



泉だより

vol. 84

発行／医療法人 栄和会 広報委員会

2023.11月



島原市 火張山公園



南島原市 有家町 鮎帰りの滝



島原市 水まつり



泉川病院 Summer Festival



泉川病院 Fireworks Display

常に今日は明日の準備だから、今日やったことは必ず明日に返ってくる※

STIC6開催

Shimabara
Transradial
Interventional
Conference

IT'S A BEAUTIFUL DAY TO SAVE LIVES
STIC6 2023
IZUMIKAWA HOSPITAL

2023年7月15日(土)に心臓カテーテル治療に関する著明な医師の実演中継を用いた「STIC6」を泉川病院で開催し、熱い議論がかわされました。

今年は、新型コロナウイルス感染症の分類が5類に移行され、病院関係者の来場制限を解除し、昨年から試みたYoutube配信を行いました。久しぶりに規模を上げ、多くの方々に来場及び視聴して頂き、大盛況のうちに無事に終えることができました。

泉川病院では長崎県及び島原半島における循環器医療・救急医療の更なる充実に貢献し、これからも地域・社会に貢献できますよう、職員一同が団結し合い邁進して行きたいと思います。

(臨床工学士 下田 康一郎)



実演中



実演中



実演後の集合写真



視聴会場風景

市民公開講座 開催



泉川院長の講話



心臓カテーテル検査器具の紹介



心臓カテーテル検査器具の紹介



AED講習



AED講習



管理栄養士の講話



減塩のお弁当を実食

外来待合室にて「泉川病院市民公開講座」を開催しました。3年ぶりでしたが、今年も地域住民の方や医療従事者を志す学生に多くの参加をいただき、ありがとうございました。内容としては「泉川卓也院長による心臓病/足の血管の病気」「看護師によるAED・心肺蘇生法」「管理栄養士による血管力を高める食事」についての3部構成で実施しました。

心筋梗塞の治療に使用するステントに触れたり、AED・心肺蘇生法を実施したり、管理栄養士が考案した食事を食べたりと参加者の方には、実際に体験や経験をしてもらいました。

「院長先生の講義がわかりやすかった、元気に過ごしたいから参加してよかった。」などの嬉しい声が聞かれました。今後も島原半島の医療を担う病院として、地域の皆様方に寄り添った活動ができるよう取り組んでまいります。

(看護師：石橋 成美)

病院へ行こう開催



患者さんの1日見学



心臓カテーテル器具の説明



オペ室体験



STIC6視聴会場見学

泉川病院では、近隣の中高生を対象に「泉川病院へ行こう」と題しまして当院独自の院内見学会を行っています。

今回で7回目となる院内見学会を7月15日に開催しました。49名と非常に多くの参加があり、参加した学生の皆さんは、目を輝かせながら一生懸命取り組んでいました。将来の医療を担うであろうその姿を見て、微笑ましくもあり、とても頼もしく感じました。また、「楽しかった」「とても勉強になった」「また参加したい」「将来泉川病院で働きたい」などと嬉しい感想をいただきました。このような体験を通して学生の皆さんが、医療従事者を志す進路選択の一助となることを願いながら、今後とも取り組んで行きたいと思います。

(看護局 病院看護部長 平田 光)



記念品贈呈



参加者写真



参加者写真



参加者写真



参加者写真



参加者写真



参加者写真



参加者写真



参加者写真



市民公開講座に参加



AED講習

心臓リハビリテーションライブ 開催

2023年7月15日(土)第9回心臓リハビリテーションライブ「心トレ～予防・再発防止のためにできること」を開催し、好評のうちに終了しました。

今年は、心臓リハビリテーション指導士・薬剤師から運動療法や服薬指導等の講話、また太極拳を取り入れた準備運動や、セラバンドを用いたレジスタンストレーニング等の実技を交えての開催となりました。猛暑の中、なかなか外で体を動かすことが難しい今、室内で取り組める体操を行い、参加者の方からも大変ご好評を頂きました。来年も心臓リハビリテーションライブを開催し、少しでも地域の皆様の健康づくりに貢献できるよう精進していききたいと思います。

(理学療法士 中村 知子)



