

# シンフォニー

地域と医療が奏でる♪

NO.  
**56**  
January

年3回発行(1月・5月・9月)



中学生向け手術支援ロボットダビンチリアル体験

特集：令和六年 年頭のご挨拶／

イベント開催「ふれあい看護体験」「ダビンチ体験」「救急の日体験」

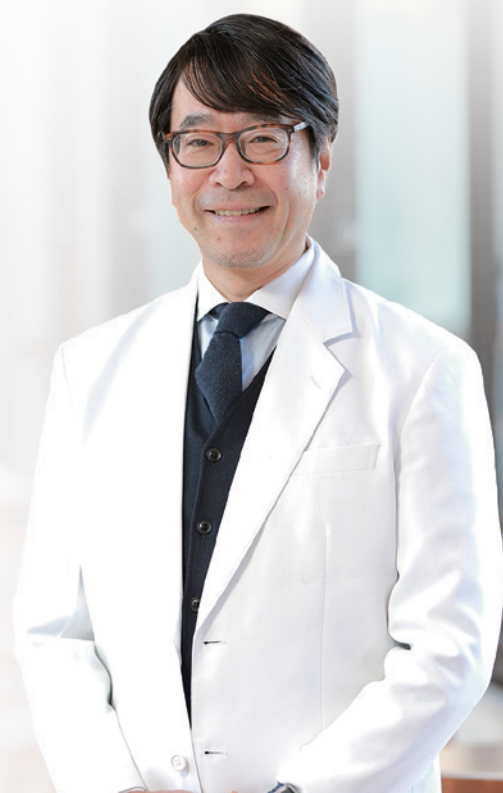
謹んで初春のお慶びを申し上げます

昨年はCOVID-19が5類感染症に移行したことで、世間的には晴れやかな気分が広がっています。飲食店や観光地は賑わいを取り戻し、外国人観光客の姿もたくさん見かけるようになりました。当院でも長らくストップしていた入院患者さんへの面会を10月から再開しています。しかしCOVID-19はこの世から消えたわけではなく、相変わらず脅威の存在です。当院では、引き続き院内でのマスク着用と手指衛生、職員の体調管理、発熱患者さんの速やかなPCR検査などを徹底していきます。

診療面では、一昨年に開始した外科領域のダビンチ手術は順調に症例を重ねております。多職種からなるダビンチチームが活発に活動しており、毎週のミーティングで丁寧な振り返りを行うことで、手術の質向上や若手スタッフの人材育成に大きな効果をあげています。昨年は中学生とその家族を対象にした「ダビンチ手術体験イベント」を2回開催し、多くの参加者に楽しんでいただきました。

前回のシンフォニーでも紹介しましたが、臨床倫理コンサルテーションチームや認知症ケアサポートチームなど、新しく立ち上げた多職種チームも活躍しており、メンバーそれぞれが専門性を発揮しながら、患者さんを中心とした質の高い医療を提供しています。また、昨年も多くの職員が難易度の高い専門資格を取得しており、病院の未来を担う若手人材が続々と頭角を現してきています。

昨年8月には「紹介受診重点医療機関」に認証され、ますます地域での役割が明確になっています。国の方針として、患者さんはまずかかりつけの先生に診ていただき、そこで高度の医療が必要と診断されたら、当院をはじめとする「紹介受診重点医療機関」にご紹介いただくことで、多くの方に適切な医療を受けいただくことができます。幸い地域の病院・クリニックには優れた先生が多く、これからも密に連携をとりながら診療を行っていきます。



院長 藤岡 丞



ダビンチ手術体験イベント



救急の日イベント

今年も地域の医療に貢献できるよう、職員一同で頑張っております。  
どうぞよろしくお願い申し上げます。



## 地域の皆様にもっと病院を知っていただくために 「体験しよう!学ぼう!」をテーマにイベントを開催



### ふれあい看護体験

高校生対象



当院では、看護職を目指している、または看護に興味のある高校生を対象に、毎年「ふれあい看護体験」を5月に行っていました。ここ数年はコロナ禍で実施していませんでしたが、今年は夏休みの時期8月18日（金）に開催することが出来ました。40名以上の応募をいただき、午前の部・午後の部と2部制にして実施しました。

内容としては、ユニホーム着用体験・聴診体験・血圧測定・酸素飽和度測定・車椅子やストレッチャーの試乗と移送・手洗いチェッカー・AEDの説明と胸骨圧迫の実施・院内見学等を行いました。皆、生き生きとした表情で楽しそうに体験をしていました。最後にアンケートを取りました。「色々な体験が出来て楽しかった。初めて知ったことが多かった。改めて看護に興味を湧いた。看護師になりたいと思えた…」など、沢山の感想をいただきました。また来年も開催する予定です。この体験をきっかけに多くの方が看護に興味を持っていただけると、とても嬉しく思います。



