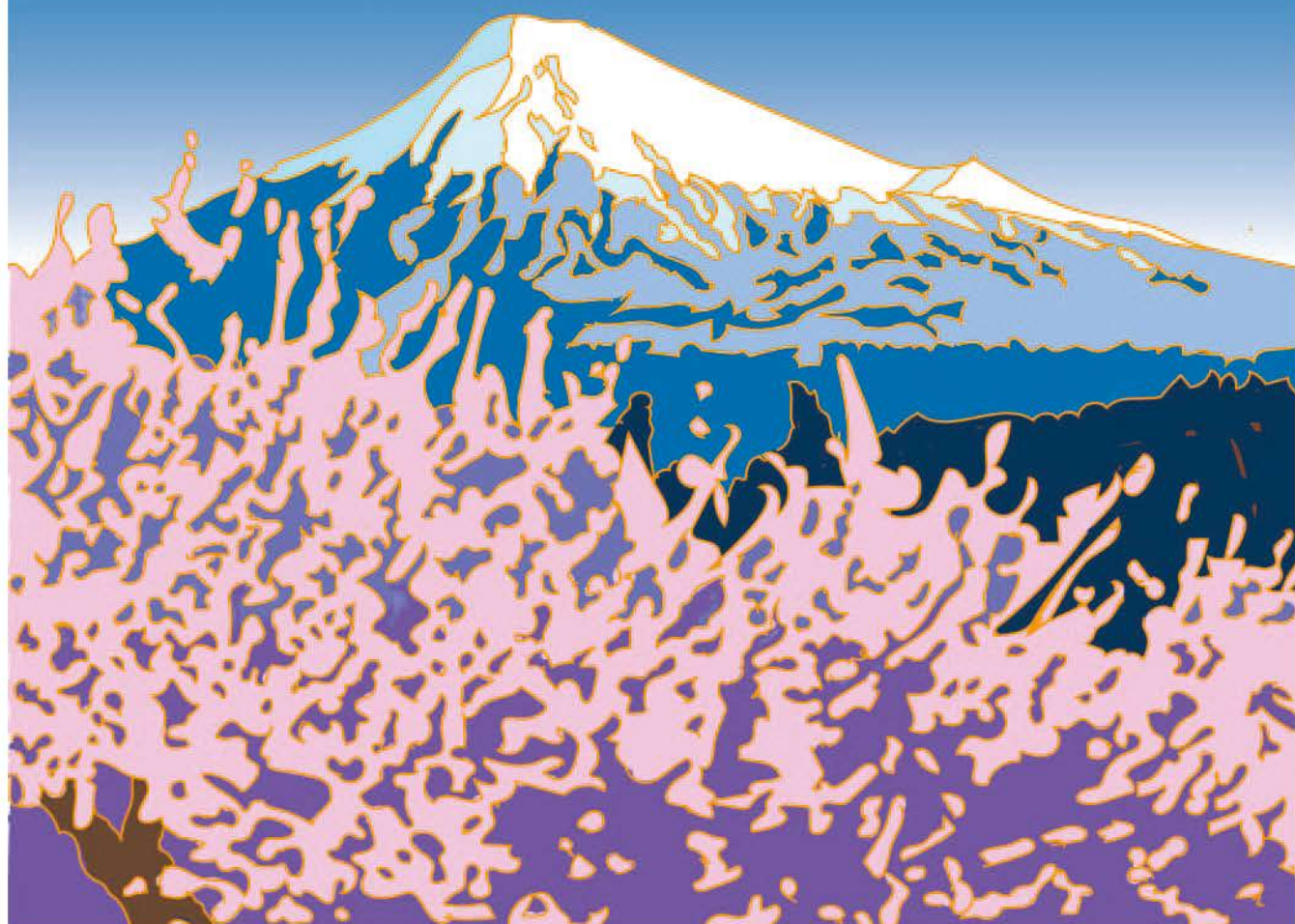


JAとりで通信

NO.399
2024.1.26

連載
連携医のご紹介



令和六年

新しい年を迎えて

院長 富満 弘之



明けましておめでとうござい
ます。
2024年（令和6年）、穏やか
な天候に恵まれた年明けでした。
新型コロナウイルス感染症が5類
になって初めてのお正月でした。

