

高津川 だより

特集／

摂食嚥下支援チームの活動について

「骨粗鬆症」とは

特集／

高校生看護体験を実施しました

令和7年度『災害対応訓練』赤十字は動いている

季節ごとの行事・イベント／新任医師紹介
外来担当一覧





摂食・嚥下障害看護認定看護師

寺戸 ゆり

私たちは、食事を食べることで、栄養を身体の中に摂り入れながら生きています。

「食べる」とは生きていく上でとても大切なことであり、「食」と元気になる」と言っても過言ではありません。この「食」という行為は、様々な要素が複雑に関わりあつてできています。

これを専門用語で「摂食嚥下」と言います。

では、食することに支障が出る、「摂食嚥下障害」は、なぜ起こるのでしょうか？

脳血管障害や認知症、フレイル・サルコペニア*などが原因となり、起こると言われています。症状はさまざまです。

- 口が閉じにくい
- 口の中に食べ物が溜まってしまふ
- ご飯がうまく認識できない
- 身体が痩せてきて飲み込みの力が弱まる

といった症状が起こります。こうした要因が重なりあうことで、摂食嚥下障害が生じ、誤嚥性肺炎へとつながることもあります。

そこで私たち「摂食嚥下支援チーム」が摂食嚥下障害を有する患者さんへ継続した支援を行っております。

います。

毎週金曜日にこのチームで対象患者さんの回診を行い、美味しく食事を食べていただけるように、との思いで多職種協働の活動を行っております。

口から食することは生きる上で欠かせない行爲です。

しかし、それだけではなく、大切なご家族やご友人と「美味しいね」と言いながら食事をする心は満たし、幸せな時間を生み出します。

その大切な「食への喜び」を守るために、私たち摂食嚥下支援チームは、これからも「食べることを支える取り組みを続けてまいります。



カンファレンス



回診

* フレイル：加齢などにより、心身の活力が低下している状態
サルコペニア：加齢や病気を背景に、筋肉量や筋力が低下した状態

「骨粗鬆症」とは

FLS(骨折リエンサービス)チーム

薬剤師 田原 明子

骨粗鬆症は、骨の密度や質が低下して骨折しやすくなる病気です。特に高齢者や女性に多くみられ、咳やくしゃみなどの軽い衝撃でも骨折することがあります。

年齢に伴う骨量の変化

人の骨量(骨密度)は、年齢とともに大きく変化します。骨は常に新陳代謝を繰り返しており、古い骨が壊され(骨吸収)、新しい骨が作られる(骨形成)ことで健康な状態が保たれています。しかし、このバランスは年齢によって変化します。

骨量は成長とともに増加し、20歳前後で人生最大に達します。この時期に十分な骨量を獲得することが、将来の骨の健康に大



きく影響します。成長期の無理なダイエットは十分な骨量の獲得を妨げる可能性があるため注意が必要です。

その後40歳代半ばくらいまで骨量は比較的安定していますが、50歳以降になると加齢に伴い骨量が自然に減少していきます。特に女性は閉経後、女性ホルモン(エストロゲン)の減少により骨吸収が進み、骨量が急激に低下します。

70歳以降はさらに骨量の減少が進み、骨がもろくなっています。このため、転倒などによる骨折のリスクが高まり、生活の質に大きな影響を及ぼすことがあります。

骨折がきっかけで寝たきりや要介護状態になるケースも多く、骨粗鬆症の予防と治療が非常に重要となります。

骨粗鬆症の治療はいつ始める?

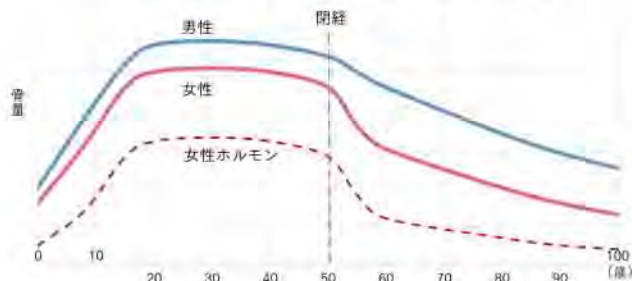
治療開始の判断は、骨密度の数値だけではなく、骨折歴や骨折リスクの評価も含めて総合的に行われます。

