北茨城市民病院　広報誌 Ohisama

おひさま

2016.12

vol. 1

北茨城市民病院・北茨城市民病院附属家庭医療センター

KITAIBARAKI CITY HOSPITAL

笑顔・やさしさ・思いやり

ご挨拶……2

☆今号のトピックス「認定看護師ってどんな看護師？」……3

肝機能検査 / 動脈硬化外来のお知らせ……3

市民病院BBQ大会 / 地域連携サロン……4

新任医師ご紹介 / 訪問看護室開始について……5

連携医療機関ご紹介 / 編集後記……6

ご挨拶

北茨城市民病院
事業管理者 田渕（たぶち） 崇文（たかふみ）

朝夕冷え込み、紅葉も進み、冬支度の季節になりました。
今年も残り1か月となり、時が進むのが早く感じられます。この度、北茨城市民病院の広報誌を皆様のお手元に届けられるようになりました。北茨城市民病院は市民の病院ですが、医師不足もあり、十分な医療提供は出来ていません。医師確保に鋭意努力しています。また、病院は閉鎖的でサービスが悪いとよく言われます。これから、広報誌を通じて、健康に関する事のみならず、さまざまな情報を発信し、開かれた市民病院にしていく所存です。市民の皆様、近隣の医療関係者の方々、ご支援の程よろしくお願い申し上げます。

北茨城市民病院
病院長 植草（うえくさ） 義史（よしふみ）

『自分の体は、自分で守ろう。』
世の中は健康に関する情報で溢れかえっています。健康や病気に関する番組がテレビに登場しない日はありません。インターネットでちょっと検索するだけで様々な情報が得られます。でも、ちょっと待って下さい。その情報はあなたにあてはまるものなのでしょうか。あなたはこの世に一人しかいません。あなたについて一番詳しいのはあなた自身のはずです。体についても知るようにしてみませんか？医学的な事でも、自分の事ならそれほど難しい事ではありません。その知識を利用してより健やかな人生を送って下さい。

北茨城市民病院
看護部長 石森（いしもり） 富美（ふみ）

少子高齢化が急速に進展する中、医療・介護を取り巻く環境は大きく変化しています。北茨城市でも平成28年10月現在、人口は43,747人、高齢化率29.8％（茨城県26.3％）となっています。国の政策は、医療や介護が必要になっても、できる限り住みなれた地域で安心して生活を継続し、人生の最期を迎えることができるように「病院完結型医療」から「地域完結型医療」に方針が打ち出されています。それに伴い当院では、更なる「地域に根差した医療」を目的に、10月に『訪問看護室』を開設しました。訪問看護とは、病気や障害を持った人が住み慣れた地域やご家庭でその人らしく療養生活を送れるように、看護師などがご自宅を訪問し、適切なケアとアドバイスで、自立援助と療養生活を支援するサービスです。
市民の皆様に選ばれ続ける病院を目指して全スタッフが心ひとつに頑張っていますのでご支援のほどよろしくお願いいたします。

認定看護師ってどんな看護師？

看護部長　石森（いしもり）　富美（ふみ）

現在、約1,150,000人の看護師が全国で活躍しています。その中で、認定看護師は2016年1月現在、15,817人しかいません。

認定看護師は、医療現場において質の高い看護を実践できると認められた看護師です。看護師として5年以上の実務経験を持ち、日本看護協会が定める615時間以上の認定看護師教育を受け、認定審査に合格することで取得できる資格です。合格後は、認定看護師としての活動と自己研鑽の実績を積み、5年ごとに資格を更新する必要があります。

どんな活動をする看護師か

患者・家族により良い看護を提供できるよう、認定看護分野ごとの専門性を発揮しながら、3つの役割「実践・指導・相談」を果たして、看護の質の向上に努めています。例えば、

- 患者・家族に対して最適な看護は何か、専門知識に基づき判断し実践します。
- 他の看護師に対し、自らが手本となり知識や技術などを指導し水準の高い看護を行えるように援します。看護の現場で直面する問題や疑問の相談相手となって、改善策を導き出せるように支援します。

認定看護分野について

当院における認定看護師

皮膚・排泄ケア　2名　　感染管理　1名　　がん化学療法看護　1名
救急看護　1名　　糖尿病看護　1名　　慢性心不全看護　1名
計7名の認定看護師が活躍しています。

21分野が認定看護分野として特定されています。

感染管理	糖尿病看護	乳がん看護
皮膚・排泄ケア	認知症看護	小児救急看護
緩和ケア	摂食・嚥下障害看護	慢性心不全看護
がん化学療法看護	脳卒中リハビリテーション看護	慢性呼吸器疾患看護
集中ケア	訪問看護	透析看護
救急看護	手術看護	がん放射線療法看護
がん性疼痛看護	新生児集中ケア	不妊症看護

