

邑智病院だより

発行／邑智郡公立病院組合

三江線全線復旧を祝福（美郷町）

これからの

地域医療と人口問題

院長 石原 晋

我が国の財政状況が好転に向かないなか、国は、あらゆる分野において効率化の方向性を模索しています。最大の出費分野である「医療・介護・福祉」については、「地域毎のニーズおよびその将来予測を詳細に分析し、それに適合させるよう提供体制（施設数・施設規模）を調整するとともに、それら施設間のネットワーク化を強化する」という大方針に向かって踏み出しました。邑智郡のように、後期高齢者を含め、全年齢層が人口減少局面にある地域では、10年、20年後を先取りする形で、医療施設の縮小を求められていくことになりそうです。「地域あつての病院、病院あつての地域」であることを思えば、ここは大きな踏ん張りどころであります。

さて、「日本の人口減少は待たなしの状態。このまま何もしなければ人口が50年後には2/3、100年後には1/3になり、や

がて我が国は消滅する」。ここ数年か月、日本の人口減少問題がにわかにくローズアップされ、新聞やテレビで毎日のように賑やかに報道されるようになってきました。ことの発端は今年5月8日の「日本創生会議の分科会報告」と、5月14日の政府（経済財政諮問会議）発表です。いずれも体制側（政府サイド）からの発表だから、びっくり！です。

4年前に藻谷浩介氏（邑南町町づくりアドバイザー、日本総研）がこの問題について、その著書「フレの正体」で大きな警鐘を鳴らした当初は、御用経済学者などからはバッシングの嵐だったことを思えば、政府サイドの見解のこのような急激な変化には、驚嘆するばかりです。国もようやく、この国の最重要課題に目を向け始めたかと、うれしく思います。

創生会議、経済財政諮問会議両者がともに示す、国の舵とり方向は「首都圏から地方（子供を産み育てやすい）へと若年者の流れを変える」です。その具体戦略として、当然、「第一次産業の振興による地方での雇用創出」に触れて

はいますが、それはほんの少しだけで、踏み込みが全く足りません。むしろ首をかしげるか、へそが茶を沸かしそうな空論が最前面で述べられています。「本社機能の地方移転を企業に働きかける」「企業の分散／企業誘致」「地方での医療充実や、職業経験が豊富な人材の移住の支援により、東京から地方への人の流れをつくる…」等々です。

「若者を地方へ」という流れをつくる、そのためにはどうすべきか、その答えが「農林水産業への選択と集中」であることは中学生でもわかるんじゃないでしょうか。そうすれば、もう一つの最重要国家課題である「食料自給、エネルギー自給」も改善に向かいます。その単純な理屈をわかってほしいのは、いまだに「グローバル資本主義」というゾンビに取り憑かれているからでしょう。

今後の医療・福祉政策を考えるにあたって、ここに述べたような「この国のかたち」をどうするのか、という国民的議論がまず前提になければならないと思うのですが…

新任医師紹介



総合診療科
筋 浦 立 成

6月1日から邑智病院総合診療科に勤務している筋浦立成と申します。

31年間ずっと内科医として内科全般と、呼吸器科を中心に仕事してきました。

総合内科という言葉が使われ始める前から似たような仕事でしたので診療については、戸惑いはありませんが、電子カルテの操作に四苦八苦しています。慣れるまでは皆様にご迷惑をかけると思います。ですが、ご容赦お願いします。

超高齢化の時代を迎え、医学で解決できない諸問題が医療現場で多くなってきました。患者さんの希望に応じた医療ができればと考えています。よろしくお願いいたします。

教えて Dr!!

PM2.5について

総合診療科 筋 浦 立 成
皆さん、PM2.5という言葉を知っていますか？

昨年中国由来のPM2.5が新聞やテレビで大きく報道されたので聞かれた事があると思います。PはParticle(粒子状の)、MはMatter(物質)で、粒子状物質と直訳できます。2.5というのはこの物質の大きさを意味し、直径2.5マイクロメートル以下の微粒子を意味します。主な発生源は石油や石炭を燃やすことによります。

なぜPM2.5が空气中に増える問題なのかというと、この大きさの物質は肺の奥深くまで吸い込まれる性質があるからなのです。直径5〜10マイクロメートル以上のものは鼻、喉で濾過され肺にはほとんど達しません。3〜5マイクロメートルぐ

