



はつちい

●医療法人創和会広報誌はあもにい / 発行 医療法人創和会 理事長 重井文博
令和3年9月1日発行

血管造影室改装、手術室改装について

研究所附属病院 外科部長・ダイアライシスアクセスセンター長 櫻間 教文



現在研究所附属病院で導入している血管造影装置は、2009年に導入したPHILIPS社製ALLURA X-perFD20であり、12年の期間が経過し、点検保守期間が2022年1月に終了することもあるため、新機種への変更を検討していました。新機種としてはPHILIPS社製AZURION 5M20が挙げられ、放射線被ばくを70%低減し、さらに、画像処理技術の発展によって少量の造影剤で鮮明な映像を得られるようになります。

また、手術室は築40年以上が経過し、内部構造も老朽化し、手術室の改装工事もおこなうこと数年議論されてきました。手術室改装には3か月以上の工

期を必要とします。その期間、血管造影室を臨時手術室として利用することを考えていましたが、夕方以降の手術となるため、日常的に手術が夜間に及ぶことが予想されます。手術室改装後に血管造影室改装になると、手術室で血管造影検査が必要になり、ポータブルの血管撮影装置が必要になります。

そこで、手術・血管内治療が滞ることのない方法として思いついたのが、放射線部の拡張工事です。現在の血管造影室は改装工事がすべて終了するまで使用します。現在の血管造影室とは別の場所に仮手術室を造設し、のちに新血管造影室に変更するという案です。そうすると、手術室改装中は造設した仮手術室で手術を行い、手術室改装終了後に仮手術室を新たな血管造影室に変更すると血管造影室が2つできたことになります。その後古い血管造影室は取り壊して別の用途で使用する部屋に変更することができます。

このように現在の治療の質を落とさないように改装を進めるのは大変なことですが、スタッフや工事業者の協力なくしてできるものではありません。皆さまのご協力に感謝するとともに、ひきつづき、バスキュラーアクセス最後の砦としての役目を果たしていきたいと考えています。



▲新しいアンギオ機器

2021年度の緑のカーテン

しげい病院 総務課 係長 吉田 和明

今年度の緑のカーテンについて、皆さんにお伝えしたい出来事は4点あります。

- ・設置個所を追加しました！
- ・設置範囲を広げました！
- ・アブラムシを発見しました😞
- ・コスモスの種を蒔きました！

【設置個所を追加しました！】

設置個所を病院西側（内視鏡室）に追加しました。以前より設置できないか検討していた場所でもあり、今年度設置してみました。が、あまり日当たりが良くないため他の場所と比べて育たないことになりました。

【設置範囲を広げました！】

本館4階屋上と、南館1階西面の設置範囲を広げました。この2箇所は特に問題なく育ちました。

【アブラムシを発見しました😞】

アブラムシを色々な場所で発見したため、予防材を塗布したり、葉っぱの除去を行い被害は最小限で抑えられたのではと思っています。

【コスモスの種を蒔きました！】

緑のカーテンはだんだんと足元から葉が無くなっていくため、重井理事長より「足元が寂しくなるからコスモスを植えてみよう。」と提案があり、プランター全箇所にコスモスの種を植えました。ただ、プランターにあさがあの根っこがたくさんあり、上手く種が植えられたのか…。ちゃんと秋には綺麗なコスモスが咲けばと願っています。

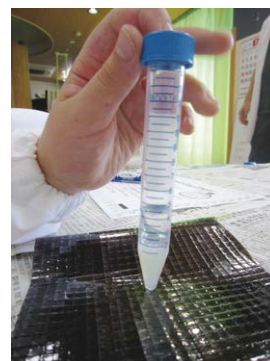
毎年、上手くいくこと・いかないことが色々あります。昨年度は、あまり花が咲かず寂しい緑のカーテンでしたが、今年度はたくさん花が咲き綺麗な緑のカーテンになったことにホッとしています。

コロナの関係で患者さん・ご家族の方にはいろいろとご不便をおかけしています。EcoとCO₂削減目的で設置している緑のカーテンですが、少しでも患者さんの気持ちが明るくなるような「緑のカーテン」であったなら幸いです。



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 部長 松山 誠



たまねぎからDNAをとってみよう!