薬剤師の講話



理学療法士の講話



参加者全員で運動実施



終了後の集合写真

ムの活動について 2023年5月 石川県能登半島

2023年 石川県能登半島地震災害での活動報告

2023年5月5日(金) 14時42分 石川県能登半島地方 震度6強 マグニチュード6.5の地震発生の一報がありました。当院の災害医療派遣チームは、ただちに発生状況と被害情報の確認を行い、5月6日(土)午前1時に車輛3台で震源地の石川県能登半島へ向けて出動しました。



倒壊家屋1



倒壊家屋2

5月6日(土)16時30分現地へ到着後、すぐに珠州市役所へ状況確認を行い、災害対策本部より会議への参加依頼があり、地震後に初めて行われた災害対策会議へ災害医療派遣チームも参加しました。

災害対策会議では、20ヵ所の避難所を開設しましたが、そのうち7ヵ所の避難所が天候の悪化や土砂災害特別警報発令などのために、状況の把握や十分な支援ができていないとの情報があり、災害医療派遣チームが7ヵ所の巡回を行うことを提言し、災害対策本部より依頼を受け巡回を開始しました。



災害対策本部会議1



災害対策本部会議2

徐々に雨脚は強まり余震も頻回に発生する中で、災害医療派遣チームは進行に細心の注意を払いながら巡回予定7ヵ所の避難所へ医療支援および、2Lペットボトル180本等の物資支援を行いました。避難所は広範囲に開設されており、巡回予定の残り2ヵ所の避難所は崖崩れにより道路が寸断され通行困難な状況でした。なんとか残された2ヵ所の避難所へ辿り着きたいとの思いで、土地勘が無い場所で悪戦苦闘しながらも迂回路を探し避難所へ向かっていましたが、災害対策本部からの巡回中止指示により断念せざるえませんでした。(2ヵ所の避難所には電話にて状況確認し、救急を要する避難者がいないことを確認する。)



巡回中の様子1



巡回中の様子2

5月7日(日)9時より災害対策本部会議に参加し情報共有を行った後、前日支援できなかった2ヵ所の避難所と、新たに開設された2ヵ所の避難所を巡回しながら、医療支援と物資支援を開始しました。

その後巡回中の避難所では、今後も続くであろう余震に対して耐震上の問題があるとの判断から、新たに避難所を開設・移転することになったため、他の災害支援団体と連携を図り、個人用テント、ファミリーテント、段ボールベッドを組み立て、60名規模の避難所の設営を速やかに行いました。



段ボールベッドの作成様子



避難所設営の様子

5月7日(日)15時 災害対策本部会議に参加し、避難所の情報共有を行いました。当初の災害対策会議と比べ、各種多くの災害支援団体が県内外から続々と集結し始め、災害対策本部の体制も整ってきたと判断したため、災害医療派遣チームの支援活動を終了し帰路につきました。

この度の震災に対し、一日も早いご復興を心よりお祈り申し上げます。

(医療法人 栄和会 泉川病院 災害医療派遣チーム)

2023年7月 九州北部豪雨

災害医療派遣チーム

2023年 九州北部豪雨（東峰村）での活動報告

2023年7月10日(月)、九州北部を中心に線状降水帯が相次いで発生し、福岡県・大分県では大雨特別警報が発表されました。複数の市区町村でただちに命の安全を確保する警戒レベル5「緊急安全確保」が発令されたのを受けて、泉川病院災害医療派遣チームは、直ちに情報収集・被害情報の確認を行い2023年7月10日(月)9時に、2017年九州北部豪雨時に活動した福岡県朝倉郡東峰村へ向け緊急出動しました。

7月10日(月)夕方に東峰村役場に到着し、情報収集を行い避難所が3ヵ所あることを確認しました。2017年の活動経験により、迅速に避難所へ移動、避難者の確認・医療支援・物資の対応を開始しました。

2班に分かれ、1班は避難所（宝珠の郷・東峰村村民センター）を巡回し医療支援を行い、同時に高齢で避難できていない被災者を避難所へ搬送しました。

もう1班は寸断された道の上流へ向かい、現場の状況確認と取り残された住民がいなかバイクと徒歩で向かい、情報収集後に支援を行いました。

7月11日(火)早朝、2班に分かれ避難所と個人宅へ訪問し、医療支援活動を再開しました。昨日情報収集した土砂で寸断され孤立した集落へ、バイクにて出動しました。

医療支援を行う中で住民の方に声をかけられ指定された場所へ向かうと、山からの土砂で家屋が埋まり、高齢の方々が協力して土砂撤去作業を行っている現場へ到着しました。健康状態を確認するとともに、住民の方々と共に土砂撤去作業開始しました。

