



今年10月、近江八幡市立総合医療センターが開設して10年を迎え、開設10周年記念式典を開催いたしました。今後も地域のみなさまのための病院として、質の高い医療を追求して参りますのでよろしくお願い致します。

医療センターだより

よしぶえ

NEWS LETTER

No.16



2016年12月発行

5つの基本方針

1. 地域の視点に立った信頼される医療を目指します。
2. 安全性が保障された質の高い医療を追求します。
3. 地域の医療機関や福祉施設との連携を進めます。
4. 活気に溢れ、誇りを生み出す組織風土を醸成します。
5. 公営企業として、経営の健全化に努めます。



特集 認知症について

[掲載項目]

① 表紙《10周年記念式典》

④ 認知症について

② 開設10周年を迎えて

院長挨拶

⑤ 認知症を予防するために

栄養管理科

③ 公開講座を開催しました

⑥ 地域医療課通信

神経内科

開設10周年を迎えて

近江八幡市立総合医療センター事業管理者
宮下 浩 明



本年10月8日、ホテルニューオウミにて、10周年記念式典を開催しました。ご来賓、現職員、OB、そして当センターを巣立っていった元研修医をあわせ、総数234名が参加する大盛会となりました。

当センターは、当地に移転して10年となりますが、前身の八幡病院はさかのぼること75年、昭和16年に開業いたしました。太平洋戦争勃発直前から戦中戦後を病院として地域住民の生活を支えてきた歴史有る病院であり、歴史のその時々を医師や看護師、その他の医療スタッフはどのような医療を提供していたのだろうと思いを馳せる良い機会となりました。

現在では、近江八幡市の成長と共に発展し、東近江市、日野町、竜王町を含む東近江医療圏2市2町、人口23万人の中核医療機関として、なくてはならない病院となりました。救急車が年間5千台弱、毎日十数台駆けつけてきますし、昨年からはヘリコプター（通称ドクヘリ）も度々飛んでくるようになりました。職員数は、移転前の462人が、現在は827人と約倍増しております。医療機器も時代に遅れないよう適時更新を行い、皆様が安心して医療を受けられる体制を整備してまいりました。

そして何よりも、この10年で大きく変化したのは職員のプロ意識であると思います。診療科毎、部署毎の縦割り意識から、多職種連携による組織横断的チーム医療。以前はリーダーが医師で、医師の指示ですべてが動き、指示がなければ動かない状態でしたが、現在は医師もチームの一員であり、各人が権限と責任を持って業務に携わり、自ら動く。責任を持つことによって己を高めようとした向上心がふつつつと湧いてきて、一段階うえの資格や認定を取る職員が増えました。うれしいことです。

当センターの長い歴史から見れば10年は一瞬であり、今後20年30年と当センターはやる気のある職員に支えられ、更に成長していくものと確信しております。

市民の皆様、行政の方々、そして無償で病院の業務や文化活動、周辺の心地よい環境づくりに携わっていただいたボランティアの皆様にご心より感謝いたします。今後も当センターは近江八幡市のシンボルとして皆様に愛され、地域住民の誇りと思っただけの病院作りをいたしますので応援をお願いいたします。



今年度は計7回の公開講座を開催しました

<第1回脳卒中市民公開講座> H28.10.22開催

初めての開催となった今回の脳卒中市民公開講座では、「脳卒中ってなあに？」をテーマに、医師による講演、医療スタッフによる寸劇を行いました。

医師の講演では脳卒中という病気の特性や治療について、医師を含めた多数の医療スタッフによる寸劇では入院から退院までの流れを示しました。



<第7回CKD市民公開講座> H28.10.30開催

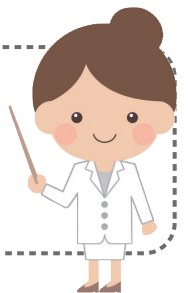
第7回目となった今回のCKD市民公開講座では「慢性腎臓病とうまく付き合う」を教育講演テーマとして開催しました。200名を超える方々に来ていただき、医師、理学療法士、看護師の講演に加えてクイズや寸劇も交えた当講座は大盛況となりました。



今年度は計7回の公開講座を開催しました。また、特別企画として子ども向けのKids病院探検ツアーも実施しました。子どもたちが院内見学や豚の心臓を使った手術を体験し、多くの好評の声をいただきました。来年度も引き続きさまざまな市民公開講座を開催していきますので、ご協力・ご参加よろしくお願ひします。

<2016年度開催の公開講座一覧>

健康いきいき公開講座 心臓血管外科市民公開講座・Kids病院探検ツアー 臓器移植市民公開講座
小児外科市民公開講座 脳卒中市民公開講座 CKD市民公開講座 糖尿病市民公開講座



