

田 和 山 だ よ り

た

わ

やま

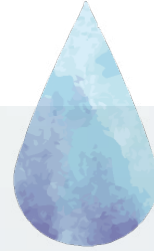
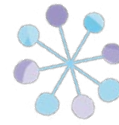
松江市立病院広報誌

夏

2021年7-9月
summer

vol.13

ご自由に
おとりください



特集記事

上定新市長

就任記念インタビュー



展望テラスにて、左から入江副院長(病院長代行)、上定市長、吉岡看護局長

就任記念インタビュー …… P2
最近の医療情報 …… P4
新任医師紹介、医療チーム紹介 … P6

ヘルスケアキッチン、理念基本方針… P7
診療日程表 …… P8



病院モットー

愛情 信頼 奉仕



副院長
入江隆
松江市立病院

特集記事
上定新市長
就任記念
インタビュー

松江市長
上定昭仁

◆ご縁

副院長 まずは、紀川院長が5月末で勇退され、今は私が職務代理者として病院長代行を務めさせていただいております。今回のインタビューの進行役を務めさせていただきます。よろしくお願いします。

市長 よろしくお願いします。

副院長 私は出身が宮崎県都城市でして、鳥取大学へ進学し医者になりました。学生生活を経て40年が経ち、人生の3分の2をこちらで生活しています。今や完全に山陰の人間になりました。市長は学生時代を福岡で過ごされていたそうですね。

市長 はい、福岡で知り合った妻は佐賀県鳥栖の出身で、九州は第2の故郷です。また、親戚に医師をはじめ医療関係者も多く、先生ともご縁を感じますね。

副院長 市立病院については、旧病院の時代、それから新病院に移転してから2度目の赴任です。建物は15年経過しましたが現在も古さを感じることなく、たいへん満足していますし、働く者として誇らしさを感じています。

市長 旧病院の時代、子供の頃にお見舞いに訪れたことがあります。新しい病院は、今でも綺麗で斬新な雰囲気がありますね。ロボット手術の「ダビンチ」などを見せていただき、最先端の医療機器が揃っていることを実感しました。

◆コロナウイルス感染症について

副院長 市立病院では6月1日よりワクチン接種を開始し、市長にも接種会場を視察させていただきました。ところで、市長は就任前にニューヨークへ赴任しておられました。その頃、アメリカでは感染者増加の時期と記憶していますが、どんな状況だったのでしょうか。

市長 令和元年6月から昨年12月までの約1年半、コロナ禍の渦中のニューヨークで暮らしていました。昨年3月から完全に在宅勤務となりましたが、私が住んでいた郊外はさほど深刻な状況ではなかったものの、

都心部のスラム街に暮らす貧困層などは感染が拡大していました。「国民皆保険」の日本とは違い、医療を受けられない低所得者層はコロナ感染で亡くなったのかどうかも分からない方が多数いらっしゃったようです。感染拡大初期には、感染症検査に20万円もかかっていましたので、医療の恩恵に授かれる人とそうでない人との二極化が顕著でした。

また、コロナ禍から自分の命を守るため、自ら在宅勤務を選択するサラリーマンが多くなりました。私は現地法人のCEOでしたので、ニューヨーク州からの在宅勤務指示に先んじて、在宅勤務制度を導入して社員の安全確保に努めました。

さて、5月25日にアメリカが日本への渡航基準を4段階で最も厳しい「中止の勧告」に引き上げました（※6月8日にレベル3「再考せよ」に引き下げ）。アメリカと比べて感染者数、死者数も少ないのに何故？と思われるかもしれませんが、世界での安全の基準がワクチン接種の進み具合がどうなのか、ということに変わってきているように感じます。

副院長 日本ではワクチン承認に対して、非常に慎重になってきました。今は急速に進み、ワクチン接種を如何に速く進めていくか、が喫緊の課題となっています。

市長 高齢者の方について、当初75%くらいの接種希望があるものと予想していましたが、約8割となっています。今後、職域での接種や対象を若い世代に拡大するなど、着実に接種を進めていきます。

副院長 接種希望者が多いのは真面目な県民性もあるでしょうね。我々も、一日も早いコロナ収束に向け、ワクチン接種に全力で取り組みます。



(ワクチン接種会場での説明)

