

JCI 認定病院



埼玉医科大学のミッション



<http://www.international.saitama-med.ac.jp/>

埼玉医科大学

国際医療センターニュース

SAITAMA MEDICAL UNIVERSITY INTERNATIONAL MEDICAL CENTER NEWS



●病室に何ってお話を聞いているところです

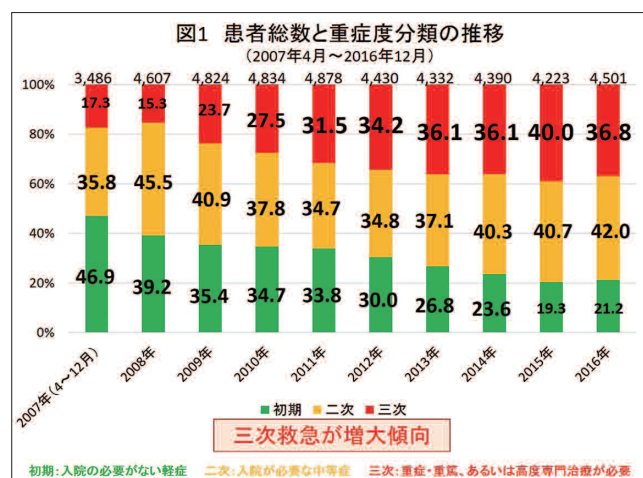
CONTENTS

- | | |
|--------------------------------------|------------------------------|
| 2P 診療科のご紹介：救命救急科 | 8P 嚥下障害とは(最終回)：リハビリテーションセンター |
| 3P 精神看護専門看護師の資格を取得しました：看護部 | 9P 端午の節句について：栄養部 |
| 4P 自分の血糖値を気にしていますか？：薬剤部 | 10P 私の時間：テニス／私とバイク |
| 5P 核医学検査について：中央放射線部 | 11P なぜ私が医療者を目指したのか |
| 6P 見てわかる貧血について：中央検査部 | 13P 防災豆知識：救命救急科 |
| 7P 仕事のこと、ご相談ください：総合相談センター・がん相談支援センター | 14P 外来診察予約・面会について |

当院は平成27年2月7日に大学病院としては日本ではじめてJCI(国際病院評価機構)の認定を受けました

埼玉医科大学のミッション～Your HAPPINESS Is Our HAPPINESS～あなたの幸せが私達の幸せです

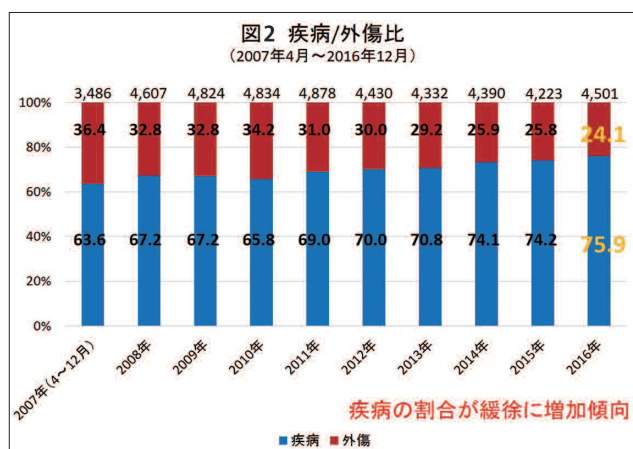
当院は2007年4月に開院し、2008年には埼玉県で7番目の救命救急センター認定を受けました。開院から2016年12月までの10年間に受け入れた患者数は44,505人で、救急患者に占める重症患者の割合は増加し、埼玉全域だけでなく近隣都県からの救急搬送も積極的に受け入れ、地域救急医療の“最後の砦”としての役割を担わせて頂いています。（図1）



救命救急センターは1977年に国で定められ、主に重症外傷患者を受け入れる医療機関として発足しましたが、近年では疾病（病気）の患者さんが増えており、この10年間で搬送される患者さんの75%に達しています。（図2）

当救命救急センターは、「断らない救急」を目標にしており、2015年の受け入れ率は96.9%で、県内では最も高い受け入れ率でした。

救命救急科は、救急隊からの受け入れ要請



（ホットライン）に対応し、他の診療科と連携して手術や集中治療にも取り組み、災害時にはDMAT（災害派遣医療チーム）として東日本大震災や関東豪雨のお手伝いをさせて頂きました。また、2013年からはラピッドカー（rapid response car）を導入し、近隣消防本部と連携して重症外傷や多数傷病者発生事案等で現場に出動しています。（写真）