方々に心よりお見舞い申し上げる
とともに、一日も早く以前の生活
を取り戻されることを願い、復興
への協力を惜しまないことを申し
上げます。

病院でも医療材料費や

水道光熱費が上昇

マスク着用の必要もなく、会食や
旅行、帰省の制限もない久しぶりの
年末年始で、以前の日常が戻っ
てきた様で嬉しく思いました。し
かし、久々の解放感あるお正月だ
った元旦の夕方、能登地方で震度
7の地震が発生しました。携帯の
アラームが鳴り、関東でも横揺れ
がありました。テレビの地震速報
は今迄とは明らかに違う報道にな
っており、津波が発生すると第一
声から「テレビを見ていないで、
すぐに高台に避難して下さい」と
大きな命令調の言葉で伝えられま
した。東日本大震災の反省から地
震や津波に対する報道のあり方が
改善されたと感じました。10日ほ
ど経過し、当院を含め全国の
DMATも出動して救助活動が続
けられてますが、犠牲者は日々増
加しています。まずは被災された

年頭にあたり、まず昨年を振り
返ります。2023年も様々なこ
とがありました。私達にとって
明るくない出来事が多い1年とし
て。ロシアとウクライナの戦争に
加えてイスラエルとパレスチナの
戦闘も始まり、ともに収束の目途
はたっていないまま。その争いを契
機に原油や穀物などの流通が不安
定となり、原材料の値段や輸送費
が上昇したため、各企業は短期間
に多くの製品の値段を上げ、国民
生活は大きな影響を受けました。
経済最優先を掲げる政府は賃金上
昇のための政策を行い、多くの企
業や公務員では年末の賞与は増加

したようです。医療に関しては、
ご存じの方も多いと思いますが、
医療費に消費税を課すことは出来
ませんし、周りの物価が上昇した
といって医療費を上げることも出
来ません。医療費は2年毎の改定
で決まり、今年6月に改定されま
す。つまり病院では多くの医療材
料の値段や水道光熱費が上昇（こ
れらは消費税もかかります）して
支出だけ増加しました。新型コロナ
ウイルス感染症の補償がある間
は耐えられましたが、それも打ち
切れ、約7割の病院は赤字経営
に陥っています。今年の改定に期
待しますが、医療費を上げると国
民の賃金を上げた意味がなくなる
という理由で、財務省がアップを
拒んでいると聞きます。間もなく
改訂結果が発表されますが、真っ
当な医療が出来る診療報酬改定で
あつてほしいと願っています。



WBCで
日本チームが三度目の
優勝を果たす

暗いイメージの多い年でしたが、
スポーツ界では嬉しいニュースが
ありました。その中で皆さんも応
援された野球、WBCの話をしま
す。シーズン前の2月に大谷選手
や村上選手、佐々木選手などメジ
ヤーや国内球団の代表が宮崎に集
められて合宿が始まりました。日
本での予選ラウンドを勝ち上がり、
アメリカでの決勝トーナメントと
なりました。決勝も良い試合でし
たが、強烈な印象として残ってい
るのは準決勝のメキシコ戦ではな
いでしょうか。佐々木投手がまさ
かの3点本塁打を打たれて追う立
場となり、好機を作るも好プレー
等に阻まれて無得点が続きまし
た。7回裏に3点本塁打で同点とし
ましたが、直後の8回に2本のタイ
ムリーで突き放され、負け試合の
雰囲気が出ていました。それでも一
点返し、1点差で最終回を迎えま
した。先頭は大谷選手です。少年
時からこの大会での優勝を目標と
し、積極的にチームを牽引してい
ました。初球を右中間にはじき返
し、ヘルメットを脱ぎ飛ばしながら
激走して2塁打としました。そ

の際の塁上で両手を振り上げて仲間を鼓舞する姿を覚えているでしょう。次は四球で、無死1、2塁で4番の村上選手が打席に入りました。彼は前年に日本人で初めて56本のホームランを打って本塁打王に輝きましたが、今大会は調子が上がらず、この日も3三振を喫していました。この状況で様々な策が考えられたと思いますが、4番を信じて打たせた結果、センタ―越えの逆転サヨナラ2塁打となつて歓喜の輪が出来ました。決勝は最強のアメリカが相手でしたが、村上選手の本塁打等で得た3点を細かい継投で凌ぎ、最後は大谷選手が登板して3回目のWBCチャンピオンに輝きました。