### ダビンチ体験会

中学生対象



ダビンチとは手術を支援するロボットです。当院では昨年より医療に興味のある市内中学生を対象に「最先端手術ロボット ダビンチを触ってもらおう!」と銘打って、ダビンチチームを中心に体験会を年2回開催しています。

今年は夏休み中の土曜日に開催し、親子で合計8組16名が参加しました。

ダビンチについての説明の後、手術着に着替えて手術室へ。初めて入る手術室に興味深そうです。手術室ではダビンチ体験だけでなく、心電図モニターの装着などベッドに寝てもらった患者体験、内視鏡操作体験も行いました。ダビンチと内視鏡では医師が実際に手術で行う、糸結びや糸切りを体験してもらいましたが、医師の説明を聞きながら、どの子も指示通りに出来ていて驚きました。「将来は医師になりたい!」「手術室で働きたい!」など、体験を通して医療にさらに興味を持ってもらったようです。子供たちはもちろん、保護者の方からも好評でしたので、来年度も企画したいと思います。



### 救急の日

小学校高学年対象



「9月9日は救急の日 みんなもできる!応急手当を学ぼう!」と銘打ち、小学校高学年の児童とその保護者を対象にイベントを行いました。

イベントでは、けがをした時の対処法や包帯法、三角巾などの使用方法のほか、身近にあるものを使った手足の固定方法を自分たちで考えたり、胸骨圧迫やAED、イベントの最後にはOS-1の試飲を行うなど、短い時間の中ではありましたがたくさんの体験ができました。今回のイベントには救急部の医師や看護師だけでなく、臨床工学技士や臨床検査技師、理学療法士など多くの職員も携わり開催されました。イベントの中ではそれぞれの仕事についての説明もあり、あまり聞きなれない職業と業務内容に興味深そうに聞き入る姿も見られました。

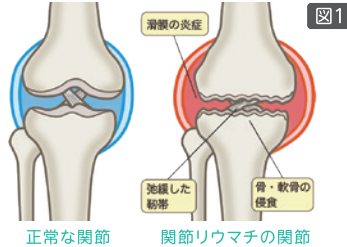
救急部としては初めての子ども向けのイベントでしたが、参加した児童や保護者の方、そして職員からも「楽しかった!」と言ってもらえるようなイベントになりました。今後も、地域の皆様と触れあっているようなイベントの開催を企画していきたいと思います。





科長 高木 賢治医師

## リウマチ性疾患の最適医療



リウマチ膠原病ケアサポートチーム

分子標的薬の出現はリウマチ性疾患の治療を大きく進歩させました。分子標的薬は代表的には生物学的製剤、低分子化合物(JAK阻害薬)に大別され(表1)、専門医はそれらをどう使いこなすかが大事になってきます。代表的な疾患である関節リウマチは図1、図2のような病態の進行も想定され、早急な対応が必要とされます。現在関節リウマチの治療薬として、生物学的製剤は9剤、JAK阻害薬は5剤がそれぞれ保険適用になっています。

しかしながら1)標準治療で目標に到達しない治療困難症例2)薬剤中止後の寛解維持困難症例3)日常診療で使用されて明らかとなった新たな安全性などといった問題が生じています。

将来的には、各疾患の病態の理解とそれに沿った治療選択、さらに個々の患者さんについての層別化とそれに伴う治療の調整が行われていくと思います。

関節リウマチの病態と評価・治療目標

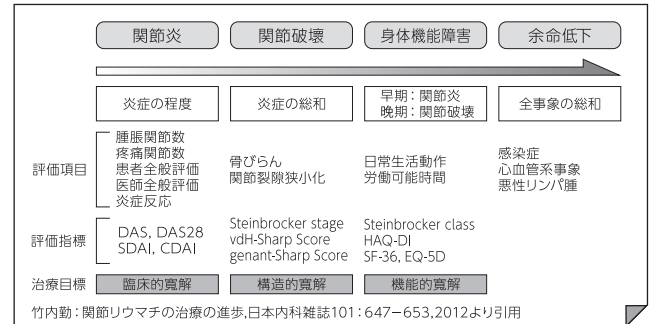


表1) 生物学的製剤と低分子化合物(JAK阻害薬)の比較

	生物学的製剤	JAK阻害薬
性状	抗体	低分子化合物
分子量	9-15万Da	500Da以下
標的分子	細胞外または細胞表面受容体	細胞内
投与経路	注射	経口
サイトカイン阻害	単一	複数
作用時間	長時間	短時間
半減期	4-14日	3-8時間
メトトレキサート併用	TNF阻害薬では一部必要	比較的低い

