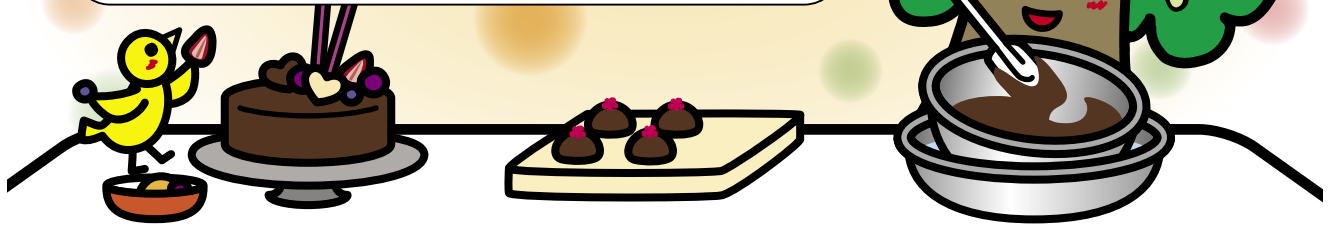


# くすの木

くすの木愛読者の皆さんへ感謝の気持ちをこめたじょー。  
寒い日が続くけど、チョコでも食べて乗り切ろーなー。



独立行政法人国立病院機構 とくしま医療センター東病院

〒779-0193 徳島県板野郡板野町大寺字大向北1-1

TEL 088-672-1171 FAX 088-672-3809 URL <https://higashitokushima.hosp.go.jp/> e-mail 515-KANRIKA@mail.hosp.go.jp

やさしい笑顔で、  
あたたかな医療を提供します



## 〈赴任のご挨拶〉

副院長 北市 隆



皆さん、はじめまして。昨年の10月から副院長として就任いたしました北市です。くすの木への投稿は今回が初めてなので、自己紹介から始めたいと思います。

生まれ育ちは大阪ですが、少し遠回りをして徳島大学に入学、平成元年に卒業しました。その後、四国内の病院で外科研修に勤しみ、徳島大学に帰局後は、心臓血管外科の専門医として診療と研究に取り組みました。心臓血管外科も今では専門性が細分化され、成人の心臓病（狭心症、弁膜症など）、小児の心臓病（先天性心疾患）、大血管（大動脈瘤など）そして末梢血管・静脈疾患と分かれていますが、私は小児の心臓病を専門としていました。小児心臓の分野は心臓血管外科の中でもオタクの集まりのような一面があります。対象がピンポン球ぐらいの心臓という難しさもありますが、複雑心奇形では病態が多様なため根治に至るまでにはその患児に応じたオーダーメイドの手術が複数回必要になってきます。仕事の大変さと言えば一番割を食う分野でもありますが、生まれてすぐ手術が必要だった赤ちゃんも今は結婚して、自分の子どもを見せに再び会いに来てくれたりした時にはとてもやりがいのある仕事だったなと思います。

そんな専門馬鹿的な仕事を約30年間大学でしてきました。臨床一筋と言えば聞こえが良いですが、総合的な医者としては全く役立たずのところがあります。ですから、この病院に赴任して今は外科医としてまた最初からやり直し、研修医時代は普通にやっていた全身麻酔も齋藤副院長の指導の下もう一回勉強し直しです。ヘルニアや胆摘、虫垂切除などのお馴染みの手術も今や腹腔鏡で行われる時代が変わっていて、戸惑いはありますがとても興味深く、こちらは古北先生に教えを請いながら小言を言われながらも、次の目標はアシスト専門の消化器外科医です（笑）。そして、もう一つ印象的なのが、重症心身障害児（者）の患者様です。このような患者様に正直どのように対応して良いのか躊躇いしましたが、ただそこで働くスタッフの皆さんの優しい眼差しを見ていると、医療の大事な原点がそこにあるように感じています。

これから私に求められるものは、臨床医というよりも病院運営に係わることなのかもしれませんが、この病院でもう一度医師として再出発、成長したいと思っておりますし、新たな観点で病院を見つめ直し、少しでも力になれるよう頑張っ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致します。

