

にしじ

高知医療センター
渡邊慶子栄養局長
退任のご挨拶 P2

3

MARCH 2016 Vol.125

■せん妄から一人でも多くの患者さんを救おう

- ～高知医療センター 脳神経外科の取り組み～ P3
- よりよい車椅子生活をおくるために～私の工夫～ P4
- ドナルド・マクドナルド ハウス こうち 利用のご案内 P5
- 地域医療連携病院のご紹介:Vol.85『医療法人みずほ会 須崎医療クリニック』..... P6
- 地域医療連携病院のご紹介:Vol.86『医療法人みずほ会 朝倉医療クリニック』..... P7
- 高知医療センター イベント情報 P8



高知医療センターの選択食スペシャルメニュー「ミニ皿鉢」です

高知医療センターの理念 — 医療の主人公は患者さん —

退任のご挨拶

栄養局長

渡邊 慶子



この度、高知医療センターを退任するにあたり、ご挨拶を申し上げます。

まず、これまで心温かくご指導、ご支援いただきました皆さまに心よりお礼を申し上げます。

私は平成19年に高知医療センターの栄養局に入職いたしました。入職が決まった時に知人から、「最高の医療水準と設備の環境で働くのだから、一生懸命真摯に取り組みなさい」とエールをいただいたことを思い出します。

入職した栄養局は、前任の河合栄養局長の方針により、開院と同時に、各病棟フロアに専任の管理栄養士を配置し、“顔の見える管理栄養士”を育成しておりました。しかし、管理栄養士が栄養事務所から飛び出して、一日中病棟で栄養管理業務を行うことは、全国に先駆けての取り組みでしたので、それぞれのスタッフは医師からのアドバイスを受け、模索しながら業務をこなしておりました。また、病院食においても委託費や食味など、その他多くの課題が山積していましたので、この9年間で、一つずつ質の向上と改善に取り組んでまいりました。

まず、病棟業務における臨床栄養管理を充実させるために、スタッフのスキルアップに取り組みました。積極的な学会発表に加え、各種栄養関連の認定試験を次々と受験し、現在では9名の正規職員が19の認定を取得するまでになりました。NSTでは管理栄養士が専従となりチーム医療による栄養療法を実践しています。専門的知識のみでなく、療養中の患者さんの心に寄り添った、きめ細かい対応ができる管理栄養士に育っています。平成23年には、がん治療中の副作用に対応した「ぼっくり食」を立ち上げ、治療継続につながる食事支援を行ってきました。このような日頃の業務が、平成25年度に受審した病院機能評価で、栄養関連2項目とも最高のS評価をいただいたことは、スタッフの

更なる意欲につながっています。

平成26年には大きな決断でしたが、サテライト方式の様々な課題をクリアするために、中央配膳方式にシステム変更し、病院食改善に取り組みました。その結果、事務局の協力や委託業者、スタッフのおかげで、病院食に関するお褒めのご意見が多くなり、委託費削減という経済効果も得ることができました。

平成23年に締結した高知県立大学との包括的連携では、栄養局スタッフと健康栄養学部の先生や学生さんと様々な事業を行い、全国的にも珍しい取り組みに携わることができました。患者さんと共に製作した「夢見るカレンダー」や、慢性疾患の食事療法手引きの作成、料理教室の開催など、患者さんや県民の皆さまに大変好評でした。

振り返りますと上手くできた仕事は、スタッフの力や周りの支援と協力によるものでしたし、上手くいかなかった仕事は、全て自分自身の力不足であったと反省しています。最終ラウンドになり、あれもこれもとやれていない仕事が目につきますが、どうか引き続き栄養局へのご支援とご指導を賜りますようお願いいたします。

私にとって高知医療センターは、素晴らしい上司や先生方、スタッフの皆さんに恵まれ本当に働きやすい職場でした。

最後に、地域の医療機関の皆さまと高知医療センターの益々の発展を祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。本当にありがとうございました。