7月11日(火)14時土砂で寸断されていた道路も開通し、孤立集落に重機到着、土砂撤去作業体制も整い、前日より巡回していた避難所の避難者も帰宅を始めて、現地の状況も整ってきたと判断し、災害派遣医療チームの支援活動を終了しました。

この度の災害に対し、1日も早いご復興を心よりお祈り申し上げます。

(医療法人 栄和会 泉川病院 災害医療派遣チーム)



土砂流木で倒壊した家屋



土砂流木で寸断された道



避難所の医療支援



避難所への搬送



道路の陥没で寸断された道



土砂流木で寸断された道



寸断された道



重機による土砂撤去作業



孤立した集落へ
当院災害バイクで
向かう様子



家屋の土砂撤去作業の様子

新入職員のご紹介



医師

近藤 俊介
(消化器内科)



医師

塚本 祐生
(呼吸器内科)



医師

明穂 尚基
(腎臓内科)

はじめまして。長崎原爆病院からの異動で、4月から赴任してきました近藤 俊介（こんどう しゅんすけ）と申します。消化器全般を担当させていただきます。

内視鏡検査は、できる限り患者さんの負担が少なくなるように心掛けます。また、消化器診療に限らず内科全般を幅広く対応してまいります。島原半島のみなさまの健康に少しでも貢献できるように精一杯、親切・丁寧に頑張ります。慣れない環境でご迷惑をおかけすることもあるかもしれませんが、どうぞよろしくお願い申し上げます。

2023年4月より着任しました塚本 祐生（つかもと ゆうせい）と申します。福岡県八女郡広川町出身で、八女茶やあまおうなどの生産地です。田舎町ですが、ご存じの方や行ったことがある方は教えていただけると嬉しいです。

専門は呼吸器内科ですが、内科医として呼吸器以外も幅広く診療をしていこうと思っております。不慣れなことも多く外来でお待ちさせるなど皆様にはご迷惑をお掛けすることもあると思いますが、精一杯頑張りますので何卒よろしくお願い申し上げます。

2023年4月から赴任した明穂 尚基（あけほ なおき）です。長崎市、大村市、佐世保市と、各地域で診療を行い、透析治療から糖尿病、高血圧や脂質異常など様々な問題に取り組んできました。慢性腎臓病や高血圧、糖尿病などは無症状のことがほとんどであり、症状が出たときには治療が難しいケースも多くあります。まずは症状がない元気なうちから生活習慣を改善させ、治療に取り組むことが健康寿命を延ばす秘訣と考えております。少しでも力になればと思いますので、何かございましたらお気軽にお声掛けください。今後ともよろしくお願いいたします。



菅 奈津心
(看護師)



宮崎 ほのか
(看護師)



石原 ゆい
(看護師)



高木 友子
(看護師)



杉本 克行
(介護士)



石部 智子
(相談員)



石山 初男
(運転手)



DHIMAL SRIJANA
ディマル シルザナ
(看護助手)



SHRESTHA ANITA
スレスタ アニタ
(看護助手)



SUBBA BINA
スッパ ビナ
(看護助手)



石橋 昌子
(介護士)



安部 優子
(理学療法士)



岩永 浩介
(理学療法士)



岩永 かおる
(保育士)



猿渡 美恵子
(調理員)



氏原 美和
(事務員)



森永 淳子
(事務員)



吉田 有花
(事務員)



渡部 哲也
(事務員)



石田 美香
(事務員)



竹内 杏里
(事務員)

地域清掃活動を行っています

2022年11月26日(土)と2023年5月27日(土)に、エコ推進委員会主催で栄和会職員による地域清掃活動を開催しました。場所は、南島原市加津佐町から雲仙市国見町までの国道251号線沿いで、11月は119名、5月は177名の職員が午前と午後に分かれ、清掃活動を行いました。私も作業に参加しましたが、空き缶・ペットボトル等沢山のゴミとともに、道路端に落ちていた【たばこの吸い殻】の多さに驚きました。ブラウン管テレビも不法投棄されており、悲しい気持ちになりました。



先日、ラジオでポイ捨ての話聞く機会があり、「地球はゴミ箱じゃない」と言われてました。「誰も見ていないから」「自分は拾わないでいいから」という理由で、ポイ捨てを行う人達の気持ちは理解できません。

