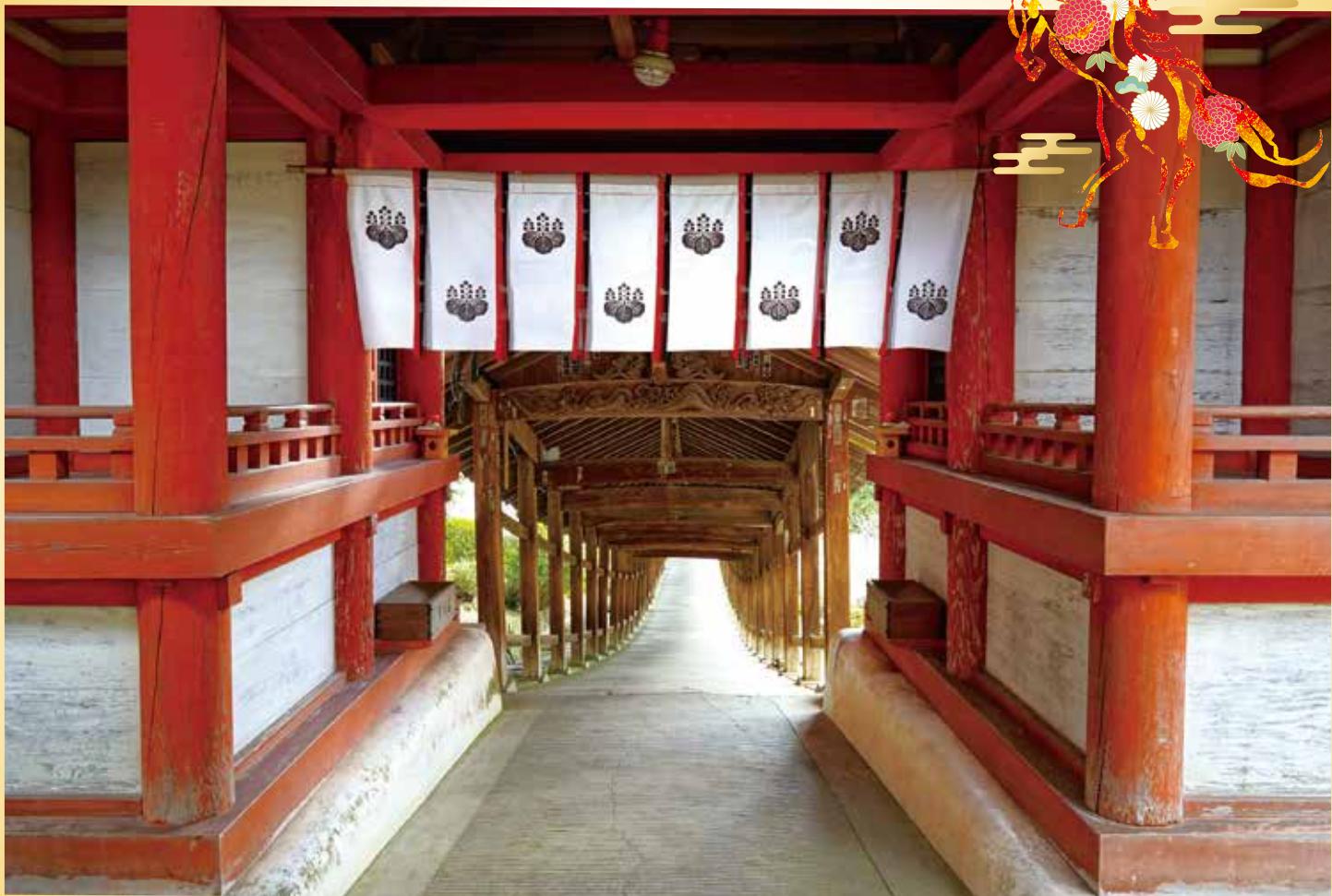


ごよかぜ



吉備津神社の回廊

CONTENTS

新年のご挨拶	2
呼吸をラクに、理学療法士が行う呼吸サポート	3
感染対策の取り組みについて	4
第79回 国立病院総合医学会 in 金沢	5
「いきいき広場」に参加して	6
秋行事（つくし病棟）	7
クリスマス会（つくし病棟）	8・9
「糖尿病患者さんのためのお食事会」を開催しました	10・11
外来診療担当医師一覧表	12

