雲南病院だより

新年のごあいさつ

病院事業管理者　大谷　順（おおたに　じゅん）

謹んで新年のごあいさつを申し上げます。昨年は、数年来私たちの生活に暗い影を落としていた新型コロナウイルス感染症も、感染症法の扱いが2類から5類に格下げとなり、特別な感染症という考えも薄れてきて、いよいよこれまでどおりの生活に戻りつつあります。しかしながら、新型コロナウイルスは変わらず油断のならない相手と考えていますし、病院は健康弱者とともに歩んでいるため、「ウイルスを持ち込まない・持ち込ませない」ように、当面は厳しい感染防御体制を維持し続けるつもりです。市民の皆様には面会制限などで引き続きご不便、ご迷惑をお掛けいたしますがご理解、ご協力をお願いいたします。

さて、本年は年度初めの4月より、新しい取り組みを2点行いますので、この機会にご紹介します。まずは「医師の働き方改革」です。勤務医の残業時間の上限が、罰則付きで厳格に管理しなければならなくなります。この目的は、医師の長時間労働を是正することによって、安全安心な医療が提供できるようにすることです。もう一つは、診療群分類包括評価（DPC）の導入です。

これは、入院費の計算において、従来の医療行為ごとに計算する「出来高」方式とは異なり、疾患や診療内容によって決められた定額料金で医療費を計算する「包括払い」方式のことです。この目的は、医療の質の標準化が図れるということで、国は全国の急性期病院での導入を積極的に進めているところです。

いずれも新しい取り組みであることに加え、来年度は医療、介護報酬の改定、地域医療構想達成期限の一年前、物価、材料費にも影響する物価問題など不確定要素がいくつも存在するため、不安は拭い切れませんが、今年の干支である甲辰は、新しいことを始めて成功する、いままで準備してきたことが形になるという、縁起の良い年であると言われておりますので、当院の新しい取り組みが皆様のご理解ご協力のもと、順調に進むことを願っております。

本年も職員一同、地域の皆様とともに地域医療の維持、発展に努めてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

院長　西（にし）　英（ひで）　明（あき）

新年あけましておめでとうございます。

本年が皆様にとって、良い年となりますよう、心からお祈り申し上げます。

昨年9月16日の雲南地域医療を考える会・シンポジウムにおいて、雲南市立病院の取り組みを、新型コロナウイルス感染症（新型コロナ）対応と総合医育成の2点に絞ってお話しさせてもらいました。

まず急増する新型コロナ患者に対して、島根県の要請に応じ、包括ケア病棟48床を、感染症病棟4床から40床に転換することで、臨機応変に対応してまいりました。そのため島根県下で最大の受け入れ病院となりました。この経験を元に、これから発生する新興感染症に対しても、雲南市立病院は同様に、臨機応変に対応可能と自負しています。

次にこの雲南地域は、医師偏在指数が全国335の二次医療圏中328位と、全国有数の医療過疎地域です。そこでこの少ない医師数で効率よく診療するには、高度な三次医療は都市部の病院に任せて、需要の高い二次医療までを、この雲南地域で完結させるべきと考えています。そのため雲南市立病院では、幅広く、なんでも診てくれる総合医を育成するべきと考え、全国に先駆け、総合医育成に取り組んでいます。その効果もあって、現在雲南市立病院では、10人の総合医（地域ケア科）が在籍しています。彼らが、一般内科医として幅広く診療し、病棟では各診療科の入院患者を病棟医として診療し、さらに退院支援にも関わり、地域包括ケアシステムの一翼を担っています。彼らはこの雲南地域でますます活躍してくれると確信しています。

感染症の流行をはじめ、世界情勢、経済状況等々、私たちを取り巻く環境は常に変化していきます。持続可能な医療とは、その環境の変化に臨機応変に対応できる医療と考えています。われわれ雲南市立病院は、これからも〝地域医療日本一〟をめざして、臨機応変に精進してまいります。これからも皆様の叱咤激励をよろしくお願いいたします。

感染認定看護師のお話

新型コロナウイルスだけじゃない！この冬注意したい感染症のはなし

～季節外れの流行にも要注意！～

感染管理認定看護師　茂富（しげとみ）　良太（りょうた）

国内の新型コロナウイルス感染症の流行も３年が経過し、令和５年３月に行政が一律にルールとしてマスク着用を求めることをやめ、着用は個人の判断に委ねられることが基本とされ、５月には新型コロナウイルス感染症は感染症法上５類に位置付けられました。

