

高知医療センター広報誌

第37号
2019年2月発行

こころ

心



スーパームーン

高知医療センター理念及び基本方針

理 念

医療の主人公は患者さん

基本方針

1. 患者さんから信頼され、温かい人間性に裏打ちされた夢と希望を提供する医療を実践します
2. 地域医療連携を基本とした良質で高度な医療を提供します
3. 自治体病院としての使命を果たします
4. 職員が誇りとやりがいを持ち、成長できる病院にします
5. 公正で開かれた病院運営と健全な経営を目指します

CONTENTS

企業長 就任のご挨拶	3	がん患者会 サロン「池の会」	16
診療科紹介 「整形外科」	4	えいようだより	19
ナースのポケット 「雑感2019」	6	院内行事	20
薬剤局 「内服薬の剤形について」	7	
医療技術局 「わが家の薪ストーブのお話」	8	高知医療センター理念及び基本方針	2
外来診察予定表	9	表紙写真について	16
混合診療の禁止について	12	腫瘍内科外来での「がん相談員」同席のお知らせ がん相談支援センターのご案内 予約時間について	17
ハーモニーこうちからののお便り	13	まごころ窓口のご案内	18
ハーモニーこうち	14		



企業長 就任のご挨拶

高知県・高知市病院企業団 企業長 山本 治

高知県知事および高知市長から辞令をいただき、昨年12月3日に、高知県・高知市病院企業団の企業長に就任しました山本です。

前職は高知県の職員として、高知工科大学の創設や人事、健康政策などの業務を担当してきました。医療政策に携わった経験はありますが、病院事業については初めての仕事であり、本県の地域医療を支える中核的病院である高知医療センターを開設する高知県・高知市病院企業団の管理者という重責に身の引き締まる思いです。勉強することばかりですが、全力で取り組みますので、よろしくお願いいたします。

さて、高知医療センターは、「医療の主人公は患者さん」を病院の理念として掲げ、平成17年の開設以来職員全員で創意工夫を重ねながら取り組んできました。また、基本方針には「職員が誇りとやりがいを持ち、成長できる病院にします」とあります。私は、「仕事は楽しく」をモットーとしてきました。仕事を楽しくするためには、まずは仕事を覚え理解し仲間を作らなければなりません。その上で自分なりの創意工夫を行うことで、自身の成長を感じたり仲間と成果を分かち合えるようになります。仕事を楽しく行うこととこの基本方針は同趣旨であり、結果として主人公である患者さんに信頼されることにつながると考えています。

高知医療センターは、県全体の高度医療・政策医療の中核として、5つの疾病（がん、脳卒中、心筋梗塞等の心血管疾患、糖尿病、精神疾患）と5つの政策医療分野（救急、周産期、小

児、へき地、災害）ごとの医療連携体制の構築・推進、専門医・若手医師の人材育成、災害時における医療救護活動の拠点機能を担う病院として高知県保健医療計画に位置づけられており、平成29年4月開設の「がんサポートセンター」を含め「地域医療センター」など6つのセンターを中心に高度で専門的な医療を提供しています。

県民の誰もが住み慣れた地域で、安心して暮らし続けることができるためには、県内のそれぞれの地域で病気の状態に応じた医療機関にアクセスできる体制が欠かせません。中山間地域など遠隔地で救急車で対応が難しい場所での救急重傷患者さんには、当センターに基地がある高知県ドクターヘリが駆けつけます。また、日常的な医療は、かかりつけ医を受診していただき、専門治療や手術が必要な場合は当センターを紹介いただき、一定の治療が終わった後はかかりつけ医に逆紹介を行うなど、患者の皆さんが早く元の生活に戻ることができるよう地域の医療関係者の皆さんと信頼関係を深めていきます。

今後とも地域医療連携を基本として、自治体病院として使命を果たすために何ができるのか常に考えながら、高知県民・市民の皆さんから信頼され必要とされる医療の提供を行っていきたいと考えています。皆様には、引き続き高知医療センターへのご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。

整形外科

整形外科 沼本 邦彦

はじめに

高知医療センター整形外科では救命救急センターとの協力体制のもとに脊髄損傷、骨盤骨折、開放骨折などの整形外科救急外傷の診療に力を入れています。そのため、外来診療は予約患者さんおよび他院の整形外科からご紹介いただいた患者さんの診療に限定させていただいています。また、入院診療についても術後急性期を過ぎた患者さんは早期の転院にご協力いただいております。また、日常的な投薬・注射・外来通院リハビリテーションについてはかかりつけの整形外科診療所等で受けていただくようお願いいたします。

高知医療センター整形外科のスタッフ

脊椎外科（時岡、小田）、外傷（松本、田村、多田）、関節外科（町田、沼本）、骨軟部腫瘍（沼本）を中心に山田、田所を加え9名のスタッフで年間1000件を超える手術を行っています。4月には田村、多田が転勤となり、その代わりに山川と釜付が新たにスタッフに加わる予定となっております。

各専門領域の紹介

■脊椎外科（時岡・小田）

脊髄損傷の受け入れに力を入れています。高知県は山間部が多く整備されていない道路が多いためか交通事故や転落事故などによる脊髄損傷が多いことが分かっています。当院では、ドクターヘリにより救急の先生方が現場から治療を行いつつ、迅速に病院まで搬送しています。整形外科では緊急手術による脱臼・骨折の整復・固定術を行い、早期に離床・リハビリテーションができるようにしています。手術ではコンピューター支援手術（ナビゲーション手術）を積極的に利用しています。ナビゲーションを用いることにより正確にスクリューを刺入できるため、従来は椎骨動脈損

傷などリスクの高かった環軸椎の固定、頸椎、上位胸椎の椎弓根スクリュー固定が安全に行えるようになりました。ナビゲーションを使用することでより低侵襲で椎骨動脈損傷を回避できる頸椎の後外側侵入法（MICEPS法）を時岡が開発しました。最近では、OLIF、XLIFといった新しい腰椎前方固定の術式も取り入れています。OLIF、XLIFにおいては大血管・尿管が近くに存在するため、それらを損傷しないようにナビゲーションと内視鏡を併用して安全性に配慮して行っています。