病院の理念

私たちは
「ゆるぎない信頼、心からの満足」
をしていただける病院を目指します。

人としての尊厳を重視した上で
専門医療（国の定める政策医療）に誇りをもち、
地域の皆様が安心して心身ともに癒される医療を
受けいただけるよう、全力を尽くします。

令和8年 新年のご挨拶

院長 井上 美智子

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。



旧年中は当院の運営につきまして、皆様から格別のご理解とご支援を賜り、心よりお礼申し上げます。

振り返ると昨年は、全国的に病院経営上の困難がクローズアップされた年でした。

高齢者の受療率の低下により、見込まれていた入院応需増の想定違いが徐々に明らかになり、多くの医療機関において危機感が一層増してきています。当院も例外ではなく、社会における存在意義を見直すべき時期が到来したとの認識を強くしているところです。このため当院としては、社会における「なくてはならない病院」の実現のため、国立病院機構がこれまで担ってきたセーフティネット系医療（重症心身障害、神経・筋難病など、民間の医療機関や介護施設では対応が困難な疾患の診療）の提供をさらに発展させることにしました。具体的には、担当する医師の不在のため令和8年4月からは結核入院対応を中止し、同時に2個あった一般病棟を

一つ集約化します。集約化した一般病棟は、重症心身障害児・者の短期入所や神経難病患者のレスパイトなどの在宅療養の支援を行う機能と、従来からの一般診療を行う機能を併せ持つように再編成することにしました。令和8年度は、これらの病棟編成の変更と限られた人的資源のもとでこれまで当院が培ってきた診療スキルを発展させる挑戦の一年になります。時代の大きなうねりの中、今後多くの課題が待ち受けているとは思いますが、今年の干支の丙午（ひのえうま）の如く熱い情熱をもち新しい病院の未来に向けて前進していきたいと思います。本年もご支援ご鞭撻の程、宜しくお願い申し上げます。



呼吸をラクに、理学療法士が行う呼吸サポート

リハビリテーション科 理学療法主任 吉田英樹



当院では、理学療法士による排痰補助装置を使った痰（たん）を出すケア（排痰療法）を行っています。排痰補助装置とは、弱くなった咳（せき）の力を補うことで痰を出しやすくする医療機器です。脳性麻痺や低酸素脳症など重症心身障害の患者さんやALS、筋ジストロフィーなど神経筋疾患の患者さんは、筋力や神経の働きが弱くなり、自分で十分な咳ができなくなっています。排痰補助装置を用いた排痰療法は、このような患者さんを対象としています。リハビリテーション科では、主治

医の指示のある患者さんに対して、主治医と設定圧を調整した上で、週に1~3回の頻度でこの排痰療法を実施しています。

そもそもなぜ痰を出すことが大事なのでしょうか。健康な方は、気道にたまつた痰を「ゴホン」と咳を使って自分の力で外に出すことができます。しかし、筋力が弱い方や呼吸の協調が難しい方は、この咳の力が十分に出ず、痰が気道に残りやすくなります。すると、無気肺といって痰がつまつた先の肺胞が十分に膨らまない状態になり息苦しさが強くなります。更に、多量のねばついた痰がこびりつくと窒息により命にかかることがあります。また、痰がたまることで細菌の温床となり感染症のリスクが高まってしまいます。すると、気管支炎や肺炎につながることもあります。そのため、自力で痰を出せない患者さんにとって痰を外に出しやすくする「排痰」はとても大切なケアの一つです。



排痰補助装置は、空気をゆっくりと肺に送り込み、その直後に一気に引き抜くことで「強い咳」を機械的につくり出します。これにより、自力で咳が出しにくい方でも、咳の力を補助することで痰を口や鼻のほうへ押し上げやすくなります。痛みを伴う治療ではなく、患者さんの呼吸状態や疲労に合わせて設定を調整し、無理なく安全に行えるよう配慮しています。

