

あまほ

日本海総合病院
酒田医療センター

● 広 報 誌

2014年
6月 22
vol.22

ご自由にお持ち
ください。

特集

禁煙外来について

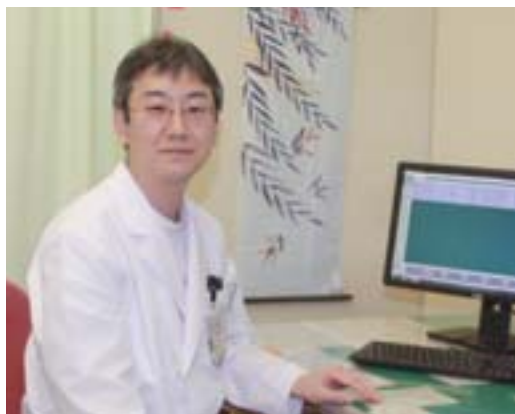
- ちょうかいネット 登録患者数が1万人を突破しました
- スプリングコンサート 3月19日、スプリングコンサートが行われました
- ふれあい看護体験 高校生がふれあい看護の体験を行ないました
- わたしの仕事 薬剤師 編
- 医師からのアドバイス 夏の不調 ～冷房との付き合い方～
- 栄養管理室より 健康元気・んめっ! レシピ
- 医師異動のお知らせ 転入者のご紹介および転出者の新任地
- 病院からのお知らせ 職員採用試験・あきほ市のオープン・サマーセミナー募集



近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、5月12日が「看護の日」と制定されました。
日本海総合病院でもこの週を看護週間とし、さまざまな活動やイベントを行っています。
その一環として5月16日に、将来看護師を夢見る高校生を対象に、「ふれあい看護体験」を行ないました。



禁煙をお考えの
皆さまへ――



内科／齋藤 弘 先生

禁煙できない方、
禁煙の成功をお手伝いします。
条件を満たしていれば
保険適用の治療も可能です。
ぜひご相談ください。

禁煙外来は、強い決意をもってしても禁煙できない方を補助し、禁煙の成功をお手伝いします。主に薬物治療を行います。が保険での診療が5回まで適用されます。

喫煙は煙の中にあるニコチンに對する依存症によつて起こります。ニコチンが脳に到達すると快感を覚え、脳のニコチンが減つてくると不快感を覚えてしまい、再び喫煙ニコチンをとつてしまうのです。煙草煙にはニコチン以外の発がん物質など様々な有害物が含まれ、これらも一緒に体に入ります。

ニコチン自体も有害ですが、百歩以上譲つて、ニコチン摂取を煙草による摂取からニコチンを含むガムや貼付薬によつて代替し、徐々にニコチン摂取量を減らすという方法をとります。貼付薬の一部は処方箋（＝医療保険）で購入しますが、ガムや貼付薬の一部は処方箋がなくても薬局などで購入できます。もう一つはバレニクリン（チャンピックスTM）という飲み薬です。この薬はニコチンが脳に作

用する部位を占拠し、ニコチンの脳への作用を邪魔し、快感を生じないようにします。禁煙外来ではバレニクリンを使用することが多いです。

受診に当たつての保険適用ですが、条件を満たした方であれば保険治療が可能です。(※)過去に禁煙外来診療を受けた方でも前回の治療の初回診療日から1年を過ぎていれば再び保険診療が可能です。

仕事で忙しく通院自体が困難だったり、喫煙はニコチン依存症「病氣」という認識がないと「禁煙外来」受診までの敷居は高いと思います。できれば自分の意志での禁煙が最善です。ここで禁煙に成功した人からのアドバイスを紹介します。

①喫煙による経済的損失を考える。
いったん健康障害が生じると金
銭で解決できない問題になる。

②禁煙は環境を整えてから開始。
煙草、灰皿を処分し、3日間連
続休暇可能な休日前の夕方より
実行する。

③禁煙から3、7日後が最も辛く、その期間を乗り越えることが最難関。乗り切れればその後には喫煙欲求が生じて最初の喫煙欲求より格段に小さいため、必ず乗り越えられる――

