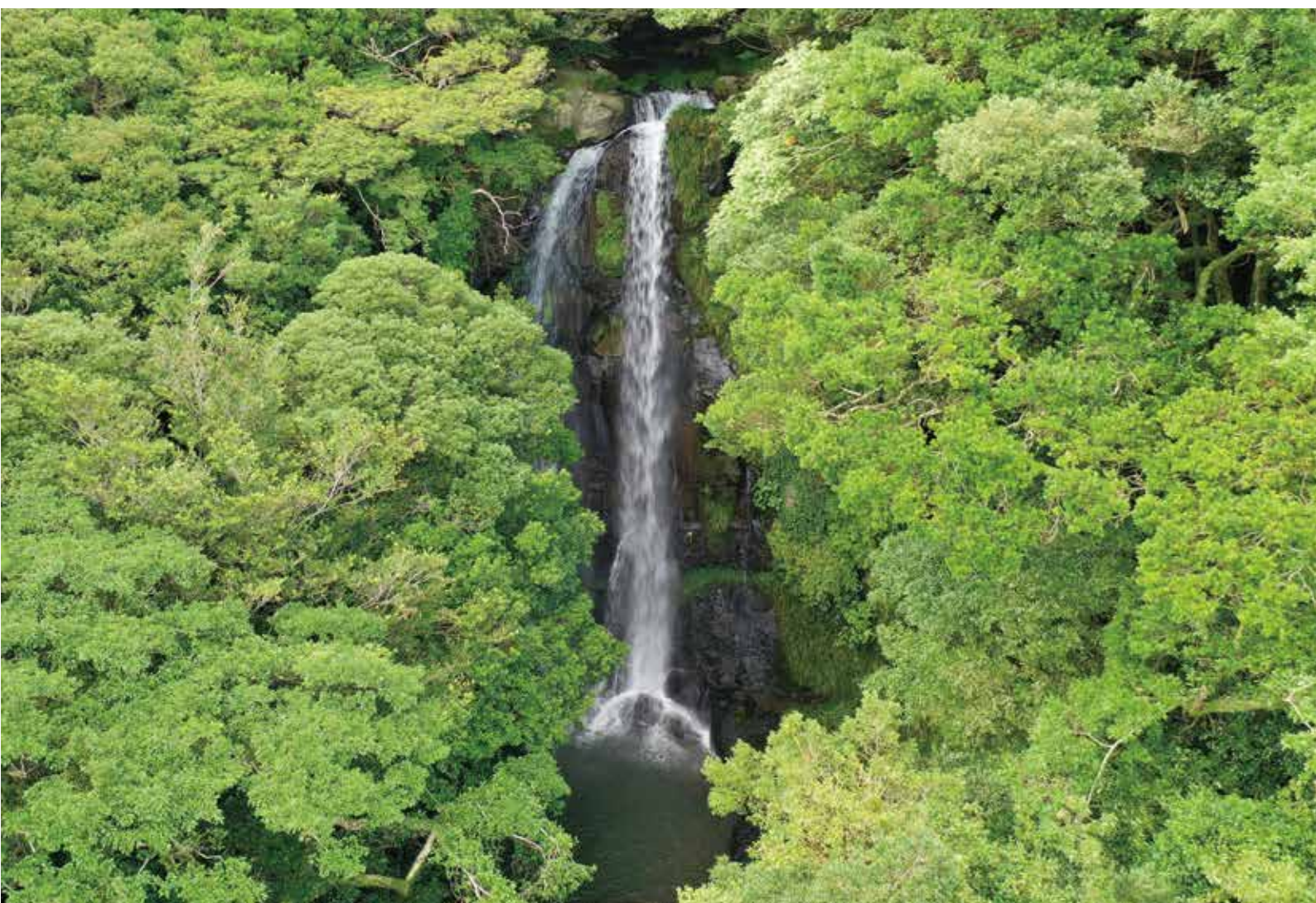


北松中央病院だより

HOKUSHO CENTRAL HOSPITAL NEWS

内科／呼吸器科／循環器科／消化器科／腎臓内科／糖尿病・代謝内科／内分泌内科
脳神経内科／整形外科／放射線科／リハビリテーション科



撮影地：佐世保市吉井町 潜竜ヶ滝 撮影者：森 哲洋



病院理念

生命への畏敬

Vol.64

2025.7.25
Spring

管理栄養士の仕事

管理栄養士とは

管理栄養士国家試験に合格し取得できる栄養専門職で、健康な方の栄養指導だけが行える栄養士と異なり、病気を患っている方や高齢で食事がとりづらくなっている方、健康な方一人ひとりに合わせて専門的な知識と技術を持って栄養指導や栄養管理を行います。

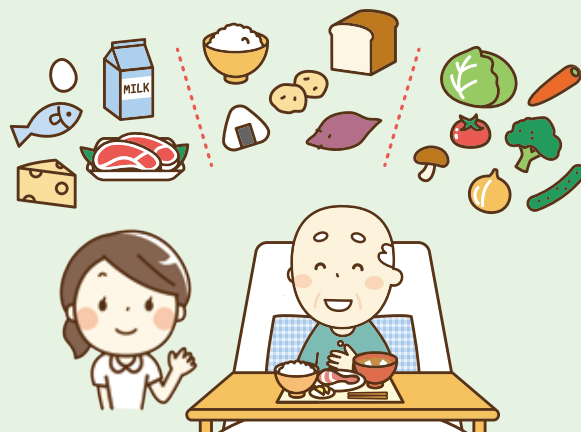
栄養指導

栄養指導は、医師の指示に基づいて管理栄養士が入院・外来の患者さんを対象に食事の指導を行うものです。患者さん一人ひとりの健康状態や生活習慣に合わせて管理栄養士が無理なく健康的な食生活を続けられるようにアドバイスを行います。(まずは現状の食事がどんな状態なのか聞き取りを行いながら、改善点がないか？どのような食事が望ましいか等、対話しながら具体的な食事に対する指導を行います。)



病棟訪問

病棟を訪問し、食欲不振や食事形態が合わないなどの患者様に対して要望を伺います。聞き取った内容をもとに、病状に合わせて多職種で検討し食事内容の調整を行います。カルテ上では栄養状態や摂取量に問題がなくても、病棟訪問をして初めて気づくこともあるため、定期的に病棟訪問を行います。



病院給食の提供

栄養食事基準を基に委託会社と共同し、衛生管理の徹底された食事を提供しています。

病院食は治療の一環と位置付け、量や食事形態の調整、栄養補助食品の追加などの調整をしています。



病院給食の検食

給食の内容が献立に従って作られているか、栄養・衛生・嗜好面で問題がないか、異物が入っていないかを検査する目的で患者様へ給食が提供される前に、試食(検食)を行います。安全で美味しい給食の提供を目指し、味付けや彩りの改善、新メニューの提案など委託会社と協力し合い給食の改良を日々行っています。

