



昨二〇一一年十二月十日、月が地球の本影に隠れる「皆既月食」が見られました。皆既といっても日蝕のように真っ暗になるわけではなく、波長の長い赤い光が地球の大気によって屈折・散乱されるため「赤銅色の月」となります。当日は好天に恵まれたため、寒空の中望遠鏡とカメラを持ち出し、高感度モードで月を追尾しました。二十一時四十五分から部分蝕が始まり、二十三時三十分には皆既の状態になったのがこの写真です。  
(写真・文：渡邊茂永)



いつでも  
誰にでも  
心をこめて



## 目次

### 特集

- ・特集「誤嚥性肺炎」について知ろう .....2

### トピックス

- ・地域医療連携室発 プレイバック「クリスマスコンサート」 .....3
- ・年女・年男 今年の抱負 .....4・5
- ・第3回透析勉強会を開催しました .....6
- ・「読者のおたより」 .....6
- ・食材の底力 ～クワイ～ .....6
- ・映画ロケ地シリーズ (17) 「(カンゾー先生) 瀬戸内市牛窓町」 .....7
- ・ちょっといいはなし .....8
- ・編集後記 .....8
- ・「児島中央病院だより」編集委員会委員 .....8
- ・当番医のお知らせ .....8

## 特集 「誤嚥性肺炎」について知ろう

皆さんは「誤嚥性肺炎」をご存知でしょうか？通常、健康な人では食事の際に、食物は口の中で咀嚼（噛むこと）された後、嚥下（飲み込むこと）され、食道を通して胃に送られ消化されます。同時に気管には喉頭蓋というフタがされ、気管には食物が入らないような仕組みになっています。普段、食事の際にはこの一連の動作は無意識の内に行われますが、この無意識の内に食物が食道へと送られる仕組みを「嚥下反射」と言います。この時、何らかの原因で食物が食道へと送られず、気管へと送られてしまう状態が「誤嚥」です。また、皆さんもこんな経験はありませんか？急いで食事をした時に「むせ」て、鼻にご飯粒が・・・なんてことが。「むせ」とは、誤嚥しないように、肺内の空気が突発的に吐き出され、気管内の異物を外へ反射的に排出する現象で、「咳反射」とも言います。健康な人であれば、咳反射が起こることにより、食物が気管へと入らないような仕組みになっています。この、「嚥下反射」や「咳反射」のおかげで、食物は気管に入ることなく食道へとスムーズに送られるのです。しかし、脳梗塞などの脳血管障害のある方や、長期の寝たきりにより、全身の筋力や機能が低下している方では、「嚥下反射」や「咳反射」が正常に機能せず、容易に誤嚥が起ってしまいます。誤嚥により食物とともに口の中の細菌が気管に入ると、それが感染源となり肺の炎症、すなわち肺炎を引き起こします。これが「誤嚥性肺炎」です。



ただし、誤嚥が生じれば、必ずしも肺炎がおこるわけではありません。肺炎は感染症の1つですが、この感染症が起こるかどうかは、細菌の量とそれに対する人間の抵抗力（免疫力）のバランスで決まります。たとえ細菌が気管へ入っても、抵抗力が強ければ肺炎は生じません。しかし、前述したような脳血管障害の方や寝たきりの方では、抵抗力が低下していることが多く、誤嚥により肺炎をおこすリスクが高くなるのです。

それならば、食事を摂取していなければ誤嚥性肺炎は生じないと考えられる方もおられるでしょう。しかし、私たちは食事の時以外でも嚥下を行っており、健康な成人では1日に1.5ℓもの唾液が分泌され、それを安静時にはおよそ2～3分に1回の割合で、睡眠時には10分に1回の割合で嚥下しています。口の中には数千億個もの細菌が存在していますが、それが口の中に溜まらないように唾液が自然と口の中を洗い流し、嚥下により食道を通して胃へと送られることで、口の中が清潔に保たれるのです（これを唾液の「自浄作用」と言います）。この際に、細菌とともに唾液が気管へと入ってしまうのも誤嚥の1つです。また、胃酸などの胃の内容物が逆流し気管に入ることによっても誤嚥は起こります。したがって、何も口から摂取していないからといって、誤嚥性肺炎が生じないということではありません。むしろ、口から摂取していない方では、前述の自浄作用を含め、口の中を自ら清潔に保つ機能が低下していることが多く、誤嚥性肺炎のリスクが高くなる場合が多くあります。