◆ヘルスツーリズムについて

副院長 海外赴任の経験が豊富な上定市長に、海外で見た医療政策や松江市でやってみたい医療のカタチについて聞かせてください。

市長 私は2005年から4年間シンガポールに赴任していましたが、当時のシンガポールでは、高度医療を「ヘルスツーリズム」で提供していました。

東南アジアや南アジアにおいて、シンガポールは最も医療が進んでいる国でして、予防医療も発達しています。周辺諸国の日系法人では、健康診断をシンガポールで受け、ショッピングや観光を楽しみリフレッシュするという福利厚生制度を導入していました。シンガポールは観光立国でもあり、先進医療とうまくむすびつけて誘客する「ヘルスツーリズム」で存在感を発揮しています。

高齢化が進む鳥根は、医療や介護の面で全国の先頭を走っています。一方で、「美肌県」とも言われ、温泉やお茶、和菓子に加え自然にも恵まれ、「癒し」の要素も多く兼ね備えます。さらには、大きな災害も少なくコロナ感染が抑えられて心身ともに健康的とあれば、住むにはたいへん魅力的なところであり、全国からの注目度も上がっていると感じています。

未だコロナ禍の収束は見通しにくい状況ですが、先を見据え、ピンチをチャンスに変えていく発想が必要だと思います。地域の良さに磨きをかけうまく発揮していくことと、それをいかに売上や所得に繋げるかを考えたいと思っています。

副院長 何か、トンネルの先に光明が差すような元気の出るお話ですね。

市長 そうですね。ただ、そのためには、まずは市民が健康であるべきです。健診の受診率が高く、予防医療が充実し、病気になる人が少ない。その結果、医療費の削減に繋がる、といった“松江モデル”として展開できると良いと考えています。

副院長 私は婦人科医ですが、鳥根県が全国でもいち早く子宮がん検診にHPV検査を取り入れました。そのことが早期発見、早期治療につながり、医療費削減にも寄与していると思います。市長が描いておられる将来像を、一緒にぜひ実現したいですね。

◆今後の松江市の医療

副院長 当院では「がんセンター」を設置し、従来からの手術が中心の治療に加え、薬物療法や放射線療法などの高度医療機器の導入や専門スタッフを配置しました。それまで市内の病院ではできなかった治療が、当院で総合的にできるようになりました。さらに遺伝子解析による臓器横断的な治療が可能なゲノム医療の充実や、現在泌尿器科で行っているロボット手術を産婦人科へ拡大することも計画しています。働きながら治療ができ、患者の負担を軽減する、という地域の方にとってより良い医療を提供することが当院の大きな役割だと思っています。



(がん患者サロンを見学)

市長 地元で高度な医療が受けられることは、市民の安心感につながります。がんセンターでの最新の医療技術と緩和ケアを組み合わせた治療は理に適っており先進的ですし、今後の高齢化社会にも有益であることは間違いありません。

副院長 ところで、この度のコロナ対応を通して、市立病院も他の医療機関や医師会等との連携が進んだと思います。コロナ初期の頃、当院ではPCR検査をドライブスルー方式で試みていました。医師会による検査センターも素早い対応でチームワークの良さを感じました。

市長 ワクチン接種においても、市立病院や松江日赤、医師会、開業医等、関係者の協力で、順調に進んでいくものと確信しています。

今後さらに高齢化が進み、生産年齢人口が減少していく中で、地域資源を有効に活かすために、市内外の関係者が連携していくことが最も重要です。

私が先頭に立って旗を振っていきますので、市立病院にはその一翼を担っていただけることを期待しています。

副院長 全力で頑張ります。よろしくお願ひします。



(がんセンターの最先端放射線機器を見学)

❁ 最近の医療情報

新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルス感染症は、2019年12月、中華人民共和国湖北省武漢市において確認されて以降、世界中に拡大しました。

厚生労働省の発表によると、日本では、これまでに741,524人が新型コロナウイルス感染症と診断されており、これは全人口の約0.6%に相当します。(2021年6月現在)

どんな病気？

初期症状は風邪やインフルエンザと似ています(図1)。新型コロナウイルスの潜伏期間(感染してから発症するまでの期間)は1~14日で、多くの人がおよそ4~5日で発症します。

インフルエンザと異なるのは、発症前の無症状の期間に他人にうつる可能性があることです。他人に感染させる期間は、発症の2日前から発症後7~10日間程度とされています。ウイルスの排出量が高いのは、発症の直前・直後と考えられています。