食事形態の調整

患者さんの嚥む力や飲み込む力に合わせて、医師・看護師・言語聴覚士(ST)と相談しながら食事の形態を調整しています。



給食委員会

管理栄養士の仕事の一つに、月1回の給食委員会の運営があります。患者さんやスタッフから頂いたご意見に対して多職種で意見交換を行います。

また、給食の提供から下膳までの課題について話し合い給食業務の円滑な運営を目指しています。



栄養管理計画書の作成

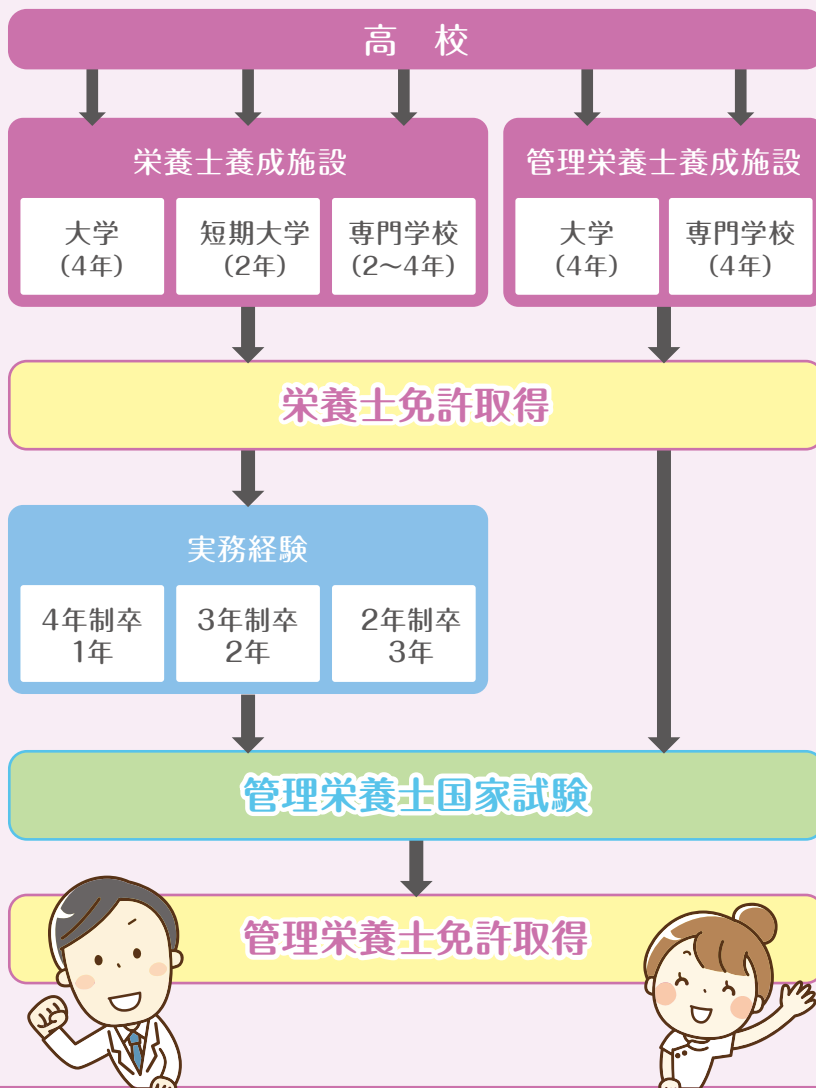
栄養科では、管理栄養士を病棟担当制とし、入院患者さんの栄養管理を行っています。

入院時診療計画書に基づき特別な栄養管理が必要とされた患者さんに栄養管理計画書を作成します。

栄養管理計画書には、入院時の栄養状態の評価、栄養管理上の課題や栄養補給に関すること等について記載しています。



管理栄養士になるには？



熱中症対策レシピ

ハチミツレモンスカッシュ

【材料(1人前)】

- 炭酸水 150ml
- レモン汁大さじ2杯
- はちみつ大さじ1杯
- 氷適量



【作り方】

1. グラスにレモン汁と
はちみつを混ぜ合わせる。
2. 炭酸水とお好みで氷を入れて