肺炎は日本における死因の第4位にあげられ、年間およそ11万人の方が亡くなっています。そのうち、90%以上が高齢者で、その中の少なからずを誤嚥性肺炎が占めていると考えられています。誤嚥性肺炎を予防するためにはどうすれば良いのでしょうか？それには、口の中の清掃、つまり「口腔ケア」がとても有効です。皆さん思い出してみてください。肺炎をはじめとした感染症が起こるかどうかは、細菌の量とそれに対する人間の抵抗力のバランスで決まります。口腔ケアにより、口腔内を清潔に保つことで細菌の量を減らし、誤嚥性肺炎を予防することができるのです。ある研究では、口腔ケアを行うことで、肺炎の発症を40%抑えることが可能であったと報告されています（図1）。さらに、最近では、口腔ケアを単に口の中の清掃を行うだけでなく、口の機能を維持、改善することにより、食事や会話などを円滑に行うことで、QOL（Quality of Life）の向上を目指すという考え方が広まっています。当院でも、そのような考え方にに基づき、4年前に「口腔ケアの会」を立ち上げ、院内における誤嚥性肺炎に関する理解を深め、口腔ケアの重要性を浸透させていくように、講習会や実習会の開催などの活動を行っています。

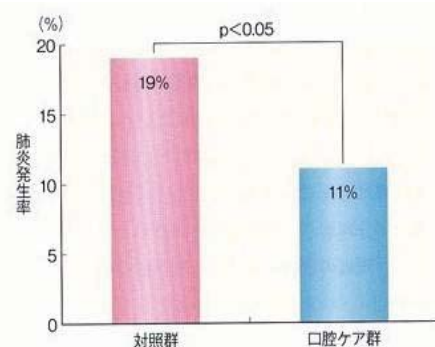


図1 口腔ケアの有無と2年間の肺炎の発症率

口腔ケアは1人の力ではできません。医師、歯科医師、歯科衛生士、看護師、言語聴覚士などの多職種が連携し、また患者本人や家族の方と協力して効果をあげていくものです。今後も、誤嚥性肺炎における、口腔ケアの重要性を病院内外へと広める活動に尽力していきたいと思っております。

（「口腔ケアの会」 歯科医師 頼田 健吾）

# 「クリスマスコンサート」

12月24日（土）、当院多目的ホールにおいて、クリスマスコンサートを開催しました。コンサートには入院患者さまや院外から合わせて約60名の方が参加されました。今回はフルートとチェロのユニット『flu-ce』（フルーチェ）として活躍されている、チェロ演奏者 石川理恵子さんと、フルート演奏者 小池かほるさんのお二方。それに琴の演奏者 中村明子さんをお招きしました。今までにない本格的な音響機材が整う中、まず『flu-ce』のお二人によるクリスマスソングや有名映画の主題歌、そしてクラシック曲と多彩な演奏に酔いしれ、次に中村さんによる「六段の調」や童謡、「北国の春」など歌謡曲の調べに皆さん聞き入っていました。演奏の最後の、コラボによる「上を向いて歩こう」の演奏では参加者全員での合唱となりましたが、それまでも懐かしい曲には笑顔もこぼれ、歌を口ずさむ方、体でリズムをとりながら手拍子する方など楽しい時間を過ごしていただけたと思います。『flu-ce』のお二人と中村さんにはお忙しい中、素晴らしい演奏をプレゼントしていただき本当に有難うございました。

（地域医療連携室主任 藤原 靖）



# 年女・年男

## 自分と周囲を見つめ直して

辰年です。気づけば干支を4周していました。社会的には、残すところあと1周。ファイナルアツプ突入、といったところでしょうか。



辰とは、もともとは「振」(しん)、草木の形が整った状態をさすのだそうです。去年は、内外共に激動の年でした。しばらくの間は余波が続くでしょう。今年の干支のとおり現状を「振」の状態に戻す。これが我々辰年生まれの役目、と考えています。

今年はこの機に自分とその周囲を見つめ直し、自分に何が出来るかを考えて実行していく。そんな年にしたいと思います。

(放射線科係長(診療放射線技師) 夏田省吾)

