



医療法人社団 重仁
まるがめ医療センター
MARUGAME Medical Center



病院長あいさつ



病院長
草野 展周

2023年4月1日にまるがめ医療センターの病院長に就任し、2024年4月1日より理事長を兼務しています草野展周です。一新した広報誌「すずらん」の発刊にあたって、病院長としてご挨拶申し上げます。

まずは自己紹介をさせていただきます。長崎大学医学部を卒業後、琉球大学医学部附属病院を経て、2000年5月より岡山大学病院に赴任致しました。岡山大学病院では総合診療内科にかかわり、感染制御部や感染症内科を立ち上げ、2020年からは世界的なアウトブレイクを起こした新型コロナウイルス感染症対策に尽力しました。2023年4月からは、まるがめ医療センターの病院長としても、地域の医療機関としての適切な感染対策を模索し、既存の検査体制の効率化や院内感染への適切な対応を実施しております。

我が国の医療に対する新型コロナウイルス感染症の影響は大きく、アウトブレイクは終息へ向かいつつありますが、依然として医療体制への影響が残っており、当院でも緩和したものの面会制限は継続しており、多大なご迷惑をおかけしております。市中での感染対策が緩和された昨年からはインフルエンザやマイコプラズマなど既存の感染症の大規模な流行がみられており、感染対策には注意が必要です。

今後は、ご逝去された元理事長の松本祐蔵先生の提案された新たな理念「私たちは、あたたかく思いやりのある地域に密着した医療を提供します」を掲げて、急性期から回復期、障害者医療を通じて地域の中核的な役割を担い、地域密着型の医療を実践するとともに、地域のかかりつけ医と連携して在宅医療後方支援病院の役割も果たしていきたいと考えております。今後とも皆様のご支援をよろしくお願いいたします。

入職式

4月1日に、入職式と新職員オリエンテーションを行いました。

今年度は新たに看護師9名、看護補助者1名、理学療法士1名、作業療法士3名の計14名の職員が仲間となりました。

病院の概要や部署紹介、医療安全、感染対策等の講義を1日かけて行いました。

オリエンテーションの最後は、グループに分かれての病院探索でした。グループごとにミッションがあり、各部署を回って病院の内部や先輩職員を知ることが出来ました。





看護部長
矢野 いづみ

看護部長あいさつ

地域とつながり必要とされる病院を目指して

当院は、回復期リハビリテーション、地域包括ケア病棟、障害者病棟を有し、急性期病院と在宅をつなぐ役割を担っています。看護部は、「患者・家族の尊厳を守り、優しい笑顔と思いやりのある看護」を看護方針に掲げ、患者さんがその人らしく安心して入院生活を過ごせるよう最善の努力をしています。看護部は、地域に選ばれる病院になるため、以下の3点について取り組んでいます。

1点目は、多職種と連携しながら入院中だけでなく退院後も安心して生活できるよう入院時から退院後の生活を見据えた継続的な支援を行っています。患者さんが住み慣れた地域で暮らせるようリハビリ、MSWやケアマネージャと情報共有し、カンファレンスを通し問題や支援方法について検討しています。また、2024年度から施設の方々とZOOMカンファレンスも始まり、より顔の見える関係性の構築に取り組んでいます。

2点目は、人として大切な「起きる」「食べる」「排泄する」「清潔にする」「活動する」を考えたケアへの取り組みです。高齢者の患者さんが多く、その方たちの尊厳とQOLを考え、どうすればよいか試行錯誤を繰り返しています。

3点目は、患者さん・ご家族を中心とした看護の提供と質向上をめざすため、教育体制について見直しを行いました。個人に合わせた成長ができる体制づくり、新人看護師教育体制を整えました。看護スタッフには、日々の患者さんとのコミュニケーションや経験を大切にし「患者さんの心の痛みや言葉にならない心の機微」に気づける看護師に育ててほしいと考え取り組んでいます。また、職員一人ひとりのワークライフに合わせ、多様な働き方やお互いを大切にできる職場風土を培い、働きやすい環境づくりを目指しています。

今後も、地域の皆様に貢献し、選ばれる病院を目指して努力していく所存です。ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



事務長
澤尻 賢一

事務長あいさつ

東原前事務長の後任として昨年4月より事務長に就任いたしました。どうぞ宜しくお願い申し上げます。平素より地域の方々、医療関係の皆さま方には大変お世話になっております。これまでと同様に当院の理念である、「私たちは、あたたかく思いやりのある地域に密着した医療を提供します」を念頭に努力して参ります。

さて現在の当院は、地域包括ケア病棟、回復期リハビリテーション病棟、障害者病棟を有し、まるがめ医療センターが位置する中西讃地域では数少ない病床機能を有しております。