栗山監督は 勝つ組織を作れる人

長くなりましたが、実は記載したかったのは大谷選手でも、村上選手でもなく、侍ジャパンを率いた栗山英樹監督です。彼は私より少し年上で、以前から尊敬する一人でした。知っている方は少ないと思いますが紹介します。高校時代は有力と言われながら甲子園出場は叶わず、国立の東京学芸大学に進学しました。学芸大は主に教員になるための大学で、共通一次と二次試験の両方を突破しなければなら

ず、文武両道だったと思われる。国立大学なので野球で名前が出るわけでもなく、身長173cm前後と身体も大きくないことからスカウトの目に留まることはありませんでした。教員になる予定でいたようですが、プロ野球選手の夢も捨てられず、プロテストを受けてドラフト外でヤクルトスワローズに入団しました。身体を作りながら持ち前の努力で左右両打ちになり、内外野どこでも守れる選手になりました。3、4年目から1軍で活躍しましたが、怪我や病気もあつて7年程で引退しました。引退後はキャスターと大学教員の二足の草鞋を履きながら野球の普及活動を精力的に行い、プロとアマの垣根をなくすことに貢献しました。当時プロ選手は、引退後もアマ選手に戻れないだけでなく、アマ選手、特に学生への指導や助言すら出来ない時代でした。徐々に緩和されつつありましたが、日本学生野球協会が彼に高校野球球児に取材することを特例で認可したこともあり、「熱闘甲子園」の司会を務め、球児取材してアドバイスしていました。当時もプロ・アマ問わず、取材を断る選手や監督がいましたが、彼が訪ねてくると必ず対応し、「彼なら仕方ない、全部話してやるか」と様々な情報を出してくれると言われてました。人を惹き付ける魅力があつたためと思われれます。後に日本ハムの、国立大卒でただ1人の

プロ野球監督になりました。良い成績を上げるだろうと思つてましたが、初年度からリーグ優勝し、アメリカ行きを熱望していた大谷選手を説得して入団させ、見事に二刀流で育て上げたことはご存じの通りです。

今回、侍ジャパンの監督に選ばれたのは、大谷選手等との太いパイプがあるから選出されたと思われがちですが、勝つ組織を作るこゝとが出来た人として選ばれたと思います。勝つための人選をして自らも代表入りを交渉する、与えられた日程や条件に不服を言うことなく、その中で最善策を練り出してスタツフに指示を出しました。

メジャー選手も彼のためならと、協役の仕事も引き受けていました。更に村上選手に代表されますが、不振でも最後まで信じて任せ、その結果に責任をとる、そんな姿勢が見えました。よく言われますが、「勝利は選手の功績、敗戦は監督の責任」を自ら実践する監督と感じ、勝つべき組織が勝つた大会と私は思いました。

目標達成の為に 試行錯誤の努力で 強い組織を

私は彼に見習うべきリーダー、管理者像を重ねます。病院管理者として彼を見習い、誰がどの視点

から見ても良い病院という評価を与えるようにしたいです。そのためには彼の持つ人柄に近づかなければなりません。誰からも嫌がられることなく受け入れられ、心を許してくれる人になって交渉出来なければなりません。

更に様々な情報を分析し、目標達成の為に業績管理評価の為に重要指標(KPI)を設定し、各部門に下ろして試行錯誤の上で努力を続けてもらい、その結果については私が責任を持たなければなりません。これが出来るかに当院の将来がかかっていますので、見習つて強い組織を作りたいと思います。

2024年は病院にとって苦しい年です。それは医師の働き方改革が施行されるからです。これまでも事ある毎に情報を出してきましたが、遂に4月から始まります。急に医療が変わつて大騒動になるのか、医師が耐え忍んで、これまでの医療を継続するのか分かりません。しかし、どんな状況でも決められた条件の中で、皆の為に最大限出来ることを探して運営いたします。今年の干支は奇しくも甲辰(きのえたつ)で、固い殻の中で耐え忍び、機を見て奮い立ち、大きく成長する年です。当院もそのような一年になるように職員全員が一丸となつて難題を乗り越えたいと思います。今年もJAとりで総合医療センターをよろしくお願いいたします。