院内コンビニエンスストアがオープンしました。

11月14日（月）から新しい院内コンビニエンスストア（セブンイレブン）が本格オープンとなりました。

10月からの工事期間中は仮設店舗での営業となり、ご不便をおかけいたしました。皆様にはご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございました。

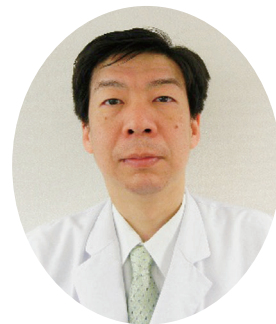
今後、品揃えやサービス等を充実させてまいりますので、よろしくお願ひ致します。



特集

認知症について

近江八幡市立総合医療センター神経内科 松尾宏俊



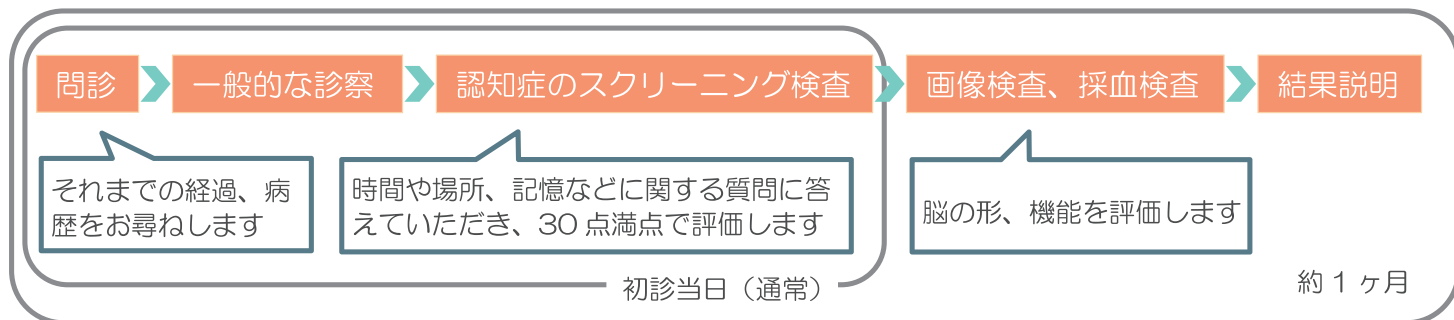
高齢社会を迎えて、「認知症」というテーマはマスコミなどでも大きく取り上げられるようになりました。一般市民の皆さんの間でも関心が高いと思います。

認知症の定義

「一旦獲得された高次の脳機能が、慢性、進行性の疾患によって障害を生じ、日常生活、社会生活に支障を来す状態」

多くの場合、「もの忘れ」で発症するのですが、初期の段階では、単なる老化なのか、区別がつきません。しかし、徐々にその程度が進んでくると、家族や周りの人が異変に気づくようになります。

神経内科では、旧市民病院の時代から「認知症」の早期診断に取り組んで来ましたが、ここ数年は、かかりつけの先生からご紹介いただくケースが増えてきています。もの忘れで受診していただくと、おおよそ次のような流れになります。



早期に認知症の診断がつくと、早期の治療開始が可能となり、結果的にその進行を遅らせることにつながります。また、もの忘れを心配されていても、問題ないことがわかって安心される方もいらっしゃいます。

日本全国でも、国際的に見ても、認知症の中ではアルツハイマー型が最多と言われています。また、頻度としては少ないですが、治療により症状が改善するタイプの病気があります。いずれにしても、「次の一手」を打つことができるので、迷っておられる方には、受診をお勧めします。

受診にあたっては、次の2点にご注意をお願いします。

- ① 初診の際に、かかりつけの先生からの紹介状を持参して下さい。診断後の通院は、かかりつけの先生の所でされる方が多いので、診断や検査の結果を正確にお伝えしておく必要があります。
- ② 本人の普段の様子をよく把握されている方の同伴をお願いします。

認知症は予防も大切です。これをしたら、絶対大丈夫というような万能薬のようなものは、残念ながらありません。しかし、認知症になりにくい人には、いくつかの傾向があるようです。運動の習慣、社会的活動、知的な創作活動などに積極的に取り組んでいる人は、高齢になっても、認知機能がしっかり保たれていることが多いようです。ただ、義務感、焦燥感に駆られてこういうことを強制的にしようとするのは好ましくありません。いきなり完璧やハイレベルを要求するのも酷です。あくまで、本人の自主性、自発性を尊重すべきであり、楽しく取り組めることが大前提です。

