

にじいろ



地方独立行政法人 茨城県西部医療機構

茨城県西部メディカルセンター

Ibaraki Western Medical Center



病院理念

地域の中核病院として患者中心の良質な医療を提供します。



健診センター（仮称）建設工事の様子

2ページ

院内クローズアップ
「薬剤科」
知っておきたい薬のはなし

5ページ

病院で働く資格
有資格者インタビュー
臨床検査技師

3ページ

新任ドクター紹介
健診センター（仮称）
建設工事レポート

6ページ

第二種感染症指定医療機関に
おける感染症患者搬送訓練を
実施しました

4ページ

目指せ!未来の医療職
中学生・高校生が
インターンシップに参加しました

8ページ

栄養NEWS
旬をとり入れた食生活



院内クローズアップ

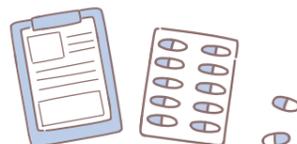
薬剤科

Pharmacy



知っておきたい 薬のはなし

薬剤科 科長 仙波 藤男



皆さんはクリニックや病院を受診して薬を処方された経験があるかと思います。薬は病気の予防や改善のための身近なパートナーです。薬は化学物質で、体にとっては異物となります。薬は体内で症状を改善する「主作用」として作用する場合と、それ以外のところで「副作用」として作用することもあります。皆さんの安全のために薬は正しく使用しましょう。

正しい内服薬の飲み方知っていますか

内服薬（口から飲む薬）には錠剤、カプセル剤、散剤、液剤などがあります。コップ一杯の水（約180mL）またはぬるま湯で飲みましょう。水なしで飲むと食道に薬が引っかかってしまい、炎症（食道潰瘍）が起こることがあります。

また、錠剤を砕いたり、カプセル剤を開封して服用すると、薬の効果が十分に発揮されないことがあります。薬の飲み方で困っている方は、「かかりつけ薬局」の薬剤師にご相談下さい。



医師が処方した薬はあなただけの薬です

医療機関を受診して薬を飲み始めたけれど、体調が良くなったので途中で飲むのをやめてしまったことはありませんか？そのような薬を保管しておいて、ご自身や身近な人の体調がすぐれないときに服用してしまうことはありませんか？医師が処方する薬は、ドラッグストアで市販されているものと異なり、効果が強いものが多く、医師の指示がなく勝手に服用することは危険です。相手によかれと思ってあげた薬が体に悪影響を及ぼすこともあります。医師が処方した薬は、その時点のあなたにとって最も適した薬です。飲み残しを再利用することは絶対にやめましょう。

薬をジュースや牛乳と一緒に飲んでもいい？

薬によっては、牛乳やミネラルウォーターが薬の吸収を変化させることがあります。薬とアルコールと一緒に飲むのも思わぬ副作用があり危険です。

「グレープフルーツジュースで降圧剤を服用してはいけない」という話を聞いたことがある人は多いのではないのでしょうか？高血圧症・高脂血症の治療薬は、グレープフルーツジュースとの相性が良くない場合があります。グレープフルーツに含まれるフラノクマリン類は、薬を分解する肝臓にある酵素（CYP3A4）の働きを弱めてしまい、薬の作用を強めてしまうことが知られています。



また、かかりつけ医とは違う病院を受診するときには既往歴や服用中の薬を必ず伝えることが重要です。医師から処方された薬以外に市販薬やサプリメントを併用するときも飲み合わせには十分に注意して下さい。



複数の薬を併用するときには必ず医師または薬剤師に相談して下さい。その際には「お薬手帳」を活用されることをおすすめします。

ヘルスリテラシーを高め不確かな情報には振り回されない

週刊誌は部数を売るために、インターネットはアクセス数を稼ぐためにインパクトを重視し、目を引く情報だけが強調されていることも少なくありません。インターネットや週刊誌に「飲んではいけない薬」、「危ない薬」等と書いてあると、その薬を飲んで

ている患者さんは不安になり、偏った情報提供により服用をためらうことがあるかもしれません。

そんな時は医師や「かかりつけ薬局」の薬剤師に相談して下さい。我々は常に最新の知識を取得し、適切な情報提供ができるよう努めています。

【用語解説】かかりつけ薬局

「かかりつけ薬局」とは、患者さんが服用している薬などのさまざまな情報を継続的・一元的に把握し、患者さんからの薬の相談に乗ったり、治療のサポートを行ったりする薬局のことです。複数の薬局に行くのではなく、「かかりつけ薬局」を一つ決めておくことをおすすめします。

