

# 常滑市民病院だより

発行者：病院長 中山 隆  
編集：病院広報委員会  
第63号  
2013年4月1日発行



～ 今年度の新人看護師です ～

## — 第63号の内容 —

- \* 「平成25年度の始まりにあたって」  
常滑市民病院事業管理者兼院長 中山 隆
- \* 「新人の声」  
新人看護師のみなさん
- \* 「健康講座」  
整形外科部長 石井 信和
- \* 「病院祭を終えて」  
岩本 すず
- \* 「新任医師紹介」

## 「平成25年度の始まりにあたって」

常滑市民病院事業管理者兼院長 中山 隆

平成25年度が始まりました。年度の初めにあたって、新たな気持ちになると同時に、毎年毎年どんどん速く一年が過ぎていくのを感じます。また今年は、例年に比して桜の開花も早く、毎日がせかされているように感じます。

私ですが、この度、市民病院が地方公営企業法の全部適用となり、片岡市長より市民病院の事業管理者という辞令を頂くことになりました。あまり聞きなれない名称かと思いますが、病院経営の最高責任者のような存在です。当分院長も兼ねるかたちですが、市民病院が医療内容、経営、人事などいろいろな面で迅速に独自の判断で実行できることが多くなります。もちろんそれは同時に事業管理者として、すべての面で重い責任も負うことにもなります。正直言ってかなりのプレッシャーを毎日感じています。

また今年度は、当院始まって以来の多くの新職員の採用の年となりました。いろいろな職種の人が、そして学校を卒業したばかりの人から既に十分経験を積まれた人まで、多くの方々が、私たちの新しい仲間として参加していただけることになりました。早く常滑市民病院に慣れて、実力を遺憾なく発揮していただきたいと思います。

新病院に向けて実施設計、施工業者の選定がなされ、本年度の秋には工事が着工します。昨年度は私たちの努力が少しずつ実を結び、夢が着実に近づいて来るといふ少し楽しい一年でした。しかし同時に私たちの大事な仲間である外科の小林英昭先生を病で失うという悲しい一年でもありました。常滑市の地域医療を守り、経営を改善し、新病院を建設するというどれ一つとっても簡単ではないことを、すべて実現しようとして一丸となって頑張ってきた職員の健康の大事さを認識させられた一年でした。

また今年一年一生懸命頑張ってきてまいります。市民の皆様のご理解ご協力をお願い申し上げます。

# 「新人の声」

今年も沢山の新人職員が入職しました。今回の病院だよりでは「新人の声」として就職して感じたことや、抱負を述べてもらいます。すべての新人職員の声を載せたかったのですが、紙面の関係上、3名の新人の看護師さんをピックアップしました。今後他の職種の新人の方の声も紹介していきますのでよろしくお願いします。

## 看護師 奥村 文那

私はこの常滑市民病院へ無事に入職することができ、今では優しい看護師さん達に指導してもらいながら、毎日とても楽しく感じています。初めは不安と緊張でいっぱいでしたが、病院内で通り過ぎる度に明るい笑顔で挨拶や、「大丈夫？頑張ってるね」と声をかけていただき、一人一人の対応にとっても驚き感動している毎日です。就職してから約1カ月が経ち、今ではこんな看護師になりたいなど、自分の夢の看護師像というものが段々と浮かび上がってきているところです。私が看護師になりたいと夢を抱き始めたのは、祖母が入院したことがきっかけでした。看護師という職についてまだ無知な頃、小さいながらも当時の看護師さんの対応の素晴らしさを強く感じたのを今でも覚えています。その頃からこの常滑市民病院で働きたいと思い、夢を追い続けてきました。今ではこうして夢がかなえられたことをとてもうれしく思っています。あのころに見た優しくて明るい頼りある看護師さんのイメージは就職した今でも変わっていません。現在はローテーション実習でいろいろな病棟へ行き貴重な体験をし、毎日たくさんのことを学ばせていただいています。これからは自分が働きたいと思う病棟で、優しくて明るく頼りある看護師になりたいと思っています。