とのことです。以上を試みても禁煙できない場合は薬物療法による禁煙治療をお勧めします。

受付方法はお電話にて「初回予約」をしてください。

（TEL0234-2612001、
紹介予約コーナー）
初回は呼吸器内科新患日（月・火・
金）の予約制の受診となります。

✖ 1

禁煙治療に保険が適用される 4つの条件(全て満たしていること)

- ①ニコチン依存症に関わるスクリーニングテストでニコチン依存症と診断された方
- ②ブリンクマン指数（1日の禁煙本数×喫煙年数）が200以上の方
- ③直ちに禁煙したいと考えている方
- ④治療を受けることを文書により同意している方



「ちようかいネット」登録患者数1万人突破

5月31日時点／111施設・12,097人

Q&A ネットについて？

●ちようかいネットとは？

ちようかいネットとは、複数の医療機関の間で個人情報保護した上で、「DIP」※という仕組みによりインターネット回線を用いて医療情報を共有するシステムです。

●どんな病院で使えるの？

ちようかいネットに参加している施設間でのみ診療情報の共有が可能となり、情報開示している病院の診療情報が閲覧できます。情報開示病院は日本海総合病院、酒田医療センター、本間病院、荘内病院、鶴岡地区医師会【Net4U】、庄内余目病院の6施設です。

●登録した時の利点は？

診療情報を共有しますので、かかりつけ医に病院での検査結果や薬の内容を詳しく知ってもらうことができ、患者さんご自身が診療内容や薬について詳しく説明しなくてもよくなります。

また、重複した薬の処方や検査等を防ぐことができるようになります。

※ちようかいネットに参加するために、患者さんが負担する費用はありません。



●登録したら参加施設全部で自分の情報を見ることができの？

ちようかいネットに登録する際には、情報を共有する医療機関を指定していただきます。指定された医療機関以外での閲覧は制限されるため、この医療機関でも自由に閲覧出来るわけではありません。

●病院以外で使えるところは？

ちようかいネットには、病院・診療所・歯科診療所・薬局・老健施設・訪問看護STといった施設が参加しております。

●どうしたら登録できるの？

ちようかいネットに登録するには、医療情報開示のための申請書をちようかいネット参加施設へ提出していただきます。

また、ちようかいネットでの情報共有を希望しなくなった場合には、取り消しの手続きをしてください。速やかにネットワーク上への情報共有を停止します。

※「ちようかいネット」に関するご質問は事務局までお問い合わせください。

酒田地区医療情報ネットワーク協議会事務局（日本海総合病院内）
TEL 0234-26-2001

スプリングコンサート を開催しました♪

3月19日、日本海総合病院食堂たんぽぽを会場に「スプリングコンサート」を開催し、入院中の患者さんやご家族を中心におよそ50名の方に演奏を楽しんでいただきました。

ボランティアとして東海大学生の坂井真樹さんと海上自衛隊横須賀音楽隊所属の坂井俊雄さん親子より息の合った素晴らしい演奏を披露していただき、おなじみの曲では来場者から歌声も上がるなど、会場は和やかであたたかな雰囲気になりました。

このコンサートは、緩和ケアの取り組みの一環として行ったものです。病院の中でも心穏やかに過ごすことができるよう、時間と場所を提供しています。ボランティアで演奏いただける方がいらっしやいましたら、ご連絡をお待ちしております。

また、緩和ケアを希望される方、話を聞いてみたい方は主治医もしくは看護師にご相談ください。またはがん診療支援室にて無料で相談を受けておりますので、直接ご相談ください。

また、緩和ケアを希望される方、話を聞いてみたい方は主治医もしくは看護師にご相談ください。またはがん診療支援室にて無料で相談を受けておりますので、直接ご相談ください。

【お問い合わせ】日本海総合病院 がん診療支援室 電話 0234-26-5282



今年、庄内地区の高校生12名の方々が体験しました。当日朝は白衣に着替えて講堂へ集合し、それぞれが緊張した表情を浮かべながらもフクフクとした表情の様子も伺えました。現場では患者さんやご家族の反応も大変良かったです。