※次号からは各認定看護師からの話を掲載予定です。

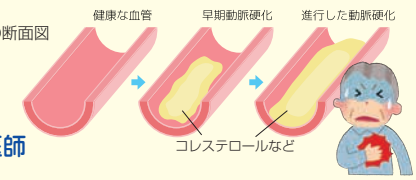
肝機能検査

血液検査の項目でよく見かけるAST（GOT）やALT（GPT）は肝細胞の中にある酵素です。肝細胞が壊れると血液中に漏れ出すため、そろって値が高くなります。

胆のう・胆道が石などで詰まるとALPやγ-GTP、ビリルビンの値などが高くなりますし、飲酒による脂肪肝ではγ-GTPが大きく異常値を示します。

肝臓は「沈黙の臓器」と言われ、疲れやすさを感じたり、黄疸などが出現した時にはかなり病状が進行していることがあります。肝臓の病気の約70％は健診で発見されていると言われ、このため１年に１回程度は健康診断を受けることをお勧めします。

動脈硬化外来のお知らせ



検査内容：ＦＭＤ（血流依存性血管拡張反応）、ＡＢＩ（上肢・下肢血圧比）、心電図、血液検査など

高血圧、脳卒中、糖尿病、脂質異常症、喫煙などによる動脈硬化の程度を測るための外来です。診察の上、血管内皮機能をみるＦＭＤや、ＡＢＩなどを行い、総合的に診断します。動脈硬化による疾患の早期発見・早期治療に有効です。

●担当医師：油井（ゆい）　満（みつる）　医師

●診療日：毎週水曜日

14:00～16:00 予約外来になります。

検査については診療日に日程を調整し、後日行います。

●予約及び問い合わせ先：北茨城市民病院　地域医療連携相談室

0293－46－1121（代表）内線　2245

市民病院BBQ大会

10月22日(土)マウントあかねにて第２回市民病院BBQ大会を開催しました。

今回は医療技術部が実行委員をつとめ、76名(こども８名)の参加があり、飲んで食べて職員同士の親睦を大いに深めることができました。

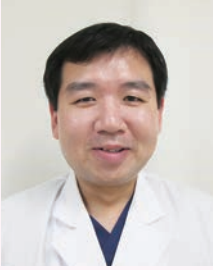
地域連携サロン

10 月 25 日 (火) に当院 4 階大会議室において「第 2 回北茨城市民病院地域連携サロン」を開催いたしました。今回は北茨城市および高萩市の医療機関から、関係者の皆様にご参加頂きました。植草義史(うえくさよしふみ)病院長より、「新病院移転から 2 年が経過した当院の現状と在宅医療の流れについて」、歯科口腔外科大森翔英(おおもりしょうえい)医師からは「当院における口腔ケアの取り組みについて」のテーマのもとミニ講演を行いました。

今回は多くのグループに同職種ごとに分かれて頂き、それぞれ情報交換やコミュニケーションを図ることで「顔の見える関係づくり」のきっかけとなりました。多くの皆様にご参加頂きまして本当にありがとうございました。今後も定期的な開催を予定しておりますので、よろしくお願いいたします。

新任の先生方の挨拶

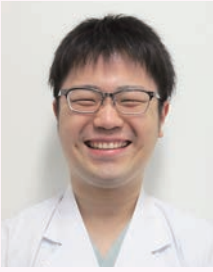
北茨城市民病院　内科　**海老原（えびはら）　稔（みのる）**



本年４月から半年間、市民病院附属家庭医療センターに勤務し、10 月から市民病院の内科に勤務させて頂いております海老原稔と申します。筑波大学附属病院で研修後、総合診療科を専攻し、筑波メディカルセンター病院、神栖済生会病院、利根町国保診療所など茨城県南の医療機関に勤務してきました。

地域の皆様のお役に立てるような診療をして参りたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

北茨城市民病院　内科　**鈴木（すずき）　秀平（しゅうへい）**



今年度から内科に勤務しております鈴木秀平と申します。

元々茨城県出身であり、こうして茨城の医療に貢献できる現状に大変感謝しております。

中高は吹奏楽（担当チューバ）、大学ではジャズバンド（担当バストロンボーン）に所属し現在も機会があるときに、たまに演奏しています。皆様にも披露できる機会があればと思います。今後ともよろしくお願いいたします。

北茨城市民病院　歯科口腔外科　**飯泉（いいずみ）　成一郎（せいいちろう）**

今年度から歯科口腔外科に勤務させて頂いております飯泉成一郎と申します。私の出身は茨城県牛久市であり、現在住んでおります北茨城市を訪れる機会はこれまであまりありませんでした。しかし、住んでみると豊かな自然と海に囲まれ、食事も美味く、穏やかな人柄の方々が多いこの場所をすっかり気に入り、充実した日々を過ごさせて頂いております。浅学非才の身なれど、周りのスタッフの方々と協力し、引き続き北茨城市の地域医療に貢献していきたいと考えておりますので今後ともよろしくお願いいたします。

