



はあもい

●社会医療法人創和会広報誌はあもい / 発行 理事長 重井文博
令和7年12月1日発行

エコー下穿刺競技会 優勝!!

しげい病院 臨床工学部 主任 吉田 圭佑



第29回日本透析アクセス医学会学術集会に研究発表のため参加しました。

そこでエコー下穿刺の技術日本一を決める、エコー下穿刺競技会があり、参加しました。(エコー下穿刺とは、エコーを当てながら細い血管、深い血管、曲がっている血管など穿刺困難な患者さんに対して用いられる手法です)

しげい病院でもエコー下穿刺を、2018年ごろから重井医学研究所附属病院との人事交流で来られた方の指導の下、開始しました。当時、毎回の透析で何本も再穿刺をされる患者さんがおられました。とても血管が深く、硬さもあり、今までで一番穿刺が難しかった記憶があります。穿刺のたびに顔を歪め、痛そうにされている姿に心が痛みました。

そこで導入したエコー下穿刺。はじめは、うまく刺せたとおもっても、刺入角度が甘く血管から針が抜けてしまったり、穿刺に時間がかかってしまい針先が凝固してしまったり……

失敗したときは原因を考え、次は絶対に成功させるためのプランを立てる。また、成功しても、100点満点のできじゃなかった時、次への改善点を模索する。日々この繰り返しで成功率が上がっていきました。その患者さんの穿刺に対する苦痛もすこしは緩和することができたのではないかと

思います。血管の特徴を形態評価し、注意点を考察する。その姿勢は今でもとても大切にしています。

現在では臨床工学技士、看護師合わせ約20名のスタッフが手技を習得し、私も日々、自身の技術向上だけでなくスタッフへの技術指導にも力を入れています。このような競技会で現在の自分の実力を確認したいという思いで参加しました。

競技のルールは形態評価1分、穿刺時間4分で3本の模擬血管にエコー下穿刺をする。正確さ(血管の上壁を通過、刺入角度)と速さで審査されます。細い血管(2mm以下)、深い血管(血管まで10mm程度)、深部へと潜っていく血管の3種類。審査員に手技を見られながら、時間を測られるというものとはとても緊張し、手が震えてしまいました。(穿刺困難な患者さんに穿刺する時より緊張しました)

結果、200名の参加者の中で1位となることができました。表彰式で名前を呼ばれた時、日々頑張ってきたことが報われた喜びと、エコー下穿刺に対する考え、指導方法は間違っていなかったと確信しました。この栄誉に慢心することなく、さらなる知識、技術向上、スタッフ指導を行っていききたいと思います。

この人紹介 !!

蒲生直幸先生をご紹介します！

2025 年 7 月から重井医学研究所附属病院に勤務されています。

今までどのような医療をされてきたのですか？

はじめまして、私は愛媛大学医学部を卒業し、大学で研修し厚生省入省しました。医療の諸問題がどのように決められて、社会がどのように動いているかを考え働きたいと考えました。厚生省健康政策局医事課で医系技官として働き、臨床研修必修化、ST 資格法制化、医師需給問題、DPC (Diagnosis Procedure Combination) のはじめのころ等関わらせていただきました。厚生省は霞が関では不夜城といわれており、国会開催中は am 1～2 時過ぎて帰り、翌朝きちんと出勤することが毎日でした。今から考えれば働き方に問題がありますが、かなり濃厚な日々を送っていました。この世の中には各利益団体、国会議員及び各個人の考え方等も様々であり、厚生省でどの方面から見ても説明が付き矛盾がない考え方（省令・政令・法律）、制度を作っていくことが大切であることを学びました。

再度臨床の場に帰り、岡山大学第三内科に所属し、宇多津病院、キナシ大林病院、愛媛県立中央病院、住友別子病院、岡山赤十字病院で腎疾患、膠原病、血管炎等を中心に診療してきました。今まで急性期病院でしか働いたことがありませんでした。急性期病院（DPC 病院）は、患者さんの入院期間、疾患の重症度が重要視されます。また、働き方改革や経営学的にも細かいルールが決められ、本来の診療・治療の場として、窮屈な状態であると感じられました。私は、医療の幅をつけるため、地域包括ケア、地域医療病棟でどのような診療が行われているかを理解するため、重井医学研究所附属病院に入職させていただきました。