らいの大きさの物質は気管内に入り込みますが、細い気管支に付着します。そして繊毛という小さい筈のような作用で喉のほうへ押し戻されます。ところが

PM2.5は肺の最も奥の肺胞という部位まで到達します。そこで肺胞を傷害したり、血液中に入り込んで心臓や血管の病気を引き起こす作用があります。

健康被害が生じないPM2.5の濃度として世界保健機構は一年の平均値10 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下、24時間平均25 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下としています。日本の基準は何故かこれより甘い基準です。70 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ の濃度を超えると外出を控える注意報が出されます。PM2.5は何も中国から海を超えて飛んでくるものだけではありません。

最も身近なPM2.5の発生源は、何かご存知ですか？

それはタバコです。タバコの煙は直径0.4〜1マイクロメートルの微粒子でPM2.5そのものです。タバコの煙には、数千種類の化学物質が含まれ、少なく

とも70種類の発がん物質が知られています。

タバコで年間どれほどの人が命を失っているかご存知ですか？

世界では500〜600万人、日本だけでも13万人がタバコで早死しています。13万人の死者の内訳は、肺がんなどのがんが約8万人、心筋梗塞などの循環器疾患が約3万人、慢性閉塞性肺疾患などの肺疾患が約2万人となります。この中には自分はタバコを吸わないのに受動喫煙で死亡する約7千人も含まれます。これは、交通事故死の約2年分に相当します。喫煙は本人の寿命を縮めるだけでなく職場や家庭で非喫煙者を道連れにする恐ろしい行為です。

死ぬまで喫煙を続けた人の平均寿命は喫煙したことがない人に比べて平均10年縮みます。50歳で禁煙しても6年、60歳で禁煙しても3年寿命が伸びます。喫煙者の皆さんは一刻も早く禁煙しましょう。禁煙は病気を減らす最も有効な手段です。

糖尿病とご飯

栄養管理科長 上田 阿佐子

まだまだ暑いですが、いよいよ秋本番となりました。地元のお米と秋野菜で、おいしいご飯を頂ける幸せを感じる日々がやってきました。

白いご飯に焼き魚、大根おろしに、なすの味噌汁、菜っ葉のお浸し、ご飯が引き立つおかずです。塩分が気になる方は、焼き魚と大根おろしに柚子やしモンで割った醤油をかけると良いですね。



少し前までは、糖尿病と言えど、とかくご飯の量が問題になっていました。最近「アル」ルール、間食、運動不足と、いわゆる「生活習慣病」と言われるように、ご飯だけではなくなってきました。

美味しいからと、いつもより大盛りにすると問題ですが、極端に減らすと、おかずを食べ過ぎたり、すぐにおなかが空いて間食しなくなったりと別の問題が起きてきます。

皆様に食事の話をするときは、ご飯は決めた量で、おかずの組み合わせを考えることが食事療法だとお話しています。

ご飯を中心にして、おかずを順にまんべんなく食べていく日本ならではの食習慣は、とても素晴らしい事で長寿の源とも言われています。

これから少しの間、新米の季節を、どうぞ満喫してください。

(ホムホムユウ)



地域連携室

VOL.4

お薬手帳について

地域連携室 看護師 石橋 文子

皆さん最近よく耳にする「お薬手帳」をお持ちですか。急な病気でかかりつけでない医療機関を受診した時、すぐに自分がどんな薬を飲んでいるか伝えることができますか。何となくは覚えていても飲み方やどうして飲んでいるのか、はっきり覚えていない方が中にはおられます。

そこで役立つのが「お薬手帳」です。これはお薬手帳にあなたの大切な情報が詰まっています。医師はその内容をみて

①薬の重複やよくない飲み合わせを未然に防ぎます。

②体に合わない薬があることを知り、より安全にお薬を出すことが出来ます。

その他薬の副作用で症状が出ている場合があるので、病名診断をする時に役立つ事があります。いつ、どこで、どんな薬を処方して

もらったかを記録しておく手帳を普段から持っているといいですね。

また自分だけでなく、家族の方にも知ってもらっていると安心だと思います。

お薬手帳が役立つ時

- ・旅行先の薬局で薬を購入する時
- ・休日診療所や救急病院を受診する時
- ・災害にあった時
- ・転居などで新しい医療機関を受診する時

いろんな場面で役立つ「お薬手帳」を邑智病院に受診される際にも、ぜひお持ちください。



病院実習・体験

1日看護・助産師体験

7月29日、8月7日に1日看護体験・助産師体験を行いました。

1日看護師体験では、将来医療職を希望する、高校生9名（うち1名は松江からの参加）、中学生1名の参加がありました。はじめに、BLS講習を行い、移送、看護ケアの見学をしました。中でも、新生児（生後6日）を抱っこしたことで命の重さも感じることができたように思います。