例えば、大腿骨近位部骨折(足の付け根の骨折)や椎体骨折(背骨の骨折)がある場合は骨密度に関係なく治療の対象となります。また、その他の部位の骨折については、骨密度が低いと判断された場合に治療の対象となります。

骨代謝のイメージ



年齢に伴う骨量の変化(イメージ)



	薬の種類	使用方法
骨吸収抑制薬	ビスホスホネート製剤	内服 1日1回、週に1回、月に1回など
		静脈注射 月に1回
		点滴静脈注射 4週に1回、年に1回
	抗ランクル抗体製剤	皮下注射 6ヶ月に1回
骨形成促進薬	サーム製剤 (SERM製剤)	内服 1日1回
骨吸収抑制 骨形成促進薬	副甲状腺ホルモン製剤	皮下注射 毎日、週に1回、週に2回など
	抗ストレロステン抗体製剤	皮下注射 月に1回
骨代謝調整薬	活性型ビタミンD ₃ 製剤	内服 1日1回、1日2回など

さらに、骨折がなくても、骨密度が著しく低い場合や、両親に大腿骨近位部骨折の既往があるなど骨折リスクが高く、かつ骨密度が低い場合も治療の対象となります。

骨粗鬆症の薬

骨粗鬆症と診断された場合、薬による治療がはじまります。

骨粗鬆症の薬にはさまざまな種類があり、それぞれ作用や使用方法が異なります。

●骨吸収抑制薬
骨を壊す細胞の働きを抑えて、骨密度を保ちます。

●骨形成促進薬
骨を作る細胞の働きを活性化し、新しい骨の形成を促します。

●骨吸収抑制および骨形成促進薬
骨吸収を抑えつつ骨形成を促進し、短期間で骨密度を高める効果があります。

●骨代謝調整薬(活性型ビタミンD₃製剤)
腸からのカルシウムの吸収を促進し、骨の栄養状態を改善します。

治療薬は、年齢、骨折歴、通院頻度、他の病気の有無などを総合的に判断して決定されます。

骨粗鬆症の治療では、薬を続けることがとても大切です。薬を途中でやめてしまうと、骨密度が再び低下し、骨折リスクが高まるおそれがあります。

現在治療中の方は、薬の飲み方や飲む間隔、注射する間隔などをもう一度確認し、安全で効果的な治療を続けましょう。

もし、薬が飲みこみにくい、飲み忘れが多いなど、飲み続けることが難しい場合は医師や薬剤師にご相談ください。よりよい治療方法を一緒に検討しましょう。



特集

高校生看護体験

を実施しました

令和7年8月5日(火)・7日(木)に

高校生を対象とした一日看護体験を

実施しました。

益田圏域内の4校から計28名の高校生が

参加してくれました。



看護師のユニフォームに着替えて体験がスタート。まずは院内を回って病院見学を行いました。両日とも天候に恵まれ、ヘリポートも見学してもらいました。初めてのヘリポートに感動する様子が見られました。その後、1階から2階にかけての設備について説明を受けました。

続いて手術室の見学を行いました。普段は見ることのない場所に緊張した様子でしたが、スタッフによる設備の説明に興味津々で耳を傾けていました。

その後、手術時にスタッフが着用する手術着を実際に着てみました。清潔にした手を汚さないように着る方法の説明を受け、ペアになって体験。さらに、手術中の放射線被ばくを減らすためのプロテクターも着用し、その重さに驚いていました。

手術台の機能についても説明を受け、ベッドが温かくなることや傾きを操作できることなどを学びました。傾きを体験した際には「急に動いて怖かった」といった声もあり、スタッフから患者さんへの声かけの重要性を感じていただきました。その他、手術で使用する器具に触れたり、術者の手の影ができないようにする无影灯の見学も行いました。

次に各病棟に分かれて、看護師の業務見学や看護体験を行いました。洗髪や足浴、手浴の体験では、初めてのことで戸惑いながらも、患者さんに湯加減を聞いたり、コミュニケーションを取りながら一生懸命取り組んでいました。最後には患者さんから「今日はありがとう、いい看護師さんになってね」「孫みたいな年の子に洗ってもらうなんて初めてで嬉しい」などの温かい言葉をいただきました。また、生徒同士で血圧を測定したり、車椅子乗車体験をしたりと、楽しそうに取り組んでいました。