趣味や休日の過ごし方は？

日赤をやめて、現在ジムに行き汗をかき（週 1 から 2 回）、体重を落として膝の負担を減らし岡山マラソンを走ることを目標にしています。最近ではサウナによる精神が整う感じにはまっています。



す。また、ジャンルを決めずに本を読むことで、自分の知らない領域や気づかないことを理解することを楽しんでいます。例えば税金のことも今まで気にせず支払ってきましたが、どうしてこのような金額を支払うのか？宗教のことも今まで気づかずに、キリスト教、イスラム教、ユダヤ教、宗教の対立原因等知らないことが多く、本当に不勉強であったと自覚している毎日です。また、時間の合間をみて囲碁をネットで楽しんでいます。

旅行が好きであり、学生時代は青春 18 切符を利用し、全国を JR で回っていました。今後は、食べ歩きや温泉に入る旅行を楽しもうと考えています。

今後のこと

コロナ禍より一段と社会は急激に変化し、働き方改革や AI 導入等キーワードが並び、情報量が多く処理しきれず、個々の考え方も多様化し、人間が生きるには、以前より更に難しい時代を迎えています。今までの固定観念を捨てて、自ら変革してゆくことが大切であると考えます。これは言葉では簡単に言えますが、責任・決断をしなければならず難しいことであると感じています。今年、60 歳となり『人生の秋』を向かえています。医師として経験していない領域を勉強して、医師として、また人間として成長でき、社会貢献できるように前を向いて働いていこうと考えています。人生は思うようにいかず、その難しさを楽しんでいこうと考えています。

糖尿病教室を開催しました

しげい病院 血液浄化療法センター 糖尿病看護認定看護師 生野 友理恵

11月14日の『世界糖尿病デー』にちなみ、しげい病院では今年も糖尿病教室を開催しました。対象者は当院に通院中・入院中で糖尿病と診断された患者さんとそのご家族、キーパーソンの方々と14名が参加されました。

テーマは「糖尿病の合併症」。糖尿病の治療目標は、血糖、血圧、脂質代謝の良好なコントロール状態と適正体重の維持、および禁煙の遵守を行うことにより、糖尿病の合併症の発症進展を阻止し、ひいては糖尿病のない人と変わらない寿命とQOLの実現を目指すことです。このことを踏まえ、参加者の方々が糖尿病合併症予防に関心を持ち、意欲的に療養に取り組むためのポイントをわかりやすく理解していただけるように講演内容に配慮しました。

まず、倉敷中央病院糖尿病内科 部長の宗友厚医師より糖尿病合併症（腎症・神経障害・網膜症）について医学的な視点からご講演がありました。

そして、糖尿病看護認定看護師は糖尿病合併症を予防するための療養上の注意点（低血糖・高血糖予防、フットケア、糖尿病連携手帳の活用、眼科の定期受診と糖尿病の治療継続の重要性）について、健康運動指導士はロコモティブシンドローム予防の体操を参加者と共に実践し、管理栄養士は高血圧予防のための減塩のコツについて、講演を行いました。参加者はメモを取りながら熱心に聴講されていました。また、食品に含まれる塩分量について認識を深めていただけるよう、フードモデルを用いた展示ブースを会場内に設けました。

閉会后、多くの参加者が展示ブースへ立ち寄り、管理栄養士に積極的に質問される姿が見受けられ関心の高さがうかがえました。参加者へのアンケート結果では「とてもわかりやすかった」「また糖尿病教室に参加したい」と高評価を得ました。しげい病院の糖尿病チームは今後もこのような活動を継続し、啓発活動に取り組みます。



▲糖尿病チーム



▲宗友厚医師による講演



▲ロコモ予防体操



▲減塩のコツ

初の「介護医療れんけいの会」を開催しました！

重井医学研究所附属病院 入退院支援センター 林 亮通

重井医学研究所附属病院として初めての試みとなる「介護医療れんけいの会」を10月28日（火）に当院講義室で開催しました。

当日は、協力医療機関として日頃より連携いただいている介護老人保健施設、特別養護老人ホーム、介護付き有料老人ホーム、グループホーム等、22施設44名の方にご参加いただき、当院職員も含めると72名の参加となりました。ご出席された方々に心より御礼申し上げます。



