



【発行】 済生会川俣病院 Saiseikai Kawamata Hospital  
〒960-1406 福島県伊達郡川俣町大字鶴沢字川端2-4

# かわはた



## < 目次 >

～看護部長 新任のご挨拶～ . . . P2

～ドクターからのワンポイント～ . . . P2

～検査室からのお知らせ～ . . . P3

～地域研修を終えて～ . . . P4.5  
(大阪府済生会中津病院 研修医の先生方より)

～第71回済生会学会  
第30年度済生会総会～ . . . P6～8

～第13回なでしこ健康講座 開催～ . . . P9

～第13回地域医療・福祉施設  
親善ソフトバレーボール大会 開催～ . . . P9

～給食室からのおすすめメニュー～ . . . P10

～新職員紹介～ . . . P11

## 会津鶴ヶ城と桜

## ～ 看護部長 新任のご挨拶 ～



佐藤 典子

今春、4月より看護部長に就任いたしました佐藤典子です。

このような大役をお引き受けし、身の引き締まる思いと緊張でいっぱいです。

私が看護師として勤務を始めた最初の病院が済生会福島総合病院で、広く多くの事を学ばせて頂きました。川俣病院には平成11年から約14年間勤務し、私自身も川俣出身ということから地元の病院として愛着を持って勤めて参りました。

平成24年から6年間は精神科病院に勤務し、初めて「心の看護は全ての看護に通じ、自分を写し出す鏡だ」と学ばせていただいたことが、看護職としての成長に繋がったと感じております。

昨年、縁あって再び済生会に勤務することとなり、今年4月からは約7年ぶりに川俣病院看護部に戻ってまいりました。

私が離れていた7年間の看護部の成長は大きく、前部長の功績に頭の下がる思いです。これからもその精神を引き継ぎ、努力して参りたいと思います。また、職員の声に耳を傾け、働きやすい環境作りを共に考え、「済生会に勤めて良かった」と言っていただけのように努力していく所存です。

私は「接遇や倫理、患者様の尊厳」ということを常に一番大切に考えて参りました。高い知識や技術のベースにはそういう思いが重要であることを、これからも職員の皆さんと共に考えていきたいと思っております。

川俣病院の地域での役割を認識し、地域のクリニックや介護事業所、介護施設など関係各所と密に連携を取り、患者様やご家族様が最良の環境で過ごして頂けるように、川俣町の地域包括ケアシステムの構築に努めて参りたいと思っております。地域の皆さまに「済生会で良かった。川俣病院で良かった」と言っていただけのように、更に「川俣町に住んでいて良かった」と言っていただけ「地域を支える」看護でありたいと思っております。どうぞよろしくお願ひいたします。

## ～ ドクターからのワンポイント ～

### 関節リウマチについて

副院長 大庭 敬

関節リウマチ（RA）は関節滑膜の病変で慢性の炎症性疾患です。

最初の3か月に関節の破壊が出現し、日常動作（ADL）が低下するため早期診断が大切です。RAの発生頻度は、0.5%～1.0%と言われ、好発年齢は30～50歳代ですが、高齢発症RAも増加しつつあります。従来の治療では関節破壊を阻止できず、生命予後も一般人に比較して約10年短い状況でした。このため、昨今では早期診断・早期治療の重要性が指摘されるようになりました。RAと診断がつき次第、メトトレキサート（MTX）をはじめとする抗リウマチ薬（DMARDs）の導入が推奨されています。RAと鑑別診断が難しい疾患としてはウイルス性関節炎（パルボウイルスなど）、シェーグレン症候群、全身性エリテマトーデス、リウマチ性多発筋痛症、乾癬性関節炎などがあります。RAが疑われる場合には、

- 1) 腫脹関節数とパターン
- 2) リウマトイド因子と抗CCP抗体
- 3) 関節炎の持続時間
- 4) 急性炎症性蛋白の増加

を適応して鑑別します。現時点でRAを予防することは困難であり、治療目標のポイントは関節破壊の防止と生命予後を改善することです。治療方針は次の5点です。

- 1) 関節炎を速やかに鎮静化させて寛解に導入する
- 2) 合併病態の適切な管理と薬剤の適正使用
- 3) 機能障害を生じた場合には適切な外科的処置を検討する
- 4) 最新の医学情報の習得に努め、日常診療に最大限適用する
- 5) 治療の選択には患者さんと情報を共有し、共同的意思決定を行う