参加した生徒さんの感想

- 患者さんの体を洗わせてもらった時、温かい言葉をいただき、とても嬉しかったです。
- 患者さんと接する中で、一人ひとりに合わせる柔軟さが大切だと感じました。臨機応変に対応したり、よく観察したり、看護師には多くのスキルが必要だと分かりました。
- 優しい看護師さんばかりで、体験がとても楽しかったです。初めて看護体験をしてみても、自分がイメージしていた看護とのギャップがあり、新しい発見ができました。
- 患者さん一人ひとりにきちんと対応されていて、看護師はすごいなと感じました。また、実際に患者さんと接してみても、コミュニケーションを取るのが難しいと感じましたが、体を洗った後に患者さんから「ありがとう」と言われ、とても嬉しかったです。1日を通して楽しく、新たな学びもあり、良い経験になりました。
- 看護師の体験をしてみても、患者さんの様子を見ながら作業することの大切さを感じました。ただ仕事をするだけでなく、患者さんに声を掛けながら作業する姿がかっこよかったです。体験を通して、改めて看護師になりたいという気持ちが強くなりました。



- 足と手を洗う体験の時に、患者さんがたくさん話してくださり、高齢者の方と関わることはとても良いなと思いました。
- 手浴はどのようにするのかと聞いていましたが、アロマの良い香りがして、患者さんにとってもリフレッシュになると感じました。「ありがとう」と言われた時はとても嬉しかったです。
- 初めは不安でしたが、体験してみても、すごくやりがいを感じる仕事だと思いました。看護師さんがとても優しく、洗髪や足浴の体験を楽しく行うことができました。
- 看護体験を通して、看護師の仕事の大変さややりがいを知ることができました。看護師さんが患者さんに対して優しい言葉をかけている姿を見て、すごいと思いました。自分の憧れていた看護師になれるように頑張りたいです。
- 生まれたばかりの赤ちゃんを抱っこしたのは初めてで、感動しました。
- 足浴をした時に「それは撫でているだけよ」と言われ、力加減の難しさを感じました。減多にできない体験ができて、とても学びになりました。
- 患者さんと接する中で、看護師さんのコミュニケーション力に驚きました。将来看護師になりたいと思っているので、患者さんの笑顔を見た時に「やっぱり良い仕事だな」と感じました。

担当した看護師の感想

- 生徒同士で手術用のベッドを操作して頭を下げるなど、楽しそうにしていました。プロテクターの重さに驚いていました。
- 生徒も初めは緊張していましたが、患者さんから「ありがとう」などの声をかけていただき、自然と笑顔になり、嬉しそうでした。
- 患者さんの体操と一緒にやったところ、患者さんがいつもより生き生きしていました。
- 生徒同士で血圧測定を行う際、説明通りに血圧計を巻いて値が表示されると嬉しそうでした。洗髪中には患者さんが目を閉じて、気持ちよさそうにしていました。
- 一つひとつの体験や会話に対して、とても新鮮な反応をしてくれて、こちらでも楽しく体験をしてもらうことができました。赤ちゃんから高齢の方まで関わることで、命の大切さや看護の仕事が少しでも身近に感じてもらえたら嬉しいです。
- 看護体験を終えて、「看護師という職業に少しでも興味を持ってくれた？」と聞くと、「はい！」と笑顔で答えてくれて、とても嬉しかったです。
- 今回の一日看護体験を通じて、「看護師」という仕事のイメージが変わったのではないかと思います。看護師の仕事の大変さや難しさを感じた一方で、それ以上にやりがいや楽しさも知っていただけたと思います。今回の経験が、皆さんの進路選択の一助となれば幸いです。
- 看護体験は毎年開催しておりますので、医療や看護に興味のある方はぜひご参加ください。お待ちしております。
- いつの日か、皆さんと一緒に働ける日が来ることを楽しみにしています。お疲れさまでした！

赤十字は動いている

9月27日（土）に災害対応訓練を実施しました。

訓練の目的

災害拠点病院として大規模災害における病院機能の維持と事業継続および多数傷病者の受入れ時の迅速かつ的確な診療体制の構築を目的とする。

訓練想定

9月26日15時頃 鹿足郡津和野町付近（弥栄断層）を震源とするマグニチュード7.6強の地震が発生。益田市内の震度6強の揺れを観測し、同地区を中心に被害を受ける。火災の発生は少ないが建物倒壊や急傾斜地崩壊により人的被害が発生している。

