



新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。皆様には穏やかでよいお年を迎えられたことと思います。新年を迎えまして年頭のご挨拶申し上げます。

昨年も、物価高、国際紛争など、決していい年であったとはいえなかったと思います。そんな中で、医療の世界での大きな変化としては、5月に新型コロナウイルス感染症が「2類相当」から「5類感染症」になったことが挙げられます。新型コロナウイルスとの付き合い方が新しい段階に入ったのは、よかったのではないかと思います。実生活での制約が減り、同じことをしても自由を感じるできるようになりました。病院に実習に来て下さる医療関係の学生さんがコロナ以前のレベルに戻り、病院全体も活気が戻ってきているように思います。もちろん、新型コロナウイルスがなくなったわけではなく、感染力が非常に強いこと、一定の確率で重症化してしまうことには変わりはありませんので、病院としては引き続き感染拡大しないよう気を配って対応させていただきます。ワクチン、抗ウイルス薬の進歩はありますが、新型コロナウイルスも変異を繰り返し、性質も変わりますので、新しい情報もしっかり入手して最善の対応を続けていきたいと思っております。必要があれば、色々なレベルの面会制限もお願いすることがあると思いますがご協力よろしくお願い申し上げます。

さて、昨年の明るいニュースとして思い浮かぶのは、野球の大谷翔平選手の二刀流での大活躍、将棋の



院長 西村 元伸

藤井聡太棋士の8冠達成です。それぞれ、努力、才能、そして野球、将棋が好きで飽くなき探求心があることの3拍子がそろって初めて達成できていることだと思います。更に2人とも人から好かれる人間であることが素晴らしいと思います。私どもも、医療に関わることを好きになり、努力を惜まず、プロフェッショナルとして患者さん、連携施設の皆さんから信頼され、好かれる病院を目指して、これからも進んでいきたいと思っております。そして、昨年同様、患者の皆様、医療機関、介護機関の皆様を対象にした講演会をオンライン、あるいは対面で開催し、皆さんとの接点を作っていくつもりであります。

最後になりましたが皆様のご健勝とご多幸をお祈りし新年のご挨拶とさせていただきます。今年も患者の皆様、医療・介護機関の皆様のお役に立てる病院目指して職員一同頑張らせていただきます。どうぞよろしくお願い申し上げます。

4年ぶりの職場体験学習を実施しました

事務部管理課 庶務班長 齋藤 隆

11月7日(火)～9日(木)の3日間、松ヶ丘中学校の生徒さんによる職場体験学習を実施致しました。新型コロナウイルスの影響もあって、4年ぶりの開催となります。職場体験学習には、2年生3名が参加されました。皆さん、積極的に質問してくれて、医療への関心の高さが感じられました。参加した生徒さんからいただいた感想を以下に掲載させていただきます。今回の経験がこれからの学びや進路選択の際に役立ってくれることを願っております。

生徒さんからの声

○ 今回は、職場体験学習をさせていただき、ありがとうございました。

特に印象に残っていることは、心臓マッサージです。実際に体験してみると、想像以上に疲れてとても大変でした。

他にも、看護師の方にインタビューをすると、患者様が思っていることを引き出すことを意識しているとおっしゃっていました。僕は患者様との接し方から、人と接する時、どのような工夫や意識をすることができるのか学びました。

○ 今回は、職場体験という機会をいただき、ありがとうございました。

私は看護師さんや放射線技師の方などに、患者さんのことを知って信頼関係をつくるのが大切だというお話が心に残りました。

私は、医療関係の職に就きたいという思いがありました。貴重な機会を大切に、これからの進路選択に生かしていきます。

経験を忘れずに、これからの生徒会活動や学校生活を頑張ります。

○ 今回は私たちのために職場体験の場を設けてくださり、ありがとうございました。私は将来医療関係の仕事に就くのが昔からの夢だったので職場体験をきっかけに夢に近づけた気がします。三日間を通して協力することの大切さやコミュニケーションの大切さを学びました。学校でも一人で抱えないで周りの人に助けをもらったり、自分が助けたりしたいです。