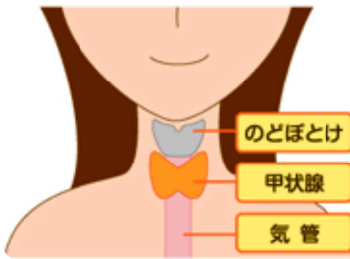
難しい言葉がならびましたが、医療提供者はそれだけ責任を持って治療にあたらなければいけないということです。

治療薬は最近、生物学的製剤が中心になってきました。RAの病態で炎症などを引き起こしている因子に直接働きかけ、その因子をブロックする作用を有する薬でさまざまな製品が開発されています。少し値段が高い薬品ですが、関節破壊を抑制できる点で有意義です。ぜひ、担当医から詳しい説明をしてもらって共同的意思決定を行って治療を受けてください。尚、当院では福島医大病院の膠原病リウマチ内科の専門医がリウマチ外来を担当しておりますのでご相談ください。



## 「県民健康調査」甲状腺検査について

主任臨床検査技師 古関 優子



甲状腺はのどぼとけのすぐ下にある羽を広げた蝶々のような形をした小さな臓器で、食べ物から取り入れるヨウ素を材料にして甲状腺ホルモンを作っています。

甲状腺ホルモンは、体の発育や細胞の活動にかかわる大事な働きをもつホルモンです。

福島県では、東京電力福島第一原発事故をうけて子どもたちの健康を長期に見守るため継続的に甲状腺検査を行っています。

チェルノブイリ原発事故では、子どもたちに多くの甲状腺がんが発生したことがわかっているからです。チェルノブイリの子どものために多くの甲状腺がんが発生した原因は、原発事故により特に牛乳が高濃度に汚染され、それを規制なしに子どもたちが飲んでいて、甲状腺に放射性ヨウ素が集まり内部被曝を受けたためと考えられています。

一般に放射能の影響は、細胞分裂の盛んな若い細胞により影響が大きいといわれていますし、数年から数十年と長期の継続した調査が必要です。

「県民健康調査」甲状腺検査は平成23年10月から始まり平成30～31年度は4巡目の検査です。事故後8年を経過し当時小、中学生だった子どもたちは大学生や社会人になると学校での集団検査を受ける機会がなくなります。検査を希望するかが近くの医療機関で検査を受けることができるように、多くの病院やクリニックが甲状腺の検査機関として登録しています。

当院でも平成31年2月より甲状腺一次検査を受けていただくことができるようになりました。

「県民健康調査」の甲状腺検査は、超音波を使って甲状腺の中に結節（しこり）がないか調べる検査です。首にゼリーを塗って超音波を送受信する小さな機械をあてて、受信した超音波より甲状腺を画像としてモニターに映して甲状腺全体を観察します。

妊婦さんのお腹にあてて、赤ちゃんの様子を見るときにも使われる安全な検査で、数分で終わります。結節（しこり）は甲状腺の細胞が変化して増殖したもので、良性と悪性（がん）があります。多くは良性ですが、エコー検査だけでは判別できないため、一次検査では結節（しこり）を拾い上げることを目的としています。

結節のほかにはのう胞も報告されますが、のう胞は中に液体がたまった袋状のもので良性です。多くのひとが複数ののう胞を持っていて大きさや数が変化します。非常に大きなものはのどを圧迫することがありますが、ほとんどは症状を出すことはありません。

一次検査の結果は、後日複数の医師による判定委員会で判定され、精密検査が必要と判断された場合はより詳細な検査（血液検査や細胞診検査）を行います。

「県民健康調査」甲状腺検査は当院に直接申し込み頂くことは出来ませんが、対象の方は県から送られている案内書より希望の検査機関を指定できます。検査対象のかたは、平成4年4月2日～平成24年4月1日生まれの方です。案内を無くしてしまった場合は放射医学県民健康管理センター県民健康調査ホームページから問い合わせが可能です。

県外で生活されている大学生や社会人の方も同ページから県外で検査可能な病院が検索できますし、帰省の機会に福島の検査機関で検査を受けることも可能です。

対象のかたはぜひ、甲状腺検査を継続して受けていただきたいと思います。



平成30年度、地域研修を学ぶために中津病院より4名の先生が来院されました。3週間の研修を終了しての感想をご紹介します。



## 平成30年8月 松本 有加 先生

川俣での日々は、とても学びのある、温かくて美味しい3週間でした。

済生会川俣病院では、日頃研修している急性期病院で学びきれないことを学ばせていただきました。症状があるときどこまで精査をするか—ご本人ご家族ともにこれ以上の検査を望まれず、対症的に疼痛除去することだけを望む方。入院中の安静度、リハビリ再開のタイミング—入院中、ベッド上生活の期間があったために、たった1週間程度だけでも、入院前よりぐっとADL（日常生活動作）もご本人の意欲も落ちてしまった方。