【用語解説】ヘルスリテラシー

「ヘルスリテラシー」とは、健康や医療に関する正しい情報を入手し、理解して活用する能力のことです。「ヘルスリテラシー」を高めることは、病気の予防や健康寿命の延伸につながります。



薬剤科

薬剤科では、医薬品の調剤、患者さんの薬学的ケア、院内の各種チーム医療への参加等を通し、安全で有効な薬物治療が行われるよう医薬品に関する業務すべての面で医療を支えています。また、救急医療を充実させ、地域住民の安全・安心に貢献するため24時間薬剤師が常勤しています。

ホームページにて薬剤科について詳しくご紹介しています。是非ご覧ください。
茨城県西部メディカルセンター公式HP【薬剤科】
<https://www.iwmo.or.jp/department/technology/page000034.html>



新任ドクター紹介

2024年10月1日より、新たに2名の常勤医師が着任いたしました。よろしくお願いいたします。

やばな のあ
内科 矢花 信 亜

いのうえ こうへい
内科 井上 晃 平

おつかれさまでした

8月31日をもちまして、原 洋行 医師(整形外科)が退職いたしました。
9月30日をもちまして、長谷川 森雄 医師(内科)、木村 伊穂利 医師(内科)が退職いたしました。

健診センター(仮称)建設工事レポート



クレーンによる鉄骨建方作業の様子



鉄骨建方作業現場の様子

9月に入り、鋼構造物による建物の骨組みを作る作業（建方作業）が始まりました。



ホームページにて進捗状況公開中

茨城県西部メディカルセンター公式HP【健診センター建設工事進捗状況】
https://www.iwmo.or.jp/prevention_center/prevention_center_about/page000335.html

薬剤師



看護師



目指せ！ 未来の医療職

中学生・高校生が
インターンシップに参加しました

将来医療の現場で働きたい。興味があるけど、どんな仕事かわからない…。そんな思いを持っている中高生が医療の仕事を経験するインターンシップが開催されました。当院では、中高生が医療の現場への理解を深めて、将来の進路決定の機会に役立てていただけるように学習の場を提供しています。今回は、7月・8月に開催された看護師、薬剤師、介護福祉士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士のインターンシップの様子をお届けいたします。



理学療法士・作業療法士 ・言語聴覚士



介護福祉士



病院で働く資格

有資格者インタビュー

病院ではいろいろな資格を持った職員が働いています。資格を持った職員にインタビューしました。資格取得の流れも掲載します。

臨床検査技師 (国家資格)

中村：今回はよろしくお願いします。
まず臨床検査技師とはどのような資格ですか？

作本：医師の指示のもとで、病気の早期発見や診断、治療に必要な臨床検査を行い、検査データを提供する専門職です。臨床検査は血液や尿など身体から採取されたものを検査する検体検査と、心電図や超音波検査など身体を直接検査する生理機能検査があります。

中村：この資格を取得しようとした理由について聞かせてください。

作本：小さい頃から人の命を救う医療職に憧れがあり、その中で診断や治療判定などの様々な場面で役割を担う縁の下の力持ちのような臨床検査技師という仕事に魅力を感じたからです。

中村：どうすれば資格を取得できますか？

作本：臨床検査技師養成課程のある大学や短大、専門学校で定められた課程を修了し国家試験に合格することで取得できます。私は4年制の大学に通っていました。

中村：資格を取得して、今はどのような仕事をされていますか？

作本：医師の指示のもと様々な検査を行っていて、今は生理機能検査を中心にしています。検査を行う前に患者さんに説明するのですが、少しでも不安が減り安心して検査が受けられるようコミュニケーションを図りながら行っています。

中村：資格を取得して良かったことはありますか？

作本：検査の種類によっては患者さんと直接関わることが少ないものもあります。その中で多職種の方と連携して診断や治療の一助になれていることでチーム医療の一員であると感じて嬉しかったです。

中村：今後病院に貢献したいことはありますか？

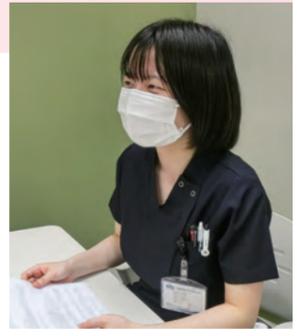
作本：検査をより迅速かつ正確にできるように努めています。そのためには検査の値が信頼できる値かを素早く判断するための知識が必要で、毎日の業務のなかで少しずつ知識と経験を積み重ねていきたいと思っています。