## 今年は一笑懸命

今年辰年！昇り龍、年女です。基本的に『十二年に一度の良い年』とされているらしいです。



また辰年は龍、十二支の中では唯一想像上の動物です。龍は万物が相整い発展する様を、天に昇る龍にたとえたのではないかと思います。

ですが、良くも悪くも具体的な形になりやすいということから、良いことや自ら願うことが具体的な形になるのは歓迎できますが、悪いことや不本意なことさえも具体化しやすいので、善悪の判断、自分を抑える心、まわりへの配慮等をしっかりと為さねばなりません。難しいことはおいておいて、楽観的な私の今年のテーマは『一笑懸命』。楽しいときには、大声で高らかに！！悲しいときには、上を向いて！！苦しいときには、「大丈夫！」を言葉にして笑っていきましょう♪あはは(笑)

笑いは力です。今年もめいっぱい笑顔で！「ようこそ健康増進センターへ」

(健康増進センター(臨床検査技師) 寺下優子)

## 気持ちに余裕をもって

去年は新しい環境と仕事に慣れることに精いっぱいでした。初めての児島という土地での生活には不安も大きかったのですが、気にかけてくれる優しい職場の方たちに恵まれ、良い年にすることができました。



まだ半年の勤務経験ですが、管理栄養士として働く中で、患者さんの話を聞きその方に合ったアドバイスや提案をするためには、知識はもちろん、自分自身に余裕が必要なのだなと感じました。今年患者さんの声にもっと応えられるよう、気持ちに余裕をもって接していけたらなと思います。患者さんから、この人に話を聞いてもらいたいな、食事のことを聞いてみたいな、と思ってもらえるよう努力していきたいです。

(栄養管理科(管理栄養士) 細木香保瑠)

## 今年チャレンジの年に！！

今年で入職して3年目になります。言語聴覚士(ST)の橋本です。



3年目になり病院の雰囲気にも慣れてきたと思いますので、今年自己のスキルアップを目標に、勉強会へ積極的に参加したいと考えています。

近年、摂食・嚥下障害の患者さんが増加しており、STによる嚥下リハビリテーションが非常に重要になってきています。そこで、少しでも食事の楽しみを取り戻せるよう、今まで以上にお手伝いできたと思います。

また、私生活面ではこれといった趣味がないため、色々なことにもチャレンジしていきたいです。

(リハビリテーション科(言語聴覚士) 橋本直紀)

# 今年の抱負

## スキルアップできる一年に！！

2012年辰（龍）年、十二支の中で唯一実在しない干支ですが、昇り竜は「神龍」とも言われるそうです。その昇り竜のごとく常に上を見てスキルアップできる一年にしたいと思います。



同時に、歯科・口腔外科スタッフの一員として、患者さんの為になる治療を、チーム医療を大切に、忙しくても楽しい職場づくりを意識しながら、与えられた仕事を一つずつこなしていきたいと思えます。

皆様にとりましても今年一年が幸多き年でありませうように・・・

（歯科・歯科口腔外科（歯科衛生士）岩田由香）

## 更なる飛躍を目指して

大阪市東淀川区にあります医誠会病院に、12月から1月末までの2ヶ月間、スキルアップ研修に派遣されました。医誠会病院はホロニクスグループの中でも中核的な病院で急性期を担っている病院です。私は脳神経外科病棟に配属されました。特に急性期は予後左右する最も大切な時期であり、何より観察力が重要になります。意識のない患者さんであれば、その様子から状態を詳しく観察し、きめ細やかな対応が求められます。人間的サポートの大切さも実際に学びました。短い期間でしたが、多くの実りを得ることのできた研修でした。今年は辰年、私の年、研修の成果を活かし更なる飛躍を目指します。



（看護師（5階病棟）後藤田友子）

## 笑顔の一年となりますように

昨年は大変な震災に見舞われ、日本全体が「絆」という言葉でひとつになっていましたが、私自身も、辛く、大変な状況の中でも笑顔でがんばっている方達にたくさん出会い、たくさんの笑顔に元気をもらった1年でした。



「笑顔」は人を幸せにするということを改めて感じました。

受付、会計窓口業務という職務上、私は患者さんと一番最初に対面し、一番最後に対応させていただくことになります。

私もたくさんの方に笑顔になっていただけるよう、私自身笑顔で接していきたいと思えます。

（医事課 進千夏）

## 今年はパワー全開

患者さんとふれあいながらの仕事は、楽しくもあり、難しさも感じる毎日です。日々のふれあいの中で、私が患者の皆様から元気を与えていただきながら働かせてもらっています。



