

IZUTOKU TIMES



VERNAL EQUINOX



今月のトピックス、レポート - 02
医療エンタメ、健康講座 - 03
インタビュー、お知らせ - 04

TOPICS, REPORT - 02
ENTERTAINMENT, COURSE - 03
INTERVIEW, NOTICE - 04



MONTHLY TOPIC

今月のトピックス

院長挨拶 新年度を迎え、新たな体制で地域医療の充実へ



新年度を迎え、地域の皆さまには日頃より当院の医療活動に温かいご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。本年度は新たな職員を迎え、診療科によっては新体制でのスタートとなりました。新しい力を加えながら、これまで以上に質の高い医療の提供と、安心して受診していただける環境づくりに努めてまいります。医療を取り巻く環境が大きく変化する中ではありますが、患者さま一人ひとりに寄り添う姿勢を大切に、地域の皆さまに信頼される病院であり続けられるよう職員一同取り組んでまいります。本年度もどうぞよろしくお願い申し上げます。

REPORT

「出雲徳洲会病院 医療講座」開催のお知らせ

3月の医療講座 人生100年時代の腎臓の話 講師：人工透析科 岸 浩史 医師 / 言語聴覚士 鎌田 ST
Q&Aでお答えします、末期腎不全と今日からできる予防法

3月の医療講座は、第1部を人工透析科の岸医師による「人生100年時代の腎臓の話」についての講演、第2部をリハビリテーション 言語聴覚士による「嚥下体操」の開催となりました。ご参加ありがとうございました！



医療講演の様子です

人体において腎臓とはどのような働きを司る部位か、そして悪くなるとどのような病気に繋がるのか。腎臓病にならない為の予防や、透析をはじめとした腎不全への各種治療法など講義しました。



嚥下体操の様子です

お口の老化現象を防止するための嚥下体操。今回は唾液の分泌を促す唾液腺マッサージや、昔ながらの「吹き戻し」のようなトレーニング器具を使用して、呼吸量のチェックなどを実践しました！



スタンプをためてプレゼント
医療講座にご参加いただくと、スタンプカードをお渡しいたします。スタンプがたまると、当院オリジナルグッズのプレゼント！

EPISODE

みんなの笑顔があふれるほっこりエピソードをお届けします♪

堂々たる迷子、新人の春エピソード

4月のある朝、少し戸惑った表情の新入職員が院内を歩いていました。先輩職員が「大丈夫？迷ってない？」と声をかけると、「はい！今のところ3回目です」と元気よく回答。どうやらフロアの北側と南側を混同して、行ったり来たりしていたようです。

先輩が「確かに自分の病棟じゃないフロアは分かりにくいよね」と言うと、新入職員は堂々と「毎回新鮮です！」と一言。大物だなあと、春の院内に思わずクスッと笑える和やかな空気が広がりました。



スタッフイチオシ！医療にまつわるおススメのエンタメ作品



－ 小説「いのちの停車場」 南杏子 著 発行：幻冬舎

『いのちの停車場』は、医師で作家の南杏子さんによる長編小説。2020年に幻冬舎から刊行され、翌年文庫版も発売されました。在宅医療と終末期医療を題材に「生と死」に向き合う医師や患者、家族の葛藤を静かに描いています。人生の最終段階に寄り添う医療のあり方を考えさせる一冊です。2021年には吉永小百合さん主演で映画化もされ、話題となりました。

－ あらすじ

東京の大学病院で働いていた医師・咲和子は、ある出来事をきっかけに故郷の在宅医療クリニックへ戻ります。そこでは通院が難しい患者の自宅を訪問し、治療だけでなく生活や家族の思いにも寄り添う医療が行われていました。さまざまな患者との出会いを通して、医師として何ができるのか、人生の最終段階に向き合う医療のあり方を見つめ直していきます。

－ スタッフコメント

いのちの停車場は、人生の最終段階に寄り添う医療の大切さを静かに伝えてくれる作品です。病気を治すことだけでなく、その人らしい時間をどう支えていくかという視点が印象に残ります。当院でも在宅診療を行っておりますが、患者さんやご家族の思いに寄り添いながら医療を届けることの大切さを、改めて考えさせられました。地域の中で支える医療の役割について思いを巡らせる一冊です。

