

## 院長就任のごあいさつ



南和歌山医療センター院長 <sup>なか</sup> <sup>むら</sup> <sup>よし</sup> <sup>なり</sup> 中 村 善 也

この度、令和2年4月1日付で南和歌山医療センター院長に就任しました脳神経外科の中村です。当センターの主な診療機能と運営方針につき簡単にご紹介いたします。

当センターは田辺医療圏で唯一の地域医療支援病院（地域の医療機関を支援する役割を担っていると県知事から承認された病院）で、その医療機能の第一に挙げられるのが救急医療です。当センターでは3次救急を担う救命救急センターを開設し、ヘリポートを併設、ドクターカーも運用しています。日勤帯は救命救急科の専門医師が対応し、時間外は消防隊とのホットラインを活用した迅速な対応と、3名の医師による診療体制に加えて、豊富なオンコール体制（救命救急科、循環器科、整形外科、外科、内科、脳神経外科）を敷いております。また、来るべき南海・東南海地震に備えるため、災害拠点病院として院内での災害訓練はもとより、田辺医療圏での災害訓練に対しても主導的な役割を担っています。

がん診療に関しては、がん診療連携拠点病院として内視鏡を用いた低侵襲手術、ガイドラインに基づいた化学療法はもとより、低侵襲・強度変調照射（IMRT）などの放射線療法も行っております。その他の拠点病院機能としては、肝疾患診療連携拠点病院、へき地医療拠点病院、エイズ拠点病院などの機能も有しております。

2025年の地域医療構想では、高度急性期、急性期を担う急性期病院としての使命をおびていますが、急性期診療やがん診療を行っているとは必ず回復期診療や終末期診療、更には高齢化による認知症診療を伴ってきます。そうした医療ニーズに応えるため、当センターでは回復期診療のための包括ケア病棟、終末期診療のための緩和ケア病棟を運営し、また、認知症疾患医療センターも開設しています。

（次のページへ続く）

### 基本理念 思いやりのある医療を実践します。

あなたの権利を尊重し  
あなたを中心とした  
あなたに適した医療を提供します

1. プライバシーの尊重を実践します。
2. 親切・丁寧なケアを実践します。
3. わかりやすい説明と納得による診断治療を実践します。
4. 地域医療機関との連携強化を図ります。
5. 自ら研鑽に努め、良質な医療の提供に役立ちます。



南和歌山医療センターの基本理念である

『思いやりのある医療を実践します』に基づき、

1. 明るく (A)
2. 挨拶があり (A)
3. 愛のある (A)
4. アカウンタビリティ (納得説明義務) (A)

の4つの頭文字のAを基本デザインとしています。

これは丸みをおびた形でやさしさを表現し、4つの理念が集まることで、空（明るい未来）に向かって羽ばたく鳥を表しています。4つのカラーは黄色が明るさ、赤が愛、青と緑は南和歌山の自然の象徴である綺麗な海と、山を表現し、南和歌山医療センターの環境の良さもアピールしています。

#### 受診者の皆様の義務

- 南和歌山医療センターは受診者の皆様と病院の双方がお互いに尊敬し、協力し合うことが安全かつ良質な医療の提供につながるものと考えます。受診者の皆様には以下の事項に合意し、守っていただくなくてはなりません。
1. 安全かつ最善の診療のためにご自身の身体や必要事項に関する情報を、私たち職員に正確に伝えていただくこと
  2. 検査・治療は説明を受け、納得・合意の上で受けていただくこと
  3. 当院は近隣の医療機関と連携して専門性の高い医療を提供する急性期病院である。救命救急、がんに対する医療と緩和ケアを提供する病院の役割をご理解の上、診療体制維持に協力いただくこと
  4. 病院内では静粛を保ち、院内のルールに従っていただき、他の来院者や入院中の方に迷惑をかけることのないよう配慮していただくこと
  5. 病院内ではお互いに礼儀正しく思いやりのある態度で接していただくこと
  6. 医療費の支払い請求を受けたときは遅滞なくお支払いいただくこと

#### 受診者の皆様の権利

- 患者としてあなたには
1. 良質で公平な医療を受けられる権利があります。
  2. 人格や価値観を尊重される権利があります。
  3. 個人情報を守られる権利があります。
  4. 診療に関して、十分な説明と情報を受ける権利があります。
  5. 治療法を選択できる権利があります。
  6. 治療法について、第三者の意見を聞くことが出来る権利があります。
  7. 貴方の診療記録の開示を求める権利があります。

