

医療法人 光善会 長崎百合野病院

百合野ニュース

- 1 ご挨拶／田島義証 院長
- 2 ずっと元気であるために
～慢性腎臓病(CKD)を知って、腎臓を守ろう～
- 3 新入職員紹介
- 4 第24回 光善会学会
- 5 漬けて焼くだけ！ 簡単レシピ
- 6 制服が新しくなりました



長崎百合野病院の理念

人にやさしい、温かい病院
安全で質の高い医療、品格のある病院
地域から信頼され、選ばれる病院

ご挨拶

院長 田島 義証



色とりどりの花木が咲き誇る季節となりました。大阪では満開の桜のもと“EXPO2025大阪・関西万博”が開幕しました。万国博覧会、いわゆる“万博”は、国際博覧会、海洋博覧会、科学技術博覧会、花と緑の博覧会などが含まれ、本邦での開催は今回の国際博覧会で6回目となります。世界で最初の万博は1851年に開催されたロンドン万博で、イギリスはこの博覧会を通して産業革命を背景とした圧倒的な工業力を世界に知らしめることとなります。日本は、1867年に開催された第2回パリ万博に初めての出展を行いました。その際、新紙幣の“顔”である渋沢栄一が幕府の御勘定格陸軍附調役（会計係兼書記）として派遣されましたが、当時の政情を反映して、「徳川幕府」、「薩摩藩」、「鍋島藩」がそれぞれ個別に出展しています。“日本国”として初めて参加したのは1873年のウィーン万博でした。初期の万博は、各国が「科学技術や文化を世界にアピールする場」として始まりましたが、現代の万博は「国際社会が直面する重要な課題に対する解決策を模索する場」としての役割も担っています。本邦初開催の万博は1970年のEXPO'70大阪万博で、メインテーマは「人類の進歩と調和」でした。私は当時、中学1年生で、“こんにちは こんにちは”のメロディが今でも耳に残っていますし、会場のシンボルの「太陽の塔」が放つ生命力に圧倒され、

「動く歩道」、「リニアモーターカー」、「アポロ11号が採取した月の石」に心躍らされたことが思い出されます。今回の万博のメインテーマは「いのち輝く未来社会のデザイン」で、「地域医療将来構想モデル推進区域」や「2025年問題」など、今後の地域医療体制を見直す重要な転換期にある長崎医療界にとっても密接に関係する重要な論題です。

最近、カリフォルニア大学から興味深い研究結果が報告されました。ヒトの消化管内に生息するおよそ1000種、約100兆個の腸内細菌は、互いの猛烈な生存競争に生き残るために、自分がより繁殖できる栄養素を摂取するよう宿主の食べ物に対する欲求に働きかけている、というものです。今日の夕飯は「あっさりしたものを食べたい」、「脂のこってりしたものを食べたい」という欲求、それはひょっとすると自分の意思ではなく、腸内細菌の意図なのかもしれません。今後の地域医療の方向性については、個々の医療機関がその個性を発揮しつつ、自主的で自立性のある、かつ持続可能な医療体制を模索していく必要があります。そのためにも、近隣医療機関とのこれまで以上の密接な対話と協力体制を構築していくことが重要であると痛感しています。

今後とも皆様方のお一層のご指導ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

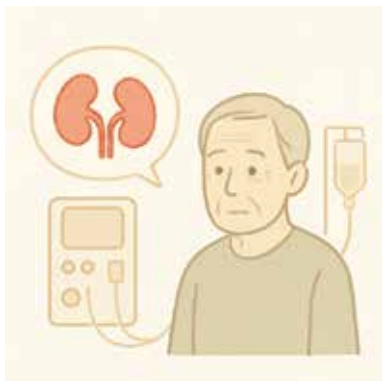
知ってほしい病気の話

ずっと元気であるために～慢性腎臓病(CKD)を知って、腎臓を守ろう～



内科 綾香 奈々

4月よりご縁をいただき内科に勤務しております、綾香奈々と申します。微力ではありますが、近隣住民の皆さまの健康づくりに少しでもお役に立てるよう努めてまいります。どうぞよろしくお願いたします。



さて、皆さんは「慢性腎臓病 (CKD)」という言葉聞いたことがあるでしょうか？CKDとは、腎臓の働きが少しずつ低下していく病気の総称です。進行すると、老廃物や余分な水分が体にたまり、最終的には人工透析が必要になることもあります。しかし、初期にはほとんど症状がなく、知らないうちに進んでしまうのが特徴です。

腎臓は、血液をきれいにし、体の水分や塩分のバランスを保つ大切な役割を果たしています。腎機能が低下してくると、むくみやだるさ、血圧の上昇などが現れますが、かなり進行しないと自覚症状が現れないため、早期発見がとても重要です。

主な原因には、高血圧や糖尿病、加齢などがあり、日本では成人の8人に1人がCKDといわれています。特に生活習慣病をお持ちの方は腎臓に負担がかかりやすく、注意が必

要です。さらに、脱水や鎮痛薬 (NSAIDs) の長期使用、塩分の取り過ぎなども腎機能を低下させる要因となり得ます。日常生活の中で腎臓に負担をかけていることも少なくないため、体調の小さな変化にも気を配りましょう。

