

# けんころ

## 岐阜県総合医療センター

- 平成27年9月発行
- 平成27年 秋号
- 発行責任者 滝谷博志
- 編集 総合医療センター広報委員会

## ご挨拶

岐阜県総合医療センター副院長  
兼消化器病センター長  
兼地域医療連携センター長  
杉原 潤一



私は平成18年4月に岐阜県総合医療センターに着任し、消化器内科分野主としてウイルス肝炎などの肝臓疾患の診療に携わって参りましたが、「消化器病センター」としましては、上下部消化管領域、肝臓領域、および胆

### 岐阜県総合医療センターの理念

県民の皆様方に信頼され、患者様本位の安全で良質な全人的医療を提供します。

### 岐阜県総合医療センターの基本方針

- 1) 岐阜県の基幹病院として急性期を中心とした医療を担当します。
- 2) 科学的根拠に基づく医療の提供と医療安全に努めます。
- 3) 必要な医療情報を広く公開し、医療の信頼性を確保します。
- 4) 地域の医療機関や福祉施設との連携を重視します。
- 5) 迅速かつ確実な医療とともに、効率的な病院運営に努めます。
- 6) 医学的知識、医療技術の研鑽に努め、医学や医療の進歩に寄与します。

嚢・膵臓領域において、地域の皆様方に最新の知見と医療技術に基づいた診療を提供できるような、スタッフ一同で日々努力を続けております。

さて、わが国は今後さらに高齢化社会と少子化を迎えることになり、医療費の高騰を抑制するためには、医療機関での治療だけでなく、在宅医療や介護・福祉、さらには健康維持のための予防医学が重要となつてきています。そこで厚生労働省は、来たるべき高齢化社会に備えて、「地域医療構想」を掲げています。これにより、各県ごと、その2次医療圏ごとに各病院の機能や役割を明確にすることが求められるようになります。急性期医療から慢性期医療、さらに在宅医療までのスムーズな医療介護体制と地域社会全体としての支援体制の構築をめざすことになり、慢性期医療へも円滑に移行できるように、慢性期医療を担う医療機関や各種の介護・福祉施設などと密接な連携をはかっていくことが重要課題となります。

岐阜県総合医療センターは、平成22年4月に県立病院から地方独立行政法人となり、はや5年半が経過しました。独立法人となった最も大きな利点としては、職員の採用や医療機器購入などの面での柔軟性と機敏性が挙げられます。この間に職員数(非常勤を含む)は954人から13366人に増え、医師数(研修医を含む)も170人から215人に増加しました。新たな医療設備としては、前立腺癌など泌尿器科領域を対象とした手術支援ロボット「ダ・ヴィンチ」、心血管系疾患の検査後緊急にその場で手術も可能な「ハイブリッド手術室」などが挙げられます。当センターは以前から救命救急医療、心臓血管医療、がん医療、周産期医療、女性医療の5つの重点医療に取り組んでおりましたが、このように人的、設備的充実を図ることにより、当センターの信条である「断らない医療」の実践とともに、地域の皆様方により良質な医療を提供できるようになりつつあることを確信しております。さらに現在、病院本館南西に「重症心身障がい児病棟(すこやか)」を含む新棟の建設も順調に進んでおり、来年2月のオープンをめざしています。

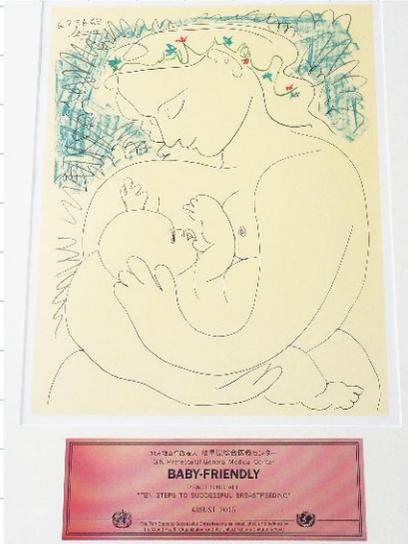
一方、当センターの「地域医療連携センター」は、平成13年に病診連携室としてスタートしてから14年が経過しました。病診とは病院と診療所のことを指しており、病院と診療所がそれぞれの特性を生かしながら、地域全体で連携して患者さんをケアしていくことを目指しています。平成20年9月には「地域医療支援病院」の認定を受けることができ、現在「地域医療連携センター」は病診連携部、退院調整室、自宅退院サポートセンター部、地域連携パス部から成り立っています。患者さんのご紹介を受ける場合、平日は20時まで、土曜日は午前中も電話やFAX予約に対応して患者さんの便宜を図るようにはしており、またご紹介をいただいた先生方には詳細な診療情報の提供を確実に行ない、その後の患者さんの診療に役立てていただけるよう努めています。そして入院患者さんの病状が改善し安定した段階で、元気に自宅退院していただけることを第一目標とし、さらには地域のリハビリや回復を主目的とした医療機関、各種介護・福祉施設への移行を円滑にするための架け橋として活動しています。