元気だけが取り柄の私です。今年は患者さんの笑顔に一回でも多く出会えるように、パワー全開で頑張りたいと思えます。

辰年生まれですが、まだまだ駆け出し、タツノオトシゴにはなれたでしょうか？

“笑う門には 福来たる”

今日も笑顔で頑張ります。

（看護助手（3階病棟）瀬口智子）

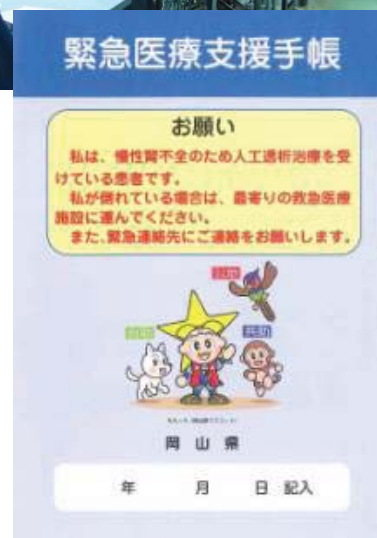
## 第3回透析勉強会を開催しました

12月10日(土)、昨年に引き続いて第3回透析勉強会を多目的ホールで開催しました。今回は「透析と腎臓について」、「水分と塩分の摂り方のコツ」、「緊急時・災害時の対応について」の3つのテーマで行いました。参加人数は約30名で、皆さまがそれぞれ熱心にメモをとって勉強されました。

「透析と腎臓について」では、“一度聞いただけでは忘れてしまう”“何度も教えてくれるとありがたい”という声が聞かれました。また「緊急時・災害時の対応について」では、<sup>(※)</sup>緊急医療支援手帳を持ち歩いてくださる方が増え関心の高さが伺えました。透析センターでは今後も定期的な勉強会を通して、透析患者さんの意識向上の支援と共にコミュニケーションを図り、意見交換ができる場を作っていきたいと思っています。

(看護師(透析センター) 小畑杏菜)

(※)「緊急医療支援手帳」は、人工透析患者の方々が災害発生時や容態急変時の緊急を要する事態において、適切な治療を医療機関で円滑に受けただけできるよう、緊急の連絡先やご自身の治療内容、服用しているお薬等の情報を記入し携帯していただくもので、岡山県が災害に備えて作成したものです。



## 「読者のおたより」

児島中央病院だよりは、毎月楽しく読ませていただいております。12月号に掲載された、道広清子さんの「映画のふるさと(裸の島)宿禰島」は、当時の田舎(島)の原風景が広がり、と同時に、生まれて青年時代までを過ごした瀬戸内市の漁師町の田舎風景やケンパ、缶けりなど年齢、男女の別なく近所の子もみんなまで遊んでいたことなど思い出され、重なるものも多く、ジーンとくるものがありました。

毎朝、漁から帰ってくる漁船の焼き玉エンジンの音で目が覚め、不思議と我家の船の音は区別が付き、無事父が帰ってきたことに幼心に安堵していました。そしてまた少し遅いと何かあったのではないかという心配と、もしかして今日は豊漁で手間がかかっているのかという期待の両方の思いが交錯していました。この記事を読ませていただき、故郷の海を行き交う船舶の音など当時の思い出が鮮やかにフラッシュバックされました。  
(M・N生)

## 食材の底力

### ～クワイ～

中国が原産地のクワイは多年生の水生植物で、地下にできる塊状の茎を食用にします。旬は冬から初春にかけてです。芽がでていることから目出たい野菜とされ、正月料理に縁起物として良く用いられます。

栄養面の特徴は、カリウムが豊富に含まれていることがあげられます。カリウムを多く摂るとナトリウムが腎臓から再吸収されるのを抑制し、尿中への排泄を促すので高血圧の予防に役立ちます。

味はユリネに似ていて、ゆでるとホクホクした食感になります。購入する際は、つやがよく芽の部分がまっすぐ伸びしっかりしているものを選びましょう。

〈栄養管理科〉





## 映画ロケ地シリーズ (17) 「(カンゾー先生) 瀬戸内市牛窓町」

映画ロケ地シリーズ4ヶ月ぶりの今回は、坂口安吾原作、「黒い雨」の今村昌平監督がメガホンをとった1998年公開の「カンゾー先生」です。

終戦間近の昭和20年夏、玉野市日比で「赤城医院」を開業している赤城風雨（柄本明）は家訓の「開業医は足だ、片足折れなば片足にて走らん。両足折れなば手にて走らん」を肝に、町中の往診に奔走していた。そんな赤城医師に、町の人々は「カンゾー先生」と揶揄している。それは、どの患者にも「肝臓炎」という病名をつけるからである。

