



2025/10

第155号

JA徳島厚生連だより

お元気ですか／

- 北里大学北里研究所病院 講演会・協定式 …… 2
- 阿南医療センターにおける
「摂食・嚥下と栄養サポート」の取り組み …… 3
- 吉野川医療センターの消化器内科について …… 4
- ACP 研修会を開催しました …… 5
- 院内阿波踊り …… 6
- 夏休み職場体験 …… 6
- 腸活で毎日元気に！ …… 7
- 私の元気のみなもと …… 7
- にこにこ保育園通信 …… 8

北里大学北里研究所病院と 阿南医療センターが 協定書を締結しました

阿南医療センター

院長 前田 徹

このたび、阿南市が約10年にわたり交流を深めている、東京都港区に所在する北里大学北里研究所病院と、阿南医療センターが連携させていただくこととなりました。去る2025年7月6日、仁木博文厚生労働副大臣と岩佐義弘阿南市長にご臨席を賜り、北里大学北里研究所病院の金子博徳院長と、阿南医療センターとの間で協定書を交わすことができました。



北里大学北里研究所病院は、明治25年に北里柴三郎博士によって東京都港区白金に開設された、非常に伝統ある病院で、現在は学校法人北里研究所が、北里大学病院および北里大学メディカルセンター等とともに運営されています。病床数317床を有する急性期病院として、災害拠点病院にも指定されています。



今後、阿南医療センターは、北里大学北里研究所病院との職員同士の交流等を通じて、両院の医療レベルのさらなる向上を目指し、連携を深めてまいります。

連携協定締結式当日には、金子院長に、阿南市コスモホールにてご講演を賜りました。「健康寿命を伸ばすために～ロコモに負けない身体づくりを～」という演題で、多くの市民の方々に健康寿命に関する有益な内容の講演をしていただきました。来場者は約430名で、盛況のうちに終了いたしました。

さらに同日午前には、阿南市のプロサーファー・武知実波さんの日本サーフィン連盟副理事長ご就任を記念して、辰巳海岸にてビーチクリーン活動がありましたが、この催しにも金子院長をお誘いし、ご参加いただきました。東京の第一線でご活躍されている急性期病院の院長に、阿南市の活動を知っていただくことができ、また地方の自然環境を満喫していただきました。

阿南市と東京都港区の交流・連携に両地区の医療機関同士の連携が加わり、首都東京と地方の阿南市が更なる連携を継続していくことに大きな意義があると考えています。

阿南医療センターにおける 「摂食・嚥下と栄養サポート」の取り組み

阿南医療センター 耳鼻咽喉科

部長 戸田 直紀

① 摂食・嚥下サポートチーム

耳鼻咽喉科医・看護師・言語聴覚士・管理栄養士・薬剤師・理学/作業療法士・歯科衛生士・ソーシャルワーカーなどが入院患者さんの「食べる」をサポートします。まず摂食・嚥下機能評価を行い口から食べることができるかどうかを判断し、必要に応じてリハビリや口腔ケア、食材や薬の形状の提案などを行います。また当院に往診いただける歯科医の紹介や退院時に自宅や他施設への連携サポートなども行っております。ただ当院にはチームの中心となるべき「摂食・嚥下認定看護師」がいないことが最大の問題であります。

② NST (栄養サポートチーム)

皆さんNSTをご存じでしょうか。NHKの連続テレビ小説「おむすび」をご覧になられた方はよくお分かりかと思います。当院では、研修を受けた医師、看護師、管理栄養士、薬剤師のそれぞれ2名ずつをメンバーとするNSTが2024年9月から活動を開始しました。週1回、5～8名程度の入院患者さんの病室を訪問し栄養状態をチェックして、食事や栄養に関する提案を行っております。

③ オンラインでの診療

新しい試みとして先日、オンラインでの診療を行いました。退院された患者さんのご自宅に訪問看護師がお伺いして食事の様子(図1)、食事内容とその保存(図2)などオンラインで病院と繋がります。院内では医師や言語聴覚士、管理栄養士が画面を見ながら(図3)、食事の仕方やご家族の介助方法、食事内容や栄養などについてアドバイスします。ご自宅で不安を抱えていた患者さん・ご家族が、とても安心できたと喜んでいただきました。しかしまだまだ試験段階にて、器材の整備や職員の確保など問題は山積みです。少しずつ問題をクリアしながら近い将来、摂食・嚥下・栄養のオンライン診療が開始できればと考えております。

