

あさ
「安佐」地域を中心としたみなさまの「えがお」の花を咲かせます

特集

安佐医師会病院の想い

2年半を迎えた安佐医師会病院で日々働くスタッフは、患者さんやそのご家族に寄り添いながら業務をおこなっています。そんな当院スタッフの「想い」をみなさまにお伝えします。



2 ご挨拶 病院長・土手慶五

3-6 【特集】安佐医師会病院の想い

目次

6 地域活動紹介

7 管理栄養士の“季節のおすすめ” 簡単レシピ／頭の体操クイズ

8 ～花ことば～ Flower words ／安佐医師会病院のご近所さん／外来診療のご案内

安佐医師会病院
ホームページ





安佐地区の顔の見える関係『あさがお』2号を手にとっていたいただき、ありがとうございます。

令和5年4月に、姉、北部医療センター安佐市民病院の妹としてオープンし、2年半が経過しました。

開院以来、安佐医師会病院の利用方法を自分たちで模索し、その整理したものを少しでもご理解いただくために、お寺、自治会、地域包括支援センター主催の講演会、認知症カフェなど10人から200人の集まりにおいて、この2年間で50回以上の講演を行ってまいりました。その集まりのたびに、「安佐市民病院と安佐医師会病院の違いがわかる人？手を挙げてください」と叫びますが、まず、会場内は「ション」です。それでも、安佐市民病院をはじめ

とする急性期病院の先生方、かかりつけ医の先生方、ケアマネジャー、訪問看護師、社会福祉協議会の皆様に少しずつご理解、ご協力いただき、昨年度は新規入院患者982人、延入院患者32,016人にご利用いただきました。そして、51・0%の方々が基本理念である「住み慣れた家に帰る」を実現できました。

安佐南北、中山間地を含める45万人の方々に利用方法をご理解いただき、地域包括ケアの拠点として成長するには、まだまだ意見交換が必要とっております。講演料は要りませんので、どしどし、講演、意見交換の場を設けていただければと存じます。

地域貢献として、一つ目は「よろず相談」を実施しました。日常診療の数分で満足に話を聞いてもらえていないと感じておられる方は本当に多いと思います。北部医療センター病院長の経験を最大限活かすべく、最低1時間はかけて、抱えておられる日常の課題、病気の心配、名医の紹介を心掛けて始めましたが、通算で120人のご相談に無料で対応しております。

二つ目は「訪問診療」です。医療資源が乏しい地域、一旦退院は

したが、いつ再入院になるか不安な患者さんには、積極的に訪問看護師、ケアマネジャーと協働して、26人延347回の訪問診療を実施できました。近くに医療資源がとぼしく、移動手段も少なく孤立がちな患者さんは、是非、当院の「訪問診療」をご利用ください。

いろいろな取り組みをはじめ、名実ともに地域の「イザ」に安心をお届けできる仕組みづくりに邁進してまいります。どうか、職員一同に勇気と推進力を与えていただくべく応援よろしくお願いいたします。



土手病院長の講演風景

夢・理想の看護師へ近づくために ～新人看護師を全員で育てる病棟づくり～ 看護部 矢島 知子／佐藤 香菜

新人看護師の多くが目指す「理想の看護師像」は、「一人ひとりの患者さんに真摯に向き合い、笑顔で寄り添うこと」です。

当院では、その理想に少しずつ近づけるよう、看護部教育委員会を中心に新人が安心して成長できる教育体制を整えています。

最大の特徴は、「病棟全体で新人看護師を育てる」という取り組みです。

新人看護師育成マップとプリセプター制度

病棟では、教育委員会で作成した「新人看護師育成マップ」と「プリセプター制度」を導入しています。育成マップでは、その時期に学んでほしい知識や技術、達成目標を細かく設定。

OJT（現場研修）や集合研修を通して、段階的に看護実践力を身につけていきます。

新人看護師はこのマップに沿って、プリセプター（指導担当の先輩）



トイレ介助の練習中



採血の指導中

を中心に、病棟の先輩たちから厚い指導とサポートを受けながら独り立ちを目指します。進捗や達成状況を共有できるため、教育の質も均一に保たれます。

病棟全体で見守る安心感

“病棟全体で育てよう”という意識のもと、スタッフ全員が新人の業務面・精神面を細やかにフォローしています。これにより、新人の成長だけでなく、病棟全体のモチベーションや看護の質も向上しています。