『せん妄』から一人でも多くの患者さんを救おう

脳神経外科
太田剛史



高齢社会の到来に伴い、脳卒中になる患者さんが増えています。2015年の1年間に急性期脳卒中でご当科に緊急入院された方は約450名もいらっしゃいました。

脳卒中とは多くの場合前触れなく、突然身体が動かなくなり、そして緊急治療が必要なために慣れない環境いきなり入院することになります。そのようなとき患者さんは苦しみ、悩み、今後の不安を抱えて、夜眠ることもままなりません。



ご高齢の方、緊急の処置が必要な病態、脳卒中などの重症の入院患者さんはせん妄になりやすいことが知られています。せん妄とは主に夜間に起こる異常な意識状態のことで、入院するまでは認知症もなくしっかりされていた方が幻覚によりおかしいことを言いだし、人格も変わったようになり、治療を拒否する、医療従事者に暴言・暴行を加えるなどの問題行動を起こします。せん妄になると様々な診療が滞りますし、せん妄を起こした患者さんはその後の経過が不良であると言われています。本来の病気の治療が進まない、認知機能が低下する、医療従事者の負担が増えるなどの問題があるため、せん妄は現在大きな問題となっており、適切な治療方法が強く求められています。

脳卒中で緊急入院した患者さんの状態もせん妄により悪くなってしまうため、私は睡眠導入剤の選択に着目しました。実際脳卒中急性期のせん妄で不眠となっている患者さんにメラトニン受容体作動薬を投与すると、せん妄の期間が短縮し、しかも運動機能などの神経学的異常が改善しやすいことがわかりました。その成果をまとめて2013年に日本脳卒中学会の英文誌に報告^{*1}しました。

高知医療センターの脳神経外科では外科治療を中心とした急性期診療においてベストを尽くすことはもちろんですが、入院後に起こり回復に影響する問題についても重視しており、さまざまな治療を行っています。特にせん妄に関しては、評価方法、薬剤治療の方針などをできるだけ統一し、少しでも発症や悪化を減らすための努力を重ねています。ある薬剤を画一的に投与するのではなく、個別の患者さんに幅広く対応できるように連日の多職種カンファレンスで最善の選択を検討しています。

今回の医療安全講習会では当院の脳神経外科において、急性期脳卒中で緊急入院された患者さんのせん妄をどのように予防し、治療しているかをお話いたします。そこにはいろいろな医療従事者が携わっているため、医師、薬剤師、看護師がそれぞれの立場からお話します。せん妄の治療方法は確立されておらず、未だ解決されていない問題が多数存在します。したがって今回の講習会で明快な答えは出すことはできませんが、我々の提案が皆さまの明日からの診療のヒントになれば幸いです。当日は講演のあとに質疑応答の場を設けますので、活発なご意見をいただき有益なディスカッションができますことを期待しております。全ての医療従事者に関係のある内容ですので、3月18日には皆さまお誘いあわせの上くろしおホールにぜひご参集ください。

※1. J Stroke Cerebrovasc Dis. 2013 Oct;22(7):1107-10.
Melatonin receptor agonists for treating delirium in elderly patients with acute stroke.
Ohta T, Murao K, Miyake K, Takemoto K.

高知医療センター

平成27年度 第12回 医療安全管理研修会

3月18日(金) 18:00 ~ 19:00

高知医療センター 2階 くろしおホール

【メインテーマ】

新しいせん妄治療～睡眠導入剤の選択を考える～

講演1: **せん妄の薬剤療法の理論的根拠**
脳神経外科診療科長 太田剛史

講演2: **プロトコール作成とその臨床応用**
薬剤師 川田敬

講演3: **治療効果を高める環境づくり**
精神看護専門看護師 福田亜紀



川田敬

太田剛史

福田亜紀

よりのよい

車椅子生活をおくるために ~私の工夫~

当院を受診されている患者さん(以下Aさん)からお手紙をいただきました。

そのお手紙は、Aさんの「一人でも多くの人に知ってもらい、私のように大事に至るような事態にならないようにできたら…」という思いが込められた、Aさんご自身の体験がつづられたものでした。

