

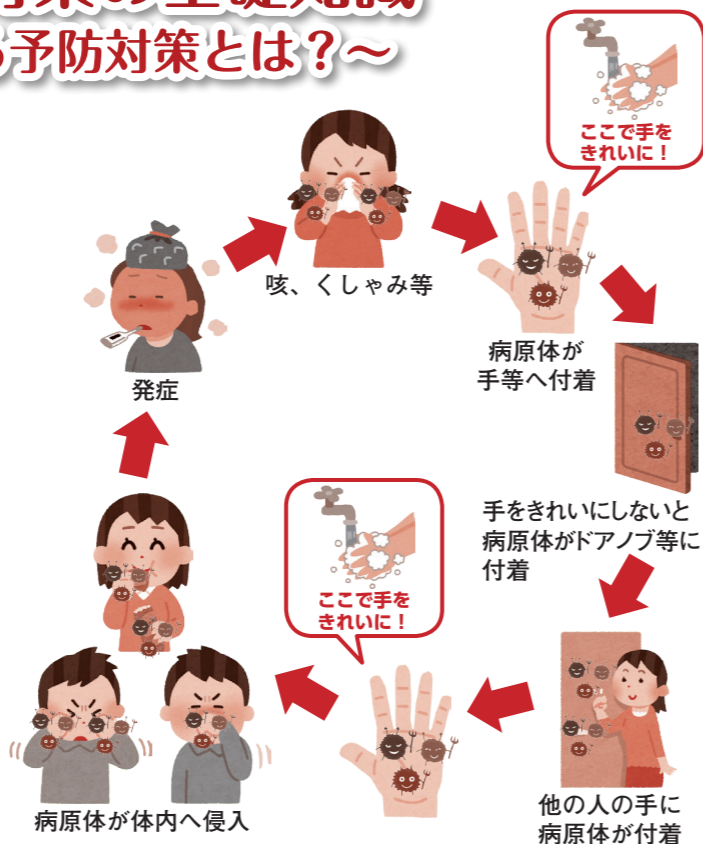
# 感染症予防対策の基礎知識

## ～家庭でできる予防対策とは？～

### 感染対策のキホン①

#### 【手指の衛生】

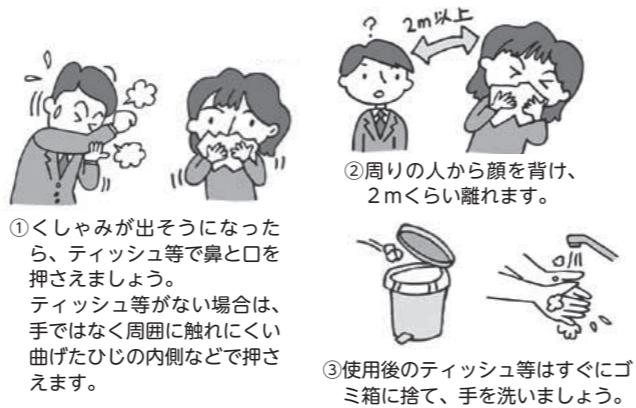
突然ですが、無意識のうちに顔を触っていることがありますか？私たちの身の周りには、目には見えない病原体（ウイルスや細菌）がたくさん存在しています。病原体は私たちの手に付着し、その手で鼻や口などに触れると、病原体が体内に侵入し感染が成立します。また、病原体の付いた手でさまざまなものに触れることで、感染が連鎖的に広がっていきます。このように私たちの手は、さまざまな感染源を運んでいるのです。手を洗うことで、病原体が自分の体の中へ侵入するのを防ぐだけでなく、感染が広がることも防げます。手洗いは、日常生活の中でできる極めて有効かつ、もっとも簡単な感染対策です。流水と石けんでの手洗いや、手指消毒剤等を用いて、手をきれいにすることを心掛けましょう。



### 感染対策のキホン②

#### 【咳エチケット】

“咳エチケット”は風邪やインフルエンザ等、咳によって自分から感染が広がるのを防ぐためのマナーです。症状がある場合にはマスクを着用します。家族への感染を防ぐため、家の中でもマスクを着用しましょう。マスクをしていないときに咳やくしゃみが出そうになったら、ティッシュやハンカチ、衣服等で鼻と口を覆い、誰もいない方向に顔を向けます。手で咳やくしゃみを押さえた場合は手を洗います。



### トイレの感染予防

■家族に下痢・おう吐等胃腸炎の症状がある人がいる場合はトイレが感染源になる場合があります。便座はもちろん、ドアノブや電気のスイッチ、水栓レバー等人が触るところを消毒することがポイントです。