▲第一部 病院の概要や取り組みを説明

【第一部】

真鍋院長の開会の挨拶から始まり、病院の概要や取り組みについて説明を行いました。

続いてご参加いただいた施設の皆さんから、それぞれの施設のご紹介やご挨拶をいただきました。

【第二部】

懇談会ではケーキや飲み物を囲みながら、自由に歓談いただきました。参加者同士なごやかな雰囲気の中、情報を共有し、今後の連携について活発に語り合う時間となりました。

今回の会には、次の2つの目的がありました。

1. これまで築いてきた関係をさらに深め、連携をより深めていくこと
2. 施設と施設の繋がりを作り、患者さんが地域で安心して暮らせる体制を整えること

参加いただいた方より、「色々な施設の方と繋がりを持ててよかった」「こんなに楽しい連携の会は初めてで参加してよかった」といった嬉しいお言葉もいただきました。

今回の会は日頃の連携をよりスムーズにし、お互い理解を一層深める貴重な機会となりました。今後も地域の皆さんとよりよい介護医療連携体制の構築に努めて参ります。



▲第二部 日頃からお世話になっている皆さんとの懇談会の模様

外来透析専門クリニックとしての新たな出発

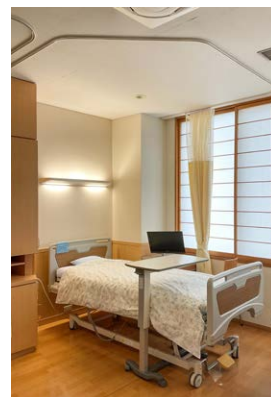
幸町記念しがいクリニック 看護部 看護師長 岡田 順子

この度、幸町記念病院は病院からクリニックへと転換いたします。それに伴い、長年続けてまいりました病棟を11月末で閉鎖することとなりました。これまで病棟と透析室が一体となり、同じスタッフが両方を担当することによって、一貫した看護を提供できていたことが幸町記念病院の大きな強みでした。急な入院が必要になった際も、透析室で慣れ親しんだスタッフがそばにいることは、患者さんの不安を和らげ、安心につながっていたのではないかと思います。「長年通院してこられる透析患者さんを最期まで看てあげたい」という前院長の宮崎雅史先生の想いは、しがい病院、重井医学研究所附属病院との連携の中で受け継いでまいります。これからは外来透析専門の幸町記念しがいクリニックとして新たな歩みを進めます。透析治療はもちろんのこと、データ管理やDW（ド

ライウエイト）検討、CKD・MBD 管理にもさらに力を入れ、患者さんが安心して一日でも長く外来通院を続けていけるよう、今後も全スタッフ一丸となって取り組んでまいりたいと思います。



▲自然光があふれる廊下



▲和風モダンな病室

第9回 おかやまマラソンに参加して

しがい腎クリニック早島 看護師 松浦 哉子

今回のおかやまマラソンは2週間前からピンポイントで雨予報でした。予報が変われ、変われと願いながら日々過ごしましたが、前日まで予報は変わらず80%の高確率でした。雨の中を走る練習もあまりしたことがなく、雨カップや保温のためのワセリンの準備、服装は何が適しているのかと調べながら考えられる全ての準備をして当日に臨みました。

朝、4時45分に目を覚まし、カーテンを開けて外をみるとかなりの雨……。ここで心はやるしかないと決まりました。朝食は鮭のおにぎり2個を食して新しく新調した鮮やかな黄緑色のクリニックのTシャツを着て、家を出発しました。気合は十分でスタートの1時間前からスタートラインで場所取りをし、スタートの号砲を待ちました。ランニングシューズは雨でびしょ濡れ、身体は冷え切ったスタートでした。沿道の応援は悪天候で少ないかと思いきや、スタートしてみると普段と変わらない声援とボランティアの方の心温まる

サポート、冷え切った身体はすぐに回復しました。

サブ5*を目標に熱い夏も頑張ってきましたが、残念ながら5時間3分の記録でした。悔しい気持ちもありますが、自己記録を更新できました。来年は5時間の壁を超えられるようまたがんばっていききたいと思います。