検査による侵襲、入院生活でのADLの低下。そう言った言葉は分かったつもりでいました。しかし、実際に

「いやだ！痛いだけ取って！」「もう、ポータブルトイレよりベッド上で(オムツ)の方が楽」という言葉や現状を聞くと、とことん検査をすることだけが医療ではなく、退院後の患者さんの生活も視野に入れることも、これから実践して行くべき医療だと強く実感しました。

スタッフの方々は本当に温かくて、「暑いのに自転車で大変ね！」など色々なお言葉をかけてくださって、毎日心穏やかに過ごすことができました。病棟看護師さんから寄せ書きをいただいた時には、たった3週間の私の様子を見ていてくださったこと嬉しかったです。

そして何と言っても、お野菜や果物が美味しかったです。甘い桃の採れた今年の8月に川俣に来られてよかったという気持ちでいっぱいです。



## 平成30年10月 小林 孝生 先生

福島県を訪れるのは初めてでした。川俣病院の方に福島駅で出迎えていただき川俣町へと向かいました。川俣病院へ向かう道なりはどんどん山

の中へ入って行き、わくわくした気持ちと初めての土地に対しての不安な気持ちが入り混じっていました。

川俣での生活をいざ始めて見て一番初めに驚いたことは、皆さんの人柄の良さでした。よそ者の僕を暖かく迎えていただき、大阪ではなかなかない光景だなと思いました。

10月と一番良いシーズンに行かせていただいたこともあり医療以外でもたくさん楽しませていただきました。コスギン祭りでは、音楽祭へ出向くのは初めてだったのですが、時間が経つのも忘れて数時間一人で聴き入っていました。会津観光では色々なところへ連れて行っていただき、ついつい食べ過ぎてしまいました。大阪に帰ってからは末廣の日本酒を飲みながら福島を思い出しています。佐々木先生のバトミントクラブもすごく楽しかったです。肌寒い秋の福島の露天風呂は格別で毎週末どこかしの温泉に一人で繰り出していたのもいい思い出です。

さて、肝心の医療に関しても本当に多くのことを学ばせていただきました。医学的な知識はもちろんですが、それ以上に色々な考え方、心構えを見せていただ

きました。川俣の医療は、患者さんとの距離が近く、それぞれの人生に寄り添い、オーダーメイドな医療を提供していらっしゃる姿に感銘を受けました。自分の病院では医師の立場からの急性期医療しか見てこなかった僕にとっては、色々な職種の方がそれぞれの視点・観点から地域のことを考えていらっしゃる姿は初めて見る光景でした。また患者さんとお話しさせていただく機会も多かったのですが、川俣病院がいかに地域の方々に頼られ、信頼されているのかも感じました。よくよく考えてみると、日本では都市部より自然豊かな地域の方がずっと多く、それが日本の良さでもあり、みんな守っていかないといけない部分なのだなと気づきました。しかし、そういった地域の医療を目の当たりにすると都市部からは見えていなかった皆さまの努力と苦勞の連続で、地域医療の実際を全く分かっていなかったことに唖然としました。これからは、たまに温泉など観光だけ来て気分転換するといった無責任なこととはやめ、地域医療を少しでも助けるために政治などにも関心を向けて行きたいです。また医師としても何か力になれる道を模索してみようと思います。

来年度からは兵庫県立こども病院というところで働かせていただきます。おそらく小児科も決して楽な道ではなく自分を犠牲にしないといけない場面が多くあると思いますが、川俣の方々の姿を思い出しながら努力して行きたいと思っています。



## 平成30年11月 山内 琢豊 先生

済生会川俣病院に来てまず感じたことは、済生会中津と比べて病院の患者様の平均年齢が高いことに驚きました。また医者と患者様の関係性も関西のそれとは微妙に相違

があり、より古典的な患者像であると感じました。

また訪問診療で様々な家庭を訪問させて頂くと、都市部にはない田舎特有の独自の家の構造であったり、家に辿り着くまでの道の険しさに驚き、毎度毎度それが楽しくもありました。

また僕が研修を開始するのと同時期に電子カルテの導入が行われておりました。ある意味で済生会川俣病院のひとつの黎明期に触れることができたと思ひ、こちらも大変貴重な経験になりました。

福島県という性質上、地域という要因であること以外に被災地という要因も強くあると思います。都市部でない川俣や飯舘村に新築の家が建っていたり、もともと農地であった所に汚染土が積み上がっているといった景色は、僕に色々と考えさせました。実際に休日を利用して福島第1原発の近くまで行くこともできました。

