

田和山だより

2018年
夏号 7-9月

vol.

01

創刊号

特集

松江市立病院 開設70周年



ずっと、あなたのそばに。

「選ばれるまち松江」を目指して

～地域で完結する医療を推進!!～

松江市長

松浦正敬

記念
対談

松江市立病院長

紀川純三

松江市立病院関係者

- 開設70周年記念イベント・がん市民公開講座のご案内…5
- 健康豆知識「高齢者の熱中症」……………6
「骨粗しょう症を予防する食品」……………7
- 診療日程表、新任医師紹介、お知らせ……………8

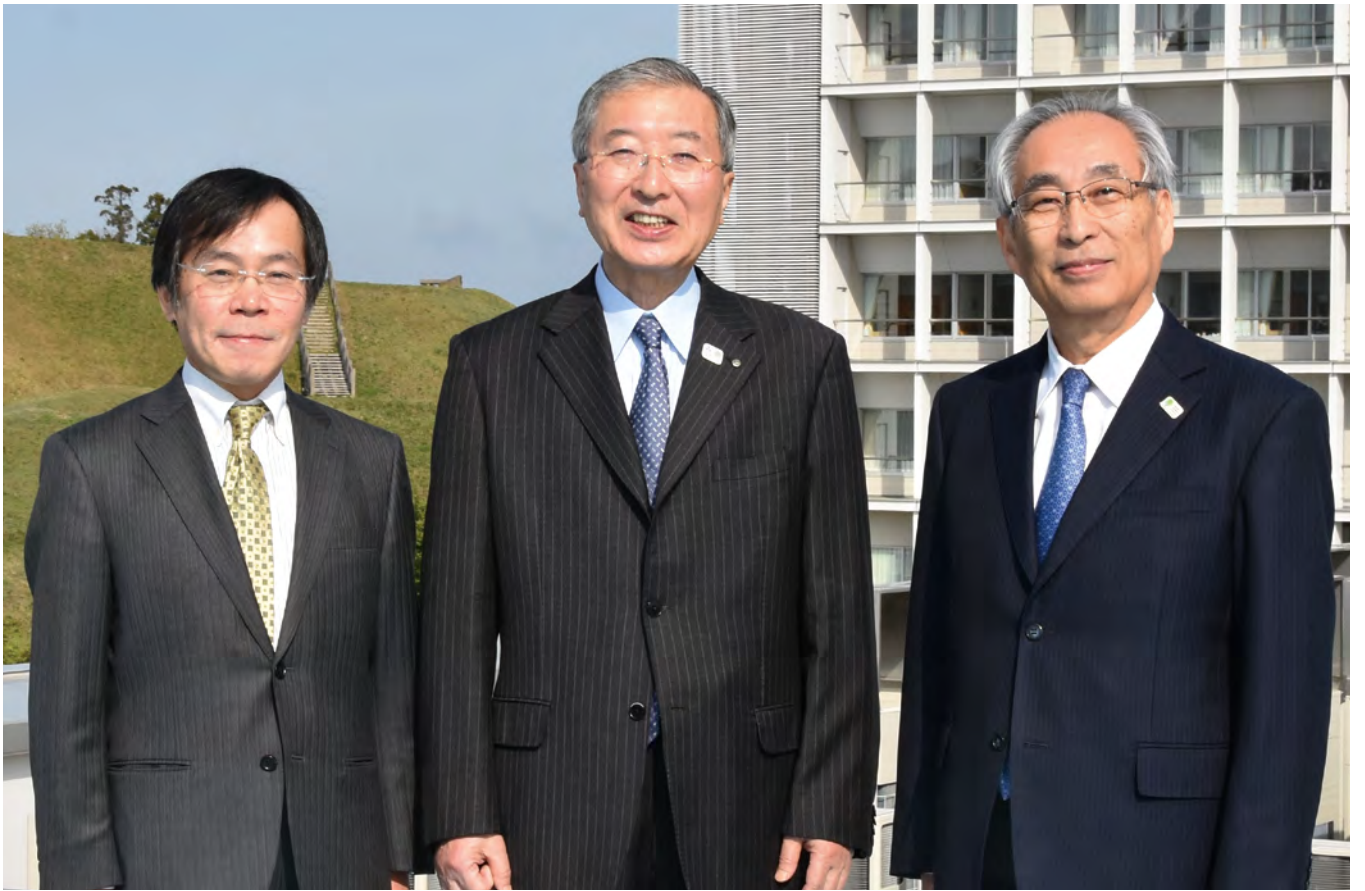


病院モットー

愛情 信頼 奉仕

<http://www.matsue-cityhospital.jp/>

「選ばれるまち松江」を目指して



右から、紀川病院長、松浦市長、大竹広報委員長

「地域で完結する医療」を推進!!

松江市長

松浦正敬

記念
対談

松江市立病院長

紀川純三

松江市立病院は、昭和23年に松江市の医療行政施策の一環として開設され今年4月で70年を迎えました。この節目にあたり市立病院の開設者である松浦正敬市長と、紀川純三病院長に、市立病院の今後の展望についてお話を聞きました。聞き手は市立病院広報委員会大竹徹委員長です。

松浦 私は市立病院と同じ昭和23年生まれの70歳なので、非常に覚えやすく親しみを感じています。私が市長になった平成12(2000)年に市立病院の移転問題が起きましてね。当時の病院建設予定地だった田和山から三重の環濠が発見されたんです。資料保存でいいのかなとの思いで文化庁へ行ったところ、「すごい発

見で、史跡に指定してもいいほどだ」と。これは困った、絶対に保存をしなければいけない状況だ、ということで、東京からの帰りに一度田和山に立ち寄ったんです。すると田和山の付近は農地が広がっている。ひょっとしたら農地に病院をうまく配置できるのではないかと思い、病院の模型を作り地形図に落としてみたら見事にスパッとハマったんです。よし、これで行こう!と。これで、自然を生かし史跡と共存した市立病院ができたんです。