教育面では、地域救急医療機関や消防・警察機関に対して救急・災害医療に関する標準化教育を実施しています。

救急医療は健康で文化的な生活を営む上で欠くことができない社会基盤であり、すべての国民が生命保持の最終的な拠り所としている根源的な医療と位置づけられています。

今後も今まで以上に救急医療の要としての役割が果たせるように努めて参りますので、地域住民の皆様のご理解ご支援を賜りますようお願いいたします。



DMAT活動 東日本大震災



ラピッドカー活動 圏央道事故

リエゾンナースとは？

専門看護師制度とは、社団法人日本看護協会が定める資格です。特定の看護領域の知識やケア能力をもち、より質の高いケアを提供することで保健医療福祉分野の発展に貢献し、併せて看護学の向上を図ることを目的としています。精神看護の専門看護師は、全国に267人、埼玉県内に8人在籍しています。精神看護は、精神科病院だけでなく、一般病院で、心のケアを担当することもあります。こうした看護を「リエゾン精神看護」といい、リエゾン精神看護を行う専門看護師を『リエゾンナース』と呼んでいます。「リエゾン」とは、つなぐ・連携することで、「身体と心」をつなぐことと、「人與人」（患者さん・ご家族・医療者）をつなぐという2つの意味を持っています。リエゾンナース誕生の背景には、身体疾患を抱える患者さんの心のケアと、看護職員への精神的支援の必要性によって1980年代にアメリカから日本に取り入れられた経緯があります。

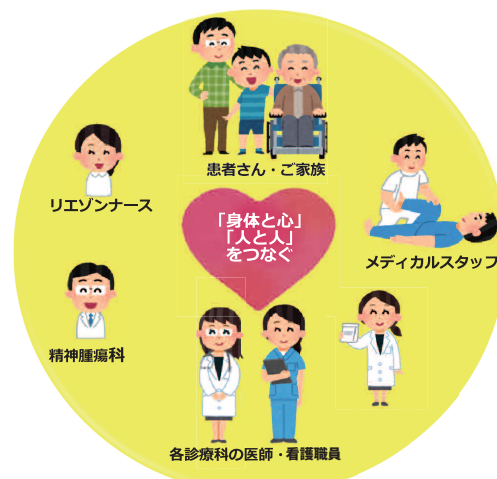
リエゾンナースの役割は？

リエゾンナースの役割は、大まかに3つあります。
①精神科以外の内科や外科等の一般科において、身体の病気を持った患者さんの精神的な問題に対応します。
②患者さんの治療環境をより良いものにするために、関わっている医療スタッフ間の連携を行います。
③患者さんやご家族へよりよいケアを提供するため、看護師のメンタルヘルス支援を行います。

現在はD棟2階の包括的がんセンターに勤務しながら、主に看護師・医師より相談を受けた患者さんやそのご家族に面談を行っています。必要時、精神

腫瘍科への相談や外来・病棟看護師をはじめとした様々な医療スタッフ間の連携をしながら、医学的な治療の必要性の検討やケアを通じて、その人らしく治療が継続できるようサポートをしています。また精神腫瘍科や緩和ケアチームの活動にも参加しています。

患者さん・ご家族との出逢いや医療スタッフと共に経験を重ねながら、自身も日々成長していけるよう努力していきたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



伊丹看護師・精神腫瘍科大西医師・石田心理士



看護師募集中!!

最も環境の整った大学病院で、
地域に密着した高度な医療に貢献しませんか。

※病院見学、インターンシップ、いつでも大歓迎!! Facebookも更新しています!
詳しくはQRコードより

看護師求人ホームページ <http://www.saitama-med.ac.jp/hospital/nurse>

看護部 Facebook ページ <https://www.facebook.com/smu.nurse>

埼玉医科大学 総務部 人事課

0120-61-1181

TEL: 携帯の方 049-276-1115





国民の5人に1人が、糖尿病患者または糖尿病予備軍と言われています。食事療法や運動療法だけでは血糖値を十分に改善できない場合などにお薬を使って血糖コントロールを行います。薬物療法を行っている方にとって低血糖は効果と隣り合わせと言われています。だからこそ、低血糖を知って、上手に対応する術を身につけておくことがとても大切です。

サプリメントや市販薬にも注意

コンビニやドラッグストア等に行くと血糖値を下げる効果をうたった特定保健用食品やサプリメントが販売されており、糖尿病患者ならぜひ試してみたいと思うかもしれませんが、安易に摂取すると、必要以上に血糖値が下がりすぎてしまうことがあります。

市販薬の中にも、風邪薬などに含まれるアスピリンや麻黄などは血糖値を変動させる作用があると言われています。糖尿病治療をしていて、サプリメントや市販薬をお求めになられる場合は、医師や薬局の薬剤師に相談をして下さい。（図①）

『自己血糖測定』でこまめに血糖値のチェックを

血糖自己測定（SMBG）とは

糖尿病の治療は、血糖値のコントロールが基本です。血糖値を適正にコントロールするには、血糖の動きをモニターし、チェックする必要があります。特に、インスリン療法では、血糖値によって、インスリンや食事の調整も必要なため、より細かいチェックが必要です。日常の生活でも