Aさんの体験、Aさんがご苦労の末にたどり着いた「車椅子のバランスをとる方法」をご紹介します。

心臓血管外科 三宅 陽一郎

私は脊髄損傷による下半身の麻痺を患って50年になります。

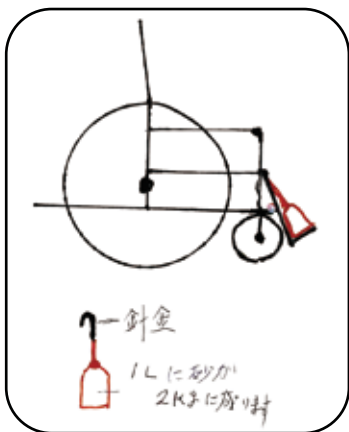
2年ほど前、ある事情から左足の切断を余儀なくされる状況となりました。

左足の切断後、今まで通りの車椅子生活に戻ると、車椅子のバランスが、切断以前と全く違っていていることに気づきました。不便さを感じながらもどうしていいかの名案もなく、バランスの悪い状況のまま、何とかやっている、という日々を過ごしていました。

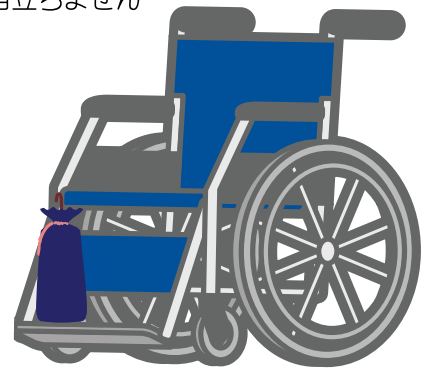
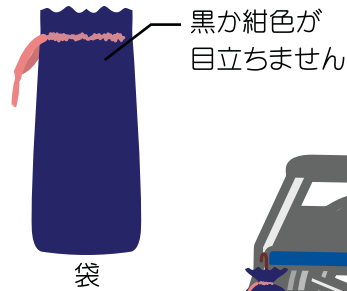
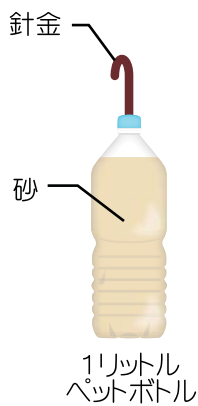
そんなある日、そのバランスの悪い車椅子がうしろに倒れて、頭部を打撲するという事故が起こってしまいました。打撲した頭部は頭蓋内に出血を起こしていました。治療をしてもらい後遺症を残すことはありませんでしたが、あわや一大事に至るところでした。

そこで、また同じ事故が起こるといけないと思い、バランスの悪くなった車椅子を改善すべく試行錯誤を行いました。その結果、車椅子の足を置くべき部分に「重り」を置くことで、バランスが劇的に改善され、下肢切断以前に近い状況で車椅子を操ることができるようになったのです。

試行錯誤を重ねるなか、「重り」についてもいろいろ試しましたが、私の場合、1リットルサイズのペットボトルに砂を入れたものが、丁度よいバランスでした。この砂の入ったペットボトルは重量にすると2kgでした。私の体重は約50kgで、切断した足は6kgでした。ですので、体重50kgで2kgの「重り」が目安になると思います。2kgはペットボトル1リットル分の砂がこれに相当するということです。『コツ』がふたつありますのでご紹介します。



車椅子を横から見た図
イラスト：Aさん



【コツ その1】

重さの微調整です。「重り」が軽いと上り坂が危なくなります。私が経験したようにうしろに転倒しやすくなります。逆に「重り」が重いと逆に下り坂で前のめりになり危険です。目安は上に書いた通りですが、体重などの状況に合わせていろいろ試してみてください。