■洋式トイレでは、流す時に細菌やウイルスが周囲へ飛散するので、流す前にトイレの蓋を閉めることは二次感染防止に非常に有効です。日ごろから心掛けましょう。



### 《雲南市立病院よりお願い》 ※インフルエンザ流行期に伴う面会制限を実施する可能性について

感染力の強いインフルエンザが流行する時期には、免疫力の弱い入院患者さんへの感染予防と安全確保のため面会を制限させていただくことがあります。面会制限は多くの医療機関で実施されている、病院内へのインフルエンザの持ち込みを防止する有効な対策の一つです。ご迷惑をお掛けいたしますが、よろしくお願いいたします。



# 新年のごあいさつ



病院事業管理者 大谷 順

新年明けましておめでとうございます。旧年中は病院運営に格別にご理解、ご支援を賜り誠にありがとうございました。おかげさまで昨年10月には念願のグランドオープンを果たしましたが、今後益々充実した医療サービスが提供できるよう職員一同職務に精励いたします。さて、昨年は皆が新たな時代への期待を抱いた改元も行われましたが、相も変わらず自然災害をはじめ、安寧な生活を脅かすさまざまな問題が起き、なかなか明るい話題には出会えません。医療・介護の分野においても、将来の人口推計を基にした医療機関の再編を推し進める「地域医療構想」が各地で波紋を呼びましたし、来年度の診療報酬引き下げはほぼ確定で、医療提供者には苦難の時代が続きます。

一方、利用者にも気になるニュースがあります。来年度から外来の窓口負担が増え、2年後には75歳以上の自己負担も増える見込みです。また、介護の分野では、平成30年度の介護保険費用の10兆円超えも発表されました。既に介護認定は受けにくくなっており、今後は自己負担率が増えることも予想されます。残念ながら自治体や組織として国の施策にあらがうことはできませんが、一人ひとりが不利な状況を克服することは可能です。それは月並みではありますが、健康長寿の実践、すなわち怪我や病気をしないことに尽きます。生活習慣の改善と、バランスの良い食事、適度な運動が秘訣であることは言うまでもありませんが、もう一つ重要なポイントがあります。国の検討では、健康でかつ医療費が少ない地域には、「良いコミュニティ」の存在が指摘されています。昨年、ラグビー日本代表の快進撃を支えた強力なスクラムのごとく、医療、介護、福祉、行政、そして住民の皆様が同じ方向を向き力を合わせる事が重要です。雲南市が健康長寿のまちと言われるよう、病院もチーム雲南の一員として、健康な地域づくりへのさまざまな取り組みを行ってまいりますので、本年もどうぞよろしくお願いたします。

# 雲南病院だより



院長 西 英 明

新年明けましておめでとうございます。本年が皆様にとって、良い年でありますことを祈念しております。昨年がわが雲南市立病院にとりまして、記念すべき年となりました。足掛け8年におよぶ新病院建設計画が完成し、昨年10月1日に、ついに雲南市立病院がグランドオープンいたしました。

新病院が完成したこと、患者さんの受診環境、療養環境が、前病院に比べ格段に改善されています。また病院職員の診療・労働環境も機能的で動きやすく清潔で働きやすい環境となりました。この新病院は診療面、療養面ともに充実した設備と機能を有しています。我々職員一同は、この環境と機能を余すところなく市民の皆様へ還元していかなければなりません。新年の幕開けに際し一同気持ち新たに病院業務に取り組んでまいります。

今年の干支は、庚子（かのえね）で、この「庚子」が意味する所は、過去の成果から引き継ぐべきものを維持しつつ、新たな環境や局面に向けて体制を整えていくこと、だと考えています。新雲南市立病院にとって、本年は新たな船出に際し最適な年、干支と言えそうです。

年頭に際し、この雲南市立病院の完成が雲南市およびその周辺の方々、また病院職員の皆様の希望、明るい未来へとつながることを祈念しております。

さて、私は松井 謙病院長事務管理者のご勇退に伴い、昨年4月1日から新病院長に就任いたしました。はなはだ未熟ではありますが、大谷病院長、事業管理者と協力しながら、この新しい雲南市立病院を新たな未来に向けて、全力で運営してまいります。今後とも、皆様からのご支援、ご鞭撻を賜りますようよろしくお願いいたします。

最後になりましたが、新病院の建設計画から建設、完成まで携わってこられた方々に感謝の意を表しまして、年頭のごあいさつとさせていただきます。

# 第8回 雲南市立病院建設委員会

11月12日(火)に第8回雲南市立病院建設委員会を開催しました。病院建設の完了、新公立病院改革プラン、病院事業の活動状況について説明を行いました。

この建設委員会は行政、医療・介護・福祉・住民代表の外部有識者10人で構成され、当院の新棟改築に関する業務を推進するためのもので、当院の新公立病院改革プランの評価委員会としても位置付け、改革プランの点検や評価を行います。