地域医療支援病院の機能の柱として高額医療機器の共同利用も挙げられますが、当センターでは3Tと1.5Tの2台のMRI、80列のCTを2台有しており、診療所の先生方に共同利用して頂いております。また、24時間体制で緊急のMRI、CT撮影が可能で、循環器科・放射線科・脳神経外科の緊急血管撮影・カテーテル治療にも24時間対応ができるようになっています。他に、開放型病床も提供させて頂いております。

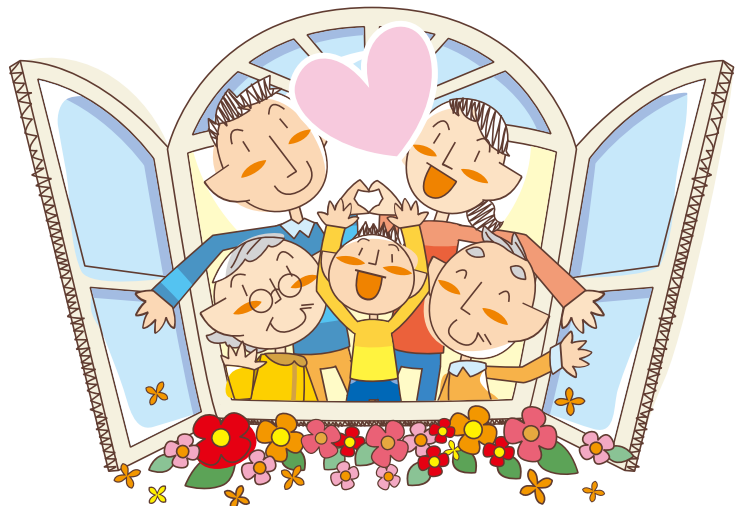
地域連携室では、病診・病病連携が円滑に行われるように機能するだけでなく、地域の医師会、歯科医師会、薬剤師会、消防、行政、地域住民の方々との連携も密に行われるように定期的に連携協議会や研修会を開催し、関係各位の忌憚のないご意見を伺うことにより、より良い地域連携に努めています。また、予防医療を推進するため、地域の公民館などでの出張健康講座や市民公開講座などを頻繁に行い、地域の方々と健康を語り合う看護の日やけんこうフェスタなども定期的で開催しております。

当センターの医療機能は概ね以上のような内容になりますが、医療機能は第三者による厳正な評価も重要と考えています。当センターでは、日本医療機能評価機構（医療機関の機能を中立的な立場で評価を行う第三者機関）が定める認定基準に達成した病院として認定されており、この認定を定期的に受けることで病院機能がより隅々まで洗練されることを職員一同実感しております。

当センターは316床の中規模病院ではありますが、上記のように多彩な機能を有した急性期病院であり、また、多岐にわたる院外活動も行っております。従って、同規模の病院と比較すれば仕事量は多いかもしれませんが、職員は皆、地域医療支援病院としての使命と日本医療機能評価機構の認定施設としての誇りを胸に、チーム医療を推進するため、献身的に各自の職責を全うしております。その活力の根源となっているのは、「思いやりのある医療を実践します」という基本理念や、シンボルマークの4つのA「明るく、挨拶があり、愛がある、アカウントビリティー（説明義務責任）に徹した病院」によるものではないかと考えています。また、思いやりのある医療を患者さんや地域に提供するためには、職員がお互いに思いやりのある環境で働けることが大切と考えています。平成という元号の由来は、史記の「内平らかにして外成る」からとも言われているように、当センターの職員はお互いに思いやりのある人間関係であるからこそ、患者さんや地域に思いやりのある医療が提供できているものと自負しており、また、職員は自信と謙虚のはざままで勤務してくれていると確信しております。私個人としては、思いやりを持って献身的に勤務してくれている職員に対して、感謝すると同時に職員を誇りに思っています。

当センターは、地方の基幹病院として＜超急性期・急性期・回復期・終末期・在宅＞医療などの多方面をカバーでき、2025年の地域医療構想にも対応できるケアミックス病院として、地域の機能分担に関するハード面（診療機能）はほぼ確立できていると考えています。働き方改革や診療報酬改定、人口減少や超高齢化など医療情勢は厳しさを増していますが、社会や組織がいかに変化・発展しても最後は、やはりそれらを扱う「人」が一番重要になって来るはずです。従って、この確立されたハード（診療機能）を使いこなすため、素晴らしいソフト（組織の運用や人材の発掘・登用）を如何にして組み込んでいくかが、今後の病院の舵取りを行う上で非常に重要になってくるものと考えています。また、診療部の専門医教育や看護部の卒後研修などの充実はもとより、職員全体の教育研修を更に充実させるなど、あらゆる意味での「人」の育成も非常に重要と考えております。