【コツ その2】

「重り」が車椅子の前輪にあると大変危険ですので、十分注意してください。私の場合、絵のようにペットボトルを袋に入れて針金で吊すようにしつつ、足場に乗せることで固定しています。しかし、どうしてもその位置が前輪に近くなります。やり方によっては位置がずれて前輪に触れてしまうこともありますので入念に確認してください。

みなさんもぜひ参考になさってください

ドナルド・マクドナルド・ハウス こうち

利用のご案内

こうちハウス運営委員長
(高知医療センター病院長) 吉川 清志

ドナルド・マクドナルド・ハウスは病気のお子さん、妊婦さんと
そのご家族のための第二のわが家。
治療に付き添うご家族のための滞在施設です。



【ご利用について】

利用の条件は？

20歳未満のお子さんと、胎児の安全のために
妊婦さんが入院や通院のときに利用できます

診療料は？

小児科に限らずどの診療科でも

誰が利用できるの？

患者さんに付き添う家族ならどなたでも
保護者と一緒なら患者さん本人やその兄弟も

利用料金は？

1人1日 1,000 円 (別途リネン代 216 円)
患者さん本人と未就学児は無料

指定の病院は？

高知県内の医療機関すべて

利用手続きは？

貴院または受診医療機関で
滞在確認書(別添)を記載していただき
ハウスに持参するのみ

【入院中の利用】

付き添い家族の宿泊や休憩に。
兄弟も一緒に家族全員で楽しい一時を。
妊婦さんのご主人やご家族もどうぞ。
NICUなどの退院前準備に。

《利用方法-例1-》

【外来受診の前泊や後泊】

夏休みや春休みの受診時に
家族で宿泊。
お近くの方でも受診の前後泊に。

《利用方法-例2-》

とてもきれいでリラックスでき
みなさん大満足！



お気軽に体験利用してみてください。

見学大歓迎!!
(いつでもOKです)

【お問合せ・お申込み先】

ドナルド・マクドナルド・ハウス こうち

〒781-0111 高知市池 953-10
TEL : 088-837-3650 (9:00~20:00)
e-mail : dmh_kochi@yahoo.co.jp



プレイルーム



自炊ができるキッチン



医療法人みずほ会 須崎医療クリニック

〒785-0030
 高知県須崎市多ノ郷甲 5748 番地 1
 TEL：0889-43-1001
 FAX：0889-43-1007
 H P：http://www.mizuho-medicare.com

【診療科】

内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、整形外科、血液内科、人工透析

【関連施設】

■朝倉医療クリニック ■ケアハウスすさき ■シルバーホームおおの郷 ■グループホームなかとさ ■ケアビレッジすさき(グループホームすさき・通所リハビリテーション、居宅介護支援事業所ケアビレッジ) ■ケアビレッジとさ(介護付有料老人ホームケアビレッジとさ・デイサービスケアビレッジとさ) ■介護付有料老人ホームケアビレッジたかおか ■ケアビレッジあさくら(グループホームあさくら・小規模多機能ホームあさくら・サービス付き高齢者向け住宅ケアビレッジあさくら・ヘルパーステーションケアビレッジ・居宅介護支援事業所ケアビレッジあさくら) ■シニアパシオン(シニアパシオン高知・鴨部・シニアパシオン松山土居田町、西長戸、清住、高岡町)

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●	△
15:00 ~ 17:00	※1	●	●	●	※1	△	△

休診日：土曜午後・日曜・祝祭日

※1：月・金午後 15：00 ~ 17：30

■当院の概要：平成12年4月に開業。その後、医療だけでなく介護の社会的ニーズの高まりに伴い高知県中西部(高知市西部、土佐市、須崎市、中土佐町)に於いて、機能強化型在宅支援療養診療所として須崎医療クリニック、朝倉医療クリニックを運営しています。また、介護施設としてグループホーム、ケアハウス、有料老人ホーム、小規模多機能型居宅介護、訪問介護事業所、居宅療養支援事業所、サービス付き高齢者向け賃貸住宅、デイケア、デイサービス、給食の宅配サービス等運営しており、延べ居室300室の施設運営を行っています。

