

# お知らせ

## 事務部からのご案内

令和5年4月1日よりオンライン資格確認を導入します。  
**マイナンバーカードと保険証を紐付けされている方は受付でお申し出ください。マイナンバーカードを保険証として確認させていただきます。**  
 ただし、重度心身障害者等医療費需給者証や特定医療費(指定難病)受給者証など、公費負担の保険証をお持ちの方は、今まで通り提示が必要となりますのでご提示をお願いします。

## 各種教室案内

糖尿病教室、ワーファリン、DOAC教室については、内容・日程が決まり次第、ポスターにてお知らせします。



## 季節を味わう献立

- 豆(豆類)
- ごま(種実類)
- わかめ(海藻類)
- やさい(野菜類)
- さかな(魚介類)
- しいたけ(きのこ類)
- いも(いも類)

### サバ缶ロールキャベツ

①豆腐を手でほぐしざるにのせて20分おき、水気を切る。ボウルに入れ、生姜を加えて手でつぶし、サバを加え軽く混ぜ、6等分しておく。  
 ②大きめのキャベツの葉を選び、塩を加えた熱湯に入れ、軟らかくなるまで茹で、ざるにあげ、粗熱をとる。  
 ③キャベツの水気を拭き、1枚の葉に1のたねをのせ包み、もう1枚で包んで2重にする。  
 ④鍋にざるでこしたサバの缶汁、水を入れ、中火にかけ、煮立ってきたら酒、塩、胡椒を加え、蓋をして弱火で15分煮る。  
 器に盛って煮汁を注ぎ、白ごまをふる。



＜材料＞2人分(6個分)  
 サバ缶(水煮缶) 1缶  
 木綿豆腐 1/2丁  
 すりおろし生姜 小さじ1/2  
 えのき 20g  
 春キャベツ 大6枚  
 塩 少々  
 水 1カップ  
 サバの缶汁 1缶分  
 酒 大さじ1  
 塩、こしょう 少々  
 白ごま 少々

### そら豆とひじきのポテトサラダ

①そら豆は塩を加えた熱湯で1~2分茹でて水に取り、ざるに上げて皮をむく。ハムは1cm角に切る。ひじきはたっぷりの水で軟らかくもどし、熱湯でさっと茹で、ざるにあげる。  
 ②じゃがいもは皮のまま洗って、水けがついたまま1つずつラップに包み、電子レンジで約6分加熱する(途中で向きを変える)。粗熱が取れたら皮をむき、ホークで粗く潰す。温かいうちに塩、胡椒、酢を加え、混ぜ合わせる。  
 ③フライパンにゴマ油を熱し、芽ヒジキを加えて炒め、全体に油回ったら★の調味料を加え、汁気がなくなるまで炒めて、粗熱を取る。  
 ④2に3、マヨネーズ、そら豆、ハムを加え混ぜ合わせる。

＜材料＞2人分  
 じゃがいも 中2個  
 そら豆 60g  
 ハム 2枚  
 芽ひじき(乾) 大さじ1  
 塩、胡椒 少々  
 酢 大さじ1/2  
 酒 小さじ1と1/2  
 みりん 小さじ1と1/2  
 醤油 小さじ2  
 マヨネーズ 大さじ1



## 診療時間

午前 9:00~12:00  
 午後 14:30~17:30

※診察は予約制となっています。

※急患はこの限りではございません。

2023年4月発行  
 医療法人 雙立会  
 碩心館病院 広報委員会

# 赤心だより

碩心館病院vol.53 / 春号

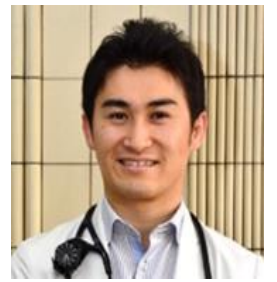
- 理念  
 ● 病める人々には赤心をもって接し、自らは碩心たるを求む。  
 基本方針  
 ● 安全な医療を提供します。 ● 地域に根ざした医療を行います。  
 ● 病診連携に努めます。 ● 職員の教育に力を入れます。

[ TEL ] 0885-32-3555  
 [ FAX ] 0885-32-3539  
 [ ホームページアドレス ]  
<http://www.sekishinkan.or.jp/>



## 新院長挨拶

今年度4月より、藤本前院長から新しく院長に就任致しました矢野勇大と申します。感染症専門医・総合内科専門医として、沖縄中部病院、亀田総合病院(千葉)、成田赤十字病院に勤務を経て、父、矢野理事長が運営する碩心館病院に勤務する事になりました。  
 長年院長としてやってこられた藤本先生の『患者さんに寄り添う医療』を継承し、人口減少の南部医療を守るために今まで以上に一生懸命頑張る所存です。  
 また、南部中核病院である徳島赤十字病院の中継受け入れ施設として、より一層質の高い内科系総合病院となる様努力致します。