私はこの病院に看護師として働くことができ本当に誇りに思っています。どんな辛いことがあっても、逃げず立ち向かい、気合いと根性で看護師として自分が選んだ道を歩んでいきたいと思っています。

## 看護師 神谷 奈々江

就職して早1カ月、あっという間の1カ月でした。私は恥ずかしながらはじめての社会人をスタートさせました。看護師になれたという実感もわかぬまま、桜舞う常滑市民病院の門を不安と期待を抱いてくぐりました。ローテーション研修では各病棟の先輩看護師の皆さんがとても温かく迎えてくださり、なまり言葉のぬけない不器用な私にも、丁寧にご指導してくださいます。グループの同期の皆にも助けられています。私が理解できるまでとことん付き合ってくれます。久米看護局長はじめ水谷部長のバックアップや先輩方の笑顔の挨拶に、日々元気をもらっています。こうしてもらってばかりの私なので、今度は患者さんに私が少しでも元気や心の安らぎを感じていただけるような看護師になりたいです。常滑市民病院はこのように患者さんにだけでなく、スタッフ同士でも元気をもらえる場所だと思います。不安はまだまだ尽きませんが、一つ一つ出来る事や笑顔を増やせるよう精進していきたいです。

## 看護師 服部 達也

常滑市民病院に就職して1カ月が過ぎようとしています。今はローテーション研修を行っており、各病棟や、手術室、腎センターなどを回り、それぞれの構造や機能を学び自分がどこで働きたいのかを考えています。常滑市民病院ではローテーション研修を行って実際の現場をみてから配属の希望が出せるので、とても働きやすいと思います。ローテーション研修では先輩の看護師さんが優しく手順の確認や、アドバイスをいただけるので、新人の私たちでも安心してケアを行うことができます。今は新人で出来ないことが多いですが、実際に配属されてからは、多くのことを学び早く一人前の看護師になれるよう頑張りたいと思います。





# 「骨太教室はじめました ～介護を必要としないために～」

整形外科部長 石井 信和

ところで、常滑市内には骨粗鬆症の人はどれくらいいるのでしょうか？驚くほどに多く、おそらく驚くほどに治療されていないのが現状です。

## 「健康寿命」という言葉をご存知でしょうか？

「日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間のこと。」です。少しでも元気な期間を長くして寝たきりの時間を減らしたいものです。

介護の原因になるものは平成22年の調査で、脳卒中(脳梗塞や脳出血など)が21.5%、認知症が15.3%、高齢による衰弱が13.7%、関節疾患が10.9%、骨折・転倒が10.2%、心疾患が3.9%と続きます。整形外科に受診する関節疾患や骨折・転倒で全体の20%以上を占めます。

## 関節疾患ってなんだろう？

病気や薬によるものもありますが、圧倒的多数は加齢と筋力低下による関節の変形や痛みです。重度の関節疾患であれば手術治療をおこなうこともあります。多くは薬の内服や注射により症状緩和の治療をおこないながら筋力強化をします。筋力強化により関節の安定性が高められれば、痛みや生活への支障は軽くなります。

## 骨折・転倒でどうして介護が必要になるの？

「筋力低下による転倒」+「骨粗鬆症」で骨折のリスクが高くなります。加齢によるバランス低下や筋力低下により転倒しやすい状態であることに加え、骨の強度も落ちていけば、若い時と比べて骨折の危険性が大きくなります。つまり転倒の予防と骨粗鬆症の発見と治療が重要になります。

## 骨粗鬆症の予防と治療

特に女性のばあい、閉経でエストロゲンという女性ホルモンが減少すると、急激に骨が弱くなります。若いうちに運動でしっかりと骨と筋肉を「貯金」しておくことが大切です。早期発見には40歳を過ぎるあたりから骨密度を測るとよいでしょう。それ以降も、筋力強化による転倒予防が必要です。また筋力強化になる運動は骨を強くする刺激になります。弱ってしまった骨を強くするためには、カルシウムやビタミンの補給、骨代謝を改善させる薬剤があります。