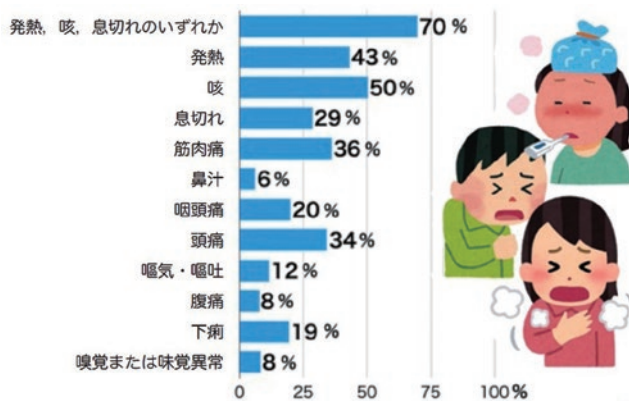


図1 (出典:新型コロナウイルス感染症(COVID-19)診療の手引き・第5版)

治療は？

8割程度は軽症で自然に軽快すると言われています(図2)。他の2割は肺炎が悪化し、呼吸不全になる場合があります。その場合は、酸素投与や抗ウイルス薬、ステロイ



感染対策室 感染対策専門官 藤田 佐代子
呼吸器内科科長・感染対策室長 小西 龍也
感染対策室 感染管理認定看護師 朝倉 里香

ド薬(炎症を抑える薬)、免疫調整薬の投与を行います。呼吸不全が悪化した場合には人工呼吸器等による集中治療を行うことがあります。こうした治療法の確立もあり、新型コロナウイルス感染症により死亡する割合は低くなっています。

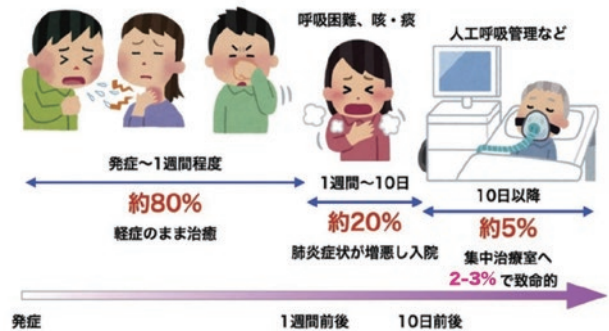


図2(出典:新型コロナウイルス感染症(COVID-19)診療の手引き・第5版)

予防は？

新型コロナウイルス感染症の感染経路は、くしゃみや咳嗽、会話などの際に生じる飛沫が周囲の人の目や鼻、口の粘膜に付着したり、呼吸器に入ることによって感染を起こします(飛沫感染)。また、汚染された環境を触った手で目や鼻、口の粘膜に触れたりすることによって感染します(接触感染)。したがって、飛沫予防策と接触予防策を適切に行う必要があります。

無症状の方も他人にうつすことがあるため、普段から人と接触するときにマスクを着けておくユニバーサルマスキングが提唱されています。それによって自分の飛沫を飛ばさない効果が期待できます。そのためには、マスクで鼻と口をきちんと覆う正しい着用法が必要となります。また、空气中に細かい飛沫が漂うことがあるため、定期的な換気(日中は1時間に1回程度、1回10分程度)が必要です。窓を

開ける場合は、2方向以上で行い、風の流れができるように換気を行います。

接触予防策としては、アルコール除菌クロスなどを用いて、手すりやドアノブなどのよく触れる場所を中心に、定期的に清拭消毒を行います。

また、手指衛生は感染症の予防において最も重要な行為です。外から帰宅した後、調理や食事の前、掃除や洗濯の後などのタイミングで手洗いをするようにしましょう。



新型コロナワクチンについて

現在、日本ではファイザー社と武田／モデルナ社のワクチンが、予防接種法における接種の対象となっています。有効性については、いずれのワクチンも、海外で大規模な臨床試験が実施されており、発症予防効果は、ファイザー社製が約95%、武田／モデルナ社製が約94%と、高い効果が確認されています。

ワクチンの発症予防効果は100%ではないため、感染対策を継続することが重要です。

ワクチンの副反応について

主な副反応は、いずれのワクチンも、接種部位の痛み、疲労、頭痛、筋肉痛、悪寒、関節痛等で、大部分は接種

後数日以内に回復していること、稀な頻度でアナフィラキシー（急性のアレルギー反応）の発生が報告されています。アメリカでは、アナフィラキシーの頻度は、ファイザー社製が100万回に4.7回、モデルナ社製が100万回に2.5回と報告されています。（2020年12月14日～2021年1月18日の接種期間）

