



# はるあけび

●医療法人創和会広報誌はるあけび / 発行 医療法人創和会 理事長 重井文博  
令和元年 9月1日発行



▲地域連携室メンバー

## 地域連携室の 拡大・体制強化について

地域連携・入退院支援・医療社会福祉課は、看護師2名、医療ソーシャルワーカー8名、そして8月1日から事務2名が加わり5名、計15名となり人員体制を強化しました。同時に地域連携室の業務拠点が変わり、今までより約2.5倍の広い南館1階のスペースに引越しました。

地域連携室は、

### ①紹介入院受付窓口

ご紹介後の面接の準備、主治医決定の支援や入院病室の準備などを同時並行で調整し、スムーズな入院受入を行ないます。

### ②退院調整

各病棟に配置された看護師や医療ソーシャルワーカーが、それぞれの生活の場に帰れることを視野に入れて、退院支援や調整を行ないます。

### ③院外連携

高度急性期病院への病棟訪問、カンファレンスへの参加、紹介元連携実務者との定期カンファレンスを行ない、情報共有に努めています。また、受け皿となっただけの病院や施設等への後方支援連携にも取り組んでいます。

地域連携・入退院支援・医療社会福祉課 課長 河原 秀明

### ④広報などの情報発信

しげい病院の環境や医療機能を紹介し、強みでもある透析医療やリハビリテーション医療、慢性腎臓病（CKD）等の専門外来、放射線機器共同利用を知っていただくように努めています。健康講座の企画やホームページの作成も行なっています。

国の医療制度改革が叫ばれている中で、地域医療構想や地域包括ケアシステムの構築、来年度の診療報酬改定など、次への方向性をつかみながら、患者さんにとってより良い支援に繋がるよう地域医療に貢献していきたいと考えます。



▲1年を通して様々なテーマで健康講座を開催

## 第26回うらじゃ 2019 こころ晴れ晴れおかやま魂「躍」

研究所附属病院 臨床工学部 副主任 吉武 勇介

8月4日(日)、第26回うらじゃ祭りが開催され、今年も温羅☆重井連として研究所附属病院より新入職員を中心に踊り子47名、マネージャースタッフ13名、計60名にて参加しました。

今年は温羅☆重井連10周年記念であり、新たに旗の振り付けも加えて、バージョンアップした演舞で挑みました。旗のデザインは病院名と理念を盛り込んだ2種類を作成し、開院40周年を迎えた研究所附属病院がますます発展していくように…という想いも込めました。

練習では勤務の都合もあり全員が揃うことがなく一抹の不安を抱きつつ当日を迎えましたが、さすがは研究所附属病院の職員！本番では一致団結し、息のあった演舞を披露することができました。表町パレードから始まり、下石井公園では多くの職員が応援に来てくださいました。新人お披露目として岡山駅噴水前演舞場で踊った後、まだまだ

踊りたいという声が多数あり当日エントリーで両備演舞場を追加、最後は市役所筋パレードで踊り切りました。特に新人さんは元気な笑顔と威勢の良い掛け声で、各ステージを盛り上げてくれました。うらじゃの締めくくりとして総踊りを観客と一緒に楽しく踊り、まだまだ踊りたい気持ちを来年に残し、今年も無事に終演を迎えました。サポートしてくれたマネージャースタッフの皆さまのおかげもあり、猛暑の中を踊り切ることができました。本当に皆さまお疲れさまでした。

最後に、応援してくださった方々や練習のために勤務を配慮してくれた各部署の方々に感謝申し上げます。来年も出場しますので、一緒に楽しく踊りたい方はぜひ一度ご連絡いただければと思います。今後とも温羅☆重井連をどうぞよろしくお願いたします。





## 慢性腎臓病研修会で講演を行いました

研究所附属病院 薬剤部 副主任 佐藤 みのり

7月21日（日）、岡山大学地域医療人育成センターおかやま（マスカットキューブ）にて、岡山県保健福祉部健康推進課を実施主体とし、医療従事者を対象とした慢性腎臓病（CKD）研修会が行なわれました。医師、管理栄養士、看護師、薬剤師それぞれの立場より講演を行ない、薬剤師からは研究所附属病院より佐藤が担当させていただきました。

