



げんげんどう

特集 高齢者糖尿病

2025.4 No. 102



- ① 表紙：医療法人社団 新都市医療研究会「君津」会 玄々堂君津病院 副院長 荻野良郎
- ② 入社式・新入オリエンテーション
- ③ 院内看護研究発表会
春の防災訓練
千葉県南房総透析病院連携の会
日本栄養治療学会学術集会
- ④⑤ 特集 高齢者糖尿病 糖尿病看護
- ⑥ 部署紹介
- ⑦ 出前授業
津波避難ビル
退職される先生からのメッセージ
- ⑧ 人見神社遠足
中庭テント
頭の体操

第35回院内看護研究発表会

教育師長

早見 征子

3月22日に開催された「第35回院内看護研究発表会」では、6演題を発表し臨床現場の課題解決を目指した意欲的な取り組みが紹介されました。外部講師の国際医療福祉大学精神看護学科の石塚真美先生の指導を受け、「心理的安全性向上のための職場間コミュニケーション改善」「腰痛予防を目的とした移動方法の検討」「多職種連携によるチーム医療の質向上」「服薬支援ワークショップによる看護師の変化分析」「患者からの暴言・暴力についてのスタッフと管理者両視点での研究」など、多岐にわたる発表が行われました。発表会では活発な意見交換が展開され、新たな視点が共有されました。これらの研究で得られた知見は、現場における実践へと応用できる可能性を秘めており、研究者の熱意が結集した研究活動は今後も継続することで、看護の発展と質の向上に尽力してまいりたいと考えております。



左から石塚真美先生と発表者 早見教育師長

春の防災訓練を行いました！

災害対策委員会委員長

石崎 照彦

3月15日(土)夜間を想定した消防訓練を行いました。今回の訓練では深夜0時に本館3階3A病棟休憩室で火災が発生したことを想定し、初動行動の20分間に重点を置き訓練を実施しました。深夜の勤務者が少ない時間帯に効率よく避難させることを考え、他部署の勤務者と協力し、出火場所から出来るだけ遠ざかるよう水平移動による避難を行いました。また今回の訓練では非常放送から伝えられる少ない情報から、個々の勤務者が自分で判断し行動することが出来るよう訓練内容を工夫しました。今後も訓練を重ね皆様安心して利用することが出来る病院でありたいと考えております。災害対策の第一歩は、被害をイメージすることから始まると思われまます。皆様におかれましても日頃から防災意識を高め、災害に備えていただければと思います。



第4回千葉県南房総透析病院連携の会に参加して

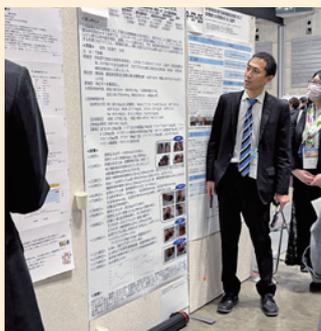
坂田透析室師長 佐野 智美

この度、「当院における透析そう痒症治療の取り組み」と題し、講演の機会を頂きました。日頃より患者さんから「痒くて眠れない」「掻いて傷ができた」「痒いが諦めている」といった声が聞かれます。現状を把握したところ、透析室では痒みを訴える患者さんへの対応について、観察項目や具体的な対処法などを定めた共通のツールが不足しており、看護師個人の経験に依存していることがわかりました。そのため、継続的な評価や個別性に合わせた指導が十分にできていないという課題があります。今後は学習会を開催し共通の評価指標を用いた対応をするともに、統一したケアを提供できるようツールを作成したいと考えています。痒みに関する悩みを気軽に相談できる環境を整備し、患者さん一人一人に寄り添い、少しでも痒みの苦痛を緩和できるようサポートできればと思います。

第40回日本栄養治療学会 学術集会に参加して

栄養科主任 萩野 悟

2月14日(金)、15日(土)にパシフィック横浜で行われた第40回日本栄養治療学会学術集会(JSPEN2025)に参加しました。コロナ禍以降ハイブリッド開催で行われる学術集会が多くありましたが、現地に赴き、ポスターでの症例発表もさせていただきました。学会発表は数年ぶりでしたが、症例に引き合い、わからないことを調べながらまとめていく作業は自己研鑽にもなり、改めて何かをアウトプットする大切さを実感しました。また、オンラインでは叶わなかった知り合いやお世話になった先生方とも交流でき、とても充実した学術集会となりました。



ルギーをとっていただくことが大切です。ただ食事内容での注意は必要でバランスのとれた食事・炭水化物(お菓子などを含む)の過剰摂取・過少摂取にならないこと。

1. ビタミンB、ビタミンA、緑黄色野菜、n-3系多価不飽和脂肪酸(EPA DHA)の摂取不足、飽和脂肪酸過剰摂取は認知機能低下と関連する可能性もあります。
2. フレイル、サルコペニア予防のためタンパク質は十分に摂取する。塩分はひかえます。

