



しげい病院 副院長に就任して

しげい病院 副院長 熊代 博文



本年7月よりしげい病院副院長を拝命いたしました。平成16年4月に津山中央病院から重井医学研究所附属病院へ転勤となったのが創和会との出会いで、それから21年あまりが経過しました。

研修医時代には「ヒトの生死に関わる領域で働きたい」と思いあがって循環器内科を選択、研修後大学へ帰局、研究の後に津山中央病院へ赴任しました。津山中央病院では循環器内科部長としてPCI、CCUに関わってきましたが、当初の意気込みとは裏腹に6年半の間に肉体的、精神的にズタボロの状態に……（若さ故の過ちであったとは、認めたくないですが）。そんな折、地元岡山に戻る機会を得て、重井医学研究所附属病院への赴任となりました。重井医学研究所附属病院では、それまで深く関わっていなかった透析に戸惑い、循環器疾患の管理をしながらVAIVTを立ち上げたりしました。重井医学研究所附属病院のスタッフの皆様には大変お世話になったことをこの場を借りて感謝申し上げます。

その後、諸々の事情で平成23年4月にしげい病院へ転勤することに。仕事内容は重井医学研究所附属病院時代と大きく変わりませんでしたが、倉敷中央病院が隣にあるのを幸いに、営業をかけて心臓リハビリ外来をやることになりました。心臓リハビリ外来が軌道に乗ってきた頃、今度は倉敷地区心不全連携の絡みで転院リハビリも開始となり、

心臓リハの状況は現在に至っています。

VAIVTも櫻間先生がカバーしきれない倉敷西部地区からの紹介もあり、何とか地域の透析治療の柱の1本として継続しております。

思えば、VAIVTや心臓リハはゼロからのスタートであり、理事長以下創和会のスタッフの支えが無くてはここまでに至らなかったと深く感謝しております。また立ち上げの時期と周辺地域の状況がうまく重なったのは本当に幸運でした。

ただ心臓リハも、先行していた時期と異なり周囲の医療機関も同様の体制をとっている現在は、さらに「他とは違うのだよ！他とは！」としげい病院ならではのストロングポイントを出していく必要があります。それをスタッフと話し合いながら打ち出していければと思います。

あと半年で定年、という時に有元院長から声をかけて頂きました。副院長としてさらに精進下さい「まだだ、まだ終わらんよ」ということでしょう。

医療を取り巻く状況はさらに厳しいものとなりますが、微力ながら重井理事長、有元院長、森本副院長をサポートしつつスタッフが働きやすいように、しげい病院の発展の一助になればと思います。

「あきらめたらそこで試合終了です」もんね。

ダイエット外来開設しました

重井医学研究所附属病院 内科部長 荒木 俊江

昨今話題の肥満症治療ですが、2024 年より、肥満症に対する新たな薬物療法（ゼップバウンド、ウゴービ）が医療保険の適応となりました。現在岡山県内でこの治療を保険診療として行える病院はわずか3か所のみで、重井医学研究所附属病院はその1つです。

すでに当院では患者さんへの投薬が開始されており、複数の方へ管理栄養士による栄養指導も行っています。

「肥満症」とは、BMI が $25\text{kg}/\text{m}^2$ 以上で高血圧、脂質異常症、2 型糖尿病などの健康障害を合併している状態を指します。こうした健康障害がなければ、単なる「肥満」とされ、治療の対象にはなりません。



▲肥満症治療薬

■薬物治療は、以下のいずれかの条件に該当する方が対象となります

- ① BMI $27\text{kg}/\text{m}^2$ 以上で2つ以上の肥満に起因する健康障害がある方
- ② BMI $35\text{kg}/\text{m}^2$ 以上

