



いぶき 第45号  
 発行者 多田 慎也  
 編集 患者サービス向上委員会  
 香川県丸亀市城東町3丁目3番1号  
 TEL (0877)23-3111  
 FAX (0877)24-1147  
 季刊誌 年4回発行  
<http://www.kagawah.rofuku.go.jp>

### 救急棟増改築に向けて

副院長 北浦 道夫



核病院としてその期待に  
 える事を目的に、新棟の増  
 築が計画されました。従っ  
 て私達は、現在新しく建築  
 されている新棟を、「救急棟」  
 と呼んでいます。

救急棟は、3階建床延べ  
 面積4430㎡の建物にな  
 る予定です。

現在当院は工事のため  
 皆様にご迷惑をおか  
 けております。ただこれ  
 は当院の機能をより充実さ  
 せ、地域の皆様のニーズに  
 こたえるために必要な工事  
 ということをご理解下さい。

フロアには救急の患者様に  
 対応するための救急外来を  
 整備しています。今までの  
 救急外来では同時に多  
 数の患者様が集中する  
 と非常に混雑してあり  
 ましたが、新救急棟で  
 は既存の救急外来より  
 広さは約3倍となり、  
 少しゆとりのあるスペ  
 ースが確保できる予定  
 です。ご自分で来院さ  
 れる患者様から、生命  
 の危機的状態にあり救  
 急車で搬送される患者  
 様まで幅広く診療・看  
 護ができる設備を備え  
 ております。また、救  
 急外来の待合室には、

平成22年に香川県が地域  
 の医療を再生させるために  
 作成した、「香川県地域医療  
 再生計画(中讃医療圏)」で  
 は、中讃医療圏においては  
 香川労災病院に救急患者が  
 集中しており、その対策と  
 して香川労災病院のICU  
 (以下重症治療室)を現在の  
 6床から16床(HCU病床  
 も含めて)に増床すると明  
 記されました。このように、  
 地域の皆様方から当院に対  
 して、救急医療に大きな期  
 待を寄せて頂き、地域の

酸素や吸引の設備を配し、  
 待合室や廊下でも診療が可  
 能となるように設計し、大  
 規模災害などの時にも地域  
 の皆様のニーズに答えられ  
 るように設計されております。  
 3階には重症治療室を配  
 備しております。現在もI  
 CUを6床有しております  
 が、満床となつてしまい、重  
 症な患者様の受け入れがで  
 きず、地域の皆様にご迷惑  
 をおかけしている現状があ  
 ります。それを解消するた  
 めに、ICUは8床に増床さ  
 れ、新たにHCUを8床設  
 ける事となりました。HC



救急棟完成予想図

これらが増床により、重症  
 な患者様も含め、救急の患者  
 様にいつでも対応できるよ  
 うになると考えております。  
 2階には、救急医療とは  
 直接関係はありませんが、  
 救急医療と並ぶ香川労災病  
 院の大きな役割であるがん  
 医療・看護を充実させるた  
 めに、外来化学療法室を配  
 備致しました。近年のがん  
 医療の動向は、患者様の日  
 常生活を大切にしつつ治療  
 を受けることが主流となつ  
 てきており、当院でも外来  
 化学療法は年々件数が増え

**香川労災病院の理念**  
 働く人々や地域の人々に  
 安全で安心のより良い  
 医療と看護を提供します

ています。その流れに沿って、完成を目指しております。当院でもベッド数は既存の外來化学療法室の10床から20床に増床されます。患者様が抗がん剤治療を「安全」「確実」「安楽」に受けられるように、より質の高い医療・看護を提供すべく頑張つていきたいと考えています。

救急棟は来年の春には竣工予定で、現在急ピッチで

ご不便をおかけしていると思いますが、完成したあかつきにはよりよい医療の提供ができると思います。よろしくお願ひします。

## 64列マルチスライスCTが2台体制になりました

中央放射線部 部長 守屋 雅光

本年4月に全国の労災病院で組織改革があり、我々診療放射線技師、臨床検査技師、理学療法士・作業療法士等の医療技術者の属する部署が一つの中央診療部となり、医師が所属する診療科とは別組織となりました。これは、国立大病院の診療支援部に相当するもので画期的なことです。