9月27日、一夜明け救出された傷病者が当院へ救急搬送、または自力で来院している。

（参加者）

当院職員	114人
益田広域消防本部	3人
石見看護高等学院	34人
益田保健所	3人（見学）

訓練内容

2階事務室に災害対策本部を設置。入院患者さんおよび職員の安否確認、建物の被害状況を確認し、災害レベルを決定し、体制を整えました。
また、診療部門では、1階フロアにトリアージエリアと重症度ごとに緑・

黄・赤・黒の各エリアを設置し、多数傷病者の受け入れ体制を整えました。
今回の訓練では、良かった点や前回の反省から改善された点がありました。

- 実際の災害を想定した動きができ、緊張感のある雰囲気を経験できた
- チームビルディングのおかげでエリアの流れや役割分担ができて良かった
- 初めての参加で、災害時の自分の役割を理解する良い機会になったなど

また、課題もいくつか出てきました。

- 災害時に電子カルテやEIPSが使用できるとは限らないので、それらがダウンしていると想定する訓練も必要

- トリアージエリアにて黒と判断した際の家族への説明、対応はどうすべきか

- 他のエリアに行くこともあるため、エリアの配置表を貼っておいても良かったかもしれないなど

今後も検証を行い、いつ災害が起きても医療を継続できる体制づくりを強化していきたいと思います。

最後に、講師としてご指導いただいた島根大学高度外傷センターの皆さん、訓練に参加していただいた石見高等看護学院の学生の皆さん、益田広域消防本部の皆さん、益田保健所の皆さん、ご協力いただきありがとうございます。

院内学術発表大会

7月12日(土)に院内学術発表大会が開催されました。研修医から3題、リハビリテーション技術課から1題、薬剤部から1題、検査部から1題、放射線科部から1題、看護部から1題の計8題に加え、総合診療科の岡本医師のミニレクチャーが行われました。今後も研鑽に努めていきます。



献血バス

7月17日(木)に島根県赤十字血液センターより献血バスがやってきました。午後の2時間半と短い間でしたが、一般の方と当院職員合わせ26人の方が献血に來られました。ご協力いただきましてありがとうございました。



赴任医師歓迎事業

8月6日(水)に益田市より市内の病院に赴任された医師に歓迎の意を伝える赴任医師歓迎事業を開催していただきました。益田市市長より、歓迎のお言葉をいただくとともに益田市の特産品を詰め合わせた記念品の贈呈がありました。益田市市長をはじめ、関係者の皆様ありがとうございました。



メディカル・アカデミー

8月8日(金)に島根県が主催する、県内の中学生を対象とした「令和7年度メディカル・アカデミー」事業を開催しました。益田市、浜田市、吉賀町から7名の中学生が参加してくれました。研修医による講話から始まり、血圧測定や心肺蘇生法、縫合や聴診器を体験しました。



ゴッチャ楽団コンサート

8月23日(土)にゴッチャ楽団によるロビーコンサートがありました。

様々な種類の楽器が奏でる音色を聴き、入院患者さんもロビーで楽しいひとときを過ごしておられました。ゴッチャ楽団のみなさん、楽しい音楽をありがとうございました。



車いすの寄贈

9月22日(月)、株式会社サンリオ様より日本赤十字社に車椅子をご寄贈いただき、そのうちの1台が当院に届きました。寄贈いただいた車いすにはかわいいサンリオキャラクターが描かれています。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。



益田赤十字病院 第6回インスタ大会開催中!

今回のテーマは「部署紹介」です。みなさんの「いいね」の数で順位が決まります。ぜひ、フォローといいいねをお願いします!



益田赤十字病院 Instagram



新任医師紹介



眼科医師

福田 薫
(ふくだ・かおる)

「抱負」島根大学より参りました。眼科医の少ない益田で、少しでもお役に立てるよう誠心誠意頑張っていきたいと思っています。



産婦人科医師

藤川 遥香
(ふじかわ・はるか)

「抱負」10月から新しく産婦人科で働かせていただくことになった藤川遥香です。島根大学出身ですが益田は初めてなので楽しみです。まだまだ未熟ですが少しでも益田の医療に貢献できるよう頑張ります。