歓迎会・送別会・会津旅行等企画してもらい、済生会川俣病院の方々には本当に手厚く歓迎して頂きました。都市部にずっといた自分にとっては毎日が新鮮で、一ヶ月という時間でしたが川俣での経験は少なからず自分の人生に大きなものであったと感じています。今回研修でつかせて頂いた佐々木先生をはじめとした病院の医師、スタッフやコメディカルの方々に本当に感謝しております。地域研修での経験を生かしてこれからも医師として頑張っていこうと思っております。ありがとうございました。

## 平成31年1月 大原 隆暉 先生



私は普段中津という大阪市の中心で研修しており、のどかな川俣町での1ヶ月間の研修や生活はどれもとても印象深くかけがえのないものでした。

研修についてですが、川俣病院は病棟が地域包括ケア病床45床、障害者病床45床で構成されていますが、中津病院ではほぼ急性期病床のみ経験しているため、特に年単位で患者さんが入院している障害者病床を見学したときは衝撃を受けました。普段は急性期を過ぎた後の慢性期の管理は転院を依頼しその後患者さんがどうなるか見たことがなかったので、慢性期の患者さんの姿を見られたのは大変貴重な機会であったと思います。また、川俣病院は在宅医療にご尽力されており訪問看護、訪問診療を数多く見学する機会がありました。今後日本の高齢化が進み将来の医療は慢性期の患者の占める割合が増えるので、慢性期の管理をどうするか大まかに雰囲気掴めたことは貴重な経験であると思います。今回の研修を通じて、将来的に地方の慢性期の医療に従事することも考えるようになりました。

この研修では福島県ならではのものも見学させて頂きました。食物の放射線量や健診で線量測定が行われていることは印象的であり、東日本大震災からは8年弱の月日が経過していますが未だ原発事故が全て解決には至っていないと知りました。

研修以外(?)でも病院のスタッフの皆様には大変

お世話になりました。鶴ヶ城や野口英世記念館など会津観光に連れて行って下さり、田楽の「満田屋」、「太郎庵」、会津ラーメンの「来夢」へ行きたく

さん食べ歩きして会津の名物がどれも美味しかったのを覚えています。なでしこ健康講座では演者を務めさせて頂き、来演した川俣町の皆さんに少しでも印象に残るものがあればと思います。川俣町の付近に沢山ある温泉に行くことができ、シャモを使った親子丼やすき焼き、そばなど川俣名物はどれも美味しいものばかりで、のどかな川俣町に行くことが出来て沢山良い思い出を作ることが出来て本当によかったと思います。改めましてお世話になった川俣病院のスタッフの皆様、川俣町の皆様、川俣病院のプログラムを組んで頂いた中津病院のスタッフの皆様には御礼申し上げます、ありがとうございました。



# 第71回済生会学会 平成30年度済生会総会



学会会場前での全体写真

第71回済生会学会・平成30年度済生会総会が2月23日・24日の2日間、富山県民会館をメイン会場として、全国から約2400人が参加し《未来へ続く済生の道》をテーマに盛大に開催されました。学会は学会長の富山県済生会富山病院の井上博院長の挨拶から始まり、一般演題170演題の発表がされ、参加者は一生懸命聴き入っていました。

総会は10名参加し、永年勤続表彰を受けました。受賞者よりコメントを頂きましたのでご紹介いたします。

## 看護師長 高野 明子

このたび第71回済生会学会（富山県富山市）において、勤続30年の表彰を賜りましたことはひとえに皆様からのご指導・ご支援によるものと感謝申し上げます。私は川俣町の出身で幼い頃より当院を身近に感じながら、縁あって職員となりました。入職の頃には、結婚に伴う生活の変化のなか、また仕事では患者さんからの学びのなか、本当に多くの方に支

えられてきたことを実感しております。

今私達は「人生100年」「地域包括ケアシステム」「認知症」「看取り」「緩和医療」「2025年問題」「超高齢化社会」など、様々な医療環境の中にいます。これからも医療に関わるものとして皆様になにか出来ることがあれば・・・と、一町民としての目線を持ちながら、また『施薬救療の精神』を掲げる済生会職員として気持ちを新たに仕事に向き合いたいと思います。

## 看護師長補佐 松岡 艶子

この度富山県で開催された第71回済生会学会及び平成30年度済生会総会に永年勤続30年表彰のため参加させていただきました。10年表彰の新潟・20年表彰の岡山に続き3回目となりますが、今回もまた済生会の規模の大きさと学会のレベルの高さ、済生会の一員としての使命の重みを痛感する機会となりました。