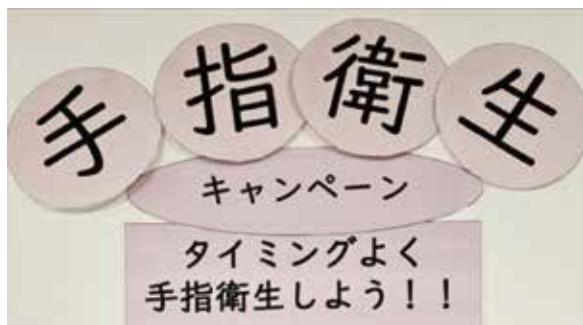
理学療法士は、姿勢調整や呼吸リハビリと組み合わせながら、より効果的に排痰が行えるようサポートします。また、ご家族にも日常で気を付けたいポイントや、痰がたまりやすいサインなどを一緒に考えながら分かりやすくお伝えしていきます。呼吸は生活の基盤であり、少しの変化が体調に大きく影響します。排痰補助装置を用いた排痰療法は、患者さんが安心して過ごせる時間を増やすための大切な支援です。当院リハビリテーション科では、これからも一人ひとりの状態に合わせた呼吸ケアを続けてまいります。

感染対策の取り組みについて

感染対策室 感染対策係長 吉田 美香

今年の夏もとても暑かったです。秋を感じないまま、冬になってしまいました。この時期に心配なのは、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などの呼吸器感染症です。呼吸器感染症を予防するには、①咳があればマスクを着用する。②手洗いや手指消毒をする。③うがいをする。④十分な休養とバランスの良い食事で、健康的な日常生活をする。換気も大切です。

南岡山医療センターでは、感染対策の基本といわれている手洗いや手指消毒を習慣化するために、いろいろな活動をしています。手指衛生キャンペーンでは、各部署が「タイミングよく手指衛生しよう！」を合言葉にポスターを作成し、みなさんに見ていただけるよう掲示しました。



そして、毎年、全職員対象に感染対策研修を行っています。感染症についての研修もしますが、動画を見て手指衛生のタイミングに間違いがないか確認もしています。今年度は改めて「手洗い」や「手指消毒」の方法とタイミングについて研修をしました。



また、手が荒れているとタイミングよく手指衛生ができなくなるので、ハンドケアについても勉強会をしました。水分計で手指の水分量を計測することもできたので、「手を保湿することでバリア機能を保つことができ、感染対策につながる」や「ハンドケアを行うことで20%以上も水分量がアップした」「感染対策は手指衛生しか考えていなかったが、ハンドケアの必要性を改めて感じた」などの感想がきかれました。

これからも、患者さんや職員、病院を訪れるみなさまが安心できるよう、感染対策を継続していきます。



第79回 国立病院総合医学会 in 金沢

つくし1病棟 看護師長 大塚 麻里

令和7年11月7日から2日間、金沢で開催された「第79回国立病院総合医学会」に参加しました。当院の重症心身障害児（者）病棟からは、療養介助員の佐野祐子さんが「気分転換活動を増やし、脱衣行為の減少を目指して」、早川拓海さんが「強度行動障害を有する患者の身体拘束解除に向けた取り組み」という演題で、患者さんが楽しく健やかに過ごせるように工夫した生活援助・生活支援について、ポスターセッション形式で発表しました。

この取り組みを通じて、患者さんの意思や「その人らしさ」を尊重する支援の重要性を再認識するとともに、患者さんの新たな能力や魅力に気づくことができ、スタッフにとっても大きな喜びとなりました。また、ポスターセッションでは、「脱衣行為の減少」「身体拘束解除」をテーマにした他施設の発表もあり、異なるアプローチや工夫から多くの学びを得ることができました。日々の業務に生かせるヒントがたくさんあり、非常に有意義な時間となりました。