このふれあい看護体験を通して医療や看護に興味をもってもらい、庄内の医療や福祉の若い担い手を増やす良い機会になればと願っています。

【体験の様子】

小児のイラスト展示のほか、身長・体重・血圧測定、骨密度測定、栄養相談等を無料で行い、多くの方からご利用いただきました。この活動の一環として、将来看護師を夢見る高校生を対象に、「ふれあい看護体験」を行っています。

5月12日「看護の日」にちなんで、この週末を看護週間とし、全国各地の保健医療施設において市民の方を対象にした看護体験やイベントを行っています。

日本海総合病院では5月12日から15日まで正面ロビー等を会場に、幼児・小児のイラスト展示のほか、身長・体重・血圧測定、骨密度測定、栄養相談等を無料で行い、多くの方からご利用いただきました。この活動の一環として、将来看護師を夢見る高校生を対象に、「ふれあい看護体験」を行っています。

高校生が ふれあい看護体験 を行いました

皆さんに対する食事介助や車椅子移動、手浴・足浴といった看護を体験しました。午後に入ってから、各病棟の診療器具や検査器の体験や見学を行いました。

【体験を終えて】

最後に朝集合した講堂へ戻り、参加者全員で感想を発表しました。「赤ちゃんの抱っこなど初めての体験でやりがいを感じた」「患者さんとの会話を通して思いやりや気遣いの大切さを学んだ」とそれぞれ感じた印象は異なりますが、看護師の夢が大きく膨らんだ1日となった様子でした。

私の仕事

紹介リレー

●薬剤師

阿部 萌子さん



【自己紹介】

日本海総合病院薬剤部、薬剤師5年目の阿部萌子です。酒田東高校を卒業し、東京の埼玉寄りの場所にある明治薬科大学に大学から大学院まで6年間で在籍しその後現職につきました。部活動は小学校から大学まで剣道をしていました。

【薬剤部の紹介】

現在薬剤部は、薬剤師24名、スタッフ職員を含む臨時職員14名で構成されています。主な業務は調剤業務、管理室業務、D-業務、製剤業務、抗がん剤の混注業務、そして病棟業務です。1日を8コマに分けた業務ローテーションに従ってそれぞれ薬剤部内、各病棟にて業務を行っています。調剤業務は主に入院患者の内服薬の調剤、管理室業務は注射薬剤の払い出しと発注を行っています。D-業務は医薬品情報提供により、適正な薬物療法を推進したり、医薬品の採用に関わる薬事委員会に向けた資料作成等、製剤業務は高力ローリ輸液、院内製剤の調製、抗がん剤の混注業務は入院、外来患者の抗がん剤の調製



ん剤の調製を行っています。病棟業務では6月より病棟薬剤業務加算を取得するにあたり、各病棟に1名

ずつ薬剤師を配置するようになりました。病棟薬剤業務加算は各病棟週20時間以上病棟に関する業務を実施することにより取得可能な加算であり、他の業務やローテーションをやりくりして取得に向けて試行錯誤しているところです。

【私の担当業務&心がけていること】

私の現在の主な担当業務は3階南の病棟業務と抗がん剤の混注業務です。抗がん剤の混注業務は無菌的な状態で調製することが望ましいため、専用のガウンやマスクを着用して専用の装置内で調製します。入院、外来共に2人以上の薬剤師で投与量や投与間隔等の

チェックを行い、払い出す時間に注意しながら、迅速かつ正確に対応しています。各薬剤によって調整法や投与量、中止基準が異なるため、それぞれに対応できるように知識を保持し更新していくことが日々の課題です。

3階南の病棟業務では、持参薬の登録、定置薬の期限チェック、薬剤指導などを行っています。薬剤指導は新たに開始となる薬剤の用量や投与方法、現在の使用薬剤、検査値、アレルギー歴、相互作用等をチェックした上で指導を行います。指導には薬剤の写真が入った説明書やパンフレット等を用いてわかりやすく説明することを念頭に置いています。指導終了後はどのような指導をしたのか他の医療スタッフにわかりやすいよう、指導内容を服薬指導システムに記入します。患者さんに薬剤指導をした際、『わかりやすく説明してくれてありがとう』との一言をいただいた時はとてもうれしく思います。また他の医療スタッフから質問をいただき、自分の回答が治療

