

ご自由にお取りください

# ゆい ちゅうぶ

11 2019  
vol.64



**pick up!** 熊本市民病院のみなさん、  
中部病院での勤務おつかれさまでした！

A day in the life of... ~病院で活躍する職員の1日~

コメディカルワンポイントアドバイス ~臨床検査技師~  
認定看護師ってなに？ ~感染管理認定看護師のお仕事~

催し物のご案内

クリスマスコンサート  
**12/21(土)** 14:00～ 1階ロビー

ゆんたく会

**11/28(木)** 14:00～16:00 第3会議室  
**12/26(木)** 14:00～16:00 第3会議室

表紙

Pick upの座談会に参加して下さったみなさん。  
左から續(つづき)さん、比嘉さん、安藤さん、宮川さん。  
詳細はPick upをご覧ください。

pick up!

# 熊本市民病院のみなさん、 中部病院での勤務おつかれさまでした！

「平成28年熊本地震」(2016年4月14日より発生。マグニチュード7.3、最大震度7)では熊本・大分を中心に多くの建物が損壊した中、熊本市立熊本市民病院(以下 熊本市民病院)も甚大な被害を受けました。幸い再建事業計画が進み、同院は2019年10月に新病院として移転再稼働しました。しかし完全再建までの3年間、同院の多くの職員が行き場を失うことが懸念されたため、「熊本市民病院 看護師等職員派遣研修事業」が施行されました。本事業は新病院が稼働するまでの間、熊本市民病院の職員を九州圏内の公的病院に研修派遣するというものです。この事業によって、当院には2名の看護師、1名の診療放射線技師が派遣されました。

本誌では2017年7月にこの3名の方々との座談会を行ない、県民性の違いなどを絡めつつ仕事やプライベートの事をお伺いしました。今回は、めでたく病院

が再建され熊本に帰られるみなさんへ、改めてこの3年間の思い出を語っていただくこととなりました。テーマは、「沖縄での思い出ベスト3！」です。座談会メンバーは、前回と同じく熊本市民病院放射線技師の續(つづき)さん、HCU看護師の宮川さん・安藤さん、司会は当院放射線科技師の比嘉さん(彼らのお姉さんの存在?)です。



それでは、笑顔がたっぷりの座談会の様子をお楽しみください。

**比嘉** あれからあっという間に3年経ちましたね。今月末(2019年8月)には熊本にみなさん帰ってしまうということで、急遽座談会を開催することになりましたが、お集まりいただきましてありがとうございます。

**安藤** もう少し沖縄にいたかったのですが、帰ってから開院の準備もあるので… 大変残念です。

**比嘉** それぞれで送別会などはありましたか？

**續** 放射線科では、先日開いていただきました。たくさんの方に参加頂いて、とても楽しかったです。

**安藤** HCUでも開いていただきて、こちらも盛り上りました。

**比嘉** みなさん、現場でとても頼りにされていて、沖縄に残って欲しい。なんて言われているとの声も届いていますよ。

**宮川** 確かに、そういうお声を掛けていただきて、気持ちが揺らがなかったというと嘘になってしまいますが(笑)まずは一度帰らないと。という気持ちがやっぱりありますね。

**比嘉** 熊本でもきっと、みなさんの力を必要として待っていると思いますので、頑張っていただきたいです。それで、落ち着いたら沖縄に戻ってくることも考えてください。私たちはいつでもお待ちしています(笑)

**續** そう言っていただけるとこの3年間の頑張りの評価のよう嬉しいですね。

**比嘉** ぜひ、真剣にご検討くださいね。それでは、座談会を進めていきましょう！ 今回のテーマは「沖縄での思い出ベスト3！」です。まずは、安藤さんからお聞きして良いでしょうか？

**安藤** 私は、妻が沖縄出身のため、ずっと妻の実家にお世話になっていました。家族も一緒にいたので、特に寂しいと思うこともなく、プライベートも楽しめましたし、仕事にも集中できました。たくさん印象に残ることがあったので、3つに絞るのは難しいのですが、1つは、2年目に家族で宮古島へ旅行に行った時に見た海がとても綺麗だったことです。熊本では青い海を見ることがなかなか出来ないので、ずっと眺めていましたね。2つ目は、熊本から沖縄に来る時にフェリーで来たため、25時間掛かってその間酷い船酔いに襲われたことです。あれはきつかったです(笑)

