

とうねい



秋いろ

標高1,500m～2,300mの志賀高原は、針葉樹の間で紅葉する広葉樹のコントラストが見ごろです。

フォトサークルA 杉山 和子

●目次

秋いろ1P

医療記事2P
「腸内細菌のお話 ～もう一つの臓器～」

医療安全講演会 開催3P
市民健康対策部 防災訓練

リハビリ通信「嚥下障害」4P
高校生1日看護体験
内視鏡センターだより

特集 第3事業部5P

かけはし ～登録医紹介～6P
働く仲間

第2事業部7P
サークル活動報告「アクアリウム」
ボランティア紹介

ペットのはなし8P
編集後記
関連施設一覧

腸内細菌のお話

もう一つの臓器

消化器内科◆玉置 道生



植物の茎にまわりつくアブラムシの集団をご覧になった経験のある方は多いと思いますが、あのアブラムシの細胞の中にはブフネラという細菌が住んでいて、アブラムシとブフネラは互いに助け合って生きています。アブラムシは植物の液を吸って栄養にしていますが、その中には命を維持するために必要なアミノ酸（必須アミノ酸）はほとんど含まれていません。そこで、アブラムシの細胞内のブフネラが、必須アミノ酸を合成し、アブラムシに提供しているため、植物の液だけを吸っていてもアブラムシは生きていけるのです。一方のブフネラは、自分の命を維持するための遺伝子の多くを失っており、アブラムシが持っている遺伝子の働きによって生存することができません。つまりアブラムシもブフネラも、自身が生存するためには相手が必要なのです。

このように、自然界では、多くの生物が他の微生物と相互作用しあって生きており、私達も例外ではありません。微生物には細菌、ウイルス、真菌、そして場合によっては原虫、寄生虫などが含まれますが、もっとも重要なのが細菌です。人体の口腔、消化管、気道、皮膚、泌尿生殖器などには、500種類以上とも1,000種類とも言われる細菌が常在しており、数としては100兆個から1,000兆個、重さにして1から2kgの細菌が常在しています。細菌は、その存在部位で細菌同士が連携を取りながら生息しており、細菌叢（さいきんそう）という複雑な生態系を形成しています。中でも数、種類ともに最も豊富なのが消化管であり、「腸内細菌叢」と呼ばれています。特に大腸に生息する細菌は100兆個と最も多く、人体の細胞数の約2.5倍にあたり、腸内細菌叢は「もう一つの臓器」とも言われ、人体に様々な影響を及ぼすことが明らかにされています。

近世細菌学の祖と呼ばれているフランスの化学者・細菌学者であるルイ・パスツール（1822年12月27日生）1895年9月28日没は、当時からすでに「腸内細菌は動物生存にとっては必要不可欠である」という腸内細菌有用論を唱えていました。しかし、世界的に本格的な研究が開始されたのは、パスツールの没後100年ほど経った2008年頃のことです。世界有数の医学・生物学の研究機関である米国の国立衛生研究所（NIH）が、人体に常在する細菌叢を網羅的に解析しようというプロジェクトを立ち上げました。その後各国の様々な研究によって得られた知見によると、腸内細菌叢の周囲には免疫や神経の組織も発達しており、細菌との相互作用により間接的に人体の臓器同士を関連させたり、細菌の代謝産物自体が臓器に直接的に影響を与えることがわかってきました。本邦では、2017年4月に「一般社団法人日本マイクロバイオームコンソーシアム」という共同事業体も設立され、微生物の遺伝子情報の総体（マイクロバイオーーム）に関するデータを活用した新たな健康医療ビジネスを

推進する共通基盤の構築を目的に、現在、製薬・食品・化粧品・検査分野などから複数の企業が参画しています。

最近の研究では、齲歯（むし歯）と歯周病に代表される口腔感染症が、糖尿病や動脈硬化、呼吸器疾患、自己免疫疾患、心臓血管障害、腎臓病や肥満など様々な疾患の発症の引き金になることが報告されていますが、今回お話をさせて頂いた腸内細菌叢についても、その乱れが、多岐にわたる疾患の発症や増悪に関係していることが指摘されています。