に活かされたときに薬剤師としてのやりがいを感じています。しかし質問いただいたことにすぐに答えられない時もあり、まだまだ瞬発力や知識・経験が足りていないと感じています。

【大学時代の友人が刺激に】

東京を中心とした全国の病院で大学・大学院の友人が働いており、ときどき医薬品や業務内容の情報交換をしています。友人たちのがんばっている話を聞くと私も負けていられないと思い、それが日々のモチベーションとなっています。今後は質問いただいたことにすぐに回答できる『瞬発力』がありより



医療に貢献できる薬剤師を目指し、日々の業務に取り組んでいきたいと思っています。

※次号のこのコーナーでは、酒田医療センターの理学療法士を紹介いたします。

【不調の原因…熱中症】

夏の体調不良の原因の1つに熱中症があります。地球温暖化やヒートアイランド現象の影響もあり熱中症による死亡数は1994年以降増加しました。さらに死亡総数に占める65歳以上の割合が2010年は79%と急増しています。

高齢者の熱中症は住宅での発生が半数を超えているため家庭での対策が重要です。

熱中症は気温が高い時だけでなく暑さに慣れていない時期、梅雨明けなどで急に気温が上昇した時や冷夏でも急に気温が上がった日にも発生が増えます。

熱中症になりやすい気象条件の指標として暑さ指数(WBGT)があります。環境省が提供している暑さ指数の予測値と実測値をメールで配信する民間会社のサービス(熱中症予防情報メール)がありますので利用するのもよいでしょう。

(通信費は自己負担。詳細は

http://www.wbgt.env.go.jp/mail_service.php)

【防ごう！熱中症】

なんと言っても住宅での熱中症を防ぐには住宅の暑さ対策と、水分摂取です。年配の方は体の冷えが嫌だと冷房の使用を避けたがりますが、冷房を使用する際には表の3点に気をつけると熱中症も冷房病も予防し易くなります。

- ①室温は28度を超えないが下げ過ぎない(外気との温度差は5℃以内)
- ②エアコンの冷風は直接体に当てない
- ③扇風機も併用して室内全体の温度差を減らす

乗り切ろう！

夏の不調

☆水分補給についての6つのポイント

- ①こまめな補給
- ②のどが渇く前に補給
- ③1日あたり1.2リットルの水分補給(水分制限のある方は主治医の先生とご相談ください)
- ④起床時、入浴前後の水分補給
- ⑤たくさん汗をかいた時は塩分も補給(水1リットルに1~2gの塩を加えた濃度の水分)
- ⑥アルコール飲料では水分補給にならないこと

以上の事に気をつけて不調を乗り切りましょう。

○参考資料／環境省 熱中症環境保健マニュアル2014
検査科 高橋美奈子

健・康・元・気

んめっ！ レシピ

今回は日本海総合病院で提供している定番メニューをご紹介します。

材料(4人分)

- 鶏もも肉…70g×4枚
- 塩・こしょう…少々
- 小麦粉…大さじ1
- サラダ油…小さじ1
- 玉ねぎ…中1/2個
- ピーマン…中1個
- トマトピューレ…大さじ2
- ケチャップ…大さじ1・1/3
- A 水…大さじ1
- 固形コンソメ…1/6個
- 有塩バター…5g
- 塩…小さじ1/5
- こしょう…少々

～具たくさんソースでご飯がすすむメニュー～

鶏肉のソテー トマトソース

●1人あたり
エネルギー188kcal
たんぱく質12.1g
脂質11.9g 塩分0.9g

作り方

- ①鶏肉は塩・こしょうをふり、小麦粉を全体にまぶす。玉ねぎは薄切り、ピーマンは細切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、鶏肉を入れて両面を焼き、火が通ったら皿に取り出す。
- ③鶏肉を取り出したフライパンで玉ねぎ・ピーマンを炒める。
- ④③がしんなりしてきたらAを加えてさっと煮詰めて、塩・こしょうで味を整える。
- ⑤鶏肉に④のソースをかけたらできあがり。

