

♡ 玄々堂グループ広報誌 - あたたかい医療をみんなの手で -

げんげんどう

特集 幅広く診る呼吸器内科

2026.10

No.

108



- ① 表紙：玄々堂ヘルパーステーション
- ② 防災訓練 ふれあい看護体験
- ③ かがやき保育所夏祭り 花火大会観賞
- ④ 特集 呼吸器内科
- ⑤ フレッシュレポート発表会
- ⑥ 玄々堂ヘルパーステーション 医療機器管理委員会
- ⑦ 新人3か月フォローアップ研修 慢性腎臓病セミナー開催報告
- ⑧ 感染対策コラム クローズアップスタッフ 脳トレ

Happy
Halloween



防災訓練を行いました

災害対策委員会委員長 石寄照彦

9月12日(土)防災訓練を行いました。

今回の訓練では東京湾北部で大規模地震が発生したことを想定し、災害対策本部を設置、各部署からの被害報告を取りまとめ状況を把握、本部長(池田重雄 院長)の指示により余震対策措置を行うまでの流れを確認しました。その後、新館一階透析機械室から火災が発生したことを想定し、消防機関への通報・初期消火・避難訓練を実施しました。

館内に流れる非常放送から状況を把握し、行動することの難しさを痛感しました。実際の災害ではマニュアルを開いて確認している時間は無く、訓練通りの災害も起きません。色々なシチュ

エーションを想定した訓練を行い、経験を重ね、災害時にも冷静に判断し行動することのできる組織作りを取り組んで行きたいと思っています。

この他、初めての取り組みとして災害時にエレベーターを使用することができない状況下で屋外階段などを使用し食事を運搬する体験訓練を実施しました。参加者からは「今回参加したことで経路が明確になった。」「ひとりの力で運ぶことは困難。大勢の協力が必要。」など、多くの感想をいただき大変有意義な訓練を行う事が出来ました。



今年は、熊本地震や全国で豪雨による冠水、土砂崩れなどの災害が発生しております。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言われます。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。

ふれあい看護体験を開催しました

看護部長 鳥飼紀子

8月1日、8月8日の2日間にわたり、「ふれあい看護体験」を開催し、地域の高校生27名が参加しました。

オリエンテーションでは、看護師の活躍の場や看護師になるための進路について説明を行いました。その後、聴診器を使って呼吸音を聞いたり、注射器を取り扱ったりと、初めて触れる器具に興味を示し楽しそうに体験をしていました。

また、病棟体験では実際に白衣を着用し、看護師と一緒に患者さんと関わったり検査データの見方などを教わり、看護師の仕事をより具体的にイメージする事ができたようです。

参加者からは「患者さんに合わせた対応が素晴らしいと思った」「てきぱきと働く様子を見て、より看護師を目指したいと感じた」などの声が聞かれました。

今回の体験が、参加者のみなさんの進路を決めるきっかけとなる事を願っています。



かがやき保育所夏祭り

保育士 小池 美沙緒

祭囃子の流れる中、今年も「かがやき保育所」恒例の、夏祭りが行われました。

7月から年長児さんが中心となって進めた製作では、「チョコバナナ、お祭りで食べたよ」「りんごあめも」「綿あめ好き」次々飛び出した甘くておいしい食べ物ばかりに思わず笑ってしまいました。

年少さんから年長さんまで、皆で力を合わせて「小さいお友だちもみんなが買えるように」と沢山の商品を作り上げました。そして待ちに待った8月18日、店員役とお客さん役に分かれて、「いらっしやいませ〜!!」「なににしますか?」「りんごあめください!」「ヨーヨーつりやりたい!」と子ども達の元気な声が、かがやき保育所に響き渡りました。

「小さい子も呼んでこよう」と年長児さんが優しくエスコートをしてくれて、皆でおもてなし。最後は2歳児さんも一緒に、冷たくて甘い棒アイスでクールダウン。今年も楽しい夏の思い出を作ることが出来ました。