チェックできるようにしたのが、血糖自己測定です。自宅でも24時間いつでも測定でき、血糖値をリアルタイムで把握することが出来ます。そして、その血糖値を治療にフィードバックすることが出来ます。

『低血糖』に気をつけましょう。

食事の量がいつもより少ない、薬を飲み間違えたなど、ときとして薬が効き過ぎて血糖値が必要以上に下がりすぎてしまうことがあります。この状態を低血糖といいます。低血糖になると空腹感・冷や汗・ふるえ・動悸などの症状が見られ注意が必要です。対処方法は、すぐにブドウ糖5～10gまたは砂糖10～20gあるいはそれに相当する糖質の入ったものを摂取して下さい。低血糖になっても勝手に治療を中止せず主治医に相談しましょう。（表①）

表①

糖分の多い清涼飲料水	糖分の含有量(g) 350ml
ファンタグレープ	20 g
ファンタオレンジ	18.9 g
ハイシーオレンジ	15 g
ハイシーアップル	14 g
コココーラ	13 g
はちみつレモン	8 g

図①

★血糖値に影響の出やすいサプリメント

「α-リポ酸」「マルチビタミン」「マグネシウム」
「ビール酵母」「乳酸菌培養濃縮エキス」

★血糖値に影響の出やすい市販薬

- 風邪薬や頭痛薬に配合されている「アスピリン」
- 同じく風邪薬や鼻炎薬に配合されている漢方の生薬成分「麻黄」
- 胃腸薬や消化剤に配合されている「ジアスターゼ」



核医学検査とは

放射性同位元素（RI／アール・アイ）を用いる検査のことで、RI検査、あるいはシンチグラフィ検査とよばれています。（図1）

RIで目印をつけた薬を投与し、検査目的とする臓器等から放出される放射線を専用のカメラ（ガンマカメラ）で計測して、目的部位の形態・代謝機能を観察、診断することが核医学検査の特徴です。

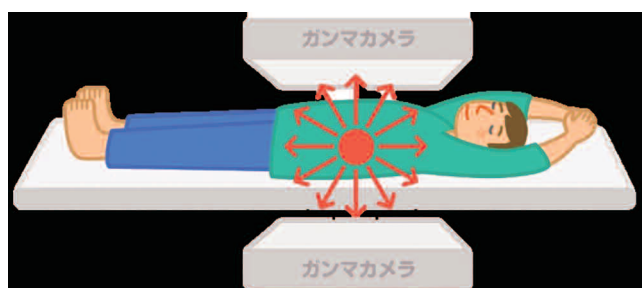


図1 核医学検査の様子

放射性医薬品とは

ごく微量な放射線（ γ 線：ガンマ線）を放出するRIを含んだ薬のことをいいます。

核医学検査で使用する放射性医薬品には、半減期（放射線の量が半分になるまでの時間）の短いRIが用いられているため、投与された体内の放射性医薬品は、時間経過にともなう減衰や、代謝による体外への排泄により、短時間で消失します。



図2 骨シンチ

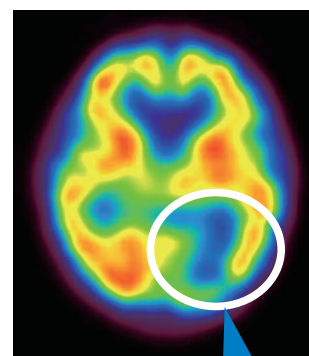
どんな検査があるの？検査時間は？

患者さんの疾患・検査目的によって、使用する放射性医薬品や検査内容が決められます。具体的には、脳血流、心臓、骨、リンパ節など多くのシンチグラフィ検査があります。（図2.3.4）



注射した部位

リンパ節



血流低下部位

図3 リンパ節シンチ

図4 脳血流シンチ

放射性医薬品には、体内に投与してから目的とする臓器にすぐに集まるもの、集まるまでに20分～3時間程度かかるものなど様々な種類があります。そのため、注射を打ってから検査開始まで院内でお待ちいただく場合や、検査によっては1日または2～3日後に追跡検査のためにもう一度来院していただくこともあります。（表1）

また、検査前の絶食や服用中の薬の一時中断などの前処置が必要な検査もありますので、主治医の指示に従ってください。

	検査に必要な待ち時間の目安	検査時間の目安
脳血流シンチ	なし	20～60分
心筋負荷シンチ	4～5時間	30分
骨シンチ	2～3時間	30～60分
リンパ節シンチ（乳腺）	2時間	15分
腫瘍・炎症シンチ	2日	60分