■外傷（松本・田村・多田）

高知医療センターは高知県全域より救急患者を受け入れるため、救急患者のヘリコプター搬送を積極的に行っております。整形外科外傷スタッフ（田村）もヘリコプターに同乗し、現場からの治療に参加しております。開放骨折、骨盤骨折における創外固定や内固定などの緊急手術に対応できるように手術機械を常備して対応しています。外傷の手術は年間500件程度で、そのうち骨盤骨折手術が20件程度と四肢の骨折に限らず不安定骨盤輪骨折、寛骨臼骨折などの骨盤骨折も積極的に手術を行っています。当院には手術中にCTを撮像できるハイブリッド手術室があり、積極的に活用しています。骨盤骨折の手術はハイブリッド手術室で行い、より正確な整復固定を得ることと予想外の出血時にIVRによる止血対応ができる体制で手術を行っています。また、スクリューの刺入にナビゲーションを用いることで、小侵襲で骨盤輪骨折の整復固定を行うことにも取り組んでいます。四肢の外傷においても関節内骨折で関節面が粉碎している症例など、正確な整復が必要な症例を選んでハイブリッド手術室で手術を行っています。

■関節外科（町田・沼本）

股関節、膝関節の人工関節を主体に診療しています。人工関節手術は年間60-70件程度で股関節と

膝関節がその大半を占めます。股関節は平成22年秋より、膝関節は平成26年2月よりナビゲーションを導入しております。ナビゲーションを用いることで人工関節の骨切り・設置をより正確に行うことが可能となっております。膝関節では、関節の内側のみを交換する人工膝関節単顆置換術(UKA)も行っております。変形の少ない方では、比較的保たれている外側を温存することで手術の負担を小さくできるメリットがあります。人工関節には寿命がありますので、60才未満の若年者では、脛骨高位骨切り術を行うことで人工関節を回避しています。

関節鏡視下手術も行っておりますが、そのほとんどは膝関節で、半月板損傷に対する縫合術・部分切除術をメインに行っております。以前当院で行っていた関節鏡視下前十字靭帯再建術や肩関節鏡視下手術は担当していた医師が転勤となったため、現在では基本的には行っておりません。

■骨軟部腫瘍(沼本)

骨および軟部組織(筋肉、脂肪、神経など)にできる腫瘍性疾患の治療を行っております。骨軟部腫瘍を専門に診療している施設は全国的にも少なく限られた施設しかありません。高知県内では、高知大学と当院の2施設のみです。

骨腫瘍は疼痛や打撲などでレントゲンを撮像した際に、偶然に発見されることが多いですが、その多くは良性の病変です。しかし、頻度的にはまれですが、悪性腫瘍(肉腫といいます)があり、これを見逃さないことが重要です。特に高齢者ではがんの骨転移が問題となります。その判断は専門医でないと難しいこともありますので、当院にご相談ください。

軟部腫瘍はいわゆる「しこり」として気づかれます。しこりはそのほとんどが良性ですが、3cmを超える大きさのものは悪性の可能性に注意することが必要です。MRIなど画像検査を行い、診断をつ

けてから適切な治療を選択する必要があります。悪性軟部腫瘍(軟部肉腫)の治療の基本は手術ですが、遠隔転移のある患者さんについては抗がん剤治療が主体となります。以前は保険適応で使用できる薬剤が少なかったですが、新規薬剤が出てきており、治療の選択肢は広がってきております。軟部肉腫は頻度が極めてまれである一方で、種類が非常に多く診断・治療の難しい腫瘍です。しこりの診断・治療については専門である当院に紹介してもらってください。

最後に

高知医療センターは3次救急病院であり、整形外科も整形外科救急外傷診療に注力しております。それに加え、脊椎外科・関節外科・骨軟部腫瘍の各専門領域に重点を置いて診療しております。スタッフの人数にも限りがあるため、すべての整形外科領域をカバーしているわけではありません。当院で対応できない専門領域については、他院での診療をお願いすることがあります。より良い医療を提供する為、ご理解・ご協力をお願いいたします。

雑感 2019

看護局 森 由美

幕末から僅か100年あまりのち、土佐の高知のとある田舎の小さな村で生を受けて、50うん年が過ぎました。自分が生まれる僅か100年前はまだ「ちょんまげ」の時代。大河ドラマで見るような、維新の志士達が日本の新しい時代を築くため東奔西走した時代。目覚ましい変化が起こった時代です。もちろん私が生まれた頃「ちょんまげ」の人はいませんし、戦争の影は薄れ、高度経済成長のまっただ中でした。「ALWAYS 三丁目の夕日 64」は、まさに自分の生まれた頃の日本の風景です。ただし、あれは東京の話で、土佐の高知のとある田舎の小さな村に、三種の神器が普及するのはもう少し後です。とにかくあの映画を見るととてもノスタルジックな気分になります。子供の頃、近所には男子しかなくて、遊び相手はもっぱら男子。棒切れを体の横に差し、風呂敷をマント代わりにチャンバラごっこや、手作りのブンヤ（パチンコ）を片手に山を走り回ったり、手作りの「つき鉄砲」で青い実（シャノヒゲという植物）を飛ばしたり、手作りの竹馬、パン（めんこ）、ビー玉などなど、とにかく外で日が暮れるまで走り回って遊んだものです。そんな私も、小学校に上がる時には「赤いランドセル」を買ってもらいスカートをはきました。ただし、入学式のために父に散髪屋（そのあたりにたった1軒の）つれて行かれた時、散髪屋のおんちゃんは、刈り上げてくれました。「おんちゃん！こりゃ娘やけんぞ」「すまんのう」という会話がされたかどうか。1年生の集合写真の私は刈り上げ君です。田舎の小学校は木造校舎で、プールはもちろんありません。夏の体育は学校から5分ほど歩いた川です。流れがあるので浮いてさえいれば、泳いだ気分になれます。岩の上から飛び込んだり、タオルでメダカやゴリを掴まえたりと、夏の体育はほぼ遊びでした。遊びの中から危険も学んだのだと思います。夏休みももちろんこの川が遊び場です。赤旗が立っている時は遊泳禁止。台風の前後はしばらく泳げません。赤旗が立っているかどうか見に自転車を走らせました。お盆の時期も遊泳禁止です。理由は「地獄の釜の蓋が開い



ている」からです。子供心に「この川のどこかに地獄への入り口があるのだ。あの深いあたりか」と、潜っては探したものです。秋は運動会。生徒数が少ないので小学校・中学校合同運動会で、且つ地域の大人たち総出の地区運動会も兼ねる一大イベントでした。運動会の後は先生や大人達は学校で「お疲れさん会」で打ち上げです。大無礼講で大いに打ち上がっていました。冬は今よりずっと雪が積もりました。朝目が覚めると一面の銀世界で10～20cm積もることもザラでした。当時は国鉄ですが、雪で不通になると汽車通勤の先生が出勤できません。そんな時はサイレンが鳴り「本日臨時休校」の放送が流れます。すると「やったー！」と学校へ走ります。誰が一番乗りで運動場の新雪に足跡を残すのか。学校には出勤した先生もいるので、寒くなったら職員室のストーブで暖を取らせてもらったものです。田舎生まれ田舎育ちの私もあんなこんなで看護師として働くようになり幾年月。鉄腕アトムのような未来世界は漫画の中の世界だったはずですが、目覚ましい技術の発展で夢物語が現実になりました。「ちょんまげ」から「ALWAYS」を経て、今やロボットが手術をする時代です。これだけ技術が進歩しても、どうしてこれだけは変わらないのかな？採血や点滴・注射。医療は「痛い」ことだらけです。「痛い」思いをさせたくないし、されたくないはず。器械を当てたら検査や注射ができる時代が来ないものかと。そう思いませんか？