中村：最後に今後どのような臨床検査技師になりたいか教えてください。

作本：まだまだ未熟なので、実施できる検査の種類を増やしていきたいです。また超音波検査士など、専門的な資格を取得することを目指したいと思っています。

中村：検査といっても多くの検査の種類があり、それぞれに専門的な知識があることが今回のインタビューでよく分かりました。ありがとうございました。

作本：ありがとうございました。

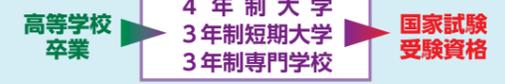


インタビュー
作本 有希さん
(2年目)
聞き手
中村 拓民さん



臨床検査技師になるには

臨床検査技師養成課程



詳しいことが知りたい方は技師会事務所へお問合せ下さい

参考：社団法人日本臨床衛生検査技師会
<https://www.jamt.or.jp/student/>

特集 第二種感染症指定医療機関における 感染症患者搬送訓練を実施しました

2024年7月12日、筑西保健所協同開催による第二種感染症指定医療機関における感染症患者搬送訓練が実施されました。当院は、2024年4月1日に第二種感染症指定医療機関の指定を受け、初めての搬送訓練となります。



感染症指定医療機関とは？

感染症法で定められた特定の感染症に罹患した患者の入院治療を行う医療機関です。日本には4種の感染症指定医療機関があります。

特定感染症指定医療機関

新感染症の所見がある患者、1類感染症、2類感染症、新型インフルエンザ等感染症の患者の入院治療を行う医療機関として、厚生労働大臣が指定した病院

第一種感染症指定医療機関

1類感染症、2類感染症、新型インフルエンザ等感染症の患者の入院治療を行う医療機関として都道府県知事が指定した病院

結核指定医療機関

結核の患者の通院医療(公費負担医療)を行う医療機関として都道府県知事が指定した病院

第二種感染症指定医療機関

2類感染症、新型インフルエンザ等感染症の患者の入院治療を行う医療機関として都道府県知事が指定した病院
※結核は結核病床を有する医療機関に入院

感染症法の対象となる感染症の分類

- 1類 危険性が極めて高い
エボラ出血熱、ペストなど
- 2類 危険性が高い
結核、SARSなど
- 3類 集団感染の恐れあり
コレラ、腸チフスなど
- 4類 動物や飲料物などを通じ感染
狂犬病、マラリア、デング熱など
- 5類 4類以外の既知の感染症
季節性インフルエンザなど

新型インフルエンザ等感染症
指定感染症(政令で指定)
新感染症

参考：厚生労働省
「感染症法の対象となる感染症の分類と考え方」



訓練概要

15:00 開会挨拶と訓練内容の説明

講堂 開会挨拶にて梶井病院長は、「新型コロナウイルス感染症の学びを定着させ、未知の感染症に即時対応できる様訓練を重ねることが必要である」と述べました。続いて、感染対策部 部長 小松医師より今回の訓練は、「新型インフルエンザX (仮)」の流行を想定した患者の搬送訓練であり、訓練を通じて今後の感染対策を学ぶことを目的とすることが説明されました。



15:20 タイベックスーツの着脱訓練

講堂 タイベックスーツとは、高密度ポリエチレン繊維の不織布製の防護服です。この素材は非常に軽く丈夫であり、化学薬品やウイルス、血液汚染などに対する防護力が高いのが特徴です。着脱には補助者のサポート(写真右)が不可欠です。身を守るためにとても重要な準備です。



15:50 保健所からの受け入れ要請と情報共有

救急外来 入口付近 保健所からの患者の受け入れ要請の連絡を受け、院内で情報共有を行います。搬送患者の受け入れ手順を確認しています。



16:00 ストレッチャーによる患者搬送

救急外来 入口付近 実際に保健所職員が模擬患者を搬送する訓練が行われました。ここでは、保健所の職員との連携が重要になります。患者が到着後、コンテナ室へ移動し、診察・検査などを行い入院の可否を判断します。



16:10 各種検査訓練

外来 感染症に罹患した患者を想定しているため、検査技師もすべてタイベックスーツを着用して検査が行われます。



16:20 専用病室への入室

病棟 当院では、感染症病床を1床保有しています。専用病床は感染症患者が入院できるように設備等が整えられています。



16:30 タイベックスーツの脱衣

病棟 感染の拡大を防ぐため、患者を搬送後その場で手順に沿ってタイベックスーツを脱ぎます。この時、補助者も防護服(PPE)を着用します。



16:40 振り返りと筑西保健所による講評

講堂 筑西保健所 所長 野田 秀平 様より「実際の訓練を行ったことにより、様々な改善点を見いだせたことは心強い」との講評をいただきました。



訓練を終えて

筑西保健所と病院職員が協力して搬送訓練を実施することで、様々な課題を得ることができました。訓練終了後の参加者との意見交換では、多くの確認点や改善点が挙がりました。最後に感染対策部 部長 小松医師は、「今後、しっかりと対応できるマニュアルを作成し、受け入れ態勢を整えていきたい」と目標を語りました。今後も第二種感染症指定医療機関としての役割を果たせるよう取り組んでまいります。