30年前、私が就職した頃は、外科の大きな手術や気管支・胆道系の内視鏡も行なっていたり、小児科もあり、夜間の調剤など色々な事を経験してきました。大変なことも多くありましたが、花見や芋煮会など和気あいあいとした雰囲気働けた時代を懐かしく思います。

電子カルテが導入され、退院調整・認知症ケアなど業務が多様化し本当に大変だと思います。その中でも笑顔で働けるような環境が整うことを願うばかりです。そして皆さんも10年20年30年と勤務して済生会学会・総会にぜひ参加していただきたいと思いま

す。

体力・思考力・判断力の低下をしみじみ感じる日々ですが、悔いのない看護師人生であったといえるよう、もう少し頑張って笑顔で働きたいと思います。多忙の中、今回の学会・総会に参加させていただきありがとうございました。



エクスカーション 永平寺にて

## 主任看護師 桑原 マミ

この病院に就職して30年、過ぎてしまえばあっと言う間の30年でした。振り返れば公私共にいろいろなことがありました。私がこの病院に入った頃は、現在の病院ではなく、築30年以上になるという老朽化した建物でした。酸素や吸引のパイピングもなければ、2階建てでエレベーターもなく患者さんを移動するときは、ストレッチャーで長いスロープを使って上げたり、降ろしたり、それからトイレは男女別々ではなく共用と、びっくりすることばかりでした。

ナースステーションは、1つで90床2つの患者層も今とは全く違い、仕事内容もだいぶ変わりました。世の中の状況が、変わると共に病院も変わっていきました。当直制から3交代に夜勤の体制が変わった時も、私が入ったところで30年になります。この病院での当直は、2回だ

け経験することができました。しかし、2人で90床を受け持つ当直で、その間急患が来れば外来に1人おりなければならず大変でした。そして何ととっても、新病院への移転は、なかなか経験できない大きなイベントでした。職員皆で力を合わせて移転した時のことは、忘れることはできません。

私生活においては、入職後、結婚、出産、子育て、そして子供もようやく一人前となり、孫も二人となりました。

その時その時色々大変な時代もありましたが、子育てをしながら30年この病院で勤めることが出来たことは、温かく見守っていただいた先輩方、そして支えていただいた皆さんのお陰と感謝しております。

あと何年勤められるか分かりませんが、無理せず自分なりに頑張っていこうと思います。

## 看護師 菅野 明美

今回、晴天の中、富山県での勤務20周年の表彰式を迎えることが出来、嬉しく思います。また、金沢の兼六園などを観光し、旅行も楽しむことが出来ました。有り難うございました。

10年を迎えてからの10年は、私の人生において様々な出来事がありました。看護学校へ行くために2年間の休職・経験のない震災では、被災地となり幾度かの引越越しを経験しました。また、長女が急に倒れたことも

あり、この時には病院をやめることも考えていました。しかし、部長をはじめスタッフの皆さまの計らいで、無事復帰させて頂くことが出来ました。本当に感謝しております。長女もお陰さまで元気に働くことが出来ています。

これからの数年は、今度は私が皆様の力になれるよう頑張っていきたいと思っています。また、よろしくお願ひ致します。

## 内科部長 数田 良宏

平成19年秋に当院に異動して、11年が経ちました。私は、専門医資格を5個持っているので、資格維持のため、年間4回は各種学会に参加しなければなりません。そのため、専門医資格に無関係な学会には、前任地の福島赤十字病院時代も含め参加したことはありませんでした。

今回、初めて済生会総会に参加して思うことは、済生会総会は、学会としての学術的な側面もありますが、済生会人としての問題の共有さらに自覚と連帯を深めることが、第一義であるということです。

院長先生は、毎年出ているだけあって、他施設の職員ともコミュニケーション（飲コミュニケーション）をお上手にとっておられました。我々一般職員はそこまではいけないまでも、福島支部内での親睦は計れたのではないかと思います。当院職員の想い（不満？）も垣間見ることができました。

私の個人的事情からも、今回の富山での学会は有意義でした。先日、父の遺品の整理をしていたところ、私の高祖父が富山市八尾町出身であることが分かりました。そこで、空き時間を利用して「ルーツを探る旅」に行きました。富山市役所の職員さんに戸籍の探索をお願いし、文久2年（1862年）まで辿ることができ、八尾町では、実際に高祖父の本籍地を巡り、空き地ではありましたが、先祖の息吹を古い町で感じられました。また、山あい（大綱木のイメージ）の光西寺を訪ね、親戚の繭山順吉氏が寄贈した梵鐘も見ることができました。