内服薬の剤形について

薬剤師 津野 文香

内服薬には錠剤、散薬、水薬など色々な種類（剤形）があります。成人に処方される薬の多くは、見た目にはどれも同じような粒かもしれませんが、しかしその中には飲みやすさや効き目を考慮して加工されているものが多くあります。ここではそのうちのいくつかを紹介させていただきます。

●口腔内崩壊錠（OD錠）

唾液程度の少量の水分で速やかにくずれ、溶け出すように設計された錠剤です。小さなお子さんや高齢の方でも簡単かつ安全に服用することができます。現在多くの口腔内崩壊錠が販売されており、薬の名称に「～OD錠」といったように記載されています。欠点としては、このタイプの錠剤は湿気に弱いという特徴を持っています。錠剤を包装から取り出して裸の状態にしておくと空気中の水分を吸収し劣化してしまう場合があるため、ピルケースなどを利用して薬を管理している方は注意が必要です。

●徐放錠・徐放性カプセル

徐々に成分を放出し、効果を持続させるよう設計された薬です。服用回数が少なく済むため、飲み忘れを防ぐことも期待できます。徐放性の加工が施された薬の例としてはアダラートCR錠®（ニフェジピン）、デパケンR錠®（バルプロ酸Na）などがあります。このような錠剤やカプセルは砕けると徐放性が失われ、薬の成分が必要以上に早く体に吸収されて副作用を増やしてしまう危険があります。上記の口腔内崩壊錠や特別に服用方法に指示がある場合を除いて、薬を噛んで割ったり口の中でつぶしたりするのは避けてください。

●腸溶錠・腸溶性カプセル

内服した薬が腸に到達して初めて溶け出すように設計されたものです。胃に障害を与える成分や胃液により分解されやすい成分を含む薬に用いられます。例としてバイアスピリン錠®（アスピリン）、オメプラール錠®（オメプラゾール）などがありま

す。このような薬も上記の徐放錠と同じく割ったりつぶしたりすると加工が壊れてしまうため、基本的にそのままの形で服用しましょう。

●トローチ剤

口の中で徐々に溶解させ、口腔や咽頭部に長時間作用させる剤形です。厳密には内服の錠剤とは別の、外用薬の一種として扱われます。噛み砕いて飲み込んだりせず、ゆっくりと舐めて溶かすことで患部に長く作用します。

●舌下錠

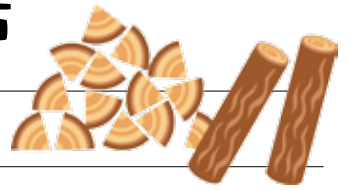
舌の裏側または歯ぐきと頬の間に入れ、溶解した成分を口腔粘膜から吸収させる錠剤です。消化管で分解されやすい成分に向いていますし、口に入れてすぐ吸収が始まるため効果の発現がとても早いことが特徴です。代表的なものに狭心症の発作を抑えるニトロペン舌下錠®（ニトログリセリン）があります。この薬は発作が起きた時に使うものなので早く効くことがとても重要です。また成分が胃酸で分解されるため、飲み込むと効果はなくなってしまいます。この点でも舌下錠という剤形が適しているというわけです。

錠剤だけに限っても、ここで記載したもの以外にも様々な剤形があります。薬の成分ごとに、副作用をできるだけ少なくし高い効果を得られるよう工夫がされているのです。各剤形の特徴を活かすために決められた用法はきちんと守りましょう。剤形の違いや使い方気になるところがあれば、薬剤師に気軽にお尋ねください。



わが家の薪ストーブのお話

放射線治療技術科 横田 典和



わが家に薪ストーブが入って3度目の冬を迎えています。20年前に家を建てたのち、薪ストーブを入れている友人宅で薪ストーブのある雰囲気や家の中全体がほんわか暖かくなることを体験して憧れを持ちました。その頃に友人宅に設置した業者に設置について相談したことがありましたが、わが家には煙突を抜く場所が吹抜けの天井から屋根へ抜くしかないということで、大掛かりな大工工事が必要な事と雨漏りが心配だったため薪ストーブを入れることを諦めました。念願だったストーブを入れるきっかけとなったのは3年前の春、物部川の杉田ダム湖畔にあるカフェに行った際に置かれている薪ストーブに関心を持ち、知人のカフェだったこともあって薪ストーブについての雑談をしたことでした。雑談の中で県内の業者が製作しているということの意外性に驚いたのと同時に、完全に消えていた「薪ストーブを入れたい」という思いが燻ぶり始めてしまいました。その後カフェの主人から業者の方を紹介してもらい、メールでのやり取りや家に来てもらって設置できる場所があるかなどを検討してもらった結果、一か所だけ壁を抜いての設置が可能ということになりました。一つ気懸かりだったのは、住宅団地の中で南側に家がなく広く開けた立地なのですが、風向きによっては周辺に煙やにおいで迷惑を掛けるのではないかと思い業者の方に相談すると、常時煙が出るのではなく火をつけて30分位までは煙が出るがその後は

二次燃焼により煙・におい共に出にくくなるということで設置を決めました。最近では付け火材、空気量を工夫することにより15分ほどで煙が出なくなるような焚き方ができるようになりました。

10月にストーブを設置するためのレンガの炉台が完成し、11月にストーブが設置され火が入りました。期待どおりの暖かさで寒い夜でもストーブに火を入れて1時間くらいで2階を含めてエアコンは要らなくなります。肝心の燃料である薪は、近くの実家の裏山に雑木林があり山の保全のために檜、椎、杉などを前年の冬の間チェーンソーで伐採、薪割、乾燥させて調達しています。木の種類により燃え方に違いがあり、空気の入れ具合でも様々な炎に変化するので見ているだけでも飽きないです。夜寝る前に広葉樹の大きめの薪を2、3本入れ、炉内へ入る空気量を絞っておくと揺らめく炎でゆっくりゆっくり燃え、朝起きた時にはまだ熾火が残っていて室内はほんわか暖かく「これぞ薪ストーブ」という感じです。結構乾燥しますのでやかんを2つ置いて加湿器代わりに使っています。暖かさだけではなく、炉内で安納芋、紅はるかなどで焼芋を焼いたり、ピザを焼いたりして食べることも活用しています。今シーズンはダッジオーブンを使った焼きリンゴもマスターしました。シーズンオフは煙突掃除、炉内掃除をして冬を待つだけでしたが、今年はオフの活用法として炉内を利用して燻製に挑戦してみようと思っています。



