

こもれび

Nagasaki Prefecture Shimabara Hospital

2026年 10月号

地域に信頼され、親しまれる病院を目指して、みなさまと当院をつなぎ、森に差し込む“こもれび”のような、ひとすじの光をお届けします。



院内大規模災害訓練（本部の様子）

Contents

- ・ 専門医に聞く
小児科 医長 明石 周爾・・・・・・・・・・2～3
- ・ 部門トピックス
「診療情報管理室」・・・・・・・・・・4
「看護部に広報部が誕生しました」・・・・・・・・5
「放射線科」・・・・・・・・・・6
- ・ 院内大規模災害訓練を実施しました・・・・・・・・7
- ・ おうちで簡単！おいしいkitchen
「鮭ときのこの炊き込みごはん」・・・・・・・・8

病院理念

地域の特性に応じた持続可能な医療を提供します

基本方針

1. 安全で質の高い医療を提供する
2. 公立病院としての責務の遂行と健全な経営を目指す
3. 医療、介護、行政との切れ目のない連携を行う

食物アレルギーの予防と チャイルドシートの適正使用について

小児科 医長 明石 周爾

●はじめに

以前この広報誌に寄稿させていただいた際は、小児の各年代における予防医療、たとえば予防接種や乳幼児期の事故、肥満対策など、かいつまんでお話をさせていただきました。今回は食物アレルギー予防とチャイルドシートの適正使用についてのお話です。

●食物アレルギーの予防

「卵アレルギーがこわかったのがこれまで与えず、1歳になって初めて食べさせたらじんましんが出た」とか「製麺所の子なのにひどい小麦アレルギーもち」という患者さんに出くわすことがあります。こういった例で一因と考えられるのが「経皮感作」というものです。



皮膚は本来、異物の侵入を防ぐバリア機能を持っていますが、乾燥や湿疹でバリアが壊されたところに、卵や小麦、そば、ピーナッツなどの成分が付着すると、免疫がそれを敵と認識してしまい、食物アレルギーになるということがわかっています。

そうならないためには、第一に乳児期からのスキンケア、つまり皮膚の乾燥を防ぎ、湿疹があれば早めに適切な治療をおこなうことが大事です。そして第二に、不必要に離乳食の開始を遅らせないようにしましょう。口からの摂取であれば、体はそれを食べ物と認識します。経皮感作が成立してしまう前に、しっかり加熱した食べ物を少量ずつから開始し継続することが肝心です。

食べ物を皮膚に貼るような民間療法や、食べ物の成分の含まれたスキンケアオイルやシャンプーなどは控えたほうが良いでしょう。

また、食物アレルギー→気管支喘息→アレルギー性鼻炎と、アレルギー性疾患が次々とあらわれる現象を「アレルギーマーチ」といいます。そういったことを防ぐためにも、ぜひまずは乳児期からのスキンケアおよび適切な食物導入で、食物アレルギーを予防しましょう。

なお離乳食に関しては、WHOの提唱する「補完食」という考え方があります。母乳やミルクだけでは不足しがちなエネルギーや鉄分を、初期から積極的に補うことで子供たちの発育発達をサポートするものです。インターネットでも出てきますし、図書館などにも本が置いてあるので、興味があれば調べてみてください。



●チャイルドシートの正しい使用を

次にチャイルドシートの適正使用についてです。

小児と成人の違いは多々あります。成人とくらべ体重に対する水分の割合が高く、腎機能も未熟なため脱水になりやすいですし、前述した食べ物に関するものでは、たとえばギンナンや、カフェインのふくまれるコーヒー、エナジードリンクなどは中毒の原因となるため、ある程度大きくなるまでは控えましょう。

体格という点では、頭が大きく重く、それでいて骨や筋肉は未発達なので、交通事故とくに最も高頻度でエネルギーの大きな前面衝突では、命にかかわるダメージを負う可能性が高くなります。

たとえば時速50kmで走行していた場合、ビルの3階から落下したのと同程度、瞬間的に体重の30倍もの衝撃を受けます。その衝撃から子供たちを守るには、前向き乗車よりも、面で衝撃を吸収できる後ろ向き乗車のほうがはるかに安全です。