●材料・道具
たまねぎ、すりばち、台所用洗剤、ガーゼ、食塩、エタノール、試験管、ピペット

●方法
①細かくしたたまねぎに台所用洗剤を数滴入れ、すりばちでする。
②食塩を加えてさらにすり、ガーゼで濾す。
③ろ液を試験管に移し、マジックで線を書いておく。
④ろ液の約2倍量のエタノールを試験管の壁伝いに静かに注ぐ。
⑤試験管を揺ると、エタノール層に白くふわふわしたものが浮いてくる。これのほとんどがたまねぎのDNA。
⑥液体部分を捨てて、いろいろ試してみる。

▲実験内容

<小学生編>

7月30日(金)、研究所と研究所附属病院小児療育センターの共催で「夏休み一日科学実験教室」を開催しました。この企画は小児療育センターに通う子供たちを対象に行われているものです。今年で8回目の開催となりました。小学生の参加者は、まず白衣に着替えます。付添いのお父さん・お母さんも子供と一緒に実験を行いました。

実験自体はとっても簡単です!子供たちは、実験中ゴーグルをつけて玉ねぎをすりつぶしたり、試験管にエタノールを注いだりと、本物の科学者のように真剣に取り組んでいました。DNAが浮かんでくると、子供たちは嬉しそうに試験管をずっと眺めていました。また保護者の方も楽しそうに手を動かして出現したDNAを喜んでくれました。実験後の質問タイムでは、子供も大人も積極的に質問してくれました。

医療法人創和会には、重井医学研究所と研究所附属病院 小児療育センターが併設されていますが、このような病院は全国的にも類をみません。今後もこの特色を活かし、子供たちに新たな発見やその喜びを体験させていきたいと考えています。



<高校生編>

7月28日(水)、岡山県立倉敷青陵高校の生徒と引率の先生が職場体験に訪れました。昨年は、岡山県の高校生の職場体験がコロナ感染症により中止になったため、2年ぶりの開催となりました。例年通り、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、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を取り出す実験などをしました。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いました。高校生も緊張がほぐれてきたのか、いろいろな質問をしてくれました。



<まとめ>

この「たまねぎからDNAをとってみよう!」という模擬実験は、もともと大学の教養部で行われていた生物学実験の講義を基に作成したプログラムです。実験は簡単・安全で、かつ準備も簡便なため、小学生から大人まで行うことが可能です。学生・生徒の年齢などレベルに応じた問題設定が可能で、遺伝子に関する理解を深めることができます。また、たまねぎDNAを「お土産」として記念に持ち帰る事ができるのも人気の理由の1つです。

コロナ禍でいろいろと行動が制限されている状況ではありますが、今後も地域貢献の一環として、可能な範囲で体験学習を行っていききたいと思います。

院内研修向け動画など様々な動画を制作しています！

しげい病院 IT推進・情報管理室 係長補佐 松田 圭市

コロナ禍において感染症対策として密にならないことは社会通念となりました。しげい病院でも昨年から密を避けるため、院内での集合を伴うイベントの代替としての動画視聴の機会が増えました。

例えば、感染対策研修のために職員を1か所に集めて「感染症対策の観点から密を避けましょう」とやってしまうと笑い話にもなりません。というわけで、昨年からは医療安全や感染研修に代表される職員研修は動画を視聴する形式が主流となりました。

院内で使用する動画に関しては既存のものを使用することもあります。必要に応じて内製しています。また、特に職員研修だけに限らず、患者さんや利用者さん向けの動画も内製して準備しています。

動画制作というと専門的で難しく感じるかもしれませんが、便利なツールも多く、やってみると特別難しいことはありませんでした。男子中学生のなりたい職業1位がYouTuberなどの動画投稿者の時代において動画制作は個人でも行える一般的なことになってきたのかもしれません。

制作する動画も複数人が参加する企画・編集・撮影と本格的なものから、発表の様子をビデオ撮影してタイトルをつけるくらいの簡単なものまで多岐にわたりますが、年明けからの半年で二十数本の動画を編集してきました。