外来診察予定表

平成31年2月1日～

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
総合診療科	午前	吉村 彰人 澤田 努 池田 達也 田邊 義貴	矢野 博子 吉村 彰人	石川 忠則 伊東 秀樹 矢野 博子 田邊 義貴	石川 忠則 吉村 彰人 矢野 博子 大平 咲	池田 達也 澤田 努
	午後	石川 忠則 澤田 努 池田 達也 田邊 義貴	矢野 博子 吉村 彰人	石川 忠則 澤田 努 大平 咲	石川 忠則 石井 隆之 〈禁煙〉 医師交替※1	石川 忠則
緩和ケア内科	午前	光岡 妙子	大平 咲 光岡 妙子	光岡 妙子	光岡 妙子	大平 咲 光岡 妙子

※1 2/7、2/21

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
消化器内科	午前	高田 昌史 根来 裕二	久家 直子	岡本 宣人	森田 雅範 小笠原 美樹	岡本 宣人
	午後			西原 利治		
放射線療法科	午前	西岡 明人	森田 荘二郎	西岡 明人	森田 荘二郎	西岡 明人 小林 加奈
腫瘍内科	午前	島田 安博	医師交替※18 根来 裕二	根来 裕二	島田 安博	根来 裕二
ペインクリニック科	午前	青野 寛 穴山 玲子	青野 寛 野中 裕子	青野 寛 野中 裕子	青野 寛 穴山 玲子	青野 寛
	午後	青野 寛 穴山 玲子		青野 寛	穴山 玲子 〈漢方外来〉 青野 寛	青野 寛
消化器外科・ 一般外科	午前	岡林 雄大 稻田 涼 福井 康雄	桂 佑貴 尾崎 和秀	福井 康雄 住吉 辰朗	中村 敏夫 岡林 雄大 齋坂 雄一	渋谷 祐一 稻田 涼
	午後	須井 健太	中村 敏夫	尾崎 和秀 住吉 辰朗	松本 尊嗣 岡林 雄大 高田 暢夫	大石 一行 戸嶋 俊明
乳腺・ 甲状腺外科	午前	〈乳腺〉 高島 大典				〈乳腺〉 高島 大典 〈甲状腺〉 大石 一行
	午後	〈乳腺〉 高島 大典		〈甲状腺〉 大石 一行※8		〈乳腺〉 高島 大典
移植外科	午前		渋谷 祐一	渋谷 祐一		

※8 第2、第4週のみ ※18 辻 晃仁医師、西内 崇将医師、奥山 浩之医師が交替で診察

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
循環器内科	午前	尾原 義和 吉村 由紀 〈不整脈〉 山本 克人	細木 信吾 飛田 諭志	山本 克人 福岡 陽子	宮地 剛 山地 達也	古川 敦子 齋藤 映介
	午後	〈虚血外来〉※2 尾原 義和	細木 信吾※4 〈検診精査〉※2 山本 克人	〈ペースメーカー〉 医師交替※6 〈検診精査〉※2 山本 克人	宮地 剛 〈検診精査〉※2 山本 克人	〈ペースメーカー〉 医師交替※6
心臓血管外科	午前		〈弁膜症・虚血性心疾患・大動脈瘤〉 三宅 陽一郎 〈低侵襲血管内治療〉 大上 賢祐			〈末梢血管外科〉 田中 哲文
	午後		〈弁膜症・虚血性心疾患・大動脈瘤〉 三宅 陽一郎※2			
呼吸器内科	午前	山根 高	浦田 知之	山根 高		浦田 知之
呼吸器外科	午前		岡本 卓 徳永 義昌 喜田 裕介		岡本 卓 徳永 義昌 喜田 裕介	
	午後		岡本 卓 喜田 裕介		徳永 義昌	

※2 紹介患者さんのみ ※4 再診のみ ※6 第5週休診

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
血液内科・ 輸血科	午前	町田 拓哉 北村 亘	今井 利 藤澤 佑香	池内 一廣 藤下 恵悟	今井 利 藤澤 佑香	町田 拓哉 岡 聡司
	午後	菅野 尚※2 菱田 藍	菅野 尚		菅野 尚	深田 順一※4 ※15 菱田 藍
神経内科	午前		丸吉 夏英			
	午後				高橋 義秋※21	丸吉 夏英
脳神経外科	午前	福田 真紀 太田 剛史			森本 雅徳	医師交替※16 岡田 憲二
	午後			松岡 賢樹 政平 訓貴	森本 雅徳※4	医師交替※16 岡田 憲二

※2 紹介患者さん(院外)のみ ※4 再診のみ ※15 第2・4週休診
 ※16 2/1、2/15 津野 隆哉医師診察、2/8、2/22 竹村 光広医師診察 ※21 第1週、第3週のみ診察

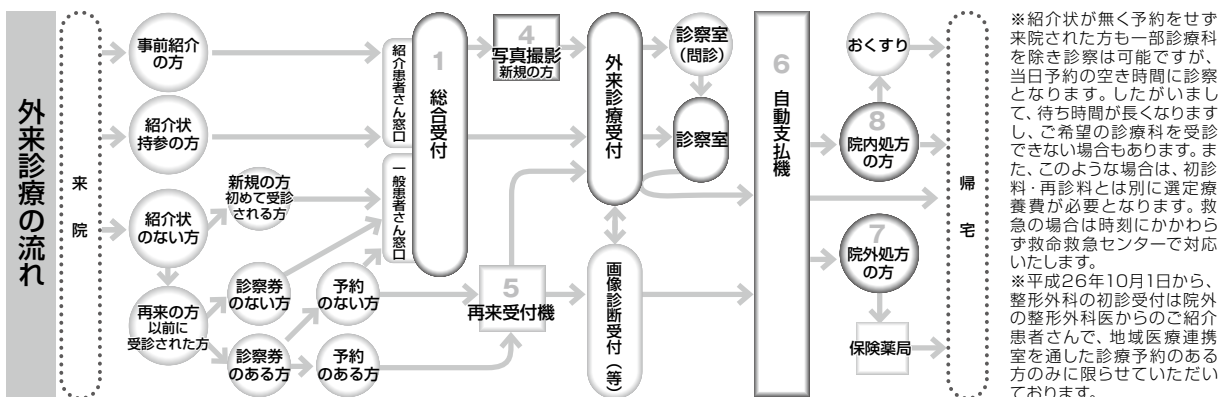
診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
精神科	午前	澤田 健※4 〈児童精神科〉 永野 志歩※4	〈児童精神科〉 川村 静香※4		〈児童精神科〉 永野 志歩※4	藤 美佳子※4 〈児童精神科〉 川村 静香※4
	午後	〈児童精神科〉 永野 志歩※5	藤 美佳子※4 〈児童精神科〉 川村 静香※4	澤田 健※4	澤田 健※4 〈児童精神科〉 永野 志歩	安岡 江里奈※4 〈児童精神科〉 川村 静香※4