図1:ご自宅での食事の様子



図2:ご自宅での食事内容とその保存



図3:オンライン診療の様子(病院内)



図4

④ 意思決定支援

人は年老いて寿命が近づくとやがて食べられなくなり、対応の選択に迫られます。自分は「管に繋がれてまで長生きしたくない」と思っているにもその時には伝えることができず、残された家族は、「どんな形でもいいから少しでも長生きして欲しい」とと人工栄養(経鼻経管・胃瘻・中心静脈栄養など)を選択されるケースも少なくありません。何が正しいとかではなく人それぞれの考えが尊重されるべきであり、自分の思いを今のうちに残しておくサポートをするのが「意思決定支援」であります。「もしもの時のために」という冊子(図4)も活用しながら今後、活動を広めていく予定です。



氏名			
生年月日	年	月	日

吉野川医療センターの 消化器内科について

吉野川医療センター 消化器内科

医長 野田 和克

吉野川医療センター消化器内科医長の野田と申します。2022年10月から当院に赴任し、約3年が経過しました。今回は、当院の消化器内科についてご紹介させていただきます。

消化器内科の一般的な診療内容は、消化器系臓器に関連する疾患の診断と治療です。消化器系と言っても、食道、胃、十二指腸、小腸、大腸、肝臓、膵臓、胆嚢といった複数の臓器を表しています。

当科で日常的に行っている検査として、上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）と下部消化管内視鏡検査（大腸カメラ）があります。当院での検査件数は、上部が1年あたり約1,800件で、下部が約1,600件です。検査目的で多いのは、慢性胃炎の経過観察、胃癌検診（バリウム造影検査）での異常精査、大腸癌検診（便潜血）陽性の精査などです。当院では、鎮静剤を使用することで内視鏡検査の苦痛を軽減することが可能です。

当院では小さい大腸ポリープに対して、2024年から日帰りでのポリープ切除術を開始しました。事前に血液検査を行っておけば、初回の内視鏡検査の際に切除することも可能ですので、何度も検査を受ける必要がなく患者さんの負担軽減になっています。

また、近年は脂肪肝を背景とした肝硬変の発生率が増加しています。肝硬変になると肝癌発症のリスクになる他、消化管出血、意識障害や血小板減少などを引き起こす可能性があります。普段から適度な運動を行うことや甘いものを控えることなど、生活習慣に注意が必要です。

今後も地域に根差した病院として、患者さんが安心して受診できるよう日々の診療を心がけていきます。



ACP研修会を開催しました

吉野川医療センター

緩和ケア認定看護師 延 めぐみ

7/30 に阿南医療センターより寺嶋吉保先生をお迎えし、ACP 研修会を開催しました。研修会には看護師だけでなく、医師、薬剤師、MSW など多職種の参加もあり総勢 66 名と多数の方に参加いただきました。

ACP は「アドバンス・ケア・プランニング (Advance Care Planning)」の略で、将来の医療やケアについて、本人の意思に基づいて家族や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、意思決定を支援する取り組みです。日本では厚生労働省によって「人生会議」という名称も用いられており、自分の人生観や価値観に沿った希望を具体化することを目的としています。具体的には、①大切にしたいこと：自分らしく生きるために大切にしたい価値観や希望②受けたい医療・ケア：延命治療の希望、痛みの管理、最期を迎えたい場所、③信頼できる人の選定：自分の意思を伝えてくれる家族・友人 代理意思決定者などについて話し合います。話し合いは1回で終わるものではなく、患者様の健康状態や考え方の変化に応じて何度でも見直すことが大切です。

寺嶋先生からは、ACP についての概要や ACP は誰のためにあるものなのか、どうやって進めていくのかなどについてご講義いただきました。また、阿南医療センターの取り組みとして、ACP チームを立ち上げ、組織で ACP に対する取り組みを開始しているとのことでした。

当院では ACP に対し、具体的な取り組みは出来ていないのが現状です。アンケート結果で、ACP についてかかわり方や環境づくりなど勉強会を開いてもいいのではないかという意見も聞かれました。それらの意見も取り入れながら、緩和ケアチームでも ACP について理解を深めてもらえるよう検討していきたいと思います。



吉野川医療センター



院内阿波踊り

令和7年8月14日、吉野川医療センターにおいて、毎年恒例の阿波踊りイベントが開催されました。今年も吉野川中央阿波踊り振興会に所属する龍虎連さんにお越しいただき、三味線をはじめ大太鼓、笛、鼓などを用いた、軽快で陽気な「ぞめき」のリズムの中、エントランスホールで隊列を変えながら、優雅でしなやかな女踊りや力強くダイナミックな男踊りの後、最後は息の合った総踊りを披露していただきました。普段静かな院内が「ぞめき」や踊り子たちの掛け声で溢れ、入院患者さんやスタッフら約100人が躍動感あふれる踊りを満喫しました。