できるだけ長く後ろ向き乗車を続けたほうが良いということがわかってきたため、現在発売されているチャイルドシートは4歳ごろまで後ろ向き乗車が可能な製品が増えてきており、なかには7歳まで可能となっているものもあります。新たに購入をする場合は、そういった製品もぜひ検討してみてください。

最近、運転席で小さい子供を抱っこしたまま走行している車を見かけました。後部座席で子供が立ったり座ったりしている車はよく見かけますし、以前見かけて衝撃的だったのは、後部座席の後ろ、トランクに子供を立たせてドアを閉め、走り去っていく車がありました。チャイルドシートを使用していたとしても、ベルトが緩かったりダウンジャケットを着せた状態だったりすると、容易にすりぬけて体が投げ出されてしまいますが、それどころかそもそも座席にすら座らせないというのはもってのほかです。

お盆や正月に帰省してきたお孫さんを車に乗せることがあるかもしれません。そういったとき、交通安全協会のSDカード（セーフティドライバーカード）を持っていると、チャイルドシートの無料貸し出しを受けることができます。ぜひ利用しましょう。



診療情報管理室

診療情報管理士 岩永聖奈



診療情報管理室は、患者さんの診療記録や医療情報を適切に管理し、病院全体の医療の質・安全・経営を支える部門です。専門資格をもつ5名の「診療情報管理士」がさまざまな業務を行っています。

私たちの4つの役割

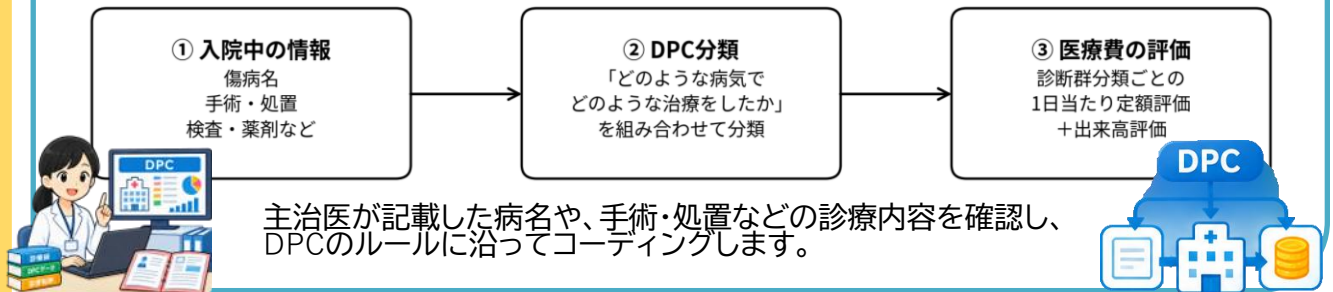
カルテを管理するだけではない診療情報管理士の仕事

守る	読み解く	つなぐ	活かす
大切な情報を安全に管理	記録をコード化しデータを作る	多職種と連携する	データを分析し病院の未来に
- 診療記録の保管・管理 - カルテ開示 - 個人情報の保護 - セキュリティ対策・BCP(災害時の業務継続)訓練	- DPC コーディング - 診療録の内容確認(監査) - 病名・手術・処置の情報整理	- 医師・看護師・医療技術者と情報共有 - 各種委員会への参加 - 診療報酬に関わる基準の確認や届出をサポート	- 統計資料の作成 - 医療の質指標の分析 - 他院との比較・分析 - RPA(パソコン作業の自動化)による業務効率化

それぞれが担当を持ちながら、情報を共有し、チームで業務を進めています。

DPCって何？

DPC/PDPS(包括評価)は、入院患者さんの病気や治療内容などを組み合わせた「診断群分類」に基づいて、1日あたりの定額報酬で医療費を算定する制度です。



私たちの目指すこと

診療情報を「読み解き、活かす」

私たちは、カルテを管理するだけではありません。

日々の診療から生まれる情報を適切に管理し、診療内容や病院の実績を確認・分析しています。そして、「今の病院の状況はどうなっているか」「もっと良くできることはないか」を考えています。