胃に生息するピロリ菌はすっかり有名になりましたが、これからは腸内細菌にも注目していく時代になると思われます。お口から肛門までは、消化吸収のみならず、腸内細菌叢に関連する臓器が順番に並んでいます。われわれ消化器内科は、この「もう一つの臓器」の健康状態を保つことも視野に入れて、問診や診察、各種検査を駆使して病気の早期発見に努めて参ります。皆様がより健やかにいられるようお手伝いできればと願っています。どうぞ心置きなくご来院下さい。

医療安全講演会 開催

令和元年第1回医療安全講演会が9月5日(木)に開催されました。今回は、山梨大学医学部付属病院 医療の質・安全管理部特任教授の荒神裕之先生をお迎えし「毅然とした対応と共感～理不尽と感じた時の対応のコツ～」というテーマで講演を賜りました。

これまで荒神先生には、患者・医療者間で起こるコンフリクトに対して、当事者間の対話の促進を通じ、お互いの関係改善の場を形成・支援する仕組みについて、わかりやすく講義をいただいていた。

私たち医療者にとって患者さん・ご家族との関わりの中で「毅然とした対応」を行う必要が迫られる場面は少なくありません。講演の中で「できないこと」や「わからないこと」を曖昧にせず、感情を受け止め率直に伝えることが大切であるということをお話されておりました。医療者が患者さん・ご家族の

思いを受け止め、私たちの誠意を素直に表現し、正直に向き合っていくことが大切です。その毅然とした対応が患者さん・ご家族に安心を与えることに繋がると思います。

今回の学びを職員一人一人が実践の場で活かしていくことが重要です。これからも職員一丸となって、安全な医療を提供していきたいと思ひます。荒神先生この度はありがとうございました。

医療安全管理室 名子屋 孝行



市民健康対策部 防災訓練

防災の日となる9月1日(日)、厚木市職員と合同で防災訓練を行いました。災害想定は、都心南部を直下とする地震が発生し、厚木市内で震度6強を観測したというものでした。

訓練の内容は、厚木市立病院に市医療救護本部を立ち上げ、医療機関の被害状況などの情報収集やクロノロ(※1)記入訓練、緊急医療救護所の設置・運営、各関係機関との情報伝達など多くの内容が盛り込まれていました。

当院は厚木市職員と共同で緊急医療救護所を病院敷地内へ立ち上げ運営する訓練、医療救護本部と情報伝達を行う訓練を担当しました。

訓練の目的は、緊急医療救護所の開設までの流れを厚木市職員と共有し習熟を図ることですが、実際には訓練経験のある方も少ないため、実践することが最も大切な目的となりました。

◆緊急医療救護所立ち上げ訓練

厚木市・厚木市医師会より貸与されているエアテント(マク・クイックシェルター)の設営を厚木市職員と協力し、声を掛け合いながら七分程度で設置できました。

◆緊急医療救護所運営訓練

病院職員の指導の下、厚木市職員とトリアージ訓練を行い、傷病者への対応やトリアージタグの記載を行いました。

◆関係機関情報伝達訓練

MCAという無線を利用し、設置された厚木市医療救護本部との情報交換を病院職員が体験できました。

訓練に参加された皆さんはとても真剣な眼差しで取り組まれて、予定よりも早く終了でき、視察に来院された厚木市長にもご挨拶をいただきました。

医療で地域を支える病院として災害時の連携を含め、地域の安心安全をサポート、状況に合わせた迅速で確かな判断ができるよう、訓練を積み重ねて行く必要があります。今回の訓練で多くの人手が必要であることも実感したので、今後は体制整備を視野に日々の活動をすすめていきます。



(※1) クロノロ：物事を時系列に記録する経時活動記録、クロノロジーの略

リハビリ通信 第49回

嚥下障害

「食欲の秋」皆さん、どんな美味しいものを召し上がりましたか？

食べ物、お口で嚥んで「ごつくん」と飲み込み食道に入ります。この飲み込むことを「嚥下」といい、上手く飲み込めない状況を「嚥下障害」といいます。原因は病気や加齢による筋力低下など多くの要因が挙げられます。