栄養 NEWS では、普段の食生活で気を付けてほしいポイントや、その時期にあった栄養情報をお届けします。



新鮮でおいしい旬のもの

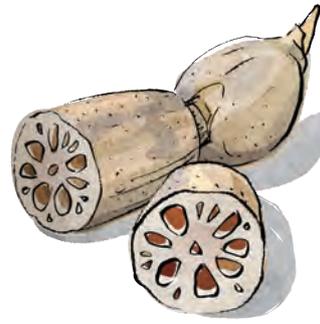
日本では四季を通して「旬（しゅん）」を楽しむ風習があります。旬とは、ある特定の食材において、ほかの時期よりも新鮮でおいしく食べられる時期をいいます。旬の食材は生産量も多く、ほかの季節より値段も安価になりやすく、消費者にも嬉しい時期です。



旬の食材は栄養成分も豊富

旬の食材は、ほかの季節と比べて栄養価が高い特長があります。食材の栄養価は、季節ごとに変化しています。現代では一年を通して入手できる食材が多くありますが、季節に応じて旬を迎える食材を選ぶと良いでしょう。また、旬の野菜には、その季節に体が必要とする成分が含まれていることが多く、日々の健康を維持するために役立ちます。ぜひ毎日の食生活へ積極的にとり入れましょう。

栄養コラム れんこん



茨城県はれんこんの生産量日本一

成分	100g 中
熱量 (カロリー)	66kcal
タンパク質	1.9g
脂質	0.1g
炭水化物	15.5
ビタミンC	48mg
カリウム	440mg
カルシウム	20mg
食物繊維	2g

参考：文部科学省「食品成分データベース」

旬の目安 11月～3月
 栄養 ビタミンC・B1・B2、カリウム、カルシウム、食物繊維など

淡白な見た目からは想像できないほど、栄養の宝庫で、ビタミンCや食物繊維が豊富です。ビタミンCは本来熱に弱いのですが、れんこんはでんぷんが多いため加熱してもビタミンCの損失量が少ないのが特徴です。切り方や加熱方法でいろいろな食感が楽しめます。シャキシャキ仕上げたいきんぴらは輪切り、ホクホク仕上げたい煮物は乱切りにして、ゆっくり加熱しましょう。ハンバーグには、角切りにして入れるとシャキとした食感がアクセントになり、すりおろしたものをつなぎとして練りこむとモチとした食感になるのでおすすめです。

地方独立行政法人 茨城県西部医療機構
茨城県西部メディカルセンター
 Ibaraki Western Medical Center



〒308-0813 茨城県筑西市大塚 555 番地
 TEL : 0296-24-9111 (代表) FAX : 0296-24-9171
 予約センター : 0296-24-9172 (月曜～金曜 9:00～16:00)
 H P : <https://www.iwmo.or.jp/>

- 診療科 内科、小児科、外科、整形外科、形成外科、脳神経外科、小児外科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、放射線科、皮膚科、泌尿器科、婦人科、救急科、麻酔科 (水谷太郎)
- 受付時間 初診 月曜～金曜 8:30～11:00
再診 月曜～金曜 8:00～16:30
- 診療時間 9:00～17:00
- 休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始



地方独立行政法人 茨城県西部医療機構
筑西診療所
 Chikusei Clinic



〒308-0847 茨城県筑西市玉戸 1658 番地
 TEL : 0296-28-2261 (代表)
 FAX : 0296-28-4471
 H P : <https://www.iwmo.or.jp/page/dir000008.html>

- 診療科 内科
- 外来診療日 月曜日～金曜日 9:00～12:00 (受付は8:30～11:00)
- 訪問診療日 月曜日～金曜日 8:30～17:15
- 休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始

茨城県西部医療機構の職員(正規・非正規職員)募集中

病院ホームページをご覧ください。お電話にてお問い合わせください。

■問い合わせ 事務部人事課 TEL : 0296-24-9111 HP : <https://www.iwmo.or.jp/>