長引いた新型コロナウイルスの流行期には国民一人ひとりが感染症予防に心掛けていたおかげで本来流行するその他の感染症の流行拡大が少なかったように思います。しかし、例年であれば12月に流行入りするインフルエンザの感染が昨年９月に全国各地で急増しそのままシーズン入りしました。インフルエンザ対策は、マスクの着用や手指衛生、ワクチン接種など複合的に実施することで効果が得られます。新型コロナウイルス感染症対策はまさにインフルエンザ対策につながるため、やはり対策の緩みが影響したと推察されます。

また対策が緩んだことで、これまで流行が抑えられていた季節性の感染症が思わぬ時期に流行拡大したり、子どもを中心とした免疫を持たない世代が感染症にかかったりする事例が多く発生しています。加えて海外からの観光客が感染症を持ち込むケースもありますので、場所によってはマスクを着用するなど予防を心掛ける必要があります。

この冬注意したい感染症

インフルエンザ	全国で注意報レベルを超えるなど流行拡大中。流行入りが早いためワクチンは例年よりも早めに受けると良いでしょう。
咽頭結膜熱（プール熱）（アデノウイルス感染症）	患者報告数は過去10年で最多。ここ３年大きな流行がなかったため免疫を持たない人が増えていることが要因です。原因となるアデノウイルスは流行性角結膜炎などの感染症も引き起こすうえ、アルコールの消毒が効きにくいです。
Ａ群溶血レンサ球菌感染症（溶連菌感染症）	過去最大レベルの流行。ここ３年大きな流行がなかったため免疫を持たない人が増えていることが要因です。小児に多く見られる感染症。突然38℃以上の発熱、全身の倦怠感、ノドの痛みの症状が現れます。
新型コロナウイルス感染症	全国の感染者数は減少していますが、これまでも12月に向けて流行が拡大したので再増加に警戒が必要です。
感染性胃腸炎	冬季に流行、わずかな量のウイルスが体に入るだけで感染するため感染力が強いです。家庭内感染に注意しましょう。特に高齢者や小児は脱水にならないように小まめに水分を摂取することが重要です。

2回目の感染にご注意を！

季節性インフルエンザはＡ型とＢ型がありますが、同じ型あるいは違う型のインフルエンザに２回かかることもあります。それは原因ウイルスであるインフルエンザウイルスにいくつかの種類（国内で流行しているインフルエンザＡ型はＨ１Ｎ１型とＨ３Ｎ２型が主流）があるためです。通常は一度インフルエンザにかかると、その原因ウイルスに対して抗体がつくられ、繰り返しかかることはありません。しかし、その抗体は違う種類のインフルエンザには効果がないため、同じシーズン中に２回インフルエンザにかかることがあるのです。そのため、１回かかったから大丈夫といって油断はできません。シーズンを通して予防対策を怠らないようにしましょう。

おわりに

寒くなってきて体調を崩す方もいます。十分な栄養を摂ってしっかり休養することで感染症にかかりにくい身体づくりを心掛けましょう。またマスクを着ける、家に帰ったら手を洗う、換気や加湿を行うなど基本的な感染予防対策を行い、元気にこの冬を乗り越えましょう。

総合診療医が答える
「こんな症状や疑問 持っていませんか?」

第42回：「人生を楽しむことの重要性：認知症予防への一歩」

このシリーズでは総合診療医が患者さんからいただいた質問をもとに市民の皆さんが困っている症状や疑問について解説します。

先日いただいた質問はこれです。

「趣味を持っていると、健康にいいことはありますか」

私たちの日常生活において、楽しみを見つけることはただの娯楽ではなく、心身の健康維持にも非常に重要です。

最近の研究が示すところによれば、

「人生を楽しんでいると感じる人々は、約10年間で認知症のリスクを約25％減少させる可能性がある」

とされています。この研究は、日本の文化的、社会的背景を考慮に入れたものであり、特に日本人の健康と福祉にとって非常に重要な示唆を含んでいます。

日々の生活の中で楽しみを見つけることは、心の健康を保つだけでなく、認知機能の維持にも役立つことが分かっています。趣味、運動、社交活動、または単に自然を楽しむことなど、楽しみは人それぞれです。

