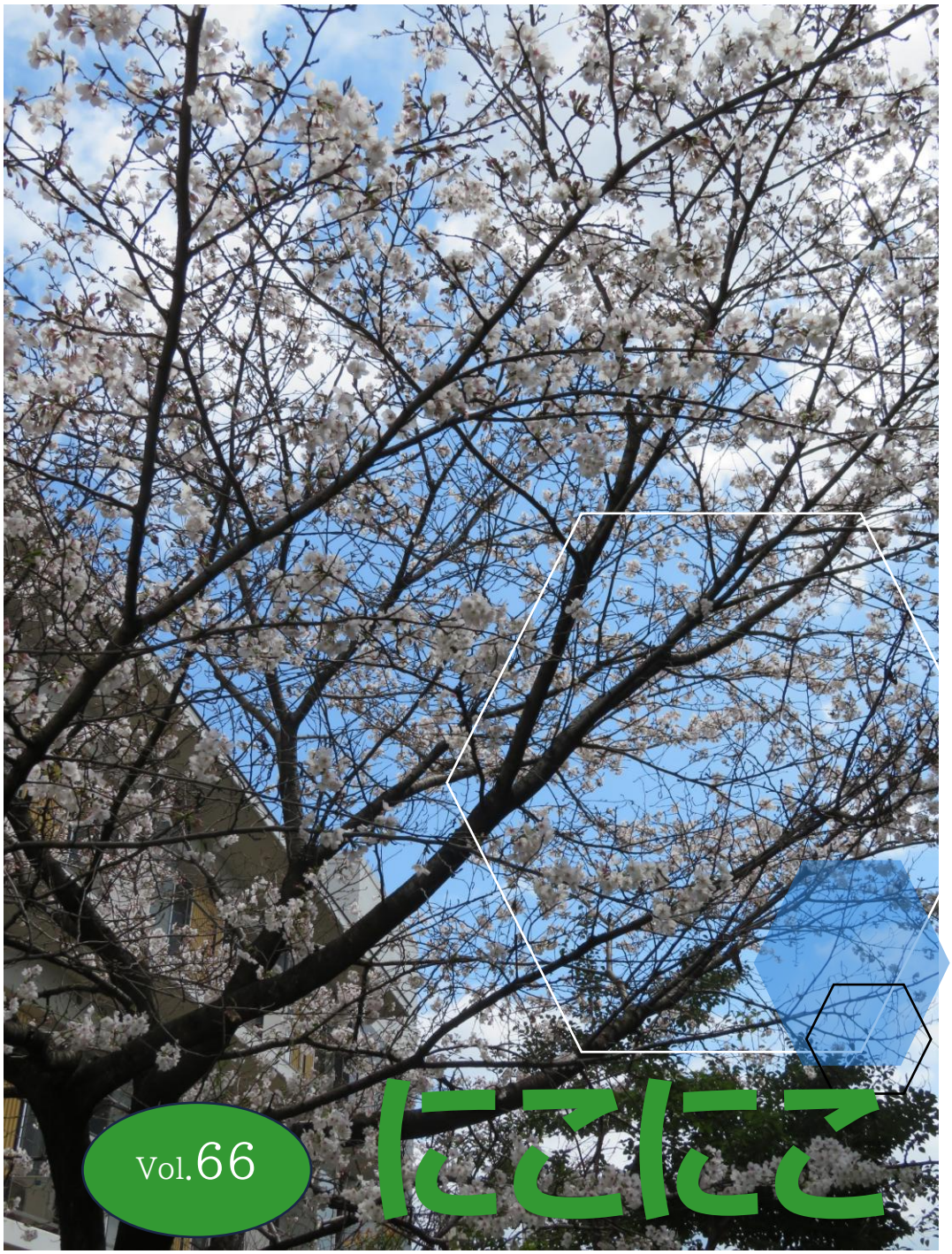
03 医療法人 慈生会 前原病院
にこにこ VOL.66



前原病院
広報紙

発行日

2025 年 4 月 10 日

発行者

医療法人慈生会

前原病院

院長　前原弘江

〒721-0966

福山市手城町一丁目 3 番 41 号　TEL084-925-1086

PG.2

禁煙と緩和ケアをテーマにした内容。

PG.3

院長の歴史エッセイとフレッシュな情報を提供します。

PG.4

前原病院のトピックと自宅でできるフレイル予防体操・栄養摂取方法をご紹介

慈生会の理念

慈愛の心

1. すべての人の人生を平等に大切に考えます。
2. 私達はどんなときにも出会う全ての人に笑顔とやさしい言葉で接します。
3. 私達は地域との連携を図り、患者様の社会生活を支えます。
4. 日々新しい知識・技術の習得に努め、自らの成長のためにチャレンジを続けます。
5. 職務を通して人間力を磨くとともに、多職種で協力し、組織の一員としての役割を果たします。
6. 笑顔で働きがいのある職場造りに努めます。

マイナンバー保険証は毎回受診時に確認させてください

マイナンバー保険証には、受診された医療機関での検査やお薬情報の確認ができます。お薬の重複処方や不要な検査などを防ぐ大切な情報ですので、毎回受診時にお手数ですがチェックボックスに通してください。