発現割合	症状	
	コミナティ(ファイザー社)	モデルナ(武田薬品)
50%以上	接種部位の痛み、疲労、頭痛	接種部位の痛み、疲労、頭痛、筋肉痛
10～50%	筋肉痛、悪寒、関節痛、下痢、発熱、接種部位の腫れ	関節痛、悪寒、吐き気・嘔吐、リンパ節症、発熱、接種部位の腫れ、発赤・紅斑
1～10%	吐き気、嘔吐	接種後7日以降の接種部位の痛みなど(※)

コミナティ添付文書、COVID-19ワクチンモデルナ添付文章より

(※)接種部位の痛みや腫れ、紅斑

出典：厚生労働省 新型コロナワクチンQ&A

アナフィラキシーの発生は、90%が接種後30分以内であったことより、接種後15分から30分程度、接種会場で経過観察を行うことが求められています。

新型コロナウイルスの変異株の出現により、今後の感染状況がどのように変化するかに注視していく必要があります。不安や自粛生活などによるストレスを感じている日々だと思いますが、治療薬の開発やワクチンの効果に期待しつつ、引き続き、一人一人が感染予防に努めていきましょう。

お知らせ ～新型コロナウイルスワクチン接種について～

松江市立病院は新型コロナウイルスワクチンの集団接種を実施しています。

接種日	月曜日から金曜日(祝日を除く)
接種会場	松江市立病院がんセンター
接種時間	1回目13:00～14:30(予約受付は15分刻み) ※2回目の予約日時は1回目接種の際、お知らせいたします。

予約について

松江市立病院の代表番号、外来窓口等ではワクチン接種の予約受付を行いません。下記の松江市電話予約(ナビダイヤル)または、WEB予約をご利用ください。



松江市ワクチン 検索

電話番号	0570-085277 (ナビダイヤル)
受付時間	午前8時30分から午後5時15分まで

■接種に関するお願い

接種には以下のものが必要です。必ずお持ちください。

- ①接種券(シール状になっている台紙)
- ②予診票
- ③本人確認書類

(運転免許証、健康保険証、後期高齢者受給者証、マイナンバーカード等)

接種会場での混雑を避けるため、予約時間の15分前をめやすに会場へお越しください。病院内への立ち入りはできません。

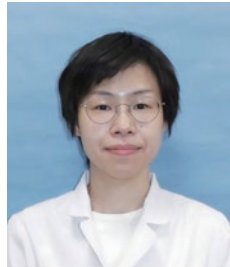


❁ 新任医師紹介

5月1日

産婦人科

さわだ まゆみ
澤田 真由美



❁ 医療チーム紹介

緩和ケアチームとは

緩和ケアはがんと診断されたときから必要な医療であり、積極的治療(手術・化学療法・放射線療法など)と平行して行うことができます。

積極的治療を車の前輪とすれば、緩和ケアは車の後輪になります。前輪ががんばるとき(積極的治療をメインで行う時期)もあれば、後輪ががんばるとき(緩和ケアをメインで行う時期)もあります。どの時期においても、前輪と後輪が協力することで患者さんやご家族はよりよい医療を受けることができます。そのため、緩和ケアは一般病棟においても積極的に行っていく必要があります。

一般病棟で緩和ケアを提供するために存在するのが「緩和ケアチーム」です。緩和ケアチームとは、主治医からの依頼にもとづいて、一般病棟で緩和ケアを提供することを目的とした、様々な職種で構成される専門家チームです。

痛みなどの体の症状、不安などの精神的な症状のみならず、社会的(経済的、療養場所をどうするか、介護はどうかなど)な問題に対しても対応していきます。また、必要に応じてチーム以外の専門家に応援を依頼する場合があります。



チームメンバー

身体症状の緩和	緩和ケア科医師
精神症状の緩和	精神神経科医師
口腔ケア	歯科口腔外科医師
チーム、病棟間の連絡・調整、看護ケアの相談	緩和ケア認定看護師
薬剤情報	薬剤師
栄養指導・食事相談	管理栄養士
リハビリテーション	リハビリセラピスト
社会的相談・調整	医療ソーシャルワーカー
	臨床心理士





今回のヘルシーメニュー

鱈の山椒焼き



血圧が
気になる方
におすすめです

フライパンで簡単に作れます。
鱈の風味と山椒の香りがくせになる一品です。

材料 (1人分)

<栄養成分(1人分)>
エネルギー92kcal、塩分:0.2g(写真は2人分)