CKD 患者さんの服薬の目的は末期腎不全への進行を遅らせること、心血管疾患の新規発症や進展を阻止することですが、このために正しく服用が続けられるように、また薬剤性腎障害や腎機能低下による排泄遅延のための中毒性副作用を避けられるように多職種で支えていくことが必要と考えています。

今回は医師、薬剤師、看護師、保健師、管理栄養士など70名以上の参加があり、岡山、倉敷は

もちろん高梁、津山、真庭、美作、矢掛などからも聴講に来られるなど、改めてCKDへの関心の高さがうかがえました。また病院や調剤薬局の方だけでなく保健所や市役所所属の方も多く、CKD患者さんを支えるスタッフが多職種、多機関に広がり充実してきていることも感じました。

普段自分たちが学び取り組んでいることを、他施設・他職種のスタッフにCKD診療の参考にさせていただけるようにまとめ、伝えるという過程はとても大変な努力を要しましたが、普段よりCKD患者さんの診療に深くかかわっておられる先生方と知り合い、日ごろの業務についてお話が聞けたことは私にとって大きな収穫でした。

今回の学びをもとに薬剤師としてさらにCKD患者さんの支援に深く貢献できるよう、知識・情報を整理していきたいと考えています。



# 目指せ！未来の研究者!!!

～小学生・高校生を対象に科学教室を開催～

重井医学研究所 分子遺伝部門 室長 松山 誠  
研究所附属病院 小児療育部 副室長 新 藍

## ■今年もやりました、夏休み野菜実験♪ <小学生編>

毎年恒例となってきました、重井医学研究所と小児療育センターとの夏休みコラボ企画「野菜からDNAを取り出そう♪野菜実験」を7月29日(月)に実施しました。今年で6回目の開催となりました。今回は9人の小学生の参加があり、付添いのお父さん・お母さんも席として用意したマットに座ることなく子供たちの様子をのぞきこんでいました。

松山室長の話に注目し、黙々と作業をこなす子供たち。「実験」というとカッコいいですが、実際はハサミで玉ねぎやブロッコリーを細かく切り、すり鉢で液状になるまですりつぶし…と地味な作業が続きます。それでも、塩をつまんで入れたり、液体洗剤を指示通り1滴だけ入れたり、お茶パックに慎重に移し替えたりと、DNAと出会うまでの工程を誰1人面倒くさげらず、真剣に黙々と取り組んでいました。話が聞けるかな？不器用だけど大丈夫



夫かな？と親御さんのみならず私たちスタッフも心配でしたが、本物に触れている子供たちは周りの大人の心配なんてどこ吹く風で、1人の立派な研究員になっていました。

さて、実験は大成功で、試験管の中に全員が白くてふわふわした物体を導き出すことができました。これがDNA？私たちの体にもあるの？と毎年不思議になる瞬間です。実験後の研究所ツアーにも全員が参加しました。参加した子供たちの中に将来の研究者がいるのかな？との思いを馳せました。



## ■研究の世界へようこそ！ <高校生編>

8月2日(金)、岡山県立倉敷青陵高校の生徒12名と引率の先生1名が職場体験に訪れました。

はじめに、研究者の普段の仕事内容や研究者になるために必要なことなどを解説しました。また、これまで研究所が行ってきた腎臓病の研究やモノクローナル抗体・新規ゲノム編集技術 GONAD 法開発の紹介をしました。

その後、研究所見学とたまねぎからDNAを取り出す実験をしました。実験内容は小学生と同じです。しかし高校生はここからが違います！「なぜ洗剤を入れるのか？」「なぜ食塩は必要なのか？」「最終的なアルコール濃度は何%か？」などを、高校生自身の知識を基に考え



させるようにしています。

最後に、DNAの性質「水には溶けるが、エタノールには溶けにくい」という説明や、研究に関することについて研究所の職員と青陵高校の生徒でディスカッションを行ないました。高校生も緊張がほぐれてきたのか積極的に質問などをしてくれました。