**比嘉** 25時間…それは大変でしたね。お仕事の方でも印象に残ったことがありますか？

**安藤** はい。3つ目は仕事に関することです。HCU の立ち上げから関わっていて、3年間で5人の師長さんと一緒に仕事をしたことです。各師長さん、それぞれの管理のやり方を学ぶことができました。ちょうど転換期ということもあったとは思うのですが、なかなか無い経験でしたので、学んだことを自分なりに活かしていくたいと考えています。



**宮川** 自分も同じHCUに配属されていて、一緒に頑張ってきたので同じ事が言えます。私も電カ入導入やHCUに携わったことが大きな経験になっていると思っています。それと、そんな常に忙しい環境下でも、常に業務の助け合いが出来ていたので、仕事がとてもやりやすかったです。メンバーに恵まれたと思っています。特に、エピソードとしては、前回の座談会でもお話ししたのですが、熊本弁が伝わらなくて困ったことです。患者さんに説明する時でも熊本弁が出来てしまって、患者さんに「あんた何言ってるかわからん！」て言われて(苦笑)一緒に勤務していた人にフォローしてもらってすごく助かりました。

**比嘉** 安心して仕事が出来るとプライベートも充実できましたか？

**宮川** 単身赴任していたので、飲み会にも多く誘ってもらって楽しかったです(笑) あとは、妻が夏休みで沖縄に遊びに来た時に『美ら海水族館』に行けたのが良かったです。大分や福岡にも水族館があり行ったことはあるのですが、規模が全く違って大きな水槽やジンベイザメなども見ることが出来たので妻もとても喜んでいました。

**比嘉** 宮川さんが仕事もプライベートも楽しめたことがよく伝わってきました。じゃあ、最後に續さんはどうですか？ この3年間一緒に仕事をしてきましたが、いろいろありましたよね？

**續** 貴子さん(比嘉さん)にはほとんどバレていますし、とてもよくしていただきましたもんね。今でも忘れないのが、沖縄に来たばかりの頃、貴子さんに『名護ハーリー』に誘っていただいたことです。そもそも、『名護』も『ハーリー』も何のことか理解していないまま、「参加する？」と聞かれて「はい！」と答えていましたね(笑) 最終的に参加することに意義がある！というくらい船が進まないチーム(結果は最下位)でしたが、これが「ハーリー」なんだなあと、沖縄らしさを感じた瞬間でした。



**比嘉** 次の日、腕が筋肉痛だって言ってましたもんね。

**續** 腕がパンパンになりました。それと、船釣りに誘っていただきましたね。最初から最後まで気分が悪くて嘔吐して初めて自分が船酔いする体質なんだと知りました。その節は本当にお世話になりました(笑)

**一同** 笑い

**續** 最後はやっぱり自分の結婚式ですね。放射線科のみなさんにも熊本まで来ていただきて、結婚式に参加していただきました。内地の結婚式なのに、沖縄のみなさんが参加することで、一気に沖縄色になってしまって(笑)他の参加者からも、沖縄の人たち面白かったね！ とたくさん感想をもらいました。



**安藤** 何か出し物したんですか？

**比嘉** 出し物はビデオを沖縄で撮影して流しただけなんんですけど？

**續** 前振りとかも貴子さんがお話してくださいって、それも面白かったみたいですね(笑)

**比嘉** 楽しんでいただけたなら良かったです。私たちもこんなご縁に恵まれるとは思わず、熊本にまで呼んでいただけて嬉しかったです。

**續** 本当に仕事からプライベートまで関わっていただけて、沖縄に来た当初はこんな風になるとは思っていなかったので、これも中部病院のみなさんのおかげだと思っています。ありがとうございました。

**比嘉** みなさん(安藤さん、宮川さん、續さん)のお人柄があったからだと思いますが、中部病院での3年間を楽しく過ごしていただけて本当に良かったです。最後に代表して安藤さんから何か一言いただけますか？

**安藤** 地震からという悲しい出来事がきっかけではありましたが、中部病院で3年間過ごし、いろいろな経験を重ねることができました。多くの方々のご協力があったからだと思いますし、みなさんが快く受け入れてくださったからだと思います。この経験を次でも活かし、また、何かの機会に沖縄のみなさんに恩返しが出来たらと考えています。本当にありがとうございました。

1時間以上にわたってたっぷりとお話をいただいたので、エピソード等もカットした部分がたくさんあり、編集としては全てを紹介出来るのは大変残念です。貴重なお時間とお話をいただいた、メンバーのみなさんには感謝を申し上げます。熊本市民病院で新たなスタートを切られた3名のご活躍を心からお祈りしております。ありがとうございました！