このように、岐阜県総合医療センターは「地域医療支援病院」すなわち地域に開かれた病院として、地域の皆様方が高度な最新医療を安心して受けることができ、また回復後の在宅医療をはじめとした慢性期医療へも円滑に移行していただくことができるような病院を目指して努力して参りますので、今後とも御支援のほど何卒宜しくお願い申し上げます。

最後にになりましたが、来たる11月14日(土)に当センターで開催される「岐阜県総合医療センター健康祭2015」食と健康―知ろう、ためそう 日々の食事から栄養治療までV―の御案内をさせていただきます(詳細は次頁の案内を御覧ください)。昔から医食同源という言葉があり、健康を維持するためには食事が担う役割は極めて重要です。ためになる講演や多くの楽しい企画を準備致しておりますので、是非御来院下さることを心よりお待ちしております。

# 赤ちゃんにやさしい病院(Baby Friendly Hospital : BFH)に認定されました

## 赤ちゃんにやさしい病院とは



ピカソ作の認定証

「母乳育児成功のための10カ条」を長期にわたって遵守し、実践する産科施設をWHO・ユニセフが認定しています。2015年8月現在、日本国内では72施設、岐阜県内では3施設が認定されています。

当センターは今年「赤ちゃんにやさしい病院」に認定され、8月1日に行われた第24回母乳育児シンポジウムで認定証がユニセフから授与されました。



## 母乳育児成功のための10カ条(WHO・ユニセフによる共同声明)

- 1 母乳育児の方針を全ての医療に関わっている人に、常に知らせること
- 2 全ての医療従事者に母乳育児をするために必要な知識と技術を教えること
- 3 全ての妊婦に母乳育児の良い点とその方法を良く知らせること
- 4 母親が分娩後、30分以内に母乳を飲ませられるように援助すること
- 5 母親に授乳の指導を十分にし、もし、赤ちゃんから離れることがあっても母乳の分泌を維持する方法を教えること
- 6 医学的な必要がないのに母乳以外のもの、水分、糖水、人工乳を与えないこと
- 7 母子同室にすること。赤ちゃんが一日中24時間、一緒にいられるようにすること
- 8 赤ちゃんが欲しがるときに、欲しがるときの授乳を進めること
- 9 母乳を飲んでいない赤ちゃんにゴムの乳首やおしゃぶりを与えないこと
- 10 母乳育児のための支援グループを作って援助し、退院する母親に、このようなグループを紹介すること



## 当センターにおける母乳育児支援活動



従来から母乳育児支援活動は行っていましたが、2009年から「赤ちゃんにやさしい病院」を目指すことになりました。2010年には母乳育児推進委員会を設置して、病院全体で取り組みました。

現在は、出産直後のお母さんと赤ちゃんの健康状態が安定していれば早期皮膚接触を行い、その後、母子同室・同床として頻回授乳を行っています。入院中は、産科医師の診察だけでなく、新生児科医師も診察を行い、助産師とともに母乳育児支援を行っています。退院後は、産後2週間健診、1ヵ月健診、母乳外来、育児サークル(Tittyの会)を通して、長期にわたって母乳育児が継続できるよう支援をしています。また、理由があっても母乳をあげられない場合でも、お母さんや家族の気持ちを大切に支援を行っています。

# 「岐阜県総合医療センター健康祭2015」のご案内



今年は「食と健康—知ろう、ためそう！日々の食事から栄養治療まで」をテーマに、8つの講演と、実際に見て、味わって、体験していただく楽しい企画を準備しています。ぜひ多くの方に来院いただき、食と健康について考えていただく機会になれば幸いです。