※4 再診のみ ※5 院内対診のみ

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
腎臓内科・ 膠原病科	午前		土山 芳徳		土山 芳徳 出原 悠子	
	午後	医師交替※14				
泌尿器科	午前	西山 康弘 坪井 一朗	坪井 一朗 新 良治 西山 康弘		西山 康弘 新 良治 安藤 展芳	小野 憲昭 新 良治 安藤 展芳

※14 掘野 太郎医師、井上 紘輔医師隔週交替

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
整形外科	午前	山田 晋也	時岡 孝光 小田 孔明	多田 圭太郎 〈骨軟部腫瘍〉 沼本 邦彦	町田 崇博 〈整形新患外来〉 医師交替	沼本 邦彦
	午後			〈脊椎〉 時岡 孝光	田所 佑都 〈骨折〉 田村 竜	
形成外科	午前		五石 圭一		五石 圭一	五石 圭一
	午後				美馬 俊介	五石 圭一
皮膚科	午前	高野 浩章 阿河 弘和	高野 浩章 阿河 弘和	高野 浩章 阿河 弘和	高野 浩章 阿河 弘和	高野 浩章 阿河 弘和
	午後			〈光線治療〉 高野 浩章		



診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
眼科	午前	福島 敦樹 大庭 啓介 門田 侑也	大庭 啓介 門田 侑也 林 勇樹	大庭 啓介 門田 侑也 林 勇樹	大庭 啓介 門田 侑也 林 勇樹	大庭 啓介 門田 侑也
	午後					
耳鼻咽喉科	午前	小桜 謙一 土井 彰		田村 耕三 小桜 謙一 浦口 健介		田村 耕三 小桜 謙一 土井 彰
	午後					浦口 健介
歯科口腔外科	午前	立本 行宏 立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	立本 行宏※9 銅前 昇平 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	立本 行宏 立石 善久 原 慎吾 銅前 昇平	立本 行宏 立石 善久 銅前 昇平 〈障害者歯科〉 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実	医師交替 〈障害者歯科〉 鈴木 康男※10 福留 麗実 〈妊婦歯科健診〉 福留 麗実
	午後	銅前 昇平 立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実	銅前 昇平 立石 善久 原 慎吾 〈障害者歯科〉 福留 麗実	医師交替※3 立本 行宏※20 〈障害者歯科〉 福留 麗実	立本 行宏 立石 善久 銅前 昇平 三次 正春	医師交替 〈障害者歯科〉 鈴木 康男※10 福留 麗実

※3 第4週休診 ※9 第1・3・5週診察 ※10 第2週午後休診 ※20 第2・4週診察

診療科	区分	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
婦人科	午前	森田 聡美 川瀬 史愛	山本 寄人	林 和俊	南 晋 赤間 孝洋	山本 寄人 脇川 晃子
	午後	小松 淳子	〈女性総合〉 上野 晃子 〈婦人科下肢リンパ浮腫外来〉 山本 寄人	〈上肢リンパ浮腫外来〉 高島 大典※8		
生殖医療科	午前		南 晋	小松 淳子		
	午後					南 晋※4
産科	午前	山本 寄人 上野 晃子	〈ハイリスク〉 永井 立平	〈ハイリスク〉 上野 晃子※4 森田 聡美	脇川 晃子 〈胎児超音波〉 永井 立平	小松 淳子
	午後		〈胎児超音波〉 永井 立平		永井 立平	南 晋
小児科	午前	西内 律雄 〈小児発達〉 中田 裕生※13 〈小児循環器〉 三宅 陽一郎 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理※13	宮澤 真理 〈小児循環器〉 栗田 佳彦	西内 律雄 〈小児発達〉 砂田 哲	西内 律雄 〈小児発達〉 金澤 亜錦 〈小児循環器〉 栗田 佳彦 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理	宮澤 真理 〈小児発達〉 中田 裕生※13 〈小児神経〉 所谷 知穂
	午後	砂田 哲 〈内分泌・腎臓〉 宮澤 真理 〈小児循環器〉 栗田 佳彦 〈予防接種外来〉 永野 史翔	所谷 知穂 〈小児発達〉 金澤 亜錦 〈乳児検診〉 医師交替※19	高橋 一平 〈慢性疾患〉 所谷 知穂 〈小児発達〉 金澤 亜錦※13 〈予防接種外来〉 大平 純也	永野 史翔 〈小児発達〉 中田 裕生 〈小児アレルギー〉 土本 啓嗣 〈小児神経〉 所谷 知穂 〈小児循環器〉 栗田 佳彦	土本 啓嗣 〈小児神経〉 小林 勝弘 〈血液・腫瘍〉 西内 律雄 〈予防接種外来〉 高橋 一平
	小児外科	午前			佐々木 潔	
	午後	佐々木 潔		佐々木 潔		

※4 再診のみ ※8 第2、第4週のみ ※13 予約外来のみ
※19 吉村 恵利子医師・永野 史翔医師・大平 純也医師・高橋 一平医師

外来診療時間
午前8時30分から正午
午後1時から午後4時30分
(土・日・祝日休診)

原則予約制です。予約外の方は当日来院時に診療予約をおこなってください。
電話での予約は、「かかりつけ医」からの申し込みのみ受け付けています。
問い合わせ先：高知医療センター
高知市池2125-1 TEL:(代)088-837-3000 FAX:(代)088-837-6766

混合診療の禁止について

高知医療センターでは混合診療は行えません。

いわゆる「混合診療」とは、病気に対する一連の治療過程（副作用などに対する治療も含まれます）で、保険診療と保険外診療（いわゆる自由診療であって、先進医療などの例外を除く）を併せて行うことをいい、法律（健康保険法）で禁止されています。