余談ですが、八尾町は川俣町と、地形、人口規模、町の大きさともよく似ており、繭山家はその名の通り、江戸～明治期にかけ養蚕を行っていたとのこと。

というわけで、いろいろな意味でリフレッシュできました。家庭の事情で当地を離れることになるまでまた頑張ろうと思います。今後ともよろしくお願ひします。

## 看護師 佐藤 千枝

先日、第71回済生会学会・平成30年度済生会総会が富山県で開催され出席させて頂きました。全国から約2400人が参加し、済生会の規模の大きさを実感しました。冬の富山とは思えぬほど、終始晴天に恵まれました。

総会では、天皇陛下御在位30年式典をご出席のため、秋篠宮殿下がご参加できなかったのは残念でしたが、殿下が寄せたお言葉を聴くことが出来ました。病院の

みならず、多くの施設での様々な取り組みや挑戦をしていることも学会に参加し実感しました。

エクスカーションでは、富山・石川観光で兼六園や石川県立美術館、近江市場を楽しんできました。在籍していた10年間で出産・育児をし、家族の協力があり仕事を続けてくることが出来たと思います。これからも職場や患者様から必要とされる看護師として働き続けたいと思います。最後に、お忙しい中快く学会へ参加させて頂きましてありがとうございました。

## 看護師 馬場 美幸

済生会川俣病院に勤務して10年を迎えることが出来ました。新卒として就職し、結婚そして出産。勤務して10年経ったのだと、済生会学会総会の出席の話を頂いたときは改めて実感しました。

新卒として就職した私は、本当に自分に看護師が向いているのか悩み、自問自答ばかりしていました。そして、そこに人見知りもあり、職場になかなか馴染むことが出来ず、落ち込むこともありました。そんな時

先輩方のご指導や、優しさに触れ、自分自身と向き合うことができ、今に至っているのだと思っています。先輩方そしてこれまでに私に関わってくれた皆様に深く感謝しております。

済生会総会学会は全国から多くの方々が来ていて、済生会という組織の大きさに驚きました。済生会で働く1人のスタッフとして、これからも頑張っていこうと身の引き締まる思いになりました。とても貴重な経験をさせて頂き、ありがとうございました。

## 主事 星野 みき子

この度、10年永年勤続表彰のため富山県で開催されました済生会学会・総会に参加させて頂きまして、ありがとうございました。

これまで続けてこられたのも職員の皆様のご指導とご協力、家族のサポートのお陰だと感謝の気持ちでいっぱいです。

今回の学会のテーマであります「未来へ続く済生の道～地域に寄り添う医療と福祉の提供～」は平成から

新時代を迎えようとしているこの時期にふさわしく、特別講演、シンポジウムも深く考えさせられました。改めて済生会の組織の大きさと71年続く学会の歴史の重みを感じました。

これからも済生会（総務課）の一員として誠心誠意、努めてまいりますので、よろしくお願い致します。

“追記”

雪を頂いた立山連峰、富山湾の海の幸、福井金沢の自然と歴史を満喫してきました。

## 薬局室助手 齋藤 親子

勤続十年該当として、今回学会に参加させて頂きました。平成19年11月に薬剤助手として入社し、5年半後に職員になりました。医療の仕事は初めてで戸惑うことばかりでした。それでも、何とか十年勤務することが出来ました。

今年度の当院表彰対象者は9名と多かったそうです。シンポジウムでは、

- 病院総合医によるフロアマネジメント
  - ナースバンク制度～ライフスタイルに応じた 多様な勤務形態～
  - 介護職員離職率5.7%への取り組み
- これらの発表が印象に残りました。それぞれの発表の中に出てくる言葉がイメージとして分かりやすく表現

されており記憶に残ったのかもかもしれません。

ランチョンセミナーは、「安全な採血＝神経損傷予防のための知識と血管迷走神経反射発症時の対応」に参加しました。針の角度や神経など専門的な内容でしたが、イラスト等での説明もあったので素人の私にでも分かりやすかったのだと思います。

勤務して十数年、高校生だった娘にも子が生まれ、私は二人の孫の婆になりました。一緒に働く病院の方々に刺激をいただきながら、これ以上、老け込まないようになりたいものです。