職場体験で学んだことを進路に生かしていきたいです。本当にありがとうございました。



(左上)人工呼吸器のモニタの見方について質問していました。

(右上)薬剤師の仕事のお話を聞きました。薬品の管理や病棟での仕事など、数多くの仕事があります。

(左)心臓マッサージの体験。見た目より力が必要なおことに驚いた様子でした。

千葉東病院では手術侵襲の少ない腹腔鏡を 使用した鼠経ヘルニア手術を行っています

手術看護認定看護師 臼井 和子

腹部のヘルニアのうち、80～90%が鼠径部に脱出する鼠経ヘルニアです。鼠経ヘルニアは乳幼児期の男児、壮年期以降の男性、肥満気味の中老年男性に多く、鼠径部に楕円形や半球状の膨隆(ふくらみ)・腫脹(張り)が生じます。

鼠経ヘルニアは自然治癒が期待できない(自然に治らない)ので、原則手術治療を行います。通常ヘルニアは圧迫すると元に戻りますが、繰り返し放置すると元に戻せなくなる(嵌頓)があります。また、腸管壊死になった場合、生命の危険を招くこともあります。

千葉東病院では開腹手術とは異なる、手術侵襲の少ない腹腔鏡を使用した鼠経ヘルニア手術が行えます。手術創は5mm～1cm程度の3か所のみで、ほとんどの患者さんが手術翌日には普通に歩行できます。入院日数も短く、治療費も抑えられます。

もしかしてヘルニアかも…と思ったら、ぜひ一度、千葉東病院にご相談ください。

地域連携の会を開催して

外来・入退院支援センター 萩原 久子

地域連携の会は、令和元年より患者さんの退院に際して連携している地域の居宅介護事業所や地域包括支援センター、訪問看護ステーション等の方々を対象に行っている会になります。令和2年から昨年度まではコロナ禍のため、オンラインで行っていましたが、今年度は人数制限をしながらも感染対策を万全にして対面での開催としました。

今回は対面ならではの企画として、三大認知症のなかでもレビー小体型認知症をとりあげ、バーチャルリアリティ(VR)の技術で患者様がどのような体験をしているのか、幻視(実在しないものが見える)などの症状を疑似体験していただきました。VR機器を8台借用し、少人数のグループに分かれて体験をしました。「認知症の方の苦しみが理解できた」、「今回の体験を通して、より患者さんの気持ちをくめる行動ができると思いました」「当事者や家族の気持ちに寄り添いたい」などの感想があり、【体験】するという大切さを私たちも同様に感じることができました。このVR体験の後に、情報提供講演として「レビー小体型認知症のケアについて」と題して、認知症看護認定看護師の榎本副看護師長よりミニ講義が行われました。講義では、日内リズムを整えることや環境調整、排便コントロールが重要であると具体的な説明があり、「ケアのポイントがよくわかった」「新たな学びがあった」などの感想があり、今後の業務に活用できる情報を提供できたのではないかと思います。

毎年開催している地域連携の会も、コロナ禍を乗り越えて5回継続することができましたので、初心に戻り「地域との連携」を考えていきたいと思いました。「連携」が患者さんにとってよりよいものにできるように、地域の在宅サービスの方々からの意見を真摯に受け止め、更に5年10年と継続していけるようにしたいと思います。

タラのカレーパン粉焼き



栄養価(1人分)

エネルギー	242kcal
たんぱく質	15.6g
塩分量	0.7g

材料(2人分)

・タラ	80g 2切れ
・塩	少々 (0.5g)
・黒こしょう	少々
・小麦粉	小さじ1
・カレー粉	小さじ1
・マヨネーズ	大さじ1
・パン粉	大さじ5
・乾燥パセリ	少々
・サラダ油	大さじ2
・レタス	20g(1枚程度)

作り方

- ① タラに塩、黒こしょう、小麦粉、カレー粉をまぶして下味をつける。
- ② ①にマヨネーズをまんべんなくぬる。
- ③ 最後にパン粉と乾燥パセリを両面にまぶす。
- ④ サラダ油で焼き色がつくまで焼く。
- ⑤ ④を皿に盛付、レタスを添えて完成

♪ちょこっとアレンジ♪

【エネルギーを抑えたい方】

オーブントースターを使うことで、油を削減することができ、エネルギーを約106kcal(一人当たり)減らすことができます！

【塩分を抑えたい方】

タラの下味の塩をなくすことで、0.2～0.3g程度塩分を減らすことができます。

【たんぱく質を抑えたい方】

タラの切り身を半量にすると、たんぱく質を減らすことができます！
また、一口大にカットした玉ねぎなどの野菜と共に串カツ風にすることで、ボリューム感が出ます！