アレンジポイント

鶏肉のかわりに魚や豚肉でもおいしくいただけます。トマトピューレはトマト水煮や生トマトの角切りでも代用できます。ソースをパスタと和えればナポリタンに！
カロリーを抑えたい場合は鶏皮・脂身を除きましょう。小麦粉をつけずに焼く、または蒸すと余計な油を吸いません。カロリーアップするには油で揚げるとよいです。

栄養メモ

トマトの赤みをつくる色素成分リコピンには抗酸化作用があり、ガンや心臓病、脳卒中などの予防に役立つとされ、また美肌効果も期待されます。加熱しても壊れにくく、油と一緒に摂ると吸収率が高まります。



医師異動の お知らせ

日本海総合病院

転入者

- ① 前任地
- ② 趣味・特技



内科(呼吸器)
町田 浩祥

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② テニス・大食い



循環器内科
菊地 彰洋

- ① 酒田市立八幡病院
- ② サッカー



循環器内科
本田 晋太郎

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② スポーツ観戦



循環器内科
楠津 俊介

- ① 石巻赤十字病院
- ② 食べ歩き



消化器内科
石田 晋吾

- ① 津軽保険生活協同組合健生病院
- ② 梅干し作り、革細工



消化器内科
角田 道彦

- ① 日本海総合病院(研修医)
- ② 温泉めぐり、音楽活動



小児科
篠崎 敏行

- ① 山形県立新庄病院
- ② 登山・ランニング・サッカー観戦(マンチエスターシティ、ジュビロ磐田)



外科
村山 最二郎

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② Operation, fishing, journey



外科
高橋 宏和

- ① 栗原市立栗原中央病院
- ② 海釣り



外科
高橋 良輔

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② I LOVE BASKETBALL.



外科
本間 理

- ① 鶴岡協立病院
- ② ランニング、フットサル



外科
鈴木 克幸

- ① 日本海総合病院(研修医)
- ② テニス



心臓血管外科
大場 栄一

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② プラモデル作り



呼吸器外科
渡辺 光

- ① 日本海総合病院(研修医)
- ② 体を動かすこと、サッカー



整形外科
仁藤 敏哉

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② サッカー、ゴルフ



整形外科
根本 信太郎

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② 音楽鑑賞、ドライブ



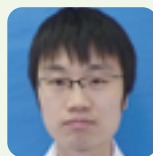
形成外科
田崎 紘之

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② バラグライダー(タンデムマスター)



泌尿器科
中山 尚子

- ① 鶴岡市立荘内病院
- ② 温泉



泌尿器科
福原 宏樹

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② ランニング



耳鼻咽喉科
倉上 和也

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② ボーっとすることどこでも寝られる



歯科口腔外科
櫻井 博理

- ① 山形大学医学部付属病院
- ② インテリア

日本海総合病院

転出者

- ① 新任地

内科(呼吸器)

小林 真紀

① 県立宮城がんセンター

内科(腎臓)

後藤 佐和子

① 自治医科大学附属さいたま医療センター

循環器内科

杵澤 大輔

① 群馬県立心臓血管センター

循環器内科

高橋 徹也

① 山形大学医学部附属病院

消化器内科

澤田 直也

① 弘前大学医学部

消化器内科

池田 千咲

① 鶴岡市立荘内病院

小児科

安孫子 優

① 米沢市立病院

外科

小野寺 雄二

① 山形大学医学部附属病院

心臓血管外科

山下 淳

① 山形大学医学部附属病院

整形外科

赤羽 武

① 公立置賜中央病院

整形外科

宇野 智洋

① 泉形成外科病院

泌尿器科

山岸 淳史

① 山形大学医学部附属病院

泌尿器科

成澤 貴史

① 鶴岡市立荘内病院

耳鼻咽喉科

齊藤 史明

① 県立中央病院

麻酔科

高橋 菜々子

① 山形大学医学部附属病院



地方独立行政法人山形県・酒田市病院機構 職員採用試験について

1. 募集職種・人数及び受験資格

職 種	人 数	採用時期	受験資格	
			年 齢	免許・資格等
看 護 師	30人程度	平成27年4月採用	昭和50年4月2日以降に生まれた方	応募職種に該当する看護師(婦)免許または薬剤師免許を有する方、または平成27年5月末までに当該免許を取得する見込みの方
薬 剤 師	5人程度			