最後になってしまいましたが、これまで一緒に働き、支え、指導してくれた職員の皆様に感謝し、これからも同様によりしくお願いしますという図々しきでさせて頂きます。



# なでしこ健康講座開催



平成三十一年一月二十五日（金）十二時二十分から、川俣町中央公民館にて「第十三回なでしこ健康講座」を開催し、山木屋地区、新中町復興住宅及び壁沢団地の住民の方など十三名に参加いただきました。会場が遠くて来られないという方のために送迎車を手配し、普段は遠くて交流ができない方同士も交流ができるよう、お手伝いさせていただきますました。

今回は大阪府済生会中津病院研修医の大原隆暉先生に「食生活で生活習慣病を予防しよう！」という題目での講演と、済生会川俣病院の小山るつき言語聴覚士

から 栗年もおいしくお餅を食べるために「今日から始める！お口の体操」という題目で講演いただきました。その後、済生会川俣地域ケアセンターの看護師による健康相談と茶話会を開催し、住民同士が気軽に茶を飲みながらお話をし、楽しく交流する機会にもなりました。

なでしこ健康講座の開催する度に、人と人との繋がりの大切さを感じることが出来ます。これからも、なでしこ健康講座の開催を通じて、そんな「繋がり」のお手伝いをしていきたいと思っています。

地域連携室 櫻井 公大



研修医 大原 隆暉 先生

## 第13回地域医療・福祉施設親善ソフトバレーボール大会 開催



新人3名による選手宣誓



優勝チームのKSV・II  
(川俣社会福祉協議会 様)

第十三回地域医療・福祉親善ソフトバレーボール大会が平成三十一年四月十三日（土）、川俣町体育館で開催され地域の行政機関、消防、医療、福祉の関係者総勢一〇名、十五チームが参加しました。今大会は、ソフトバレーボールを通じ、職場・地域での人間関係をより向上させ、医療・福祉の連携の強化貢献することを目的とし開催しております。

開会式では、川俣町長の佐藤金正様よりご祝辞を頂きました。試合は、ブロックに三チーム総当りで行い、予選終了後一十五位までの順位を出し、決勝は上位から三チームずつ予選と同じく試合を行いました。各ブロック熱戦が繰り広げられ、応援にも熱が入り、大会は大いに盛り上がりました。

総合優勝の栄冠を手にしたのはチームKSV・II 川俣町社会福祉協議会 でした。総合優勝チームには優勝トロフィー、賞状の他、カップ麺トロフィーが贈られました。

準備は大変ですが参加者の方が真剣にプレーをしている姿や楽しく応援している姿を見ると今年もやって良かったと思えました。大会終了後には懇親会が催されより懇親を深めることができました。

地域連携室 佐久間千穂

# 《 給食室からのおすすめメニュー 》

## 初夏が旬の食材で元気ハツラツ！

主任管理栄養士 相原 玲子

筍やタラの芽が店先に並ぶと初夏が旬だとわかりますが、1年中出回っているものは、いつが旬なのかわかりにくいものです。旬の食材は、安いうえに味もよく栄養価も高い物です。滋味あふれる旬の食材を日々の食卓に取り入れて、彩り豊かな初夏の食卓を楽しんでみてはいかがでしょうか。

今回紹介する食材は、鮭、ニラ、キウイとグレープフルーツです。



- ・ 鮭のムニエル トマトソース
  - ・ 小松菜とニラの薬膳和風サラダ
  - ・ キウイとグレープフルーツのはちみつマリネ
- (1人分のエネルギー 773kcal たんぱく質 29.4g 塩分 2.3g)

※材料は2人分です

あじ3枚おろし	60g×2枚
塩・コショウ	少々
小麦粉	16g
オリーブ油	大さじ1
にんにく	1かけ
トマト	100g
バジル(生)	20g
レモン	1/4個
EVオリーブ油	大さじ1
塩・コショウ	少々

### 鮭のムニエル トマトソース

- ①あじに塩・コショウし、小麦粉を軽くまぶします。
- ②フライパンにオリーブ油をしき中火にし、にんにくを加えて香りが出たら、あじを並べて両面をこんがり焼きます。
- ③トマトは粗く刻み、バジルは手でちぎります。
- ④塩、コショウ、EVオリーブ油で和えます。
- ⑤器にあじを盛りトマトソースをかけて、くし形に切ったレモン、トマトソースを添えて完成です。

### 小松菜とニラの薬膳サラダ

旬のニラはやわらかく、生で食べても美味しい。薬膳効果もあります。

- ①小松菜とにらを3cmに切りそろえて、小松菜はさつとゆで、ささみは茹でて細く裂いておきます。
- ②Aの調味料で軽く和えます。器に盛り、ごまをふりかけ完成です。