私たちはこれからも、新人の皆さんが一歩ずつステップアップできる体制を大切にし、理想の看護師像に近づけるよう、看護部一丸となって応援していきます。

INTERVIEW ～それぞれの思いを聞いてみました～

【新人看護師】

Q 入職して3ヶ月経過した今の気持ちは？

初めは緊張と不安でいっぱいでしたが、少しずつ仕事の流れが分かるようになり、笑顔で患者さんと関われるようになりました。

Q 職場の雰囲気や魅力は？

分からないことは質問しやすいし、忙しい中でも声を掛けて下さる先輩が多いです。温かい雰囲気の職場です。

Q プリセプターはどのような存在ですか？

技術や知識を分かりやすく教えてもらい、積極的に取り組むよう促して下さいます。精神面においても常に気に掛けていただき、安心できる存在です。

Q あなたが目指す理想の看護師像は？

患者さんに「この人が居てくれて良かった！」と思ってもらえるような安心感を与えられる存在になりたいです。小さな変化にも気づき、寄り添う気持ちを大切にしていきます。

【プリセプター】

Q プリセプターとして心掛けていることは？

気軽に質問や相談ができる雰囲気を作るようにしています。

です。また、本人のペースに合わせた強みや課題を把握し、成長を促すためのアドバイスやフィードバックを心掛けています。

Q プリセプターの経験を通じて学んだことは？

知識を伝えるだけでなく、相手が理解し行動に移してもらえることの難しさを感じています。また、新人に教えることで自分の知識や技術を再確認し深めることが出来ました。プリセプターとして共に成長できることに感謝です。

Q あなたが目指す理想の看護師像は？

医師や他の医療スタッフとコミュニケーションを取り、それぞれの専門性を活かしながらチーム医療ができる看護師を目指しています。積極的に意見交換し協力することで患者さんにとって最善の看護が出来るよう努めていきたいです。



常に笑顔で会話

緩和ケア病棟は、緩和ケアに特化した病棟で、がんを治すことを目標にした治療ではなく、がんの進行などに伴う体や心のつらさに対する専門的なケアを行っています。

緩和ケア病棟の入院は、先ずはかかりつけ医から当院へ電話やFAXで紹介を受けて、緩和外来の予約を取り、緩和ケア医の診察・面談を行います。患者さんとご家族、またはご家族のみの面談でも構いません。入院の希望があれば入院登録を行います。その後入院の依頼がありましたら入院の予約を取ります。

私は緩和ケア病棟の退院支援看護師担当として昨年の10月に配属になりました。現在、外来の緩和面談と病棟の退院調整に携わっています。これまで急性期の退院調整の経験はありましたが、がん末期の患者さんの退院調整の経験はほとんどありませんでした。

緩和面談の内容は医師より、病状について、家族会議について、今ならやりたいことができる事など約1時間程度を掛けて面談をします。面談後にご家族から「詳しく話を聞かせてもらって良かった」「父がやりたいことを今のうちにやってあげたい」などの言葉を聞きます。医師が患者さんとご家族の背中をそっと押しているようで、その時間を共有させてもらえることに感謝しながら面談に同席しています。

入院後は医師から、やりたいことができたか、患者さんによっては入院中でも外出泊が可能であること、最後はどこで過ごしたいのか確認を行います。自宅退院を希望される患者さん・ご家族に対して「自宅でどう過ごしたいのか」を伺い、残された時間の生き方を叶えられるように多職種で話し合い、退院のお手伝いをさせて頂いています。入院患者さんはがんを抱えているため、日々変化する患者さん・ご家族の気持ちにより添って支援することを心掛けています。

これまで緩和ケア病棟で退院調整を行い、退院日が決まっても病状が悪化して帰られなかった方、退院は中止して自宅で一泊された方、退院して自宅で1週間過ごされた方、家族に看取られながら自宅で過ごされた方など様々おられます。ご家族からは、「一泊でも帰れてよかった」「自宅で最後を迎えられてよかった」「パスタを

作ったら沢山食べてくれたよ」「いい思い出ができた」と言葉を沢山頂きます。

患者さん・ご家族の「帰りたい」を実現するには地域の医師、訪問看護師、ケアマネジャーなどの在



在宅チームとの協議



自宅の写真を見ながらご家族と家屋相談



スタッフステーション



緩和ケア病棟でのイベント

在宅ケアチームの方々の大きな力も必要です。これからも患者さん・ご家族の「帰りたい」が叶えられる退院支援に協同しながら取り組んでまいりたいと思います。

将来の医療者を目指す若者がやってきました ―高校生・中学生の職場体験― 看護部 坊 慶子



高齢者になって階段昇降を体験

梅雨入りした6月雨の日、女子高校生4名が「ふれあい看護体験」に来てくれました。北は安芸高田市、南は矢野町という離れた地域からの参加もありました。緊張感一杯で病院に入りましたが、総看護師長のお話に興味津々、目をキラキラ輝かせて耳を傾けていました。その後は、高齢者体験グッズを身にまとい、一本杖について歩きにくさ、見えにくさなどを体感しました。それぞれが「おばあちゃん、こんな大変なんだね」と感想を口にし、患者さんの気持ちへの理解が深まりました。看護実践の体験では、体の調子を見るバイタルサイン（対応・血圧・脈拍・呼吸）測定、車椅子・ストレッチャーの移乗・移送を



