



# みんなの回生

題字揮毫  
元県知事・前川忠夫



■ 新年のご挨拶 理事長・病院長・副院長 兼 看護部長 ……	2・3
■ はじめまして ……	3
■ 糖尿病の患者さん、年末年始を乗り切ろう ……	4~6
■ 聞いたことありますか？ コグニサイズ ……	7
■ 待遇改善推進委員会を発足しました！ ……	8
■ ハローワーク主催 ソフトボール大会出場 ……	9
■ 皆様からのご意見の紹介 ……	10

## 回生病院理念

皆さまに愛され信頼される病院を目指します

## 回生病院基本方針

- 一、私たちは質の高い医療を提供します
- 一、私たちは保健・医療・福祉と連携を図ります
- 一、私たちは予防医療の充実に努めます

## 患者さまの権利と責務

- 一、患者さまには、最善で公平な医療を受ける権利があります
- 一、患者さまには、医療内容について十分な説明と情報を受ける権利があります
- 一、患者さまには、医療行為について選択・同意・拒否する権利があります
- 一、患者さまには、個人情報保護される権利があります
- 一、患者さまには、自らの健康に関する情報を提供する責務があります
- 一、患者さまには、病院の規則を守る責務があります

2022年  
298号



社会医療法人財団 大樹会 総合病院 回生病院  
坂出市室町三丁目5番28号  
回生病院ホームページ <http://www.kaisei.or.jp/>

☎ 0877 (46) 1011 (代)  
夜間の受付も行っています。

## 新年のご挨拶

理事長

松浦 一平



新年明けましておめでとうございます。旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

国内では新型コロナウイルスの感染状況が落ち着きを見せていますが、世界では新たな変異株「オミクロン株」の感染が広がっています。国内でも徐々に感染者数が増えると予想されており、第6波への警戒心は根強く、飲食店の苦境も続いています。第6波がどのようなものになるのかについては、ワクチン接種が進んだことで社会活動の制限がどれくらい緩和されるのかや、時間がたつてワクチンの効果がどのように下がっていくのかなど、まだ詳しく分かっていない部分も多く、専門家でも判断は難しいようです。いずれにせよ、ご自身と大切な人を守るためには、マスク着用・手洗い・換気の徹底等の感染対策を行うことが必要です。当院は感染症指定病院ではありませんが、入院患者さんや当院を利用される方が安心して受診していただけるよう万全の予防対策を行っておりますので、関係者の皆様にはご不便をおかけしますが、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

回生病院は引き続き質の高い医療を地域住民の方々に提供すると同時に、行政や介護との連携をこれまで以上に密にしていきたいと考えています。また地域の中核病院をはじめ、診療所の先生（かかりつけ医）や施設関係者の方々より密接な連携をとり、患者さんをはじめ地域の住民の皆さんが、住み慣れた地域で安全・安心して暮らせる地域作りに全力を注いでまいります。

本年も何卒よろしくお願い致します。

## 新年のご挨拶

病院長

杵川 文彦



新年明けましておめでとうございます。昨年中、当院に賜りました数々のご支援に対しまして、職員一同心より御礼申し上げます。

昨年はCOVID-19に明け暮れた1年でした。今年は何とか落ち着いてほしいものです。そうは言っても医療機関としてはCOVID-19に対峙しないわけにはまいりませんので、当院でも可能な限り対応しており、発熱外来、COVID-19患者のトリアージ、COVID-19患者の一時的な入院、ワクチン接種等を行っています。今年も引き続き臨機応変に対応していきたいと考えています。なお、手術や内視鏡検査を受けられる方に対しては厳重な感染対策を継続する予定ですが、ご寛恕の程よろしくお願いいたします。