益田赤十字病院 外来担当一覧

令和7年11月1日現在

科 別	診 察	月	火	水	木	金	備 考
内 科	午前	岡本 栄祐 (総合診療)(初再診)	徳丸 黎 (総合診療)(初再診)	正林 督章 (総合診療)(初再診)	桐田 郁 (総合診療)(再診のみ)	青木 光 (総合診療)(初再診)	総合診療科: 毎週木曜日紹介不可
	午後	—	—	岡本 栄祐 (総合診療)(初再診)	—	—	
	午前	又賀 建太郎 (内分泌・代謝)	又賀 建太郎 (内分泌・代謝)	又賀 建太郎 (内分泌・代謝)	又賀 建太郎 (内分泌・代謝)	竹谷 海 (内分泌・代謝)	金曜日(隔週): 竹谷 海 医師(島根大学内科学第一) 隔週の火曜日: 高橋 勉 医師(島根大学内科学第三) 隔週の木曜日: 鈴木 健朗 医師 (島根大学血液・腫瘍内科学教授) 消化器内科: 第2火曜日紹介不可
		馬庭 泰久 (血液・免疫)	高橋/馬庭 (血液・免疫 隔週)	馬庭 泰久 (血液・免疫)	鈴木/馬庭 (血液・免疫 隔週)	馬庭 泰久 (血液・免疫)	
		園山 浩紀 (消化器)	山口 祐貴 (消化器)	天野 和寿 (消化器)	園山 浩紀 (消化器)	山口 祐貴 (消化器)	
		斉間 明日美 (消化器)	野津 巧 (消化器)	—	野津 巧 (消化器)	斉間 明日美 (消化器)	
		鈴木 貴之 (感染症)	高野 育子 (膠原病リウマチ内科)	近藤 正宏 (膠原病リウマチ内科)	鈴木 貴之 (感染症)	—	膠原病リウマチ内科 ※完全予約制 水曜日(第2・4・5): 近藤 正宏 医師 (島根大学地域医療政策センター教授) 毎週火曜日 堀田 尚誠 医師(島根大学呼吸器・化学療法内科)
		—	堀田 尚誠 (呼吸器)	—	—	—	
循環器科	午前	内田 利彦	黒田 紘章	—	内田 利彦	黒田 紘章	心カテ日: 月～金曜日 ペースメーカー外来: 第1木曜日(予約) 弁膜症外来: 岡田 大司 医師(島根大学内科学第四) 4/14, 5/12, 6/9, 7/14, 8/18, 9/8, 10/20, 11/10, 12/8 1/19, 2/9, 3/9 休診日の対応: 救急車受入・救急紹介のみ
	午前	田中 俊太郎	永田 紘功	手術日のため 休診	田中 俊太郎	永田 紘功	
	午後	岡田 大司 (弁膜症外来)	—	—	ペースメーカー 外来 予約	—	
脳神経内科	初診 再診	松井 龍吉	休 診	上田 真大 木谷 光博	松井 龍吉	中川 知憲	休診日の対応: 救急車受入・救急紹介のみ
呼吸器外科	午後	休 診	休 診	休 診	休 診	山本 寛斉	島根大学 臨床遺伝・ゲノム医療センター 教授 第2・第4金曜日 13時30分～
小児科	午前	三浦 勤	三浦 勤	三浦 勤	三浦 勤	三浦 勤	※完全予約制(但し、1ヶ月経診、3ヶ月未満の乳児を除く) 午前・午後ともに初診は紹介患者さまのみ
		中島 香苗	中島 香苗	中島 香苗	中島 香苗	中島 香苗	
		小川 桃子	小川 桃子	小川 桃子	小川 桃子	小川 桃子	
		—	循環器外来 予約	—	循環器外来 予約	—	循環器外来: 偶数月 第4火曜日(予約) 奇数月 第4木曜日(予約)
	午後	予防接種	予防接種	乳児健診	乳児健診	予防接種	神経発達外来: 瀧川 遼 医師 第2木曜日(予約)
外 科	初診 紹介	澤田 将平	黒田 博彦	手術日のため 休診	秋月 光	服部 晋司	手術日: 月・水・金曜日
	再診	服部 晋司	服部 晋司	—	澤田 将平	黒田 博彦	
	—	—	秋月 光	—	—	—	セカンドオピニオン外来: 第1金曜日(予約) (島根大学医学部消化器・総合外科教授) 緩和ケア外来: 木曜日(予約) 休診日の対応: 救急車受入・救急紹介のみ