ストレッチャーの体験

現場の看護師さんから指導を受け、看護師ユニフォームで感想を述べ合う様子が初々しく、微笑ましいばかりでした。また、例年より早くに梅雨明けした7月には、3名の可部中学生在職場体験にやって来てくれました。将来は、助産師や薬剤師という目標を持ち、積極的に質問をしていました。薬剤室へは2度も訪れ、薬剤師から調合の仕方など普段見ることのない現場を知ることでもでき、更に夢が大きく膨らんだようです。少子化の中、医療者を目指す若者が増えることを願い、将来、医療現場で再会できる事を楽しみにしたいと思います。

フレイルとロコモとサルコペニアの違い

リハビリテーション科 中田 泰宏

フレイル、ロコモ、サルコペニアは、高齢者の健康寿命を脅かす三大要因であり、それぞれ異なる特徴を持ちながらも密接に関連しています。これらの予防・改善には運動が非常に重要です。

フレイルとは？

フレイルは、加齢に伴う身の活力低下によって、健康な状態と要介護状態の中間に位置する「虚弱」な状態です。身体的な衰えだけでなく、認知機能や社会的つながりの低下も含まれます。フレイルは可逆的であり、適切な運動や栄養によって健康な状態に戻る可能性があります。

ロコモとは？

ロコモ（ロコモティブシンドローム）は、骨・関節・筋肉・神経などの運動器の障害によって移動機能が低下した状態です。階段の昇降や片脚立ちが困難になるなど、日常生活に支障をきたし、進行すると介護が必要になるリスクが高まります。

サルコペニアとは？

サルコペニアは、加齢や疾患によって筋肉量と筋力が減少し、身体機能が低下する症候群です。握力の低下や歩行速度の減少が特徴で、転倒や骨折のリスクが高まります。サルコペニアはフレイルの身体的側面の一

因であり、ロコモの原因にもなります。

予防のために

これらの予防には、レジスタンス運動（筋トレ）と有酸素運動の組み合わせが効果的です。レジスタンス運動では、スクワットやかかと上げ、椅子からの立ち座り運動などが推奨されます。有酸素運動では、ウォーキングや軽いジョギング、水中歩行などが効果的で、心肺機能の維持や体力向上に寄与します。

また、バランストレーニング（片脚立ちやつま先立ち）もロコモ予防に有効です。運動は無理なく継続できることが重要であり、楽しみながら取り組むことが長続きの秘訣です。運動を通じて社会参加を促すことも、フレイルの予防に有効です。

フレイル

健康と要介護の間である状態を全般的に表す言葉

ロコモ

フレイルのなかでも特に運動器の機能低下

サルコペニア

ロコモのなかでも特に筋力の衰退をいう

週1回の新しい糖尿病治療「アウイクリ®注フレックスタッチ」のご紹介 薬剤科 田邊 友也

アウイクリ®注フレックスタッチは、糖尿病の治療に使用される新しい持続型インスリン注射製剤で、週1回の皮下注射により血糖コントロールをサポートします。日々の注射や服薬管理に負担を感じている方にとって、この週1回の投与は大きな利点と言えるでしょう。特に高齢の患者さんや、その介護を行っているご家族や支援者にとって、服薬管理の手間が軽減されることで、日常生活の負担が和らぎます。

この製剤は、あらかじめ薬剤が充填されたペン型の注射器を採用しており、医療従事者のサポートを受けながら、ご自身またはご家族が安全かつ確実に投与できるよう設計されています。

高齢、認知症、パーキンソン症状などにより、従来のように自分で注射を行うことが難しくなった場合でも、ご家族や施設のサポートを受けながら、週に一度、介護者の見守りのもとで安心して使用することができ、そのため、患者さんの不

安を軽減すると同時に、介護者の負担の軽減も期待されます。また、高齢でインスリン治療が必要になった方にとっても、週1回の注射で済むことは、治療開始に対する心理的なストレスの軽減につながります。