今後、更に人口の減少・高齢化が急速に進み、支える側が減り支えられる側が増える構図の社会になります。国は皆保険制を維持する為に、社会保障費を増加し、急ピッチで現行の医療体制の変革を進めています。医療のデジタル化、予防医療や在宅医療の充実で、これらは我々の想像以上に変化していく可能性があります。当院も、その変化に対応できる様、院内改革を進めている処です。

具体的には

- 増加する心不全患者さんへのより充実した対応
- 新しく進めている癌患者さんへの対応
- 在宅医療をより充実させる
- 電子カルテを導入

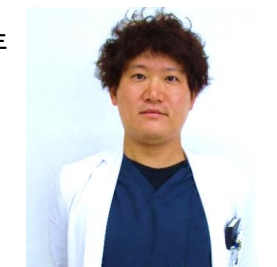


今後も、今まで以上に地域の患者さんに最良の医療を提供できる様、邁進してまいります。

碩心館病院 院長 矢野 勇大

## 新副院長挨拶

わたしは、昭和56年4月に徳島県で生まれ、徳島北高校(1期生)を卒業し、平成18年に徳島大学医学部を卒業しました。卒業後は、徳島赤十字病院で初期研修を過ごし数多くの方から指導を受けすばらしい経験が出来ました。また、初期研修2年目に旭川赤十字病院脳神経外科に2ヶ月行かせていただきました。当時の旭川赤十字病院の脳神経外科は全国トップクラスの脳外科手術があり、毎朝早くから深夜まで非常に忙しい研修を受けました。また脳神経外科の専門医が10数名在籍しており、出身地の違う数多くの先輩医師からの指導を受けた事はその後の自身の医師人生に大きく役立ちました。



その後、脳外科ではなく心臓血管外科医になりたいと思うようになり、徳島赤十字病院の心臓血管外科のレジデントとして4年間勤務しました。医師6年目で、外科専門医取得の為沖縄県にある浦添総合病院を4ヶ月間ローテートしました。沖縄に家族で住むことになり、人生に対する考え方も大きく変化するようになりました。医師7年目で縁もゆかりもないのですが、運良く福岡大学心臓血管外科助教として採用され、医師9年目で済生会福岡総合病院に4年間勤務することになりました。数多くの心臓手術を実施するようになり、心臓血管外科医としてかなりの経験が出来るようになりました。と同時に心臓手術にならないようにする工夫も必要になるのではと思うようになりました。高血圧の管理や動脈瘤の早期発見などが非常に大事なことだと感じるようになりました。

令和5年4月から碩心館病院で勤務することになりました。今まで培ってきた経験と人とのつながりを大事にしながら、今まで以上に患者さんに寄り添う医療を実践していきます。碩心館病院に関わる皆様に満足していただける医療を提供できるよう努力していく所存でございます。今後ともよろしくお願い致します。

碩心館病院 副院長 大住 真敬



## ドクター日浅のミニ講座



### 私の診察室から(3)

#### ～ 一杯のラーメンが心不全を引き起こす ～



一人暮らしをしている84歳のH男さんは慢性心房細動、高血圧症等の持病を持ち心不全で入退院を繰り返していました。今回も夜間急に息苦しくなり近所のかかりつけの医院から徳島赤十字病院に緊急搬送されました。約2週間の入院治療で症状もすっかり良くなりました。心不全に対する教育とリハビリを目的に当病院に転院してきました。

当病院には数名の心不全療養指導士が在籍し、チームを組んで心不全患者さんの相談や指導を担当し効果をあげています。メンバーの一人である栄養士さんが耳寄りな情報をもたらしました。H男さんには退院すると楽しみがあるそうです。それはコップ一杯の焼酎の晩酌とカップ麺の夕食だそうです。今回の心不全もこうしたことを1週間続けた後に生じたそうです。チームで相談しH男さんに次のように提案しました。少量の晩酌はOK、カップ麺は今まで全部飲んでたスープは残し麺だけにすること、可能なら2日に1回にすること。生来がまじめなH男さんはそれを守ってくれ、今まで毎月のようにあった入院が半年たった現在も家庭での生活できています。

心不全や高血圧と塩分摂取量は不可分な関係にあります。塩分を多く摂取すると体の中で通常の塩分濃度に薄めようと水分を要求します。水を飲むと血液を始めとした体液量が増し、それを循環させるため血圧を上げ、心臓にも負担がかかります。力の落ちている心臓は対応しきれず肺を始めとした各部に血液がよどみ心不全を発症します。

心不全や高血圧症の食塩摂取量は一日6g以下が推奨されています。ラーメンやカップ麺、うどんなどスープも含め全部食べると食塩を5～7g摂取してしまいます。麺には食塩は0.4～2.0gしかなく、大半はスープに含まれています。心臓専門医としてはラーメンやうどんは食さないことが一番ですが、食べてもスープは残すこと、回数を減らすことを勧めています。

