こすもスマイル 54号

発行／小林市立病院 地域医療連携室　令和 4年 3月

～事務部長のあいさつ～

日頃より当院の運営並びに地域連携にご理解、ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。また、コロナ禍において、その対応に様々な方面から尽力されていることに敬意を表します。原稿作成中の２月初旬はオミクロン株が猛威を振るっています。本号がお手元に届く頃には寒さも和らぎ、新型コロナ感染症も落ち着いていることを願います。

さて、今回は「公立病院改革」についてご報告します。

国は、少子高齢化や人口減少等、医療需要の変化に合わせて、公立病院が地域に適した医療提供体制の再構築のために抜本的な改革が必要として、平成 19 年と 27 年に「公立病院改革ガイドライン」を公表し、地方公共団体に対して「公立病院改革プラン」を策定し病院事業経営の改革に取り組むよう要請しています。

このことを受け当院でも平成 21 年と 29 年に「小林市立病院改革プラン」を策定し、経営改革に取り組んできました。

国は、現行の改革プランが令和２年度で期限を迎えることから同年度中に新たなガイドラインの公表を予定していましたが、新型コロナ感染症蔓延により策定が遅れたため令和３年 12 月に新ガイドラインの方向性のみを示し、今年度中に「公立病院経営強化ガイドライン」を公表予定としています。従前のガイドラインは公立病院の赤字解消が主な目的でしたが、新ガイドラインは持続可能性の確保や経営強化、新興感染症への備えなどが盛り込まれ、地域偏在による医師不足や新型コロナ感染症の経験を踏まえたものとなるようです。

当院でも、役割と機能の明確化、限られた医療資源の地域全体での有効的活用、今後発生が懸念される新たな感染症対応に、西諸公立病院間の十分な連携・協議により「新たなプラン」を策定し経営強化・改革に取り組んでまいります。

公立病院としての役割を果たすべく努力してまいりますので、引き続きご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

小林市立病院 事務部長　　貴嶋誠樹

理　念

「安心、安全で信頼される病院を目指します」

【基本方針】

◎ 西諸の中核病院として、地域の医療機関と連携し、高度な医療を提供します

◎ 職員一丸となって、迅速な対応とチーム医療で、安全な医療を提供します

◎ 誠実かつ真摯（しんし）な姿勢で日々研鑽（けんさん）に努め、信頼される質の高い医療を提供します

◎ 自治体病院として、平等で心が通い合い、安心できる快適な療養環境を提供します

◎ 患者様と家族の満足を追求し、プライバシーの保護をはじめ患者様の権利を尊重します

診療部紹介　泌尿器科

日頃より大変お世話になりありがとうございます。

新体制となり１年半が経過いたしました。泌尿器科関連手術件数は年々増えています。2021 年１月から 12 月までの腹腔鏡手術の実績は腎関連手術：６例、前立腺全摘除術：30 例、膀胱全摘除術＋尿路変更術:8 例、膀胱脱根治術:3 例、そのほか経尿道的内視鏡手術は尿路結石レーザー破砕術:46 例、膀胱腫瘍切除術：24 例、前立腺核出 / 切除術：18 例でした。引き続き最善の治療が行えるよう努力して参ります。

夜間頻尿に関して。一昨年 10 年ぶりのガイドライン改定となり新しい知見が増えています。夜間１回以上排尿する人は 40 歳代では男女ともに約 40%ですが、80 歳代には 80%を超え、夜間３回以上排尿する人は 80 歳代になると男性で 50%、女性で 40%となっています。夜間頻尿は生命予後にも悪影響を及ぼすといった報告が多く見られます。夜間頻尿の原因は前立腺肥大症や過活動膀胱などの膀胱蓄尿障害、睡眠障害の他に、実は夜間多尿があります。原因としては水分・カフェイン・アルコールの夜間多量摂取のほか、加齢による夜間の抗利尿ホルモン分泌低下、高血圧や糖尿病、心不全や腎不全、睡眠時無呼吸症候群などの内科的疾患が多いと言われています。多尿が原因の夜間頻尿に対する治療としては行動療法が第一選択とされていて、飲水指導や塩分制限、食事、運動療法、禁煙、弾性ストッキングの使用、夕方の下肢挙上などがあります。

お困りの方は、泌尿器科へご相談ください。

泌尿器科科長　森　勝久

看護部紹介　３階病棟

患者さん、ご家族の方々には、昨年に引き続き感染症対策における面会制限等にご理解とご協力を頂き、感謝しております。当病棟は、昨年春に３人の新しいスタッフが加わり、この一年共に頑張ってきました。今回はそのスタッフから皆さんにメッセージを伝えてもらいます。

内木場清美（看護補助者）

３階病棟で勤務を始めてもうすぐ１年になります。日々勉強です。看護師のサポートを行い、患者さんに寄り添える補助員になれるように頑張っています。
よろしくお願いします。

児玉麻結（看護師）

この一年間を振り返ると、患者さん、スタッフの方々から多くの事を学び、支えてもらいながら働くことが出来たと思います。これからも笑顔を忘れず、患者さんの心に寄り添った看護の提供ができるように頑張ります。