## 10年永年勤続海外研修

～ハワイの人々の温かさを感じ、心地よい時間が過ごせました～

しげい病院 看護部 副主任 岡川 雅美  
しげい病院 栄養管理部 藤木 頌子

永年勤続のハワイ研修へ4泊6日で行かせていただきました。ハワイ滞在中は晴天が続き、気温も28度前後でとても過ごしやすかったです。

ハワイ滞在1日目、ワイキキに到着し、まずはデューク・カハナモク像にご挨拶。デューク・カハナモクは、サーフィンの父として有名なハワイの英雄です。後ろには美しいワイキキビーチが広がっています。なかなかのハンサムで、滞在中何度も足を運びました。その後はダウンタウンへ行き、カメハメハ大王像を見学しました。カメハメハ大王の左手の槍は平和を象徴し、掲げた右手はハワイの繁栄を表しています。こちらもなかなかハンサムで、特に後ろ姿は金色の輝きを放ち、とても凛々しかったです。その後、カカアコでウォールアートも鑑賞しました。壁一面に描かれたウォールアートは、どれもカラフルで迫力がありませんでした。

2日目はカイルアに行きました。行列に並び、日本未上陸のパンケーキ店ブーツ&キモズで、マカダミアナッツソースパンケーキを食べました。ふわふわで程よい甘さで美味しくいただきました。その後は電動自転車をレンタルし、カイルア

ビーチとラニカイビーチを散策しました。この電動自転車がとても快適で、2人で感激しました。天国の海とも呼ばれるラニカイビーチでは、美しいエメラルドグリーンの海にさらに感激しました。夕方ワイキキに戻り、カピオラニ公園からダイヤモンドヘッドを眺めました。体力に自信がなく、登山はしませんでした。遠くから眺めるダイヤモンドヘッドも壮大で素晴らしかったです。

3日目はクアロアランチに行きました。ここでは、映画ロケ地ツアーや乗馬を楽しみました。映画ロケ地ツアーでは、ジュラシック・パークのロケ地やゴジラの足跡を見学しました。乗馬では、絶景を眺めながら大自然を散策しました。クアロアランチは、古代には王族しか立ち入ることが許されなかった聖なる土地です。そのスピリチュアルな緑豊かな大自然に癒やされました。

4日目は、ワイケレ・プレミアム・アウトレットでショッピングをしました。世界のトップブランドがそろっており、信じられないほどお得に手に入ります。その安さに驚愕しながら、ゆったりとショッピングを楽しみました。

今回の研修で、ハワイの人々の優しさと温かさを感じ、心地よい時間を過ごすことができました。あっという間の4泊6日でしたが、ハワイを満喫することができました。忙しい中、研修に行かせていただき本当にありがとうございました。



## 研究所附属病院 看護部

# 新ユニフォームレンタル採用について

～個美力からチーム力への飛躍を込めて～

研究所附属病院 看護部長 川口 法子

2014年4月、研究所附属病院の看護部は、白一色ユニフォームからカラフルなスクラブタイプのユニフォームに変更しました。私生活より長く着ているかもしれないユニフォームをもっとカッコよく着こなし、看護・介護がもっと楽しく実践できればいいなと思っていました。個人個人の好きな色を着ることで、表情も変わり生き活きと個性溢れる姿で良かったと思いました。

2019年3月、今年度の事業計画を幹部で検討する時間がありました。その時に個人の持つ力をチーム医療へともっと注ぎたい、「看護部のチーム力を更に発揮したい」と考えました。

2019年7月より、研究所附属病院の看護部は新ユニフォームへの切替えを行ない、職種カラーを統一しました。女性看護師がネイビー、男性看護師がスクラブタイプ、介護職がパープルで、他部門をはじめ患者・家族の皆さまからわかりやすくなりました。

また、同時にユニフォームレンタルの契約をさせていただきました。ユニフォームレンタルでは、バーコードラベル管理を導入し、倉庫内にあった在庫品も嘘のようにスッキリ。クリーニング体制も充実したことで、いつも清潔なユニフォームで患者対応ができます。