阿南医療センター

職場体験学習

~~未来の自分に出会う夏~~

医療教育委員会 鶴羽 佑樹

2025年8月19日(火)に高校一年生を対象とした職場体験学習を開催しました。「未来の自分に出会う夏」というテーマのもと、対象地域から学生さんが参加してくださいました。

職場体験を実施した職種は、医師・薬剤師・看護師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・診療放射線技師・臨床検査技師・臨床工学技士・管理栄養士・調理師・医療保険事務です。

職場体験を終えた学生さんたちからは、「いろいろな職業について知れたり、いろいろな経験ができた、とても楽しかった」、「オペ室などの普段は見えない場所を見ることができて面白かった」、「自分の中での将来の選択肢が広がった」などの声が聞かれました。

限られた時間の中でしたが、来てくださった学生さんたちに楽しんでいただけたと思います。今後もこのような職場体験学習を行い、学生さんの将来の進路を広げられる機会を提供していきたいです。



医師体験（医師による医療機器についての説明）



栄養コラム

吉野川医療センター 栄養管理科

腸活で毎日元気に！

疲れやすい、気分が落ち込む、下痢や便秘、アレルギー症状が出やすい…。
もしかして腸内環境が乱れているのかもしれない。
不規則な生活や食生活で腸内環境が乱れると、様々な身体の不調を招きます。
腸内環境を改善し、毎日元気に過ごしましょう。

腸内細菌の働き

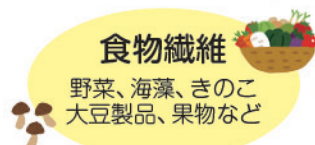
乳酸菌、ビフィズス菌、酪酸菌などが“善玉菌”と呼ばれ、身体に良い働きをしています。

- 有害物質の体内への侵入を防ぐ
- ビタミンやホルモンをつくる
- 生活習慣病を予防する
- 免疫細胞を活性化する（免疫細胞の7割が腸に存在）
- アレルギー症状・花粉症の緩和（炎症や免疫の過剰な働きを抑える）
- 幸せホルモンをつくる（こころの健康）



腸内環境を整える生活習慣

①善玉菌の好きな食品を食べる



発酵食品

納豆、キムチ、ヨーグルトなど

オリゴ糖

バナナ、ごぼう、アスパラ、玉ねぎなど

魚



②悪玉菌の好む食品を控える

脂の多い肉類、砂糖・塩分の多い食品



④十分な睡眠をとる

睡眠不足で腸内環境が乱れることも…



③冷えを防ぐ

冷たい飲み物や食べ物のとり過ぎに注意しましょう



⑤適度な運動をする

散歩や早歩きを習慣をつけましょう
空いた時間にストレッチも



私の元気のみなもと

阿波病院

看護師 檜原 隆子

私は阿波病院で看護師として勤務する傍ら、阿波市の野良犬・猫保護施設「野良保護うちんく」でボランティア活動をしています。一匹でも多くの犬・猫が新しい家族に迎えられるよう、日々のお世話や譲渡会のお手伝いを続けています。

施設では捨てられた子やさまざまな事情で飼い主と離れた子たちを預かっています。個々の健康管理など、お世話は想像以上に大変ですが、この子たちからたくさんの癒しや元気をもらえます。新しい家族が決まった時には少し寂しさもありますが、それ以上に大きな喜びと充実感で胸がいっぱいになります。

人も動物も同じ命です。一匹でも多くの命が守られ、温かい家庭で暮らせるよう、活動を続けています。よかったら皆様も譲渡会に足を運んでみてくださいね。



施設の情報はこちらから





にこにこ保育園通信

夏祭り



8月23日に、にこにこ保育園で今年も夏祭りを開催しました。ヨーヨー釣りにスイカわり、くじ引きなど楽しい出し物がいっぱい!!親子で参加していただき、少しの時間でしたが夏祭りを楽しんでもらえました。トウモロコシのくじびきはとても人気で好きなトウモロコシを引っ張るとお菓子が!!手作りトウモロコシもプレゼントで持って帰ってもらうと、おうちでトウモロコシを持って遊んでくれた子がたくさんいました♪