連載

高齢者に多い泌尿器の病気(1)

泌尿器科 奥野 哲男

「高齢者の排尿障害」

「排尿機能」には、膀胱から尿を体外へ出す「排出」と、膀胱に尿を溜める「蓄尿」の二つの大きな働きがあります。

排出と蓄尿は、互いに正反対の働きであり、この両者は非常に巧みな生理機能・神経支配・解剖学的構造により司られています。高齢になり、様々な病態によりこれらの生体機能に変調が生じると、排尿障害が生じることになります。「排尿障害」と言うと「排出障害」が出が悪いことが連想されますが、この稿では「蓄尿障害」が近い・漏れる」も含めて広い意味での排尿行為全般の障害を指すこととします。高齢男性では前立腺肥大などの泌尿器固有の病気の頻度が高く、複雑な病態を呈しますが、それについては別項で言及し、今回は、高齢者に生じやすい排尿障害全般について述べます。

● **排尿障害をもたらす病気**
脳血管障害（脳梗塞や脳出血など）では、排尿に関する中枢神経系の障害により、尿失禁や排出困難を起こす可能性があります。パーキンソン病など脳の変性疾患や、脊椎（背骨）の変形等による脊髄の障害でも同様の排尿障害が生じ得ます。高齢者には慢性便秘が多く、直腸の便塊により膀胱出口部が圧迫されると排出困難を起こし、まれに尿閉（尿が全く出ない）↓腎不全に至ることもあります。

● **間接的に排尿障害を呈する病態**
脳卒中や整形外科的な外傷・疾患（大腿骨骨折、脊椎疾患など）によりADL（日常生活動作）が低下すると、トイレまで間に合わずに失禁することがあれば、逆に排尿姿勢が上手くとれずに排出困難となることもあります。また、認知症により、排尿行為を認識できずに失禁するなど、運動・認知機能の低下による失禁を機能的尿失禁といいます。

● **高齢者の特徴**
薬を多種内服していることが多く、また薬の代謝遅延で副作用増大など、薬剤による排尿障害を起こしやすくなります。肺炎や他臓器の炎症などで全身的体力低下となると排出障害を起こすことも稀ではありません。一過性の病的状態（急性炎症や慢性疾患の急性増悪など）による

排尿障害であれば、病状の回復とともに排尿機能も改善することが期待できます。例えば肺炎の悪化で体動困難となり排尿障害を生じた場合、原病の軽快・ADLの改善とともに排尿障害の自然回復が期待できます。

高齢になると、神経系、心血管系、筋骨格系などの生理機能・臓器機能の低下を伴うことが多く、排尿機能も相関して低下することがあります。フレイル（身体活力が低下し健康と要介護の間の虚弱な状態）と排尿障害が関連するとの報告もあり、日頃から健康の維持・フレイル予防に心掛けていくことが大切と思われるます。

次回以降は、高齢者に多い夜間頻尿や過活動膀胱などをテーマとする予定です。



連携医のご紹介

さくらい歯科医院



院長 櫻井 均

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～13:30	○	○	○	/	○	○	/
15:00～19:00	○	○	○	/	○	▲	/
▲… 土曜日 15:00～18:00							

休診日 木曜、日曜、祝日

連絡先 〒300-1512 茨城県取手市藤代365-1
TEL 0297-83-7510

当院は38年前に開業し、4年前に施設・設備を全面リニューアルいたしました。

歯科用CTやマイクロスコープを完備しており、正確な診断と精密な治療を心がけております。また、最近では歯周病と糖尿病等の全身疾患との関係もわかっており、歯周病の治療（再生療法等）にも力を入れております。

また、口腔癌の早期発見等、一次医療機関としての力を発揮できるよう努めております。JAとりでさんには口腔外科の先生のみならず、全身状態の確認等で多くの科の先生方に大変お世話になっております。今後とも様々な形での連携をどうぞよろしくお願い申し上げます。