また、投薬に進む前に、6か月以内に3回以上栄養指導を受けていること、および食事・運動療法を行っていることが必要です

いわゆる美容目的の自由診療によるダイエット外来とは異なり、当院では保険診療の対象となる肥満の方に限って、医療的根拠に基づいた治療を行います。

健康のために体重を減らしたいと真剣にお考えの方、ご家族や友人にお悩みの方がいらっしゃいましたら、ぜひ重井医学研究所附属病院の「ダイエット外来」をご紹介ください。

幸町記念病院におけるACPへの取り組み

幸町記念病院 看護部 黒瀬 明星
看護部 今永 美喜



▲ACP チームと産賀課長

昨今、医療技術の進展により延命措置の選択肢が増加しています。また、高齢化の進行により、認知症の発症や意思表示が困難な患者さんも増えており延命措置の意思決定が課題となっています。透析患者さんにおいては、身体的・心理的・社会的要因が加わり、意思決定はより困難であることが多いように感じます。

そのような状況のなか、幸町記念病院でも昨年度よりACP 支援チームが発足しました。まず始めに、勉強会を通じてACP への理解を深め、幸町記念病院における活動の指針を作成しまし



▲セミナー風景

た。現在は、月に一度ミーティングを開催し、事例検討やデスカンファレンス等を行っています。

6月21日には重井医学研究所附属病院の産賀知子看護課長を講師に、セミナーを開催いたしました。セミナーでは、事例を基に重井医学研究所附属病院でのACP チームの取り組みについてご講演いただき、幸町記念病院のスタッフも意思決定を支援するためのACP パンフレットを使用し、自身の思いなどを書き込んでみました。参加者からは、読むだけでなく実際に記入することで、ACP をより身近に感じるとともに、患者さんが感じる難しさも知ることができたという声がありました。

今後もACP 支援チームを中心に、患者さんとそのご家族を支える支援の輪を広げていき、より良い透析、より良い人生の実現に取り組んで参ります。

この人紹介 !!

本部安全課長の山崎博文さんをご紹介します。
岡山県警察の元警察官で、4月から重井医学研究所附属病院を中心に勤務をされています。



警察での経歴や印象に残っていることは？

警察では交番勤務を皮切りに、薬物事犯の捜査、外国人の不法滞在事犯の捜査等、主に生活安全や外事関係の職務に従事しました。その後、広島市所在の中国管区警察局へ2度の出向や、警察署の課長、刑事官、署長など幅広い業務に従事しました。

印象に残っているのは警察本部外事課勤務時代の集団密航事件捜査です。当時、全国で毎週のように多数の外国人が船舶でやってきて不法上陸する集団密航事件が頻発していましたが、岡山県は瀬戸内海を入り込んだ位置にあるので、まず本県では発生しないと思われていました。ところが大型連休の前日に100人を超える密航事件が発生して連休は吹っ飛んでしまい不休の捜査が始まったのです。数か月後に事件を解決することができましたが、この経験が自分自身をステップアップさせてくれたと思います。

このほか、中国管区警察局へ情報通信部調査官として2回目の出向をしたときは、毎週末に技官の方々と愛媛県境近くの島に釣行するなど仕事外の良き思い出となり今でも交流を続けています。

趣味や休日の過ごし方は？

海釣り、家庭菜園、旅行、ギターと色々手をつけていますがとても趣味と言えるものではありません。ただ、リフレッシュの気持ちでこれからも続けようと思います。

ほかに趣味ではありませんが学生時代から遺跡の発掘に興味があり、昨年たまたま知人から話が合ったことから、岡山県教育委員会の会計年度職員として笠岡や倉敷市酒津の遺跡発掘に従事してもらいました。弥生期の土器、古墳時代の埴輪などを掘り出し、自分の手で地中から取り上げたときの感動は今でも心に残っており、若い頃の希望を叶えることができたと自己満足しています。ただ、真夏の炎天下での作業は過酷そのものです。正に熱中症と隣り合わせで、人間はこんなにも汗が出るものなんだ、と生まれて初めてぐらいの大量の汗をかきました。

