

療養環境を提供致します。
私たちは、良質で安全な医療と

OASIS

2017年 秋号

〒349-0292 上尾中央第二病院 季刊誌 ●URL <https://www.ach2.jp/> ●TEL 048-781-1101

プライマリ・ケアの 大切さ

皆様こんにちは。昨年9月より上尾中央第二病院の消化器内科を担当しております井原憲一です。

私は栃木県の出身です。私の地元は自然豊かな町で、子供時代には近所の親戚や友達と野山を駆け回り、寒い冬にも毎日のように外で遊び、地元で採れた新鮮な野菜やお米を食べて育ちました。そのような生活のおかげ、身体は丈夫で大きな病気をすることもありませんでした。そんな私が初めて「病気」というものに直面したのが、高校二年生の時でした。一緒に暮らしていた祖母が心筋梗塞で倒れ、病院に運ばれたのです。突然の出来事に動揺する家族の姿や、どうして良いのか分からない不安だけの気持ちを今でも覚えています。結局祖母はそのまま息を引き取ってしまいましたが、そんな状況の中で祖母を懸命に助けようとしてくれた病院の医師やスタッフの姿が、当時の私の心に強烈に印象付けられました。この出来事が、私が医師を志そうと思った原点です。

その後私は医学部へ進学し、卒業後の二年の研修期間に様々な医療の現場を目の当たりにしてきました。その中から、消化器内科への入局を選択した理由は、対象患者さんが多く一般診療に通じる部分も多いということ、また、内科でありながら内視鏡治療など外科的要素も多く含む診療科であるため、やり甲斐を感じることができると思ったからです。大学の附属病院勤務時代に

内科医師 井原 憲一



は、消化器内科医として数多くの患者さんの治療に携わってまいりました。様々な患者さんと向き合う中には、難治性の疾患で治療が思うように行かないことや、どんなに手を尽くしても救うことの出来なかった命と直面し、悔しい思いをしたこともありました。そんな経験から「患者さんの日々の健康状態や生活環境を把握し、早期診断・早期治療をするというプライマリ・ケアの大切さ」を身を以て実感いたしました。その後は埼玉県内の総合病院で、地域のかかりつけ医としての役割を担っておりましたが、縁あって、当院に勤務することとなった次第です。

消化器内科は、胃、腸、肝臓、胆道、膵臓など、多くの臓器の異常に対応します。消化器内科を受診される患者さんは、腹痛、吐血、下血、食欲不振、貧血、黄疸など幅広い症状を訴えられます。「お腹が痛い」「便の調子が悪い」などの見過ごされがちな症状から、消化器の病気が発見されることも多いのです。そのような病気のサインを見逃すことなく病気の早期発見に努め、さらに患者さんが何を求めておられるのか、病気だけを診るのではなく、本当に心配されていることや悩みなどを受け止めて、穏やかな生活を送っていただけるようサポートしていきたいと思っています。今後、身近な相談役として皆様のお役にたてるよう努めてまいりますので、何でもご相談ください。

June
6月28日
七夕会

今年は七夕にちなんだ織姫と彦星の紙芝居を演じて楽しんで頂きました。患者さんには、ご自分で書いた短冊の願い事を発表して頂き、笑顔でのひと時となりました。また、鈴を鳴らしながら七夕の歌を皆で合唱し、七夕の気分を感じていただけたようです。

July
7月25日
キャラバンコンサート

ボランティアさんによる「コミセンキャラバンコンサート」を当院で開催して頂きました。演奏には音楽界でご活躍中の小針彩葉さん（マリンバとスティールパン）と高梨智子さん（電子ピアノ）のお二人が来院され、入院患者の皆さまに生の演奏を披露してくださいました。今回は夏をイメージした曲を演奏していただいたので、参加された患者さまや家族の皆さま、そして私たちも、鈴を鳴らしてリズムをとったり、一緒に歌ったりと、とても楽しい癒しの時間となりました。「知っている曲が多くて、青春時代を思い出したよ」とか、「懐かしい歌に涙が出た」といった声も聞かれ、コンサートは大成功でした。小針さん、高梨さんに感謝!!

開催 **メンタルヘルス 研修**

去る7月11日上尾中央総合病院、臨床心理士の山田裕貴先生をお招きし、メンタルヘルスについて講義をしていただきました。自分たちのメンタルヘルスを保つうえで障害となるストレスの要因や、ストレスへの対処方法など実践的な内容を学ぶことができました。日常のストレスと上手につき合いながら、良い仕事を、そして充実した生活を送っていただけるよう、皆で頑張ってまいりましょう。91名の方のご参加、ありがとうございました。教育委員 看護師 横田千穂

患者さんと職員とで「ワッショイ! ワッショイ!」と大きな掛け声の中、手作りのお神輿を元気いっぱいに担ぎました。

「ヨーヨー釣り」では、「赤色がいいわね!」「黄色っぽいのがいいかな!」と、好みのヨーヨーを一生懸命に釣る姿とともに、沢山の笑顔と笑い声が溢れ、大いに盛り上がった夏まつりとなりました。