加熱式たばこの真実

2025 年２月１０日禁煙研修会を開催

公益財団法人　中国衛生協会の臨床検査技師であり日本禁煙学会の禁煙サポーターである折坂智恵子先生を講師にお迎えし禁煙研修会を開催しました。講演の中で先生は**加熱式たばこの害**として、近年紙たばこに変わり増加している「加熱式たばこ」の安全性について次の３つの疑問を紹介されました。

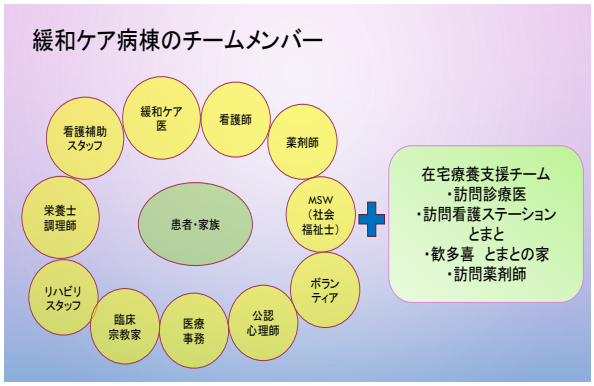
- 発がん物質のホルムアルデヒドが実は血管内の血液の中で発生。
- 煙も実は発生しており、受動喫煙となる物質を喫煙後も体外へ放出しているため、喫煙後 45 分は同室の方が受動喫煙のリスクがある。
- 加熱式たばこなら大丈夫、と誤った認識でかえって禁煙を妨げている。

大事な家族が受動喫煙するリスクは、紙たばこと同じであると様々な調査で徐々にわかりつつあります。ご自分の健康だけでなく、周囲の方の健康を守るためにも、喫煙されている方はこの機会にぜひ禁煙しませんか？

当院でも禁煙外来を行っております

「緩和ケア」　痛みをはじめとする体、心の苦しみを出来る限り和らげること

患者様の生命・生活の質を大切に患者様が望む日々を送ることが出来るよう多職種がチームで取り組んでいます。その活動を一部ご紹介。



福山医療センター福山緩和ケアネットワーク：市民公開講座

最期まで自分らしく～緩和ケア病棟から在宅へ～前原病院で提供している支援

福山緩和ケアネットワークの一員として、緩和ケア病棟医の立場から当院院長 前原弘江が発表しました。緩和ケア病棟はがんの終末期の方が主な対象ですが、実はご自宅で療養を続けたい方のために、痛みのコントロールと自宅療養で必要なサービスや環境を整えるための入院も少なくありません。当院は看護付き多機能施設「とまとの家」もあり、施設利用も含め、ケアマネ・訪問看護・往診医療機関などチームで患者さん・ご家族が希望される療養を叶えられるように取り組んでいる報告をさせていただきました。

緩和ケア病棟オープンカンファレンス

臨床宗教家 村上泰教さんをお迎えし、近隣の医療・福祉機関の方々にもご参加いただき１月 17 日「グリーフケア～それぞれにできる臨死期の向き合い方」というテーマで講演いただきました。

遺族会

３月 12 日に、７組のご家族のご参加をいただき遺族会を開催しました。亡きご家族への思い、あらためて自分の人生を見つめたなど、率直で貴重なご意見をたくさん伺いました

第 27 回福山緩和ケア懇話会

３月６日に福山医師会で、当院院長 前原弘江が座長を務め、しんじょう医院院長新城拓也先生に「緩和ケアの再構築」というテーマで講演いただきました。その後福山市の医療・福祉関係者が意見交換を行いました。

第 50 回広島県病院学会

２月 16 日緩和ケア病棟主任看護師 末房理代が「臨死期からの家族を含むグリーフケア～臨床宗教家との関わりから学んだこと～」というテーマで研究発表しました。

新しく着任された医師のご紹介

内科　日野直紀

出身大学　広島大学

専門分野　一般内科　腎臓　透析

加入学会　日本内科学会　日本透析医会

福山出身です。平成９年より福山市民病院、日本鋼管福山病院、山陽病院、福山城西病院、三宅会グッドライフ病院で主に腎臓内科、透析医療を中心とした医療を行ってきました。微力ではありますが、今までの経験を生かして、内科一般、特に慢性腎臓病を中心に地域医療に貢献し病院の発展に努力したいと思います。自転車で 4km を通勤しています。休日には山歩きをしています。なにとぞよろしくお願いします。

新年度採用の看護師のご紹介

土屋日雛子

患者様に「あなたに受け持ってもらえてよかった」と言っていただける看護を提供できるように頑張ります。

内林萌夏

病棟の経験はなく不安なこともたくさんありますが、今までの経験を活かして頑張っていきます。よろしくお願いします。

日展入賞！

写真の「彩秋」は第 11 回日展（2024）に入賞された作品。事務局の井上三枝子さんが描かれた日本画です。

題名の「彩秋（いろどり）」はお手玉で遊んだ世代には懐かしい、田んぼの畔などに咲く地味な「数珠玉」に色んな色をつけて彩ってみよう、と思った事からヒントを得たそうです。現在1 階エレベーター前に展示されています。迫力の作品をぜひご覧ください。