■医療の特徴：ヘリカルCT(16列)、MRI、胃・大腸内視鏡、人工透析、超音波装置、腰・大腿骨部の骨密度計等病院に匹敵する医療機器を備え、迅速正確な診断を行います。

常勤内科専門医3名(一般内科、循環器内科、消化器内科、呼吸器内科、血液内科)、臨床検査技師3名、

看護師8名、臨床工学士2名、理学療法士1名、作業療法士2名、事務職員10名の体制です。主に、生活習慣病の治療、癌の早期発見や高齢者の在宅医療を行っています。



解放感のあるの待合室



医師3名とスタッフのみなさま

(須：須崎医療クリニック、高：高知医療センター)

高：貴院が現在力を入れていることを具体的にお聞かせください。

須：■実施可能な医療：肝炎ウイルス治療、スギ花粉症の舌下免疫療法、人工透析、関節リウマチの生物科学製剤や抗癌剤の治療、骨粗鬆症等総合診療を行っています。

■人工透析：須崎医療クリニックでは人工透析(血液透析)を実施しております。徹底した水質管理による、より安全で快適な透析治療を提供します。

○TV付ベッド：透析を受けている間退屈にならないように全ベッドに液晶TVが付いておりTVやビデオを見ることができます。

○透析室：ベッド間隔を広くとり、ゆとりのスペースとプライバシーを確保しました。

高：地域との連携や他医療機関との連携について貴院での取り組みなどお聞かせください。

須：地域との連携や他医療機関との連携について取り組み、必要なときにはいつでも的確迅速に高知医療センター、高知赤十字病院、もみのき病院等に紹介いたします。高知病診連携研究会の代表としてかかりつけ医と医療センターや赤十字病院等の各科専門医との勉強会を年6回行っています。

高：今後、貴院が目指されていくことなどをお聞かせください。

須：医療法人みずほ会では、病気予防・早期発見はもちろんのこと、継続した介護、在宅支援等をグループとして一貫したサービスを地域に提供することにより、皆さまに安心でより優れた医療・介護サービスを提供させていただくことを目指しています。

高：最後に高知医療センターとの連携についていかがですか？

須：須崎医療クリニックで対応できない高度医療の依頼や、医療センターを退院した患者の受け入れ(外来、介護施設、在宅、人工透析、緩和医療等)での連携をお願いしたいと考えています。

ご多忙の中、取材にご協力いただきありがとうございました。



医療法人みずほ会 朝倉医療クリニック

〒780-8063
高知県高知市朝倉丙 534-1
TEL：088-856-6001
FAX：088-856-6002
H P：http://www.mizuho-medicare.com

【診療科】

内科、血液内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科

【関連施設】

■須崎医療クリニック ■ケアハウスすさき ■シルバーホームおおの郷 ■グループホームなかとさ ■ケアビレッジすさき (グループホームすさき・通所リハビリテーション、居宅介護支援事業所ケアビレッジ) ■ケアビレッジとさ (介護付有料老人ホームケアビレッジとさ・デイサービスケアビレッジとさ) ■介護付有料老人ホームケアビレッジたかおか ■ケアビレッジあさくら (グループホームあさくら・小規模多機能ホームあさくら・サービス付き高齢者向け住宅ケアビレッジあさくら・ヘルパーステーションケアビレッジ・居宅介護支援事業所ケアビレッジあさくら) ■シニアマンション (シニアマンション高知・鴨部・シニアマンション松山 土居田町、西長戸、清住、高岡町)



介護施設の1Fに併設しています

(朝:朝倉医療クリニック、高:高知医療センター)

高:貴院が現在力を入れていることを具体的にお聞かせください。

朝:医療センターを退院した患者さんの介護施設や在宅での医療 介護でのフォローを行います。また、施設の中にクリニックがあり、緩和医療も受け入れています。

高:地域との連携や他医療機関との連携について貴院での取り組みなどお聞かせください。

朝:地域包括ケアシステムに向け地域の医療機関、介護施設と役割分担をして協力関係を構築しています。また、高度な医療が必要な場合は高知医療センターのような高度医療病院と協力し安心して暮らしていただくことを目標にしています。