療養介助員は福祉資格を有し、病棟で長期療養患者さんの日常生活のサポートをしています。言葉による意思伝達が難しい患者さんにとって、患者の尊厳を守ることは介護を行う上で欠かせません。表情や反応を丁寧に読み取り、本人の意思を尊重しながら「自分らしく過ごせる」支援を継続し、今後の看護・介護に活かしていきたいと考えています。病棟スタッフが一丸となり、医療と生活の場として、入所されている患者さんが、楽しく健やかに過ごせるようにこれからも取り組みを続けてまいります。



(写真：井上院長を囲んで)



(写真：日本3大庭園「兼六園」)

2025はやしま生涯学習まつり 「いきいき広場」に参加して

副看護部長 柳本 恵美子

11月2日（日）に開催された2025はやしま生涯学習まつり「いきいき広場」が開催され、南岡山医療センターからは、医局・薬剤部・臨床検査科・放射線科・栄養管理室・看護部・事務部の総勢17名が参加しました。各部門が趣向を凝らしたイベントを企画し、多くの来場者の皆様に南岡山医療センターを知っていただく良い機会となりました。今回、初めて地域のイベントに参加しましたが、電動カート乗車体験や、早島町特産のい草を使ったピンポン体験など、さまざまな催しが行われており、地域の活気を肌で感じることができました。

各部門の企画イベント

医 局：医療相談

薬 剤 部：薬剤師体験（お菓子で調剤）

栄養管理室：栄養相談

放 射 線 科：骨密度測定

臨床検査科：血管年齢測定

看 護 部：子ども白衣体験・BLS



秋行事(つくし病棟)

保育士 谷山 榮美

秋深まった11月10日(月)～14日(金)の1週間つくし病棟で秋行事「紅葉狩り」をしました。テーマは“秋を見つけよう！”という事で、紅葉が始まった10月頃から利用者さんと一緒に秋行事に向けて落ち葉拾いをしたり、落ち葉つくりをしたりして一緒に準備をしてきました。

落ち葉拾いでは赤くなった葉っぱを職員と一緒に見たり触れたりすると頬を緩めたり、感触に不思議そうな顔をされたり、様々な表情が見られました。散策での落ち葉拾いだけでなく、室内では絵の具やマーカーを使って画用紙に色を付けたりしたものを職員が葉の形にしました。形になった物に触れたり、見たりするとじっと視線を向ける様子がありました。

行事では、ご家族の方や、職員と一緒に実際に手作りの葉っぱの小道を渡ったりエアパッキンを用いて枝を踏んだ時の音、たき火の音などに見立てた道を通る体験をしたり、どんぐりや落ち葉や枝の楽器を鳴らして演奏するなど、色々な感覚体験をしました。

印象的な場面では、エアパッキンの“パチパチ”と言う音に驚いた表情や不思議そうな表情など様々な表情が見られました。何よりも、ご家族の方と何度も通り“パチパチ”という音を体験される方もおられ私たちの想像以上の反応を見せて下さる利用者の方の嬉しく楽しそうな様子が伝わってきました。最後にみんなで拾ったり描いたりした葉っぱを木に付け各病棟に1本ずつ大きな紅葉した木をみんなで完成させ、その木を見ながらみんなで「まっかな秋」を歌いました。職員やご家族の歌声に合わせて声を出す方、一緒に歌おうとする方、身体を揺らす方お一人お一人が行事を通して秋を感じられるひとときを過ごすことが出来たようでした。





クリスマス会



保育士 田中 麻理亞

12月16日から18日の3日間、冬行事「クリスマス会～Sweet & Music 2025～」を行いました。

16日と18日は、各病棟で栄養管理室と共同してSweet部門のクリスマススイーツ会を行いました。

まずは栄養管理室の職員によるチョコレートケーキ作り。チョコレートの甘い香りがプレイルームに広がりました。おいしそうな香りを鼻がくすぐり利用者さんも職員も「早く食べたいな～」と待ちきれない様子でした。その後、粉砂糖やサンタさんをデコレーションしてクリスマスケーキの完成！次に登場したのはおいしそうなロールケーキです。栄養管理室のシェフが大小のロールケーキを積み重ね、クリームや飾りでデコレーションをしてきれいなロールケーキタワーが完成すると、「おお～！」という歓声が沸き起こりました。いよいよ実食です。

1人ずつケーキを取り分け、サンタ職員が利用者さんにお届け！やわらかいスポンジやクリームを食べると、おいしそうにほほえんだりパクパクと進みおかわりをもらう利用者さんもいたりと、みなさんとても良い表情でケーキを召し上がられていました。



どんなケーキになるのかな!?



