

# むえいとう

M U E I T O U

第47号

令和6年10月  
発行

撮影者：片野恵子 様



撮影者：T・Kさん

## Contents

気管支喘息について	2P
職場紹介 地域連携センターつなごうて	3P
教育研修センター便り	4P
認知症看護認定看護師のつぶやき	5P
講演 AI技術を用いた内視鏡の最前線	5P
あたまの体操～クロスワードパズル～	6P
栄養科おすすめレシピ	6P
小児科からのお知らせ	7P
健診センターからのお知らせ	7P
わたしのペット自慢	8P
写真募集	8P
編集後記	8P

みんなの健康と心のまことに



新潟厚生連



新潟県厚生農業協同組合連合会  
**村上総合病院**  
Murakami General Hospital

# 気管支喘息について

内科医長 南雲 駿

2024年4月から村上総合病院の内科にて勤務しております南雲駿と申します。母の実家が東北地方にあるため、夏休みなどで帰省する度に村上を通りがかつておりました。国道沿いにあるガストで夕食をとりながらONE PIECEの14巻を読んだ事を記憶しております。当時はONE PIECEが100巻を超える超大作になると、まして自分が村上で働くことになるとは夢にも思っておりませんでした。このようにご縁のある村上で働くことを大変うれしく思っております。今回は気管支喘息をテーマとして取り上げたいと思います。

気管支喘息は様々な要因から気道に慢性的な炎症を生じることがその本態と言われています。慢性的な炎症を背景とし、そこにさらに種々の誘因(かぜ、ハウスダストやペット等アレルゲンへの暴露、気温や気圧の変化、体調変化やストレス等々、誘因となるものは人によって本当に様々です)が加わることで咳、喘鳴、息苦しさ等の症状につながります。治療がなされず症状発現を繰り返すことで徐々に気道の組織が元に戻ることが出来ない性質へと変化を生じ、症状が発現しやすくなる、重症化しやすくなります。



咳嗽(せき)は内科外来を受診する患者さんの愁訴のなかで一番多い症状ともいわれており、その原因は実に多岐にわたります。従って、喘息として診断および治療を行う際、まずは喘息以外の疾患の可能性がないかを確認することも重要となります。一例を挙げると、喘息ではなく逆流性食道炎が疑われたため胃酸を抑える薬を内服開始したところ、咳症状が速やかに改善したという患者さんを経験したことがあります。このような場合に喘息として治療を開始・継続しても改善する見込みは乏しいので、初診時の問診では特に念入りにお話を伺っております。

喘息としての治療法も様々であり、非薬物療法としては種々の要因の有無を確認し、もし要因があればそれらを可能な範囲で回避・除去することや、薬物療法としては内服薬や吸入薬など様々なものがあり、患者さんごとの背景や症状の度合い等を考慮し治療法を選択していきます。気管支喘息の治療におけるキープレイヤーは吸入薬ですが、現在はより使いやすいような様々な工夫が凝らされたデバイスが開発されており、喘息患者さんの治療に寄与しております。上述の通り慢性的な気道炎症が本態になるので、特に吸入薬はしっかりと定期的に吸入が行えているかどうか、実際の診察の場や薬局で確認させていただくこともあります。喘息と正しく診断され、しっかりと治療を行っていてもしばしば症状が増悪する患者さんはおられます。その際には、注射薬(生物学的製剤)の定期投与が適応となる場合があります。一定の要件があることや高額であること等、導入には慎重な検討を要しますが、喘息発作を繰り返す患者さんにおいては検討されうる選択肢かと思われます。

また、喘息の要因となりうる喫煙、スギ花粉症やダニアレルギー等に関し、当院では禁煙外来や舌下免疫療法も行っております。詳細に関しては割愛させて頂きますが、これらに関しては各種医療機関や製薬会社より患者さん向けの案内が充実しておりますので、ご興味のある方は一度インターネット等で内容をご確認頂くのも良いかと思います。長引く咳でお困りの方は、まずは一度医療機関の受診をご検討頂けますと幸いです。