その結果を、**診療報酬の適正な算定や、病院の仕組みづくり、業務の改善**につなげています。また、関係する職員と情報を共有し、一緒により良い方法を考えることも私たちの大切な役割です。

患者さんのより良い医療を支えるために、**情報の入口から、その活用まで**。

これが、私たち診療情報管理室の役割です。



令和7年4月より、長崎県島原病院の 看護部に「広報部」が誕生しました

目的 島原病院看護部情報を病院内外に発信することで、病院職員同士や病院と地域をつなげ、活力ある病院づくりと雇用の促進を目指します。

チーム 副看護部長1名、看護師長1名、各部署より1名ずつの計9名



活動内容

- 長崎県島原病院看護部のホームページ内容の検討、修正
- 病院パンフレットの看護部ページの内容の検討、修正
- SNSによる情報発信



看護部HP



島原病院HPの看護部紹介には働く職員の声も掲載しています！
インスタには、看護部研修をはじめ、行事や日常の風景をマイペースに投稿中。
まだ慣れず、テンポ遅めですが、今年にはテンポよく頑張ります。



毎月第3木曜日に部会を開き、イベントの確認、写真の選定、記載する文章の内容を検討しています。

＼島原病院看護部のInstagram(@shimabarahp_kangobu)開設／
絶賛フォロワー募集中です！お気軽にフォローをお願いします。



shimabarahp_kangobu

島原病院看護部

投稿18件 フォロワー126人 フォロー中0人

長崎県島原病院 看護部のInstagramを開設しました！

患者さんがその人らしく生活できるように寄り添う、... 続きを読む

撮影室にモニターを1台追加

— レントゲン検査の安全と効率が大きく変わりました —

放射線科では昨年度のTQM院内発表会において、金賞を受賞した取り組みをご紹介します。



1 きっかけ — 8メートルの移動が生むリスク

レントゲン（一般撮影）を行う際、技師は撮影を始める前に患者さんのお名前・生年月日・撮影する部位などを確認します。しかしこれまで、その確認に使うモニターは撮影室から約8メートル離れた別室に設置されていました。

この「たった数メートルの移動」が、次のようなリスクを生んでいることに気づきました。



移動中に患者さんの情報を
うっかり忘れてしまう



その間に患者さんが動いて
転倒する可能性がある



画像の確認にも別室への
移動が必要で、時間がかかる

2 解決策 — パソコン背面を調べてみたら……

「患者さんのそばを離れずに確認できる環境を作れないか」そう考えて撮影装置のパソコン背面を調べてみると、もう1台モニターを接続できることがわかりました。



配線はスタッフの動線を妨げないよう工夫し、撮影室の中にサブモニターを増設。費用をほとんどかけずに実現できた改善です。



3 変わったこと — 3つの効果

安全

患者さんのそばにいたら、氏名・生年月日・撮影部位の左右をすぐに確認できるようになりました。患者取り違えのリスクを大幅に減らすことができます。



安心

撮影した画像も室内で確認できるため、その場で再撮影の必要性を判断できます。特に夜間当直など1人で対応する場合で重宝しています。



時間短縮

往復の移動がなくなり、検査をよりスムーズに進めることができました。



4 おわりに

小さなアイデアと少しの工夫で、患者さんの安全を守る環境を実現することができました。今後はこの取り組みを他の検査室や部門にも広げ、病院全体のリスク低減につなげていきたいと考えています。患者の皆さまに安心して検査を受けていただけるよう、これからも改善を続けてまいります。





地域の命を守るために！ 「院内大規模災害訓練」を実施しました

日本DMAT業務調整員 井上 陽太

長崎県島原病院では、災害拠点病院としての機能を検証し、全職員の対応能力を向上させるため、関係機関の皆様のご協力をいただき、大規模な院内災害訓練を実施いたしました。

✓今回の訓練の想定と内容

訓練は、「大規模な豪雨災害が発生し、島原半島内で大規模な停電が発生した」という想定で行われました。

当院は自家発電により電力を復旧させたものの、半島全体の復旧には数日かかる見込みとなり、災害の長期化に対応するため直ちに「災害対策本部」を設置。時を同じくして、地域では土砂崩れや交通事故により多数の負傷者が発生し、当院へ次々と救急搬送の要請が入るという緊迫した状況から訓練が始まりました。