地域の皆様方により良い医療が提供できるよう、全職員がさざれ石の巖となりて努力してまいり所存ではありますが、より一層地域に密着した医療センターにするためには、とりもなおさず地域の皆様方の忌憚のないご意見やご叱責が欠かせないものと考えております。今後ともご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



## 副院長就任のごあいさつ

副院長 <sup>きの</sup>木 <sup>した</sup>下 <sup>たか</sup>貴 <sup>ひろ</sup>裕

2020年4月1日より、副院長に就任した木下貴裕と言います。これまで、統括診療部長を13年努めてきました。統括診療部長時代、病院経営と急性期医療及び慢性医療に全力投球をしてきましたが、呼吸器外科医1人だったため、どうしても臨床を中心に病院経営は片手間になってしまいました。その分、事務の方々に迷惑をかけたと思います。しかし、今回、4月より、ようやく私の跡継ぎとして呼吸器外科専門医を迎えることができました。しかも、優秀でこれから安心して任せられると思います。今後は、病院経営を中心に、以前よりやりたかった緩和医療、在宅医療を中心に仕事を行っていきたいと考えます。私が医療を行っていく上で、常に自分に言い聞かせていることが3つあり、紹介します。一つ目は、「偉大なるお節介」です。これは、医療従事者には、絶対必要なことで、患者やご家族に寄り添って診療を行うことです。コンピューターが普及し、患者との関係が希薄になり、エビデンスのみ一方的に押し付ける医師が増えています。これは、私は、「余分なお節介」と称しています。二つ目は、私の座右の銘である「和顔愛語」という言葉です。これは、孔子の言葉で、穏やかな顔で、人と接すると、本人も周りも救われるという言葉です。朝、職員と顔を合わせた時、笑顔でおはようございますと声をかけると、笑顔でおはようございますと返ってきます。そうすると、今日も1日、いいことがありそうな気がします。三つ目は、山本五十六の人材育成論です。「やってみせ。言って聞かせて、させてみせ。ほめてやらねば人は動かじ。」この言葉は、上からのトップダウンだけでは、人はついてきませんという言葉で、私が大切にしている言葉の一つです。一つ目と二つ目の言葉は、医療従事者ならば、だれでも必要なことですが、仕事が忙しくなるとどうしてもこの言葉を忘れて疎かになります。患者からの苦情の原因の一つであります。三つ目の言葉は、パワーハラスメントで問題になる昨今、上司の方々には、ぜひ、守っていただきたいと考えます。

以上のことが、私の診療に対する姿勢です。コロナウイルスの影響もあり、日本の経済・病院の経営状態に暗雲が立ち込めていますが、上記の言葉を病院内で周知し、職員一丸となり、この状態を乗り切ればと考えています。私も、新中村院長を支えてできるだけ経営が向上できるように努力していきますので、ご協力をお願いします。

## 新任医師紹介

どうぞよろしくお願ひ致します。



胸部・心臓血管外科医長 川後光正 (かわご みつまさ)

2020年4月1日より南和歌山医療センター胸部・心臓血管外科に赴任しました川後光正と申します。以前は和歌山県立医科大学心臓血管・呼吸器乳腺外科で呼吸器外科医として8年間勤務し、肺癌・呼吸器疾患に対する手術加療を中心に診療を行ってきました。手術を受けるということは患者さんにとって大変なことですので、できるだけ患者さんに分かりやすくまた負担が減るように治療することを目標に頑張っていこうと思っておりますので、よろしくお願い申し上げます。



内科医師 小原敏央 (こはら としひさ)

卒後20年目、内科の小原敏央です。卒後12年間は、北海道で働いており、和歌山に来て7年、紀南病院の消化器科で勤務し、この度、こちらに赴任となりました。出身は千葉県で、だいぶ和歌山にも慣れてきましたが、標準語しか話せません。専門は、消化器内科・内視鏡・肝臓になりますが、内科一般幅広く対応出来るように努めていく所存ですので、よろしくお願いいたします。