そこで当科は質の高い診療を行うために多職種連携チームを立ち上げ患者さんに寄り添う医療を目標として活動しています。多職種チーム(図3)とは医師、看護師、薬剤師、理学療法士/作業療法士、臨床検査技師、管理栄養士からなりミーティングを毎月1回行い、事例検討を行っています。また同様のメンバーで、週1回病棟スタッフと合同カンファランスを実施しています。最適な医療を追求し患者さんに少しでも満足していただくように、今後も当科は努力していきたいと思っています。

多職種チームの役割 図3



### 医師

膠原病・リウマチ疾患の早期診断・早期治療介入を実現させつつ、安全・安心とともにその医療が継続できる環境を提供する為、診療に関して医師だけでなく多職種の意見を十分に反映して行く。またチームリーダーとしてチーム活動の円滑な運営を図る。



### 看護師

看護師は総合的な疾患管理に参画するとともに、患者の家族や周囲の人々とも連携しながらニーズに応じた支援を行う。更に患者と医療者を繋ぐ役割や医療者間との連携を図る。



### 薬剤師

患者の病態や治療法、日常的な注意点などの説明を始めとした薬剤師として伝えなければならない情報だけでなく、薬剤師として取得している知識や情報を駆使して患者のトータルマネジメントに深く関わる。



### 理学療法士

ADLの改善・維持から患者が望む自分らしい社会的寛解とQOLの向上・維持を目指し、患者のライフステージやペイシエント・エクスペリエンス(患者経験価値)に沿った要望や問題点を把握した上で、適切で明確な治療目標を設定しそれらを多職種で共有する。



### 作業療法士

オリジナリティーに溢れた自作自励具や生活者の視点での関節保護法、装具療法などを駆使して普段の生活を楽にする、あるいは社会参加を楽しむための介入を行う。



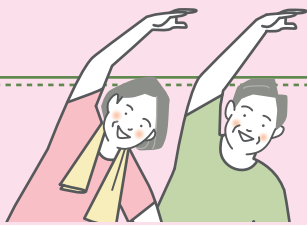
### 臨床検査技師

検査の観点から診療の向上を補助し、患者情報を共有していく。関節エコーを応用し、病態評価の信頼性を向上させ、早期の正確な評価を行い寛解へと導く一助となるよう努める。



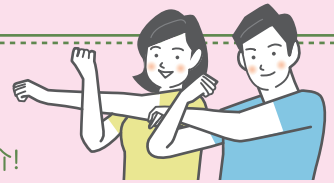
### 管理栄養士

個々の患者の栄養評価を行い、身体状況、病態に沿った栄養内容を提案、実施する。更に栄養状態は疾患治療に大きく影響することから、入院前から入院中、退院後までシームレスな栄養サポートを行う。



# 健康たいそう講座

当院リハビリテーション科スタッフがおすすめの体操をご紹介します!



## フレイルを ご存知ですか?



加齢やさまざまな要因により、体や心が弱ってしまった状態のことを「フレイル（虚弱）」と言います。フレイルの状態をそのままにしておくと心身機能がさらに低下して、要介護のリスクを高めやすくなります。

### フレイルのセルフチェック（簡易版）

- 6ヶ月間で2~3kgの体重減少がありましたか?
- 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと感じますか?
- ウォーキング等の運動を週1回以上していない
- 5分前のことが思い出せない
- (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする
- 3つ以上当てはまればフレイルの状態