素晴らしい出来上がりでした！！





17日はつくし1・2病棟合同で、Music部門のクリスマス演奏会を行いました。

数年ぶりに音楽ボランティアの方をお招きしました。「きままなトリオ」という名前で活動されている3名にピアノ・チェロ・フルートを演奏して頂きました。演目は、季節にぴったりのクリスマスマドレーヤ利用者さんたちの好きなジブリ曲等を披露して頂きました。普段聴くことのない楽器の音色にうつとりしたり真剣な表情で耳を傾けられたりする利用者さんの様子が見られ、会場が心地よい世界に引き込まれました。

今回演奏して頂いたボランティアの方々も演奏を楽しんでもらえて良かったと言われ、心温まるひとときとなりました。

年末を締めくくる最後の行事に、参加して頂いたボランティアの方をはじめ、多くの方のご協力により2025年も楽しいクリスマスを過ごすことができました。



「きままなトリオ」の皆様です。



楽しいクリスマス会を
有り難うございました。



「糖尿病患者さんためのお食事会」を開催しました

栄養管理室 管理栄養士 海老 望希子

今回は2025年10月17日に当院で開催いたしました、お食事会についてお話しします。

南岡山医療センターでは、年間を通して糖尿病教室を実施しています。お食事会は、昨年度に引き続き2回目の開催となりました。

お食事会では、実際に病院食を召し上がりながら、講義を学んでいただく流れとなっています。

今年度は、合計11名の方が参加して下さいました。

今回の講義内容は「食物繊維について」でした。食物繊維は、2025年版食事摂取基準によると男女によって目標量が異なります。男性は1日当たり20g以上、女性は18g以上の摂取を推奨されています。

食物繊維はきのこ類、海藻類、野菜類などに多く含まれます。数字で提示されていても、日常で摂取している食品へ置き換えて考えるには分かりにくいため、食材量の提示や食物繊維の多い食品を組み合わせた献立を考え、実際にお食事会で召し上がっていただきました。当日の献立では、1日の目標量の約半分が含まれていました。

講義内容の一部、普段の食事で食物繊維を増やすコツを紹介します。

- ・毎食摂取する主食「白米」に、大麦（押麦、もち麦）、雑穀などを混ぜて炊く。
- ・副食は食物繊維を多く含む食品を組み合わせて食べる。
- ・常温保存でき、少量で食物繊維の多い豆類、きのこ類、海藻類を活用する。
- ・加熱調理（ゆでる、蒸す、焼く、炒めるなど）をして、力サを減らして食べる。

参加後のアンケートでは、全員から「食物繊維の多い献立、講義が参考になった」と好評いただきました。

お食事会にご興味のある方、糖尿病食事療法について学んでみたい方などなど、糖尿病患者様に限らずどなたでもご参加いただけます。皆さんで楽しくお食事をしながら講義で学んでみませんか？

来年度もお食事会を開催予定としています。開催日時などの詳細は来年度に公表予定です。

(図1：お食事会の様子)



(図2：食事会の献立メニュー
1400kcal食)

～食事会の献立メニュー 1400kcal食～
白米
若鶏の照り焼き/付け合せ（ブロッコリー）
切干大根の洋風煮
ひじきサラダ
ゴールデンキウイ



1400kcal食栄養価（1食分）	
エネルギー	494kcal
たんぱく質	18g
脂質	12g
炭水化物	72g
食物繊維	9.4g
食塩相当量	1.6g

いただきます!!