さて、本年3月に18年間使用したCTを最新の64列128スライスCTに更新し、64列マルチスライスCTが2台（放射線治療計画用CTを含めると3台）となり、



診療に当たっています。これにより予約検査の待ち日

## 抗菌薬について

薬剤師 寺本 忠弘

数の大幅な短縮、緊急の当日検査への迅速な対応が可能となりました。更に3次元画像解析装置も高速処理可能な最新式なものに更新しました。

最新のCTは高精度な画像が短時間で広範囲に撮影できるので、現在の医療では必須の装置です。驚くべきことに、世界のCTの約1/3の台数が我が国にあり、保有台数は世界第1位です。しかし、福島原発事故以来、

医療被ばく(特にCT検査)が問題視されるようになっていきます。以前より当院のCTは被ばく低減可能な機能が組み込まれていましたが、今回導入したCTは更に被ばく低減可能な画像再構成法(逐次近似法と呼ばれる)が搭載されていて、より少ない被ばく線量で高画質な検査が可能です。新しい技術の導入により安心・安全なCT検査を行ってまいります。よろしくお願ひいたします。

抗菌薬とは、細菌の増殖を抑えたり、殺したりする働きのある医薬品のことです。抗菌薬はさらに、化学的に合成された「合成抗菌薬」と、元々は微生物によって産生された「抗生物質」に大別されます。抗菌薬という用語に聞き慣れない方も、抗生物質という用語には馴染みがある方も多いのではないのでしょうか。どちらも用途に違いはなく、細菌による感染症の予防・治療に使用されます。

病院を受診すると、赤ちゃんから高齢者まで世代に関係なく処方される機会が多い抗菌薬ですが、症状が改善すると途中で服用を中止してしまう方が時々おられます。症状が改善しても、体の中にはまだ原因菌が残っている事があります。原因菌をしっかりと退治せずに服用を中止してしまうと、症状が悪化したり、抗菌薬の効かない耐性菌が出現してしまったりすることがあります。このような事態にならないためにも、抗菌薬が処方された時は必ず決められた用法用量をきちんと守り、指示された日数を飲みきるようにしましょう。

次に、副作用についての話です。抗菌薬を飲むと下痢が現れる場合があります。下痢が起こる理由は、抗菌薬が感染を起こしている悪い菌だけではなく、もともと私たちの腸に住みついている腸内環境を整えている良い菌まで殺してしまうからです。また、抗菌薬でアレルギーが出る方もいらっしゃると思います。抗菌薬を飲んで赤みや痒みを伴う発疹、息苦しき等の症状が出た場合にはすぐに病院を受診して下さい。

最後に、飲み合わせについてのお話です。一部の抗菌薬では、カルシウム、アルミニウム、マグネシウム、鉄といった金属成分を含んだお薬やサプリメントなどと一緒飲むと効果が落ちてしまうものがあります。十分な効果を得るためには、それぞれの服用時間をずらすなどの対応が必要になることがあります。

# ふだんの食事で「うつ」を防ぐ

栄養管理室長 平田 邦江

今や日本人の20人に1人が苦しんでいるという、うつ病。

「近ごろ、食欲がない」「ぐっすり眠れない」といった症状はありませんか？

うつ病は発症を判断するのが難しい病気なので、本人や周囲の人が早めに気づき、適切な治療を受けることが大切です。

その治療法は、「薬物療法」や「休養」「心理療法」が中心ですが、いま、新たな方法として「食事」が注目され始めています。

かといって、「うつ」に効く食事は特別なものではなく



く、主菜、副菜、汁物、主食がそろった献立、即ち、糖質、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラル、食物繊維といった栄養素について、適量をバランスよく、しかも、3食規則正しい食事であることが大切なのです。

生活習慣病になりにくい食生活や運動習慣は、そのまま、うつ病を予防したり、やわらげたりすることにつながります。

当たり前前の聞き飽きた「ことば」かも知れませんが、また、毎日続けて実行することが、いかに難しい事であるかも、よく知られていることです。

できるところから取り組んでみませんか。

**主菜** には、肉や魚、大豆・大豆製品を使いましょう。

魚に含まれるn-3系不飽和脂肪酸（マグロ、イワシ、ブリ、サバ、サンマ、カツオ、ウナギ、などの魚の油には、エイコサペンタ

エン酸やドコサヘキサエン酸）は、「うつ」の改善に有効な神経栄養因子を増やし、肉のタンパク質（アミノ酸：アミノ酸とは、タンパク質が消化・吸収される過程で生ずるもの）は、神経伝達物質の原料となることがわかっています。

肉は鉄や亜鉛など、「うつ」に重要なミネラルが摂取しやすいのも利点です。レバー、赤身肉、鶏胸肉などを彩り豊かな野菜、菌ごたえのよいきのこ、海藻などと組み合わせとりましよう。ただし肉は1日多くても100g以下にしましょう。