第9回

## A day in the life of ○○○ ~病院で活躍する職員の1日~

### 助産師さんの 1日

当院には「総合周産期母子医療センター」があり、沖縄県全域、特に中北部のハイリスク妊産褥婦を中心に受け入れています。母児双方が安全に退院できるよう、助産師・看護師が関わっています。今日は、助産師さんのお仕事を見てみましょう。

~ A day in the life of a midwife ~



助産師  
仲村 麻季子

8:30 全体申し送り

各担当(分娩係・新生児室・MFICU・産婦人科外来)に分かれて夜勤者から引継を受けます。

今日は  
「新生児室」  
の担当です



9:00 検温と計測

平均して15名前後の赤ちゃんがいます。  
体温、脈拍を測定し身長・体重を測り児の状態をチェックします。



10:00 保健指導

半日母児同室を取り入れており朝10時から夜22時まで母親のお部屋で母児が一緒に過ごせるようにしています。



11:00 沐浴指導

母親が自宅に帰っても安心して育児ができるよう沐浴の方法を指導します

石けんを泡立ててやさしく…



13:30 昼食



交代でとります

14:00

母児同室のお部屋を回りながら授乳指導等をしていきます。

若年初産婦や高齢初産婦など育児不安を抱えやすいケースが入院中に少しでも授乳や赤ちゃんのお世話に慣れていくことは退院後の育児不安軽減に繋がると言われています



16:00

次の勤務者へ引継ぎます。

現在、お二人の妊婦さんが分娩待機中で、もうすぐ生まれる予定です

本日の記録をして業務終了となります

分娩があれば、児の受入れで忙しくなります



時間内に終われない日も多いのですが母児ともに安心して医療や保健指導を受けていただき、ご自宅に帰れるようお手伝いをしていきたいです。

### 感染予防! まず手洗い!!

『感染管理認定看護師』:富山辰徳

第10回

## 認定看護師ってなあに?

今回は感染管理認定看護師です

初めまして。感染管理認定看護師の富山辰徳と申します。認定看護師は21分野に分かれており、その中の一つに「感染管理」があります。現在、沖縄県内の各施設では51名の感染管理認定看護師が活動中で、当院では専従者1名・兼任者1名の計2名で、院内・院外での感染対策教育、各職種・部署からの相談への対応、現場での直接指導を行い、感染防止のために日々活動しています。

多くの方が、幼少の時から親に「手を洗ってから食べなさい」、「トイレの後は手を洗いなさい」など手洗いの教育を受けてきたと思います。日常生活の中で、あらゆる場所に触れた手指は、細菌やウイルスなどで、ものすごく汚染されています。それらを、「移動させない、持ち出さない、持ち込まない」ために手指衛生を行う必要があります。感染対策の中で一番重要で、簡単、コストパフォーマンスが良く、根拠があるのが「手指衛生」です。手指衛生の中には、アルコール手指消毒剤を使用した方法と、石鹼+流水で行う方法があります。病院、高齢者施設で働く職員だけではなく、

入院されている方や面会者一人一人に手指衛生を協力して頂くことも接触による伝播を防ぐ最大の対策だと考えています。日常生活の中でも、食事の前、排泄の後、その他で手指が汚染された時など、手指衛生を実施する機会は数多くあると思います。

沖縄県では、インフルエンザが年中流行している状況にあり、飛沫感染(会話や咳などで排出されるツバなど)だけでなく接触(ウイルスが付着した手指で生活環境や人に触れる事)する事による伝播も知られています。そのため、是非本日から手指衛生を意識した生活をおくって下さい。手指衛生は、御自身だけでなく大切な御家族、友人を感染から守る一つの手段です。



「採血されるのが苦手！怖い！嫌だ！」と思いませんか？かくいう私も、臨床検査技師として採血業務にあたっていますが採血されるのは苦手です。

今回は、採血に対する不安が少しでも取り除ければと思い、採血時に患者様からよく聞かれる質問と回答をいくつかご紹介したいと思います。



#### Q1. こんなに採血して大丈夫？血液がなくなるのでは？

A 大丈夫です。採血で血液がなくなることはありません。

私たちの体を流している血液量には個人差があります。例えば体重60kgの男性では、体重の約8%にあたる4800mlの血液が体内を流れています、一日約40mLの血液が造られています。採血室で行う1回あたりの採血量は多くても20mL程度であるため、採血で血液がなくなることはありません。

#### Q2. ご飯を食べてきたけど大丈夫？

A 基本的には、空腹時に採血を行います。食事をすると、血糖・中性脂肪・インスリンなどの項目に影響します。しかし、食事に影響されない項目もあります。食後に採血した場合は、診察の際に主治医へお伝えください。