第79回木更津港まつり 花火大会観賞

ウエル・ヴィレッジ木更津 事務員 富川 直美

8月15日、当施設では「第79回木更津港まつり花火大会」の観賞会を開催しました。

今年は雨の日が続き、開催できるか心配でしたが、花火が打ち上がる頃には心地よい涼風が吹き、澄んだ空気の中無事に開催することができました。

今年も2階・4階のテラスを開放し、ご入居者ご家族、総勢59名の皆さまにご参加いただき、当施設ならではの絶好のロケーションと快適な環境の中、迫力満点の花火をゆつくりと楽しんでいただきました。ご入居者やご家族からは、「こんなに良い場所で、皆と一緒に花火を見ることができて思い出になった」「高い場所で人混みを避けて、こんなに大きく花火が見られるなんて嬉しい」といった喜びの声を頂くことができました。

また、今年もスタッフ手作りのヨーヨーや金魚の飾りをお配りし、夏の夜空を彩る美しい花火とともに、ご入居者・ご家族・スタッフが一緒に笑顔を交わす、心に残る観賞会となりました。



幅広く診る呼吸器内科

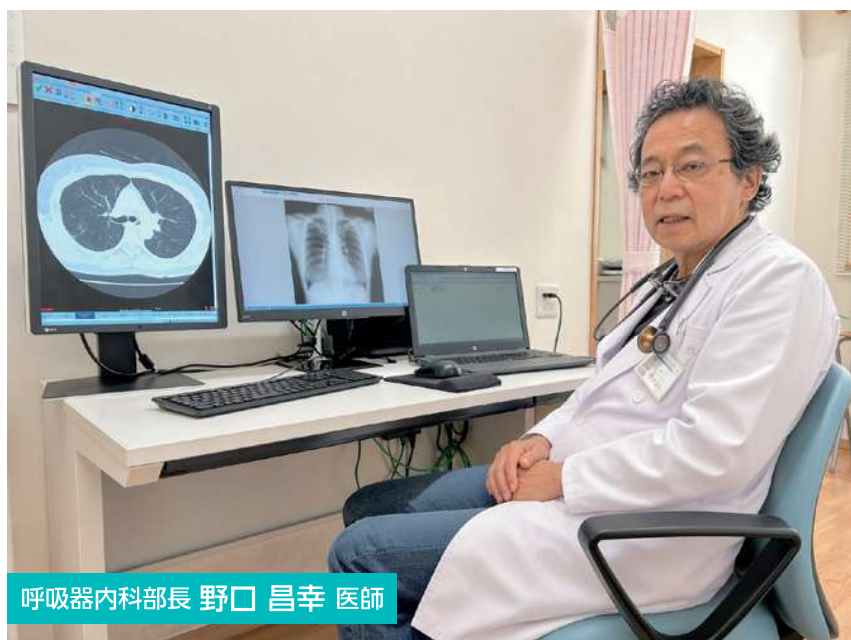
～息切れ・咳から睡眠時無呼吸症候群まで～

呼吸器科を受診する患者さんの持つ病気は胸部のみならず周辺多臓器の不調や疾患による病気をもつ方も多く訪れます。いわゆる息切れや咳などの症状で受診する患者さんは必ずしも肺や気管支などいわ

ゆる呼吸器関係の臓器の機能の不調に由来する病気とはかぎりません。例えば、息苦しさは心臓由来の病気、不整脈や心臓の機能低下などによって肺に水がたまるような病気でも起きることもあります。

呼吸器科外来にはこれらの呼吸器系の諸臓器に由来する不調のほかにも肥満やいびきなど普段は呼吸器科を受診する病気とは思われない症状の方も訪れます。

この睡眠中のいびき、無呼吸、昼間の傾眠傾向の3つの症状を持つ病気は「睡眠時無呼吸症候群…SAS」として知られています。この病気は古く英国の作家チャールズ・ディケンズの小説『ピックウィッククラブ』のなかで、高度の肥満があつて昼間からうつとうとし、睡眠中は激しいいびきをかく少年ジョー



呼吸器内科部長 野口 昌幸 医師



チャールズ・ディケンズの小説『ピックウィック・クラブ』に登場する睡眠時無呼吸症候群のモデルとなった「少年ジョー」

が描かれたことから「ピックウィック症候群」とよばれていました。

睡眠時無呼吸症候群(SAS)の主な症状は激しいいびきや睡眠中の無呼吸とともに日中の強い眠気です。しかし、放置すると高血圧や心臓病などの重い合併症を引き起こすことも知られています。十分な睡眠がとれないために日中の不意な眠気を引き起こし、交通事故にもつながる社会問題となることも知られており、ご存じの方も多いかと思えます。この病気は10秒以上呼吸が止まってしまういわゆる無呼吸が睡眠中に1時間に5回以上、または7時間の睡眠中に30回以上ある状態をもとに診断します。