**副菜** には、野菜、きのこ、海藻を使いましょう。これらはビタミン、ミネラルの宝庫。鉄、ヨウ素、カリウム、カルシウム、マグネシウム、ビタミン（葉酸など）には、「うつ」を防いだり、やわらげたりする効果があるとされます。

食物繊維が多いのも利点です。

**汁物** は塩分過剰に気をつけ、具沢山にしましょう。

# 主食

となる玄米など精白されていない穀類には、食物繊維、ビタミンB群、鉄、亜鉛などのミネラルが豊富です。ただし、消化、吸収が悪いので、よく噛むことが大切です。

他にも麦ごはん、ライ麦パン、麦胚芽入りパンなどもよいでしょう。体調不良の時は胚芽精米の利用もよいかも知れませんね。

腸内細菌はストレスや心の健康にも大きく関与することがわかってきました。プロバイオティクス（生きた乳酸菌やビフィズス菌などの善玉菌を腸内に届けて腸内細菌叢のバランスを改善する）とプレバイオティクス（オリゴ糖や食物繊維などの腸内細菌叢の改善に役立つ食べ物）を組み合わせると、より効果的です。

**毎日とりたい乳酸菌**

アニン（リラックス効果）、苦みはカフェインです。茶葉によって温度を調節し美味しくいただきます。

暑い夏をのりきり、さわやかな秋晴れのように、頭も、心のもやもやもやわらぎ、活力ある生活を送りたいですね。

あの長大な「源氏物語」を書いた紫式部にとって、世の中は「憂し」ものであったようです。

イワシが大好きだった西部は、もしかして、イワシのおかげで、「うつ」が改善され、元気がでたのかも知れませんね。

**お知らせ**

**公開健康講座**

●日時 平成24年9月27日(木) 午後1時30分～午後3時

●会場 香川労災病院管理棟会議室

●内容 肺がんと内科的治療について

●講師 第二内科部長 永田拓也

●参加 無料

外 来 診 療 予 定 表

診 療 科	時 間 ・ 診 察 室	月	火	水	木	金	
内 科	午 前	一 診	荒木	永田	滝本	荒木	滝本
		二 診	呼吸器交代	須崎	呼吸器交代	須崎	永田
		三 診	井上	西	吉武	井上	西
		四 診	吉武	河野	神野	河野	平生
		五 診	藤岡	岩田	藤岡	岩田	中村
		六 診	神野	千代	平生	興座	富田
		七 診	谷(第1・3・5週)	★ただし9月の診療日は3日、10日です。			
循 環 器 内 科	午 前	一 診	松浦(予約)	渡邊(初診)	宮本(予約)	水尾(初診)	水尾(初診/予約)
		二 診	宮本(初診)	水尾(予約)	松浦(初診)	渡邊(予約)	松浦(予約)
外 科	午 前	一 診	村岡	津村	立本	村岡	津村
		二 診	小林	立本	國土	渡辺	木村
	午 後		呼吸器 津村・木村 肝・胆・脾 國土(予約)	肝・胆・脾 國土(初診)	※乳腺 村岡・小林・渡辺・増村		
整 形 外 科	午 前	一 診	横山	佐藤	生熊	前原	山下
		二 診	生熊	山下	渡嘉敷	佐藤	横山
		三 診	前原	兼田	文	清野	渡嘉敷
	午 後	リウマチ外来		リウマチ外来			
リハビリテーション科	午 前	太田	田村	太田	太田	太田	
形 成 外 科	午 前	田中	田中	田中	田中(午後)	田中	
脳 神 經 外 科	午 前	一 診	吉野	柚木	平下	吉野	柚木
		二 診	平下	清水		西田	
		三 診	河内				
泌 尿 器 科	午 前	一 診	水野	水野	水野	水野	水野
		二 診	久住	坂本		久住	坂本
産 婦 人 科	午 前	一 診	川田	大倉	川田	清水	大倉
		二 診	大西	中村	清水	川田(予約)	光井
		産科予約検診					川田
	午 後 (予約)	一 診	川田	大倉	川田		大倉
		産科予約検診 妊婦検診	大倉		清水		
眼 科	午 前	一 診	小見山	小見山	小見山	小見山	小見山
		二 診		國土	國土	國土	
耳 鼻 咽 喉 科 頭 頸 部 外 科	午 前	一 診	石原	牧原	牧原	交代	交代
		二 診	津村	津村	石原		
	午 後 (予 約)	一 診	石原	牧原	牧原		
		二 診	津村	津村	石原		
放 射 線 治 療 科	午 前 (予約)	三谷		三谷		三谷	
	午 後 (予約)	三谷		三谷		三谷	
歯 科 口 腔 外 科	午 前	一 診	森川	森川	森川	森川	森川
		二 診			松村		
麻 酔 科 (ペインクリニック)	午 前	一 診	北浦	鈴木	北浦	戸田	北浦
		二 診					
ス ト マ 外 来			看護師		看護師		
緩 和 ケ ア 外 来	9時～10時	当番制					