大竹 病院のあらゆる場所から木々の緑を見ることができるので、癒し効果があり気持ちもリフレッシュできると患者さんから大変喜ばれています。自然に恵まれた環境は、患者さんにとって非常にいい効果を生んでいることを実感しています。

中核市としての新たなスタート

大竹 松江市は「選ばれるまち松江」を目指しており、今年4月には中核市となり新たなスタートを切りました。中核市となったことで、市民の生活にどのようなメリットがあるのでしょうか。

松浦 中核市になり、今まで鳥根県が行っていた福祉・医療関係の業務のうち約2,000件を松江市で行えるようになりました。例えば、不妊治療の助成の申請は一般と特定の二種類あり、治療の内容によって県と松江市のそれぞれに申請しなければならなかったのですが、松江市ですべて行えるようになりました。市民は市役所に行けば全部の手続きができるようになるので、非常に市民サービスの向上になります。

我々の一番の問題は「人口減少」で、この問題にどう



松江市は、人口減少や高齢化社会など多くの問題を抱えていますが、安心して暮らすことのできる環境が順調に整いつつあります。

- 松浦 -

立ち向かっていくのか。そういう意味では、中核市になったことでたくさんの人に「住むなら松江に」と思ってもらえるまでに近づいていると思います。

働きながらがん治療をできる環境

大竹 昨年3月に開設したがんセンターは、松江市のまちづくりの中で、どのような位置付けになっているのでしょうか。

松浦 今2人に1人はがんになり、3人に1人はがんで亡くなると言われています。がん治療に力を入れることが平均寿命を延ばすことにつながるの思いから、がんセンターの設置を思い立ち、当時鳥取大学医学部附属病院のがんセンター長をなさっていた紀川先生に依頼したんです。がんの専門家である紀川先生は「がんを働きながら治す」「その地域でがんを治療していく」というコンセプトを提案されました。治療と仕事を両立できる仕組みをつくるということは、市民が身近な地域で安心して生活し活