表1 検査による待機時間及び検査所要時間の目安



貧血の定義

WHOの基準でヘモグロビン濃度が、男性13g/dl未満、女性12g/dl未満、妊婦並びに幼児(6か月～6歳) 11g/dl未満を言います。

貧血と脳貧血の違い

「脳貧血」という言葉がありますが、貧血の定義にあてはまりません。

脳貧血は、ヘモグロビン濃度と全く関係がありません。正確には、起立性低血圧とよばれています。

ヘモグロビン濃度とは

血液に含まれる赤血球中のタンパク質です。詳しく説明すると鉄を含むヘムという赤い色素とグロビンというタンパク質からできている複合タンパク質です。その働きは、主に酸素の運搬に関与しています。

典型的な症状と身体所見

全身倦怠
息切れがする
眼瞼結膜の貧血（あっかんべえで結膜が白い場合）
心臓の収縮期雑音
スプーン状爪
爪が割れやすい
氷食症



なぜ貧血が起こるのでしょうか？

大きく分けて2つあります。

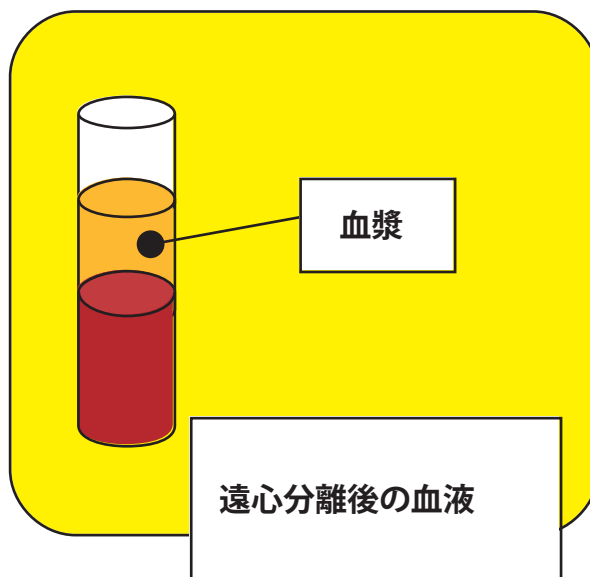
1. 赤血球の産生が減少することによって起こる
2. 赤血球の消失量の増大（破壊亢進、出血など）により起こる

以上の症状があれば血液検査のヘモグロビン濃度（Hb）のデータを確認しましょう。

貧血であることが分かったら、貧血の原因を調べるためにお近くの医療機関を受診ください。

検査室コーヒープレイク

1. 貧血について赤血球の大きさとヘモグロビン濃度で3つに分けることができます。
 - ①小球性低色素性貧血
 - ②正球性正色素性貧血
 - ③大球性正色素性貧血
2. ヘモグロビン濃度は、貧血の指標になりますが、脱水や体液過剰で血漿量*が変化すると影響を受けるため(たとえば、大量出血の場合)見掛けの値を示すので注意が必要です。
※血漿とは、血が固まらない薬の入った採血管に血液を採取し、遠心分離したあとにできる黄色い上清をいいます。
3. 赤血球の寿命は、120日です。



仕事のこと、ご相談ください

総合相談センター・がん相談支援センター

就職相談会のお知らせ

ソーシャルワーカー 下山 友美

現在、がんという病気になっても治療をしながら働く患者さんも増えています。しかし、病気になる前と同じように働くことができる人は少ない現状があります。この現状から、厚生労働省は「長期療養者就職支援事業」を行っており、長期の治療が必要になった方が治療と仕事を両立できるように、職業安定所（ハローワーク）に就職支援ナビゲーターという専門相談員を設置しました。

この4月より、当院に就職支援ナビゲーターが出張し、就職相談を受けることができるようになりました。患者さんの希望や治療状況を踏まえた就職相談や職業紹介を受けられます。ご希望の方は総合相談センター・がん相談支援センターへご連絡いただくか、直接いらしてください。相談は基本的に予約制となります。

今年度の出張相談の日程

5月 10日(水)・26日(金)
6月 14日(水)・23日(金)
7月 12日(水)・28日(金)
8月 9日(水)・25日(金)
9月 13日(水)・22日(金)
10月 11日(水)・27日(金)
11月 8日(水)・24日(金)
12月 13日(水)・22日(金)
1月 10日(水)・26日(金)
2月 14日(水)・23日(金)
3月 14日(水)・23日(金)

相談時間は

- ①10時～
- ②11時～
- ③13時～
- ④14時～の4枠です

ご相談をご希望される方は、総合相談センター・がん相談支援センターまでお問い合わせください。

総合相談センター・
がん相談支援センター（C棟1階）
TEL：042-984-4106（直通）

H29.04.01
(求職者の方へ)