## 自分でできる対策

### 運動

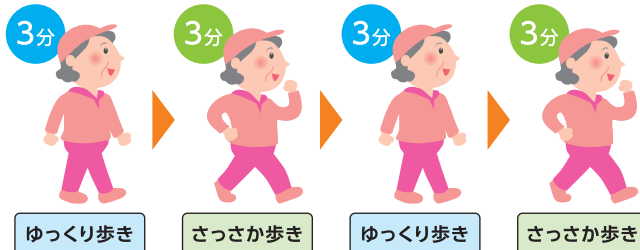
#### 筋トレ・ウォーキングなど

運動は筋力強化だけでなく、食欲や心の健康にも影響します。ウォーキングなどの有酸素運動や筋トレが効果的です。

運動時間を十分に確保できない場合は今より10分多く体を動かす意識を持ちましょう。

#### 効果的な歩き方

通常の散歩よりも筋力・体力向上が期待できます。



※さっさか歩き：ややきついと感じる程度の早歩き

#### おすすめ筋トレ スクワット



## フレイル 予防

### 栄養

#### 食事の改善

食事は活力の源です。バランスのとれた食事を3食しっかりとりましょう。また、お口の健康（口腔ケア）にも気を配りましょう。

#### 口腔の ストレッチ (膨らませ体操)



噛むことや飲み込みの力を高めます。口を閉じて、写真の順で頬を膨らませます。 <ご近所型介護予防プログラム集より引用>

### 社会参加

#### 趣味・ボランティア・通いの場など

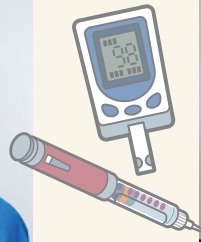
趣味やボランティアなどで外出することはフレイル予防に有効です。自分に合った活動を見つけましょう。

#### 通いの場の風景



「通いの場」とは地域住民同士で運営されているコミュニティです。重りを使った百歳体操を実施したり、歌唱や脳トレなどさまざまな活動をしたりしています。

ご興味のある方はお近くの  
「地域包括支援センター」へご連絡ください。



糖尿病看護認定看護師 飯島 香織



糖尿病療養チーム



カンファレンス風景

糖尿病の治療の目的は、合併症の発症と進行を抑え、健康な人と変わらない生活の質と健康寿命を保つことです。そのためには、早期からの血糖、血圧、脂質の厳格なコントロールが重要になります。糖尿病は、残念ながら「治す」のではなく「コントロールする」病気です。一生付きあっていかなければならない病気のため、生涯にわたり療養行動を継続する事が必要な疾患です。

糖尿病は、出来るだけ早く積極的に治療に取り組み、健康的な人と変わらない人生を楽しむことが可能になります。そのためにも、まずは糖尿病についてしっかり理解し、コントロールの基本を知る事。そして自分にできる正しいコントロール法を見つけ、継続していくことが合併症予防に繋がります。そのためには病状に合わせて食事・運動療法や内服・注射薬、さらに医療機器を使い個々の生活環境に合わせたオーダーメイドな治療の継続が必要になります。

当院では、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、医療事務職などの多職種が参加する糖尿病チームで定期的話し合い、患者さんが自身の生活や身体状況に合わせた治療行為を選択できるように、多様なニーズに対応できるように環境を整えています。

■ 当院で導入している医療機器

- インスリンポンプ
- 血糖測定機器 (free style リブレ、Dexcom G6)

■ 当院で導入している主な指導内容

- 足のケアについての指導 (フットケア)
- 透析導入にならないようにするための指導 (透析予防指導)
- 日常生活を確認し、個々に合わせた療養行動の指導内容を実施中 (看護師、管理栄養士)
- 糖尿病教室 (現在、YouTubeで動画配信中)



現在行っている方法が正しいコントロール法なのか？

自分に合ったコントロール法がわからない!という方は、医師や看護師、管理栄養士へお気軽にご相談下さい。

薬剤師のつぶやき..



花粉症の準備はお済ですか？



毎年春になるとくしゃみや鼻水、目のかゆみなどの花粉症の症状に悩まれる方も多いと思います。アレルギーの薬を飲んで眠くなってしまふこともあります。まだ1月なのでスギ花粉症には早いとお思いかもしれませんが、抗アレルギー薬ではない治療法をご存じでしょうか。『減感作療法』といって、アレルギーの成分をほんの少しずつ体内に摂取していくことでその成分に慣れていき、アレルギー症状を減らしていく治療法です。当院ではスギ花粉症に対してシダキュアスギ花粉舌下錠を採用しています。1日1回1錠、舌下投与します。花粉のシーズン以外も数年間は続ける必要があります。

今までの治療でお困りの方は、新しい治療法を検討してみたいかがですか。ただし、治療を開始する前にスギ花粉へのアレルギーであるかの検査が必要であり、またスギ花粉の多く飛散している季節には治療を開始できません。希望する方は一度、医師に相談してみてください。

# 栄養 アラカルト

入院中の食事を少しでも楽しんでいただけるように、当院では毎月の行事食に加え、スイーツデーや郷土食を提供しており、患者さんに好評をいただいています。



アスパラガスプリン



サンマーマン(神奈川県)

## 腸を整えて、免疫力をアップしよう!

### 腸内環境は免疫力の要!

腸には免疫細胞の7割が存在していると言われています。腸内細菌は様々な菌がお互い作用しあって、健康を保っており、「多様性(種類が多いこと)」と「バランス」が大切です。