地域包括ケア病棟は、急性期治療を経過し、病状が安定した患者さんに対して、住み慣れた地域での療養（在宅や一部の介護施設への復帰）を支援する病棟です。回復期リハビリテーション病棟は、脳血管疾患や骨折、廃用症候群などリハビリテーションを中心とした医療を提供し、ADLの回復と自立を支援する病棟です。障害者病棟は、重度の意識障害や脊髄損傷、重度肢体不自由など長期間にわたって集中的な医療を必要とする方へトータルケアを実践する病棟となっており、地域になくてはならない役割を担っております。

今後も様々な取り組みを通じて、皆さまの信頼と期待に応えるべく、職員一同全力を挙げて病院運営に努めてまいりますので、引き続きご支援ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

リハビリ通信

転倒について

65歳以上の30%は年1回以上転倒すると言われております。転倒した人のうち、おおよそ5%に骨折が認められると言われております。

転倒には住居等の環境要因と身体や認知等の自身が抱える要因にわかれ、それらが重なると転倒リスクが高まります。

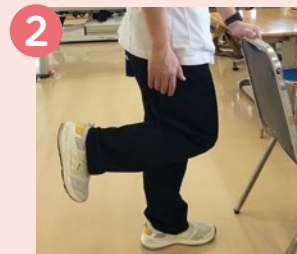
転倒予防の為に居住空間を確認しましょう。

- ①電気コードは壁にはわしたり、絨毯の下を通したりしてつまづかないようにしましょう。
- ②衣類、本、新聞など床に置いたままにせず、すぐに片付けましょう。
- ③座布団やラグマットはつまづきの原因になるため導線にはおかないようにしましょう。
- ④居間からトイレまでの照明を明るくしましょう。

転倒予防のトレーニング



1 椅子からの立ち上がり大腿四頭筋の筋力を強化しましょう。10～15回を2セット



2 片脚立ち運動でバランス能力を向上させましょう。片足ずつ10秒を10回

歩く時に意識すること



歩く時は踵から床に着地するように意識しましょう。（つま先をあげる）

踵を覆う靴を履きましょう。

感染管理認定看護師
今西 章

認 定 看 護 師 紹 介

感染管理認定看護師
下元 香里

昨年度、認定看護師を取得し、活動しています。

認定の教育課程では同じ志を持つ仲間と励まし、助け合いながら多くの課題に取り組みました。研修期間の中では、自施設における自身の役割や求められる能力について明確にすること、さらに感染に関する専門的な知識の習得だけでなく、自身の今までの看護を振り返ることができ、とても貴重な時間となりました。認定看護師としてスタートラインに立ち、看護部だけではなくさまざまな職種の方々のサポートを受けながら感染対策活動を行っています。

今後も感染管理認定看護師の役割である感染から「患者を守る」・「自分自身を守る」・「周りのスタッフを守る」ため、自己研鑽を忘れず科学的根拠を持って感染対策の実践・指導・教育ができるよう日々精進していきたいと考えています。ご協力の程よろしくをお願いします。



昨年、香川県看護協会主催で感染管理認定看護師の教育課程が開催されることになり、受講させていただきました。

当院は、キャリアアップに対して、サポート体制が整っています。病棟の皆様の協力もあり、子育てをしている中で資格を取得する事ができました。

日々の仕事を離れ大学病院や国立病院での貴重な専門領域の実習は、とても実のある実習で、日々切磋琢磨できる学友と励まし合い、最後まで乗り越えられたと感じています。

今後は、感染管理認定看護師として、感染を「持ち込まない・持ち出さない・広げない」の3原則を意識し合える組織風土を作るため、病院全体が興味を持ち取り組める、相談しやすい環境を作っていきたいと考えています。

美容皮膚科紹介

美容皮膚科外来を開始しました!!

2025年1月よりスタートしました美容皮膚科外来のご紹介をさせていただきます。

お肌のお悩みは何でしょうか。『お顔のシミやシワ』『ハリ・つやのある綺麗な肌』『ムダ毛の脱毛治療』など、ご年齢は関係ありません。誰もが、少しでも若々しく健康的な肌を目指しています。

美容医療がブームとなる中、当院も遅ればせながらもようやく開設となりました。病院という安心で安全な環境を大きなメリットの1つとしてかかげ、わかりやすい料金設定とお待たせしない短時間治療に取り組んでいます。

美容治療に少し意識を持ち始められた皆様や「ちょっと敷居が高いなあ」と思われていた皆様にも気軽にお越しいただける空間ではないでしょうか。

当院では、シミ、シワ、美肌、医療脱毛などの治療をしています。まず、カウンセリング外来でお悩みの症状を確認させていただきます。また、他院様で受けられていた場合にも、カウンセリング外来にて治療経緯の確認など情報の共有をさせていただきます。