他の医療機関で保険外診療を行った場合でも、その後高知医療センターでその病気に関連した保険診療を行うことは、混合診療となります。

また、**保険外診療**を行った場合は、すでに行った治療を含め、関連ある治療に対する費用が全額自己負担（健康保険適応外）となってしまいます。

混合診療を意図的に行った場合、法律に違反することとなります。

混合診療となる事がわかった場合は、高知医療センターで保険診療はできませんので、ご理解とご協力をお願いします。

混合診療となる例

患者：医療 太郎 さん（自己負担割合3割）

- ・高知医療センターで、がん通院治療中。
- ・インターネットで、「がん治療」について検索すると、A病院で健康保険適応外（自由診療 全額自己負担）の新しい治療を行っていることを知った。
- ・A病院で新しい治療を受け、その後、再び高知医療センターで通院治療（保険診療）を継続したいと考えている・・・。

「混合診療」に該当し、病気に関連する治療費は、全額自己負担となります！



ハーモニー こうちからの お便り



山地 直子 高知医療センター病院ボランティアグループ「ハーモニーこうち」代表

～正面玄関のお花～

こんにちは、ハーモニーこうちです。

私たちは日頃、高知医療センターで患者さんや患者さんのご家族を援助するボランティアグループです。緑のエプロンが、トレードマーク。患者さんにより近い立場で、職員のみなさんとともに患者さんに関わっています。

高知医療センター開院から14年間、正面玄関や風除室、憩いの広場（中庭）は、四季折々の花や山野草、さつきでいっぱいでした。365日、朝昼晩と雨の日も風の日も、花にたっぷりの愛情を注ぎ、高知医療センターを訪れる皆さんや職員の方々に、少しでも安らぎを感じてほしいと続けてきました。

お花の世話をしていると、皆さん声をかけてくださいます。「毎日大変でしょうけど、頑張って」「自宅にも同じ花を育てているけれど、こんなに立派には育たない。お世話はどうのようにすればいいの?」「剪定したこのひと枝もらってもいいですか?」皆さんからは、同じ質問をいただきます。その都度お花の世話をしながら、時には手を止めて説明をすることが日常でした。



風除室に“縁起物”と言われる、根あがりのさつきを展示した時のことでした。患者さんご家族から、「根あがり＝寝あがりのさつきを観れた。“縁起物”を

観ることができたので、入院中の家族（患者さん本人）も、早く退院できそう!」と喜ばれ、またある日は憩いの広場に展示していたサンパチェンスの花について患者さんご家族から、「憩いの広場のお花を観ないと機嫌が悪くなるので、毎日車椅子で（入院フロアから）1階まで連れてきています」と嬉しいエピソードをうかがい、「私たちの活動が患者さんの気持ちを変えているんだ」と一層活動に力が入ったものでした。数年前は、憩いの広場でサンパチェンスを40鉢ほど飾りました。お花が好きな方から「これはインパチェンスですか?」と質問が

あり、その都度「これはサンパチェンスです。インパチェンスの仲間ですが草丈がインパチェンスより

も高く、葉や花が大きい。暑さに強いが、夏場の強い日差しで、葉が焼けてしまう。とくにサンパチェンスは、水の管理が大変で、1日3回朝、昼、晩と水やりが必要です。ご自宅で育てる場合、お水の管理が一番大変です。お水だけはかかさず、たっぷりあげてくださいね。手入れが足りていれば、霜が下りるまで楽しめますよ」とお話しさせていただきました。

原稿を書くにあたり、少しインターネットでサンパチェンスについて調べてみました。すると、サンパチェンスには、驚く力があることが分かりました。サンパチェンスは「環境浄化植物」だそうです。インターネットには「有害物質である二酸化窒素やホルムアルデヒドを体内に取り込んで分解、無毒化し、二酸化炭素を吸収します。これらの能力は従来の園芸植物に比べるとはるかに高く、美しい花を楽しむだけでなく環境を浄化する植物としての一面も併せ持ちます。」このように書いてありました。きれいな花を咲かせてくれるだけでなく、環境浄化植物でもあったとは、私たちも驚いたことでした。サンパチェンスを楽しみにしてくださっている方からは、サンパチェンスを植える時期がくると、「今年もサンパチェンスを植えますか?」とお声がかかるほど、人気がありました。



この活動をしているボランティア仲間が、この度活動を離れることとなりました。梅田正幸さん、長い間ご苦労さまでした。四季折々の花や山野草、さつきを観てお声掛けをいただき、ボランティアをしている私たちも元気をいただきました。心から感謝申し上げます。

ハーモニーこうち

こんにちは！ハーモニーこうちです！

私たちは、高知医療センターで活動をしている病院ボランティアグループです。

私たちのトレードマークは緑のエプロン。

もしかしたらあなたにもお会いしたことがあるかもしれません。

ボランティアとはいえ、病院との約束のもとに“医療チームの一員”として患者さんに関わっています。そんな私たちの活動メニューを紹介します。



外来患者さんへの支援

患者さんやご家族、お見舞いの方へのご案内、玄関前で車の乗り降りの支援、再来受付機や自動支払機の機械操作のサポートなどを行っています。

★活動時間帯(都合にあわせて)
8:00～(土日祝日を除く)



入院患者さんの案内

入院患者さんを入院受付から入院室までご案内しています。移動する間に入院中のお願い、トイレ・シャワー室の場所などのご説明もします。

★活動時間帯
月・火・木の13:00～14:00頃



すこやかフロア(小児入院フロア)の見まもりなど

すこやかフロア専任の保育士と相談をしながら活動しています。食事の見まもり、本の読み聞かせ、軽い遊び、院内中庭の散歩、各種年中行事への協力・参加などを行っています。

★活動時間帯：毎日 随時



生け花

外来エリアを中心に生け花を34ヶ所に配置。小さな生け花ですが、「患者さんの一瞬のやすらぎにつながりますように」「常に生き生きとした花をみなさんに見ていただけるように」とがんばっています。

★活動時間帯(都合にあわせて)
毎日 8:30頃～適宜終了



花づくり

病院敷地内の花壇で、生け花用の花を育てています。

★活動時間帯(都合にあわせて)



図書サービス

“入院中の患者さんのもとに文化の香りを”

入院フロアでの図書巡回貸出サービス、“なるほどライブラリ”の図書整理をしています。

★活動時間帯
木 13:30～15:30頃



**新規採用職員体験ボランティア
研修の受け入れ**
入職後間もない時期に患者さんの視点を体験してよりよいサービスを提供することができるようにとの病院からの要望により、職員体験ボランティアを受け入れています。



研修受け入れの協力
大学のインターンシップ、医学部・看護学部・社会福祉学部などの学生さんの職場体験などの研修をボランティア体験として受け入れています。



イエローレシートキャンペーン

ハーモニーこうちは、イエローレシートキャンペーンに登録しています。毎月11日はイオンイエローレシートの日。レシートの応募を募っています。レシートの合計金額の1%が、私たちの活動のために寄付されます。