好きな言葉と今後の抱負について一言お願いします。

「不易流行（フエキリユウコウ）」という言葉が警察官当時から心に留めています。「不易」なるもの、時代がどのように変わろうとブレてはいけない中心は必ずあるはずです。様々な職業がありますが、それぞれの職業倫理というものがあてはまるかもしれません。また、中心となる部分を確固としたものとするためには、時代の変化を読み取る「流行」の視点をもたなくてはならないと思っています。今、医療現場の一端に身を置かせていただき、その不易が揺らぐことのないよう少しでも貢献したいと思います。



▲趣味？の旅行。友人と高知での一コマです。

院内 バドミントン大会が 開催されました。

重井医学研究所附属病院 放射線部 主任 山田 玲奈

6月15日（日）に箕島小学校の体育館で、院内バドミントン大会が開催されました。

1チーム6ペアでS・M・R・Hの4チームに分かれ、同レベル程度同士のダブルス総当たりで対戦しました。白熱した試合が繰り広げられ、チームの勝敗を決めるのはほぼじゃんけん対決となり、そちらも大いに盛り上がりました。

開始早々に負傷してしまい、皆さんの試合をぼんやり眺めるだけで終わった昨年。今年は怪我なく終わるのを目標にしていた結果、チーム優勝だけでなくMVPまでいただき、バドミントン大会が良い思い出



▲大会の様子

へスイッチできました。

普段は関わりの少ない職員の方と、一緒に声を出して応援したり、合間に練習したり、ハイタッチしたり、翌日に筋肉痛の度合いを確認しあったり……異職交流をこのようなレクリエーションでも行える環境があることに感謝しています。また来年も（怪我しない程度に）参加したいと思います!!



▲参加者集合写真

毎年恒例 今年も窓辺に緑のカーテン

しげい病院 医療支援部 総務課 長綱 将也

しげい病院では緑のカーテンを今年も昨年と同様に13か所設置しました。工務係の二人（長谷川さん・安藤さん）や吉田係長と協力し、道具の準備から始まり、土入れ、散水ホース準備、ネット張り、苗植えを無事終えることができました。苗植えが終わった後も工務係の二人が、弦の巻き付け、摘心、肥料散布と続けて管理を行っています。

緑のカーテン設置から2か月経過しますが、近年続く猛暑にも負けずすくすく成長しているのを見て少しほっとしています。ですが、今年

も日差しの強い日が多くなりそうで「水は足りているか」、「根腐れはできてないか……」などまだまだ心配です。

しかし、しげい病院の職員の力があれば、最後は立派な緑のカーテンになると信じて育てていこうと思います。皆さんも温かい目で見守っててください。よろしくお願いします。



幸町記念病院のInstagram

人気急上昇中!!

いつも幸町記念病院のInstagramをご覧いただき、ありがとうございます。2024年3月にリクルートに注力するために始めたInstagramは、職員の働く姿や患者さんとの関わりを通じて、「ここで働いてみたい」と感じていただけるような投稿を意識して発信してきました。職員の何気ない日常のひとコマや、温かな雰囲気を切り取った投稿が、「幸町記念病院らしさ」として反響をいただけることは、発信者として大きな喜びです。ひとつの投稿が誰かの心に届くように…そんな気持ちで日々運用しています。

SNS 担当
事務部
矢吹 静香

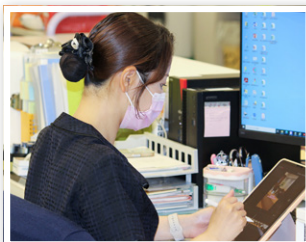
はぁもに編集委員の
頭利が、
矢吹さんに質問!

Q 1. SNS には詳しいのですか?

もともとは“見る専門”でした。昨年 SNS の運用を始めることになり、まずはしげい病院の SNS 担当の方から、編集アプリや基本的な運用方法を教えていただきました。その後は、YouTube などを活用しながら、編集技術や投稿のコツを独学で勉強しています。

Q 2. 閲覧数を増やすために心がけていることは?