そのような中で内視鏡検査については少し明るい話題があります。経鼻内視鏡の進歩により、経口内視鏡にかなり近い画質が得られるようになりました。そこで、当院でも2本の経鼻内視鏡を用意し、内視鏡検査時の苦痛が強いため経鼻での検査を希望される方に対応することにしました。しかし、まだまだ経鼻内視鏡は経口のものに及びませんので経鼻でも経口でも苦痛があまり変わらない方には経口内視鏡での検査をお勧めしています。

さて、今年も寅年です。寅年に起こった事柄を調べてみると、薩長同盟締結、第1次日英同盟調印、第1次世界大戦勃発、国家総動員法公布、朝鮮戦争勃発、小野田元少尉が日本に帰国、尖閣沖で中国漁船衝突事故発生などがありました。戦争やそれに関連する出来事が多いようです。ぜひ平穏な1年を送りたいものです。

不安な要素の多い昨今ですが、引き続き、地域医療への貢献、研修医の教育、臨床研究、災害拠点病院としての機能維持等、当院に与えられた役割を果たしていきたいと考えています。

本年も昨年同様ご支援を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。年頭にあたり、皆様のご健勝とご発展を祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

## 新年のご挨拶

副院長兼看護部長

南原 愛子



新年明けましておめでとうございます。今年が皆様にとって幸多き年になりますように心よりお祈り申し上げます。

昨年は、東京オリンピック・パラリンピックがコロナ禍での開催となりました。フェンシング男子エペ団体では、香川県出身の宇山賢氏が金メダルを獲得し、JR高松駅前に「ゴールドポスト」が設置されました。私はニュースを聞き、早速写真を撮りに行きました。

さて、新型コロナウイルス感染症の猛威は続き、病院や地域の医療体制にも大きな影響を及ぼしています。特に「面会制限」がもたらした影響は大きく、最後の時間を過ごす場所や治療の選択など、患者の意志決定においてさまざまな倫理的ジレンマや課題があると聞いています。県内の感染状況に応じて、面会を制限することもあります。地域の皆様と連携を図りながら乗り越えて行きたいと思えます。

また、少子高齢化が進み、地域医療構想の実現や地域包括ケアシステムの推進に向け、人口や疾病構造の変化に応じた適切な医療体制の整備が必要となっています。医療の分野でもAIやICTの導入が急速に進んできています。これらの変化に合わせて、看護職には、「対象の多様性・複雑性に対応した看護を創造する能力」が求められています。厚生労働省においては、看護教育カリキュラムの改訂がなされ、「在宅看護論」の名称を「地域・在宅看護論」と改め、基礎看護学の次の位置づけとなりました。

院内では、接遇を見直し、病院理念の実現に向けて取り組んでいます。看護部では、ジェネラリスト・ナースをめざす継続教育を再検討し、看護の質の向上を図り、さらに成長したいと考えています。

本年もご支援・ご指導を何卒よろしくお願い申し上げます。

## はじめまして

初期研修医

谷 勇樹



11月から3月まで回生病院で勤務させていただきましたこととなりました。初期研修医2年目の谷勇樹と申します。出身大学は香川大学で進路は整形外科を希望しております。

高校までスポーツ漬けの日々を送っており、人の体のケアにかかわる仕事に興味を持ったため、卒業後は鍼灸の専門学校に進み資格を得ました。日々の業務をこなすうちに、治療には画像検査などの正確な診断の重要性を感じました。しかし鍼灸の資格ではできないこともあったため、どうせ一生やるなら医師を目指そうと思い、今に至ります。

医師として働き出してまだ短い期間ですが、回生病院のスタッフの方々と先生方にとっても優しく熱心に指導していただき、充実した日々を過ごしております。まだまだ至らないことも多く、自身の無力さを感じることもあります。少しずつ成長を重ね患者様の力になれるよう精進していきたいと思えます。