先人先輩方が大切に受け継いできたこの地域を、私達が次の世代へ引き継いでいくなかで、今後も美しい島原半島を残していくために、私達は少しでもポイ捨てが無くなり環境美化に役立てるよう活動を継続していきたいと思います。

(エコ推進委員会 委員長 土橋 知幸)

脳カトレーニングしませんか？

(解答は9ページ下をご覧ください)

[かなひろい No.4]

下記の文章から【あいうえお】を選んで○で囲ってください。

「これわたしのかばんです」じょせいがいうと、いよいよみのるは、はんにんになっていた。そしてみのるのかばんは、はんにんとじぶんのあいだにおちていたが、それは、はんにんにとられた。みのるはむだなていこうをせずに、はんにんになり、けいさつのおせわになっていた。みのるはこない。ぼくのとけいはそうちょうへとむかっていた。これはまずいのでは、あとすうふんでつぎのぶらんをてんかいしなければならぬ。うすぐらいそうこのおくでみをよせていると、とおくからだれかがきた。



生き活き！みんなの体操

No.7

自宅の中でやってみましょう！【お腹の運動・お尻の運動】

自宅でもできる体操をご紹介します。今回はお腹とお尻の体操です。
痛みの出ない範囲で、ご自分のペースに合わせて行ってください。
体操を行うにあたり持病をお持ちの方は、医師へご相談ください。

■お腹の運動



【目的・効果】

お腹の腹直筋を中心とした、体幹筋の運動です。猫背になりやすい方や、前かがみの姿勢の方は、この部分の筋力が弱くなっている可能性があります。腹筋が弱くなり、姿勢が保てなくなると、歩行時の脚がうまく振り出せず、転倒の危険性が高くなります。

【注意点】

力を入れると呼吸が止まりやすい為、息を吐きながら行います。腰痛がある方は、腰の痛みに注意して行います。

■お尻の運動



【目的・効果】

殿筋の運動です。歩行時の振り出しや立った時のバランスを保つために必要な筋肉です。この筋肉が弱くなると、立った時に膝が伸びにくくなったり、歩くときに歩幅が小さく、ちょこちょこ歩きになりやすくなります。

【注意点】

お腹の運動同様、力を入れると呼吸が止まりやすくなるため、息を吐きながら行います。両脚を着く位置で、お尻上げのやりやすさが変わるので、自分で確認しながら行います。



第 26 回

Smile



健康レシピ

鶏肉のトマト煮

材料 (2人分)

鶏もも肉	160 g
酒	適量
塩	少々
油	小さじ1
玉葱	80 g
しめじ	40 g
トマト缶詰	150 g
だし汁	30cc
コンソメ	小さじ1杯半
ブラックペッパー	適量
ブロッコリー	60 g

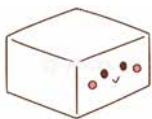
作り方

- ①玉葱は薄切りにして、しめじは根元の部分を切り落として小房に分けます。
- ②鶏肉を4等分に切り酒と塩を振り、フライパンに油を熱して両面焼き、焼き色がついたら1度取り出します。
- ③②のフライパンに①の玉葱としめじを加え、玉葱がやわらかくなるまで炒めたら、①の鶏肉、トマト缶詰、だし汁を加えます。
- ④コンソメとブラックペッパーで味を調えます。
- ⑤仕上げに茹でたブロッコリーを添えて完成です。

トマトの色素成分であるリコピンには、抗酸化作用があり、老化を防いだり皮膚を若々しく保つ美容作用、さらにがん予防にも効果があります。



1人分のエネルギー	222kcal
たんぱく質	16.7 g
食塩相当量	1.6 g



豆腐と豆乳のババロア

材料 (6人分)

豆腐	150 g
無調整豆乳	400 g
ゼラチン	10 g
砂糖	大さじ4
ココア	大さじ4
はちみつ	大さじ1

作り方

- ①小さめの鍋に豆乳を入れ、弱火で温めます。沸騰する寸前で火を止め、砂糖とゼラチンを振り入れて溶かします。
- ②豆腐を3cmくらいに切り、耐熱皿にのせます。ラップはせずにそのまま電子レンジ(600w)に入れて1分半加熱します。
- ③電子レンジで加熱した豆腐をハンドミキサーでなめらかにします。
- ④③にココアを入れて、ハンドミキサーで混ぜます。さらに①とはちみつを加えてよく混ぜ合わせます。
- ⑤器に流し入れ、冷蔵庫で固まるまで約1時間ほど冷やして完成です。