※栄養相談…月曜日から金曜日まで随時予約制にて、栄養相談を行っております。ご希望の方は、主治医にご相談下さい。

健 康 診 断 セ ン タ ー

日帰りドック……………	1日20名	火、水、金曜日	海外派遣労働者の健康診断……………	随時
一般健診……………	1日20名	月、木曜日	特殊健康診断……………	随時
脳ドック……………	1日1名	月、火、木曜日	健診車による出張健診……………	月～金曜日
雇入時の健康診断 ) ……	1日20名	月2回	特定健診……………	随時
定期健康診断				

※全ての健診は予約が必要です。※健診の曜日は変更になることがあります。  
 ●当院は、協会けんぽ生活習慣病予防健診事業の指定病院となっており、該当する方は補助を受ける事が出来ます。  
 ●健診の結果、二次検査が必要となった場合、乳腺外来のみ当院で予約を行っております。

# カンボジアの ものさし

写真家 平井慶祐



今回から4回の予定で写真家の平井慶祐さんに連載をお願いいたしました。平井慶祐さんはまんのう町出身、早稲田大学法学部卒業後、カナダへ遊学。その後写真家としてご活躍されております。世界中の笑顔をこれまで撮影されており、人間の笑顔をテーマに2nd写真集『YELL TO YOU(エール to キミ)』エールを贈る写真集などを出版されています。現在NPOオンザロードのカメラマンとして宮城県石巻市にて活動中です。本当に心温まる写真と話題を提供いただきました。お楽しみください。

世界中に「ただいま」と言える場所があったらどんなにか素晴らしい人生だろう。そう思っただけの縁のある国、場所、人と出会いながら、そして再会を何度も繰り返しながらシャッターを押させて貰ってきた。

自分とは違う国で、違う人生を歩み、違う食べ物を食べ、違う言葉で恋をし、違う色の空を見ながら息づいている同じ命に、最大限の敬意を払いながら写真を撮らせてもらいたい。そうやって、そこに生きる人間と寄り添いながら写真を撮らせて貰っていると、僕の知らない「ものさし」で人々が生きていることに気付けることがある。

はじめはカンボジアを訪れたのは二〇〇五年。カンボジアは、一九七〇年代後半に、内戦下でポル・ポトと言う独裁者によって国民が200万人以上も大虐殺されると言う悲劇の歴史を背負った国だ。旅行ガイドブックの知識しか無かった僕は、スラムに到着したもう一度財布をリュックの

奥底にしまったことを確認して、「よし」と気合を入れ、警戒心丸出しでドアを開けた。照りつける太陽と、土埃の舞う空気。錆びたトタンや、棒っきれの寄せ集めで作ったような粗末なバラック小屋。「エラいところに来てしまった。」と正直思ったけれど、次の瞬間、僕たちの到着を待ちわびていたスラムの子ども達も、真っ裸で走って飛びついて来た。みんなオープンな満面の笑み。五人、十人と僕の手を取って「こっちこっち」と急かす。あまりのことに度肝を抜かれたけれど、さっきまでの警戒心は一瞬で消し飛ばされ、あつと言いつつ子ども達をブンブン振り回して汗だくになって一緒に遊んでしまっていた。予備知識やスラムという言葉のイメージで、知らず知らずに自分が作っていた心の壁を、子ども達が一瞬でぶち壊してくれた瞬間だった。心をフルオープンにして人に接すると、相手の心も自然と開いてし