# 職場紹介 地域連携センターつなごうて

地域連携センターつなごうて マネージャー 鈴木 圭子

村上総合病院の正面玄関に入ると、「地域連携センターつなごうて」が目の前にあります。

こちらでは、紹介状を持参し受診に来られた患者様や予定入院・他院から転院してきた患者様の受付窓口となっています。また、通院しながら療養する際の相談窓口にもなっています。毎日大勢の患者様がいらっしゃるため、カウンターでは番号札をお渡しして、順番に手続きをさせていただいていますのでお声がけください。

また、受付の奥には地域連携に携わるスタッフがいます。

地域連携室では、医療機関からの紹介予約申し込みや転院依頼の受け付け、介護福祉事業所等から情報提供や問合せ対応のため、事務員と看護師が配置されています。看護師は入院が決まった方に、入院のご案内や日常生活状況等を聞き取りや、安心

して入院治療を受けていただくために、入院前から退院を見据えたアセスメントを行います。

ソーシャルワーク科には社会福祉士がいて、医療相談や各種制度の説明のほか、退院調整・支援、転院調整等を行っています。近隣の介護施設や医療機関の情報を必要な方に提供できるように、日々地域の担当者と連携し情報収集を行っています。

居宅介護支援事業所では、ケアマネージャーが高齢者や障がいを持つ方々の生活支援や介護保険サービスを提供する際に、利用者様やご家族のニーズを把握し適切なケアプラン作成を行っています。利用者様、ご家族とコミュニケーションをとりながら不安や疑問医対応し、安心してサービスを受けられるようサポートしています。

訪問看護ステーションは、看護師が在宅を訪問して看護ケアを提供しています。子どもから高齢者までのあらゆる年代の看護を必要とする方が対象で、24時間対応体制をとっています。地域の医療機関の主治医・ケアマネージャーや関係事業所とも連携しサービス提供を行います。

このように「地域連携センターつなごうて」では、地域の医療機関や介護・福祉施設、行政等と連携を取りながら、患者様が安心して治療やケアを受けられる環境を整えることに努めています。そして様々な担当者が連携し、地域全体の医療・介護・福祉を活用し支え合う取り組みを進めたいと考えます。

今後、よりいっそう患者様・家族の皆様の理解や安心、信頼を得られよう、丁寧な対応とサポートを心掛けて参りたいと思いますので、どうぞよろしくお願ひいたします。



# 教育研修センター便り

## 施設見学の感想

村上総合病院 臨床初期研修医2年目 兼崎 雄貴

2024年7月16日、私は当院整形外科白野部長と当院で実習中の新潟大学医学部6年生太田さんと複合福祉施設あさひを見学させて頂きました。今回は初期研修医として非常に有意義な経験となつたため、感想を述べさせて頂きます。

最初に、同施設は社会福祉法人回生会が運営しており、介護老人保健施設(老健)杏園、特別養護老人ホーム(特養)杏園、認知症高齢者グループホームあさひ、ヘルパーステーションひまわり、ケアハウスひまわり及び佐藤医院で構成されています。

今回の見学では施設によって入居者の自立度に差があることが明確になり、施設と一括りにせず、一人一人の生活能力(ADL)、そして「日常」を考えて診療方針を決めるべきと学びました。研修医として普段接する施設の方のほとんどは救急搬送される方や入院される方であり、「この方は施設で～」と聞くと、生活の自立度が低く、多くの介助が必要な方が多い印象でした。



しかし、今回の見学では上記特養や老健入居者が施設内の広場のスペースで椅子に座って談笑し、皆でゲームを取り組んでいました。グループホーム入居者は皆でリビングでテレビを見ていたり、ケアハウスは最早一般の住居に近い環境でした。自分が一括りにしていた施設の方々は介護度に差があり各々必要な支援を受けながらも、活気が感じられ、「日常」を過ごされていたのです。