名誉院長 日浅 芳一



## 各部署紹介 (リハビリテーション部)



リハビリテーション部は6名で構成されています。少人数ではありますが入院～外来・介護部門と、幅広く患者さんのニーズに合わせたリハビリを提供できるような体制を作っています。特徴としては、対象となる患者様の7～8割程度が循環器疾患を有しており“**心臓リハビリテーション**”を中心に行っていることです。

スタッフは、心臓リハビリテーション指導士が2名、心不全療法指導士が3名、認定理学療法士(循環)が1名と循環器の資格を有しており、日々のリハビリを行っています。

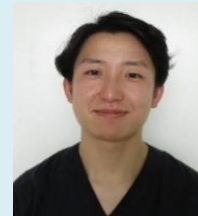


心臓リハビリテーション実施施設は県内でも10施設程度と少ないものの、対象となる患者様は増加していく一方ですので、今後さらに需要は高まっていくことが予想されております。心不全や心臓の術後は当院にて心臓リハビリテーションを行い、自宅で安心した生活を行えるようにしませんか？

また、2023年度より徳島心臓リハビリテーション研究会に当院が加入することとなりました。当会の世話人として理学療法士の堀隼人が選ばれております。当会は県内の心臓リハビリ実施施設同士が勉強会を通じて最新の知見を得たり、情報共有を行うなどして心臓リハビリの発展に努めることが目的となっております。こういった院外活動を通して学んだことを日々の業務に還元できるよう当院スタッフは熱心に活動しております。



## 徳島赤十字病院より研修医の先生が来られました



大谷 将太郎先生

4週間、地域医療プログラムでお世話になりました。ここで研修して驚いたことは、①患者さんとの距離感が近く、地域にしっかり根付いていること ②医師だけでなく、その他様々な職種のスタッフが診療に積極的に携わっていること ③病院食が美味しいことです。碩心館病院のような地域連携病院のおかげで、日々急性期診療ができていると痛感しました。これからも何卒よろしくお願いたします。



## 研修報告 (薬剤部)



今年の3月11日に福岡で開催された日本循環器学会の**心不全療養指導士セッション**に参加しました。そこでは全国から集まった心不全療養指導士が5人前後のグループに分かれて、現状で頑張っていること・困っていること・今後の展望・こんなことをしていきたいかを話し合いました。

私は心不全チームの一員として薬剤の面から携わっていること、ここ2年で心不全の新しい薬が何種類か発売された影響で、適正使用のための患者指導や各職種への説明など活躍の場が思っていたより多いこと、アットホームな病院なので医師や看護師・管理栄養士・理学療法士などほかの職種に相談しやすいのが利点であること、その反面人数の関係で心不全療養指導士の業務以外にも調剤・監査・他の疾患の患者への指導などさまざまな仕事をこなさなければならないので、繁忙期には手薄になりがちなのが問題であること、**当院の心不全療養指導士の人数をもっと増やして手厚い医療を行ってほしいこと**を伝えました。他の医療機関においては、多人数の心不全療養指導士がいて週1回カンファランスを行っている機関もあれば、1人しかおらずチームが作れない状態である機関、循環器医がいても協力的ではない機関などさまざまであり、当院のように医師が主導してどの職種も協力的であるのとても恵まれているのを実感しました。

最後にグループで話し合った「現状と今後の展望」をグループ毎に発表し、全体で共有しました。病院や診療所・訪問看護などたくさんの場所で現在の心不全パンデミックを抑えるべくいろいろな職種の方が日夜頑張っているのだという事に勇気をもらいました。**心不全は医師だけ、1つの職種だけではどうにもならず、さまざまな人を巻き込んで全体で考えていかなければならない問題**なのだ改めて感じました。私も今回の研修で知り合った方たちと交流し、他の医療機関の良い所を積極的に取り入れて、明日からの業務に生かしたいと思います。

薬剤師 齋藤 美香



## 新入職員紹介①部署②趣味③抱負



青山 真弓

- ①看護部
- ②サイクリング
- ③患者さんやご家族が安心して外来での通院治療が行えるよう、寄り添った看護を頑張ります。



森本 真美

- ①看護部
- ②神社巡り
- ③新卒なので、迷惑をかける事もあると思いますが1日も早く仕事を覚えて戦力になれる様になりたいです。



井村 匡隆

- ①リハビリテーション部
- ②音楽、登山
- ③循環器の知識を深め、病院と患者様へリハビリにて貢献・還元できるよう努力します。



近藤 彰

- ①看護助手
- ②ライブ、推し活
- ③経験を活かし患者に満足して頂ける介護サービスをしたいと思っております。