※サブ5とはフルマラソンを5時間未満で完走すること

10年 永年勤続海外研修旅行

～非日常の旅～

重井医学研究所附属病院 臨床工学部 大島 杏介

今回 4泊6日間の永年勤続ハワイ研修に行かせていただきました。家族での初めての海外旅行・飛行機移動のため、不安と緊張で夜しか眠れませんでした。関西国際空港より7時間かけて、なんとか無事ホノルル空港に着きました。日本ではやや肌寒かったですが、空港に着くと外に出る前から暑く、長袖を着ているのは私たちくらいしかいませんでした。

空港からロイヤルハワイアンセンターにある旅行代理店のラウンジに向かい、そこで旅行の注意点や説明を受け自由行動となりました。着いて早速疲労困憊のため、少し休んで周辺を散策しました。現地ではハロウィンイベントを開催しており、「trick or treat!」と大きな袋を持った仮装した小さな子供たちに癒やされました。我が子は初め消極的でしたが、慣れると勝手に自分でお店に入り「お菓子もらった!」と喜んでいました。

ハワイに着いての1食目は「ガーリックシュリンプ」でした。空腹でなくても絶対これだけは毎日食べると決めていました。どのお店で食べても、とても美味しかったです。海老の殻を取って食べるか、そのまま食べるか滞在中ずっと悩んでいました。今回は手が汚れるのが嫌なのでそのまま食べました。



日が暮れる前にホテルに向かいました。ホテルは幼い子供もいるため、施設内に飲食店、ビーチやラグーン、プールがあるヒルトンハワイアンビレッジを選びました。

食事や買い物で言語に悩むことは覚悟していましたが、ホテル内での飲食店で店員から「ハワイの鳥はあかん、牛肉選び」と関西弁で説明していただき、次にもしハワイに行くことができれば、またこのホテルを選びたいと思えるくらい良い環境でした。

残りの時間はアラモアナショッピングセンターを散策し、行きたかったレストランへ行き、おいしい物を食べ英気を養い、ビーチやプールでのんびりと時間を過ごすことができました。

今回、長期のお休みをいただきとても貴重な体験や良い思い出を作ることができました。

このような機会を与えていただいた職場へ感謝いたします。これを糧に今後の業務もさらに頑張っ



▲アラモアナショッピングセンター

自分のカラダと向き合う時間が作れていますか？

～はあもにい倉敷でパーソナルトレーニング開講します！～

重井医学研究所附属病院 理学療法士 石井 勇貴
松下 拳也

仕事と家庭の両立の中で、自分の身体と向き合う時間が少なくなり、運動不足に悩まされていたり、「何かしたいけど何からしたらいいのか分からない」や「ひとりではちょっと……」といったご相談も受けることがあります。そういった方の自分の身体と向き合う「きっかけ作り」のお手伝いをさせていただきます！

私たち2人は理学療法士の資格以外にも多団体のピラティスの有資格者であり、ピラティスの指導も行えます。他にもドイツで始められた姿勢の改善や脊柱への運動に特化した運動療法である、国際認定シュロスセラピスト（岡山県内に5人だけです！）や、フィジカルトレーナーの有資格者であり、さまざまな視点からご希望や目標に合わせたプログラムをご提案させていただくことが可能です。

保護者の方は「スマホ時間が長くて最近姿勢が気になる」「習い事や部活動をケガなく続けてほしい」といったお子さまへのご不安がありませんか？

「でも病院に行く程のことじゃないし……」「知らないところは敷居が高いな」とご不安を感じておられる話を耳にすることがあります。

石井は整形外科診療所での勤務歴もあり、保護者の方が行えるケア指導はもちろん、競技特性に応じたご提案や、状態によっては病院受診の必要性についてお話しします。また、お子さまを応援する保護者の方のサポートもさせていただきます。

ご希望によってはパーソナルトレーニング+αで客観的な評価をフィジカルチェックシートにてご提示させていただき、改善点の確認や中間評価で身体の変化も感じていただくこともオススメです。（先月号の「はあもにい」で倉敷高校の陸上部を測定したもの）ペア割も対応していますので、ご友人や同僚、親子でぜひお越しください！一緒に身体を動かして人生を豊かに華やかに過ごしましょう！ご連絡をお待ちしております！