どうぞよろしくお願い致します。



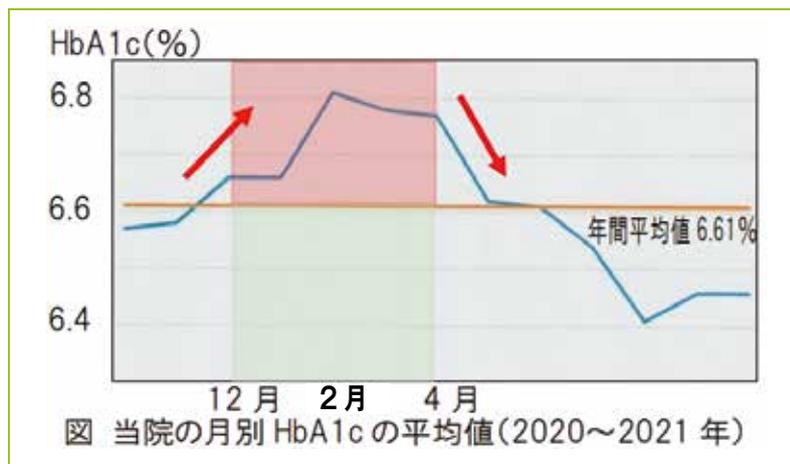
# 糖尿病の患者さん、年末年始を乗り切ろう

糖尿病センター

我が国では、年末年始はひと際楽しい期間です。この時、良い習慣を崩さないよう気をつけましょう。

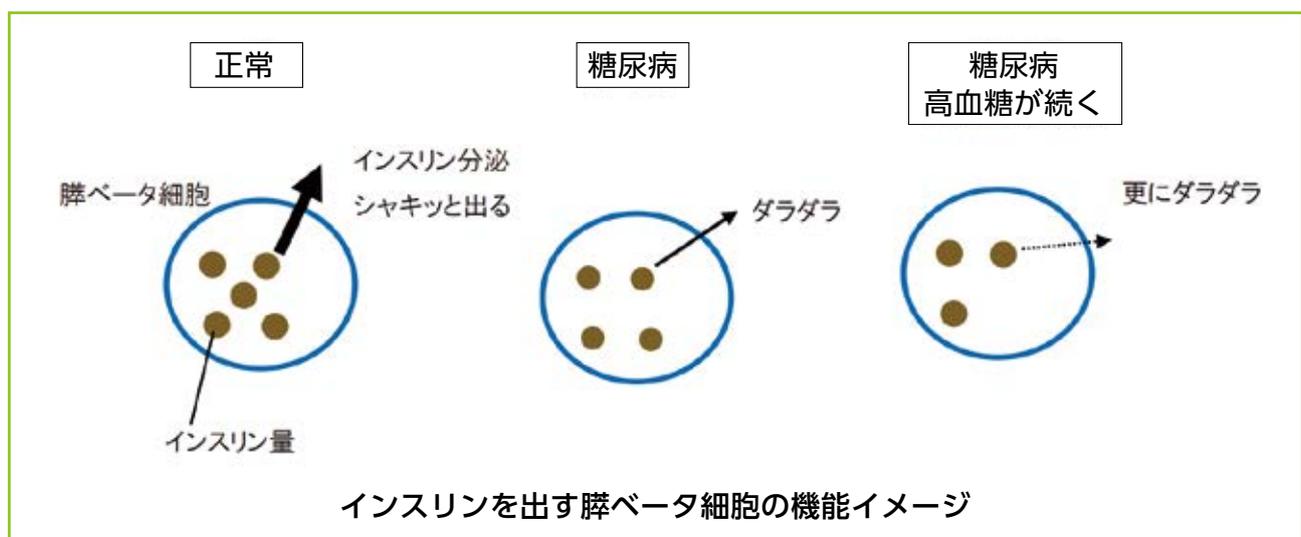
## 1. 冬のHbA1cは高い (医師 桑島正道、臨床検査技師 鷹城靖史)