糖尿病看護



糖尿病看護認定看護師
看護師主任
町田 洋子

当院の糖尿病内分泌科では、血糖測定(SMBG)のほかに、CGM(継続的に間質液のグルコース測定を行う)を使用しています。継続的に血糖変動を測定することで、通常はわかりづらい、食後や夜間の血糖変動を確認することができます。継続的に使用するにはインスリン製剤を使用している患者さんに限りませんが、経口血糖降下薬の使用の患者さんも「検査」として、月に2週間使用することができます。

△常時管理栄養士に相談が可能です▽

C・運動療法

高齢者糖尿病においても運動療法は大切です。運動は血糖・血圧・脂質異常のコントロールのみならず、筋力、筋肉の質の向上、脂肪を減少させます。バランス能力が向上し転倒予防や身体機能改善に有効です。運動は長生きには大変役立ちます。筋肉をつける筋トレやバランス運動も有効です。有酸素運動と筋トレは認知機能、うつ、日常生活改善に結び付くとされています。

△理学療法士にどんな運動が向いているか個々に相談できます▽

最後に

高齢化社会の進行と共に糖尿病治療も定期的に軌道修正しなければなりません。

科学的根拠に基づいた治療方針は社会の流れに遅れがちですが高齢な糖尿病の方が更に元気で生活することができるよう、寄り添うことを心がけていきたいと思えます。

す。上腕にセンサーを付けることで、自分の携帯電話、貸し出し用のリーダーで血糖変動を見ることができません。携帯電話の機種によっては使用できない場合もあります。食事内容と照らし合わせながら、日々の血糖変動を確認できるのです。食事内容を写真に撮っていただき、CGMの結果と照らし合わせながら食事相談も可能です。

運動や食事内容で変化する血糖曲線を一緒に考えてみませんか?CGMについて興味がある、説明だけでも聞いてみたい方は、糖尿病外来へお声がけください。

災害時のポイント

3月1日は「防災用品点検」の日です。備えられるものを今一度、考えてみませんか?災害はセルフケアが重要です。災害発生から3日間は「自助」と言われ、自分を自分自身で助けることが重要になってきます。普段から薬は1週間分程度保管しておき、薬手帳にはアレルギーの薬名を記入しておきましょう。お薬手帳、連携手帳を上手に使用し、安全

に治療の継続ができるよう準備が必要です。

次に使用するインスリンを非常袋に入れておき、今使用しているものが終わったら、非常袋から出して使用します。その際にまた次のインスリンを非常袋に補充すると言ったサイクルにするとうまいと思います。

避難場所に移動した時をイメージして、普段から準備をしていきましよう。糖尿病協会では患者さん向けの災害対応のグッズがあります。備えておくものの、避難時にできる運動についても記載してあります。療養手帳に挟み込める大きさで、糖尿病内分泌外来でもお渡しができます。



小学校へ訪問し救命講習をしました

医局長 工藤 真司

君津ロータリー倶楽部の社会奉仕活動のひとつ、企業人や学外の専門家が小中学校に出向き、専門的知識や実践的な経験を生徒に直接伝えるといった通称出前授業をさせてもらった。8人程度の小グループに対し、病院におけ

る医師の仕事に関するスライド説明や人形を使った心臓マッサージ、実際に手術で使用される糸を使った糸結び体験と一緒に学んだ。生徒さんのやる気、元氣、根気に触発され、普段は口下手なわたしもいつになく饒舌に話していたようだ。未来を担う子供達への一助となる機会を与えていただいた関係者の皆さんに厚く御礼申し上げます。



工藤医師による講義と実践指導

玄々堂木更津クリニック/ ウェル・ヴィレッジ木更津 は津波避難ビルです

玄々堂木更津クリニック事務長/ウェル・ヴィレッジ木更津施設長
佐藤 年成

この度、玄々堂木更津クリニック/ウェル・ヴィレッジ木更津が、J:COMの地域密着番組、「こちらJ:COM安心安全課」にて木更津市岩根西地区の津波避難ビルとして紹介されました。

木更津市岩根西地区は海に面しており、津波や高潮などの災害リスクが高い地域です。この地域では災害時に地域住民の命を守るため、公共施設だけでなく民間施設も「津波避難ビル」として木更津市との協力体制を築いています。番組では津波避難ビルが果たす役割や、木更津市の地域防災に向けた取り組み、木更津市と当クリニックが協定を締結した経緯等が紹介されました。

※放送開始後はYou Tubeでも配信されました。

配信日時 2月8日(土) 21:30~ 終了時期未定

公開URL

<https://youtu.be/LLF-cX3lbKA>



退職される先生からのメッセージ



2021年6月より勤務された
島田先生、ありがとうございました!

消化器外科部長 島田 拓 医師

本当に仕事のしやすい職場でした。温かい医局の先生方、スタッフの方々に支えて頂き、大変感謝しています。自己啓発にもはげみ、有意義な4年間でした。

今後は地元の病院で勤務することになりました。ありがとうございました。



いつも笑顔でスマートに働く姿が
素敵でした!

整形外科 平野 貴大 医師

1年間という短い間でしたがありがとうございました。私としては1年間で数多くのことを学ばせていただけました。少しでも病院のお役に立てたら非常に光栄です。今後の玄々堂の益々のご発展を心よりお祈りしております。本当にありがとうございました。