代表的な治療法としてはCPAP(シーパップ)療法という小さな装置によって鼻にマスクを着け、空気を送り込んで気道を開いたままにする治療法が行われています。また生活習慣の改善として肥満(食事・運動療法)の改善、アルコールの制限、横向きで寝るなどの睡眠時の姿勢を正すことも推奨されています。

最近、玄々堂君津病院呼吸器内科でも入院することなく睡眠中の無呼吸の回数や頻度を測定し、また同時に睡眠時の脳波の測定などを行える簡易型の診断機器を導入し、これらの診断のための計測機器を患者さんの自宅に郵送し、入院することなく診断と治療に結び付ける体制を整えました。ご家族などを含めていびきや無呼吸、朝の頭重感などを含めた呼吸器系の問題で悩まされている方がいらしたら、「ご相談ください」。

新人看護師、1年3か月の成長

——一人ひとりの「看護への思い」を大切に——

看護部教育担当
副看護部長 早見 征子



2025年4月1日に入職した新人看護師が1年3か月を迎え、これまでの看護を振り返り、心に残った患者さんとの関わりや、自分が大切にしている看護、これから目指していきたいことを発表する機会がありました。発表では、患者さんに寄り添いたいという思いや、日々の看護の中で感じた悩みや迷い、思うようにできなかった経験など、さまざまな思いが語られました。

その一方で、「もっと患者さんの気持ちを理解したい」「より良い看護ができるようになりたい」という前向きな言葉も多く聞かれ、患者さんと真摯に向き合い、先輩看護師や仲間を支えられながら、一歩ずつ成長してきた姿を感じることができました。

新人看護師の成長は、本人の努力だけでなく、患者さんとの出会いや、日々支えてくださるご家族、先輩や仲間など、多くの人との関わりの中で育まれています。今回の発表会は、その成長をみんなで喜び、これからの歩みを応援する、心温まる時間になったと感じています。

教育担当として、これからも看護師一人ひとりの成長を支えながら、患者さんの気持ちに寄り添い、玄々堂ならではの「あたたかい看護」を実践できる看護師の育成に努めていきたいと思っています。



玄々堂ヘルパーステーションの紹介

玄々堂ヘルパーステーション
所長 石川 智子

玄々堂ヘルパーステーションは、君津と木更津にあるサービス付き高齢者向け住宅(サ高住)において、専任で介護サービスを提供しています。ご入居者が住み慣れた環境の中で、その人らしい生活を安心して続けられるようサポートし、総勢30名のヘルパーが24時間体制で、ご入居者の日々の暮らしを支えています。

主な業務は、食事・入浴・排泄などをサポートする「身体介護」と、掃除・洗濯などを行う「生活援助」です。ヘルパーがご入居者のお部屋に直接伺い、日々の体調やご様子を確認しながら、必要なサービスを提供します。ご入居者に提供するサービスは、ご本人・ご家族・ケアマネジャー・ヘルパー(サービス提供責任者(サ責))などが参加する「担当者会議」において、ご本人の状態やご希望を踏まえて検討・決定します。サ責は、ご入居者一人ひとりの1週間分のサービス予定を、他のご入居者の予定と調整しながらガントチャートにまとめています。ヘル

パーは、その予定に沿って各ご入居者を訪問し、必要なサービスを提供しています。

君津と木更津のサ高住には、それぞれ10〜14名の透析治療を受けているご入居者がおられ、玄々堂じんクリニック、玄々堂木更津クリニックにて透析治療を受けています。ヘルパーは、透析室の看護師と連絡ノートや電話などを通じて情報共有を行い、ご入居者が安心して治療に専念できるよう連携を図っています。また、通所リハビリテーションを利用されているご入居者も多く、日常生活動作(ADL)の維持・改善につながるよう、日々の生活をサポートしています。

