月5日、学校講堂において、2019年度第49回生35名の卒業式が挙行されました。

今回は新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、卒業生・保護者、在校生、学校職員のみでの参加で行われました。

藤木<sup>ともお</sup>伴男<sup>ともお</sup>学校長が、卒業生一人ひとりに卒業証書を手渡し、式辞を述べ、卒業生代表の若林<sup>さき</sup>采希<sup>さき</sup>さんが「学んだ看護の知識をさらに深め、それぞれが思い描いた看護師像に近づけるよう精進します」と誓いました。

## ベトナム人技能実習生

当財団では、1月15日よりベトナムから外国人介護技能実習生としてチャン・ティ・トゥ・ランさん、チャン・ティ・スオンさんの2名が、介護アシスタントとして明るく元気に実習しています。

勤務する病棟課長からは、「毎日一生懸命頑張っています。また、器用なので仕事が早いです」、スタッフからは、「患者さんへの声掛けなども優しく、患者さんからも話しかけられています」との奮闘ぶりが数多く聞かれました。

ランさんからは、「皆さんがやさしく教えてくれるので、日々、楽しく仕事をしています」、スオンさんからは、「オムツ交換や入浴介助などを教えてもらい充実した毎日を送っています」と明るく話す笑顔が印象的でした。

当財団では、今後も毎年介護技能実習生の受け入れを予定しています。



患者さんと会話を楽しむランさん(右)



ミーティングに加わるスオンさん(中央)

## 2019年度臨床研修医 修了証書授与式

3月25日、こころの医療センター3階会議室において2019年度臨床研修修了証書授与式が行われました。竹田<sup>しゅう</sup>秀理<sup>しゅう</sup>理事長ら

財団幹部や関係者が見守る和やかな雰囲気の中、本田<sup>まさひと</sup>雅人<sup>まさひと</sup>院長より今回修了する9名の研修医一人ひとりに修了証書が手渡されました。また、本田院長からは「これから世のため、人のために頑張ってください」と激励のことが贈られました。



研修修了を喜ぶ9名の臨床研修医

## がん相談支援センター

がんに関する悩みや不安、疑問に対応しております。

■相談時間：月曜日～土曜日  
午前9時～午後4時30分(第2・4土曜日、祝日、年末年始は除く)

■受付場所：がん相談支援センター(総合医療センター1階 地域医療連携課内)

☎0242(29)98832



# つくってみらんしょ

## パプリカカップの焼きカレー

1人当たりのエネルギー … 約 511kcal / 所要時間 … 約 20 分



### 材料 (4人分)

- パプリカ 赤・黄…各1個
- 玉葱…100g
- プロセスチーズ…100g
- ツナ缶…100g
- ご飯…100g
- 片栗粉…少々

- A ●卵…1個
- カレー粉…小さじ2
- 塩・こしょう…少々
- B ●コンソメスープの素…10g
- 水…150g
- 塩・こしょう…少々
- サラダ油…大さじ1
- パセリ…少々

### ●作り方

- ① 玉葱とパセリはみじん切りにし、プロセスチーズは1cm角に切る。
- ② ツナ缶は缶汁を切ってボウルに入れ、①の玉葱とチーズ、ご飯、Aを入れて混ぜる。

- ③ パプリカはヘタと種を取り縦に半分に切り、②を詰め片栗粉を付ける。

- ④ フライパンにサラダ油を熱し、③の切れ目を下にして中火で3〜4分裏表返ししながら焼く。

- ⑤ Bを加え汁気がなくなるまで蒸し煮し、塩こしょうをふる。

- ⑥ 器に盛り、パセリを振る。



管理栄養士  
神田 美里

### 「パプリカ」の豆知識

パプリカはピーマンと同様に、ナス科トウガラシ属の野菜であり、旬は6〜9月です。パプリカは赤・黄・オレンジ色と鮮やかで甘味が強いのが特徴です。生でも加熱してもおいしく食べられるパプリカですが、栄養も豊富です。

パプリカの代表的な栄養素は、「ビタミンE」と呼ばれるビタミンA・C・E。これらの栄養素は皮膚や血管を丈夫に保ち、体の免疫力を高めるはたらきがあります。また、LDLコレステロールの酸化を抑制して動脈硬化や心筋梗塞などの予防が期待できます。脂溶性であるビタミンA・Eは、油と一緒に食べることで効率よく吸収されるため、今回のレシピのように油で焼いたり、生で食べる場合にはオイル入りのドレッシングをかける、良質な脂質を豊富に含むくるみをトッピングする食べ方がおすすめです。

### ポイント

カレー風味のご飯を詰めて蒸し煮することで美味しくできます。緑ピーマンを使用する時は頭から種を取って、丸のまま焼くと型崩れせず見た目よく、おいしくできます。

● 耳鼻咽喉科

# 医療法人 こばり耳鼻咽喉科クリニック



こばり ひとみ 副院長 小針 仁美



こばり みちお 院長 小針 啓生

同じ病気でも症状や薬への反応の仕方など、ひとそれぞれに違います。当院では患者さんひとりひとりに合ったいい治療をまず心掛け、受診して良かったと思って頂けるような医院を目指しています。