まう。子ども達に実践で教えて貰った友達作りの極意だ。ひとしきり遊ぶと、東南アジア特有のバケツをひっくり返したようなドシャ降り雨が降ってきた。すると急に、夕飯の準備をしていたお母さんが手を止め、着の身着のままの子ども達も脱がせ始めた。雨樋を伝って流れてくる水を利用してのシャワーの時間だ。大きなタライで洗濯も始めた。子ども達も当たり前のように雨水で体と頭をゴシゴシ洗い、クロマーという色鮮やかなカンボジア版手ぬぐいで体を拭きながらつつきりした顔でニヤリと笑う。もちろんカンボジア人の全員がそうと言うわけじゃないけれど、少なくともこのスラムでは、スコールはお風呂の時間。この場所ならではの常識だった。本当にカンボジアの人達から教わったことは多い。はじめましての時に心をオープンにして笑顔で相手に接すると、とてもいい友達になれること。あの日、裸ん坊で飛び込んで来てくれた子ども達に教えて貰った感覚だし、日本で夏にキャンプに行った時に、「お風呂に入れないな。」ではなく、綺麗な川を見つけて、「お風呂には困らないな。」と逞しい発想が出来るようになったのもスコールのシャワーを気持ちよさそうに浴びていた子ども達の姿を見てからのことだ。

違う土地の、「ものさし」を知り、それを自分の生活に当てはめてみると、案外苦手だったことが自然に出来るようになったり、モノゴトの受け取り方が変わって、人生が楽しくなってきたような気がしたりしてくる。

診療科の新設について

医事課長 坂口 裕幸

当院では、7月より放射線科を廃止し、より専門性を高めるために「放射線診断科」と「放射線治療科」を、循環器科を廃止して「循環器内科」を新設しております。

放射線診断科では、画像診断専門医がCT、MRI、RI等の画像を読影して診断レポートを作成し、各画像を解析、各科依頼医師に報告して診療方針の決定をサポートしております。

放射線治療科では、放射線治療専門医と専門知識を有するスタッフが年間250〜300人の治療にあたり、画像誘導放射線治療(IGRT)による高精度な放射線治療を提供しております。

放射線治療は手術、化学療法と並んで、がん治療の3本柱のひとつであり、最近の治療技術の進歩も加わって、「体にやさしく、切らずに臓器を温存しつつ治す」治療として注目されております。

また、8月より「消化器外科」を新設したことにより、腹腔鏡による手術と内視鏡による手術について、当院における手術方法の選択肢が増えております。

腹腔とはいわゆる「おなかのなか」であり、胃や腸などの臓器が納まっている空間です。

腹腔鏡はおなかの中を観察する「カメラ」で、腹腔鏡下手術は腹部に5〜12mm程の穴を4〜5箇所あけて、そこからカメラや専用の電気メス、鉗子(かんし)という組織を持つたりはがし、たりする道具などを入れて、テレビモニターを見ながら行う手術ですが、8月より腹腔鏡を使用した肝臓や膵臓の切除手術を開始しております。

一方、内視鏡による手術は、これまで早期の胃がんに対して行われていた内視鏡的粘膜下層剥離術(ESD)について、早期の大腸がんに対しても手術可能となり

ました。

診療科の新設により、当院における手術方法の選択肢は増えておりますが、手術の対象とされる患者様は病状等により異なります。これらの手術をご要望され

新任医師紹介



耳鼻咽喉科・頭頸部外科医師 石原 久司

6月より香川労災病院に赴任いたしました耳鼻咽喉科・頭頸部外科の石原久司と申します。

ましても全ての患者様にお応えすることができない場合もありますので、ご質問やご不明な点などがありましたら、ご遠慮なく主治医にお問い合わせください。

岡山大学病院で約5年間、

耳科・鼻科・頭頸部外科の診療に携わっております。

休日は母校である岡山大学の弓道場で弓を引いて気分をリフレッシュさせています。

患者様へわかりやすい診療を心がけて参りますので何卒宜しくお願い申し上げます。



● 労災病院周辺で見られる鳥 ● オグロシギ

主任薬剤師・吉村正則

秋は多くの鳥が北方で繁殖した後、南方で越冬するための移動のシーズンだ。この鳥は北極周辺で繁殖し、インド付近で越冬すると言われている。ハトより少し大きいだけなのに、長距離を移動するパワーがあるのに驚く。

編集だより

患者サービス向上委員会 山脇恵伊子

いつも「いぶき」をお読み下さいましてありがとうございます。ございます。

6月頃から待宵草(月見草)がずっと咲き続け、田舎の夜道は風情がありました。

夏が終わると、すぐにどっぴり日が暮れます。もの寂しい感じもさることながら、夏の疲れがどっと出ています。

香川県は、糖尿病受療率が日本一とのこと、うどん県の私たちは、野菜摂取量や運動の不足も影響していると言われています。味覚の秋に備えて体調を整えましょう。

