

## 今号の内容 -Contents-

- リレーコラム
- 当院からのお知らせ
- 当院からのお知らせ

## リレーコラム

### <管理者>

#### 久保 章 医師

数年前、5月の連休中に日帰りではありますが、長野に行ったことがありました。中央高速道にのり、一路、岡谷、諏訪湖、聖高原、篠ノ井 方面に向かいました。帰路は、国道18号線にのり旧道を中心にドライブを楽しみました。



中央高速道は、その走行範囲の延長もさることながら、整備のされ方に非常に感動しました。車窓から見える冠雪を帯びたハケ岳をはじめとする南アルプスの山々、諏訪インターから眺望できた立山連峰の偉容にも感銘を受けました。

往路では、以前訪ねた際、種々の風景に対し畏敬の念を抱きましたが今回はその念を更に強くしました。また、以前は旧道を通り紆余曲折を経た後ようやく辿り着いた地区に、着実にインターチェンジが整備されたことに対し感銘を受けました。その反面、その頃は『ガレージ商店街』という表現はありませんでしたが、帰路、国道18号線をとおり、上田、小諸、小海、小淵沢などの市街を歩いてみると、以前訪れた時と比較してこの表現が『なるほど』と納得させられるものが、今改めて考えてみればありました。

当時は、あまり問題視されていませんでしたが、人口減少、高齢化を反映しているものだったのだと思います。2025年問題がクローズアップされる所以であると納得させられた事象です。

昨年度から、2025年問題を整理するために厚労省から提出された『病床機能報告制度、地域医療構想（ビジョン）』が始まりました。これは、各々の病院の病床機能だけでなく、病床数も地域医療に応じた状態にするという構想です。市民病院も神奈川県に当院の医療ビジョンを提出し、その実現に努力する方針をたてました。そうこうす

るうちに、総務省からも『新・公立病院改革ガイドライン』が出され、当院としては、双方を調整しながら対処することにしました。

市民病院は、横須賀・三浦・逗葉地区の方々、医療に携わる方々と共に進んでゆく医療機関です。そのため、地域に必要な良質な医療を今後も提供する所存です。

## 当院からのお知らせ

### ○横須賀市立市民病院公開講座

日時：7月25日（土）

テーマ：転倒予防

講師：リハビリテーション療法科 理学療法士 近藤 淳

時間：13時～14時 12時40分開場

場所：横須賀市立市民病院 西棟7階講堂

### ○糖尿病教室開催のご案内

日時：7月15日（水）

時間：9:00～14:30

お申込みご相談は、かかりつけの開業医の先生、または当院かかりつけの場合は受診外来の医師まで。

## 職員募集！

当院では、助産師・看護師・薬剤師を募集中です。すでに資格をお持ちの方、この春の国家試験で資格取得済みの方、市民病院と一緒に働きませんか。詳しい勤務条件等は、市民病院ホームページをご覧ください。下記問い合わせ先までお気軽にお問い合わせください。

また、助産師・看護師・薬剤師以外の職種の募集状況も、市民病院ホームページをご覧ください。下記問い合わせ先までお気軽にお問い合わせください。

【職員募集の問い合わせ先】

電話 046-856-3136 総務課人事担当

## 患者さんの権利

- 治療方法を選択することができます。
- 他の医療機関の医師の意見（セカンドオピニオン）を聞くため、資料を請求することができます。
- 他の医療機関へ転院を希望するときは、当院での診療情報を求めることができます。
- 自分の診療録（カルテ）の開示を求めることができます。
- 主治医などからの説明に疑問や不安を感じたり納得がいかないときなどは、再度の説明を求めたり、医療相談員に相談することができます。

## <病院長>

石ヶ坪 良明

数年前に、脊椎間狭窄症の手術をした。痛みで歩くことも出来なかったが、多忙で休むことも出来ず、仕方なく院内を車イスで移動していたが、最終的には、痛みで横になって眠れないことから手術を決断した。その後の経過は順調でゴルフなども時にプレイする。以前から体は硬かったが、術後に体を無意識で庇ってきたためか、最近では、前かがみになっても手が膝下ぐらいまでしか伸ばせないほどになっていた。孫の女の子に不思議そうに笑われる。

大学を定年になり、4月から当院にお世話になることになった。ある時、3階の健康管理センターを通りかかると、ヨガ教室が開かれていた。先生と生徒さん一人の二人で楽しそうに体を解されていた。咄嗟にこれは面白いかもしれないと思った。週1回ペースで開講されているということで、一週後にもあると聞いた。その一週後の昨日、午後7時から1時間の教室に参加した。生徒さんは私を含めて4人に増えていた。ヨガといえど、運動不足のおじさんには、大変な運動量であり、久々にいい汗をかいた。気持ちよかった。おかげでその日の疲れが取れた。少し続けてみようと思っている。断っておくが、ヨガの先生にいくらかいていただいているわけではない。

さて、ウィキペディアによると、インドには22の公用語があるが、ヨガとはサンスクリット（語）で語源的には「馬を御するように心身を制御する」とよくわからないようなことが書いてある。そのほかにも、「縛る」、「結ぶ」、「つなぐ」、「統一」など、多様な意味があるそうで、暇な人は、調べてみるのも面白いかもしれない。

当院に就職が決まり、最初に食堂であった新人看護婦さんは、海岸線がとても印象的と話した。もう終わったが、桜も美しかった。

皆さんが、すばらしく恵まれた自然環境のなかで、患者さんのために働いている。

私も時間を見つけて、体をもみほぐしながら、頭の中も再度もみほぐしてみるのもいいかなと思っている。



平成 27 年 5 月 1 日



仕事終わりの職員が参加をしています。ヨガ終了後、リラックスをした様子がみられました。アロマオイルの香りの中で、ゆったりとした時間が流れます。

### ○リウマチ・膠原病教室

リウマチ・膠原病の病気のことがよくわからない？どんな治療があるの？参加費無料・予約不要です。直接会場へおこしてください。

日時：7月8日（水）

テーマ：リウマチ・膠原病の妊娠と出産

講師：横須賀リウマチセンター医長 浅見 由希子

時間：14時～15時（講演30分、相談30分）

場所：西7階会議室

日時：9月9日（水）

テーマ：全身性エリテマトーデスほか

講師：横須賀リウマチセンター長 石ヶ坪 良明

時間：14時～15時（講演30分、相談30分）

場所：西7階会議室

日時：10月7日（水）

テーマ：関節リウマチのリハビリテーション

講師：横須賀リウマチセンター 井上 宜充

時間：14時～15時（講演30分、相談30分）

場所：西7階会議室



6月17日に開催された、石ヶ坪病院長の講演の様子です。6名の方に参加頂き、みなさんが熱心に講演を聞く様子が見られました。また、積極的に医師に質問をされていて、参加型の講演会になったのではないかと思います。是非、次回も参加したいという多くの声を頂きました。