躍できる環境を整える責任がある松江市にとって必要な視点でした。

紀川 高齢化社会を迎え、今後がん患者の増加が予測されているので、がんになっても安心して地域で暮らせる社会の構築が非常に大事になります。がんセンターには、放射線治療を推進するために高精度の放射線治療機器を導入しました。放射線治療は、高齢者に対する治療に適しているので、高齢化社会には必ず必要になってきます。また、外来化学療法室や緩和ケアセンター、口腔ケアなどの各種ケア外来など、入院ではなく通院で治療できる環境を整備しました。

がんセンターの開設により、質の高いがん医療をこの地域ですべての市民が受けることができるようになったと自負しています。



市民が必要とする医療環境とは、安心・納得できる治療を受けられる病院が、家や勤務先から通える場所にあることだと思います。

- 紀川 -

松浦 「働きながらがん治療を受けられる」ということは、高齢者だけでなく働く世代の市民にとっても非常に重要なことです。がんにかかったから、もう仕事をあきらめざるを得ないといった家族の問題などにいろいろな影響がでえます。がんセンターの開設により、一層市民の皆さんが安心して生活できる医療環境になったと思います。松江市は、がんセンターや中核市になったことによる保健所の開設など、市民により身近なところでいろいろなことができる環境が整ってきたのを実感しています。

公立病院の使命

大竹 私は、精神神経科の医師ですが、30年前の平成元年に、市立病院の合理化計画の目玉として精神科病棟の廃止が提案されました。廃止の危機に直面し、合理化計画の廃案の決定打となったのは患者さんと家族の訴えでした。「市立病院が最後の砦である」というたどどしくも真実の声は、大変感動的だったと当時の医師が



ら聞いています。時代は流れ、今では精神疾患はがん、脳卒中、糖尿病、急性心筋梗塞に並んで五大疾病の一つとなっています。その時だけをとらえて合理的に考え切り捨てるのではなく、公立病院と

してどうあるべきかが問題だと感じています。

紀川 患者さんの高齢化もあり、重篤な身体疾患を合併した精神疾患を治療する場が必要となっているのは事実です。当院では心身の治療を行うため各診療科と精神神経科のスタッフが連携をとりながら総合的な診療を行い、質の高い医療を提供しています。また、フィットネスルームや各種ケア外来、さらに高度な医療機器の設置など、一見不採算であっても地域に必要な医療を、時代に流されることなく継続的に確保し責任をもって提供することは、公立病院の使命と考えています。経営基盤を確立し、今後も不採算な部門を十分カバーできるような経営体制を維持したいと考えています。

松浦 私は、患者さんが気持ちよく治療を受けられる環境が一番大事だと考えています。そのためには、病院スタッフの患者さんに対する接遇、これが重要です。患者さんと多く接するのは看護師です。この看護師の態度いかんで、病気も気持ちもすごく良くなるということがあると思います。接遇が良ければ、市立病院はすごく良いところだったと言ってもらえ、退院した患者さんからそういう話を聞くと本当にうれしいですね。

大竹 職員全員で、安定した経営基盤の確立をする努力をし、市立病院のモットーである「愛情・信頼・奉仕」、改めてこの気持ちをもって病院に来られた方に接していきたいと思っています。

地域で医療を完結させるために必要なこと

大竹 ただ、松江市に市立病院一つだけでは医療機能は十分に機能しません。地域全体の医療は、これからどのように発展させていくべきでしょうか。

紀川 各医療機関が単一ですべての医療、いわゆる病院完結型医療を行う時代は終わったんですね。今は、それぞれ特色を持った病院が協調して、最良の医療を提

供するために考えていくことが重要になりました。医療を身近な地域で完結させる、地域完結型医療です。

市立病院は、昨年1月に松江市医師会と医療を取り巻く課題に協力して対応し、人材を育成する基本協定を結びました。他の医療機関と役割分担をしながら「かかりつけ医」の先生と連携をとることで、より身近な地域で安心して生活できるように今後も地域医療機関との連携を強化していきたいと考えています。