新人のご紹介 4階南病棟



今年は4名の新人を迎え、10か月が経ちました。
循環器内科は、ペースメーカーや心臓カテテル検査・治療は年間200件以上行われ、新人看護師にも十分な知識と理解が求められます。この多忙な業務の合間にも自己研鑽しています。常に患者さんのことを考え、得た知識・技術を駆使し、一生懸命に取り組んでいます。また、笑顔を絶やさず、丁寧な対応のできる4人は、患者さんからも、先輩ナースからも信頼される看護師に成長しています。これからも同期どうし協力し、切磋琢磨しながら成長することを願いつつ、見守っていきたいと思います。

熊木 愛

おいしい治療食のレシピ°

JAとりで総合医療センター 栄養部

糖尿病食



材料 1 人分

・ ご飯 150 g

蒸しハンバーグあんかけ

・ 鶏ひき肉 60 g
 ・ 玉ねぎ 20 g
 ・ 炒め油 2 g (フライパンに薄く敷く程度)
 ・ 乾燥パン粉 3 g (大さじ1杯)
 ・ 卵 5 g
 ・ 焼く時用の油 2 g (フライパンに薄く敷く程度)
 ・ しめじ 10 g
 ・ えのきたけ 10 g
 ・ しいたけ 10 g
 ・ みりん 3 g (小さじ1/2杯)
 ・ しょうゆ 6 g (小さじ1杯)
 ・ 顆粒だしの素 1 g (小さじ1/3杯)
 ・ 片栗粉 2 g (小さじ1杯弱)

大さじ1程度の水を加え水溶き片栗粉にする。

湯豆腐

・ 木綿豆腐 50 g
 ・ だし昆布 2 g
 ・ 糸けずり 0.2 g
 ・ はくさい 30 g
 ・ しょうゆ 3 g (小さじ1/2杯)

ピーマンとひじきのサラダ

・ ピーマン 10 g
 ・ 赤ピーマン 10 g
 ・ 黄ピーマン 10 g
 ・ 乾燥芽ひじき 2 g
 ・ 和風ドレッシング 10 g
 ・ 白ごま 1 g (少々)
 ・ サニーレタス 10 g

いちご 3個

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩 (g)
ご飯	243	4.3	0.6	55.1	0.0
蒸しハンバーグあんかけ	191	13.1	12.0	9.3	1.4
湯豆腐	48	4.3	2.5	3.2	0.6
ピーマンとひじきのサラダ	39	1.0	2.4	4.1	0.5
いちご	23	0.7	0.1	6.4	0.0
合計	544	23.4	17.6	78.1	2.5

作り方

蒸しハンバーグあんかけ

- ① 玉ねぎはみじん切りにし、薄く油を敷いたフライパンで透明になるまで炒めておく。
- ② ボールに鶏ひき肉、①の玉ねぎ、乾燥パン粉、卵を入れよく混ぜ、捏ねる。手でハンバーグの形に成形する。
- ③ フライパンに薄く油を敷き、②のハンバーグを入れやや強火で両面約1分程度焼き、焼き色をつける。
- ④ キッチンペーパーなどで余分な油をさっと拭きとりハンバーグが1/3の高さまで浸るくらいの水を入れ、蓋をして水分が無くなるまで蒸し焼きにする。

きのこあん

- ① しめじは石づきを落としほぐす。えのきたけは石づきを落とし食べやすい大きさに切る。しいたけは軸を落としてスライスする。
- ② 小鍋に①のきのここと浸るくらいの水を入れ、加熱する。
- ③ 水分が少なくなるまで煮詰めたら、みりん、しょうゆ、顆粒だしの素を加え味を調える。最後に水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ④ 器にハンバーグを盛り、きのこあんをかけて完成。

湯豆腐

- ① はくさいは洗ってひと口大に切る。
- ② 鍋にだし昆布と木綿豆腐と①のはくさいを入れ浸るくらいの水を加える。
- ③ 火にかけ、はくさいと豆腐が温まれば完成。
- ④ 器に盛り、お好みで糸けずりを乗せる。