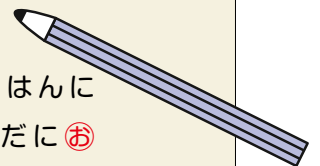


1人分のエネルギー	100kcal
食塩相当量	0.1 g

(管理栄養士 中島 恵美子)

脳カトレーニング解答

「これわたしのかばんです」じょせ①が①⑤と、①よ①よみのるは、はんにんになって①た。そしてみのるのかばんは、はんにんとじぶんの②①だに②ちて①たが、それは、はんにんにとられた。みのるはむだなて①こ⑤をせずに、はんにんになり、け①さつの②せわになって①た。みのるはこな①。ぼくのとき①はそ⑤ちょ⑤へとむかって①た。これはまず①のでは、②とす⑤ふんでつぎのぷらんをてんか①しなければならな①。⑤すぐら①そ⑤この②くでみをよせて①ると、と②くからだれかがきた。



職員紹介 20

管理部 管理 主任 吉田 歩さん



みなさんこんにちは。管理部の吉田 歩と申します。2018年11月から泉川病院にお世話になり、はや4年が経ちました。当院での業務は、主に院内・院外の設備メンテナンス・修理、医師の送迎などを行っています。また事務所内では、パソコン業務・患者さんや外部からの電話応対にも従事しています。

入職後1年が経過したころに新型コロナウイルス感染症が世界的に流行し、院内・院外での感染対策や外出制限など、今まで人生で経験したことのない日常に大きく戸惑いながらも、今できることを精一杯やり続けてこれたからこそ、現在を迎えられたように感じます。

私生活では、高校3年生の息子と中学3年生の娘の部活動と進路に頭を悩ませながら、部活動の練習サポートで毎日クタクタになるまで動き回っています。そのかいもあってか、子供たちの努力が実を結び、これまでに4つの全国大会出場を果たしました。

今年は子供達の部活動が『最後のシーズン』になるので、今後2人の進路も真剣に考えなくてはならず、家族にとっても大切な1年間となるでしょう。これからも栄和会の仲間達と業務に邁進し、家族と支え合い目の前のなすべきことを地道に行いながら、悔いが残らない1年間にしたいです。

いきいき健康教室のご案内

今年度も患者さんや地域住民の方の健康増進に貢献することを目標に
下記日程で【いきいき健康教室】を予定しています。

- ・対象者：糖尿病・高血圧・心臓病・腎臓病・脂質異常症・脂肪肝等生活習慣病が気になる方です。
- ・担当者：管理栄養士、医師、看護師、薬剤師、理学療法士等のテーマにより交代制で行います。

2023年度 いきいき健康教室 年間予定表

	対象主病名	対象	開催時間 (場所)	看護スタッフ担当 テーマ	担当 部署	管理栄養士担当 テーマ及び内容
10/14 (土)	糖尿病 高血圧 肥満・脂肪肝 痛風・脂質異常症	入院・ 外来	11:00～12:30 (老健フロンテ会議室)	糖尿病の食事療法	2階	主食・主菜・副菜を取り揃えて 減塩食の工夫 おせち料理について
12/16 (土)	糖尿病 高血圧 肥満・脂肪肝 痛風・脂質異常症	入院・ 外来	11:00～12:00 (病院4F健診室)	インフルエンザについて ～病気を予防しよう～	3階	恋するように野菜を食べよう 野菜たっぷりの料理 食物繊維の効能
2024/ 1/20 (土)	糖尿病 高血圧 肥満・脂肪肝 痛風・脂質異常症	入院・ 外来	11:00～12:00 (病院4F健診室)	自分で行うフットケア	透析	甘いおやつとの上手な お付き合い 嗜好品のエネルギーと 当分含有量 間食の摂り方
2024/ 3/16 (土)	糖尿病 高血圧 肥満・脂肪肝 痛風・脂質異常症	入院・ 外来	11:00～12:00 (病院4F健診室)	骨粗鬆症について ～整形外科Dr.より～	外来	毎日摂りたいカルシウム カルシウムを多く含む食品

・詳細は病院掲示板にてご案内しておりますので、お気軽にご参加下さい。
(管理栄養士 森川 夕紀)