全職員向けの動画はSHSERVERのe直下に「@院内向け動画」として保存していますので、気になる内容の動画がありましたらぜひ閲覧してみてください。



▲動画を編集している様子



▲コロナ禍で院内説明会の開催ができないため、看護学生向けの動画を製作



▲職員向けの新入職員紹介の動画



▲求人用の動画



▲新入職員研修で使用した動画



▲Instagramにタイムラプス動画を投稿



コロナ禍における昆虫館の現状

倉敷昆虫館 館長 岡本 忠

全国で新型コロナウイルスが蔓延し始めて1年半になりますが、最近では急速な感染者の増加が見られ、収束のめどは立っていません。

この1年半の間における倉敷昆虫館への入館者の状況を報告したいと思います。

2020年2月ごろより、全国的に蔓延の兆しが現れ、政府も突然全国の小中高等学校を一斉休校とすることを打ちだし、博物館のみならずあらゆる施設が閉館を余儀なくされました。倉敷昆虫館も2月29日より閉館とし、コロナ禍の収束を待つことになりました。ところが、さらに感染者は増加の一途をたどり、4月7日には7都府県に緊急事態宣言が発出され、さらに同16日には全国一斉の発出となりました。それから1か月後の5月14日には岡山県を含む39道府県が解除となり、5月25日には全国全てが解除となりました。

倉敷昆虫館は病院内にある関係上、緊急事態宣言解除後もしばらく閉館し、7月から開館することになりました。開館に際しては、従来のように病院の内部から入館できる形態を、東側の入口からのみ入館してもらう方式に変え、病院玄関や昆虫館に至る経路4箇所に入口への道順を示す表示板を設置することになりました。また、玄関の案内板を見落とした方には総合受付で、道順を示した用紙を渡して誘導をしていただくことにしました。

このように入口を変更して開館しましたが、入館者は以前の状況とはほど遠いのが現状です。1つにはコロナ禍が未だ収束しないこと、病院への来院者（患者さんやお見舞いの方など）や入院患者さんの入館がほぼできなかったことなどが考えられます。

下のグラフはコロナ禍以前と現在の入館者の比

較をしたものです。この1年半を2年前と比較すると入館者が半数以下になっていることが判ります。

夏休みの7～8月は年間で最も多い入館者を迎えますが、移動自粛が叫ばれる今年はあまり期待できないでしょう。

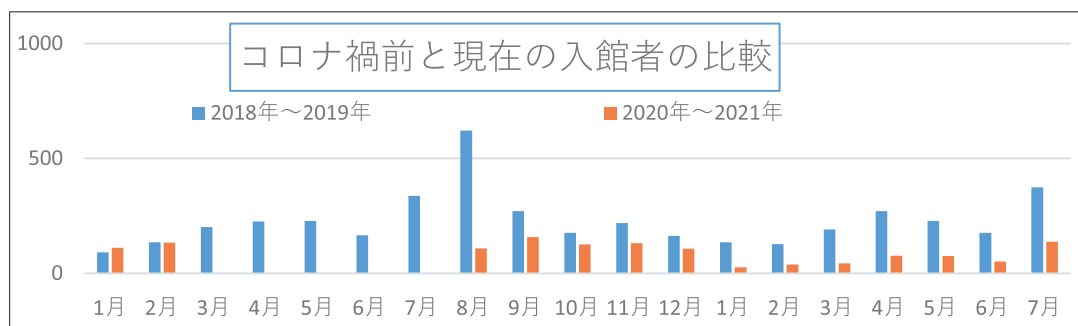
入館者が期待できない分、ホームページやフェイスブックによるネットを使用した情報発信にも力を入れました。

最初はなかなか入口までたどれなかった方もいましたが、最近は直接案内板を見て来られるようにもなりました。また、通りがかりの人が案内表示をみて倉敷昆虫館の存在を知り、覗いてみるというようなこともありました。

コロナ禍収束後の入館方法については、今後検討する必要があると思います。



▲総合受付で、道順を示した用紙を渡して案内



夜の植物園で、いろんな虫と “びっくり”をたくさん見つけたよ！

重井薬用植物園 園長 片岡 博行

7月31日（土）19～21時、倉敷昆虫館と重井薬用植物園の共催観察会、「みんなでたんけん！夜の昆虫観察会」を開催しました。この観察会は、2014年に植物園の50周年特別企画として企画したのが最初で、それ以来、毎年恒例行事として実施しています。昨年と今年は新型コロナウイルス感染症のこともあり、定員を少なめに設定して募集をしていることありますが、年々、申込み（先着順）の定員に達するのが非常に早くなっており、今年は申込開始からわずか6時間半程度で30名の定員が埋まってしまいました。