療養しながら、働きたい方へ

(別紙8)
～ハローワーク所沢による就職支援のご案内～

- ◆通院の必要はあるが、働きたい。
- ◆自分の病状、体力にあった仕事を見つけたい。
- ◆治療と仕事の両立の仕方について教えてほしい。
- ◆しばらくぶりに仕事に戻ることに不安を解消したい。
- ◆就職活動で、企業に病気のことを伝えるべきか迷っている。
- ◆仕事復帰に際して、どんなスキルが必要か知りたい。

埼玉医科大学国際医療センターでは、
ハローワーク所沢の就職支援ナビゲーターによる
就職相談会を実施しています！

専門の就職支援担当者（就職支援ナビゲーター）がマンツーマンであなたの就職を支援します。能力や適性、病状、治療状況などを考慮して、あなたにあった仕事を一緒に探します。

- 症状、通院状況を配慮した求人を探します。
- 仕事復帰の不安解消のための相談を行います。
- 応募書類の作成や面接の受け方の練習などのお手伝いをします。
- 職業訓練や就職支援セミナーなどをご案内します。

※ご相談は原則予約制です
開催日：第2水曜日、第4金曜日
開催予定日は裏面参照
時間：①10時～ ②11時～
③13時～ ④14時～
お問い合わせ先：
総合相談センター（C棟1階）
042-984-4106（直通）

相談場所：E棟2階説明相談室

包括的がんセンター外来
D棟

通院治療センター外来
E棟

説明相談室

埼玉労働局 ハローワーク所沢 埼玉医科大学国際医療センター



実際に食べ物を使う訓練を直接嚥下訓練と言います。ちょっとした工夫を行うことで安全に食事を行うことができます。どのような点が工夫できるか考えてみましょう。

① 食器具の調整

口があまり開かない、一口分の量が多くなってしまったといった場合、小さめのスプーンに変えてみましょう。

② 姿勢の調整

足が宙に浮いている、背中が丸くなっている、顎が上がっていると非常に食べにくい姿勢となります。しっかり足を床につけ、背筋を伸ばし、顎を軽く引いて食べましょう。

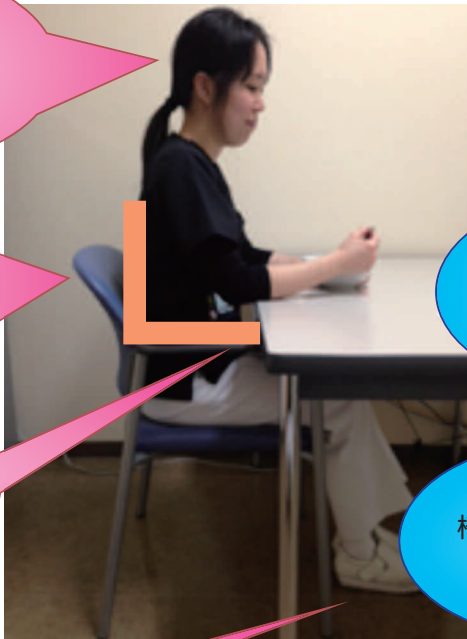
食べやすい姿勢

背筋を伸ばして
顎を軽く引く

背もたれのある
椅子に深く腰を
かける

テーブルの高さは
腕をのせて肘が
90度に

足を床につける



正しい姿勢をとることで…

- ・むせや誤嚥が生じにくくなる。
- ・咳がしやすくなるため、気管に食べ物が入りかけても出しやすくなる。

食べにくい姿勢

背中が曲がって顎
が上がっている

椅子とテーブルの
距離が遠い

足が浮いている



—嚥下障害とは—

私達は通常、咀嚼(そしゃく)した食べ物を、舌を使ってのどに送り込み、飲み込みます。この一連の流れを「嚥下」といいます。疾病、老化、手術、入院による体力低下などの原因により、この嚥下運動に関わる神経や筋肉に何らかの異常が生じ、飲食物の飲み込みが困難になることを「嚥下障害」といいます。



端午の節句の起源は？

5月5日は端午の節句といえます。その起源を辿ると江戸幕府が定めた式日の一つで、その他の1月7日(通称;七草の節句)、3月3日(桃の節句)、7月7日(七夕祭り)、9月9日(菊の節句)と合わせ「五節句」とされています。江戸時代の武家社会を中心に行われていましたが、次第に庶民の間にも広まり今の風習になったとされています。

また、「端午の節句」は、別名、菖蒲(尚武)の節句とも言います。驅魔の力を持つと考えられた菖蒲を飾り、行事食として菖蒲酒や柏餅、ちまき等の餅を食べ、子どもの健康を願ったとされます。

端午の節句に食べる物といえば・・・？

端午の節句に食べるものといえば何を思い浮かべますか。柏餅やちまきと答える方が多いのではないのでしょうか。柏餅が端午の節句に食べられるようになったのは、江戸時代頃からといわれています。