食べる機能を低下させない！

食べる機能を維持するには、首から肩周囲のストレッチや筋力トレーニング、舌の運動、「パ、タ、カ、ラ」と声を出す発声練習、嚥下おでこ体操などがよく紹介されています。では普段の生活で心がけ

ることはないでしょうか？
口は息をする、食べるだけの器官ではありません。普段からご家族や友人とおしゃべりしたり、カラオケなど歌を唄うことは機能維持の大きな力となります。普段から外交的な生活を心がけておしゃべりや唄うことを楽しみましょう。

食事での注意

まずはどのくらいの時間をかけてお食事をされていますか？30分以上食べることにだけに時間がかかるようでしたら、次のことを検討してみましょう。

料理の食べやすさ（大きさや形、硬さ）、一口の量、食べる姿勢をご家族や周囲の方に見守ってもらい確認してみませんか？少しの修正で食事の負担が変わります。

また嚥むことは脳に良い刺激となりますが、硬いものを頑張つて嚥むより自分の嚥む力にあった食べ物を選んできて下さい。

いかがですか？気になる部分があるときは、歯科医師やかかりつけの医師とも相談してみましょう。

リハビリテーション科
中橋 真弓



★ 高校生1日看護体験 ★★

『近代看護教育の母』と呼ばれたフローレンス・ナイチンゲール生誕の5月12日を看護の日とし、『看護の心をみんなの心に』をテーマに全国各地で様々なイベントが開催されています。当院もその一環として、8月22日、23日に「高校生1日看護体験」を行いました。このイベントは、看護師の仕事を経験することで看護をはじめとした医療に関心を持っていただくことを目的としています。今年は厚木、伊勢原市を中心に県内から30名の高校生にご参加いただきました。

白衣に着替え、看護師の仕事についての説明を受け

た後、様々な看護体験をしました。院内見学では、病院で働く様々な職種のスタッフと出会いました。入院病棟では実際に看護師が患者さんのケアをする様子を見学しました。また、参加者同士で患者さん役、看護師役となり、血圧測定や車いす・ストレッチャーの乗車体験をしました。体験をすることで「患者さんの気持ちを考えて関わる必要がある」と気づくこともできました。

今回の体験で健康や看護に関心を高め、職業選択のきっかけにつなげていただけたら幸いです。

看護部 臨地実習指導会

内視鏡センターだより

胃内視鏡検査

楽～に受けましょう!!

検査を受けるポイントは、検査前の咽頭麻酔と検査中の対応にあります。

ポイント① 咽頭麻酔

喉は敏感な場所です。その場所を内視鏡（スコープ）が通るわけですから喉の麻酔は欠かせません。リクライニングチェアに座り首を後屈した状態で、喉にゼリー状の麻酔薬を3分溜めておきます。時間になりましたら声掛けしますのでゆっくりと飲み込みます。この時点で喉に違和感を生じるはずですが、唾が飲み込みにくいと感じたら麻酔は完璧です。スプレーを追加し準備万端、いよいよ検査です！

ポイント② 検査中の姿勢と対応

検査を受ける姿勢作りが意外と大事です。身体を締め付けるものはできるだけ外します。検査台に左向きで臥床します。内視鏡はムリに飲み込もうとせず医師の指示に従って軽い気持ちで飲み込みます。内視鏡が喉を通ったら腹式呼吸をゆっくりと繰り返します。全身の力を抜いてゆったりとした気持ちで受けましょう。検査は数分で終わります。

常に看護師がそばにいて患者さんをサポートいたします。ご安心ください。 消化器内視鏡技師（看護師）平井





第3事業部 新横浜メディカルサテライト

2015年12月に新横浜で健診センターを開業してまもなく4年目になります。

健診センターを新横浜に立ち上げる際は、様々な苦労がありました。健診システムの構築、スムーズに受診者様を誘導出来るフロアの間取り作り等、全てが手探りの状態から始まりました。