CKDを防ぎ、腎臓を守るためには、次のようなポイントが大切です。



- ・健康診断で血液検査 (クレアチニン値・eGFR) や尿検査を受ける
- ・塩分を控えめにする
- ・血圧・血糖値を適切に管理する
- ・適度な運動を習慣にする
- ・禁煙を心がける

「自覚症状がないから大丈夫」と思わず、定期的なチェックと生活習慣の見直しで、腎臓の健康を守っていきましょう。腎臓の状態を知ることは、将来の健康を守る第一歩です。

いつまでも元気に過ごすために、できることから少しずつ始めてみませんか？どうぞお気軽にご相談ください。内科外来でお待ちしております。

Information

令和7年度新入職員紹介

今年は満開の桜が咲き誇る中、看護師5名、臨床検査技師2名、社会福祉士1名、栄養士1名、看護補助者1名、合計10名が新入職員として入職しました。

当院では例年、全部署合同で3日間の集合教育を行っています。多職種と一緒に研修を受けることで、同期としての親睦を深める機会にもなり、今年もチーム医療の第一歩を学ぶ場となりました。

看護部においては約3週間、講義と演習を組み合わせた研修が行われた後、病棟配属となります。今年は研修の中間時期に、リフレッシュ研修として外部に赴き、ピザ作りを協力しながら体験してもらいました。



看護部



3日間の集合研修を通して、実際に病棟ラウンドを行い、職員や患者から長崎百合野病院の制服を着た職員として見られていることを肌で感じ、この場所で看護師として働く自覚を持つことが出来ました。看護師として必要な知識・技術を身に付け、基本に忠実にそして臨機応変に対応していくことが出来るようになりたいです。

病院内で誰よりもお互いを知っている同期と協働し、そして切磋琢磨しながら働いていきたいです。



集合研修を振り返って、研修初日は同期の人と仲良くなれるのか不安で緊張していましたが、他者紹介でグループのメンバーと想像していた以上に盛り上がる事ができ、とても楽しく研修することが出来ました。研修では、多職種との連携で医療機関の円滑な運営が出来ると学ぶことが出来ました。

1年目はカルテの書き方や看護技術、疾患の基礎知識などを覚えることも多く不安もありますが、患者に寄り添うことができる看護が出来ると頑張りたいです。

栄養士



3日間の研修を通して、各部署の役割や医療に関わる者として備えておくべき知識を得ることが出来ました。感染症対策の講義では、食事を提供する管理栄養士として、自分自身が感染症や食中毒の原因とならないよう、手洗いはじめ調理着の管理や日々の体調管理にも、より一層力を入れようと思いました。

研修は情報が多く混在している点もあるため、普段の業務を通して情報を整理し、少しでも早く社会人として自立出来るよう精進していきたいです。

医療ソーシャルワーカー



3日間の研修を通して、長崎百合野病院の歴史や各病棟・専門職の仕事内容を学ぶことができ、これから社会人として医療従事者として働くことの重要性を改めて知り、考えることが出来ました。

この3日間はたくさんの学びがあり、医療人としての心得を知ることが出来ました。これから医療ソーシャルワーカーとして今回の研修の学びを活かし、多職種連携の重要性を忘れず、患者や家族のこれからの生活がより豊かになるような支援を提供できるように頑張りたいです。

第24回光善会学会

2/15から2/25までの間、ポスター形式で光善会学会が開催されました。今年は各部署12題と個人6題の参加がありました。ポスターは研修室に掲示され、メールシステムによる職員投票が行われました。