東1病棟 行事

# 七五三だよ！ 全員集合

令和6年11月27日に東1病棟デイルームにて、今年度に七五三を迎えた患者さん3名を対象に人生の節目である七五三のお祝いを実施しました。

対象の患者さんは、7歳・5歳・3歳と各1名ずつで、行事前に七五三用の晴れ着姿に変身。その場にいた看護スタッフからは「カッコいい!」「かわいい!!」などの感想がたくさん聞かれました。

開始時間14時頃、対象の患者さんが揃うと、行事スタート。司会者からの七五三に関するお

話や職員扮する神職からのお祓い、手作りの鈴緒を振って音を鳴らす等、神社で行う七五三のお祝いを体験していただきました。

その他、「元気で明るく大きく育てほしい」という願いを込めて、療育指導室スタッフが中心となり「たけのこ体操」を盛大に踊り、最後に家族や職員との記念撮影を行い終了しました。  
(療育指導室 保育士 大塚 克洋)

(写真の掲載につきましてはご家族からご了承を得ています)



## 「徳島 DMAT 研修に参加して」

企画課 経理係 原 佑輔

令和6年8月17日・18日の2日間にかけて、ホテル千秋閣にて徳島DMAT研修が行われました。主な研修内容は電波がない場所での連絡手段や災害時、DMAT隊員がどのように行動し、災害対応していくかといったものでした。

研修の中で特に難しいと感じたことが2つありました。



1つ目は、トランシーバーや衛星電話の使用方法についてです。これらは電波がない場所での使用が可能のため、災害時の連絡手段として必須となります。まず、トランシーバーを体験して難しかったのは、「お互いが同時に話すことができない」ことです。私達は日常生活で電話をする際、お互いに話すタイミングが重なっても、何も気にすることなく会話することができていると思います。しかし、トランシーバーではそうはいきません。自分がトランシーバーのボタンを押している間は話すことができ、ボタンを離すと相手の会話を聞くことができます。つまり、どちらか一方しか話すことができず、相手と自分が同じタイミングでボタンを押してしまうと、相手の声が聞けず、情報を聞き取ったり伝えたりすることができません。また、会話時間が長いと、1本の回線を独占してしまい他に使用したい方の邪魔をしてしまいます。そのため、「伝達内容は短く簡潔に」ということにも苦戦しました。日々の電話での会話速度やスムーズさに慣れていた自分にとって、無線での会話は、相手の声が聞き取りづらく、少ない情報量で被災内容を理解する必要がありとても難しさを感じました。一方、衛星電話で難しかったのは、話し

## 行事「クリスマス会」

年に1度の恒例行事「クリスマス会」を今年度も実施しました。クリスマス会の日にはおやつ時間にチョコやイチゴのロールケーキやクリーム状のティラミスクリスマスケーキとして提供しました。クリーム状のティラミスは普段なじみがないようで不思議に感じられているような方やにっこりと笑って食べられる方がいらっしゃいました。

クリスマス会ではとくしま医療センターの院長をはじめ、各部署の部署長がサンタクロースを務め、重症心身障害児(者)病棟の患者様一人一人にプレゼントをお渡しさせていただきました。また、クリスマスという季節感をより強く感じていただきたく、一音一音が響き渡る楽器“ハンドベル”や“トーンチャイム”を用いてクリスマスソングの演奏を行いました。

活動時には、サンタクロースにびっくりされる患者様やサンタクロースに会えて微笑まれる患者様、プレゼントを見てにっこりと笑われる患者様と、日頃見ることができない患者様の笑顔や笑い声を聞くことができました。

そして、サンタクロースを務めた各部署長からは「患者様の笑顔や笑い声があり、サンタクロースをしてとてもよかった!」との意見がありました。我々職員一同、患者様から笑顔と笑い声のクリスマスプレゼントをいただき、心がほっこり温かくなりました(^v^)

(療育指導室 児童指導員 高嶋 みどり)

(写真の掲載につきましてはご家族からご了承を得ています)