1日助産師体験では、妊婦さんとふれ合い、おなかにエコーを当てて胎児の様子を見たり、児心音を



BLS講習を受ける学生

を聞いたりしました。助産師業務の奥深さを感じてもらったと思います。



沐浴体験をする学生

高校生医療現場体験

8月5日に高校生医療現場体験を実施しました。

高校生を対象に、医療現場での体験を通して、地域医療や医師の仕事について理解を深めてもらい、医師に対する魅力や厳しさを感じてもらうたと思います。



縫合体験を受ける学生

アルツハイマー型認知症検査を始めました

最近、物忘れなどの症状はないですか？

診療放射線科長 左田野 恵三

アルツハイマー型

認知症の特徴

認知症の原因として最も多いと言われているのがアルツハイマー型認知症です。

病気が発症する数年も前から脳に変化が起こり、脳の特定の場所

に委縮が出現しています。

早期に発見し、症状が出現する前に治療を開始することで、認知症の発症を遅らせることが期待できます。

【検査方法】

MRI装置を使用し頭部の撮影を行います。頭部の画像データをコンピューターで解析し脳の委縮の度合いを測ります。撮影時間は30分程度かかります。

（脳の委縮のほか、脳腫瘍、脳動脈瘤など脳病変が発見される場合があります）

【対象】

50歳から86歳の方が対象となります。

気になる方は、外来にご相談ください。

地域包括ケア病床 10月1日からスタートします!!

地域連携室長 笠岡 千代子

今回は、地域包括ケア病床についてお伝えします。

【地域包括ケア病床とは】

地域包括ケア病床とは、平成26年度の診療報酬改定により新たに設けられたものです。

平成26年度診療報酬改定の概要では、入院医療・外来医療を含めた医療機関の機能分化・強化と連携、在宅医療の充実等に取り組み、2025年に向けて医療提供体制の再構築、地域包括ケアシステムの構築を図っています。医療機関の機能分化の中で急性期、回復期部分に地域に密着した病床として地域包括ケア病床が作られました。

2025年に向けて地域包括ケアシステムの基盤整備が進められています。その中でも、この地域

包括ケア病床は医療から介護へつなぐ重要な役割を持つと考えています。

【地域包括ケア病床の役割】

地域包括ケア病床では、高度急性期病院からの患者の受け入れを行い在宅等への生活復帰支援や、在宅患者の急変時の受け入れ等を主に行う病床となります。

現在、公立邑智病院では、平成26年10月1日から地域包括ケア病床稼働開始に向けて、院内関係部署が集まり協議を重ね準備を進めています。

それでは、今までの公立邑智病院と地域包括ケア病床稼働後の公立邑智病院と比較して何がかわるのかといいますと、実質的には今まで当院が担ってきた役割に大きな変化はなく、一般急性期を受け

入れる病院としての役割は変わりありません。

しかし、今後は、高度急性期病院での入院期間が更に短くなってきますので、高度急性期病院から公立邑智病院へ転入院していただき、当院で治療をしていただく間に、在宅や施設へ退院できるように支援していくという流れになっていきます。少し変化することと言えます。当院では、一般急性期の入院は新館病棟へ、地域包括ケア病床対象の入院は、本館病棟へ入院していただくこととなります。

地域包括ケア病棟のイメージ



地域包括ケア病床は、入院日数が60日以内、在宅復帰率が70%以上などの決まりもあり、その中で調整が必要になってきます。また、在宅とは、自宅や居住系の施設等のことをさし、地域包括ケア病床からの退院先として考えて行く場所となります。

【地域連携室の役割】

一般急性期の治療後、地域包括ケア病床で治療していただいている間に、安心して在宅や居住系の施設へ退院していただけるよう地域連携室が、退院支援を行っています。また、入院中に病棟を変わっていただくこともありますのでご了承くださいたいと思います。

本人やご家族、地域の事業所、介護福祉施設等と十分話し合いを重ね、地域へ繋げて行きたいと考えています。そのためには、地域の診療所、介護施設や居宅の事業所や行政との連携をしっかりと取りながら進めて行くことが、地域連携室の役割であると思います。