下の図を見てください。回生病院の月別のHbA1cの平均値です。12月から高くなりはじめ2月がピークで4月まで続きます。



2月がピークになる理由は、年末年始の過食・運動不足だと理解できます。しかも4月まで尾を引きます。どうしてでしょうか？

高血糖が長く続く間は、インスリンを出す膵ベータ細胞の機能が落ちる（インスリンの合成が落ちる。インスリンを出す能力が落ちる。）のです。また細胞自体も壊されます。しかもこれら障害の回復は、4月頃まで長引くのです。



少しの肥満でもそこから悪い物質が出てインスリンが効きにくくなり、血糖値が高くなるのです。肥満もなかなか解消しませんね。

ではどうしたらいいのでしょうか？

## 2. 食事での注意点 (管理栄養士 宮武裕子)

イベントの多い時期になりました。食べ物の種類や量を工夫して特別な日を楽しんで下さいね。



### 1) ケーキを食べるなら、おすすめは？

			
チョコレートケーキ 502kcal	ミルクレープ 453kcal	ショートケーキ 349kcal	スフレチーズケーキ 254kcal

**Point** 見た目が軽そうでふわふわしたもの（密度が低い物）を選ぶようにしましょう。

### 2) お正月の食事はどう食べる？

香川の郷土料理「あんもち雑煮」。あん餅と白みその組み合わせは…

〈あんもち雑煮〉



あん餅 1個 95g 226kcal

高エネルギー・高糖質

切り餅 1個 55g 127kcal

丸餅 1個 35g 80kcal



**Point** 雑煮は野菜を沢山入れた白餅雑煮への変更がおすすめです。



おせち料理は砂糖やみりんなどの調味料を多く使用しており、血糖値に影響を与えます。まずは、**野菜料理から食べるように心がけましょう**。煮物はどうしても塩分が多いので少なめとし、酢の物やおひたし、サラダなどを選び、かける調味料の量を工夫すれば塩分を少なくできます。

### 3) アルコール

			
日本酒 1合 180g 185kcal	ワイン 1杯 100g 73kcal	ビール 中瓶 504g 202kcal	焼酎 1合 180g 254kcal

「酒は百薬の長」と言われますが、飲む量によっては血糖に影響を与えます。まずは、主治医とよく相談しましょう。許可ができれば**適量**を飲むように心がけましょう。

食事療法に迷ったら、いつでもご相談ください。

### 3. 運動療法を続ける方法 (理学療法士 矢野誠二)

正月には香川県の代表的な神社である「こんぴらさん」へ初詣という方もいらっしゃるでしょう。



▲ 御前四段坂を上って御本宮

#### Q1. こんぴら参りのカロリー消費量はどのくらいでしょうか？ (体重 60 kgで計算)

御本宮まで 785 段、上って降りてくるのに 1 時間かかったとして (約 236kcal)

奥社まで 1368 段、上って降りてくるのに 2 時間かかったとして (約 472.5kcal)

実際は、所要時間中に参拝やお土産物屋へ立ち寄る時間もあります。もう少しカロリー消費は少ない可能性はありますが、ぜひ挑戦してみたいはいかがでしょうか。

お土産物屋に立ち寄り、間食した場合のカロリー摂取量と、御本宮までのカロリー消費量を比べてみます。



▲ 五人百姓の加美代飴

栄養成分表示	
製品1個(25g)当たり	
エネルギー	71kcal
たんぱく質	1.7g
脂質	0.7g
炭水化物	14.7g
食塩相当量	0.01g

▲ 灸まんの栄養成分表示



▲ 灸まんと甘酒

#### Q2. お土産物屋に立ち寄り、間食した場合のカロリー摂取量はどのくらいでしょうか？

加美代飴 5g(20kcal) + 灸まん 25g(71kcal) + 甘酒 150g(150kcal) = カロリー摂取量(241kcal)  
 ≒ 御本宮までのカロリー消費量(約 236kcal)とほぼ等しい