そして柏餅に柏の葉が使用された理由は、柏の葉は新芽が出るまで葉が落ちないという特徴から、「家系が途絶えない」という願いが込められています。また、柏の木は神が宿る木とされています。この意味から、関東地方を中心に端午の節句に柏餅が食べられるようになりました。

それに対し、関西地方では柏の葉が育ちにくかったこともあり、柏餅を食べる習慣は定着しませんでした。代わりに平安時代に中国から伝わったとされるちまきを食べる習慣が定着しました。このちまきとは、もち米を笹の葉で包み茹で



たものをいい、各地で伝統的な形があります。また、初節句にはちまきを、2年目から柏餅を食べる地域もあるようです。

九州地方では柏餅や「ちまき」以外の「あくまき」といわれる餅米を竹の皮に包み、灰汁で茹でたものをきな粉に付けて食べる習慣もあります。このように地域により行事食が異なります。

柏餅の見分け方

柏餅には葉の巻き方によって中身を見分ける方法があることをご存知ですか。葉の表が表面に来るように巻いてある柏餅は「味噌あん」で、葉の裏の筋が表に来るようにまいてある柏餅は「小豆あん」となります。



白い餅で餡を包んでしまったら、中身が分からなくなってしまうです。そこで同じ材料を使い、葉の巻き方1つで中身を見分けることができるのです。

このようにちょっとした心配りで見た目を損なわず、美しい外観の和菓子を作る事ができるのではないのでしょうか。しかし、最近では柏の葉を使用せず、ビニール素材で作られた葉で巻いてあることもあるので、食べる際には気をつけてください。

今回は端午の節句を取り上げましたが、他の節句でも地域により行事食が異なります。これを機に調べたり、出身地が異なる方と話してみること意外な発見ができるかもしれません。

*参考文献

- ・吉田 勉,健康と食生活,学文社
- ・全国和菓子協会

<http://www.wagashi.or.jp/monogatari/shiru/yurai.php>

- ・宮崎県高原町ふるさと納税

<http://www.town.takaharu.lg.jp/furusato/tokusanhin/akumaki/1719/>





私の時間

テニス

下部消化管外科

教授 山口 茂樹

休日といえば、5年前に腰椎椎間板ヘルニアの手術を受けるまでは、毎週テニスをしていました。残念ながらその後の神経痛のために、今はテニスをほとんどしていません。中学時代は、器械体操個人総合で神奈川県2位になりましたし、常にスポーツが趣味だったのですが、現在は故障者リスト上です。

私は1999年にニューヨークに留学経験があり、是非とも行ってみたかったのが毎夏ニューヨークで行われる全米オープンテニスでした。一昨年、一大決心して全米オープンに合わせてニューヨークを訪ねることにしました。折しもその前年に錦織選手が準優勝していたので、その勇姿も拝みたいと思っていたところ運良く前列のシートで観戦できました。結果は惜しくも初戦敗退でしたが。夜はお世話になった教授とご家族や当時一緒に働いた現地の先生達と連日食事をして思い出深い滞在となりました。

在となりました。

昨年は埼玉医大毛呂山オープンテニスに参加しようやく復調の兆しです。また毎週テニスができることを楽しみにしています。



私とバイク

放射線腫瘍科

助教 平井 隆太

大学時代、出身地の熊本から出てきた私の足となり、行動を共にしてきたのが、趣味の一つであるバイクです。就職後はなかなか遠出する時間が取れませんが、今でも秩父や青梅等、少し足を伸ばし休日を楽しんでおります。割と年式の古い（平成14年式）バイクですが、整備をしながら今でも快調に走ることができております。

写真は、夏期休暇を利用しバイクにて帰省した際のもので。宿泊がてら寄り道もしつつ、気持ちの良いツーリングが楽しめました。道中様々なトラブルにも遭遇しましたが、今となっては良い思い出となっております。

年式の古さに旧車の様な見た目も相まって、ツーリングの最中に年配の男性に声を掛けられることもしばしばです。このような旅先での出会いも、このバイクがくれた思い出の一つかもしれません。いつか乗り換える日が来るかもしれませんが、それまで共に走り続けようと思います。



帰省途中で立ち寄った伊佐爾波神社（愛媛県）

なぜ私が医療者を目指したのか

看護部

患者・家族の思いを理解する看護師を目指して

E棟6階病棟 平成25年入職 丸山 綾那

私が看護師を目指したのは小学生の頃の出来事がきっかけです。

祖母ががんで入院しており、お見舞いに病院へ行く機会がありました。祖母は余命を告知されており、家族もそのことを理解していましたが、幼いながらに皆が落ち込んでいる様子が分かりました。

その時、家族に優しい声をかけてくれたり、祖母の看護をしてくれていたのが病棟の看護師さんです。小学生の私にはできることがありませんでしたが、看護師さんの働く姿を見て、とても素晴らしい仕事だと感じたことを覚えています。