混ぜ合わせる。

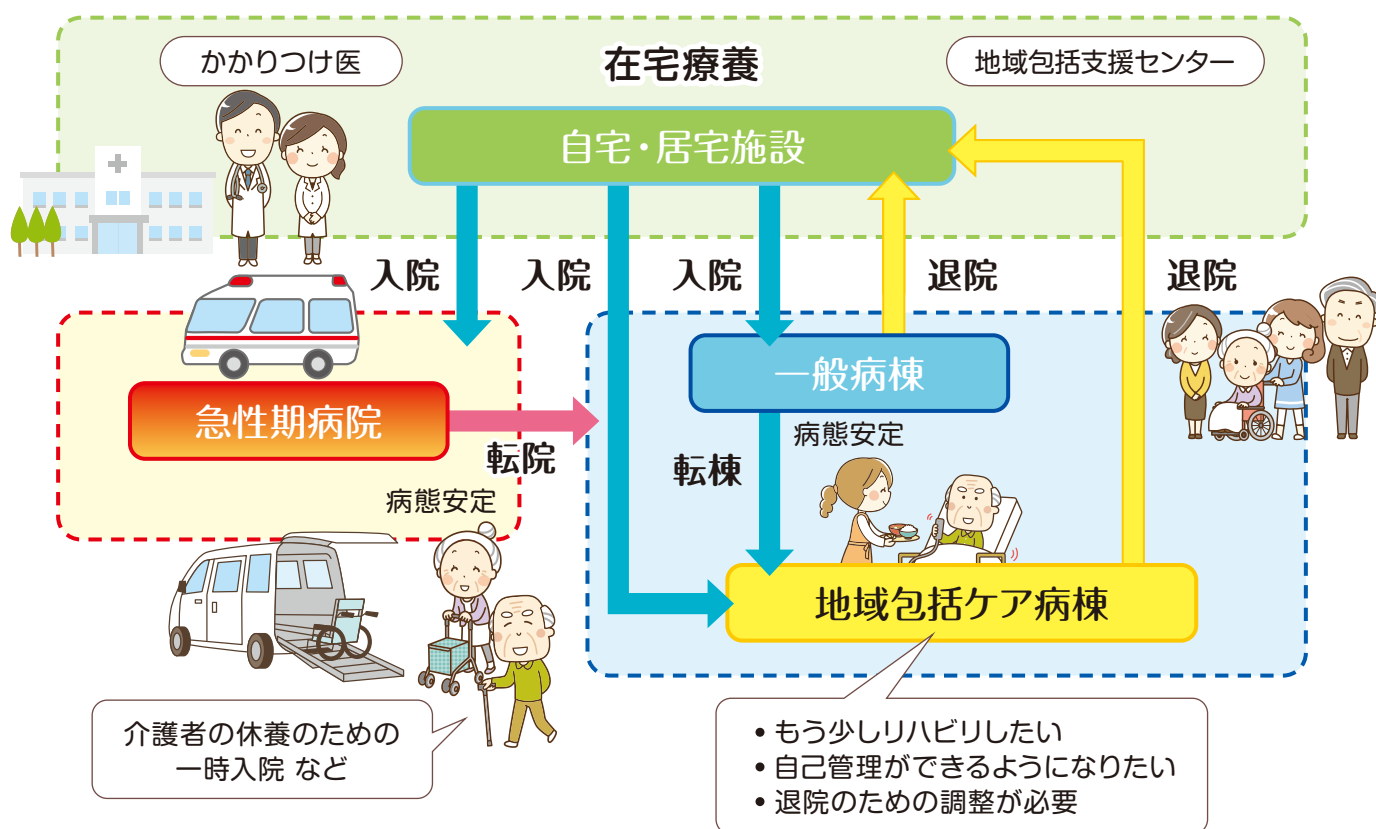
● レモン汁・はちみつは量は
お好みで調整してください。

● はちみつには糖質が含まれますので、
糖尿病の方や血糖値が高めの方は
主治医や管理栄養士に
ご相談ください。

地域包括ケア病棟 東5階病棟

～ 住み慣れた場所で生活する支援をします ～

『地域包括ケア病棟』は、急性期治療を経過し、病状が安定した患者さんに対して、住み慣れた地域での療養（在宅や一部の介護施設への復帰）を支援する病棟です。高齢の方は入院を契機に、体力や自立能力が低下しやすくなります。その低下した能力を日常生活動作を通して、リハビリを取り入れながら能力回復を図ります。また、服薬調整、栄養支援、療養相談や指導、機能訓練などを行い、住み慣れた場所で生活できるよう、生活環境の調整を多職種でサポートしていきます。



対象となる患者さん

- 急性期治療で症状が改善したものの、経過観察が必要な方
- 退院までもう少しリハビリを続けたい方
- 施設や在宅生活に向けて調整・準備が必要な方
- 介護者の休養など介護するご家族等の都合により短期入院が必要になった方（レスパイト入院）