駅近でオフィス街の中心地という好立地にも関わらず、知名度が低く1日に10名程の受診者様しか来ない日々でしたが、スタッフが一丸となり『受診者様に快適な健診サービス』を心がけた結果、口コミでの評判や営業活動による知名度の向上が実を結び、今では午前中だけの健診実施にも関わらず1日80名前後の受診者様に来院頂き年間16,000名を超える健診センターになる事が出来ました。

新横浜メディカルサテライトでは3つの理念

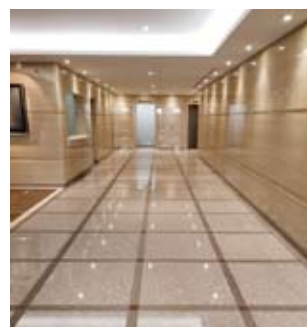
『心とからだの健康保持増進をはかります』

『地域と社会に健康な生活をつくります』

『疾病予防と環境改善をめざします』

を掲げて現状に満足することなく常に進化し続けています。

当院を御受診して頂いた方をはじめ、まだ当院を御受診されていない方は『ワンランク上の健診サービス』『医療機関らしさを感じさせないホテルをイメージしたフロア』『受診者様を第一に考えるスタッフのサービス』を当院で体験して頂きたいと思っております。



かけはし 登録医紹介

ひだかクリニック

vol.29

《所在地》

〒243-0203
厚木市下荻野1212
TEL. 046-243-3800

院長 日高 充



《略歴》

静岡県出身
東海大学大学院医学研究科
東海大学病院
東海大学大磯病院
間中病院
横浜宮崎脳神経外科病院 を経て、
2004年ひだかクリニックを開設。

脳神経外科クリニックにおいては脳卒中の予防と早期発見が使命であると考え、日々の診療を行なっております。そのために重要なのはいわゆるメタボの治療です。片頭痛や認知症の患者さんも多く診ています。

このような日常診療の中、時としてクモ膜下出血や脳梗塞の患者さんが歩いて(!)来院されます。またご近所の方ならば胸痛や腹痛でも当院に来院されます。重症疾患の急性期軽症例や非典型例は診療所に集積しやすいと言われていいますので、その疑いがあれば即刻連携病院へ転送となります。

電話一つで受け入れて下さる東名厚木病院の脳神経外科はじめ各科先生方には大変お世話になっております。御紹介するのは診療所では手に負えない或いは診断が絞りきれなかった病状なので、常に後ろめたさや過大診断の不安が付き纏います。しかし診立てがあらかた正しかったならばホッとしますし、的外れな診断だったと教えていただいた時はこの上ない勉強になります。

厚木は「顔の見える」病診連携が強いとつくづく感じております。どうぞこれからもご指導ご鞭撻を宜しくお願い申し上げます。

働く仲間

入職／平成30年4月1日

氏名／**岩田 亜慧**

リハビリテーション科
作業療法士



作業療法士という職について二年目となりました。現在は、業務にあたりながら技術や知識を習得するため、勉学に励んでおります。リハビリテーションは、人との関わりが大切な職業で、患者様はもちろんご家族様、多職種との信頼関係や連携が必要となります。

私がリハビリテーションを行う中で「ありがとう」という言葉をいただくことが多くあります。その時に仕事への大きなやりがいを感じ、さらに良い技術や知識を提供したいと思います。これからも人と人との関わりを大切に業務に務めてまいります。至らない点が多いと思いますが、よろしくお願い致します。

入職／平成14年4月1日

氏名／**木村 千晴**

看護部 2号館 3階病棟
看護師



看護師として当院で働いて、早いものでもう17年になりました。それまでのんびり生きてきた私の人生は、看護師になって劇的に変化しました。体と頭を同時にフル回転、動いて考えて考えての毎日。辛すぎて看護師を辞めようかと本気で思った時期もありました。それでもここまで看護師を続けてこられたのは、数えきれないほどの出会いと、幾多の支えがあったからこそです。その度に「私がこの体験をした意味は何か、なにをすべきか」を考えさせられました。そのうち、それが癖になり・・・今やすっかり楽しみになりました。