当日の講師は、倉敷昆虫館の岡本館長や職員その他、倉敷昆虫同好会の末長晴輝氏に参加いただきました。参加者は子供さんの体調不良などで当日になっての参加キャンセルが相次ぎ、少し少なめの19名となりましたが、人数が少なくなった分、それほど「密」になるようなこともなく、講師の声も届きやすく、プラスの面もあったように思っています。

肝心の昆虫については、今年は梅雨入りが早く、梅雨が長めだったことに加えて、7月中旬以降は逆に降雨がなく、非常に乾燥した状態であったことで、子供たちに人気のカブトムシ、クワガタといった甲虫はもちろん、そのほかの昆虫も種類によりますが、姿をあまり見かけないものがあるよ

うに感じられ、主催側としては少し不安を感じていました。しかし、開会してみると、湿地エリアの広場に椅子として置いていた丸太でアブラゼミが羽化をしていたり、オオミズアオという大型のガがみられたりしたほか、ライトトラップ（灯火採集）にはヤブヤンマという水色の複眼が美しいトンボが飛来するなど、意外にさまざまな発見があり、子供たちは大興奮で観察をしていました。特に、アブラゼミの羽化は、なかなか空気を読めるセミだったのか？ちょうど観察会の開始時間中に、ほぼ最初の段階から最後（殻から脱出完了）まで観察することができたため、子供たちにとっても良い学びになったようです。

ライトトラップについては、本来は深夜に行うものだということですが、この観察会は小さな子供たちを対象としていることから、時間帯を早めに設定しており、あくまでライトトラップをどのようにするのか、というデモンストレーションということで実施しています。今年は、岡本館長が意図的に普通の蛍光灯と、紫外線を多く出すケミカルライトを比較できるように設置してくれ、明らかにケミカルライトの方に多くの虫が飛来している様子が観察でき、子供たちも驚いていました。

夏休みの自由研究のよいヒントになったなら良いと思っています。



▲ライトトラップ（灯火採集）装置。どんな虫が飛んできてくるかな？



▲“水色めがね”がきれいなヤブヤンマを捕まえたよ！



▲アブラゼミが羽化中！触らないように注意して観察したよ！



▲空気を読んで？観察会の時間中に殻から脱出完了したアブラゼミ。



▲オオミズアオを観察する子供たち。ガのイメージが変わったかな？



▲右が普通の蛍光灯、左がケミカルライト。左の方にたくさん虫が来ています。

2021 年 秋冬期新規講座のご紹介

はあもにい倉敷 カルチャーチーム チーフ 浅田 瑞恵

この秋からは、お子さま向けの講座が充実します。ご要望の多かった体操の講座「カワイ体育教室」が幼児クラス・小学生クラスでスタートします。少し運動に自信のないお子さまも、無理なく楽しみながら運動技能を身につけるお手伝いをします。

「キッズダンス」では、基礎からゆっくりとダンスの身体の使い方をお教えします。みんなで楽しく流行りの曲に合わせてダンスしましょう♪

「珠算教室」は皆さまご存じのそろばんです。計算の苦手なお子さまにも丁寧に指導します。

お子さま向けには現在、「ベネッセの英語教室 BE Studio」「プログラミング教室」「速読講座」「合気道」「空手講座」等、多くの方に通っていただいています。まだ始められていない方は、この秋からぜひご検討ください。

大人の方向けにも「すぐに使えるフランス語」「いきいき健康教室」「リボン刺しゅう講座」「カルトナージュ」など、新しい講座や 1Day 講座も各種ご用意しています。

なお、換気・消毒等の感染予防対策もしっかり行っておりますので、安心してお越しください。お待ちしております！



▲カワイ体育教室



▲キッズダンス



▲カルトナージュ



▲リボン刺しゅう



▲インテリアフラワー

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。

「身体活動を意識しよう」

運動不足を解消しようと、「新しいスポーツを始めてみよう」「ジムへ通おう」という声をよく耳にします。規則正しい生活習慣は、私たちの心身の健康には有益ですので、日々の運動を意識することはとても大切です。ただ、健康にいいことは理解しているが、なかなか運動習慣が身につかないという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。そこで、今回は、「身体活動」という考え方について、触れてみたいと思います。