入院期間

地域包括ケア病棟での入院期間は保険診療上、最長60日までです。病状が安定、退院調整ができましたら、ご自宅・施設への退院となります。

家事動作訓練



階段昇降訓練



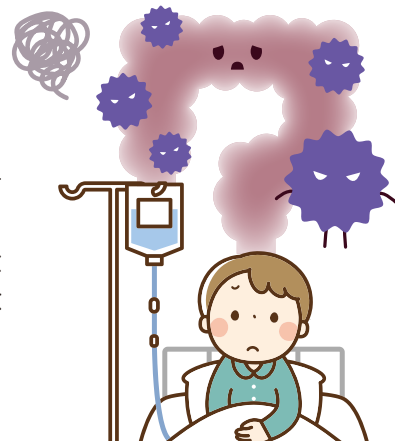
リハビリ
担当

リハビリでは、退院後の生活を想定して練習を行っています。難しいところは方法を変えてみたり、サービスや道具を使うことでスムーズに生活が送れるようアドバイスさせていただきます！



夏にも多い 感染性腸炎

感染性腸炎といえば冬に流行するノロウイルスを思い浮かべるかと思いますが、実は通年通して注意が必要な病気です。夏はカンピロバクターやサルモネラ、黄色ぶどう球菌など細菌によるものが多くなります。下痢や嘔吐、腹痛などの症状の他に発熱を伴うこともあり、通常は水分摂取と消化のよい食事をとることで症状はよくなりますが、ときには激しい腹痛や血便、脱水を引き起こし、点滴での治療や入院が必要になることもあります。



予防の原則は

つけない！

増やさない！

やっつける！



細菌性の腸炎は原因となる細菌が食べ物に付着し、体内に侵入することによって発生します。家庭内にも発生する要因はたくさんあります。夏祭りやお盆などイベントが多く家族で集まることも多い夏に、腸炎で一家全員ダウンなんてことにならないように対策をしっかりしていきたいですね。



つけない！



菌を食べ物に付着させない

食べ物を触る前には手洗いをしましょう。また、調理器具にも気を付けましょう。野菜を切ってから肉・魚を切るなど調理の順番を工夫するか、生で食べる食品と肉・魚用で調理器具を分けましょう。

増やさない！



菌が増殖する環境に食べ物を放置しない

なるべく新鮮な食品を購入し、冷蔵・冷凍品はすぐに冷蔵庫に入れましょう。カレーや味噌汁などの作り置きも鍋に入れたまま常温保存するのではなく、冷蔵庫に保存するようにしましょう。ただ、冷蔵庫も詰め込みすぎると温度を維持できませんし、冷蔵庫に入れたからといって細菌が死ぬわけではありません。早めに食材は使い切るようにしましょう。



やっつける！



加熱・殺菌

細菌の多くは高温に弱いため、調理器具は定期的に熱湯消毒し、調理をする際にも方法にかかわらず食材の中心までしっかりと加熱することで、細菌の多くを減らすことができます。残った食材も汁物など温め直す際には沸騰するまで加熱しましょう。少しでも怪しいと思ったら思い切って捨ててしまいましょう。



これらのことに気を付けて
美味しい食事を
楽しんでください。



熱中症対策

1. 暑さを避ける

- **涼しい服装**
通気性が良く、吸湿・速乾素材の衣服を選びましょう。襟元を広げたり、上着の裾を出したりして、体を締め付けない服装がおすすめです。
- **日傘や帽子**
外出時は、日傘や帽子を活用し、直射日光を避けましょう。白色系の服や小物も、輻射熱を吸収しにくく効果的です。
- **日中の外出を控える**
天気の良い日や暑い時間帯（特に午後）の外出や屋外作業は、できるだけ控えましょう。
- **室内環境の整備**
エアコンや扇風機を上手に使う
節電を意識しすぎるあまり、冷房を我慢しないようにしましょう。室温28℃以下、相対湿度60%以下を目安に、温度計で室温を確認しながら調整します。冷えすぎ（24℃以下）にも注意し、外気温との差が大きすぎると体の負担になることもあります。
- **換気をこまめに行う**
部屋の空気を入れ替え、熱気をこもらせないようにしましょう。
- **直射日光を遮る**
すだれやカーテンなどを活用し、室温が上がりにくい環境を整えましょう。