ご質問や好評を頂いた「ひじきサラダ」について、作り方をご紹介します。

<材料> (1人前) 食物繊維3.8g

- ・ひじき（乾） ······ 4g
- ・セロリ ······ 10g
- ・ピーマン ······ 10g
- ・玉葱 ······ 5g
- ・ミックスビーンズ ··· 10g
- ・フレンチドレッシング
(orお好みのドレッシング) ··· 小匙1杯



<作り方>

- ①ひじきは水で戻す。
- ②セロリ、ピーマン、玉葱は千切りにする。
- ③ボウルに①、②、ミックスビーンズ、ドレッシングを入れ和える。
- ④お皿に盛りつけて完成。



令和8年1月1日現在

外来診療担当医師一覧表

独立行政法人国立病院機構
南岡山医療センター

TEL 086-482-1121 (代表)

(病診連携室直通) 086-482-3031

(病診連携室FAX) 086-482-3051

受付時間 8:30~11:00 (予約外の方)
8:30~予約時間 (予約の方)休診日:土・日・祝日
年末年始(12/29~1/3)

但し、急患の方はこの限りではありません。

診療科	診療時間	月	火	水	木	金
一般内科	初診・再診	8:45~12:00	木村／板野	藤井 誠	富田／木村	上田 弥生
			-	-	谷本 安	-
	初診(予約)・再診	13:00~17:00	谷本 安	-	-	-
循環器内科 (生活習慣病外来)	初診(予約)・再診	8:45~12:00	富田 純子	-	-	富田 純子
呼吸器内科	初診・再診	8:45~12:00	藤井 誠	木村 五郎	河田 典子	藤井 誠
			板野 純子	板野 純子	板野 純子	河田 典子
脳神経内科	初診・再診	8:45~12:00	田邊 康之	坂井 研一 (もの忘れ)	麓 直浩	原口 俊
			的場 結香	-	-	-
	再診	8:45~12:00	-	田邊 康之	-	坂井 研一
消化器内科	初診・再診	8:45~12:00	-	-	平野 淳	平野 淳
皮膚科	初診・再診	8:45~12:00	-	瀧川 充希子	-	-
耳鼻咽喉科	初診・再診	8:45~12:00	-	-	-	-
整形外科	初診・再診	8:45~12:00	藤田 寧子	藤田 寧子	-	藤田 寧子 (再診予約のみ)
リハビリテーション科 (摂食嚥下専門)	初診(予約)・再診	14:00~16:00	-	-	-	田中 義人 (予約のみ)
小児科	初診・再診	8:45~12:00	遠藤 文香	榎本 早也香	井上 美智子	吉永 治美
			-	水内 秀次	-	八代 将登
	再診(予約)	14:00~17:00	-	水内 秀次	産賀 温恵	-
小児神経科	初診(予約) 再診	8:45~12:00	吉永 治美	吉永 治美	井上 美智子	井上 美智子
			-	-	-	遠藤 文香
			13:30~15:30	吉永 治美	遠藤 文香 (14:00~)	吉永 治美
		15:30~17:00	-	-	遠藤 文香 (~16:00)	井上 美智子
乳幼児健診・予防接種	初診(予約)・再診	13:00~14:00	-	-	担当医 (第3週)	-
歯科	初診・再診	8:45~12:00	小野 濑里奈	山路 公造	-	大原 直子
	再診	13:30~17:00			-	

紹介状をお持ちの方は、事前に 病診連携室 で予約を行ってください。

(予約無しで当日に紹介状をご持参される場合、お待ちいただくことがあります)

初診(予約)を受診の方は、事前に 病診連携室 で予約を行ってください。



病診連携室

086-482-3031

独立行政法人国立病院機構
南岡山医療センター〒701-0304 岡山県都窪郡早島町早島4066
電話(086)482-1121(代表)

F A X (086)482-3883

病診連携室 FAX(086)482-3051

休日・時間外にFAXを送られる場合は事前に
代表電話へご連絡ください。<https://minamiokayama.hosp.go.jp/>