

# IZUTOKU TIMES



## THE BEGINNING OF SUMMER



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

## 「看護の日」 院内イベント開催について



5月10日から16日は看護週間とされており、当院では5月14日を「看護の日」として地域の皆さまに向けたイベントを開催しました。当日は看護師による各種測定や健康相談、お花やグッズのプレゼントなどを行い、地域の多くの方にご参加いただきました。

また、イベント終盤には医師たちによるサックス・ピアノ演奏が披露され、会場は温かな雰囲気になりました。医療や看護をより身近に感じていただく機会となり、地域とのつながりを深める一日となりました。

## REPORT

## 「出雲徳洲会病院 医療講座」開催のお知らせ

5月の医療講座 子宮癌検診について 講師：健診センター・婦人科 江川恵子 医師 / 作業療法士 佐々木 OT

5月の医療講座は、第1部を健診センター並びに婦人科の江川医師による「子宮癌検診」についての講演、第2部をリハビリテーション 作業療法士による「認知症体操」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  
検診の重要性を解説し、子宮癌検診とは実際に何をするのか、どのような方が対象となるかといった点から、定期的な検診の頻度、HPVワクチンをはじめ各予防接種に至るまで、幅広く講義しました



認知症体操の様子です  
認知症予防のための健康体操。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♪

## 「看護の日」イベント 医師たち有志による演奏会

駒澤・結城医師による演奏会は、患者さまをはじめ多くの方が集まり、日頃の診療とはまた違った一面が感じられ、来場者の皆さまにも大変好評でした。軽快な演奏に会場は自然と手拍子に包まれ、和やかなひとときとなりました。合間には患者さんから演歌のリクエストが飛び出す場面もありましたが「今日はたまたま演歌の持ち合わせがなくて…」とのやり取りに会場から笑いが起こる場面もありました。演奏後にはアンコールの声も上がるなど、終始あたたかな雰囲気の中、音楽を通じて当院を身近に感じていただく機会となりました。



## 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


**ー 映画「幕末ヒポクラテスたち」 緒方明 監督 配給：ギャガ**

中国・唐由来の漢方医と西洋医学を学んだ蘭方医が競い合った幕末。京都の村を舞台に、爽快な医療時代劇が誕生した。蘭方医らの奮闘と未来へと繋ぐ思い、そして彼を取り巻く医者達や人々とのドラマが生き生きと描かれる。主演は佐々木蔵之介さん。本作は「ヒポクラテスたち」(80)の監督・大森一樹による最後の映画企画であり、かつて助監督を務めていた緒方明監督がメガフォンを取った。京都府立医科大学創立150周年記念作品。

**ー あらすじ**

幕末、京都の郊外に位置する村。大倉太吉は、貧富や身分を問わず市井の人々を救う、寛容で好奇心旺盛な蘭方医。漢方医・玄斎とは、日々激しい論争を繰り広げる犬猿の仲だ。ある日、気性の激しい青年・新左を太吉が手術で救ったことを契機に、太吉と新左の人生が大きく変化していく。

**ー スタッフコメント**

現代では当たり前となっている医療も、多くの挑戦と積み重ねの上に成り立っていることを実感させられます。困難な状況の中でも学び続け、目の前の命に向き合う姿勢は、今の医療にも通じるものがあります。物語は重くなりすぎず、時にユーモアも交えながら展開し、自然と引き込まれます。なお前作『ヒポクラテスたち』には徳洲会グループの職員も複数出演しており、また府立医科大学からも多くの医師を派遣いただいている経緯から、本作も協賛としてタイアップしています。

**5月の体調不良にご注意ください～いわゆる「5月病」対策～**
**【こんな症状はありませんか？】**

- ・なんとなく気分が落ち込む
  - ・朝起きるのがつらい
  - ・食欲がない、疲れが取れない
- 新生活の疲れや環境の変化が重なり、心身のバランスが崩れやすい時期です。


**【チェックしてみましょう】**

- 朝起きるのがつらく、体がだるい
  - 夜更かしが続いている、眠りが浅い
  - 食欲がない、または食べ過ぎてしまう
  - 仕事や学校に行くのが億劫に感じる
  - 休日も疲れが取れない
  - 気分が落ち込みやすく、やる気が出ない
  - 集中力が続かず、ミスが増えた
- いくつか当てはまる場合は、無理をせず生活を見直してみましょう。


**【対策のポイント】**

規則正しい生活リズムを意識し、朝は日光を浴びることが大切です。軽い運動や深呼吸、好きなことに時間を使うなど、小さなリフレッシュを取り入れましょう。十分な睡眠とバランスの良い食事でも心身の回復につながります。

**【まとめ】**

5月は誰でも不調を感じやすい時期です。「少し疲れているかも」と感じたら、無理をせず休息を取りましょう。つらい状態が続く場合は、早めに医療機関へ相談することも大切です。



## 今年度新入職の看護師たちに意気込みを語っていただきました



○新たな環境で初心を忘れず、培った経験を糧に最善の看護を追求します。

○周囲との連携を大切にしながら、知識と技術の向上に努め、安心できるような看護を提供していきます。

○積極的に最新の知識を学ぶ姿勢を大切に、患者さんの思いに寄り添い、一人ひとりに合った最善のサポートに努めてまいります。

○看護師としての今までの経験を活かし、地域の方々に信頼される看護を提供できるように努めていきたいと思えます。

○患者さんの気持ちにそっと寄り添いながら、安心して過ごしていただけるような看護師を目指して、日々丁寧に取り組んでいきたいです。

## — 先輩看護師からのメッセージ

分からないことや不安は一人で抱えず、周りに相談してください。最初は戸惑うこともありますが、患者さまに寄り添う気持ちを大切に、一歩ずつ経験を重ねていけば大丈夫です。チームの一員として共に働けることを嬉しく思います。自分らしく頑張ってください。

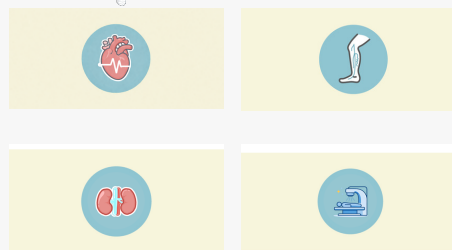


## 新規外来診療科のお知らせ

今春より新たに「腎臓内科」「放射線治療科」「糖尿病内科」の外来診療が開始となりました。

また、毎週金曜日の「下肢静脈瘤外来」は新たに月曜日午後に診療枠が追加となり「循環器内科」は月～水曜日のの午前に加え水・木曜日の午後にも診療枠が追加となっております。

診療日や担当医の詳細につきましては、  
当院ホームページおよび外来担当表をご参照ください。



## 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！