医学生時代から医師はチーム医療において患者の身体・精神・社会的な問題を踏まえ、診療の方針を示し、各職種の専門性を最大限引き出すよう教育を受けました。しかし、実際は膨大な量の身体的な「疾患」の知識や手技の習得で一杯一杯であり、仕事では患者さんと会話する時間は短く、そして身体的問題の改善が認めれば、自分の成長に手応えを感じていました。2年目研修医のこの時期に省みることができ、良かったです。

また、同法人の理事長・各施設長と会談させて頂き、同施設の入居者が当院へ外来・入院・救急で受診され、当院の患者が施設に入所されるケースもあり、当院との関係性を学びました。そして、同施設が人材の確保に苦慮されている中で経営に尽力されている現状を知りました。

百聞は一見に如かず。今回の施設見学は住民の日常および施設運営への理解を深め、村上医療圏の地域包括ケアをより良いものにするための貴重な機会となり、今後は日常の医療で実践していく所存です。



# 認知症看護認定看護師のつぶやき

認知症看護認定看護師

長谷川 千恵

軽度認知障害(MCI)って知っていますか。

軽度認知障害は、認知機能に関して低下を感じる、しかし日常生活を基本的には正常に送ることが出来る状態を指します。認知症と診断される一歩手前、放っておくと認知症に進行しますが適切に予防すれば健常な状態に戻ることがあります。

予防方法は、適度な運動、食事、対人交流、脳トレーニングや趣味活動などさまざまです。昨年出た認知症治療薬もMCIが適応になっています。少しでも気になるな、心配だと感じたらかかりつけ医に相談してみて下さい。また、当院にも認知症サポート医がいます。専門の医師に繋ぐ役割もありますのでいつでも相談して下さい。厚生労働省のホームページに「MCIハンドブック」があり誰でもダウンロードできます。



あたまとからだを元気にする  
MCIハンドブック

# 講演 AI技術を用いた内視鏡の最前線

7月19日、内視鏡画像診断AIに関する研修会が開催されました。この研修会では、自治医科大学医学部客員教授の大澤博之先生を講師としてお迎えし、内視鏡技術とAIを活用した最新の画像診断について詳しく解説していただきました。

大澤先生は、画像診断におけるAIの特徴と利点について説明されました。AIは大量の画像データを短時間で分析し、内視鏡医の補助として微細な病変をピックアップする能力を持っています。これにより、人間の目では見逃しがちな異常も検出できるようになります。

研修会では、最新の内視鏡装置とAI技術の連携を活用し、大澤先生が実際に発見されたがんの画像や映像が紹介されました。具体的には、内視鏡を使用してリアルタイムで取得した映像がAIによって即座に分析され、異常の可能性がある箇所がハイライトされる様子が示され、参加者はその精度とスピードに驚かされました。この研修会を通じて、参加者はAI技術の革新とその実際の医療現場での応用可能性について深く理解することができました。

当院では、今年度中に内視鏡画像診断AIの導入が予定されています。



(薬剤部 土田 優太)