個美力からチーム力への飛躍を期待しています。



▲外来



▲血液浄化療法センター



▲入院棟1階



▲入院棟2階



▲入院棟3階



▲入院棟4階



▲外来棟4階

# 研究所附属病院 夏祭り 2019 !

研究所附属病院 臨床検査部 岡田 祐枝



今年も恒例の夏祭りが8月6日(火)に行なわれました。この日は朝から雨が降っていたため、屋根のある研究所玄関前で開催準備が進められました。開始する頃には雨は上がり、浴衣姿の子供たちや地域の方、患者さんなど多くの方に参加していただきました。

今年は例年大人気の焼きそばの代わりにたこ焼きの提供となりましたが、去年の焼きそば同様に行列ができ大盛況でした。新人さんによるうら

じゃ踊りは例年よりも場所が狭く観覧しにくかったり、フィナーレの花火も急遽打ち上げ場所を変更したことで準備に手間取ってしまいましたが、職員と一緒に子供たちが楽しそうに踊りに参加していたり、花火が打ち上がるたびに多くの人の歓声を聞くことができホッとしました。

前年と違うことが多い夏祭りでしたが、協力していただいた職員の方々のおかげで無事に開催することができました。ありがとうございました。

## 健康増進施設 はあもにい倉敷通信

### 2019年10月開講秋冬期新規講座のご案内

2019年秋冬期の新規講座をご紹介します。

まずはお子さま向けの講座です。1つは「キッズチアダンス」。小学校低学年向けのチアリーダーの講座です。ポンポンを持って楽しく踊ります。元気に体を動かすことが好きな小学校1年から3年までのお子さまが対象で、金曜日の夕方に行ないます。“ダンスが大好き”“毎日元気いっぱい”というお子さまはぜひどうぞ。もう1つは、文化講座「花サイエンス」です。自然の素材を使用し、アートと科学をコラボした講座です。花のアレンジを楽しんだあとに、花を顕微鏡で観察します。お花好き、理科好きのお子さまはワクワクするのではないのでしょうか。

大人の皆さんにも新しい講座があります。ヨガの講座が平日昼に2つ、日曜日に1つ新設されます。疲れた心と体をリフレッシュする時間をとってみたいはいかがでしょうか。

カルチャー&フィットネスチーム チーフ 浅田 瑞恵

1 DAY 講座は、クリスマス・お正月用のリースやプリザーブドフラワーを作ります。ご自分の手で作った飾りで、クリスマスやお正月をお祝いするのも素敵ですね。

ここでご紹介した他にも魅力的な講座がたくさんあります。ぜひご家族、お友達と一緒にお越しください。



▲花サイエンス



▲ハタヨガベーシック



▲キッズチアダンス



▲フラワードール愛花



▲プリザーブドフラワー



▲刺繍枠アレンジレッスン

はあもにい倉敷は医療法人創和会グループの健康増進施設です。

## ■ ■ 催し物案内 ■ ■

### しげい病院

#### 健康講座

「認知症対策の取り組みから  
～初期集中支援チーム活動～」

講師：神経内科部長 辻拓司  
認知症ケアチーム

日時：9月7日（土）10：00～11：30

会場：しげい病院 本館5階  
かわせみホール

### 研究所附属病院

#### 公開講座

「ゲノム編集って知ってますか？  
～遺伝子治療や食生活の新たな可能性～」

講師：重井医学研究所 分子遺伝部門  
室長 松山誠

日時：9月28日（土）14：00～15：00

会場：研究所附属病院  
外来棟2F 多目的ルーム

### 重井薬用植物園

#### 植物園を楽しむ会

「秋空に咲くミズアオイを楽しむ」

日時：9月22日（日）10：00～12：00

会場：重井薬用植物園

## EAP相談室コラム

### 「変わりたいけど変わらないのはなぜ？」

ジャパン EAP システムズ EAP 相談室

私たちは、頭では「好ましくない」と思っている習慣を続けていることがあります。心の中では止めたいと思っても、身についた習慣をなかなか変えられない経験はありませんか？