★活動場所：イオン1階食品レジ前

★活動時間帯：毎月11日 18:00~19:00頃



あなたもボランティアしてみませんか？

【患者さんやご家族の立場で】

患者さんにより近い立場にいる私たちは、患者さんの心のやすらぎ、利便の向上、安心の提供を目指して患者さんやご家族の支援をします。これからも患者さんへの支援の輪を拡げたいと願っています。活動の趣旨に賛同していただけるあなた。ご自身ができる活動に私たちと一緒に参加してみませんか？

※ 事前に研修を受けていただき、ボランティア保険にも加入しますので、安心して活動できます。

【病院ボランティアの心構え】

- ① 心身ともに健康であること
- ② 継続すること
- ③ 無償であること
- ④ 患者さんのプライバシーが守られること
- ⑤ 医療チームの一員として協力すること

お気軽にご連絡ください



ハーモニーこうち 連絡窓口

〒781-8555 高知市池2125-1

高知医療センター まごころ窓口 ボランティア担当

TEL:088-837-3000 / FAX:088-837-6778

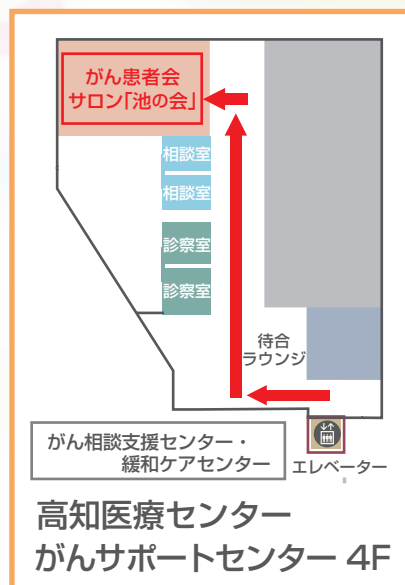
高知医療センター がん患者会 サロン「池の会」

サロン「池の会」の開催

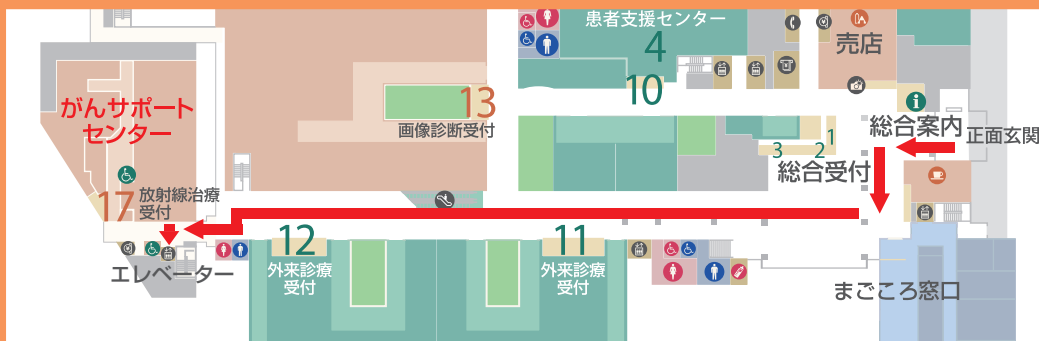
【曜日】 第1木曜日（月1回）
 【時間】 13：00～15：00
 【場所】 がんサポートセンター4階

「がん患者サロン」の開放

【開放日】 月～金（祝祭日を除く）
 【時間】 9：00～17：00
 患者さん、ご家族等、診察や検査の待ち時間
 にご利用ください。

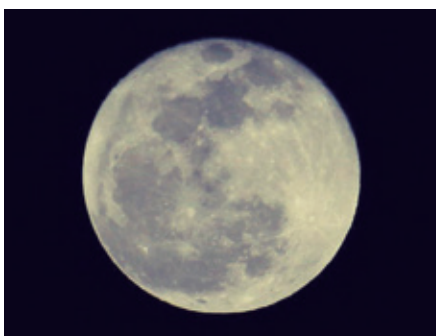


高知医療センター 1F



ご質問は・・・「がん相談支援センター」まで
 院外からの場合 ⇒ TEL：088(837)3863

表紙写真について



スーパームーン

撮影：高知医療センター 労働組合 写真部 西村

一年で一番高く上る平成最後のスーパームーンです。
 （花街道の海岸より撮影）

腫瘍内科外来での

「がん相談員」同席のお知らせ

腫瘍内科外来では、「がん」に関する疑問や不安、悩みに広く対応できるように、診察時に「**がん相談員（私服）**」が同席させていただいております。

患者さんにご家族の立場に沿って、さまざまな悩みを一緒に考えていきたいと思っております。

お気軽に声をかけてください。



「がん相談支援センター」のご案内



高知医療センターでは、がんに関する情報提供、療養上の悩みや不安、医療費やその他のサービス、またセカンドオピニオン、緩和ケアなど、がんに関するご相談を受けることができるように「がん相談支援センター」を設置しています。

ご相談は無料です。当センターの患者さんやご家族に限らず、どなたでもご利用できます。（得られた個人情報厳守いたします）

相談時間 月～金曜日 9:00～16:00
(祝日、年末年始を除く)

相談方法 面談相談：がんサポートセンター
4階 がん相談支援センター
 電話相談：088-837-3863 (直通)
 F A X：088-837-3871
 E-mail：gann_connsult@khsc.or.jp

※混み合っている場合には、お待ちいただくか、予約をして後日来院していただくことになります。ご了承ください。
※がん相談は治療方針を決定するところではありません。

「がん」に関する
さまざまな悩みを
一緒に考えて
いきたいと思っております。
お気軽にご相談ください。

予約時間 について

当センターでは予約時間が30分ごとの枠で設定されており、その予約枠の時間内でお呼びする予定になっています。

例えば…

- 予約時間が9:00の患者さんの場合→
診察開始予定時刻 9:00～9:30
- 予約時間が13:30の患者さんの場合→
診察開始予定時刻 13:30～14:00

診察開始予定時刻を越えて長時間お待ちの患者さんは、外来診療受付までお声をおかけください。

患者相談窓口

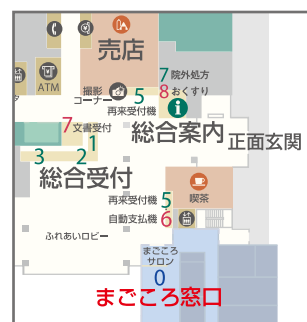
「まごころ窓口」 のご案内

患者さん、ご家族などからのご相談などに、患者さんの立場に立ったわかりやすい説明を心がけ、安心して治療を受けることができるよう支援する窓口です。

場 所 1階「0 まごころ窓口」(正面玄関をに入って左奥)