また、採血前に食事をとっていいかどうかは、診察を受けられている診療科で事前にお確かめください。

#### Q3. 毎回同じところから採血して大丈夫なの？

A 大丈夫です。

しかし、長年同じところで採血を行うと血管が固くなり、針が刺しづらくなることがあります。その際は、別の血管で採血を行います。

#### Q4. なぜ何本も採血するの？

A 検査目的によって採血管が異なり、血液の必要量が違うためです。採血管には様々な種類があり、中に白い粉や液体が入っている採血管もあります。これは抗凝固剤といって血液が固まらないようにするための薬剤で、採血後に採血管を機械で転がすのは血液と薬剤を混和するためです。

シリーズ  
第10回

コメディカル  
ワンボイントアドバイス  
～臨床検査技師～

採血時  
のQ&A  
～わたしの血ってドロドロ？～

#### Q5. 私の血液、見た感じドロドロしていない？

A 「ドロドロ血液」は生活習慣病に深く関わっていて、メディアで取り上げられることが多い、気になる方も多いようです。しかし見た目では血液のドロドロは判別できません。採血しているのは静脈血で、各臓器や細胞に酸素を届けたあとでの血液です。そのため、黒っぽく見えます。

#### Q6. 採血するときに親指を中心に握るのはなぜ？

A 採血に適した静脈の血流量が増え、肉眼的に血管が見えやすくなるためです。また、血管がはっきりわからない時には軽く叩いたりこすったりすることもありますが、これは局所的に刺激を与えることで血管を見やすくしています。

#### Q7. アルコール消毒で皮膚がかぶれたことがあるのですが…。

A アルコール消毒で皮膚がかぶれた経験がある方は採血担当者にお申し出ください。アルコールの含まれない消毒液を用意します。

#### Q8. 採血後、穿刺部をどれくらい圧迫していれば良い？

A 3~5分程度、揉まずにしっかりと圧迫してください。血液サラサラの薬(ワーファリンなど)を服用されている場合は、止血できているかどうか特に注意してください。

#### Q9. 検査結果はどのくらいで出るの？

A 採血後1時間程度で結果が出ます。外部委託の検査項目は早くて2~3日、遅くて1週間ほどかかります。

採血前はだれでも緊張します。気分が悪くなるようであればベッドで横になって採血することも出来ます。患者様が少しでもリラックスできるよう私たちも心がけています。疑問や不安があれば、遠慮なく聞いてくださいね。



文責:大城 彰梧

## クリスマスコンサートのお知らせ

秋気身にしみる頃となり、めっきり日脚も短くなっています。まいりましたが、今年もクリスマスコンサートを開催します。

12月21日14時から1階ロビーにて、当院呼吸器内科医の長野医師による演奏会を予定しております。

また、コンサートに先立ちまして病棟演奏ラウンドも予定しておりますので、皆様お誘い合わせの上、ぜひお越し下さい。

[日 時] 令和元年12月21日(土)14時～

[場 所] 中部病院 1階



県立病院・リレー連載

## 中部歳時記

沖縄県立中部病院 呼吸器内科 長野 宏昭

### ピアノの搬入にまつわるお話

2019年5月7日、県立中部病院に初めてピアノが設置され、当院の音楽史に新たな1ページが刻まれました。当院にも是非ピアノを置きたいと思い、3年ほど前から病院幹部の方と交渉を開始してきましたが、ピアノは高額な上に設置場所の問題もあり、なかなか実現には至りませんでした。ですが、今年に入って話は大きく前進し、沖縄県全域で活動するプロオーケストラ「琉球交響楽団」のご厚意により、中古のアップライトピアノをご寄贈頂けることとなったのです。

ピアノ調律師の長嶺由則さんのご協力の元、搬入当日には、病院長をはじめ各部署の部長、重鎮たちが集まり、慎重に位置を確認しながらピアノを設置しました。現場は終始笑顔で、希望に満ち、温かな雰囲気で、3年間の交渉が一つの形となった嬉しい瞬間でした。

御尽力頂いた関係者の皆様には深く御礼申し上げます。このピアノから沢山の名演奏が生まれ、患者さんやご家族、病院職員の癒しになることを切に願っております。

### 沖縄県立中部病院へのお問合せ

〒904-2293 沖縄県うるま市宮里281

TEL: 098-973-4111(代)

FAX:[代表]

098-973-2703

[地域連携室]

098-982-6568

沖縄県立中部病院

検索

ホームページ <https://chubuweb.hosp.okinawa.jp/>