カゼ、耳・鼻・のどの心配、聞こえのトラブル、補聴器について、めまいなどお気軽にご相談下さい。



ホームページアドレス <http://www.kobarijibika.aizu.or.jp/>

【診察時間】

【午前】9時～12時 【午後】2時～6時

【休診日】

日曜日・祝日・木曜日・土曜日午後4時以降

【住 所】

〒965-0801 福島県会津若松市宮町6-55  
TEL 0242 (29) 0800

【診 療 日】

|    | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土      | 日 |
|----|---|---|---|---|---|--------|---|
| 午前 | ● | ● | ● | — | ● | ●      | — |
| 午後 | ● | ● | ● | — | ● | 4:00まで | — |

〈会津若松市〉

地域連携の医療機関のご紹介

## あなたのまちのお医者さん

リウマチや膠原病が疑われる、心配な患者さまがいっぱいいます。軽にご来院ください。



リウマチ・膠原病の専門クリニックです。2002年に父の星智が開設。2016年に父が他界し、次男である私が引き継ぎました。現在、通院患者さんの7割が関節リウマチの方で、2割がその他の膠原病や内科の方です。関節リウマチ治療の進歩は著しく、生物学的製剤をはじめ新しい薬が次々と発売されています。抗リウマチ薬を適切に使用して、寛解を目標に日々診療にあたっております。リウマチや膠原病が疑われる、心配な患者さまがいっぱいいます。軽にご来院ください。



院長 星 だいすけ 大 介

# 医療法人 清記会 アピオ・リウマチクリニック

● リウマチ科 ● 内科

【診察時間】

【午前】8時30分～12時（受付11時まで）  
【午後】2時～5時（受付4時まで）

【休診日】

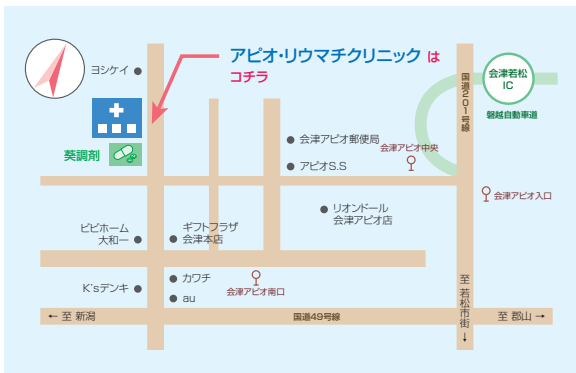
日曜日・祝日・土曜日午後・月曜日・火曜日午前

【住 所】

〒965-0059 福島県会津若松市インター西73-1  
TEL 0242 (32) 2277 FAX 0242 (32) 2276

【診 療 日】

|    | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 | — | — | ● | ● | ● | ● | — |
| 午後 | — | ● | ● | ● | ● | — | — |



# ぐらっと会津



## ふるさと探訪

VOL.144

### 『木練がっこう』

— 木のおもちゃが持つ  
素晴らしさを伝えていきたい —

地域で保育園の運営や保育と子育てに関する支援などを通して、子育て環境の充実、及び地域社会の振興を図っているNPO法人「Lotus（ロータス）」の事業の1つに木の玩具で遊ぶ「木練（もくれん）がっこう」があり、様々な所で開催しては子どもたちやその親にも大変好評を博している。



市内のアピオスペースを会場とした「木練がっこう」

— 木練がっこうを始めた理由を  
お聞かせください。

私たちは東日本大震災の原発事故による放射能の影響で、子ども達が屋外で安心安全に遊ぶことが

難しい環境にあった際に、会津若松市内に子ども達の屋内遊び場が出来ないことに不安と焦りを感じ、2013年に東北初の木育に特化した屋

内遊び場を作りました。それが木のおもちゃに囲まれた「赤ちゃん木育広場もくれん」です。

一般的なプラスチックのおもちゃ、機械音や光を発する玩具ではなく、いつ触っても温かみのある木製玩具と木の香りに包まれた屋内空間です。乳幼児期だからこそ、五感の発達にも効果があるとされ、コミュニケーションが生まれることを目的に作られた玩具が多いのが木製玩具の特徴です。2万個の感覚神経をもって生まれてくる子ども達だからこそ、指をふんだんに使い大脳を刺激し手先の器用さに作用すること、足の裏を

使って遊べる選りすぐりの玩具を揃えた子育て世帯に必要な屋内コミュニケーションの場を創出してきました。

2016年、震災遺児孤児の支援をされている団体さまと連携し、「木育広場まで遊びに来られない子どもたちのために」という思いから、おもちゃを持って私たちが施設へ訪問する「木育キャラバン事業（木練がっこう）」を開始しました。現在ではこのキャラバン事業は、その後一般の子育て世帯向けイベントとしても拡大させ、年間を通じて県内外の児童養護施設や幼児教育大学など各地へ