今年は個人参加が増えており、専門性を活かした研究が勧められ、各部署も現状や問題・課題に視点を当てた研究が多くみられました。

第1位：栄養科

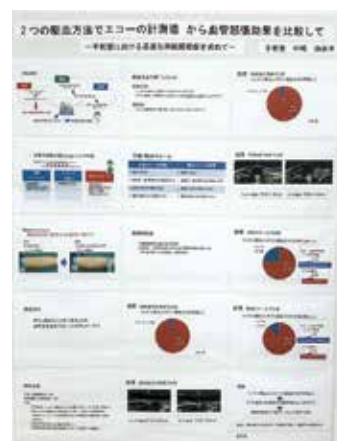


第2位：デイケアセンター「コスモス」



	部署	演題
1	外来	看護師用内視鏡チェックリスト作成に向けた取り組み～統一した患者説明を行えるように
2	地域連携室	地域医療関係者へ向けた研修会～初めてのハイブリット開催の報告
3	デイケアセンター コスモス	経費削減策の実施とその効果判定
4	栄養科	栄養科スタッフの負担軽減をめざして～朝パンメニューの導入と管理栄養士養成校の大学生の活躍～
5	西病棟2階	～褥瘡発生の減少を図るために病棟でできる予防対策について～
6	リハビリテーション科	学術グループ「訪問班」の活動報告～在宅と病院のシームレスな関係作りを目指して～
7	放射線科	CTリアルプレップの有用性について
8	健診センター	健康経営に係るアンケート調査の報告
9	事務部 (医師事務)	医師事務作業補助者の現状と業務への自己啓発～支援業務で見た課題に対する取り組み～
10	手術室	2つの駆血方法で、エコーの計測値から血管拡張効果を比較して～手術室における迅速な静脈路確保を求めて
11	東病棟3階	17時以降の残務削減に向けた業務改善
12	東病棟2階	日勤帯における情報収集にかかる時間の短縮～就業時間前の時間外勤務廃止に向けた取り組み～
13	個人(リハビリ科)	長く健康(幸)で動くために～健康増進班の取り組み
14	個人(リハビリ科)	東3病棟における認知症の評価
15	個人(リハビリ科)	小児班主催「子ども用品お譲り会」実施報告
16	個人(リハビリ科)	当院大腿骨近位部骨折患者の傾向回復期連絡協議会データ班の統計情報を利用して
17	個人(認知症ケア委員会)	認知症ケア委員会が発足して4年間の活動報告～スタッフアンケートから振り返りと今後の活動方針を考察する
18	個人(リハビリ科)	あなたにQエスチョン! 誤嚥性肺炎について

第3位：手術室



🔥 漬けて焼くだけ！ 簡単レシピ 🔥

辛くない
子供もパクパク

タンドリーチキン



★材料 1人分★

鶏もも肉	80g	
塩	少々	
こしょう	少々	
A	カレー粉	0.5g
	おろしにんにく	1g
	ケチャップ	9g(大さじ1/2)
	ウスターソース	3g(小さじ1/2)
	ヨーグルト	10g(小さじ2)
	サラダ油	2g(小さじ1/2)



作り方

🌸 お弁当のおかずにもgood 🌸

- ① 鶏肉は食べやすい大きさに切り、塩とこしょうをふっておく。
- ② Aを混ぜ合わせ、①をAに漬け込み30分～1時間程度置く。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、②を焼く。

★お肉をヨーグルトに漬け込むことで
柔らかくかくなりませす！

★タレは焦げやすいので、様子を
見ながら火加減を調整しましょう。
オーブンでこんがり焼いてもOK！

制服が新しくなりました

2025年4月より、看護師と看護補助者、リハビリの制服が新しくなり、地域連携室と病棟クラークは、白衣から制服に変更しました。制服は決められた色からスタッフが希望する色を複数選択して支給されており、それぞれがその日の気分を着たい色を選んで着用しています。各職種で制服の色が異なるので、院内がカラフルです。

当院に来院された際は、ぜひ職員の制服にも着目してみてください。



救急告示病院

診療時間

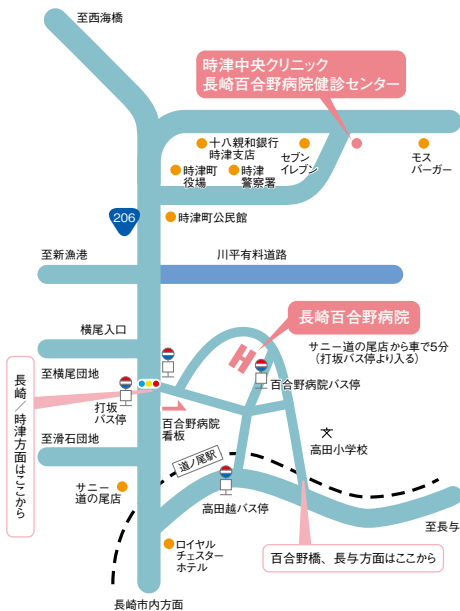
平日：8時30分～12時00分／13時00分～17時00分
土曜日：8時30分～12時00分

休診日

日曜日・祝祭日・年末年始(12月30日～1月3日)

ただし急患の方は、24時間受け付けます

		月	火	水	木	金	土
午前	整形外科	瀬良	鈴木	森	瀬良	鈴木	常勤医 で対応
		寺本	玉井	梶山 長大整形外科	寺本	玉井	
		横田 長大整形外科	森	10:00～ 寺本	森		
	内科	(新患) 橋本	綾香	朝野 長大呼吸器	豆谷	大坪	常勤医 で対応
		(再診) 朝野 長大呼吸器	大坪 呼吸器	大坪 呼吸器	大曲 消化器	橋本 呼吸器	
		(再診)	豆谷 消化器	橋本 呼吸器	綾香 総合診療	豆谷 消化器	
外科	田島	平山	田島	平山	田島	交替制	
脳外科			日宇 長大脳外科	馬場 長大脳外科			
午後	外科	平山	足立 長大外科	平山	金高 長大外科	平山	
	専門外来	綾香 総合診療	橋本 呼吸器	本川 長大循環器	大坪 呼吸器	竹中 長大循環器	
		睡眠時無呼吸 橋本					
リハビリ科(午前・午後)	立石	谷口	谷口	立石/谷口 (午前) (午後)	立石	常勤医で対応	



医療法人 光善会 **長崎百合野病院**

〒851-2103 長崎県西彼杵郡時津町元村郷 1155-2

TEL.095-857-3366 FAX.095-856-6663

HP <http://www.yurinohp.jp> E-mail yurinojm@cello.ocn.ne.jp