骨粗鬆症の有病率は10%近く、約1100万人いると推計されます。人口比で言えば常滑市内でも5000人以上が要治療のはずです。しかし、そのうち治療されている人はまさに氷山の一角であり病院やクリニックの努力にだけでは限界があるでしょう。そのため、本年度から「骨太教室」として地域の皆さんに骨粗鬆症を知ってもらおう機会をつくりました。みなさんで骨粗鬆症について学んで、元気な常滑市にしましょう。

ほねぶと きょうしつ  
**骨太教室のお知らせ**

骨密度をはかってみましょう

Q.こんな症状ありませんか?

背中が丸くなる 身長が低下 腰や背中が痛い 骨折しやすくなる

寝たきりにならないためにも、骨粗しょう症予防について知りたい方、骨太教室に参加してみましょう!

	内容	講師	時間
4/26 (金)	骨粗しょう症とは?	整形外科部長 石井先生	15:00~ 16:00
5/24 (金)	・骨粗しょう症予防の食事について ・骨粗しょう症の薬について	栄養士 薬剤師	15:00~ 16:00
6/28 (金)	・骨粗しょう症予防の運動について ・骨密度検査結果の説明及び、日常生活の注意点	理学療法士 看護師	15:00~ 16:30

参加費: 骨密度測定あり(テキスト代含む) 1000円  
骨密度測定なし(テキスト代のみ) 200円  
場 所: 常滑市民病院5階会議室  
申込・問い合わせ: 常滑市民病院 総合受付 0569-35-3170

# 「病院祭を終えて」

病院祭は今年で2回目を迎えます。病院を訪れる方々からは、病院祭を楽しみにしてくれている方が多く、病院スタッフ一同新たな気持ちで、いろいろな方々と触れ合うことができました。ありがとうございました。今回紙面を借りて、病院祭に来てくれた方のお便りを一通紹介したいと思います。

## 小学4年生 岩本 すず

私は、病院祭で手術室にはいろいろなはさみやピンセットがあって、すごいなぁと思いました。おなかの中に石ができていて、それを小さなふくろに入れる事は、すごいなぁと思いました。レントゲンではドーナツみたいな所が磁石でできていて、ベルトの鉄のところがすごくひっつきそうになっていました。ダンスを見た時、私もやりたいなぁと思いました。ダンスで小さい子のダンスもかわいかったです。バザーではハンカチ一枚、貝殻、赤い砂が入ったビン、鉛筆一本を買いました。とても安くてびっくりしました。お昼ごはんは、五平もち、焼きそばを食べました。2つともすごくおいしかったです。救急車の運転席にのって、運転のふりをしました。シートがすごく座り心地が良かったです。

入院しないと見えないところが見えて、とてもうれしかったです。私は将来の夢が看護師になることです。手術室とかいろいろなところが見えて勉強になりました。



## 【新任医師紹介】

<ul style="list-style-type: none"> <li>●氏名 おかだ あきこ <b>岡田 明子</b></li> <li>●担当科 外科</li> <li>●前任地 がん研有明病院</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●氏名 むとう まさたか <b>武藤 真隆</b></li> <li>●担当科 整形外科</li> <li>●前任地 半田病院</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●氏名 やまかわ <b>山川 めぐみ</b></li> <li>●担当科 眼科</li> <li>●前任地 名古屋市立大学病院</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●氏名 いわさき じん <b>岩崎 仁</b></li> <li>●担当科 内科</li> <li>●前任地 常滑市民病院(研修医)</li> </ul>



## 編集後記

平成25年度が始まりました。常滑市民病院は平成27年新病院開院に向けて、一步一步前進しています。最近病院を訪れる方々から、病院のシステムやスタッフの対応に関して、おほめの言葉をいただきます。今年度もスタッフ一丸となり、より良い病院となるよう頑張りますので、よろしく願いいたします。(編集担当)