ある日、知り合いに頼まれ、赤城医院にソノ子（麻生久美子）という美しい娘を看護婦の見習いで雇うことになった。そんな中、軍医で戦地にいる一人息子が戦死したとの知らせが入る。風雨は失意の中、残る人生を肝臓炎の撲滅にかける決意をする。

東京帝国大学医学部物療内科創立30周年記念式に上京した赤城は、挨拶の中で「昭和7年の満州事変以降、肝臓肥大の患者が日増しに増え、自分は現在1500例超の肝臓炎患者のカルテを持つに至った。是非役立ててもらいたい。」と挨拶し、大絶賛を受ける。

東京から帰ってみると、診察室のベッドに怪我だらけの白人が横たわっていた。その白人はピートというオランダ人で俘虜収容所を脱走、大けがをしていたところをソノ子が診療所に担ぎ込んだものであった。風雨は敵兵であろうと患者にかわりないと手当をしてやる。恩義に感じたピートは自国でカメラの技師をしていたということで、風雨の顕微鏡の製作に協力を申し出る。肝臓炎の病原体を発見すればたくさんの患者が救えると、風雨の顕微鏡作りはいよいよ熱を帯びる。医師仲間でモルヒネ中毒の鳥海（世良公則）と、生臭坊主の梅本（唐十郎）の協力を得て、肝臓炎で亡くなった患者の墓を掘り起こし肝臓を摘出するなど、風雨は肝臓炎の解明に狂おしいほどの執念を見せる。そんな中、顕微鏡作りに熱中しすぎ、往診を頼まれた家の患者が死亡する。現実のうちひしがれる風雨は、罪滅ぼしのためか自暴自棄か戦地に行くことを役場に申し出る。しかし高齢のためそれも叶わない。

ある夜、離島に住む娘が赤城医院にかけ込み、父親が肝臓炎で苦しんでいると言う。風雨は顕微鏡を床にたたきつけ、ソノ子連れ往診に向かう。そして、患者を診た風雨は、改めて「われは一介の町医者、走りて生涯を終らん」と決意する。出演は他に、松坂慶子、渡辺えり子、田口トモロヲなど。

この作品は当時の評価も高く、カンヌ国際映画祭で特別招待作品に選ばれるなど世界中のマスコミに注目された作品です。日本アカデミー賞でも優秀作品賞、優秀監督賞などを受賞し、柄本明は初の最優秀主演男優賞を獲得、また、当時二十歳の麻生久美子も体当たりの演技が評価され、最優秀助演女優賞を獲得、新人俳優賞とのダブル受賞を果たしました。

ロケ地となった牛窓町では、他にも「黒い雨」や「釣りバカ日誌18」などが撮影されています。また最近では、人気テレビドラマ「蜜の味」で主人公（榮倉奈々）の出身地として牛窓が設定され、「しおまち唐琴どおり」や牛窓オリーブ園などで撮影されました。

牛窓町は日本のエーゲ海とも称され、最近では日本の夕景100選にも選ばれるなど、とても美しい港町です。また江戸時代には朝鮮通信使の寄港地としても知られ、岡山県指定重要有形民族文化財の「だんじり」など伝統的な民族文化も受け継がれています。（資料提供：瀬戸内市観光センター 瀬戸内きりり館）