厚生労働省は、身体活動（生活活動・運動）に取り組むことで、身体的健康やメンタルヘルスに対し、恩恵が得られることを指摘しています。ここでいう、身体活動には以下の二つが含まれております。

- ①生活活動：日常生活における労働・家事・通勤・通学などの身体活動
- ②運動：スポーツなど特に体力の維持・向上を目的として、計画的・意図的に実施し、継続性のある身体活動

また、身体活動を図る単位はMETs（メッツ）といい、身体活動によるエネルギー消費量が安静時の何倍にあたるかを示しています。

厚生労働省から出されている「健康づくりのための身体活動基準 2013」では、3メッツ以上の強度の身体活動（歩行またはそれと同等以上）を毎日60分以上行い、そのうち、3メッツ以上の強度の運動（息が弾み汗をかく程度）を毎

ジャパン EAP システムズ EAP 相談室

週 60 分以上持つようにすることを推奨しています。

参考までに、3メッツ以上の生活活動や運動の例を以下に記載します。

- ・3メッツ以上の生活活動：歩行、床掃除、子どもと遊ぶ、介護、庭仕事、洗車など
- ・3メッツ以上の運動：ジョギング、水泳、ゴルフ、ボウリング、テニスなど（その他、身体活動とメッツ数の一覧は <http://www.nibiohn.go.jp/files/2011mets.pdf> より）

最近の研究では、身体活動は、心身の健康面だけではなく、職場での生産性の向上や欠勤の減少と関連する可能性が示唆されています。

仮に、運動習慣を持つことが難しいようでしたら、普段の生活活動から、「いつもより 10 分程度多く歩く」といった、今より少しでも増やすことを意識してみましよう。

参考文献

- ・厚生労働省 健康づくりのための身体活動基準 2013.
- ・国立健康・栄養研究所 改訂版「身体活動のメッツ表」他

※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、我が家の長男（5歳）がドレミの歌をよく歌っています。少し音程は外れていますが、とても楽しそうに歌っていて母としては可愛くて仕方ありません。ただ、一か所だけ気になることがあります。何故かいつも「ラーはラッパのシー」と歌うのです。ラッパのうだよと何度教えても「ラッパのシ」と歌います。どうしたものかと思いますが、本人は間違いを指摘されても落ち込まないし、歌詞を間違えていても許されるキャラなのでしばらく見守ることにしました。多分、いつの間にか正しく歌うようになって「ラッパのシ」と歌っていたことを懐かしく思うようになるのだと思います。今のうちに動画に収めておいて、将来本人に見せようと画策中です。（A R）

●紙面でも取り上げましたが、アンギオ室改装工事の為にリネン室が移設することになり、新しいリネン室として診療録管理庫に白羽の矢が立ちました。突然のことだったので、約 10 年分の入院カルテ約 19,000 冊や外来カルテ 60,000 冊、レントゲンフィルムを新しい診療録管理庫（通称カルテ庫）へ移動し、全ての棚を撤去する作業が工事開始までに終わる心配でしたが、事務職員が毎日手伝いに来てくれ、3 週間で無事移動が終わりました。マンパワーのすごさを感じた 3 週間でした。手伝ってくれた皆さん本当にありがとうございました。（I Y）

2021 年 7 月号 1 ページの記事で、お名前を間違えておりました。お詫びし訂正させていただきます。

誤：大川 昇さん → 正：大川 晃さん

2021 年 8 月号 2 ページの記事で、お名前を間違えておりました。お詫びし訂正させていただきます。

誤：守屋 由美さん → 正：守屋 由美子さん

催し物案内

重井薬用植物園

植物園を楽しむ会

「萩日和の里山を楽しむ」

日時：10 月 10 日（日）

10：00～12：00

会場：重井薬用植物園



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

〒710-0202 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

〒710-0202 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