August
8月25日
夏まつり

お楽しみ会

患者さまの声 Q&A

A 心のこもったお言葉をたくさん頂戴し、ありがたく思います。頂いたお声を励みとして皆様に満足して頂けるケアが出来るよう努力してまいりますので、これからもごお願いいたします。

思いやりのある感じの院だと思えます。大変かとは思いますが、これからも頑張ってください。

こちらに来て一番感じたのは受付の感じがとても良く、また、看護師さん達も親切で家庭的なところです。このようにスタッフの方々にお世話して頂き、家族としても安心してお願いが出来ます。ありがとうございます。

どのスタッフの方々も、嫌な顔もせずに明るく振舞い、対応に満足しています。「感謝の気持ちを伝えるのは、とても気持ちの良いもので、感謝の満ちた足ではなく、やみくもに満ちたのは、嫌なところが探せないほど感じの良い病所です。

認知症を予防しましょう!!

— 第1回 市民公開講座「日常生活上の注意点」を終えて —

看護師 伊藤 智子

去る7月11日開催の市民公開講座には、24名の地域の皆様にご参加頂き有難うございました。今年度のテーマを「認知症予防」とし、今回の日常生活上の注意点では、普段の何気ない動作も意識して行うだけで認知症の予防になるというお話をさせていただきました。



後半のレクリエーションでは、音楽に合わせた運動で、一つひとつの動作を意識しながら身体を動かすことで認知症の予防に繋がること、体験を通してお伝えできたかと思えます。笑顔で楽しそうに参加されていた皆様より『とても楽しい講座でした。寝たきりにならないように頑張りたい』『今日学んだことを活かしていきたい。身近で講座を開いて頂き嬉しいです』といったお声を頂戴し、認知症に対するご理解と、意識の向上に少しでも貢献できたことを嬉しく思いました。



第2回公開講座は、11月14日、12時より「認知症予防に効く栄養」についてです。どうぞお楽しみに。たくさんの方のご参加をお待ちしています。



こんにちは! /

オレンジカフェ “おおや” です!



8月の写真より

オレンジカフェは、認知症の方やその家族の方、お世話をする方、認知症に関心のある方々がお茶を飲みながら語り合い、リラックスするところです。認知症に関するミニ講座や予防体操に手遊び、認知症の相談やチェックなどで情報交換を行なっています。9月のミニ講座は、当院の看護師による「認知症の人の世界」と題し、認知症の人の不安な気持ちや感じ方など、そしてその対応についてのお話でした。

今後のミニ講座は、10月に「認知症への対応」、11月は「認知症に良い食事」、12月には「認知症と薬」と続く予定です。オレンジカフェは毎月第2木曜日の午後1時半から3時半まで、上尾中央第二病院包括棟会議室にて開催しています。事前申し込みは不要で、参加費はお茶代として、お一人様100円です。お気軽に遊びにいらしてください。お待ちしております。

上尾市大谷地域包括支援センター 佐々木 円

日時	毎月 第2木曜日、午後1時30分～3時30分
場所	上尾中央第二病院 (旧甞生病院) 包括棟1階会議室
参加費	お一人様100円 (お茶代として)



6月下旬に幼稚園児が中心となって、保育室の畑にキュウリとミニトマトの苗を植えました。天候

にも恵まれてか、キュウリが33本、ミニトマトは155個と大豊作となりました。

おやつ時間にミニトマトとスティック状にしたキュウリを出すと、子供たちはマヨネーズを付けたりして大喜びで食べてくれたので、食育にもつながったようです。

たんぼぼ保育室 須貝 静佳

インフルエンザ予防接種のご案内

いよいよインフルエンザの季節がやってきます。例年通り予防接種を実施しますので、ご予約の上ご利用ください。なお接種開始日は上尾市広報にてご確認をお願いいたします。

- ①上尾市高齢者インフルエンザ
- ②一般(16歳以上)インフルエンザ



上尾市高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種実施中です。

人間ドック・各種健康診断実施中
上尾市特定・後期高齢者健診10月30日迄
上尾市各種がん検診11月30日で終了となります。

まだお済みでない方のご予約をお待ちしております。
こちらは、ネットでの予約も可能となりましたので
どうぞご利用下さい。

上尾中央第二病院

— お問い合わせ・ご予約 —
048-781-1902または1101
受付時間：祝日を除く、月～金曜日9時～17時

編集後記

毎日に秋も深まり、そろそろ紅葉の美しい季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしですか。

さて、秋といえば昔から“○○の秋”と言いまして、人それぞれに○○の中に入る文字が違うようで、皆さんどんな秋とされるのか楽しみです。私はといえば読書の文字を入れました。何冊読めるかは分かりませんが、挑戦しています。

皆さまにおかれましても充実した季節となりますようお祈りいたしております。

広報委員 看護師 大園 桃華