美容の治療は継続することが大切です。ご自身で頑張っていた毎日スキンケアや肌管理が最も大事なケアとなるのですが、定期的な美容外来での治療が、そのブースター効果の役割となるようしっかりお手伝いいたします。

まだ駆け出したばかりの外来です。地域の皆様や職員の声をいただきながら、気軽に訪ねただけのような笑顔の絶えない温かい外来にしていきたいと思っておりますので、これからもよろしくお願いたします。



予約の流れ

Step 1 カウンセリング外来のご予約

治療のご相談の方は、カウンセリング外来で承ります。
お電話にてご予約をお取りください。



Step 2 カウンセリング外来の受診

専属の医師が患者様のお悩みやご希望をお伺いいたします。ご相談の内容をもとに、最適な施術や治療のご提案をさせていただきます。

保険証(マイナンバーカード)、予約票・紹介状(ある方)、診察券をご持参のうえ、ご来院ください。

カウンセリング料・・・¥2,200



Step 3 美容皮膚科・施術のご予約

カウンセリング内容に関して十分にご理解いただいたうえで初回施術のご予約をしていただけます。施術は、後日改めてご来院していただくこととなります。

再診料・・・・・・・・・・¥1,100



五月病に負けない食事について

新年度を迎え、5月は生活環境の変化から、心や体の疲れが出やすい時期です。憂鬱な気分を乗り切るために役立つ栄養素をご紹介します。

トリプトファン

睡眠や精神安定に関わるセロトニンという物質を体内で合成します。赤身の肉や魚、卵、乳製品、大豆製品、ナッツ類に多く含まれます。



ビタミンB6

セロトニンを生成する際に欠かせないビタミンです。鶏肉やマグロやカツオなどの魚、バナナに多く含まれます。



炭水化物

トリプトファンの吸収をよくする為に必要です。穀類、芋類、果物に多く含まれます。



これらは意識して取りたい栄養素ですが、バランスよく取り入れることが大切です。3食バランスの良い食事を心掛けましょう。

医 事 課 だより



みなさんはマイナンバーカードをお持ちですか？

実はそのマイナンバーカードを保険証と紐付することで、従来の健康保険証として利用することが出来ます。

利用登録されたマイナンバーカードは「マイナ保険証」と呼ばれ、マイナ保険証を利用すると患者さんご本人の同意に基づき、別の医療機関・薬局で処方されたお薬の履歴などが他の医療機関・薬局で参照できて、お薬の飲み合わせなどの調整がしやすくなったり、窓口で限度額以上の支払いが不要になったりと、様々なメリットがあります。

2024年12月2日以降、現行の健康保険証は廃止され、マイナ保険証への完全移行が予定されています。なお、マイナ保険証を保有しない方には、「資格確認書」が無償で発行され、医療機関の窓口で「資格確認書」を提示することにより従来通りの保険診療を受けることが可能になっています。

まだ、マイナ保険証をお持ちでない方は、医療機関・薬局のカードリーダーからでもマイナンバーカードと健康保険証の利用登録ができますので、ご希望があればスタッフにお声掛けください

知っく情報

2025年度から帯状疱疹ワクチン定期接種が始まります



帯状疱疹とは

帯状疱疹は、水痘帯状疱疹ウイルスが再活性化することにより、神経に沿って、痛みを伴う水疱（水ぶくれ）が現れる皮膚の病気です。合併症の一つに皮膚の症状が治った後も痛みが残る「帯状疱疹後神経痛」があり、日常生活に支障をきたすこともあります。70歳代で発症する方が最も多くなっています。



定期接種の対象となる方

- ①年度内に65歳を迎える方
- ②60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり日常生活がほとんど不可能な方
- ③2025年度から2029年度までの5年間の経過措置として、その年度内に70、75、80、85、90、95、100歳※となる方も対象となります

※100歳以上の方については、2025年度に限り全員対象となります

接種する方法

生ワクチン、組換えワクチンの2種類があり、いずれか1種類を接種します。各ワクチンは、接種回数や接種方法、接種スケジュール、接種条件、効果とその持続期間、副反応などの特徴が異なります。

自治体や医療機関により取扱うワクチンが異なりますので、接種を希望される方は、お住まいの自治体からのご案内などをご確認ください。



医療法人社団 重仁

まるがめ医療センター

MARUGAME Medical Center

● 発行者：広報委員会

〒763-8507 香川県丸亀市津森町219番地
TEL 0877-23-5555 FAX 0877-23-6200
<https://jyujin-mmc.jp>