その後、高校生となり自分がどんな仕事をしたいかと考えた時、頭に浮かんだのが看護師という仕事でした。現在、造血器腫瘍科の病棟で4年目となり、患者やその家族と関わる機会が多くあり

ます。関わる中で、難しいなと感じることもたくさんありますが、患者と家族の気持ちを考えた上での看護ができるように心がけています。

今後も小学生の頃の自分が感じた気持ちを忘れずに、看護師という仕事を続けていきたいです。



筆者：中央（丸山看護師）

初心にもどる

中央検査部

臨床検査技師 昭和58年入職 大谷 伸生

私が高校3年生で将来の進路を考えている時、突然父親が脳腫瘍のため倒れたことから、医師をはじめとする医療関係者に接する機会がありました。父親が入院しているときに、さまざまな医療関係の職種を見ましたが、特に心電図や脳波検査に従事している人たちに興味を持ち、臨床検査技師という職種を知りました。

もともと仕事に就くなら人の役に立つ職種との思いが以前からあり、自宅から近い臨床検査技師養成学校を探し、埼玉医科大学附属医学技術専門学校（現在廃校）で臨床検査技師を目指す事となりました。就職の際、面接で希望部署を尋ねられた時は、患者さんと接する事が出来る生理機能検査部門と答え、その希望がかなった時の事をいまだに覚えています。

その後、平成20年に本院より埼玉医科大学国際医療センター 中央検査部 生理機能検査室に異動になり、現在では、主に脳波、呼吸機能、心電図検査など担当しています。

日々、患者さんの検査を担当していますが、常に検査がスムーズに遂行できるとは限らず、時には上手くいかない事もあります。そのような時は、常に相手の気持ちを理解し初心に戻り、患者さんにあなたに検査を担当してもらって良かったと思って頂ける様に、日々頑張っています。





なぜ私が医療者を目指したのか

母の入院時に感じた思い

総合相談センター・がん相談支援センター

平成25年入職 岩坂 彩加

私が医療ソーシャルワーカーを目指したきっかけは、家族の入院です。私が中学2年生の時、母が手術を受けることになりました。いつも家族を支えている母が入院することになり、とても心細かったことを覚えています。父や友達には余計な心配はかけたくないと思い、不安な気持ちを吐き出せずにいました。不安な気持ちは、身近な人ほど打ち明けられなかったり、冷静な判断ができなくなったりすると思います。そんな時に思いを共有して、一緒に考えられる人がいればいいな…と思ったのが、医療ソーシャルワーカーを目指すきっかけになりました。

突然起こる病気やけがは、患者さんやそのご家族に様々な影響を及ぼします。体調のみではなく、日々の生活や金銭面にも変化が起こります。そんな時、病院の中の福祉職として、患者さんやご家族の思いを共有し、支援を行うのが医療ソー

シャルワーカーだと思っています。まだまだ半人前の私ですが、患者さんやご家族にいろいろと教えていただきながら、より良い支援を目指したいと思います。



食事に思いを込めて

栄養部

エームサービス株式会社 三枝真由美

高校生の時、人間の体の仕組みについて学ぶのが好きだったことと、人を心身両面から支える仕事がしたいと思ったことから医療者を目指すようになりました。看護師も憧れの職業でしたが、健康だけでなく精神的豊かさにも深く関与する食事の役割に興味があったため、栄養士の道を選びました。

大学生の時には、医療の現場で患者さんと一対一で接する仕事がしたいと思うようになりました。しかし勉強していくうちに、病院でおいしい食事を提供して患者さんに喜んでもらいたいという気持ちが芽生え、就職先は病院給食の委託会社に就職しました。

社会人になって、自分が実際に入院を経験し、「食事が入院中の一番の楽しみであること」を実感しました。この入院をきっかけに、食事を通じて患

者さんの治療の支えになるだけでなく、心の支えになりたいという目標を持つようになりました。

今後も、患者さんの立場にたった食事作りを心掛け、一食一食、心をこめて丁寧に提供できるよう努めていきたいと思っています。





人間が生きていくうえでの基本は「衣・食・住」です。それは、日常でも、災害時でも変わりはありません。しかし、災害が発生し、避難所で生活することになったら普段と同じ生活はできなくなります。そんな時、少しでも快適に過ごすことができれば、ストレスの軽減に繋がります。