今回委員の交代があり、新たに山口修平さん(島根県病院事業管理者)、永瀬英雄さん(雲南医師会会長)、秦和夫さん(雲南市社会福祉協議会 会長)へ委員の委嘱を行い、副委員長に永瀬さんを選出しました。

委員会の冒頭、大谷病院事業管理者と藤井副市長から、今回の病院改築事業の工事がすべて無事に完了しグラウンドオープンしたことへのお礼と、病院経営と運営状況について説明がありました。

委員会では、病院より提示したそれぞれの議題について、活発な議論をしていただき、少子高齢化状況にある地域での病院の役割や経営の方向性について、たくさんの方の貴重な意見と提言をいただきました。

委員会のまとめとして、議事進行を行った永瀬副委員長からは、「新たな病院の建物ができたので、今後はさらに中身を充実させ地域の医療・介護・福祉の核として活躍し健全経営を続けてもらいたい」と述べられました。

今後この委員会は、病院建設が完了したため、委員会の名称を変更し改革プランの検証を主体とした委員会とする予定です。



委員会の様子

はじめまして、認知症看護認定看護師の  
やまだ みほ  
山田美保と申します。



看護師となり20年余り、雲南市立病院に勤務し約10年が経過しました。

当院へ勤務し、患者さんの多くが高齢者であり、認知症との診断は受けていないまでも、認知機能の低下を来し、入院という環境の変化の中で、困惑しておられる方を特に多く見てきました。また、入院中に認知症が進行したことで、入院前は自宅で生活できていたのに、自宅での生活が困難となり、施設へ入所される方も多くおられます。雲南圏域に施設がない場合は、松江市や出雲市などの施設に行かれる方もおられます。住み慣れた地域で暮らしたいと思っておられる方が多い中、さまざまな事情で断念せざるを得ない状況があります。また、同時にご家族も、入院し患者さんの認知症が進行する状況を目の当たりにし、困惑されるという状況もあります。病院のスタッフも、認知症の方にどのようにケアを行えば良いのか、治療を優先しなければならない状況の中、身体拘束を取らざるを得ず、つらい思いをすることが多くあります。入院が一つのきっかけになり多くの問題が起きてしまいます。

そのような中、島根県でも認知症看護認定看護師の養成機関ができることになり、自宅からでも通えるという恵まれた環境であったため、一昨年9月から昨年3月まで研修学校に通い、5月に審査を受け、7月に合格し、認知症看護認定看護師として勤務することになりました。現在、院内には認知症サポートチーム

があり、毎週それぞれの病棟を回診しています。チームメンバーは、医師、看護師、社会福祉士、薬剤師、作業療法士です。入院後、身体の不調や環境の変化、治療などさまざまな要因でお困りの方を見させていただき、病棟のスタッフとも情報共有し、薬の調整、療養環境の調整、ケア方法の検討、リハビリのオーダーなどを必要に応じて行っています。

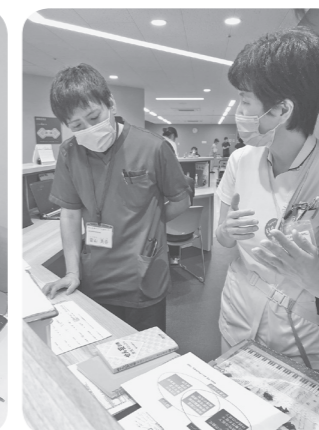
認知症の方を何も分からなくなった人として捉えるのではなく、私たち介護者が気持ちを代弁し、意思を尊重することが必要であると考えています。周囲の接し方で、認知症の症状も大きく変わってきます。認知症の人としてではなく、まずは一人の人間としてその方を捉え、現在起きている症状に対応し、入院生活が少しでも過ごしやすいものとなるように援助させていただきたいと考えています。認知症でお困りのことなどありましたら、気軽に声をかけて相談していただきたいと思ひます。



▲回診の様子



▲認知症サポートチームミーティングの様子



▲学生指導の様子

## 院内サロンふれ愛

1. 2. 3月の開催日(毎月第2・第4金曜日)

1月10日(金)・24日(金)

2月14日(金)・28日(金)

3月13日(金)・27日(金)

時間: 13時30分~15時30分

場所: 市立病院 中央棟2階 検診・人間ドック室

問い合わせ先:

市立病院 健康管理センター  
☎0854-47-7510

お気軽に  
お越し  
ください。

院内サロンとは:  
病気についての不安を抱える患者さん・ご家族の交流の場であり情報交換・学習の場です。  
参加費は必要ありません。どなたでも自由に参加できるサロンです。