ありがたいことに、看護師はどこに行っても仕事内容はさほど変わりありません。ヒトの幸せを追求し行動すればいいのですから、こんなに楽しいことはありません。これからもますます、感謝しながら楽しく看護をしていきたいと思っています。

第2事業部

★多機能型事業所にじいろ 『スヌーズレン』の活動★

複合型施設マザーホーム戸室内 多機能型事業所にじいろには、医療的なケアを必要とする重症心身障害児者の方が通ってこられ、様々な活動をしています。

心身の発達を促し支援する活動の一つとして、スヌーズレンの活動があります。

スヌーズレンとは、オランダ語で「クンクン匂いを嗅ぐ」、「うとうとする」という用語を組み合わせた造語で、視覚・聴覚・触覚・嗅覚などを適度に刺激し、心地よい空間や環境で、対象者に寄り添って楽しむ活動です。

当事業所では、暗い部屋の中で光ボールやバブルチューブを使用し、アロマの香りやピアノの音色を流します。これらにより、呼吸が安定しリラックスする、光に手を伸ばす、耳を澄まし音を聴く等、それぞれの利用者が「感じること」を大切にしています。



この笑顔 ステキでしょ!



みんながバブルチューブ
湧き上がる泡と光に注目!!

いけばな

～ボランティア紹介

＜小原流 生花＞～



当院で長くお花を生けていただいている小原流を紹介します。

小原流は、華道会の池坊、草月に並ぶ流派で1895年に初代家元が盛花（もりばな）と言う形式のいけばなを創始したのが始まりです。口の広い器（水盤）に材料を「盛る」ように花を展開させて生けるのが特徴です。今では、おなじみの水盤と剣山を使ういけばなは小原流が始めたものです。

当院での活動は2005年からで約14年間長きにわたり活動していただいています。

季節を先取りしたお花と花器を組み合わせた立体的な仕上がりは、患者さん・ご家族、

そして職員の目を楽しませ心のオアシスになっています。お花は3号館3階の廊下2カ所に生けてありますので、是非足を止め芸術の世界にしばし浸っていただければと思います。



癒されています

アクアリウムサークル活動報告

アクアリウムサークルでは、癒しを提供するため院内に設置した水槽のメンテナンスや、生物採集などを通じて職員間のコミュニケーションを向上させる活動をしています。



生物採集では、夏に黒潮や台風の影響で南方から流されてくるチョウチョウオなどの熱帯性の海水魚（死滅回遊魚、季節来遊魚、無効分散などと言われる）を、冬に水温が下がり死滅する前に救い出します。冬には親潮の影響で北方から流されてくるダンゴウオなどの冷水性の海水魚を、春に水温が上がり死滅する前に救い出す救助隊のような活動をしています。海水魚の他にも病院の打刻機前にて、アクアリウムイベントで売れ残っていた際の瞳に負けて連れ帰ったオスのウーパールーパー（名前募集中）を展示しています。可愛いしぐさに癒されると思いますので、お時間がある方はゆっくり観察してみてください。

編集後記



●ラグビー日本代表の活躍は目覚ましいものがあり、日本中を沸かせました。改めてノーサイド、この言葉の持つ素晴らしい意味を実感しました。
(クッキー3)



●猛暑続きの夏でしたが季節はもう秋ですね。過ごしやすいくこの時期をできるだけ満喫しようと思います。ちよっとそこまでは自転車です...
(リトルミイ)



●最近の息子は仮面ライダーブームが来ています♪歴代ライダーを全部覚えて、毎日戦いごっこの相手をする日々です。
(バナ男)



●東京ドーム 巨人×横浜戦。バックネット裏から観る景色は、回るタオルあり、うなだれる人あり。プロ野球ニュースには映らないヒヤヒヤドラマが繰り広げられていました。
(とんぼ玉)



●数年前の秋、伊香保温泉へ。本誌が印刷される頃、また同じ石段を上ります。紅葉のためにはもっと涼しく...と思いつつ10月の真夏日に書く編集後記です。
(里うさぎ)