「なるべく楽に、でもしっかりと治療を続けたい…」家族に迷惑をかけずに自立して治療したい…」

ライフスタイルに合わせて、継続しやすい糖尿病治療を続けていきましょう。



地域活動紹介 広島市北部在宅医療・介護連携支援センターとは

安佐地区の

“医療と介護をつなぐ架け橋に”

皆さん北部在宅医療・介護連携支援センターをご存知でしょうか？もしかしたら専門職の方々の中にも「名前は聞いたことはあるけど、何をしているセンターかは知らない」という方がいらっしゃるかもしれません。

当センターは、安佐地区の地域包括ケアの核となる安佐医師会病院の設立準備と同時に整備されました。当初は安佐南区にある安佐医師会館の中の事務室からスタートし、令和5年の安佐医師会病院開設に伴い、現在の安佐医師会病院1階に移転しました。

安佐地区の高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を送ることができるよう、多職種連携の拠点として医療と介護の連携が円滑に行われるための仕組みづくりを主な役割として活動しています。

円滑な連携に向けて

「円滑な連携」という言葉は、医療・介護の業界では頻繁に聞かれる言葉ですが「言うは易く行うは難し」というのが現状です。「円滑な連携」を進めるためには、実行性のある「連携」の仕組みをつくること、既存の取り組みや

現場を意識した「つなぐ」取り組みを行うことなどが必要であり、一朝一夕にはいきません。理想とする「連携」に近づけるために、できることからコツコツと積み上げていきたいと考えています。

医療と介護をつなぐ架け橋に

その一つとして、昨年度から医療・介護関係者の方々から現場の意見を直接聴かせていただき、課題解決に向けた取り組みを形にしていくな作業を始めています。

まずは専門職の方々とは頭と膝を突き合わせ本音で語り合い、医療と介護をつなぐ架け橋になれるよう少しずつではありますが歩みを進めています。

折に触れて取り組みの紹介を当センターHP (<https://asainikaitenkei.jp>)で行っておりますので、是非ご覧ください。



北部在宅医療・介護連携支援センターでの会議風景

管理栄養士の“季節のおすすめ”簡単レシピ

秋～冷えや疲れがしやすい季節に！疲労回復・腸内環境を整えて免疫力アップ

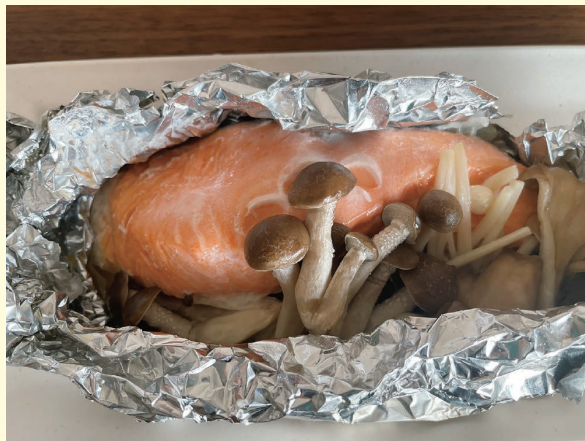
フライパンで🍣 鮭のホイル焼き ～きのこバター風～

材料（2人分）

- ・ 鮭（生） …………… 2切
- ・ 玉ねぎ …………… 1/2玉
- ・ しめじ …………… 1/2パック
- ・ エノキ or その他きのこ … 適量
- ・ 塩・こしょう …………… 適量
- ・ バター …………… 20g（10g×2）
- ・ 白ワイン（or 酒） ……… 大さじ2
- ・ ポン酢 or 醤油 …………… 適量

作り方

- 1 鮭はペーパータオルで水気を拭き、両面に塩こしょうをふる。
- 2 玉ねぎは薄切り、しめじは軸の下の部分（石づき）を切り落としほぐす。
エノキも根本を切り落とし1/2から1/3等分に切る。
- 3 アルミホイルを30cmほど切り取り、玉ねぎ→鮭→しめじバターの順でのせる。
白ワイン（or 酒）を大さじ1ずつふり、アルミホイルを包む。
包むときは蒸気が逃げないようにしっかり閉じる。
- 4 フライパンにホイル包みを並べ、水を5mmくらい注ぐ。
（焦げ防止・蒸気用）
蓋をして中火で約10～12分加熱。
- 5 鮭に火が通ったら完成。ポン酢や醤油をかけて。



★アレンジ編

- ・ 蓮根・人参などを薄く切って入れても美味しいです
- ・ 味噌バター風味（味噌・みりん・砂糖を混ぜてのせる）もおすすめです
例）2人分：味噌大さじ1.5、みりん大さじ1、酒大さじ1、砂糖小さじ1（甘めが好きなら増やしてOK）
- ・ おろししょうが少々で風味付け