松浦 今まで行政は、医療についてはどちらかというと病院任せ、あまりタッチしてこなかったという感があります。医療分野の専門性が高いため医師の世界には近寄りがなかったというのが主な理由でしたが、中核市になり松江市自前の保健所を持つことができました。保健所長は医師ですので、保健所長が、例えば松江市と病院や医師会などの間をうまくつないでくれる、そういうソフト面も期待しています。

保健所長は、松江市内29公民館区を個別に歩いておられます。これは、それぞれの地域に保健所が目を向けてサービスを考えていく気持ちの表れで、非常にありがたいことです。保健所を松江市が設置するメリットを最大限発揮できるように、我々行政もいろいろな形で支援していきたいと思っています。

紀川 市立病院から見ても、保健所を松江市が持つ意義は大きいと思います。特に当院は保健所を人材交流などを含めて支援する立場にもあります。お互いに協調してやっていきたいと思っています。

大竹 関係機関だけで連携するのではなく、いろいろな分野でお互いに助けあったり力を貸したりしながら積極的に連携していくことが重要なんですね。

「選ばれるまち松江」を目指す松江市の松浦市長と、地域で完結する医療を推進する松江市立病院の紀川病院長が、松江の地域全体の医療環境を充実させるために同じ方向を向いて協調し連携していかれることがよくわかりました。本日はありがとうございました。

イベント紹介

開設 70周年記念イベント

医療の今、そして明日へ

日時 平成30年9月1日(土)
13時～16時

場所 市立病院
(松江市乃白町 32 番地 1)
(お車で越しの方は駐車券を会場までお持ちください)

入場
無料

パネル展示

- 老いに負けない体づくり
- 5大がんの予防と早期発見
- 救急医療

市立病院の災害への備え

- 災害用テント展示
- パネル展示

おもてなし広場

- 健康測定
- 子ども薬剤師体験
- 絵画・川柳応募作品展示 など



病院の“ひみつ”教えます!!

院内探検ツアー

- リハビリテーション部 ●手術部
- 施設・設備 ●放射線科部 ●検査部

お問合せ先 市立病院 総務課 TEL 0852-60-8000 (代)

市立病院 がん市民公開講座

正しい医療情報の見極めかた

患者の心の隙に付け込む誘惑。医療にだって「うまい話」は存在しない。

※事前申し込み不要(お車で越しの方は駐車券を会場までお持ちください)

入場
無料

講師

勝俣 範之 教授
日本医科大学武蔵小杉病院 腫瘍内科

日時

平成30年10月7日(日)
14時～15時 (受付 13時30分～)

場所

市立病院がんセンター 3階 講堂

お問合せ先

市立病院 企画経営課 経営戦略室
TEL 0852-60-8000 (代)



高齢者の熱中症

「家に居れば大丈夫」ではない！

熱中症は、体温調節がうまくできないことで体内に熱がこもり、体の水分や塩分のバランスが崩れて起こります。フラフラする、失神、筋肉痛、足がつる、大量に汗をかく、頭が痛い、吐き気がする、身体がだるいなどの症状があり、命にかかわることもあります。最近が高齢化に地球温暖化も影響して特に高齢者で増えています。屋内での発生も珍しくなく非常に身近な問題となっています。

【主な要因】

熱中症は、気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日差しが強い、閉め切った屋内、エアコンのない部屋、急に暑くなった日などの環境要因、高齢者や乳幼児、肥満、糖尿病の持病、栄養不足、下痢で脱水状態、二日酔いや寝不足といったからだ要因、激しい運動や長時間の屋外作業などの行動要因があいまって起こります。なかでも高齢者は、身体の水分量が減って普段から脱水傾向になっており、加えて暑いと感じにくくなり、のどの渇きも感じにくく、汗をかいて体温調整する力も弱まります。気持ちは若いつもりでも、いろいろと変化は起こっているのです。