**外科医師 藤田 洋一** (ふじた よういち)

2020年4月より南和歌山医療センターに赴任しました、外科の藤田洋一と申します。以前に南和歌山医療センターに勤務しており、4年ぶりに戻ってくることができ、うれしく思っております。

専門は消化器外科で、肝臓、胆のう、膵臓を中心に治療を行っていきたいと思っております。また前勤務地では、痔の外来も行っておりましたので、痔でお困りの方は気楽に相談いただければと思います。切らずに痔を治す治療も行っておりました。

紀南地方の地域医療に貢献したいと考えておりますので、今後ともよろしく申し上げます。


**外科医師 吉村 知紘** (よしむら ともひろ)

2020年4月1日より南和歌山医療センター外科に赴任して参りました吉村知紘と申します。和歌山県立医科大学医学部を卒業した後に、和歌山県立医科大学附属病院で2年間の臨床研修を行い、その後同病院で消化器外科医として勤務後、昨年は新宮市立医療センター外科で勤務しておりました。

微力ではありますが紀南地域の医療に貢献できるよう診療していきたくと思います。気になることがある際は些細なことでもお気軽にご相談下さい。よろしくお願いいたします。


**脳神経外科医師 尾崎 充宣** (おざき みつのり)

2020年4月より南和歌山医療センター脳神経外科に赴任しました。これまでは和歌山県立医科大学附属病院脳神経外科で助教をしておりました。脳神経外科医として安全で精度の高い手術を提供することはもちろんのことながら、脳卒中の内科的治療、てんかんや認知症などの神経疾患にも積極的に携わっていきたくと思っております。

お気軽に外来受診等を頂けますと幸いです。どうぞよろしくお願い致します。


**呼吸器科医師 高倉 敏彰** (たかくら としあき)

高倉敏彰と申します。呼吸器科医として2020年4月より当院に赴任して参りました。和歌山県立医科大学を卒業し、2年間の研修医期間を経て呼吸器内科・腫瘍内科へ進みました。肺がんを中心としてより良い呼吸器診療に努めますので、何卒よろしくお願い致します。田辺地域に来てまず目に入ったのは起伏の大きいこの地形でした。立体迷路の中に居るような気分で大変面白く見えています。しかし迷子になることもあり厄介でもあります。早く病院、地域ともに慣れるよう努力します。これからよろしく申し上げます。


**放射線科医師 田中文浩** (たなか ふみひろ)

2020年4月1日より南和歌山医療センターの放射線科に赴任いたしました、田中文浩と申します。昨年までは和歌山県立医科大学附属病院の放射線科で勤務し、CT・MRIをはじめとする画像診断や肝細胞がんなど腹部疾患に対するカテーテル治療を中心に従事しておりました。放射線科としては12年目になります。紀南地域においても引き続いてより良い医療を提供できるよう、微力を尽くして参りたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。


**放射線科医師 居平 浩延** (いひら ひろのぶ)

2020年4月より、南和歌山医療センターへ赴任いたしました、居平浩延と申します。和歌山県立医科大学を卒業後、同大学附属病院で2年間の初期臨床研修を経験し、その後放射線科医として2年間勤務しておりました。

画像診断を中心として、紀南地域の医療に貢献できるよう邁進していきたくと考えております。若輩者ではありますが、何卒よろしくお願い申し上げます。



## 放射線科医師 榎谷 彩乃 (まきたに あやの)

4月より南和歌山医療センターに赴任して参りました榎谷彩乃と申します。

過去に2019年7月～12月の半年間当センターにて勤務しておりましたが、和歌山県立医科大学附属病院を経て再び当センターにて働くこととなりました。放射線科医としてはまだまだ駆け出しですが、画像診断を中心として紀南地域の医療に貢献できるよう邁進していきたいと思っております。よろしくお願いいたします。



## 消化器内科医師 湊口 仁史 (みなとぐち ひとし)

2020年4月より南和歌山医療センター消化器科へ赴任いたしました、湊口仁史と申します。

当センターへ赴任する前は、和歌山県立医科大学附属病院消化器内科で勤務しておりました。大学病院では、消化管をはじめ肝・胆・膵を学んできました。まだ入局し、1年であり、消化器科医としてはまだまだ駆け出しではございますが、より良い医療を提供できるよう日々努めていきたいと思っております。1年間という短い期間ではございますが、何卒よろしくお願いいたします。