### 4. その他日常生活で気をつける点 (看護師 國村昭子、西山紀子)

自分より年上の人に聞くと、1年が1ヶ月くらいに感じると言います。人生は長いようで短い、人生の3分の1は眠って、3分の2が活動時間です。その時間に悔いのない人生を送らなければいけないと思います。90年生きてても実際は60年しか活動時間はないのです。

有意義な活動に備えて睡眠環境を見直す、足の先から口の中まで清潔を心がけ、寝る前の歯磨きを忘れずに、日々のストレスを抱えこまないなど、生活習慣を見直してみたいはいかがでしょうか。

糖尿病のことを自分の気持ちの奥に、少しでも気にかけてくれたら幸いです。日々の生活の努力の積み重ねが明るい未来につながることを信じて、幸せな人生を送って下さい。

# 聞いたことありますか？ コグニサイズ

リハビリテーション部 矢野 誠二



コグニサイズとは、認知と運動を組み合わせることができた造語で、認知症予防運動のひとつです。

**Q. コグニサイズはどこで開発されましたか？**

A. 国立長寿医療研究センターです。

**Q. コグニサイズはどのようなものですか？**

A. 軽い運動をしながら、頭では計算やしりとりを同時に行います。

**Q. コグニサイズの目的は何ですか？**

A. 運動でからだの健康を促すと同時に、脳の活動を活発にする機会を増やします。  
→ **認知症の予防に効果があります。**

以下は、コグニサイズの一例です。歩きながらしりとりなどを行います。



引用元：国立長寿医療研究センター

ぜひ、一度試してみたいはいかがでしょうか？

# 接遇改善推進委員会を発足しました!

接遇改善推進委員会 副委員長 小林 由美

## ～院内で取り組む接遇改善活動～

当院では、2013年から病院全体の質の向上を目的としたいくつかの活動を開始し、その中の一つとして取り組み始めたのが職員の接遇改善活動でした。職員の接遇に対する意識が高くなっていると感じておりましたが、全職種全職員まで行き届いた統一したサービスの提供は難しく、多くの課題が残されました。そして、残念ながら2016年頃より院内の活動は徐々に低迷していきました。

しかし、看護部では、患者さまに安心して、気持ちよく治療を受けていただく為、接遇活動を委員会として継続してきました。今年度、看護部接遇ワーキンググループの発信で、接遇を院内全体で取り組みたいと思っていた矢先、4月に新しく横井事務部長が着任され、「接遇に力を入れなくてはならない!」・「おもいやりを持った接遇が必要!」であると賛同をいただきました。2021年7月に接遇改善推進委員会として再始動することが出来ました。横井事務部長が委員長となり、各職種から代表者が集まって、毎月1回の委員会を開催しています。委員会では、“おもいやり”をキーワードに「みなさまに愛される回生病院をめざします」「働きやすい職場をつくります」をスローガンに掲げて活動していきます。まずは各職種のミーティングに参加し、接遇改善活動が再始動したきっかけ等を話し、「全てはあいさつから始まる」の信念から、「語先後礼」美しいあいさつの仕方を指導いたしました。みなさまに愛される回生病院、みなさまに選ばれる回生病院となるよう精進して参りたいと思います。