小松菜	100g
ニラ	30g
鶏ささみ	60g
ごま油	大さじ1/2
A しょうゆ	大さじ1/2
ラー油	少々
白炒りごま	少々

### キウイとグレープフルーツのはちみつマリネ

キウイ	1個
グレープフルーツ	1/2個
はちみつ	20g
ミント	少々

- ①キウイとグレープフルーツは皮をむき食べやすい大きさに切り、はちみつをかけてしばらくおきます。
- ②器に盛って完成です。



# 新職員紹介

①出身市町村名

②趣味・特技など

③私だけのひそかな贅沢

④自己アピール

臨床工学技士



中村 由紀夫

- ①伊達郡国見町
- ②庭いじり
- ③夕食時ビール500mlを飲むこと
- ④車の運転はまだ衰えがないかな？よろしくお願ひ致します。

看護師



本田 三枝子

- ①田村市
- ②バレーボール、よさこい
- ③家でのだんびりすること
- ④よろしくお願ひします

准看護師



阿部 のり子

- ①福島市
- ②家庭菜園
- ③休みの前夜にワインを飲みながら夕食をとる
- ④よろしくお願ひします

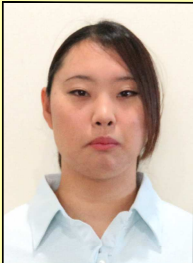
事務職



紺野 健史

- ①福島市
- ②パソコン、グルメ
- ③毎年鍋のお取り寄せをしています（楽天）
- ④皆様のお役に立てるよう、頑張りますのでよろしくお願ひします

事務職



服部 美桜

- ①二本松市
- ②ソフトボール
- ③ラーメンめぐりをする事
- ④これからよろしくお願ひします

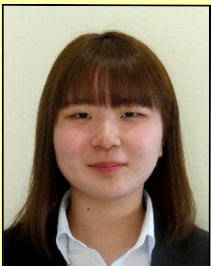
事務職



佐藤 茉耶

- ①川俣町
- ②バドミントン  
スノーボード
- ③お風呂上がりのアイス♪
- ④1日でも早く仕事を覚え、皆さんのお役に立てるよう精一杯頑張りますので、よろしくお願ひ致します

事務職



浅野 紗耶

- ①桑折町
- ②色々な所へ出歩くこと  
バドミントン
- ③金曜日の仕事帰りにコンビニに寄ってアイスを買うこと
- ④まだまだ分からないことだらけでご迷惑をおかけしていますが努力する気持ちを忘れず頑張ります





# 外来診療予定表

平成31年4月1日より

		受付時間	月	火	水	木	金	土	
内科	午前	一診	8:45~11:30	佐々木俊教	数田 良宏	佐々木俊教	大庭 敬	大庭 敬	佐久間博史 大庭 敬 佐々木俊教 数田 良宏 (交代制)
		二診	8:45~11:30	山口 鶴子	君島 弘子	佐久間博史	君島 弘子	君島 弘子	山口 鶴子
		三診	8:45~11:30					福島医大 大平 弘正 (不定期 要予約)	
		循環器	8:45~11:30		福島医大 肱岡奈保子				済生会福島 山口 修 第2
		アレルギー	8:45~11:30						渡辺 浩志 第1 (予約のみ)
		糖尿病 外来	8:45~11:30		済生会福島 本間美優樹 第1・3				
	午後	一診	13:00~16:00	大庭 敬	佐久間博史 診察 15:00終了	数田 良宏	佐久間博史	君島 弘子	
		アレルギー	13:00~16:00					福島医大	
外科	午前	8:45~11:30		福島医大	芳賀 志郎		済生会福島 総合病院		
	午後	13:00~16:00		福島医大					
整形外科	午前	8:45~11:30	福島医大		福島医大			福島医大	
泌尿科	午後	13:00~16:00	山中 直人 第2・4 診察14:30~				山中 直人 診 察 14:30~		
眼科	午前	8:45~10:30				福島医大			
	午後	13:00~15:00			福島医大				
皮膚科	午後	13:00~16:00				高橋 博 診 察 14:00~			



## 済生会川俣病院

電話 024-566-2323

FAX 024-566-2325

ホームページ <http://www.kawamata.saiseikai.or.jp/>

済生会春日診療所

電話 024-566-2707

FAX 024-566-2707

なでしこ川俣

電話 024-566-2661

FAX 024-566-2665

川俣町地域包括支援センター

電話 024-538-2600

FAX 024-538-2601

済生会かわまた居宅介護支援事業所

電話 024-566-2657

FAX 024-566-2658

済生会川俣光風園

電話 024-566-3221

FAX 024-566-3331