インサイトを参考に、フォロワーの活動時間を分析しながら投稿時間を調整し、より多くの方に届くよう意識しています。また、サムネイルには思わず目を引くようなキャッチフレーズを添えることで、「ちょっと見てみようかな」と感じてもらえるよう工夫しています。さらに、創和会グループ内の SNS 担当者の皆さんと情報を共有させていただき、色々とアドバイスをもらいながら、よりよい運用を目指しています。



Q 3. ずばり、SNS 担当は楽しいですか?

投稿のネタを考えたり、台本を作ったり、編集作業をしたりと、大変なことも正直あります。しかし、撮影に快く協力してくれる職員との時間はとても楽しく、「もっとこうしたほうがよくない?」とアイデアを出し合いながら、いつもにぎやかに撮影しています。投稿が多くの人に届いたときには一緒に喜んでくれる職員もいて、本当に励みになります。また、投稿についてのコメントへの返信も、専門的なことは各部署に返信内容のアドバイスをもらいながら進めていて、本当にたくさんの人に支えられながら楽しく SNS 担当をさせていただいています!



「いいね」と「フォロー」で
応援していただけると
嬉しいです!



@SAIWAICHOKINEN



育休復帰ママおかえり

おかえり～! みんなで迎える
育休復帰の瞬間!

なんと!!

55万回再生

育休復帰初日の様子を撮影し、働くママを病院全体で支える温かさと働きやすい環境が伝わればと思い撮影した動画です。



55万



透析室で働く看護助手の1日

知られざる仕事の舞台裏。
リアルな1日に密着!

ストーリーのアンケートで「一番気になる!」と声が多かった看護助手さんのお仕事に密着しました。



10.7万



透析未経験! 新人看護師奮闘記

未経験からの挑戦を応援!
新人看護師の奮闘に密着!

転職されてきた看護師さんに、マンツーマンで丁寧に指導する様子を通して、透析未経験でも安心して一歩を踏み出せる環境を伝えたかった動画です。



7.3万

しげい病院「ホッ！とスポット」の ビオトープで、岡山県初記録の 昆虫が見つかりました

岡山県初記録



倉敷昆虫館 小橋 理絵子

▲今回発見したテングナミシャクの標本

何でも記録というものは気になりますね。初記録とか聞くとワクワクしませんか？

しげい病院の多目的ホール横にはビオトープがあります。そこで岡山県初記録の「テングナミシャク」という蛾が見つかったのです。テングナミシャクはシャクガ科の仲間で、本州の三重県以西・四国・九州など暖かい地方にいます。このビオトープはビルに囲まれた小さな池と木や花が少しある狭い空間なのですが、そんな街中の隙間的な場所でも岡山県初記録の昆虫が発見された驚きは新聞でも紹介されました（朝日新聞 2025 年 1 月 24 日）。

それは 2024 年 10 月 14 日のことです。ビオトープの池に蛾が翅を広げて浮いているのが目に留まりました。下翅先がフリルのように波打って可憐な感じです。名前が知りたいと図鑑を開くと、テングナミシャクのページに行き当たりました。「岡山県野生生物目録」という岡山県の昆虫全種を記録しているリストがあるのですが、それには名前がありません。ということは岡山県では見つ

かっていない可能性があるのです。ええっ、それは大変。池に浮く蛾を苦労して掬い上げ何とか標本にして、テングナミシャクとしっかり同定していただきました。そして倉敷昆虫同好会会報「すずむし」へ報文を書き、岡山県新記録という運びとなったのです。

いつも見慣れている庭でも、道端でも、どこでも、いつもと違う何これ？という気になるものが目に入ることがありますよね。そんな時こそぜひこだわって調べてください。あなたの気づきが思わぬ大発見につながるかもしれません。