大切なのは、自分にとって意味のある活動に積極的に参加し、日々の生活に活力をもたらすことです。趣味やクラブ活動への参加、地域社会でのボランティア活動、友人や家族との交流など、社会的なつながりを持つことで、認知機能の低下を遅らせることができます。また、新しいことを学ぶことや創造的な活動に取り組むことも、脳の活性化に役立ちます。

年齢に関わらず、日々の生活で小さな楽しみを見つけ、積極的に取り組むことが重要です。散歩、読書、料理、ガーデニング、写真撮影、音楽鑑賞など、さまざまな活動があります。重要なのは、それぞれの興味や能力に合った活動を見つけ、それに時間を割くことです。

寒い季節になりましたが、身体を大事にしながら、日々の小さな趣味を楽しんでいきたいですね。

市民健康講座を開催します

歯や口の中の状態は、全身の健康に影響することを知っていますか。
歯や口に関する正しい情報を知って、健康で充実した生活を送りましょう。
そこで今回は、虫歯、歯肉炎、歯周病、口腔がんなどの病気について、またその予防・口腔ケアの方法についてお話しします。

「『お口の健康』を守ろう！」

講師　歯科口腔外科　小池（こいけ） 尚史（なおふみ）　歯科医師

【日　　時】3月12日(火)　14：00～16：00
【場　　所】雲南市立病院　4階大会議室
【参 加 費】無料
【問い合わせ先】市立病院　保健推進課　（℡ 0854-47-7510）

雲南市立病院経営強化プランを策定しました

経 営 課

本プランの策定過程においては、令和４年７月にワーキングチームを設置し、院内職員の意見や関係者と協議を行い、雲南市議会への報告を経ながらこれまで進めてきました。この度、令和５年11月に雲南市立病院経営強化プランを策定し、今後５年間（令和５年度～令和９年度）にかけて経営強化の取り組みを進めていきます。今後とも雲南市立病院へのご理解・ご協力よろしくお願い申し上げます。

1。目的

令和４年３月、総務省は「持続可能な地域医療提供体制を確保するための公立病院経営強化ガイドライン」を通知し、公立病院は令和９年度までの経営強化プランを策定の上、病院事業の経営強化に総合的に取り組むことを求めました。ガイドラインでは、①役割・機能の最適化と連携の強化、②医師・看護師等の確保と働き方改革、③経営形態の見直し、④新興感染症の感染拡大時等に備えた平時からの取り組み、⑤施設・設備の最適化、⑥経営の効率化等について取り組むことが示され、それらを踏まえた上で、当院が雲南圏域の基幹病院として、地域住民に対し安全安心な医療を持続的に提供できるよう、当院の果たすべき役割を明確化するとともに、経営の健全化に取り組んでいくための道筋を示すことを目的としています。

今後も、地域における中核的な役割を継続していくため、５つの基本方針を定め、それぞれに対する実施計画、取り組みを実行・実現していくことで、病院としての診療機能の向上を図り、健全な病院経営の実現をめざしていきます。

①雲南圏域での中核病院（基幹病院）としての役割を果たす
②医師・看護師などの医療職の育成・確保を推進するための継続的な人材育成
③５事業（救急医療、災害医療、へき地医療、小児医療、周産期医療）および在宅医療と新興感染症対策
④地域医療連携推進法人を核とした役割・機能の最適化と連携の強化および地域包括ケアシステムの推進
⑤健全経営に徹し、良質な医療提供が持続可能となる経営基盤の確立

2。計画の期間

令和５年度（2023年度）～令和９年度（2027年度）の５年間

3。基本方針

当院は、雲南市を中心に雲南二次医療圏における中核病院として、急性期から回復期、慢性期医療と、患者さんの状態に合った医療サービスを隙間なく提供する役割を担っています。

4。経営強化プランの点検・評価・公表

プランの点検・評価については、その客観性・透明性を確保する必要があると考えます。そのため、外部の有識者や地域住民などの参加を得て「雲南市立病院経営強化プラン評価委員会」を設置し、委員会に諮問し評価をいただくこととしています。

10月12日(木)、プランを評価いただくため第１回目の委員会を開催し、たくさんのご意見をいただきました。いただいたご意見をプランに反映したものを公表しています。

詳細は、雲南市立病院公式ホームページを確認ください。URL　https://unnan-hp.jp/

佐野（さの）千晶（ちあき）委員長

委員会の様子