

メディカルコート八戸西病院広報誌 / ホスピタリティコート

# hospitalityCourt

特集	地域医療 フォーラム	知っておきたい! 介護と福祉 高齢者が自分らしく元気で暮らすカギとは?
	社長の健康 メッセージ	合同酒精株式会社 酵素医薬品工場 工場長 石田 尚彦 さん
LIFE WORK HISTORY 人にライフあり、ワークあり、歴史あり / チャレンジ改善委員会 もっと開こう、地域へ OPEN HOSPITAL / One Day 医療人 しあわせ Chisan Sweets / Information / イベントスケジュール		





八戸市老人いこいの家  
臥牛荘

八戸市老人いこいの家は、60歳以上の市民が無料で利用できる施設です。市内6カ所ある中の一つ、臥牛荘では、トランプ、囲碁、将棋、カラオケ、踊りなどのサークル活動が盛んに行われています。特にカラオケクラブは活発で、市内の老人施設などへ慰問で披露しながら交流の輪を広げています。



八戸市が12カ所に設置している高齢者支援センターは、高齢者が地域で安心して生活できるようなサポートする窓口です。要介護、支援認定の有無に関わらず、高齢者や家族の相談、困り事に専門職が無料で対応しているほか、地域の中で生きがいを持てるような居場所づくりも展開しています。

同市からの委託を受けて運営している下長・上長地区高齢者支援センターはくじゅは、相談活動はもちろん、地区内で開く介護予防教室といった集いの場の開催をサポートしています。この教室は、同センターが地区住民から運動、栄養、脳トレなど希望のメニューを聞き取り、老健はくじゅや八戸西病院に講師の派遣を依頼。その後、町内会役員や民生委員らが主体となり住民に参加を呼び掛けている。

教室で人気のメニューは、皆で楽しめるスポーツ・ボッチャです。ルールが簡単で、一度負けても「次は勝ちたい」という意欲が湧いてきますし、他者とコミュニケーションを図り、地域の中で自分の居場所を見つけるきっかけにもなります。



主任介護支援専門員、理学療法士、作業療法士らが高齢者を支援しています



プロサクソ奏者  
安食 和彦さん  
(三沢市在住)

三沢市在住の安食和彦さん(83)は2023年9月、八戸西病院に入院。病気により落ちてしまった体力を取り戻すために筋力トレーニング中心のリハビリに取り組み、12月に退院しました。安食さんは長年、プロのサクソ奏者として三沢シティバンドの団長を務めています。現在はウォーキングや腹筋運動など自主トレーニングを続けながら、サクソの練習やパソコンを駆使した楽譜の編集などに励み、再び仲間たちとハーモニーを奏でることを目指しています。

## 高齢者が

# 自分らしく 元気で暮らす カギとは？



## 1 地域の中で 生きがいをを見つける



## 2 誰かに 会えることを 喜びに



## 3 自分自身の 変化を楽しむ



料理、買い物、掃除など、さまざまな日常生活活動（ADL）だけでも、高齢者にとってはかなりの運動量です。それを可能な範囲で続けながら、地域の集いの場などを通して他者と関わりを持つことで、心身の機能向上が期待できます。

高齢者支援センターでは、「参加させられている」ではなく、「楽しいから行ってみよう」と思ってもらえるような集いの場を提供できるような心掛けています。「仲間と楽しめる」「またあの人に会えた」。それが参加者の喜びであり、地域で健やかに暮らすための原動力にもなっているのです。

一方、病気やけがによる入院から自宅復帰に向けたリハビリは、その後の人生に関わる大きなポイントです。老健はくじゅと八戸西病院では、理学療法士と作業療法士が一人一人に合わせたメニューを考え、運動機能訓練はもちろん、ADL訓練、外出や買い物の練習などのほか、ドライブシミュレーターを使用した運転動作の確認（同病院のみ）も行っています。

退院後の運動を習慣づけるためには、「毎日決まった時間にラジオ体操をする」「町内を一周歩く」など、まずは小さな目標を立ててやり続けることが大切です。そして趣味活動、地域の集いの場への参加、農作業や仕事への復帰、自動車運転など徐々にできること目標を上げると、自身の変化を実感しながら前に進むことができます。

一人で行動に移すのは難しいかもしれませんが、一歩踏み出して他者と交流を持つきっかけになります。自分らしい毎日を過ごすために、ぜひ活用しましょう。



長年培った技術を応用し  
健やかな暮らしを支える

vol.36		合同酒精株式会社
<h2>社長の健康メッセージ</h2> <p>リーダーの人生は健康メソッドの宝庫だ。</p>		<p>酵素医薬品工場 工場長 <b>石田 尚彦</b> さん</p>