しおまち唐琴どおり



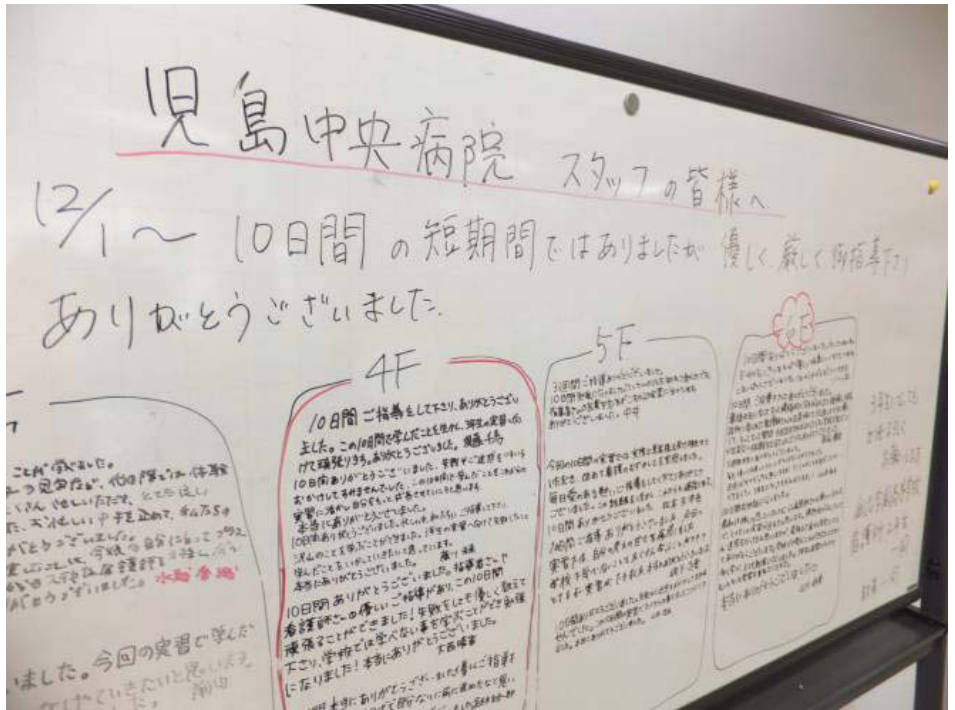
ロケ地近くの天神社参道から前島方面を望む

# ちょっといいはなし

当院では、毎年、創志学園高等学校看護科（5年制）第2学年と第3学年の基礎看護実習が行われています。

今秋、第2学年20名の学生をお引き受けし、10月11日（火）～14日（金）及び12月1日（木）～16日（金）と2回に分けて行われました。

最終日の12月16日（金）、学生及び教員が実習終了のご挨拶として、多目的ホールにある1枚のホワイトボードに、それぞれが実習担当病棟のスタッフなどに当て、直筆でお礼のメッセージを密かに残しておられました。



メッセージは指導に対するお礼、実際の看護に対し自分の考えの甘さを反省したもの、学校の学習では学べなかった実習経験を活かし更に学びを深めたいという意気込みなど様々でしたが、看護師を目指す学生さんなりの優しさと強さをうかがうことができました。

最近、特に礼儀が軽んじられがちな社会の風潮の中、何となく爽やかな風に接した思いでした。みなさんが社会の中で、病む人に優しさとはほえみを与えることのできる看護師さんに育っていただければと願っています。

（事務局長 馬場洋一）

**【編集後記】**「児島中央病院だより」は、地域の医療機関や介護施設の皆様、患者さんをはじめ当院をご利用いただいている皆様を中心に、当院のことをより一層ご理解いただくため、毎月初日に発行しています。また、各職場にも配布し、各職場・職員間の相互理解とコミュニケーションの充実にも一役買っています。

これまで、所期の目的を果たすため、医学や看護の質感あふれる本格的内容の記事、病院内のトピックス、日常生活の上で役立つものや肩の凝らない読み物などを、バランスに配慮しながら8ページを基本に編集し、読者の皆様にご提供させていただいているところです。今年もこれまで以上に上質の記事が掲載できるよう、編集委員全員で知恵を絞っていきたくと考えています。引き続き皆様のご支援をよろしくお願いします。

（編集責任者）

## 「児島中央病院だより」編集委員会委員

発行責任者	院長	田邊秀幸
編集責任者	事務局長	馬場洋一
編集委員	看護部長	福田正子
	総務課長	野村昭夫
	医局	宮本善文
	看護部門	小橋久美子
	看護部門	平田幸代
	診療部門	渡邊精三
	診療部門	清水浩介
	医事課	小西ユリ子
編集事務局	地域医療連携室	佐倉真智子
	医局秘書	林原有美
	地域医療連携室	藤原 靖

## \*\*\*\*\* 当番医のお知らせ

\*\*\*\*\*

### 児島中央病院だより Vol.62

平成24年2月1日発行（毎月発行）

発行責任者 田邊 秀幸

編集責任者 馬場 洋一

財団法人仁厚医学研究所児島中央病院

〒711-0912 倉敷市児島小川町 3685 番地

代表 (086) 472-1611 FAX(086)474-3148

地域医療連携室直通 (086) 473-7815

FAX (086) 473-7816

<http://www.kojimach.or.jp>