ポイント

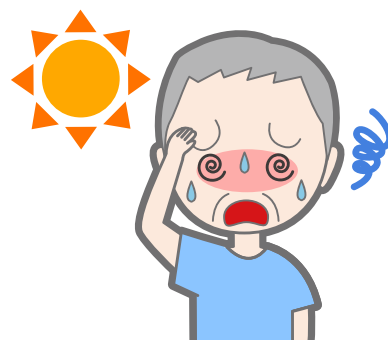
真夏日や熱帯夜が増えて夏は暑くなっています。「まだまだ年は取っていない」との過信は禁物です。熱中症のおよそ半数は65歳以上です。無理をせずに涼しい環境で過ごし、こまめに水分と塩分を補給して夏を乗り切りましょう。



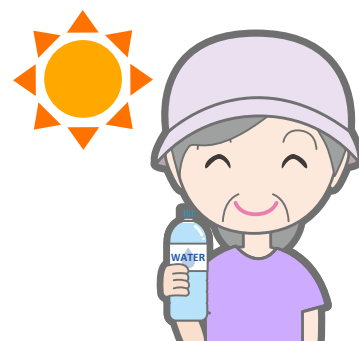
救急診療科長
芦田 泰之
(日本DMAT隊員)

【対策】

では、どのような対策をとればいいのでしょうか。まずは暑さを避ける日傘、帽子、涼しい服装、涼しい場所や日陰の利用で高温にさらされないようにしましょう。「家に居れば大丈夫」ではありません。暑さを感じにくくなっています。家では



エアコンを活用し室温が28度を越えないようにしましょう。また自分で感じないうちに脱水が進行してしまうため、意識して水分を取ることを、すなわち「こまめな水分補給」が必要です。昼間だけでなく、入浴の前と後、寝る前にも必要です。汗をかくと塩分も失われます。水分とともに塩分の補給も必要です。スポーツ飲料でも、麦茶でも、市販の経口補水液でも結構です。



注意

「ビールで水分補給」と言う方が時々いらっしゃいますが、アルコールは利尿作用があるので水の代わりにはなりません。お酒を飲んだらしっかりと水分を取ることが必要です。



骨粗しょう症を 予防する食品

「カルシウム」をとみましょう！

日常的に介護の必要なく、心身共に健康で生活できる期間を健康寿命といいます。厚生労働省の調査(2016年)によると、平均寿命との差は男性9.27年、女性11.4年で、約10年間は介護が必要になるというデータになります。

介護が必要となる原因のひとつに骨粗しょう症があります。骨粗しょう症によって骨がもろくなるとちょっと

した転倒で骨折し、そのまま寝たきりに・・・ということになりかねません。

骨粗しょう症を予防するには、骨の材料となるカルシウムを多く含む食品をとり、魚介類、キノコ、緑の野菜を取り入れたバランスの良い食事を心がけることが大切です。1日30分程度は日光を浴びるようにして、過度の飲酒や食塩の取り過ぎには注意しましょう。



栄養管理部技師長
森山 純子
(管理栄養士)

【カルシウムを多く含む食品】

牛乳、ヨーグルト、小魚、緑黄色野菜、大豆、豆腐など

【カルシウムの1日摂取推奨量】

【50歳以上の場合】 男性:700mg、女性:650mg
(参考)牛乳1杯(200ml)→カルシウム:230mg

【カルシウムの吸収率】



【カルシウムの他に骨の形成を促進する栄養素】

ビタミンD:魚介類やキノコなどに含まれる。日光を浴びると体で合成もできる
ビタミンK:納豆、ブロッコリー、ホウレンソウなどに多く含まれる

【取り過ぎるとカルシウムの吸収を悪くするもの】

食塩、カフェイン、アルコール

リン(インスタント食品、ハムなどの加工品、スナック菓子などに多く含まれる)



出典: 日本栄養食量学会誌(1998年)
【日本人の食事摂取基準2015】

ポイント

丈夫な骨を作るとともに、適度な運動で筋力をつけ、転倒を予防することも大切です。



こんな人は要注意

- 牛乳・小魚・大豆製品などをあまり食べない
- (女性なら)閉経している
- 家族に骨粗しょう症の人がいる
- ステロイドを内服している
- 低体重(やせている)
- 喫煙している(ニコチンはカルシウムの吸収を妨げます)

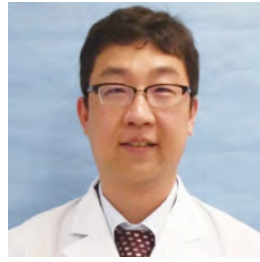
新任医師紹介
NEW FACE!!