高:今後、貴院が目指されていくことなどをお聞かせください。

朝:より良い地域包括ケアを目指して、医療 介護分野で貢します。

高:最後に高知医療センターとの連携についていかがですか？

朝:朝倉医療クリニックで対応できない高度医療の依頼や、医療センターを退院した患者の受け入れ(外来、介護施設、在宅、緩和医療等)での連携をお願いしたいと考えています。

診療受付	診療時間	診療医師
月曜日	14:00 ~ 17:00	竹原医師
火曜日	9:00 ~ 12:00	竹原医師
水曜日	15:00 ~ 17:00	高橋医師
木曜日	14:00 ~ 17:00	竹原医師

(休診日：金・土・日・祝日)

ケアビレッジあさくらの1階にあり、CT、超音波装置等があります。外来診療も行っていますが、在宅医療に力を入れており、須崎を含めると、約300名の在宅医療、見取りを年間約20名を行っており、一般在宅やサ高住ケアビレッジあさくらでは、癌や高齢者の見取りを行っております。病院からの受け入れも医療・介護の連携により医療の必要な方や介護の必要な方の入居や在宅医療の受け入れも積極的取り組んでいます。



入り口を入るとすぐ受付があります



ご多忙の中、取材にご協力いただき
ありがとうございました。

月	日	曜	高知医療センター イベント情報			
3月	4	金	第3回 救命救急センターセミナー (参加費無料・事前申込不要)			
			内容	今日から出来る、米国式ICU回診	場所	高知医療センター 2階 くろしおホール
			時間	18:00~20:00	対象	医療関係者
			講師	東京ベイ・浦安市川医療センター 集中治療科 部長 則末 泰博 氏	お問合せ: 高知医療センター 経営企画課 TEL:088(837)3000	
	5	土	第41回 地域医療連携研修会 (参加費無料・事前申込不要)			
			内容	講演1:アタマの中の災害のはなし~脳卒中に備えよう!~ 講演2:脳卒中になってしまったら ~リハビリと生活について~	場所	総合あんしんセンター3階(高知市丸ノ内1丁目7番45号)
			時間	14:00~15:40	対象	医療関係者
			講師	講演1:高知医療センター 脳神経外科診療科長 太田 剛史 講演2:高知医療センター 理学療法士 小林 誠治	お問合せ: 高知医療センター 地域医療連携室 井上・松本 TEL:088(837)3000	
	11	金	第10回 高知集中治療専門医養成セミナー (参加費無料・事前申込不要)			
			内容	周術期チーム医療と海外医療支援 岡山大学病院の周術期チーム医療の取組みと チャンマー、スリランカでの医療協力	場所	高知医療センター 2階 くろしおホール
			時間	18:00~19:00	対象	医療関係者
			講師	岡山大学病院 周術期管理センター 小林 求 氏	お問合せ: 高知医療センター 集中治療科 難波 TEL:088(837)3000	
12	土	平成27年度 高知呼吸器カンファレンス (参加費無料・事前申込不要)				
		内容	I:症例から学ぶ④-臨床経過・画像・検査所見 病情報から診療の向上を目指す- II:特別講演 間質性肺炎合併肺癌に対しどう向き合っていくべきか	場所	高知医療センター 2階 くろしおホール	
		時間	16:30~18:30	対象	医療関係者	
		講師	I:高知医療センター 呼吸器外科 岡本 卓 II:京都大学医学部附属病院 呼吸器外科・臨床研究総合センター開発企画部 准教授 佐藤 寿彦 氏	お問合せ: 高知医療センター 呼吸器外科 岡本 卓 TEL:088(837)3000		
13	日	平成27年度 全国自治体病院協議会研修会 (参加費無料・事前申込要)				
		内容	平成28年度診療報酬改定について(仮)	場所	高知医療センター 2階 くろしおホール	
		時間	14:00~16:00	対象	医療関係者	