▲ビオトープ

バンド部 メンバー募集

こんにちは！病院連携バンド部です。病院連携バンド部は、倉敷近隣の病院バンド合同で開催していた「Rock In Hospital」を企画するために作った部です。年に1度の企画ライブやその他外部のライブイベントに出演するといった目標に向かって、定期的にメンバーが集まり、音楽スタジオで練習を行っています。Rock In Hospital は、2019 年まで5回開催し、音楽好きな病院関係者がライブハウスに集まり交流が出来る！そんな素晴らしいイベントに成長しました。アイビースクエアでの創和会忘年会でもステージで演奏させていただき、大いに会場を盛り上げることができました。音楽を通じた一体感はやはり最高です。

コロナ禍をきっかけに以前のようなライブの

開催は難しいかもしれませんが、音楽の楽しさをもっと多くの職員と共有できないか模索しているところです。私たちと一緒にスタジオで顔を合わせて音を鳴らしてみませんか？音楽未経験の方も大歓迎です。楽器の種類も問いません。例えば吹奏楽部や軽音楽部出身で、学生以来久しぶりに音を鳴らしてみたいなという方もぜひお気軽に声をかけてください。音楽好きな職員の皆さまを募集しています！お待ちしております！



▲忘年会演奏



この夏、健康づくりを始めましょう！ 日々の健康管理に、ちょっと運動をプラスしてみませんか？

健康増進施設 はあもにい倉敷 フィットネスチーム チーフ 池田 彩

夏の暑さにぐったり……という方も多いのではないのでしょうか。

これからの時期、外で体を動かすことが危険な暑さの日も増えてきます。私自身も、「今年一番の暑さです」というニュースを目にするたびにうんざりしてしまいます。

とはいえ、花火大会にマリンスポーツに夏祭り、夏季休暇を利用した旅行など……どれだけ暑くても夏ならではのイベントを楽しめる体力は欲しいところです。

そこで！はあもにいフィットネス「夏の新規入会キャンペーン」のご紹介です！

申込期間：6/20（金）～8/31（日）

入会特典① 1か月分の月会費が無料！（入会金・年会費0円）

入会特典② フィットネス1日ご利用券3枚プレゼント！ 使用期限：9/30（火）まで

入会特典③ インボディ利用券3枚プレゼント！

とてもお得な内容となっております！見学・体験随時受付しておりますので、ぜひ一度お越しください。館内は冷房・Wi-Fi 完備ですので、ゆっくりお過ごしいただけますよ♪

夏の新規入会キャンペーン
体も心も軽やかに！
期間：6/20（金）～8/31（日）

入会特典 / 01	入会特典 / 02	入会特典 / 03
1か月分の月会費が 無料！ (入会金・年会費 0円)	フィットネス1日ご利用券 3枚プレゼント (使用期限：8月31日まで)	インボディ利用券 3枚プレゼント



当キャンペーンからのご入会の場合

- ※契約開始日は7月1日、8月1日、9月1日からとなります。（日割り計算は適用されません）
- ※入会時のお支払い方法は現金のみとなります。（その後は口座引き落とし）
- ※現金で頂いたものについては、途中退会を希望される場合でも返金は出来ません
- ※4ヶ月以上の在籍が条件となり、コース変更は5ヶ月目より可能となります。



▲フィットネスチームスタッフ



催し物案内

重井薬用植物園

植物園を楽しむ会

「花咲く湿地の処暑を楽しむ」

日時：8月23日（土）

8：00～10：00

会場：重井薬用植物園



編集後記

●今年も早いもので第一四半期が終わり、7月になりました。蝉の声も聞こえはじめ、毎日うだるような暑さが続いています。昔は「夏はこんなもの」と思っていた気がしますが、年々その厳しさが増しているように感じます。夏バテなど一度体調を崩すと仕事や家庭と様々なところに影響が出てくるかと思えます。まずは体調を整え、仕事のペースを崩さないことを心がけてこの夏を乗り切ろうと思います。暑さに負けず、秋には「今年も頑張った」と言えるよう日々を重ねていきたいです。