▲リングを使用したピラティス指導



▲ボールを使用したピラティス指導



▲体幹の安定性評価



▲石井トレーナー（左）、松下トレーナー（右）

トレーナーのInstagram



@PERSONAL_YUKI.OKAYAMA

▲石井トレーナー
Instagram



@PERSONAL_PT.KENYA

▲松下トレーナー
Instagram

講座の時間は主に第2、第4月曜日の18:00～20:15です。ご不明点については、各トレーナーのInstagramへDM、または、はあもにい倉敷へお問い合わせください。

催し物案内

重井薬用植物園

植物園を楽しむ会

「とんど焼きで新年の彩りを
楽しむ」

日時：1月17日（土）
10：00～12：00
会場：重井薬用植物園

編集後記

●年始に行われたお年玉抽選会で当選したお米券をほぼ1年タンスの奥にしまっていました。というのも、新米の時期にいろいろなお米を少しずつ買って食べ比べてみたいと思っていたからです。9月下旬に一度、某百貨店に買いに行ったのですが、まだ入荷していませんでした。普段は実家からお米を送ってもらっていることもあり、てっきり家の周りの田んぼが稲刈りをした時期には入荷するものと思っていた。お仕事終わり、今夜は何のお米にしようか考えるのが日々の楽しみです。酷暑の中お米を育ててくださった農家の方々に感謝していただきます。（NM）

●先日、スーパーでまん丸つやつやの大きな栗を見つけた。[「そうだ、栗の渋皮煮を作ろう……」]と思い購入。栗の渋皮煮は作るのに結構手間がかかりますが、渋皮を傷つけないよう丁寧に鬼皮を剥く、何度も灰汁抜きをするなど、地味だけど黙々と行う作業が私は好きです。時間をかけて作った渋皮煮は、柔らかくしっとり、美味しくでき上がりました。次の楽しみはその渋皮煮を使ってお菓子を作ること。モンブランやマロンパイに自家製の栗の渋皮煮を使えるなんて贅沢だなあ～と一人ニヤニヤした秋の一日でした。（ZT）

「第25回 自然史博物館まつり」に 植物園・昆虫館がブースを出展しました

重井薬用植物園 園長 片岡 博之

11月2日（日）・11月3日（月・文化の日）に、倉敷市立自然史博物館で開催された「第25回自然史博物館まつり」で、重井薬用植物園と倉敷昆虫館が今年もそれぞれブースを出展しました。

今年の植物園ブースでは、トゲのある植物を集めた「トゲトゲずかん」2種類、毒のある植物を集めた「どくどくずかん」2種類の計4種類の紙を折って作る「折本図鑑」作りと、果実に鋭いトゲがある海浜植物で絶滅危惧種、ハマビシの果実と小さな貝殻を入れて作るオリジナルボールペン作りを行いました。折本図鑑は、ほぼハサミだけで作れ、気軽に取り組めることもあってか、2日間で110組以上の方に楽しんでいただきました。「どくどくずかん」では、食用にもするが生だと有毒なワラビや、最近、中毒がニュースになったイヌサフランなども紹介したところ、子供だけでなく、大人にも「勉強になる!」と大変好評でした。

昆虫館ブースでは、「昆虫は節足動物のなかまです」と題し、昆虫とエビやカニ、クモなどを含む節足動物との共通点、違う点などを解説やクイズなどにした展示のほか、昆虫の切り紙を作る工作を行い、多くの子供たちが夢中になって取り組んでいました。なお、まつり全体では、2日間で3,482人の来場者があったとのことで、大変盛況の2日間でした。



▲植物園ブース



▲昆虫館ブース

訂正とお詫び

2025年11月号（2ページ）に掲載した記事「第44回消火技術訓練大会 優勝!!」において、筆者名に誤りがありました。ここに訂正するとともに、関係者の皆さまに深くお詫び申し上げます。

【誤】重井医学研究所附属病院 事務部 総務課 小笠原裕之
【正】重井医学研究所附属病院 事務部 総務課 伊達 仁一

社会医療法人 創和会

- 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
- 幸町記念しげいクリニック

- 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

WEB版はこちら。
バックナンバーもご覧ください。➡