2. こまめな水分・塩分補給

- **喉が渇く前に飲む**
喉が渇いたと感じた時には、すでに脱水が始まっています。喉の渇きを感じていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- **スポーツドリンクや経口補水液**
たくさん汗をかいたときは、水だけでなく、塩分や糖分を含むスポーツドリンクや経口補水液が効果的です。
- **就寝前・起床時**
コップ1杯の水を飲む習慣をつけましょう。
- **マイボトル**
外出先でもこまめに水分補給ができるよう、マイボトルを持参するのも良いでしょう。

3. 体調管理をしっかり行う

- **バランスの取れた食事**
暑いと食欲が落ちがちですが、冷たいものばかりでなく、バランスの取れた食事を心がけましょう。
- **十分な睡眠**
寝不足は体温調節機能を低下させるため、しっかり睡眠をとりましょう。
- **暑さに体を慣らす(暑熱順化)**
急に暑くなる時期は特に注意が必要です。本格的な夏が来る前に、汗ばむ程度の軽い運動（ウォーキングなど）を30分程度行い、暑さに体を慣らしておく良いでしょう。
- **アルコールの摂取に注意**
アルコールは尿の量を増やし、体内の水分を排泄してしまう作用があるため、飲酒した翌日は特に脱水症状に注意が必要です。

これらの対策を参考に、**熱中症**から身を守りましょう。

看護週間

「看護の日」とは、看護の心・ケアの心・助け合いの心を育むことを目的とした日で、毎年5月12日に制定されていてその日を含む週の日曜日から土曜日までの一週間を看護週間といいます。看護週間の5月11日～5月17日までの期間、当院職員の小学生までの子供さんを対象に病院をイメージした絵を画用紙に描いて頂き、外来ロビーへ展示しました。どの作品も患者さんやスタッフに好評で、病院を訪れた方々に看護週間への関心を深める良い機会になりました。



院内 BLS訓練

全職員を対象に救命対応訓練を行っています。動画など参照にしながら急変時に対応できるよう取り組んでいます。





火災避難訓練

5月20日に、火災避難訓練を実施しました。新型コロナウイルス後、久しぶりに佐世保市西消防署江迎・鹿町出張所協力の下での訓練になりました。

色々な面での課題や問題点も見つかる訓練で、これを機に防災意識をもって職にあたり、患者さんが安心して療養生活が送れるよう努めてまいりたいと思います。



医療安全研修会

令和7年5月14日

内容

① 令和7年度医療安全管理室報告

医療安全管理室長 岡本 和代

② インシデントレポート報告

医療安全管理室 柿本 大貴 主任

③ 転倒転落と身体拘束からみる医療安全

医療安全管理室 榊原 淳 主任

④ 患者誤認防止の取り組みについて

医療安全管理室 森 哲洋 主任



長崎心臓リハビリテーション研究会発表

長崎大学

令和7年5月17日

院内から院外に広がる心臓リハビリテーション

看護師 松永七々子

当院の心リハセンター開設からコロナ禍での取り組みなど、当院における心臓リハビリテーションの発表を行いました。長崎県内の心リハの現状について情報共有ができ、よりよい研究会となりました。



◎週間ドクター診療日 (※太字は新患担当)

(令和7年7月現在)

診療科目	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
呼吸器科	徳永 直紀	東山 康仁	徳永 直紀	東山 康仁	東山 康仁
循環器科	田中 規昭	福井 純 松尾 俊哉	田中 規昭	福井 純	*山 佐 稔彦 (長崎労災病院) 松尾 俊哉
消化器科	陣内 駿一	高森 謙一	陣内 駿一	—	高森 謙一
腎臓内科	下口 峻	久原 拓哉	久原 拓哉	中沢 有香 下口 峻	中沢 有香
整形外科	—	*北原 博之 (佐世保中央病院)	*小西 宏昭 (佐世保中央病院)	—	—