（〇T）

●父の古希のお祝いで3家族合同でレンタカーを借りて淡路島へ旅行に行きました。父の祝いではありますが、結局は孫（4人とも男の子）の楽しめるところがメインとなっています。私も体力がある方だと思いましたが、小学校に入る直前の男の子の体力はすさまじかったです。父にサプライズでホテルの料理を準備したり、顔付きの家系図を作成したりして父も大喜びでした。いつまでも長生きして孫の成長をみてもらいたいものです。淡路島といえば玉葱が有名ですが海産物もとてもおいしかったです。淡路海峡大橋の近くのホテルに宿泊しました。夜のライトアップがきれいでしたので是非一度見に行ってみてください。

（TA）

EAP相談室コラム

「速い脳と遅い脳、または象と象使い」 ～行動経済学を役立てよう その4～

ジャパンEAPシステムズEAP相談室

行動経済学の代表的なアイデアであるヒューリスティクス、サンクコスト・バイアス、現状維持バイアスと現在バイアス、ナッジとスラッジを紹介してきました。今回はこれらの基礎となっている認知機能の二重過程理論をご紹介します。

●速い脳と遅い脳

認知科学では私たち人間の認知プロセスが、2つの異なるプロセス（二重の過程）から成り立っていると考えます。

システム1：速い脳、動物的な心（象）、直感、ヒューリスティックとも呼ばれます。

自動的なプロセス。このプロセスは進化的に古く、様々な生物に備わっていて、反射的で迅速、無意識的、自動的、強制的に作動します。日常の簡単な判断や反射的な行動などがこのプロセスに関連します。

システム2：遅い脳、分析的な心（象使い）、理性、システムティックとも呼ばれます。

制御されたプロセス。進化的に新しく、人に固有で内省的です。このプロセスはよりゆっくりと、意識的に情報を処理し、注意深く判断し、問題解決や複雑な課題に関与しますが、システム1よりもエネルギーをたくさん必要とするので、なかなか使われません。

●心の中の象と象使い

行動経済学ではシステム1を動物の象によくたとえます。働き者ですが本能的で力が強く、損をするのが嫌いでも自分のことが好きで、せっかちで面倒くさがり屋です。正しい情報を得ても歪んで解釈する習性があります（認知バイアス）。これに対しシステム2は象使い。賢く、落ち着いていますが、パワーでは象に負けます。またシステム2は多大なエネルギーを要するので普段は休んでいて、象だけでは手に負えない重要な場面になると登場するのです。

私たちの日常生活を支配しているのは、この象です。合理的、理性的と見られる人でも、心の中の象に支配されています。ある国で裁判官が仮釈放申請を承諾する率を調べたところ、昼休み直後は65%でしたが、昼休み直前では何と0%だったというのです。昼食前は象使いのエネルギーが枯渇して、象の習性を制御できず、「却下」という安易な判断を選んだわけですね。裁判官のような合理的判断を求められる人でさえ、象のパワーには負けてしまうのです。SNSで反射的にコメントを書いて炎上するのも、象の仕業でしょう。「白熱した議論」などと言いますが、これは象が怒鳴り合っているようなものかもしれません。

日本のナッジ研究の第一人者、竹林正樹氏は、「私たちの心の中には象がいる」と自覚するようになってから、自身のコミュニケーションが大きく変わり、人生が明るくなったと述べています。象のクセを知って、人生を豊かにしていきませんか。引き続き行動経済学の概念をご紹介しますと考えております。

執筆者：米沢 宏（ジャパンEAPシステムズ顧問医）

参 考：竹林 正樹：心のゾウを動かす方法（扶桑社）

※社会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。



社会医療法人 創和会グループ

WEB版はこちら。

バックナンバーもご覧ください。➡



- しげい病院
- 重井医学研究所附属病院
- しげい腎クリニック早島
- 医療法人 三祥会 幸町記念病院

- 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
- 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

- 重井医学研究所
- 健康増進施設 はあもにい倉敷
- 重井薬用植物園
- 倉敷昆虫館