た内容が相手に届くまで何秒もかかったことです。研修では、隣にいるグループとの電話を体験しましたが、隣同士の電話でさえ会話の速度が著しく遅くなり、もどかしさを感じました。また、あらゆる衛星電話機器を体験し、機種が多さや各々の回線の設定、通話料金がとても高いことなどを学びました。これらの連絡手段を使用する際には、状況に応じて使い分ける必要があると身をもって知ることができました。

2つ目は、災害現場での支援の困難さについてです。研修の最後には学んできた知識を基に災害時を想定して実践を行いました。私は主に記録係・伝達係を担当しました。実践では「傷病者数」、「患者の搬送の有無」、「各患者の重症度(程度)」等、多方向から様々な情報が届きました。初めての実践ということで、相手方がゆっくり、はっきりと情報を伝えてくれましたが、自分は情報を聞き逃さないように必死でした。一方で実際の現場は、混乱しており、情報の伝達はこんなにも丁寧ではないとの説明があり、改めて災害時の大変さを知りました。

今回の研修を通して、災害時の大変さ、辛さを再認識するとともに私達DMAT隊員の支援や災害対応を学ぶことができました。今後、いつ災害が発生するか分からない中、日頃から準備・訓練を行い災害対策をしておくことの重要性を感じました。災害発生時には、被災された方々が1日でも早く安心して日々の生活を送れるよう、とくしま医療センター東病院DMAT隊員共々、日頃の準備・訓練に努めていきたいと思っております。



## 寒くても換気は必要？

特定行為研修修了者 副看護師長 矢野 祐樹  
呼吸器関連特定行為3区分6項目終了

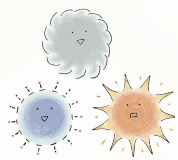
2月となりましたが、まだまだ寒い日が続いています。寒い冬は暖かな空気を逃したくないからと換気を控える方も多いのではないのでしょうか。しかし、換気のメリットはたくさんあります。今回は、換気の必要性、方法について一緒に学んでいきましょう。

まず、換気とは、室内の汚れた空気を室外の新鮮な空気に入れ替え循環することです。フローレンス・ナイチンゲールによると看護の第一原則として「患者が呼吸する空気を、患者の身体を冷やすことなく、屋外の空気と同じ清浄さに保つこと」が大切だと述べられています。それぐらい換気は大切なことなのです。

### ■ 換気の効果

1

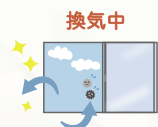
#### ハウスダストや有害物質を外に出す効果



室内の有害物質とは、「二酸化炭素、ホルムアルデヒド、ハウスダスト、ホコリ、花粉、ダニ、カビ」などです。有害物質がこもっている室内で生活を続けると、シックハウス症候群の原因になる恐れがあります。換気には、有害物質で汚れた空気を室外の新鮮な空気に入れ替え、室内を常に綺麗な空気に保つという役割があります。

2

#### 細菌やウイルスを外に出す効果



室内を閉めきったまま換気を怠ると、衣服や身体に付着した細菌やウイルスが蓄積され、建物や健康に悪影響を及ぼす恐れがあります。健康被害がでないよう定期的に換気をし、室内に持ち込まれた細菌やウイルスを室外に出して空気を清浄にすることが重要です。

3

#### 結露防止

空気中には水分があります。それは水蒸気と呼ばれ、呼吸により排出された空気には特に多くの水蒸気が含まれています。そ



の水蒸気を放置しておくとう湿度が高くなり、室内外の寒暖差により結露が発生します。結露はカビの原因にもなり、壁紙や家具を傷めてしまいます。換気をすることで、室内の湿気を含んだ空気と外の空気を入れ替えることができるため、結露防止にはとても効果的です。

### ■ 正しい換気の方法

- ① 1時間に5分～10分が目安とされています。また、換気の回数が多いほど効果的なため、1時間に10分の換気をするより1時間に5分の換気を2回する方がより効果が高くなります。
- ② 効率的な換気は空気の通り道をつくるのがポイントです。そのため、1か所の窓だけで換気をするのではなく、窓を2か所開ける方がより効率的に換気ができます。2か所開ける際は、対角線上に窓を開けて風が室内全てにいきわたるようにしましょう。

これらの換気のメリットを知ったうえで、適切な換気を実施し、寒い中でも健康に過ごしましょう。