ピーマンとひじきのサラダ

- ① 乾燥芽ひじきは水で戻しておき、さっと茹で、ザルに上げておく。
- ② ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマンは洗ってせん切りにし、さっと茹でてザルに上げる。
- ③ サニーレタスは良く洗いひと口大にちぎっておく。
- ④ 和風ドレッシングと白ごまを入れて混ぜ、①、②のひじきと野菜も加えて良く混ぜる。
- ⑤ 器に③のサニーレタスを敷き、④の野菜を盛りつけ完成。

助産師便り



当院の産科で誕生しました

奥庭 千帆吏（おくにわ ちほり）
2023年12月14日生まれ



今回の出産は急遽、夫の立ち合いが出来なくなりました。陣痛の痛みが増すと共に不安や恐怖感が大きくなりましたが、助産師さんや看護師さんが傍で手を握って声を掛けていただき、辛いお産を乗り越えることができました。新棟4階の皆さん、寄り添っていただきありがとうございました。可愛い娘と会う事ができ、大変さよりも幸せを強く感じました。優しく元気な子に育ってほしいと願っています。

当院でお産した方からのメッセージ



●今回も偶然に長女の出産時に担当してくれた助産師さんでした！長女の時にはできた直母ができず悩み、母乳育児を諦めようとしていたけど、私の母乳育児への希望を叶えるべく寄り添ってくれました。退院後、結局直母はできず諦めましたが、あの時の関りは本当に嬉しかったです。私も彼女と同業者ですが、患者の表情や言葉のニュアンスから相手の意向を汲み取り、寄り添った看護でできるように頑張りたいと思いました。

●お医者さんも助産師の皆さんも優しく親身になってくださり、産前も産後もとても心強かったです。前回のお産がトラウマで、今回のお産も心配していましたが、お医者さんが事前に対策を練ってくださっていたので、安心して出産の日を迎えることができました。こちらの病院で出産できて本当に良かったです。

●出産前の検診時からいろんな相談に乗っていただき本当に心強かったです。近いからという理由で産院を選びましたが、こちらを選んでよかったです！ありがとうございました！

●初めての出産で不安ばかりありましたが、産院の皆様がたくさん優しくアドバイスしてくださったおかげで安心して出産できました！産後も色々サポートしてくださって本当にありがとうございました！

能登半島地震の支援活動にDMATを派遣 ～穴水町と志賀町の避難所を調査～



避難所に向かうDMAT

避難所の石川県立
穴水高等学校の周辺



能登半島地震に見舞われた被災地の方々を支援するため、当院はDMAT（災害派遣医療チーム：医師1名、看護師2名、臨床工学技士1名）を派遣し、1月6日から9日まで七尾市の公立能登総合病院を拠点とした日赤の避難所調査活動に協力しました。

穴水町の避難所（7カ所）と志賀町の避難所（9カ所）を訪問するため、道路が崩れている所は徒歩で向かい、各避難所の高齢者や小児などの人数、必要な支援物資などについて朝から夕方まで聞き取り調査しました。

ライフラインが絶たれており、支援の手があまり届いていない避難所の方々からは不安の声が聞かれ、志賀町で断水が続いている地域ではトイレなどに使う生活用水がないため近くの川の水を汲んできて使用していました。避難所には高齢の方が多く、敷布団がないため座布団を並べた上に寝ている方も見られ、厳しい避難所生活を耐え忍んでいる方々が、一日でも早く普段の生活にもどれるようお願いながらの調査活動でした。

佐藤真紀さん（新棟4階病棟） 茨城がんフォーラム2023で参療特別賞を受賞



佐藤真紀さん

令和5年10月15日に開催された茨城がんフォーラム2023において、新棟4階病棟の看護師、佐藤真紀さんが「婦人科領域で化学療法を受ける患者の副作用の現状と課題 第2報」を発表し参療特別賞を受賞しました。がんに罹患し、自宅でセルフケアする患者さんに対して、化学療法の副作用などをパンフレットにまとめ、その活用結果について発表しました。佐藤さんは、患者さんから「パンフレットを読んで自分の身体に起きていること（副作用）を客観的に理解できるようになり不安が軽減しました」との声を頂き、今後も患者さんがもっと活用できるパンフレットに改訂していきたいと話していました。

今月の表紙

富士市が撮影された「梅（2）岩本山公園」の写真を基に作製しました。