### ポイント 1 食物繊維をとろう!

腸内細菌の餌となります。

【例】雑穀、豆類、海藻類、野菜類、キノコ類



### ポイント 2 発酵食品をとろう!

腸に有益な菌を直接とりましょう。

【例】みそ、キムチ、納豆、ヨーグルト、チーズ



### ポイント 3 栄養バランスのよい食事をとろう!

動物性蛋白質や脂質の多い食品に偏った食事は腸内細菌のバランスを崩す原因になります。

### ポイント 4 適度な運動と休息でストレスをためないように!

## 食物繊維もとれる!もやしとえのき入りつくね



### 材料(4人前)

- ★鶏ひき肉 ..... 250g
- ★えのき ..... 50g
- ★もやし ..... 100g
- ★卵 ..... 1個
- ★パン粉 ..... 大さじ2
- ★塩・こしょう ..... 少々
- [タレ]
- めんつゆ ..... 大さじ2杯
- 水 ..... 100cc
- 片栗粉 ..... 小さじ1杯

### 作り方

- ①えのきともやしをみじん切りにする
- ②★をあわせて、粘り気がでるまでよく混ぜる
- ③小判型に成型する
- ④熱したフライパンに油をひき、両面焦げ目をつけて焼く
- ⑤水大さじ1を入れて蓋をし、2~3分蒸し焼きにする
- ⑥タレをいれて良く絡ませる

## 近隣施設紹介

### 介護老人保健施設 アーバンみらいハートランド東大宮

さいたま市見沼区にある入所定員154名の介護老人保健施設です。大規模ですが、各フロアが約25名に分かれているため、きめ細やかなケアが可能です。在宅復帰を目指すためのリハビリテーション施設として、セラピストによる個別リハビリに加え、ご利用者が日常の中で楽しみながら、自然とリハビリができる環境をフロア各所に設けています。さらに、施設独自の通貨制度と連動して多職種協同で活動的に実践しているのが特徴です。



医療機関名	介護老人保健施設 アーバンみらいハートランド東大宮
住所	埼玉県さいたま市見沼区春野2-9-22
電話番号	048-682-7055
問い合わせ先	相談室
定員情報	入所定員:154名(一般棟:102名 認知症専門棟:52名) 通所定員:100名
駐車場	15台完備



## 外国人技能実習生受け入れの活動

技能実習制度は、開発途上国等の外国人を日本で一定期間受け入れ、医療・介護技能等の移転を図り、開発途上国等の経済発展を担う「人づくり」に協力することを目的としている制度です。2017年11月1日に外国人技能実習制度に介護職種が追加され、上尾中央医科グループにおいても、外国人技能実習生の受け入れ事業を開始しました。現在まで約130名の技能実習生を受け入れています。

当院は今年初めて、ベトナムから2名の技能実習生の受け入れを行いました。8月に入国し、群馬での1か月間の全体研修を終え、9月中旬から当院での介護の技能実習を開始しています。介護の資格をとりたいたいという将来の目標をしっかりと持って、慣れない環境での不安もたくさんあると思いますが、日々、とても真面目に取り組んでいます。誠実に技能実習と向き合う姿に、受け入れているこちら側が、日々の技術を振り返り、そして学び得る事も多くあります。そして、時々見せる可愛い笑顔は接した職員の心をはぐちりと癒し、「親心」のような気持ちを芽生えさせています。日常的に日本語に触れながら仕事をしていく環境と2人の努力で、今後はどんどん日本語の能力も伸びていくことでしょう。

日を追うごとに緊張も和らぎ2人の笑顔も増えてきました。笑顔で患者さんや職員と談笑している姿は微笑ましく、3年間、当院での実習を「頑張ってもらいたい」と心から願います。



### 診療実績

(2023年8月～2023年11月平均)

入院稼働率	92.7%	救急搬送件数	620件/月
1日平均入院患者数	278.6人	手術件数	274件/月
平均在院日数	14.2日	紹介患者数	813件/月
1日平均外来患者数	533.5人		

### 病院理念

私たちはホスピタリティの精神で患者さまと感動を共有し、高度の急性期医療で地域に貢献します。



### 基本方針

1. 職員ひとりひとりの成長を支援する
2. 医療の質を高める努力を継続する
3. すべての顧客（ステークホルダー）の満足度を高める
4. 健全な経営を行う

### 交通案内図



JR	宇都宮線・湘南新宿ライン・上野東京ライン 「土呂駅」東口より 徒歩約11分
東武アーバンパークライン	「大宮公園駅」より 徒歩約9分
自動車	首都高速埼玉新都心線「さいたま見沼」ICより 約18分 東北自動車道「岩槻」ICより 約21分