伺っています。

毎年会津で開催している恒例のイベント「木練がっこう」は、来場者数1万人を超える東北でも最大級の規模を誇る子育て世帯向け木育イベントにまで成長いたしました。

— 今後についてお聞かせください。

将来的には、「木育広場もくれん」を様々な地域や施設に併設してつくりたいと考えています。前述しましたが、施設が1ヶ所しかないのでは様々な理由で来ることが出来ない子どもたちのために、木練がっこうのニーズは大きいです。

様々な地域に施設をつくり、安心安全に子どもたちにとつての遊び場が、いつもそこにある、いつでも行ける、ように増やしていきたいと考えています。

※木育：幼児から高齢者までを対象とした幅広い活動で、木についての様々な体験は、単に木についての理解を深めるだけでなく、鋭い感性や自然への親しみ、森林や環境問題に対する確かな理解の基礎を育むものと言われている。



NPO法人 Lotus 理事長  
山口 巴さん  
やまぐち ともえ



# 情報

## あ・ら・か・る・と

知っておトクな  
院内情報！

### 面会制限について

現在、新型コロナウイルス感染症の国内発生・拡大に伴い、厚生労働省の「医療施設における感染拡大防止のための留意点について」において、院内感染対策の強化が示されています。

これにともない、当院では、院内の患者さんの安全な療養環境を確保するため、面会制限のレベルを設定しています。このレベルは、インフルエンザや感染性腸炎など流行性ウイルス感染症などの流行レベルを参考にしながら設定

しています。

なお、現在当院はレベル4の段階で、面会禁止になっております。（病院より面会を依頼された方のみ面会可能）

面会制限レベルの詳細につきましては、竹田病院ホームページの患者さん情報↓入院のご案内（[http://www.takeda.or.jp/1\\_index/1\\_nyuin.html](http://www.takeda.or.jp/1_index/1_nyuin.html)）をご覧ください。



面会禁止を知らせるポスター

### 予約専用ダイヤル変更のお知らせ

4月1日より、予約システムの変更に伴い、外来の診療予約の電話番号が変更となります。

ご登録いただいている番号の変更をお願い申し上げます。

今後とも、利便性の高いサービスを提供するため、業務体制の充実を目指して参りますので、ご理解の程、よろしくお願い申し上げます。

※診療予約や予約の変更、予約の

キャンセルを承っております。

※病院休診日はご予約できません。

※月曜日や休日翌日は、大変混みますので、予めご了承ください。

**外来診療予約センター**  
**0242-27-5577**  
受付時間 8:00～17:00

|                    |                     |                       |
|--------------------|---------------------|-----------------------|
| 8:00<br>～<br>11:00 | 11:00<br>～<br>14:00 | 14:00<br>～<br>17:00   |
| 大変<br>混み合う<br>時間帯  | 少し<br>混み合う<br>時間帯   | 繋が<br>りやす<br>い<br>時間帯 |

予約ダイヤルに繋がると、左記の音声ガイダンスが流れますので、ご希望する番号を入力いただくと、担当する部署へ繋がります。なお、ガイダンスの途中でご希望の番号を入力いただいて結構です。

【各番号の内容】 ●1番：精神科の予約 ●2番：歯科の予約 ●3番：その他の診療科の予約 ●4番：予約の変更・取消 ●5番：各種相談 ●6番：良く分からない方。

### 『患者相談窓口』のご案内

- 医療に対するご相談：地域医療連携課 ☎0242-29-9832
  - ご意見・ご要望：管理課 ☎0242-29-6698
  - どこに相談したら良いかわからないこと：竹田まるごと相談窓口 ☎0242-29-9700
- ※なお、各フロアに投書用ポスト（リリボックス）が設置されております。ご意見などあればこちらまでどうぞ。

### ふれai 5・6月号 VOL.160

《2020年5月7日発行》

■ 制作：一般財団法人 竹田健康財団  
■ 発行者：竹田 秀  
■ 編集：広報誌編集委員会

記載内容につきましてご意見・ご質問・ご感想等ございましたら、下記までご連絡下さい。

竹田総合病院 ふれai事務局

〒965-8585 福島県会津若松市山鹿町 3-27  
TEL 0242-23-4644 FAX 0242-29-9798

### 編集後記

今期のNHK朝の連続ドラマ「エール」は福島市出身の作曲家、古関裕而さんの物語です。「栄冠は君に輝く」など数多くの名曲や応援歌のメロディが頭に浮かびますが、当院の院歌も古関裕而さん作曲であり、朝ドラがとても身近に感じられます。毎朝楽しみですね。4月からフレッシュな新人職員が入职し、それぞれの職場で業務をスタートしました。大変な時期であっても、お互いに「エール」を送りあって、日々成長していきたいと考えています。

Y.A