ではなぜ変えられないのでしょうか？もしかしたら、変わりたい気持ちよりも、その場に居続けることが「居心地が良い」とか、今までと同じやり方が簡単で楽なのかもしれません。例えば、ついつい飲み過ぎてしまう人が、「お酒を控えたい」「減らさなきゃ」と思いつつも、夕方になるとお酒の誘惑に勝てず飲んでしまつてしまつしょう。気持ちは止めたいものの、いざ飲むとお酒の効用もあり気持ちが楽になることを想起して、半分くらいは「やっぱりやめられない」気持ちもあり、つい飲んでしまう生活を続けてしまいます。

依存症の場合を除くと、この生活習慣は意思の影響や環境の影響があるのではと思います。そして重要なのは、「何のために自分が変わりたいのか？」という目標設定に、曖昧さやこうなりたいというイメージの不明瞭さがあるのではないのでしょうか？

#### 自分がイメージしたような自分になる

「自分がダメだ」「自分はできない」「自分にそこまでの能力はない」と思う人は、それらはおおむね現実に即していたり、正しい評価だと思えます。なぜか？それは、自分自身がそう思っているなら、その通りに実現する可能性が高いからです。これを自己成就予言と呼びます。ということは、逆に「自分は能力がある」「自分はできる」と思う人は、おそらく成功するでしょう。先ほどと反対に「できる自分をイメージしている」ためです。もちろん思うだけではなく、それに行動が伴わないと変わりませんが、なりたい自分をイメージして、そのための行動を具体的に計画して実行すれば、自然と望ましい行動を取れるのではないかと考えます。

望ましくない行動を変えたいと思いつつ、いつもと同じ習慣を続けていては変わりません。思い切って自分の習慣を変えるための一歩を踏み出してみてはいかがでしょうか？



※医療法人創和会は職員の心の相談窓口として、ジャパン EAP システムズと契約しています。相談はお気軽に、電話やメールで。

## 編集後記

●最近「猛暑日」という言葉を良く聞くようになりました。私が子供のころには聞いたことがない言葉であったため、少し調べてみると2007年に気象庁が予報用語の改正を行なった際にできた言葉だと知りました。ちなみに、最高気温が35℃以上の日のことを言う言葉だそうです。それだけ、温暖化が進んできているのかなあと感じた瞬間でもありました。過度な冷房使用を避けながらも熱中症予防を怠らず、残暑厳しい9月も乗り切っていきたいと思えます。

(MS)

●「しんどい練習嫌やな～」という心の気持ちが通じてしまったのか…5年目で初の岡山マラソン落選となりました。1度は応援にまわって見たかったので、4年間勇気づけられた感謝の気持ちを込めて今年は思う存分ランナーを応援したいと思えます！猛暑の中でのうらじゃも無事に終わり、ちょっと一息できる毎日です。毎日の暑さを感じていると、私もバドミントンの現役時代を思い出します。締め切った40度近いサウナみたいな体育館で練習していた時を思い返すと、「あ、もう今ではできない…」と考えただけで気分が悪くなりそうです（笑）が、今となっては仲間とともに切磋琢磨したあの時間はかけがえのない大切な宝物です。

(IA)



生きることの尊さと健康であることの幸せを、すべての人と共に



### しげい病院

〒710-0051 倉敷市幸町2-30  
TEL086(422)3655 FAX086(421)1991

### 岡山しげい訪問看護ステーション

岡山しげい居宅介護支援事業所  
〒710-0202 岡山市南区山田2117  
TEL086(282)4300 FAX086(282)4301

### 重井医学研究所附属病院

〒707-0202 岡山市南区山田2117  
TEL086(282)5311 FAX086(282)5345

### 倉敷しげい訪問看護ステーション

倉敷しげい居宅介護支援事業所  
〒710-0051 倉敷市幸町2-30  
TEL086(422)8111 FAX086(421)1991

### 重井薬用植物園

〒710-0007 倉敷市浅原20  
TEL086(423)2396

### 重井医学研究所

〒707-0202 岡山市南区山田2117  
TEL086(282)3113 FAX086(282)3115

### 倉敷昆虫館

〒710-0051 倉敷市幸町2-30  
TEL086(422)8207