※上記職種以外の募集については、7月上旬頃に病院機構HPで公表します。

2. 申込受付期間

平成26年6月16日(月)～7月15日(火)
8時30分～17時15分(土曜、日曜、祝日を除く)
郵送による申込書等の交付を希望される方は、あて先を明記し、120円切手を貼付した角形2号の返信用封筒を同封のうえ法人管理部総務課までお申し込みください。
病院機構ホームページ(<http://www.nihonkai-hos.jp/>)からもダウンロードできます。

3. 試験期日及び試験会場

職 種	区 分	試験日	試験会場
看 護 師	一次試験	平成26年8月3日(日)	日本海総合病院
	二次試験	平成26年8月30日(土)	
薬 剤 師	試 験	平成26年8月3日(日)	

※薬剤師の試験は一日で終了します。

4. 試験種目及び時間

職 種	区 分	試験種目	時 間
看護師	一次試験	受 付	9:00～ 9:30
		職場適応性検査	10:00～10:20
薬剤師	試 験	専門試験	10:45～11:45
看護師	二次試験	面接試験	13:00～
		面接試験	一次試験合格者に通知

5. 合格発表

看護師	一次試験合格発表	8月中旬	合格者に郵送で通知 院内掲示及び病院機構 ホームページにも掲載
	最終合格発表	9月中旬	
薬剤師	合格発表	8月下旬	

採用担当/法人管理部 総務課:梅木、鈴木 Tel:0234-26-2001

**あきほ市が
オープンしました!**



5月1日より酒田市内の障がい者就労事業者で作った各種弁当やお惣菜を販売する「あきほ市」が通年開催しました。来院の際は是非お立ち寄りください。

- 営業時間
平日/午前10時30分～午後2時00分
(土・祝祭日はお休み)
- 場 所
日本海総合病院
正面バス待合所となり

日本海総合病院

サマーセミナー

参加者募集

看護学生対象

来る8月15日に、看護学生を対象にサマーセミナーを開催しますので是非お越しください。

◆対象者◆
●平成26年度
専門学校1・2年
大学1・2・3年

◆内 容◆
院内見学・教育制度
勤務条件・福利厚生
などの説明
若手看護師との懇談ほか

◆日 時◆
平成26年
8月15日(金)
9:00～15:00
※昼食は
準備いたします

看護学生のみならず、
今後の就職活動に
役立ててみませんか?



◆場 所◆
日本海総合病院
山形県酒田市あきほ町30番地
TEL0234-26-2001

◆申込期限◆
平成26年
7月25日(金)

《申込方法》 別紙の参加申込書に必要事項を記入し、山形県・酒田市病院機構 総務課「サマーセミナー担当」あてに郵送またはFAXしてください。

住所◎〒998-8501 山形県酒田市あきほ町30番地 TEL0234-26-2001・FAX0234-26-5114

広報誌「あきほ」第22号

平成26年6月(季刊) 発行部数:2,500部

編集発行 ◆ 地方独立行政法人 山形県・酒田市病院機構
広報企画委員会(事務局:法人管理部)
〒998-8501 山形県酒田市あきほ町30番地
TEL:0234-26-2001(代表)
FAX:0234-26-5114
URL:<http://www.nihonkai-hos.jp/>
E-mail:kanribu@nihonkai-hos.jp

印刷 ◆ 朝日印刷株式会社

編集後記

6月号より広報企画委員を担当しています。今回の記事はいかがでしたでしょうか。これから夏になると看護学生向けセミナーを予定しています。秋には病院エントランスで行われる「あきほ祭り」、冬はクリスマスコンサートと、催し物も企画しています。新しい診療のご案内をはじめ、こうした研修会のお知らせや催し物の情報もご案内していきます。何よりも読者の皆さまに発行を心待ちにいただけるような、有意義な情報や役立つ記事を広報誌ならびに病院ホームページで発信してまいりますので、どうぞ宜しくお願いします。
(経営企画室 加藤勝彦)