理事長兼院長  
副院長  
主任部長・栄養センター部長

滝谷博志  
杉原潤一  
飯田真美

**2015年11月14日（土）12時～16時 本館1階、情報交流棟3階 参加無料**

**<講演>** 聞きたい講演だけ、選んで聞いていただくことができます。

1. 医食同源 —日々の食事から新しい栄養治療まで—
2. くすりの知識 —食べ物との相性—
3. お口の健康と安全においしく食べるためのコツ
4. 血管をしなやかに —脂質選びのポイント—
5. 血糖コントロールで腎臓を守ろう
6. アルコールとの上手なつきあい方
7. 骨は生きている。骨いきいき！ロコモティブシンドロームを防ごう
8. 正しく理解しよう。食物アレルギーの基礎知識



**<展示・体験コーナー>** 興味深い、ためになる展示・体験がたくさん！ 試食もできます。病気と食事について、子供や高齢者の食事や災害用非常食を展示します。お薬との食べ合わせ・飲み合わせを知りましょう。診療科の展示もあります。飲み込み機能の測定、嚥下体操、骨粗鬆症予防の体操、ドライマウスチェックを体験しましょう。

**<測定してみよう>** 自分の体のことをまず知りましょう。 **<相談しよう>**  
血管年齢、骨密度、身長、体重、体組成、血圧 栄養相談、おくすり相談、母乳育児相談

管理栄養士が企画した2種類の健康弁当を院内レストランで11時から販売します。500円（税込）。  
ミナモ来場！ コンサート（楽市ジャズ楽団）もあります。  
スタンプラリーもあります（景品あり）！  
お題「食と健康」で川柳を募集します（〆切10月16日）。優秀作品を当日展示します。

詳細は岐阜県総合医療センターホームページやポスターをご覧ください。

## 災害対策訓練を実施しました

岐阜県総合医療センターは岐阜県の基幹災害拠点病院に指定されており、県内全域の災害医療に対して中心的役割を担う責務があります。災害時に災害拠点病院としての機能を充分発揮できるようにするために、7月30日に災害医療の机上シミュレーション研修であるエマルゴ訓練を行いました。

129人のスタッフが参加して、医療現場と本部からなるチームを4つ作り、チーム対抗戦で楽しく、真剣に取り組むことができました。このエマルゴ訓練を通して、短時間のうちに多数の傷病者が押し寄せた際の対応方法やトランシーバーの使い方、正確な情報伝達の大切さとむずかしさを学ぶことができました。また、現時点での当センターの課題が浮き彫りになり、考える良い機会となりました。今後もできるだけ多くのスタッフが体験できるように定期的に開催する予定です。



開始説明



大会議室 本部



講堂 訓練現場1



講堂 訓練現場2

### エマルゴ訓練とは

エマルゴトレーニングシステムはスウェーデンで20年以上前から地域とともに開発された救急・災害机上シミュレーションによる研修方法です。災害を想定して、医療従事者および被災者に見立てたマグネット人形を使用し、これらを白板上で災害現場や病院などに移動します。これら操作は設定された病床数・職員数や限られた資源を用いて、訓練上の時間経過に沿って行われます。評価は、設定された対応法の妥当性および避けられた合併症、避けられた死の有無の検討で行われます。

## 看護部からのお知らせ

当医療センターでは、病気を抱えながら生活をしている患者さんを支援するために看護師による「看護外来」を行っています。現在、6つの看護外来（CAPD・スキンケア・禁煙・糖尿病看護・メタボリックシンドローム予防看護・リンパ浮腫外来）があり、退院後の患者さんや地域の医療機関から紹介のあった患者さんに対して生活指導を行っています。

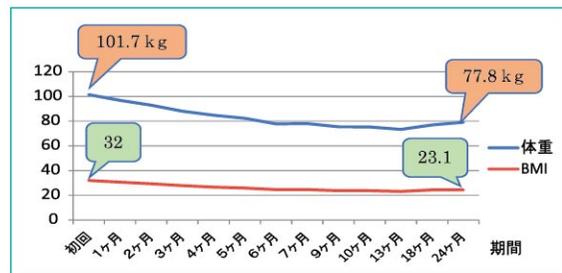
今回は、メタボリックシンドローム予防看護外来の活動について紹介します。

## メタボリックシンドローム予防看護外来 ～ともに減量を目指して～

腹部に溜まる内臓脂肪が原因で引き起こされる様々な病気は、これまでの生活習慣を見直し改善することで悪化をくいとめることが可能です。

当看護外来では、患者さんとそのご家族と面談を行い、内臓脂肪の蓄積と検査数値の変化・動脈硬化・高血圧などの病気との関係を説明します。そして、一人一人の患者さんに合った減量の必要性をお話しし、患者さんと共に今までの生活習慣について一緒に原因を考え、具体的な改善策を探っていきます。