		講師	一般社団法人 日本血液製剤機構 谷澤 正明 氏	お問合せ: 高知医療センター 事務局 総務課 中村 真帆 TEL:088(837)3000		
18	金	高知医療センター 平成27年度 第12回 医療安全管理研修会 (参加費無料・事前申込不要)				
		内容	新しいせん妄治療~睡眠導入剤の選択を考える~ 講演1:せん妄の薬治療法の理論的根拠 講演2:プロトコル作成とその臨床応用 講演3:治療効果を高める環境づくり	場所	高知医療センター 2階 くろしおホール	
		時間	18:00~19:00	対象	医療関係者	
		講師	講演1:高知医療センター 脳神経外科診療科長 太田 剛史 講演2:高知医療センター 薬剤師 川田 敬 講演3:高知医療センター 精神看護専門看護師 福田 亜紀	お問合せ: 高知医療センター 医療安全管理センター 西村 TEL:088(837)3000		
20	日	高新・高知医療センターがんセミナー・2015 (参加費要・事前申込要)				
		内容	アドバンス・ケア・プランニング	場所	高新文化教室(RKC高知放送南館3階37号室)	
		時間	10:30~12:00	対象	一般(40名)	
		講師	高知医療センター 緩和ケア内科 科長 原 一平	お問合せ: 高新文化教室 TEL:088(825)4322 受講料 1,500円/1回		
24	木	開院10周年記念講演会 (参加費無料・事前申込不要)				
		内容	めまはは寝ては治らない 一めまいリハビリのご紹介	場所	高知医療センター 2階 くろしおホール	
		時間	14:30~15:30	対象	一般	
		講師	横浜市立みなと赤十字病院 耳鼻咽喉科 部長 新井 基洋 氏	お問合せ: 高知医療センター 地域医療連携室 井上 TEL:088(837)3000		
26	土	高知医療センター 院内コンサート (参加費無料・事前申込不要)				
		内容	アノインテッド・マス・クワイヤー	場所	高知医療センター 1階 ふれあいロビー	
		時間	14:00~15:00	対象	一般	
		お問合せ: 高知医療センター まごころ窓口 TEL:088(837)3000				
26	土	第28回 高知県呼吸器外科研究会 (参加費要・事前申込要)				
		内容	一般演題1:当院での気道ステント治療の現況と実際 一般演題2:未定 特別講演:未定	場所	三翠園 6階「筆山の間」(高知市鷹匠町1-3-35)	
		時間	15:45~17:30	対象	医療関係者	
		講師	一般演題1:高知医療センター 呼吸器外科 張 性洙 一般演題2:未定 特別講演:国立がん研究センター東病院 呼吸器外科 科長 坪井 正博 氏	お問合せ: 高知医療センター 呼吸器外科 岡本 卓 TEL:088(837)3000 会費 1,000円		

※時間等、変更になる場合もございますのでご了承ください。みなさまのご参加を心よりお待ちしております。

編集後記

研修医になって1年が過ぎようとしている。年明けから、お世話になっている上級医の影響でランニングを始めた。走り始めは寒さを感じても、続ければ体がぼかぼかしてくる。嫌なことや辛いことがあっても、走っている間は忘れられる。少しずつ距離が伸びていくのが最近の楽しみになった。仕事に関しても同じことが言えるのかもしれない。何かに一生懸命であれば少しずつ成果はついてくる。始めは難しかったことも、一つこなせるようになれば嬉しくなる。あと一歩の踏ん張りが自分を大きくしてくれるのだと改めて感じた。(広報委員 吉永)



平成28年3月1日発行
にじ3月号(第125号)
毎月発行
編集者: 広報委員会
発行者: 吉川 清志
印刷: 株式会社 高陽堂印刷

発行元:
高知県・高知市病院企業団立
高知医療センター
〒781-8555 高知県高知市池2125-1
TEL:088(837)3000(代)

広報誌「にじ」に関するご要望・ご意見をお寄せください。renkei@khsc.or.jp