「備えあれば患いなし」、ということで、必要最低限の携帯品を示しました。

これから準備をするという方、準備は万端という方も参考にしてみてください。

示しているものは、**備蓄用ではなく、いざという時に持ち出せる物です。自分が非常用バッグ（リュック）を背負って逃げるということを前提に準備をしてください。**

準備が終わっているものには□にチェックを入れてみましょう。



☐ 飲料水	携帯用として500mlの水を2～4本程度準備しましょう。
	備蓄としては1人につき1日2リットルを目安に準備するといいいでしょう。
☐ 食べ物	賞味期限の長い缶詰や、カンパン、栄養補助食品などです。
	最近は、缶詰になった柔らかいパンやお水を使用せずに食べられるお米などの非常食も増えています。缶切りも忘れずに！
☐ 懐中電灯	1人につき1つ、停電時や夜になっても困らないように予備の電池と一緒に準備しましょう。ヘッドライトだと両手が使えて便利です。
☐ 貴重品	公衆電話の数は減ってきていますが携帯電話が使用できない時に10円があると便利です。預金通帳や、印鑑、保険証などもすぐに持ち出せるようにしましょう。
☐ お薬手帳のコピー	普段飲まれているお薬がないと大変です。お薬手帳や処方箋をコピーして非常用バッグに入れておくと原本を持ち出せなかった場合に大変役立ちます。
☐ マスク	避難所の生活での感染の拡大を防止し、防寒にも使えます。喉の乾燥予防でも効果的です。
☐ 使い捨てカイロ	衣食住の衣と住が確保されない中、寒いときには必需品です。また、暑いときにはヒヤロンや冷えピタがあると良いでしょう。
☐ ポリ袋	靴下の上から履き、靴を履くと靴が濡れても足は濡れませんし、ゴミ袋の代わりにもなります。
☐ レインコート	雨風から守ってくれるだけでなく、防寒着にもなります。
☐ 下着など	肌に直接触れるものなので最低3日分はあった良いでしょう。
	生理用品、オムツ、携帯用トイレも必要に応じて準備しておきましょう。
☐ その他	余裕があれば、ロウソクやライター、救急用品やラジオ、スマートフォン用の充電バッテリーなども準備するといいかもしれません。自分が持ち運べるもので必要だと思うものを準備することで安心を得ることができます。

(出典 地震調査研究推進本部：http://www.jishin.go.jp/)

外来診察予約について

【外来予約センター】(8:30～17:00)
☎042-984-0474 ☎042-984-0475
☎042-984-0476 (初診患者予約)

- * がんセンター受診の際には紹介状をお持ちください。
- * 心臓病・脳卒中センターでは急を要する際、紹介状をお持ちで無い場合でも受診可能ですので、ご連絡ください。
- * 当院ホームページから外来診療（初診のみ）のインターネットでの予約を受け付けています。医療機関からはもちろん、患者さんや御家族がご自宅から予約可能です。ご利用ください！
詳しくは、埼玉医科大学国際医療センターHPをご覧ください。
<https://www2.saitama-med.ac.jp/simc/yoyaku/index.php>

面会について

【面会時間】
(平日) 午後 1 時 ～ 午後 8 時
(土・日・祭日) 午前 11 時 ～ 午後 8 時
上記時間以外のご面会はお断りしております。

【面会受付】
C棟1階総合コンシェルジュにて受付をし、面会証をお受け取りください。

- * アレルギーや香りに敏感な患者さん多いと思いますので、お花はご遠慮ください。
- * 小学生以下（12歳未満）のお子様の面会にご遠慮いただいております。



基本理念： 患者中心主義のもと安心で安全な満足度の高い医療の提供を行い、かつ最も高度の医療水準を維持するよう努めます。

使命： 当センターは、埼玉県全域を範囲とし、がん、心臓病に対する高度専門特殊医療に特化し、かつ高度の救命救急医療を提供します。

基本方針： 上記の理念に従って患者中心主義（patient-centered）を貫き、あらゆる面で ” 患者さんにとって便利 ” であることを主眼とし、患者さんひとりひとりにとって最も適切な医療を提供致します。

患者さんの権利： 当センターは、全ての患者さんには、以下の権利があるものと考えます。これらを尊重した医療を行うことをめざします。

- | | |
|---------------------|---------------------|
| (1) ひとりひとりが大切にされる権利 | (2) 安心で質の高い医療を受ける権利 |
| (3) ご自身の希望を述べる権利 | (4) 納得できるまで説明を聞く権利 |
| (5) 医療内容をご自身で決める権利 | (6) プライバシーが守られる権利 |

表紙の言葉

看護師は、看護職として豊富な知識、的確な技術、穏やかで温かい心の持ち主でありたいと願っています。

患者さんの側にいて安心していただけるように努めています。

埼玉医科大学国際医療センターニュース

April 2017 第40号【院内配布用】

編集・発行 埼玉医科大学国際医療センター広報委員会
〒350-1298 埼玉県日高市山根1397-1
TEL：042-984-4128

発行責任者 小山 勇
発行日 平成29年4月25日

※本紙記載の写真・記事の無断転載および、複写を禁じます。