これまでに200名程の方が看護外来を受診されましたが、受診後3ヶ月経過した方の約8割が減量に成功されています。地域の皆様が健康診断の結果を基に、いつでも相談に来ていただき気楽に受診していただけるような看護外来を目指して日々活動しています。



こんなにも成果があります。

## 支援内容

- 各個人の目標決定への支援
- 栄養士による食事指導
- 運動量が測定できる歩数計（ライフコーダー）による運動量の把握と個々の日常生活に合わせた運動方法の提案
- 指導開始後1ヶ月・3ヶ月・6ヶ月・1年の定期フォロー



説明風景



ライフコーダー

## こんにちは 栄養管理部です

### ～食欲の秋 食べ過ぎ対策におすすめ 上手にきのこをとりいれよう～

夏バテにより減退していた食欲が回復して秋の味覚をついつい食べ過ぎてしまう季節になってきました。今回は秋の味覚の中でも食べ過ぎ防止効果が期待できる『きのこ』について紹介していきます。

#### 【きのこに含まれる主な栄養素】

栄養素	主な働き
食物センイ (主に水に溶けないセンイ)	①食べ過ぎによる肥満防止 (低カロリー・よく噛める) ②便通をよくして腸内環境を改善に役立つ

きのこは、食物センイを多く含みます。食物センイとは、ヒトの消化酵素では消化できない栄養素の総称で水に溶けるものと水に溶けないものの2つに分けることができます。水に溶けないセンイは固く噛みごたえのあるものに多く含まれています。そのためきのこは低カロリーなうえ、非常に噛み応えがあるので満腹中枢を刺激しやすくなり食べ過ぎ防止につながります。また便の量が増えて便通が良くなるため腸内環境の正常化にもつながります。(ただし胃腸の調子が悪い時は負担がかかるので控えめに)

第28回

#### 【おすすめレシピ】

##### 常備菜におすすめ 簡単きのこきんぴら

《材料》(3食分) 日持ちは冷蔵保存で3日  
干しいたけ 3枚・えのき 1袋(約100g)  
しめじ 1袋(約100g)・ごま油 小さじ1杯

##### 《調味液》

{ 酒 大さじ3杯・めんつゆ 大さじ2杯(2倍濃縮)  
しいたけの戻し汁 大さじ3杯  
ごま 適量

お好みで七味唐辛子やさくらえびをまぜてもOK



##### 《作り方》

- ①干しいたけは水で戻し、薄切りにする。(戻し汁はとっておく)
- ②えのきは軸を落として2等分に切り、しめじは軸をとり手でほぐす。
- ③調味液を混ぜ合わせる。
- ④フライパンにごま油をひき、きのこを炒める。しんなりしてきたら③を入れて汁気がなくなるまで炒め、仕上げにお好みの量のごまを加える。

アレンジ例1 ゆでた小松菜の味付けとしておひたしに混ぜる

アレンジ例2 昼食のうどん・そばのトッピングや炒飯の具として使う  
(例. 冷やしそば+納豆1パック+大根おろし+きのこきんぴら)

1食あたり エネルギー 57kcal  
食物繊維 3.4g (バナナ4本分)  
塩分 0.7g



乾燥きのこには骨強化の栄養素が多く含まれるためカルシウムの多い青菜やじゃこと一緒に食べるのがおすすめです。

## 編集後記

広報紙「けんこう」第31号をお届けします。記事中でもご案内させていただきましたが、今年度の健康祭は、食と健康をテーマとして開催します。多くの皆様のご来場をお待ちしております。また、取り上げてほしい情報などありましたら、お気軽にご意見をお寄せください。

### 岐阜県総合医療センター 広報委員会

〒500-8717 岐阜市野一色4丁目6番1号  
TEL.058-246-1111 FAX.058-248-3805  
Eメールアドレス info@gifu-hp.jp  
ホームページアドレス http://www.gifu-hp.jp