北茨城市民病院で訪問看護を始めました

“長年住み慣れた我が家で、病気になっても自分らしく暮らしたい”
“家族と一緒に最期まで家で暮らしたい”

そのような市民の思いをうけて、当院では、訪問看護を10月から開始いたしました。

訪問看護とは、お子さんから高齢者まで年齢を問わず療養生活を送っている方のご自宅に看護師がお伺いし、看護ケアの提供・助言をするサービスです。

退院後に、「身体に麻痺や体力の低下がある」「食事・日常生活に不安がある」など病気・障害を持ち、ご自宅で療養生活をしている方、ご本人を支えているご家族もサポートいたします。

患者さんやご家族からは「家に帰って来て良かった。」「家に看護師が来てくれると安心する。」「病気のことを相談できる。」などの声を頂いております。

今後、多職種の方々とも連携しながら、より良い看護が提供できるよう努力していきたいと思います。

ご利用されたい方や詳細については、訪問看護室にご相談ください。

問い合わせ先：北茨城市民病院　訪問看護室
担当／小松（こまつ）、日下（くさか）、菊地（きくち）、村田（むらた）
電話：0293－46－1121（内線 2246）

連携医療機関ご紹介

荒川内科医院　荒川（あらかわ）　正吾（しょうご）先生

当院は昭和58年に開院いたしました。常磐自動車道北茨城IC付近の、磯原町豊田の団地内に位置しております。主に、一般内科を担当しており、小児内科も診察しております。

患者様は、特に磯原地区の方が多くおられます。患者様からのご紹介を通してお越しになる方もおり、地元の方々の支えも感じております。北茨城市民病院とは連携の機会も多く、当院にて対応が難しいと思われる方や患者様からのご希望があった方を紹介させて頂いています。全ての患者様を受け入れられることが望ましいのですが、実際には難しいため、地域の中核病院の北茨城市民病院にご紹介する機会も多くあります。

北茨城市民病院からは、紹介した患者様について、受診を終えた後かかりつけである当院に戻す逆紹介も多く頂いております。

同じ北茨城市内の医療機関として、今後の地域医療をともに支えていけたらと考えております。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

荒川内科医院（茨城県北茨城市）●夜間診療（17時以降）●土曜診療

診療科目	内科
住　所	〒319-1543 茨城県北茨城市磯原町豊田1158-46
アクセス	常磐線磯原駅より常磐炭鉱行きバスに乗り天橋下車。徒歩にて２分。
電話番号	0293-43-2288

	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
診療時間	09:00～12:00	○	○	○	○	○	○	–
	14:00～18:00	○	○	–	○	○	–	–
休診日	日曜日、祝日、年末年始							

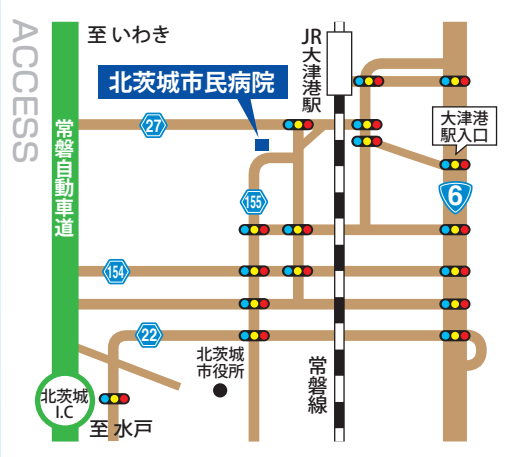
編集後記

この度、多くの関係者の協力により北茨城市民病院広報誌を創刊することができました。タイトルの「おひさま」には「すべての人を明るく照らせるような、心温まる病院になれますように」との想いを込めています。地域の先生方、市民の皆様の手に取っていただけるよう北茨城市民病院ならではの広報誌を作って参ります。皆様のご参加も頂きながら、当院広報誌「おひさま」を育てていけたらと思っていますので、何卒よろしくお願いいたします。

北茨城市民病院勤務医募集

麻酔科、整形外科、産婦人科、脳神経外科、循環器内科、内科（一般、消化器、代謝内分泌、呼吸器）、眼科

■お問い合わせ：北茨城市民病院 経営企画課 / 小澤（おざわ）
TEL.0293-46-1121
Mail hp-keieikikaku@city.kitaibaraki.lg.jp



●発　行　北茨城市民病院
〒319-1711　茨城県北茨城市関南町関本下 1050 番地
TEL.0293-46-1121 FAX.0293-46-6526　URL http://kitaibaraki.info/
●発行人　田渕　崇文
●編　集　北茨城市民病院広報委員会