一部拡大

繊細で美しい！

弘江の推し歴史巡り

院長　前原弘江のお城や歴史エッセイ

国宝五城の第 2 弾は、

島根県の松江城です。島根県松江市、宍道湖北側湖畔の亀田山に築かれた日本三大湖城（あとの二つは琵琶湖南湖畔の膳所城、諏訪湖湖畔の高島城）の一つです。周囲の堀川は宍道湖とつながっており、薄い塩水となっています。この堀川には遊覧船が運航しており、堀から松江城を見ることができます。別名千鳥城。屋根の曲線が、千鳥が羽を広げたような曲線だったこと、1611 年建築当初、天守に「千鳥破風」と呼ばれる装飾があったことが由来といわれています。

築城は関ケ原で功のあった堀尾忠氏（豊臣政権三中老の一人である堀尾吉晴の次男）。その後、堀尾家は３代で改易、京極忠高（浅井三姉妹の二女　初の夫である京極高次の子）が入りましたが、跡継ぎなく没したため、改易。以後松平氏が入りました。

大手前には堀尾家初代の堀尾吉晴の銅像が立っています（写真は少し遊んでみました）。

大手門から入り、三之門、二之門、一ノ門を超えて曲がると、天守閣の正面に出ます。天守は四重なので、福山城や姫路城よりサイズは小さいですが、初めて正面から見たときには、その重厚感に「なんてイケメンなお城だろう」と思いました。

天守に到着するまでの間（三之門と二之門の間の二の丸）には興雲閣という洋館があります。この興雲閣は明治時代に明治天皇の行在所として使用する目的で建てられました（実際には行幸されなかったようですが）。こちらは島根県指定有形文化財となっており、現在は一部をカフェとして運用されています。福山から日帰りで行けますので、ぜひ行ってみてください。

松江城

前原病院 TOPIC

節分

緩和ケア病棟ではピンクの袴姿の古口先生がかわいい赤鬼・青鬼を従えて、病室をまわり、節分の豆まきを行いました。

みんなで BLS 研修

日本救命医学会認定 ICLS インストラクターの看護師北村佑二さんの指導で、「一時救命処置：BLS」の講習会を全職員対象で行いました。絶え間ない胸骨圧迫と除細動器の正しい使い方を、身をもって研修しました。

消防避難訓練

3 月 19 日全館対象で消防避難訓練を行いました。

大好評！ 96 歳の 手作りチャーム （根付）

96 歳の患者さんが定期的に、みなさんにお配りくださいとお持ちくださいます。なんとも可愛い表情の作品が 1 階カウンターで出番を待っています。ぜひお持ち帰りください。

自宅でできるフレイル対策

今回は運動と栄養。毎日こつこつ続けましょう。

椅子の体操パート②

肩関節だけでなく肩甲骨を広げる運動です。肩甲骨の周りの筋肉が固くなると肩こりの原因にもなるので予防しましょう。

① 片側の腕の下に反対の手を差し入れて肩を掴む

② 下側の手で上側の手を持ちあげます。これを 3 回繰り返す

③ 3 回繰り返した後最後に両手を膝へ戻します

④ 余裕がある方は身体をひねってみましょう

無理なく「栄養摂取」でフレイル予防！！

フレイル予防は「食事」「運動」「社会参加」の 3 つの柱で成り立っています。どれもお互いに影響し合い欠かせない存在です。
ここでは「食事」についてお話します。年を取るにつれて食べられる量が減り、体重が落ちていき、低栄養状態になる可能性が上がります。
そこで食欲が低下している高齢者でも無理なく栄養が摂れるよう、日々の食事で取り入れやすいひと工夫の紹介です。

1. ご本人が**好きなものを一品**取り入れ、まずは食事を楽しめるようにする。
2. 少ない量でもバランスよく栄養を取れるように**先におかずから食べる。**
3. おやつに**ヨーグルトやアイス、プリン**など食べやすく、楽しみながらエネルギーを補う
4. 食事だけでは栄養不足の場合や、食欲がわかないときには**「栄養補助食品」や「栄養補給飲料」などを活用**し、不足しがちなたんぱく質などを補給する。

以上の点を意識し、無理なく取り組めるものから習慣にすることで低栄養を予防しましょう。

- 健康診断は随時行います
- 人間ドックはご希望に合わせてメニューを組めます。ご相談ください
- 特定健診、乳がん検診、福山市がん検診（胃がん・肺がん・大腸がん）実施医療機関です

前原病院概要：療養病棟（療養病床 32 床　地域包括病床 13 床）　緩和ケア病床 14 床
内科・胃腸科・放射線科・緩和ケア内科・リハビリテーション科・アレルギー科・泌尿器科
診療受付時間：午前 8：30～12：30／午後 14：30～17：30　　木・土曜日午後，日曜日，祝祭日は休診です