大出水ゆかり（看護補助者）

仕事は大変な時がありますが、優しいスタッフの皆様に助けて頂き、充実した日々を送っています。これからも患者さんに寄り添った介助を心がけていきます。
よろしくお願いします。

３階病棟　主任看護師　玉利裕美・餅原悦子

栄養情報だより

≪臨床栄養室≫

日ごとに暖かくなり、すっかり春らしい陽気になりましたね。
いきなりですが、皆さんはよく眠れていますか？
人は人生の約３分の１を睡眠時間に使っているといわれています。
しかし、睡眠リズムを整える「セロトニン」や「メラトニン」
といったホルモンは年齢とともに分泌量が減少するため、
食事から意識して取り入れることが大切です。

◎たんぱく質を摂りましょう

セロトニンやメラトニンは「トリプトファン」というアミノ酸を摂取することでつくられます。
これはたんぱく質源の食品(肉類、魚類、卵類、大豆製品、乳製品)に多く含まれるため、毎食一品はたんぱく質源のおかずを摂る事が理想的です。

また、朝ごはんをバランスよく食べると脳や身体へのエネルギー補給となり、昼間の集中力がアップしより活動的に過ごすことができます。
朝から主食・主菜・副菜のそろった食事を摂ると良いでしょう。

今回は忙しい朝でも手軽にたんぱく質が摂れるお勧めのレシピを紹介します。
みなさんもバランスの良い食事と質の良い睡眠をとり、健康的で充実した生活を送りましょう。

◎普段の味噌汁にたんぱく質をプラス！
～身体も温まるレタスと豚肉の味噌汁～

◆材料(2 人分)

豚しゃぶしゃぶ用肉	4 枚(70g)
レタス	2 枚
★水	300ml
★顆粒だし	小さじ 1
みそ	大さじ 1
生姜(チューブでも可)	適量

◆栄養価(1 人分)

エネルギー	147kcal
たんぱく質	6.3g
食塩相当量	1.1g

◆作り方
① 豚肉は長さを半分に、レタスは一口大に切る。
② 鍋に★を入れて火にかけ沸騰したら豚肉を 1 枚ずつ加える。肉に火が通ったら、みそを溶き入れ、レタスを加え、ひと煮たちさせる。
③お好みで生姜をいれて完成！

オンライン資格確認スタート

オンライン資格確認の運用をスタートし、マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになりました。

Ｑ１　オンライン資格確認ってなあに？

オンライン資格確認は、マイナンバーカードのＩＣチップまたは健康保険証の記号番号により、オンラインで資格情報の確認ができることをいいます。

Ｑ２　オンライン資格確認ってなぜ必要なの？

厚生労働省は、団塊の世代が後期高齢者（７５才以上）となる２０２５年を見据え、効率的かつ質の高い医療や介護を提供するために、データ利活用の基盤を構築し、個人に最適な医療や介護を提供していこうとする動きがあります。

その取り組みの一つとして、厚生労働省では、「データヘルス改革」を推進しており、膨大な健康・医療・介護のデータ収集・分析を行い、健康・医療・介護の分野において有機的に連結したＩＣＴインフラの構築を行うよう取り組んでおり、オンライン資格確認はその取り組みの一環です。

Ｑ３　いつからできるようになったの？

２０２１年１０月１日から運用を始めています。

Ｑ４　患者さんや病院のメリット

保険証がなくても、マイナンバーカードをご持参いただけば保険証が有効であるかどうかの確認が可能です。また、保険証確認の過誤を防ぐことができるため、保険証の有資格等の変更によるレセプトの返戻がなくなります。

《注意点》

※事前に、マイナンバーカードを保険証として利用するための登録が必要です。お住まいの市役所へお問い合わせください。

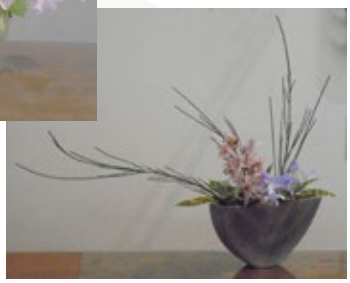
※ごく稀に、顔認証がうまく読み取れない場合もございます。その場合は、マイナンバーカード発行時に登録している暗証番号を入力することにより資格確認を行うことも可能ですが、マイナンバーカードでの運用が安定するまでは、念のため保険証をご持参いただきますようお願いします。

※休日、時間外診療などで当院を受診する際には、感染防止対策の観点から、オンライン資格確認を行うことができませんので、保険証をご持参ください。

ご利用に際し、お困りの際は、お気軽に受付スタッフにお声掛けください。

医事係 スタッフ一同

西諸華道連盟の皆様から素敵なお花をいただきました



スタッフのひとこと

日ごとに暖かさを感じられる季節になりましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

コロナ禍で外出なども出来ず、休みの度に家の中で出来ること、楽しめることを探しておりますがなかなか見つからず･･･趣味を見つけよう！と思う今日この頃です。

コロナ禍でまだまだ気の抜けない日々ですが、これから桜の花も見られます。ふと一息、お花見など、春の訪れを楽しみたいですね。

地域医療連携室　事務員　瀧口　麻希

連絡先
小林市立病院　地域医療連携室
TEL　0984-23-8225（直通）
FAX　0984-23-8226
Mail　k_hosp4@city.kobayashi.lg.jp