外来診療担当一覧表

※ は派遣医師 は9月29日からの変更分

平成26年9月29日現在

診療科	月	火	水	木	金	受付時間	診療時間	備考	
総合診療科 1診(初診)	内田優子	黒谷一志	筋浦立成	田邊翔太	①③⑤内田 ②④田邊	8:30～11:30	8:30～11:30	・①③⑤は1、3、5週目 ・②④は、2、4週目 ・2診、3診、専門外来は予約制 ・内分泌代謝内科は、毎週月・水 ・循環器内科は、毎月第3金曜日	
総合診療科 2診(再診)	筋浦立成	田邊翔太	内田優子	筋浦立成	黒谷一志				
総合診療科 3診(再診)	黒谷一志	—	—	—	—				
内科 (専門外来)	(内分泌代謝) 島大第一内科	—	(内分泌代謝) 島大第一内科	—	(循環器) 土手慶五				
検査	ドックのみ	内田優子	田邊翔太	黒谷一志	—	—	—	—	
外科	合田義弘	桐原義昌	合田義弘	桐原義昌	合田義弘	8:30～11:30	8:30～11:30	合田医師不在時は、桐原医師が担当します。 肛門外来は毎週火曜日に外科と並行して行います	
整形外科	—	—	島大医師	—	—	8:30～11:30 ただし予約のある方は 8:30～15:30	9:00～16:00	—	
小児科	AM	<一般診療> 藤脇建久 <予防接種> <乳児健診> 藤脇建久	休診 <予防接種> 藤脇建久	<一般診療> 藤脇建久 休診 郡内乳幼児健診のため	<一般診療> 藤脇建久	月	AM 8:30～11:30 PM 13:30～16:30	8:30～11:30 14:00～16:30	小児科医不在時は総合診療科医が担当 <乳児健診> ※予約制 火曜日 11:00～11:30 <予防接種> ※予約制 火曜日 8:30～11:00 14:00～15:00 木曜日 11:00～11:30
						火	AM 14:30～16:30	15:00～16:30	
	水					AM 13:30～16:30 PM 8:30～11:00	14:00～16:30 8:30～11:00		
	木					AM 8:30～11:00 PM 13:30～16:30	8:30～11:00 14:00～16:30		
	金					AM 8:30～11:30 PM 13:30～16:30	8:30～11:30 14:00～16:30		
産婦人科	荘田恭仁	荘田恭仁	荘田恭仁	荘田恭仁	荘田恭仁	8:30～11:30	8:30～11:30	※ 婦人科検診は毎週金曜日	
泌尿器科	—	—	—	島大医師	—	8:30～11:30 ただし予約のある方は 8:30～16:00	9:00～17:00	毎週木曜日	
透析	石原 晋	筋浦立成	石原 晋	島大医師	筋浦立成	—	—	土曜日は島大医師が担当	
麻酔科	—	石原 晋	—	石原 晋	—	8:30～11:30	9:00～11:30	—	
歯科	石岡康希	石岡康希	石岡康希	石岡康希	石岡康希	8:30～16:30	8:30～12:00 14:00～17:00	【予約制】 ※ 第1水曜日は休診	
精神科	—	—	—	—	非常勤医師	12:00～15:30	13:00～17:00	※ 初診の場合は他精神科からの紹介状が必要です。	

随時募集中



医師・助産師 夜勤専従看護師

当院勤務の医療従事者を募集しています。
お気軽にお問い合わせ下さい。



ホームページへ

公立邑智病院を支援する会 除草ボランティア

8月7日に邑智病院周辺の美化活動を公立邑智病院を支援する会会員27名と、病院職員で除草作業をしました。

病院周辺がとてもきれいになり、職員一同感謝申し上げます。



ご寄付ありがとうございました 大町政治様(邑南町)



病院基本方針

- ① 患者さんを家族と思い、良質で親身な医療を提供します。
- ② 職員同士がお互いのやりがいと誇りを尊重しあう、暖かい職場をつくります。
- ③ 明るく清潔で快適な療養環境の維持向上に努めます。
- ④ 地域に信頼されるよう、健全な経営に努めます。

お問い合わせ先

邑智郡公立病院組合 公立邑智病院総務課
TEL 0855-95-2111
FAX 0855-95-2727
〒696-0193 島根県邑智郡邑南町中野3848-2
ホームページアドレス [邑智病院 検索](http://www.ohchihospital.jp/)
<http://www.ohchihospital.jp/>