頭の体操クイズ

漢字のたしざん

【例】のように（ ）ごとに漢字のパーツを組み合わせて、それぞれ二文字熟語を完成させてください。

【例】（リ+禾）+（王+シ+門）＝利潤

1 （工+穴）+（心+目+木）＝

2 （木+黄）+（岡+糸）＝

3 （云+イ）+（糸+充）＝

4 （シ+肖）+（ム+土）＝

5 （ア+里+マ）+（求+王）＝

6 （日+日+立）+（二+小）＝

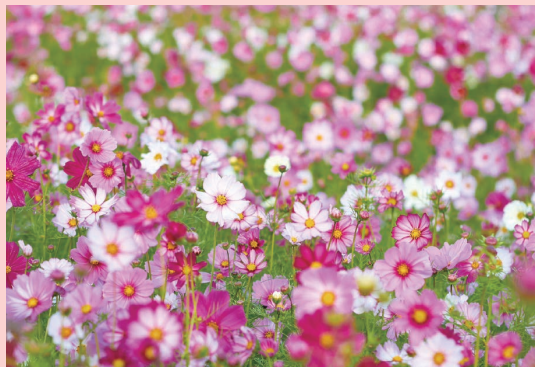


回答は次ページに掲載しています

～花ことば～

Flower words

コスモス（和名：秋桜） 学名：コスモス ビピナツス（Cosmos bipinnatus）



コスモスの花言葉は「調和」「謙虚」「乙女の真心」です。

優雅で繊細なコスモスのお花の姿から連想される素敵な花言葉ですね。特に、「乙女の真心」は、純粋で心からの愛や思いやりを感じさせられる素敵な花言葉です！

コスモスの特徴

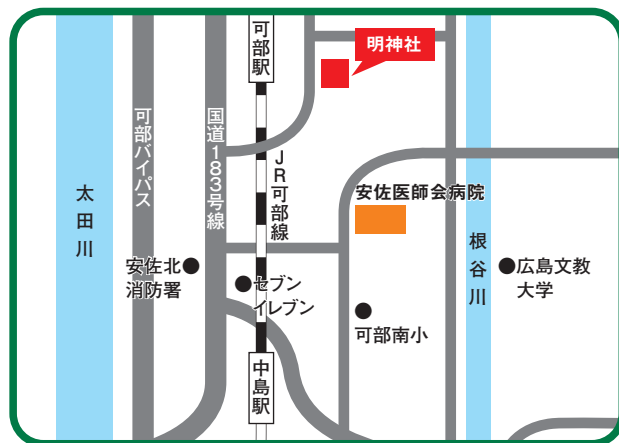
コスモスは、小さなもので20cmから、大きなものでは150cmまで成長する一年草です。花の大きさは品種によって差があり、6cmから10cm程度。多くの品種はシンプルな一重咲きです。

コスモスは、7月から8月にかけて開花する夏咲き品種と、秋深まる10月から11月にかけて花を咲かせる秋咲き品種があります。

安佐医師会病院のご近所さん

明神社（みょうじんしゃ）

安佐医師会病院から北に約1km、JR可部駅付近には可部の街並みが残る街道があります。この街道にある神社が明神社です。この神社は宮島の厳島神社とゆかりが深く、舟運の盛んな可部の街で船乗りの安全を祈るために、厳島神社から分霊を受けています。明神社の向かいにあるのは明神公園。ここは1953（昭和28）年まで、25艘の船が係留できる太田川舟運最大の港でした。公園内には舟運の安全を祈って毎晩灯りがともされた「鉄灯籠」があり、市の重要有形文化財に指定されています。



外来・訪問診療のご案内

診療科は内科全般の外来診療を行っています。
どなたでも受診できます。退院後の訪問診療も行っています。

●診療受付時間

午前 8時45分～11時30分
午後 1時00分～4時30分
ただし午後の部は予約のみ

●診療時間

午前 9時～12時
午後 2時～5時

●休診日

土・日・祝日 年末年始

●面会時間

午後 1時～8時まで

7ページ「漢字のたしざん」正答：①空想 ②横網 ③伝統 ④消去 ⑤野球 ⑥暗示

安佐医師会病院 病院だより あさがお Vol.2

発行 | 2025（令和7）年9月30日

発行人 | 安佐医師会病院 病院長 土手 慶五

編集 | 安佐医師会病院 広報委員会

<https://asaishikai-hosp.jp/>