開設時間 午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)

受 付 平日……………窓口、電話
休日・夜間…FAX、当院ホームページ、文書
(ご用件により、窓口での受付が必要な場合があります。)



高知医療センター 1F

「まごころ窓口」の業務

01 医療相談 (医療福祉制度に関する説明をはじめ、転院先などの相談)

06 セカンドオピニオン相談外来の受付

02 苦情・ご意見・要望の窓口

07 禁煙外来の受付

03 診療情報開示の窓口

08 病院ボランティアの受付と支援

04 医療安全に関する相談

09 ドナルド・マクドナルド・ハウス こうちに関すること
※平成31年3月31日まで

05 がん相談の窓口

10 その他、患者さんからの問合せへの対応

例年 3 月になると、高知市内では「土佐のおきゃく」の期間に食の祭典と題し皿鉢祭が開催されており、平成最後の第 51 回皿鉢祭は 3 月 3 日に開催されます。高知市観光協会よりご依頼を頂き、第 48 回皿鉢祭より当院のミニ皿鉢を紹介しています。

ミニ皿鉢は 2016 年から一般食の患者さんを対象に、特別選択メニューで提供している皿鉢をコンパクトにしたもの。献立は R K C 調理製菓専門学校に監修をお願いし、給食委託先：日清医療食品株式会社の調理師が心を込めて調理しています。患者さんにも好評を頂いており私達も励みになっています。



伝統的な皿鉢料理は、その盛りつけに特徴があり高知県のソウルフード。他県では珍しく、郷土料理として継承すべき食文化でもあります。料理は、ある程度の保存が効くように工夫されており、やや塩分・糖分は気になるところです。一般成人の 1 日食塩摂取量は男性 8g 未満、女性 7g 未満とされています。おきゃくで、皿鉢料理が振る舞われることが多いと思いますが、栄養指導で「おきゃくがあつて食べすぎた」と反省の声を聞くことがあります。雰囲気にもまれて、つい食べすぎたり、また飲み過ぎになりがちです。持病をお持ちの方は、くれぐれもご自身の適正範囲を忘れずに、その場を賢く楽しんで頂ければと思います。

旬の食材

ごまさば



「ごまさば」と言えば「土佐の清水鯖」が有名。丸みを帯びた体に、お腹までごまを散らしたような斑点があることから「ごまさば」と呼ばれています。通年漁獲されますが、寒い時期に獲れる鯖は、脂がのってより一層美味しいです。

昨今、テレビや雑誌で鯖の栄養や健康効果がよく取り上げられています。n-3系脂肪酸の含有量も多く、特に EPA^{※1}は血管・血液の健康維持、肌老化予防でしみ・そばかす対策、代謝アップで肥満予防効果が、DHA^{※2}は記憶力の維持・向上にも効果が期待されています。

新鮮な鯖が手に入れば好みの料理で頂けますが、毎日、手軽に鯖を食するのに、水煮缶詰が大変便利です。缶詰は生の鯖をそのまま加工し缶詰にするため、煮汁も栄養があり残さず利用したいです。様々な食材と組み合わせることもでき、水煮以外には味噌煮、醤油煮、トマト風味やバジル風味と味のバリエーションも販売されています。鯖以外の魚の缶詰も種類が豊富ですので、災害時には備蓄食としての活用も可能です。食卓の 1 品として缶詰をストックし日常で利用してみてもいいでしょう。

ごまさば 栄養価 (100g あたり) (日本食品標準成分表より)
(生) エネルギー 146kcal、たんぱく質 23.0g、脂質 5.1g
(水煮) エネルギー 155kcal、たんぱく質 24.8g、脂質 5.2g

※1 EPA：エイコサペンタエン酸
※2 DHA：ドコサヘキサエン酸



料理レシピ vol.22

〈材料3人分〉
約 200ml の器 × 3 つ分
いちご (1/2 バック) 約 150g
砂糖 30 ~ 35g
レモン汁 小さじ 1 ~ 1.5
生クリーム 150cc
ゼラチン 5g
熱湯 50cc

【1 人分の栄養量】
エネルギー 266kcal
たんぱく質 3.8g
脂質 21.1g
炭水化物 16.1g
ビタミン C 34mg



いちごの簡単ムース

ミキサー (またはブレンダー) で、簡単・手軽にできるムースをご紹介します

【作り方】

- ① ゼラチン (粉) 5g を熱湯 50cc に振り入れよくかき混ぜて溶かす。
- ② いちごはヘタを取り、砂糖、レモン汁を加えよくミキサーにかける。
- ③ ②に①と生クリームを加えて、かるくミキサーで混ぜる。
- ④ ③をお好みの器に注ぎ入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
(お好みでミントを飾って出来上がり。)



～管理栄養士からのワンポイントアドバイス～

市販のゼラチンは、5g の小袋入りで販売されていますので、利用しやすいです。レモン汁があると、さわやかに仕上がりますが、なくても美味しく頂けます。いちごの甘さによっては、砂糖の量を減らせますし、低糖タイプの砂糖を利用すると、糖質カットができます。たくさん作りたい場合は、各材料を倍にしてみてください。

院内行事

● 10月14日(土)

「高知医療センターのことをもっと知ってもらいたい！」

当院では、各職種の最新の活動を紹介させていただくことを目的として、学術集会を毎年開催しています。どなたでもご参加いただけますので、是非会場にお越しください。



● 12月13日(木)

やいろ会、やまびこ会の皆さんが今年も当院をご訪問くださいました。患者さんと職員も一緒になり手拍子で歌と踊りを楽しみました。



● 12月22日(土)

当院地上ヘリポートにて、救命救急センター ドクターヘリ見学会を開催しました。会場には総勢430名が足をお運びくださり、ドクターヘリに乗り写真を撮ったり、くろしおくんと遊んだり、くじびきを引いたり…とそれぞれ楽しまれていました。



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

● 1月14日(月)

当院くろしおホールにて、第53回地域医療連携研修会を開催しました。

あおぞら診療所 高知潮江所長 松本務医師を講師に迎え「在宅医療と看取り」をご講演いただきました。



● 1月19日(土)

田野町ふれあいセンター イベントホールにて地域がん診療連携拠点病院 公開講座を開催しました。

今回は、当院医師のほか田野病院の近森文夫院長にご講演いただきました。



こころ 第37号

高知県・高知市病院企業団立
高知医療センター広報誌

〒781-8555
高知市池 2125 番地 1 高知医療センター
TEL 088-837-3000 FAX 088-837-6766

発行 平成 31 年 2 月 28 日
発行者 島田 安博
題字 佐藤 光峰
編集 高知医療センター広報委員会
印刷 株式会社 高陽堂印刷