**profile:** 1972年仙台市生まれ。宇都宮大学大学院農学研究科生物生産科学専攻修了。98年合同酒精入社。2018年酵素医薬品工場副工場長として八戸に赴任。23年4月から現職。

### 食事と運動で健康維持

八戸の酵素医薬品工場に赴任して、今年の春で6年が経ちました。それまでは酵素医薬品事業の本部がある千葉県で勤務していて、その前にも一度、八戸に赴任したことがあります。食べることとキャンプやバイク、アイスホッケーが好きで私にとって、八戸は食べ物がいっぱい自然も豊かで、とても住み良い場所だと感じています。

趣味を楽しみながら健康な生活を続けていくために、適切な食事を大切にしています。一日3食食べますが、夜はお酒も飲むので炭水化物は控えめに。そして締めめのラーメンはもっての外。ストレスを感じるとつい食に走ってしまう傾向があり、すぐ体型に出てしまうので、毎日体重計に乗って必要に応じて節制するよう心掛けています。

これまで健康診断で悪い結果が出たことはありませんが、年齢とともに血糖値やコレステロール値が気になってきました。その対策として数年前から、血糖値抑制が期待できる水出しの番茶を一日1リットル程度飲み続けてい

当工場で製造したラクターゼは世界中に輸出されていて、シェア率は世界第3位です。また、大腸がん検査試薬も全国各地の健康診断で採用されています。発酵受託事業では、主に食品関係の企業向けに、酵素や食品素材を生産しています。

24時間体制で多様な商品の製造を担っているのは、主に地元で採用された人材です。今後も事業を通して、皆さんの健康で豊かな暮らしを支えていきたいと考えています。



上) 品質マネジメントシステム「ISO9001認証」と食品安全マネジメントシステム「FSSC22000認証」を取得し、国際標準の品質管理を行っている。

下) 企業にアイスホッケー部があるのは\*水都。八戸ならではの。皆でプレーを楽しんでいる。

### 健診結果を直視して

す。カフェインが抽出されないので水分補給感覚で飲むことができますし、飲み始めてからは血糖値が大きく上がることはなくなりました。

これからも適切な食事と運動を心掛けながら、なるべく薬に頼らないような生活を続けたいと思っています。

また、得意とは言えませんが体を動かすこと自体は好きで、子どもの頃からサッカー、陸上競技、フェンシング、テニス、ゴルフなどに組み込んできました。そして八戸に来てからは、社内の素人アイスホッケーチームでプレーしています。子どもから大人まで、幅広い年代に合わせたアイスホッケーチ

ームがたくさんあるのは、やはり八戸ならではのですね。私たちのチームには社外の選手も交じっていて、楽しみながらプレーしています。

一方、残念なことに、最近体調を崩して亡くなった社員がいます。そのため、もし健康診断で良くない判定が出たらすぐに二次検査や精密検査を受けるよう、工場の皆に向けて話をしました。健康のために、一人一人が毎日の生活で気遣っていることはあると思うのですが、健診で実際の数値を見ないと分からない部分もあります。まずは健診の結果を直視して、改善のためにはどうすればいいか自分で考え、行動することが大切だと考えています。

### ラクターゼを世界へ

当工場ではかつて焼酎の製造や清酒の醸造をしていたので、市民の皆さんの中には「お酒の工場」というイメージがある方もいるかもしれません。実際、当時使用していた酒蔵は現存していません。

しかし現在は、醸造事業を通して長年培ってきた発酵技術と、免疫反応を利用した技術を生かして、食品用途の酵素や食品素材の製造と発酵受託事業、そして大腸がん検査試薬の製造という3本柱を軸に事業を展開しています。

その中で当工場の基幹商品となるのは、牛乳の成分である乳糖(ラクトース)を分解する酵素であるラクターゼです。ラクターゼは、牛乳を飲むとおなかでごろごろする乳糖不耐の症状を抑制する役割を持っています。

牛乳にラクターゼを添加すると、乳糖を甘みのあるガラクトースとグルコースに分解。砂糖を使わなくても甘くなるのでカロリーオフにもつながります。また、乳糖の結晶がなくなることで舌触りが滑らかになるので、乳飲料やヨーグルト、アイスクリームなどに使用されています。

**data**

合同酒精株式会社

住所: 八戸市城下2-11-67  
設立: 1946年7月



**オエノングループ**  
**合同酒精株式会社**

オエノングループの中核企業にあたる老舗酒類メーカー。酵素医薬品工場では、酒類事業を通じて長年培ってきた発酵技術と免疫反応を利用した技術をコアテクノロジーとして、酵素・診断薬などを開発・製造・販売している。