小児科

うえ やま じゅん いち

上山 潤一

適切な医療を提供できるよう、また安心をお届けできるよう努力していきたいと思っております。よろしくお願ひします。



お知らせ

口腔がん集団検診

平成30年 9月23日(日)

無料

○13時~16時

○がんセンター 3階講堂

今年は9月に行います

事前申し込み不要・当日、会場までお越しください

診療日程表

平成30年6月

診療科	月	火	水	木	金	
総合診療科	曾田	芦田	曾田	山田	曾田	
糖尿病・内分泌内科	多田	佐々木	佐々木(初)・多田(再)	多田	佐々木	
循環器内科	初診	岡田	山口	大嶋	太田	古志野
	再診		太田・大嶋	岡田	山口・古志野	-
消化器内科	堀江・岡本・河野	吉村・三浦・泉	堀江・岡本・村脇	吉村・村脇・三浦	足立・泉・河野・兼村	
呼吸器内科	小西	龍河・矢内	小西	矢内(初)・小西(再)	龍河	
神経内科	高井・鞆嶋・中下	高井・中下	鞆嶋	高井	鞆嶋・中下	
小児科	辻・上山	米田・上山	辻・田中	辻・米田	米田・上山	
放射線科	堀・飴谷	放射線科医師・木村	堀・飴谷	放射線科医師・木村	飴谷・放射線科医師	
精神神経科	奥田・小野	大竹・国分	奥田・国分	大竹・小野	大竹・奥田	
皮膚科	松木・吉田(再)	吉田・松木(予約のみ)	松木・吉田(再診)	松木	松木(再)・吉田	
消化器外科	若月	河野	梶谷	山田	久光	
乳腺・内分泌・血管・胸部外科	内田	松井	野津	松井	野津・内田(乳腺・内分泌)	
心臓血管外科	-	-	-	-	清水 14:00~16:00	
脳神経外科	各医師交替(初)	阿武	各医師交替~9:00(初)	藤原・瀧川(再)	瀧川・阿武(再)	
整形外科	戸田(初)・楠城(再)	近藤(初)・梅木(再)	山下(初)・近藤(再)	梅木(初)・戸田(再)	楠城(初)・山下(再)	
形成外科	松井	松井	松井	松井(初)~9:00	松井(再)・坂井(紹介)	
産婦人科	初診	入江(初)・高橋(再)	田代(初)・入江(再)	柳樂(初)・長田(再)	高橋(初)・柳樂(再)	紀川(初)・田代(再)
	妊婦健診	柳樂	高橋	田代	長田	入江
泌尿器科	瀬島	山口徳 ~10:30(初)	山口広・山口徳(再)	瀬島	山口広(再)(初:第2.4週) 山口徳(再)(初:第1.3.5週)	
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(再)	板持・堅野	堅野	
麻酔科、緩和ケア・ペインクリニック科	緩和ケア	岩下	安部・中右	岩下	安部・中右	各医師交替
	ペイン	-	安部(午前)・中右	-	-	岩下・中右
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	高村	石倉(高村)	石倉	成相	小田原
	午前再診	石倉・成相・小田原・阿久津	成相・小田原	成相・高村・小田原・阿久津	石倉・高村・小田原・阿久津	石倉・成相・高村・阿久津
	午後再診	石倉・高村・小田原・阿久津	石倉・成相・高村・小田原	石倉・成相・高村・小田原・阿久津	石倉・成相・高村・小田原・阿久津	石倉・成相・高村・小田原・阿久津



松江市立病院広報誌 田和山だより 発行者 紀川純三 編集 広報委員会

〒690-8509 島根県松江市乃白町32番地1 <http://www.matsue-cityhospital>
TEL0852-60-8000(代表) FAX0852-60-8005