## あたまの体操 ~クロスワードパズル~

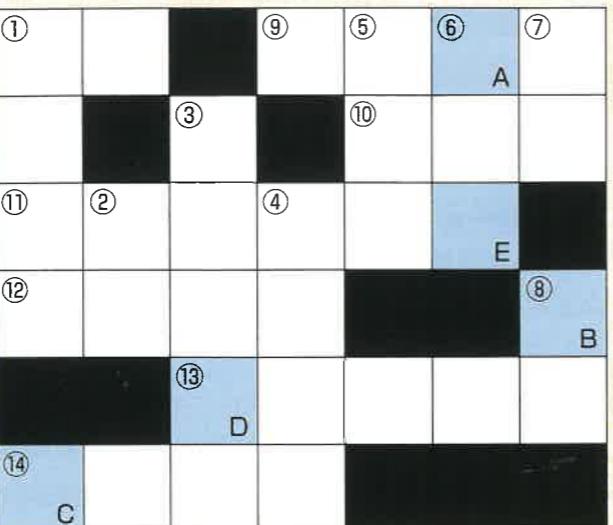
『問題』タテヨコの鍵を解いてA~Eの言葉を並べます。※答えは8ページ下部に掲載

### タテのヒント

- ①量は体重の7.7%
- ②〇〇が綺麗ですね
- ③薬のエキスパート
- ④物事の規模
- ⑤学問や知識に通じた人
- ⑥鼻水、鼻詰まりなどの症状を引き起こす
- ⑦CaやMgとともに骨や歯をつくるミネラル
- ⑧宮沢賢治「銀河鉄道の〇〇」

### ヨコのヒント

- ①筋肉と骨をつなぐ部位
- ⑨理学療法士・作業療法士・言語聴覚士
- ⑩物が燃えるときの光や熱を出している部分
- ⑪レントゲン検査で使われる電磁波の一種
- ⑫酒の良し悪しを鑑定すること
- ⑬救急救命室の略称
- ⑭核酸を構成する塩基のうちのひとつ



A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

## 栄養科おすすめレシピ

### 広島県の郷土料理「もぶりご飯」

栄養科では全国の郷土料理を楽しんでいただく取り組みをしています。

7月7日(日)には広島県の郷土料理「もぶりご飯」をお出ししました。

「もぶり」とは広島の方言で「混ぜる、混ぜ込む」のこと。炊いたご飯に干しいたけ、ごぼう、にんじん、黒豆、絹さやなどの野菜を混ぜ込んだもので黒豆が入っているのが特徴です。地域や季節により具材は異なるようですが、祝い事や法事などのちょっとしたごちそうとして作られ、寄り合いや建前には、丸い大きなおむすびにして近所に配されることもあるそうです。



#### 材料(4人分)

- |        |       |      |      |       |     |
|--------|-------|------|------|-------|-----|
| ●ご飯    | ..... | 600g | ●砂糖  | ..... | 4g  |
| ●塩     | ..... | 3g   | ●醤油  | ..... | 4g  |
| ●ごぼう   | ..... | 30g  | ●絹さや | ..... | 10g |
| ●人参    | ..... | 25g  |      |       |     |
| ●干しいたけ | ..    | 2g   | 煮豆   |       |     |
| ●油揚げ   | ..... | 10g  | ●黒豆  | ..... | 25g |
| ●だし汁   | ..... | 250g | ●砂糖  | ..... | 12g |
| ●酒     | ..... | 10g  | ●塩   | ..... | 少々  |

#### 1人分の栄養価

- エネルギー 320kcal
- たんぱく質 7.0g
- 脂質 2.6g
- 塩分 0.9g

#### 作り方

- ① 黒豆は一晩水につけておき、軟らかくなるまで煮て味付けをする。
- ② ご飯は通常通りに炊く。
- ③ 干し椎茸は水につけて戻しておく。
- ④ ごぼうはささがき、人参、干しいたけは千切りにし、だし汁、酒、砂糖、醤油で煮て味付けする。絹さやは塩ゆで(分量外)して斜め切りにする。
- ⑤ ご飯に煮汁を切った具、黒豆、絹さやを加えて混ぜる。