脳神経外科	午前	—	—	機能的脳神経外科 専門外来 完全予約制 井本 浩哉	石原 秀行/岡 史朗	休 診	第1・3・5木曜日: 石原 秀行 医師(山形大学 脳神経外科教授) 第2・4木曜日: 岡 史朗 医師(山形大学 脳神経外科) 機能的脳神経外科専門外来: 第3水曜日(完全予約制) 井本 浩哉 医師(山形大学 脳神経外科)
	午後	休 診	休 診	—	—	—	
整形外科	初診 紹介	米井 徹	手術日のため 休診	横川 敬	手術日のため 休診	小西 智明	初診は紹介患者さまのみ
	午前	小西 智明	—	米井 徹	—	横川 敬	手術日: 火・木・金(午後)曜日 検査日: 月・水・金曜日
	午後	大塚 哲也	—	—	—	—	休診日の対応: 救急車受入・救急紹介のみ 長門総合病院 整形外科・リウマチ科 第1・3木曜日
皮膚科	午前	金子 栄	金子 栄	金子 栄	金子 栄/上野 彩夏	—	初診は紹介患者さまのみ(金曜日は紹介不可) アトピー外来: 火曜日 15時～16時30分(予約)
	午後	上野 彩夏	上野 彩夏	—	—	上野 彩夏	第1木曜日 上野 医師 休診 第3木曜日 金子 医師 休診 手術日: 月曜日午後・全曜日午前
泌尿器科	初診 紹介	青木 明彦	佐本 征弘	伊藤 英昭	手術日のため 休診	伊藤 英昭	手術日: 火曜日午後・木曜日午後 CAPD外来: 月曜日 午後
	再診	伊藤 英昭	青木 明彦	佐本 征弘	—	青木 明彦	休診日の対応: 救急車受入・救急紹介のみ
産婦人科	1診	藤川 遥香	片桐 敦子	原賀 光	藤川 遥香	原賀 光	※完全予約制 予約電話受付: 平日の14時～16時
	2診	原賀 光	原賀 光	片桐 敦子	原賀 光	片桐 敦子	
	午後	片桐 敦子(再診) 健診 予約	—	手術 マタニティ外来 予約	片桐 敦子(再診) 健診 予約	手術	予約午後診療: 14時～15時(月・木)
耳鼻いんこう科	午前	休 診	休 診	休 診	休 診	大学医師	紹介患者さまのみ(受付: 8時～11時)
眼 科	1診	福田 薫	手術日のため 休診	福田 薫/金島 千紘	福田 薫	金島 千紘	※完全予約制 初診は紹介患者さまのみ 手術日: 火曜日
	2診	金島 千紘	—	福田 薫/金島 千紘	金島 千紘	福田 薫	第1・3・5水曜日 1診: 金島 医師 第2・4水曜日 1診: 福田 医師
	午後	福田 薫	—	福田 薫/金島 千紘	福田 薫	金島 千紘	
放射線科	午前	椋本 英光 放射線治療外来 予約	石倉 ゆか	石倉 ゆか	石倉 ゆか 放射線治療外来 予約	応援医師	院外検査: 月～金曜日(予約) アンギオ日: 火・金曜日(午後) 放射線治療外来: 島根大学応援医師(専門医) 予約: 月曜日 第1・4週 9時～15時 木曜日 第1・3・5週 13時～15時
麻酔科	午前	術前診察のみ	術前診察のみ	術前診察のみ	術前診察のみ	術前診察のみ	
歯科口腔 外科	初診 紹介	手術日のため 救急紹介のみ	—	手術日のため 救急紹介のみ	—	—	初診は紹介患者さまのみ 手術日: 月曜日午前・水曜日
	再診	石塚 真士	石塚 真士	腫瘍外来 予約	石塚 真士	石塚 真士	腫瘍外来: 第4水曜日 菅野 貴彦 医師(島根大学医学部歯科口腔外科教授) 第1・3・5水曜日 原已 博人 医師(島根大学医学部歯科口腔外科) 第2水曜日 小林 真左子 医師(島根大学医学部歯科口腔外科)

お問い合わせ先 / 益田赤十字病院 地域医療連携係

〒698-8501 島根県益田市乙吉町イ103番地1

TEL.0856-22-1480(代) FAX.0856-32-3314