- ・鱈(中1匹) … 約60g(骨・内臓含むと約130g)
- ・薄力粉 …………… 小さじ1
- ・山椒の粉(市販) …………… 小さじ1/2
- ・植物油 …………… 少量
- ・大葉 …………… 適量

作り方

- ①3枚卸にした鱈に塩(重量の2%程度、約1g)を振り、20分程度置いた後に流水で軽く洗う。キッチンペーパーで水気を拭き取る
- ②分量の小麦粉と山椒の粉をよく混ぜ、①をまぶす
- ③油をひいて熱したフライパンに②を入れ、両面焼き色が付くまで焼く
- ④飾り用の大葉を敷き、③を盛り付ける

鱈は塩焼き、南蛮漬け等が主流ですが、これは山椒の粉の風味がアクセントになり、調味料をかけなくても美味しく頂ける1品です。(お好みでレモンをかけても美味しく頂けます)大葉も一緒に食べると、爽やかな風味が口に広がります。



管理栄養士
古澤妙子

松江市立病院 モットー

愛情

信頼

奉仕

病院 理念

松江市立病院は、市民への奉仕を第一とし、市民から愛され、信頼される病院を目指します。地域中核病院として、また自治体病院として市民ニーズに的確に応える医療を行うとともに、保健医療福祉の連携に努めます。

基本 方針

- 一. 私たちは、患者さんへの思いやりを第一とし、市民から愛され、信頼される病院にします。
- 一. 私たちは、医療水準を高め、全力を尽くして患者さんの診療にあたります。
- 一. 私たちは、患者さんの権利を尊重し、信頼に基づく安全で良質な医療を提供します。
- 一. 私たちは、診療所や他の病院と連携を密にし、地域医療の充実に努めます。
- 一. 私たちは、健全経営に努め、明るく働きがいのある病院を創ります。

診療日程表

令和3年7月

診療科		月	火	水	木	金
総合診療科		佐々木	芦田	平井	芦田	小西
腫瘍内科				武田		
糖尿病・内分泌内科		多田・伊東	佐々木	多田・佐々木	多田	佐々木・伊東
循環器内科	初診	岡田	山口	松田	太田・佐貫	中村
	再診		太田・松田・佐貫	岡田	山口・中村	
消化器内科		堀江・加藤・河野	吉村・三浦・(平井/金築)	堀江・加藤・村脇	吉村・三浦・村脇	平井・金築・河野
呼吸器内科		小西	龍河・武田	小西・新井	小西・武田	龍河
脳神経内科		各医師交替	高井・中下	鞆嶋・高井・中下交替	高井	鞆嶋・中下
小児科		辻本・上山	米田・辻本	辻・佐野	佐野・辻	米田・上山
放射線科		飴谷	小谷	堀・飴谷	小谷	飴谷
精神神経科		板倉・小野	大竹・小松	板倉・小野	大竹・小野	大竹・板倉
皮膚科		伊藤・新石	伊藤・新石	伊藤・新石	新石	伊藤・新石
消化器外科		若月・本城	河野	若月・梶谷	福本	若月・久光
乳腺・内分泌・胸部外科		内田	松井	須田	松井	内田
心臓血管外科			原田			原田
脳神経外科		各医師交替	阿武	各医師交替～9:00	萩原・瀧川	阿武・瀧川
整形外科		青木・楠城	近藤・金谷	藤原・近藤	金谷・青木	楠城・藤原
形成外科		松井	松井	松井	松井～9:00	松井・坂井(紹介)
産婦人科		澤田(入江)・高橋	田代・入江	村上・入江	高橋・村上	澤田・田代
	妊婦健診	村上	高橋	田代	澤田	村上
泌尿器科		瀬島・眞砂	山口～10:30	山口・眞砂	瀬島	眞砂・山口
耳鼻いんこう科		榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷
眼科		板持・堅野	板持・堅野	堅野	板持・堅野	堅野
麻酔科、ペインクリニック科			安部・小糠			岩下・中右
緩和ケア科		岩下	安部・中右	岩下	安部・中右	各医師交替・岩下
リハビリテーション科		徳田・福永	徳田	福永	徳田	徳田・福永
歯科 口腔外科	初診	石倉・加藤	高村	成相	石倉・加藤	成相
	再診	石倉・成相・高村・加藤	石倉・成相・加藤	石倉・高村・加藤	石倉・成相・高村・加藤	石倉・高村・加藤
	口腔ケア外来	小田原	小田原	小田原	小田原	小田原