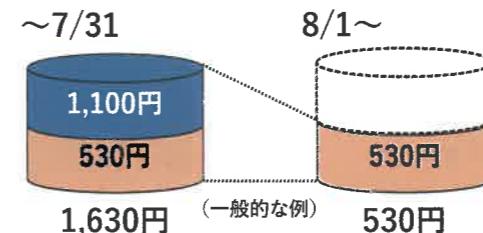
## 小児科からのお知らせ

### 【小児科外来】

#### 初診時：選定療養費を算定しないことのお知らせ

小児科初診時に係る選定療養費1,100円(税込)について、令和6年8月1日(木)より、算定しないことといたしましたので、お知らせいたします。

※小児科以外は従来通りですので、ご承知おきください。



## 健診センターからのお知らせ

### 令和6年8月開始 ドック・健診オプションのご案内

**NEW**

**脳MRI検査** 料金 27,500円(税込)

MRI装置を用いた画像診断により、脳梗塞・脳動脈瘤などの脳血管疾患を発見します。とくに高血圧・糖尿病・脂質異常症・肥満のある方は、この機会にぜひご検討ください。

**脳MRI**

脳全体を検査し異常の有無を調べます。無症状性脳梗塞などが分かります。

**脳MRA**

脳全体の血管だけを描出し、くも膜下出血の原因となる脳動脈瘤などを調べます。

**頸部MRA**

主に脳動脈硬化による頸動脈狭窄の有無が分かれます。

※単独での申込みはできません

### 39種類を一度に調べられるアレルギー検査

令和6年10月より開始  
ドック・健診オプション

料金 11,000円(税込)

※詳細はパンフレットまたは  
健診センターにお問い合わせください



お申込み・お問合せ 健診センター TEL0254-53-2141 (代)

# わたしのペット自慢

手術室 看護師 室橋 陽子



わが家の愛犬リキは13歳の黒柴です。小学生だった子供達にせがまれ生後2ヶ月でわが家にやってきました。リキの世話は当初は子供達が競っていましたが、子供達が独立した今では私の役目となりました。リキは私と出かけるのが大好きです。朝早くから散歩だよと起こしに来ますし、夕方帰宅するとワンワン吠えて外へ行こうと言います。たとえ家族と散歩が済んでいてもまだ行っていないと訴えています。どうしても私と行かないときがあります。そんなりキですが子供達が帰省すると大喜び。私のことは知らんぷりで子供達の後をくつっています。リキの順位づけはどうなっているのやら。日頃お世話をしているのは私なのですが…。



## 写真募集 あなたのお気に入りの一枚を表紙に!!

村上市に関するお気に入りの写真を募集しています。

お気に入りの写真がむえいとうの表紙になるかも…

次回号は冬発行予定です。冬にぴったりな写真を大募集しています!!

応募先: murabyoukouhou@gmail.com

件名: むえいとう写真応募

本文: お名前、お名前の記載可否、ハンドルネーム、ご住所  
以上を明記しメールに写真を添付し送信してください。

スマートフォンからはQRコードからでも送信できます。

※採用合否に関して、本誌掲載をもって発表とさせていただきます。



採用させていただいた方には、御礼として「大観荘せなみの湯様 ペア入浴」  
または「中国料理四川飯店様 お食事2,000円相当」としてお使いいただける『御礼券』をプレゼント!! 皆様のご応募お待ちしております(^^)/

①け	ん		⑨り	り	は	び	り
つ		③や		⑩か	え	ん	
⑪え	つ	く	④す	せ	ん		
⑫き	き	ざ	け			よ	
		⑯い	ー	あ	ー	る	
う	ら	し	る				

あたまの体操の答え『びよういん』  
みなさんわかりましたか?

## 編集後記

今年の夏も厳しい暑さが続きましたが、皆様はいかがお過ごしましたか。夏祭りや花火大会など、久しぶりに賑わいを見せたイベントも多く、思い出に残るシーンがたくさんありました。来年もまた素晴らしい夏を迎えることを願っています。(Y.T)



新潟県厚生農業協同組合連合会  
村上総合病院

〒958-8533 新潟県村上市緑町5丁目8番1号

TEL(0254)53-2141(代)

FAX(0254)52-4362

ホームページ <http://www.mgh.jp/>



発行責任者: 病院長 杉谷 想一