## 歯科口腔外科医師 森 恵一 (もり けいいち)

本年4月より南和歌山医療センター歯科口腔外科に赴任して参りました森恵一と申します。平成30年度に南和歌山医療センターに1年間勤務しておりましたが、その後、橋本市民病院の勤務を経て、本年4月に戻って参りました。歯科口腔外科では抜歯などの外来小手術のほか口腔粘膜疾患、口腔心身症、顎関節疾患、腫瘍・嚢胞、顎顔面外傷等、様々な疾患の診療に当たらせていただいております。昨今では高齢者の増加に伴い様々な全身疾患を抱える患者様が増加してきており、病院歯科口腔外科と地域の歯科医院との連携がより重要になってきていると感じております。また医科と歯科連携も地域の方の健康寿命を延ばすため重要視されてきており、当科では医科・歯科とも積極的に病診連携を行い、地域医療に貢献できるよう精一杯努力して参りますので今後ともよろしくお願いいたします。



## 麻酔科医師 井上 周 (いのうえ しゅう)

はじめまして。本年4月より南和歌山医療センター麻酔科にて研修をさせて頂いております、井上周と申します。当院へ赴任する以前は、京都大学医学部附属病院にて勤務しておりました。麻酔科では周術期の全身管理について学び、今後に活かしていければと考えております。まだまだ未熟者ではありますが、紀南地域の医療に少しでも貢献できるよう精一杯努力して参りますので何卒よろしくお願いいたします。



## 麻酔科医師 沖塩 悠希 (おきしお ゆき)

2020年4月より南和歌山医療センターの麻酔科に麻酔科臨床研修歯科医として赴任して参りました沖塩悠希と申します。まだまだ慣れないことが多く、指導医の先生方に御世話になっている毎日ですが、患者さん個人に合わせた手術前後の診察・手術中の全身管理などを行っております。半年間と短い期間ではございますが、精一杯努力して参りますので何卒よろしくお願いいたします。

## 編集後記

今年度初の「南輝」発行となりました。本誌の作成にご協力頂いた皆様に心から感謝いたします。コロナウイルス感染症の影響で地域の皆様との出会いの機会が減少している昨今、このような誌面での情報発信の機会を大切に、少しでも地域の皆様との連携の一助となればと思っております。今年度は春夏秋冬各季にわたる発行を目指しております。今後共どうぞよろしくお願いいたします。

編集委員 地域医療連携室 澤田

# 食事をしながら健康教室レシピ

## 「動脈硬化の予防」 ～STOP血液ドロドロ!!血管を守る食事～



### 動脈硬化を防ぐ食事のポイント

1. 過食を抑え、標準体重を維持する
2. 肉類は脂身を控え、魚類・大豆製品の摂取を増やす
3. 緑黄色野菜・果物・海藻の摂取を増やす
4. 食塩を多く含む食品の摂取を控える

#### 取り入れたい栄養素を含む食品

|       |  |                 |
|-------|--|-----------------|
| 魚介類   | n-3系：血液中の中性脂肪を下げる 主に青魚に多い<br>アジ (5-7月) イワシ (6-10月) はまち (7-11月) サバ (10-12月) かつお (4-5月/8-9月) ぶり (12-2月) など | * ( )内は旬の時期を示す。 |
| 緑黄色野菜 | カロテン含有が多い野菜 1日200g以上の摂取を推奨 旬の食材を利用しましょう<br>オクラ トマト ししとう モロヘイヤ ビーマン 南瓜 など                                 |                 |
| 果物    | 1日200g程度を目安に<br>キウイ (1個) オレンジ (1個) イチゴ (10粒程度) ぶどう (1房) リンゴ (半分～1個) など                                   |                 |
| 香味野菜  | 香りが高く、料理の香りづけ、風味づけに用いる野菜 塩分を控えることができる<br>大葉 ごま 唐辛子 みょうが しょうが わさび すだち レモン 山椒 など                           |                 |