※非常勤医師

受付時間

8:30~11:00

診療時間

9:00~12:00

13:00~17:15

(但し、午後は急患のみ)

休診日

土曜日、日曜日、祝祭日、
年末年始(12/29~1/3)

※急患は、診療時間にかかわらず、24時間対応いたします。

専門診療施設・機器等

ICU(7床)、感染症病床(2床)、地域包括ケア病棟(36床)、血液浄化センター(50床)
リハビリセンター、健診・人間ドック、内視鏡センター、CT(320列MDCT)、MRI(1.5T)
心血管造影室、心臓MDCT、超音波検査(心臓、血管、腹部、甲状腺)、
動脈硬化検査(脈波(PWV, CAVI)、中心動脈圧(AI)、上腕動脈血管拡張反応(FMD))
心臓リハビリセンター、心肺運動負荷試験(CPX)

併設

訪問看護ステーション たんぽぽ
指定居宅介護支援事業所
院内保育施設「なでしこ保育所」完備
救急ヘリポート完備



Wi-Fi接続サービスのご案内

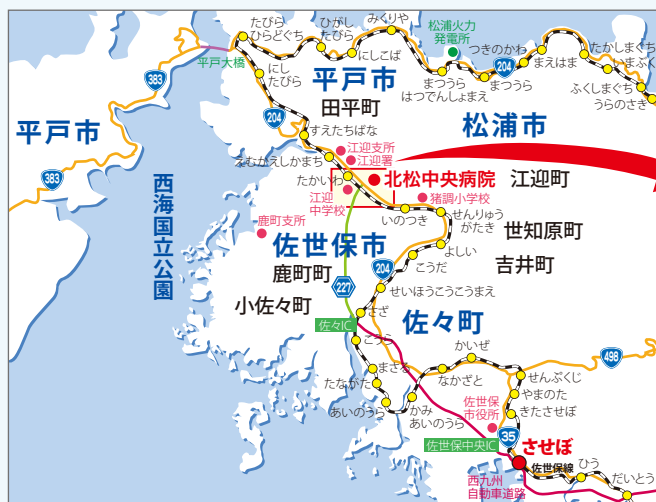
Wi-Fi接続サービスご案内



外来待合室での無料Wi-Fiサービスを開始しています。待ち時間を有効に使っていただければ幸いです。

◎検査外来

午前	人間ドック	月～金	午後	大腸ファイバー	月・水・木・金	午前・午後	心エコー	月～金
	胃X線検査	〃		心臓カテーテル検査	火・水・木		血管エコー	〃
	胃・内視鏡検査	〃		気管支ファイバー	火		CT	〃
	腹部エコー	〃		ERCP	適宜		MRI	〃
	眼底検査	〃		腎生検	〃		脈波	〃
	トレッドミルテスト	〃					肺機能	〃
	心肺運動負荷試験	月・水・金						



アクセス



西肥バス……………北松中央病院前下車
MR松浦鉄道……………高岩駅下車約300m
車……………国道204号線 江迎町赤坂
西九州自動車道路 佐々インターより
県道227号線を約8km

北松中央病院だより Vol.64 令和7年7月25日発行 地方独立行政法人 北松中央病院 発行責任者/東山 康仁
広報委員会:委員長 森哲洋・榊原淳・中村貴泰・白石有香里・白濱多恵子・麻生真理菜・正木佑子・岡本和代・原口勝典



地方独立
行政法人

北松中央病院

(併設) 訪問看護ステーションたんぽぽ・居宅介護支援事業所

〒859-6131 長崎県佐世保市江迎町赤坂299番地

☎ (0956) 65-3101 FAX (0956) 65-2124 <http://www.hokusho.dr-clinic.jp/>