また、食事や睡眠など普段からの生活習慣も認知機能には関わっています。少しずつこういうことにも気を配って、いきいきした生活を送りたいものですね。

認知症を予防するために料理を試してみませんか？

料理をすることは認知症の予防になると言われています。料理のための一連の作業は、頭をよく使い脳を活性化させます。どの工程でどのように脳を使うのか考えてみましょう。



①献立を決める

季節の変化や食べ物の旬・冷蔵庫に残っているもの・主菜と副菜の組み合わせなど、献立を決めるだけでも色んな事を同時に考え、脳を刺激しています。



②買い物に行く

買い物は頭も体も両方使うことができます。お店でも、おいしそうな食材を見ている刺激を受けます。レジでお金を払うこともやはり脳を使います。



③料理をする

手先の細かい作業はもちろんのこと、できあがりの時間を考えながら調理したり、食材の切り方を考えたり、脳はフル回転です。



④盛り付け、配膳する

見栄えがよくなるよう食器を選びながら盛り付けたり、こぼさないように配膳したりと、実に色んなことを考え実行しています。

お料理をしたことのない人もかた苦しく考える必要はありません。最初は炒め物や味噌汁など、簡単で自分の食べたいものから調理してみてくださいはいかがでしょう？ (参考 <http://認知症予防.net>)

簡単に作れるキャベツの炒め物も少しの工夫でバリエーションが広がります

材料を変える

人参、コーンを足せば彩りアップ、桜エビを足せば風味アップ、ウインナーを足せばお子様にも食べやすくなります。

味付けを変える

定番はコンソメや中華だし、カレー粉や焼き肉のたれでもおいしくできますよ。

油を変える

ごま油で中華風に、オリーブオイルでイタリアンに、バターを使えば風味がアップ。



こんにちは 赤ちゃん

当院で生まれた赤ちゃんを紹介します！



元気に産まれてきてくれて
ありがとう。
お姉ちゃんと3人で仲
良く大きくなってね。



そうた 湊太くん・こうた 航太くん

(2016年11月4日生まれ/2762g・2300g)

家族、友達、その他た
くさんの人に出会い、
恵まれて、元気にすく
すく育ってください。



ゆいと 結斗くん

(2016年10月21日生まれ/2702g)



地域医療課通信

がん撲滅をめざすリレーフォーライフ、ジャパン2016 滋賀医科大学 ～滋賀医科大学で行われたこの事業に、近江八幡市立総合医療センターは今年も参加！～

- と き：平成28年10月8日(土)12時 ～10月9日(日)12時
- ところ：滋賀医科大学 中庭（滋賀県大津市瀬田月輪町）
- 内 容：24時間リレーウォーク・ルミナリエセレモニー・募金活動、グッズ販売、ステージイベント、がん啓発活動など

今年もがん征圧の願いを込めて、24時間夜通しタスキをつなぎながら交代で歩き続けるこのリレーウォークに参加させていただきました。

このイベントは、夜間を除いて天候に恵まれ、2日間で約700名が来場する盛会となりました。

がんに向かう家族や友人を励まし、亡くなった大切な人を偲ぶため、また患者さんご自身の想いをメッセージにして綴られた紙筒（ルミナリエバッグ）を、ウォークトラックに沿って並べ、キャンドルを灯し、希望の光として会場を包みました。

今回は大学の中庭で行われたということもあり、150名近い学生が参加し、若い世代に向けたがん啓発を行うことが出来ました。がん患者さんやご家族からは、「元気が出た」「若い人達の姿を見て希望を感じた」というコメントをいただいたそうです。

その他にも、がん予防のための啓発ブース、医療セミナーなどで、当院も啓発活動などのお手伝いをさせていただきました。

歌や演奏、パフォーマンスでウォークする人達を応援したり、模擬店、バザーなどもあり、楽しいイベントとなりました。



近江八幡市立総合医療センター

〒523-0082 滋賀県近江八幡市土田町 1379 番地

TEL 0748-33-3151 FAX 0748-33-4877

<http://kenkou1.com/>

***病院へのご意見・ご質問をお寄せください。**

発行：広報プロジェクトチーム

当センターで医療を受けられる方の権利

1. 人権が尊重され、良質で適切かつ安全な医療を、平等・公正に受けることができます。
2. 自分の受ける医療について説明を受け、検査や治療方法などを自分で選ぶことができます。
3. 診断や治療について、他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求めることができます。
4. 診療情報の提供、又は診療記録の開示を求めることができます。
5. 診療上の個人情報やプライバシーが守られる権利があります。