| 料理名   | 材料名  | 分量 (2人分)   | 作り方   |
|---|--|--|---|
| アジのかば焼き丼<br>    | 飯<br>大葉<br>キザミ海苔<br>アジ<br>小麦粉<br>サラダ油<br>A 濃口醤油<br>料理酒<br>みりん<br>ごま<br>ししとう<br>すだち | 280g (0.8合)<br>1枚 (1枚)<br>2g<br>160g<br>12g (大1・小1)<br>8g (小2)<br>16g (大1弱)<br>16g (大1弱)<br>16g (大1弱)<br>1g (1つまみ)<br>20g (2本)<br>30g (1個) | 【下準備】<br>・大葉をみじん切りする。<br>・ししとうのヘタを取る。<br>・すだちは半分に切る。<br>・アジを3枚におろし、小骨を取る。<br>・アジに薄く塩をふり、10分程度置いた後、余計な水分をキッチンペーパーでふき取る。小麦粉を両面に付け、余分な粉をはたく。<br><br>①フライパンにサラダ油を入れて、中火でアジを焼く。焼き色がついたら裏返し、2分程度加熱する。アジをフライパンの端に寄せてAを加え、アジにからめる。<br>②ご飯に大葉を混ぜ、キザミ海苔をのせる。<br>③食べやすくカットしたアジをのせ、ごまをふりかける。<br>④ガスコンロ等で焼き目をつけたししとうを添える (お好みで、すだちをかけて)。 |
| 夏野菜の冷製茶碗蒸し<br> | 鶏卵<br>だし汁<br>食塩<br>えび<br>トマト<br>枝豆<br>だし汁<br>淡口醤油<br>片栗粉                           | 30g (L型1/2個)<br>90ml<br>0.6g (1つまみ)<br>40g (約1尾)<br>30g (約2本)<br>30g (小1/4等分)<br>30g (10粒程度)<br>60ml<br>1g                                 | 【下処理】<br>・えびの殻を剥き背わたを取る。1-2cmの大きさにカット。<br>・オクラのヘタを剥き、塩茹でし、粗熱が取れたら輪切りにする。<br>・トマトはサイコロ状にカットする。<br>・枝豆を塩茹でした後、粗熱を取り中身を取り出す。<br><br>①卵を割りほぐし、だし汁・食塩を加え、裏ごししなめらかにする。<br>②器に鶏ささ身を入れ①の液卵を加える。<br>③蒸気のあがった蒸し器に②を入れ強火で2分、色が変化すれば弱火にし、10分程度蒸す。<br>④粗熱を取った③に野菜をのせる。<br>⑤だし汁に淡口醤油を加え加熱し、片栗粉を加えとろみをつけ、④にかける。<br>⑥冷蔵庫で冷やす。               |
| 中華風酢の物<br>     | きゅうり<br>塩クラゲ<br>みょうが<br>B 淡口醤油<br>穀物酢<br>砂糖<br>ゴマ油                                 | 100g (約1本)<br>40g<br>16g (1茎)<br>2g (小1/3)<br>20g (大1・小1)<br>4g (小1)<br>2g (小1/2)  | 【下処理】<br>・きゅうりは細切りにし、水にさらす。<br>・塩クラゲは多めの水で2、3回塩抜きする (1時間程度)。沸騰したお湯に3秒ほど入れ、直ぐに冷まし、食べやすい大きさに切る。<br>・みょうがは千切りにする。<br><br>①調味料液Bを作り、食べる直前にきゅうりとクラゲを和え、みょうがを添える。   |
| 旬の果物<br>       | 桃<br>オレンジ<br>ぶどう   | 80g<br>80g (約1/2個)<br>60g (約4個)  | ①桃は皮を剥き、8等分にする。<br>②オレンジは8等分にする。<br>③ぶどうを洗い、盛り合わせにする。   |

小=小さじ (5cc)、大=大さじ (15cc)

|              | アジのかば焼き丼 | 夏野菜の冷製茶碗蒸し | 中華風酢の物 | 旬の果物 | 1食あたり |              | アジのかば焼き丼 | 夏野菜の冷製茶碗蒸し | 中華風酢の物 | 旬の果物 | 1食あたり |
|--------------|----------|------------|--------|------|-------|--------------|----------|------------|--------|------|-------|
| エネルギー (kcal) | 442      | 71         | 33     | 47   | 593   | 食塩相当量 (g)    | 1.4      | 0.6        | 0.3    | 0    | 2.3   |
| たんぱく質 (g)    | 21.6     | 8.1        | 1.7    | 0.8  | 32.2  | 食物繊維 (g)     | 3.0      | 1.8        | 0.8    | 0.6  | 6.2   |
| 脂質 (g)       | 8.4      | 2.5        | 1.1    | 0.1  | 12.1  | n-3系脂肪酸 (g)  | 1.12     | 0.12       | 0.01   | 0    | 1.25  |
| 炭水化物 (g)     | 62.3     | 3.5        | 4.0    | 11.8 | 81.6  | コレステロール (mg) | 54       | 93         | 6      | 0    | 147   |