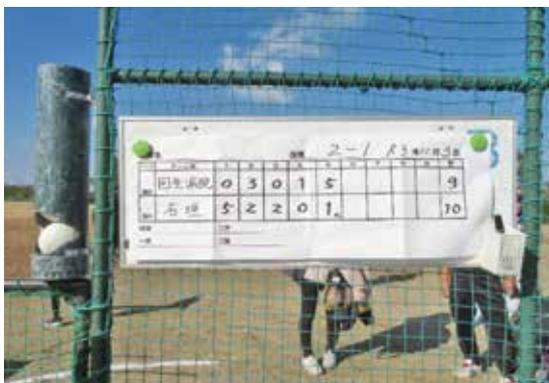
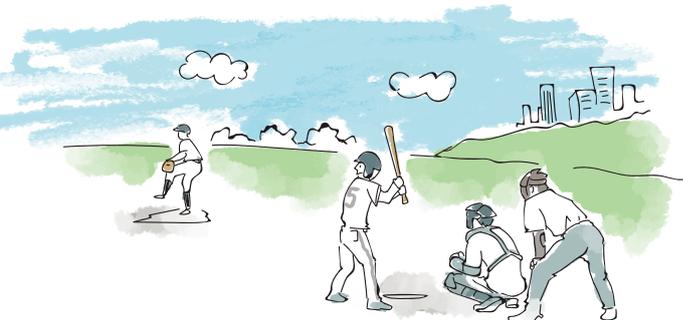
「接遇是日々前進」とどまることをせず、日々前に進んで行きたいと思います。患者さまには、これから変わる回生病院の接遇を見ていただきたいと思います。



# ハローワーク主催 ソフトボール大会出場

2021年11月3日（祝）坂出市総社グラウンドにて行われた、ハローワーク主催ソフトボール大会に参加しました。

2試合あり、どちらも負けてしまいましたが、普段は接することが少ない職員ともふれあうことができ、有意義な時間となりました。



## 皆様からのご意見の紹介



### ご意見①

手術目的で入院したのに、食事の前に血糖値をはかりに来た看護師に血糖が高いなど、なんでも言われないといけないの。私は回生病院の糖尿科にはかかっていないです。他の内科医院に通院している者です。

### 【回答】

手術を受けていただくにあたり、血糖のコントロールが非常に大切で、状態の確認のために血糖値を定期的に確認させて頂くことがあります。この点についての説明が十分でなかったかもしれません。

また、血糖値の結果をお伝えする際に患者様の心情やプライバシーへの配慮が欠けた発言や態度があったのではないかと推測しています。患者様が特定できず、直接のお話ができていないので思いとは違ったお返事になっているかもしれませんが、上記の点に注意して説明をしていきたいと思えます。

### ご意見③

手術予定であるが、当日は家族の付きそいがあった方がよいか。(患者相談窓口での対応)

### 【回答】

緊急事態や手術終了後原則としてご家族1名に医師からの説明がありますので、手術中はいつでも連絡が取れるようお願いしています。手術終了まで病院内で待機を希望される場合は、ご相談を頂ければと思います。手術が無事終了した後の付きそいは不要です。

### ご意見②

- ①相部屋での長電話は部屋の外でするように指導してほしい。迷惑行為です。
- ②歩けるにもかかわらずベッド上で電話(大声)するのはやめてください。術後も大声で電話されて本当につらかったです。

### 【回答】

周囲の方への配慮について、職員も患者様に説明をさせて頂きます。職員が気づかないこともあるかもしれませんので、お気づきの際には職員にお知らせいただくと幸いです。

また、患者様にも電話やテレビなどをご利用の際は周囲の方々への配慮にご協力をいただけますよう、お願いいたします。

### ご意見④

入院中、感染対策について職員の対応に一貫性がないように思われる場面に遭遇した(マスクの装着、患者同士の病室訪問、家族からの荷物の受け渡し対応等)。同じように病院の物品を借りた際の対応も部署や職種によって違いを感じることがあった。(患者相談窓口での対応)

### 【回答】

感染対策のように、一貫性のある対応が必要な事柄につきましては、職員が統一した対応が行えるように連携して参ります。

また、患者様やご家族の方へ配慮のある言葉かけができるよう改善に努めて参ります。

ご意見箱・患者相談窓口へのご意見・ご相談を頂きありがとうございます。

お寄せいただきましたご指摘が反映されて変化が見えると思っただけのように努力して参ります。

また、お褒めの言葉は、職員の意欲や喜びにつながります。今後も、ご利用の皆様にご寄り添えるようにしていきたいと思えます。

医療安全対策室