●毎年たくさんの実をつける庭の鬼柚子。今年も丈夫に育ち、先月の暴風雨にも負けず、たくましく鈴なりです。
(豆大福)



ペットのはなし

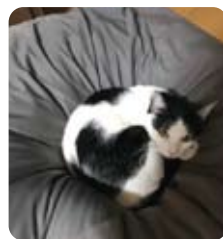
その59

生後3ヶ月頃に保護されたところを引き取り、出会ってもうすぐ2年になります。



丁度ペットを飼おうかと話が あがっていた所。でも、飼ったら匂いが心配とか、毛が抜けるし掃除も大変、などと懸念していましたが、一目見て運命の出会いでした。寂しがり屋で、自分の視界に誰か居ないと嫌なようで、入浴中などには、扉の前で待っていてくれたりします。

乾物系が入っている引き出しを開けると、匂いに反応して一目散に寄ってくる食いしん坊で、ハチワレがキレイな自慢のうちの子です。



老健さつきの里あつぎ
草山

各施設の連絡先

東名厚木病院

〒243-8571 厚木市船子232
TEL.046-229-1771 FAX.046-228-0396
<https://www.tomei.or.jp/hospital/>

とうめい厚木クリニック

〒243-0034 厚木市船子237
TEL.046-229-3377 FAX.046-229-1935
<https://www.tomei.or.jp/clinic/>

透析センター

〒243-8571 厚木市船子232
TEL.046-229-1771 FAX.046-229-1939
<https://www.tomei.or.jp/toseki/>

愛川クリニック

〒243-0303 愛川町中津2035-1
TEL.046-284-5225 FAX.046-284-2772
<https://www.tomei.or.jp/aikawa/>

とうめい綾瀬腎クリニック

〒252-1107 綾瀬市深谷中1-8-20
TEL.0467-70-1115 FAX.0467-70-2115
https://www.tomei.or.jp/ayase_clinic/

東名厚木メディカルサテライトクリニック 健診センター

〒243-0034 厚木市船子224
TEL.046-229-1937 FAX.046-227-0677
<https://www.tomei.or.jp/tams/>

新横浜メディカルサテライト 健診センター

〒222-0033 横浜市港北区新横浜2-5-11 金子第一ビル4F
TEL.045-471-3855 FAX.045-471-3856
<https://syms.tomei.or.jp>

介護老人保健施設 さつきの里あつぎ

〒243-0034 厚木市船子322-1
TEL.046-227-1188 FAX.046-227-0033
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/roken/>

介護老人保健施設 なでしこの里 リハビリひらつか

〒254-0016 平塚市東八幡4-19-3
TEL.0463-23-7045 FAX.0463-22-4187
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/nadeshiko/>

厚木市南毛利地域包括支援センター

〒243-0039 厚木市温水西2-27-38 カーネーションパーク1階
TEL.046-250-1108 FAX.046-250-1105
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/houkatu/>

訪問看護ステーション さつき

〒243-0034 厚木市船子131-1
TEL.046-228-6556 FAX.046-228-6557
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/satuki/>

訪問看護ステーション さつき サテライト愛川

〒243-0303 愛甲郡愛川町中津3529 スズキビル2F 202号室
TEL.046-284-6677 FAX.046-228-6688

東名厚木病院居宅介護支援センター

〒243-0034 厚木市船子131-1
TEL.046-227-6557 FAX.046-228-6557
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/kyotaku/>

複合型施設マザーホーム戸室

〒243-0031 厚木市戸室1-29-1
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/motherhome/>

1F 多機能型事業所「にじいろ」

TEL.046-222-7772

看護小規模多機能型居宅介護事業「いわしぐも」

TEL.046-222-7773

2F 訪問看護ステーション「もみじ」

TEL.046-294-1177 FAX.046-294-1178

3・4F サービス付き高齢者向け住宅「マザーホーム戸室」

TEL.046-222-7755 FAX.046-222-7756



●無料送迎バスを運行しています。

詳しくはホームページの
無料送迎バス時刻表をご覧ください。
<https://www.tomei.or.jp/hospital/>