医療との連携では、喀痰吸引の研修が計画され玄々堂君津病院で受講出来るようになりました。この研修は、ヘルパーのスキルアップにつながるだけでなく、誤嚥時の対応や、吸引処置が必要なご入居者の受け入れ体制の充実にもつながるものと考えています。この取り組みには心より感謝しています。

このように病院をはじめとする医療機関との連携をさらに深め、訪問診療や訪問看護なども活用しながら、医療的な処置や支援が必要なご入居者にも、安心してサ高住での生活を続けていただける体制づくりを目指していきたいと考えています。

今後も玄々堂ヘルパーステーションは、介護と医療のさらなる連携を図り、ご入居者が住み慣れたこの環境で、安心して心豊かに、その人らしい生活を続けていただけるよう支援してまいります。これからもご入居者お一人おひとりに寄り添ったサービスの提供に努めてまいりますので、どうぞよろしくお願いたします。

医療機器管理委員会

臨床工学科科長 刈込 秀樹



医療機器は、日々の診療を支える大切な「相棒」です。医療機器管理委員会は、医師・看護師・臨床工学技士・事務職員などで構成され、その相棒たちが常に最良の状態で働けるよう、点検や整備を行っています。今年度は、機器の使用頻度や故障傾向を分析し、より効率的な管理体制を整える

サービス付き高齢者向け住宅



ウエル・ヴィレッジ木更津



ウエル・ヴィレッジ君津

取り組みを進めています。また、新しい機器の機種選定にあたっては、安全性や操作性、メンテナンス性、コストパフォーマンスを総合的に評価し、使用現場の声を反映させています。導入時には操作説明会を開催し、安心して使える環境づくりにも力を入れています。医療の安全は、機器の安全から。委員会はこれからも、患者さんの医療安全やスタッフの業務を支えるため、見えないうちで機器の健康を守り続けます。





新人3か月フォローアップ研修

臨床工学技士 伊藤 悠磨

入職して3か月が経ち、職種の枠を超えた新人研修が行われました。今回の研修ではグループワークを行い、それぞれが今何を感じどのような悩みを抱えているのか現状の想いを共有しました。話し合いの中で特に多くの同期が直面していたのは学ぶべきことの量、そのために必要な時間の使い方、そして何より知識として培ってきたものを直接手技や判断としてアウトプットすることの難しさでした。研修を通して勉強は焦らず一つずつ積み重ねていくこと、手技や判断は先輩方を頼り少しでも多く経験を積むことが大切だと学びました。日々のスキル向上が直接患者さんの命を守ることににつながる仕事だからこそ、より今は慎重に努力をしていきたいと改めて感じました。温かく見守ってくださる先輩方や患者の皆様への感謝を胸に、これからも一歩ずつ成長していきたいと思っておりますのでよろしくお願いします。

看護師 満上 琉那

入職して3か月が経ち、少しずつ病棟の環境や業務にも慣れてきました。最初は分からないことばかりで不安に感じることも多くありましたが、先輩方に教えていただきながら、一つ一つできることが増えてきたことに嬉しさを感じています。3か月研修では、これまでの業務を振り返るとともに、同期と悩みや経験を共有することで、自分自身の成長を実感することができました。また、他の同期の頑張っている姿を見て、私ももっと知識や技術を身につけたいと思いました。これからも分からないことをそのままにせず、積極的に学ぶ姿勢を大切に、患者さんに安心してもらえる看護師を目指して頑張りたいです。



当院では2026年9月19日(土)、RRT(腎代替療法)チーム主催の「慢性腎臓病セミナー」を開催しました。今回は「腎代替療法」をテーマに、血液透析、腹膜透析、腎移植など、それぞれの治療法について専門スタッフが解説しました。

はじめに西山腎臓内科部長が腎代替療法全体の概要を説明し、その後、各分野の専門スタッフが治療について紹介しました。血液透析については田中臨床工学技士が、治療の特徴や実際の流れについて動画を活用して説明しました。腹膜透析については板垣看護師長が、ぬいぐるみなどを用いた実演を交え、在宅で行う治療について紹介しました。腎移植については鳥海看護師が、移植までの流れや通院スケジュール、実際の事例を紹介しました。また、山口医事部長が、治療に関わる制度や費用負担について分かりやすく解説しました。