職員が一丸となり、外来ホールでのトリアージ（重症度に応じた選別）や、多数の傷病者をスムーズに受け入れる体制の確認を進めました。さらに今回の訓練では、停電の長時間化を見据え、自宅や他院で人工呼吸器を使用している患者様の受け入れ訓練も併せて実施いたしました。

✓これからの取り組み

実際の動きを伴う「実動訓練」を行ったことで、机の上だけでは見えなかった具体的な課題や改善点が数多く見つかりました。今回の訓練で得られた気づきは、今後のBCP（事業継続計画）や災害対応マニュアルの改善にしっかりと活かしていきます。

当院は地域の皆様の命を守る最後の砦「災害拠点病院」として、もしもの時にも確実な医療を提供できるよう、今後も体制を磨き上げてまいります。引き続き、皆様のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。



搬入訓練



本部で活動する蒲原院長



入口トリアージ

鮭ときのこの炊き込みご飯

管理栄養士 吉田 雅帆

秋の味覚の鮭ときのこを使った炊き込みご飯を紹介します。

生姜とねぎの香りをプラスすることで、だしを使わなくても、素材の旨味を楽しめる炊き込みご飯ができます。

健康のPoint!



鮭は良質なたんぱく質、ビタミンD、EPAやDHA、アスタキサンチンなど様々な栄養を含んでいます。ビタミンDはカルシウムの吸収を助け、骨や歯の健康維持に役立ちます。EPAやDHAは健康な血液、血管機能の維持などに働く作用があります。アスタキサンチンには抗酸化作用があるといわれています。

きのこには食物繊維が含まれており、腸内環境を整えることに役立ちます。また、低エネルギーなので、たっぷり加えることで食べ応えを出しながら、エネルギーを抑えることもできます。

【材料(2人分)】

米	2合
生鮭	2切れ
酒	大さじ1
しめじ	1/2袋
しいたけ	5枚
生姜	0.5~1かけ
●醤油	大さじ2
●酒	大さじ1
●みりん	大さじ1
●塩	小さじ1/4
小ねぎ	少々

【栄養量(1人分)】

エネルギー	: 339kcal
たんぱく質	: 14.7g
脂 質	: 2.5g
食物繊維	: 1.4g
食 塩	: 1.7g



【作り方】

- ①米は洗って30分程浸水し、水気を切る。
- ②生鮭は酒をまんべんなく振り、5~10分置く。
- ③生姜は皮をむき、千切りにしておく。
小ねぎは小口切りにしておく。
- ④しめじは石づきを取り、小房に分ける。
しいたけは軸を取り、スライスする。
- ⑤炊飯器に米を入れ、●の調味料を加え、
2合の目盛りまで水を入れて混ぜる。
- ⑥きのこ、生姜を広げ、その上に鮭をキッチンペーパーで
軽く水分をふき取ってからのせて炊飯する。
- ⑦炊き上がった鮭を取り出し、骨と皮を除いて
炊飯器に戻す。鮭の身をほぐしながら
全体をさっくり混ぜる。
- ⑧器にもり、小ねぎを散らしてできあがり。

【調理のPoint】

Point①

きのこは量を増やしたり、ほかの種類のものでもおいしいいただけます。

Point②

鮭は酒を振る代わりにフライパンやグリルで表面を焼くと、さらに香ばしく仕上がります。

また、塩鮭を使う場合は塩をなくしてもOK。

Point③

仕上げにごまも一緒に散らすと、風味がよくなります。

外来受付時間

午前8:45~午前11:00 (土・日・祝日・年末年始を除く)

受付時間外に受診される場合は、救急対応となります。

※詳しくはホームページをご覧ください。

〒855-0861

長崎県島原市下川尻町7895番地

TEL 0957-63-1145 FAX 0957-63-6544

URL <https://shimabarabyoin.jp>

右のQRコードからアクセスできますー



発行／長崎県島原病院