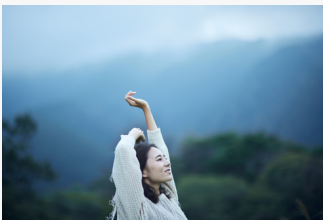
GYMNASTICS 出雲徳洲会病院 健康講座

年度末の疲れた心と体に、ひと息を ～忙しい時期だからこそ意識したいストレスケア～

年度末は、仕事や行事、生活環境の変化などが重なり、心や体に疲れやストレスがたまりやすい時期です。忙しい日々が続くと、自分でも気づかないうちに疲労が蓄積してしまうことがあります。疲れを感じたときは無理をせず、意識して休息や気分転換の時間を取り入れることが大切です。日常の中で次のようなことを心がけ、ストレスを上手に軽減していきましょう。

【対策例】

- ・ ゆっくりと深呼吸を5回ほど繰り返し、肩や首を軽く回して体の緊張をほぐす
- ・ 10～15分ほど外を歩き、日光や外の空気に触れて気分転換をする
- ・ ぬるめのお湯（38～40℃）にゆっくり浸かり、体を温めながらリラックスする
- ・ スマートフォンやパソコンから少し離れ、好きな音楽や読書などで心を落ち着かせる時間をつくる



年度末は忙しさから心身の疲れがたまりやすい時期です。新年度を健やかな気持ちで迎えるためにも、日々の中で少し立ち止まり、ご自身の心と体を労わる時間を大切にしてみてはいかがでしょうか。

INTERVIEW

入社3年目の看護師が語る、医療現場のやりがい

看護部 H さん（入社3年目）

3階東病棟 勤務



— Hさんは現在どのような働きをされていますか？

3階東病棟で勤務をしています。主に消化器内科などの内科系疾患の患者さんを受け入れています。

皆さんが安心して入院生活を過ごすことができ、質の高い看護が提供できるよう日々努力を重ねています。

— 現場での働き方について、こういったことを意識しておられますか？

日々働く中で自分のケアや判断が直接患者さんへの看護につながっているのを実感し、少しずつ成長できているのを感じています。

まだまだ半人前ですが、患者さんや先輩からの学びを得て、先生達や他部署のスタッフとも協力しながら、これからも精進していきたいです。

— 先輩看護師からのメッセージ

3階東病棟は、内科系の疾患の患者様が入院してこられるため多数の疾患の勉強が必要で日々大変かと思えます。

入社してから約2年、たくさんの経験を積むことができていると思います。その調子でこれからも一緒に頑張っていきましょう。



NOTICE

出雲徳洲会病院の大切なお知らせをお届け！

令和8年度 入職式を執り行いました

令和8年4月、当院に新たな仲間を迎え入れる入職式を執り行いました。医師、看護師、医療技術職、事務職など多職種の新入職員が加わり、当院の医療体制に新しい力が加わりました。

式では院長より歓迎の言葉が贈られ、新入職員一人ひとりが医療人としての決意を新たにしました。

地域医療を支える一員として成長し、患者さまに寄り添う医療の実践に努めてまいります。



REQUEST

患者様の意見を大募集！ぜひアンケートにご協力ください

より良い医療の現場環境に向けて、患者様の皆様のご意見をお聞かせください

皆さんが安心して当院を選んでくださるよう、外来・入院アンケートを実施しております。

「外来診療でのお気づきの点」「入院中のご要望」「患者ご家族の面会時対応」など、皆様のご意見をぜひ聞かせてください！また、ご相談は1階の『患者相談窓口』でも受け付けております。

■ 回答方法 病院受付の「外来・入院アンケート」から

■ 回答締切 随時受け付けております

■ 対象 当院診療にかかられた患者様・ご家族

当院INSTAGRAM

「徳尊くん」からの
病院情報もぜひチェック
してみてください！