当院では、これまでのセミナーにも毎回多くの患者さんにご参加いただき、今回も約50人が参加しました。診察時間には限りがありますが、セミナーでは各分野の専門スタッフが時間をかけて説明することで、患者さんが腎代替療法について理解を深める機会となりました。

また、看護師研修の一環として職員も参加し、院内での知識向上にもつなげています。

今後も毎年セミナーを開催し、腎疾患の管理や腎代替療法について広く周知するとともに、患者さんが自身に適した治療について考える機会を提供していきます。

慢性腎臓病セミナーを開催

臨床工学科 副技士長 高橋初

感染対策

コラム

最終回

感染管理認定看護師
看護師長 永塚 藍



冬に流行する感染症と 予防のポイント

秋から冬にかけては気温の変化が激しく、免疫力が低下しやすい時期です。この季節には、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症、胃腸炎が流行しやすくなります。

予防の基本は、石けんと流水による丁寧な手洗い、そして咳やくしゃみの際の咳エチケットです。人混みや医療機関を訪れる際にはマスクの着用が効果的であり、特に高齢者や持病のある方との接触時には注意が必要です。

インフルエンザと新型コロナウイルスは予防接種が可能なため、早めの接種を検討しましょう。

さらに、十分な睡眠と栄養バランスの取れた食事、適度な運動も免疫力維持に役立ちます。季節の変わり目、どうぞお身体を大切にお過ごしください。

頭の体操・脳活コーナー??

それぞれのヒントから、○△□に当てはまる3文字の言葉を考えましょう。
同じ記号には同じ文字が入ります。

【問1】

- ①ヒント①：風の予防に→ウ △ □
- ②ヒント②：やる気満々の気持ち→○ ツ □
- ③ヒント③：睡眠中の表情→○ △ オ



○ △ □ に当てはまる3文字の言葉は…

答え

【問2】

- ①ヒント①：欲望をおさえる→ガ △ □
- ②ヒント②：意味を調べる→○ テ □
- ③ヒント③：洋画につく→○ △ ク



○ △ □ に当てはまる3文字の言葉は…

答え

※答えはこのページの一番下にあります。

引用：GAKKEN MOOK 長生きパズルで脳活性 ことばのパズルSP120問！

クローズアップスタッフ

手話を通じて広がるコミュニケーション

診療放射線技師 前田 瑞季

以前から手話に興味があり、手話を学んでいます。まだ流暢に会話ができるわけではありませんが、病院内での患者さんとのコミュニケーションに少しずつ活かしています。実際に患者さんを前にすると自分の手話が合っているか不安になったり、緊張してしまうことも多々あります。それでも、私に合わせてゆっくり手を動かして伝えてくださる方や、手話を使うことで喜んでくださる方もいらっしゃいます。そんな優しい方々に励まされ、もっと読み取れるように、もっと伝えられるようになりたいと思うようになりました。

患者さんに新しい単語を教えていただくこともあります。「レントゲン」という単語もその一つです。コミュニケーションの中で新しい単語を知ることができるのも、手話を学ぶ楽しさの一つだと思います。まだまだ勉強中ではありますが、これからもより多くの患者さんとコミュニケーションを取れるように努めていきたいと思っています。

「あいさつ」の手話



玄々堂君津病院 各お問い合わせ番号 月曜日～土曜日(祝日は除く)

玄々堂君津病院
0439-52-2366
代表

外来診療予約
0439-52-7068
診療予約・予約変更
9:00～16:00

地域連携室
0439-52-2457
医療機関からの患者さんご紹介
9:00～17:00

玄々堂木更津クリニック
0438-53-7807
代表



玄々堂グループ広報誌

げんげんどう

第108号 2026年10月22日発行

発行：玄々堂君津病院
発行責任者：院長 池田重雄
企画・編集：新聞委員会

社会医療法人社団 新都市医療研究会君津会

玄々堂君津病院

〒299-1144 千葉県君津市東坂田4-7-20

電話 0439-52-2366(代表)

URL <http://www.gengendo.jp>



答え：問1) ヒント1：ウガイ ヒント2：ネツイ ヒント3：ネガオ ○△□の言葉：ネガイ
問2) ヒント1：ガマン ヒント2：ジテン ヒント3：ジマク ○△□の言葉：ジマン