当院には、さまざまな経歴や資格をもつ職員が在籍しています。その個性を生かした活躍ぶりやリアルエピソードをご紹介します。

## 人にライフあり、ワークあり、歴史あり。

### 30歳から介護職員、そして看護補助者17年目を迎えて。

30歳を迎える年に勤めていた会社が閉鎖することになり、以前から興味があった福祉関係の仕事に挑戦したいと思い、「介護職員初任者研修」の資格を取得しましたが、さらに医療の現場でも学びたいという思いが強くなりました。実務経験もなく、不安でいろいろ模索していた際に「看護補助」者という仕事があることを知り入職しました。

最初は、業務だけで精一杯。患者さんとの関わりまで考えられず悩んでいました。

そんな時、「ただ何となく会話するだけじゃないんだよ」と看護師からアドバイスを受けた。患者さんの言葉に耳を傾ける、共感する、などポイントを意識しながら積極的に関わっていくと、逆に声を掛けられ、介助も褒めてもらえるようになり、とても嬉しく、何よりも自信に

つながっていきました。

資格や経験がなくても、仕事に飛び込んでもらえたこの職場に本当に感謝しています。入職して17年が経ちます。これからも日々患者さんのために学びや経験を積み重ね、患者さんが安心して入院生活が過ごせるように、医療チームの一員として、おもしろい心をもって円滑なサポートをしていきたいです。

#### 略歴

1995年3月 百石高等学校卒業  
2006年4月 メディカルコート八戸西病院  
看護部入職



看護部

看護補助者

Kiwako Sato  
佐藤 貴和子

※上記取材内容は2024年4月時点のものです。

もっと向上できる、ホスピタリティ。

## チャレンジ 改善委員会

みんなの力で

改善を

サービス、医療安全、感染対策などをホスピタリティ目線で改善するプロジェクト展開中です。



### 摂食嚥下障害と誤嚥性肺炎のご説明について



文字だけではイメージが湧きにくい部分はイラストや図を使い、どなたでも分かりやすいパンフレットとなっています。

当院では、摂食障害が疑われる患者さまの入院時に、障害と食事による誤嚥性肺炎のリスクについて説明しています。ご家族から自宅での食形態について、とろみ剤の適正分量などさらに詳しく知りたいとのご要望があり、言語聴覚士などと新たに作成したり、パンフレットを添えながらご説明するようになりました。障害の正しい知識も得られ、自宅での嚥下調整食作りに活用できると評価をいただきました。今後も患者さまご家族の負担が少しでも軽減されるよう、多職種が連携して、きめ細かなサービスの提供を心がけてまいります。



### 「SDGs宣言書」を策定しました

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  
GOALS



当法人ではこの度、国連が採択したSDGs（持続可能な開発目標）の達成に向けた取り組みを推進するため「SDGs宣言書」を策定しました。具体的な取り組みの一例として、

- ・DBJ健康経営格付やえるぼし認定などの評価を取得し、職員への健康配慮や女性が活躍できる職場環境を整えます。
- ・地域の健康推進のため、医療講演会など健康情報の発信を継続して行います。
- ・地域の医療福祉を担う人材育成に取り組みます。

当法人は、今後もSDGsの達成にむけた地域社会の持続的な成長・発展に貢献してまいります。

# One Day ワンデー 医療人

チーム医療を支える当院のスペシャリストたち。  
その専門職種ごとの一日の活躍ぶりをレポートします。



#13

## 〈健診課〉 顧客担当営業

Account Executive

地域の健康課題や企業の健康経営ニーズに応えるため、法定健診にとどまらないプランやサービス提供の顧客担当として従事。健診予約代行をはじめ健診結果で見つかった課題の改善策を医師、保健師、管理栄養士など多職種と連携したチームでサポートを行います。業務エリアは巡回健診担当の場合、広域に渡ります。

八戸西健診プラザ  
事務部健診課：川村 一真  
青森大学 社会学部卒  
第一種衛生管理者  
大型自動車第一種免許



館内と巡回の両体制で地域の健康を支える八戸西健診プラザ



健診（館内・巡回）当日でも特定保健指導を受けられる体制を整えています。

07:30 出勤・準備

08:00 午前業務スタート

企業や自治体などの担当として、県内広域を回ります。部署ミーティングのほか、他職種との情報共有、巡回健診の日は機器のチェックや準備などを入念に行います。



12:00 昼食休憩

内勤の日は自分のデスクで仲間と歓談しながら、外勤の日は事前にSNSやグルメサイトをチェックして各市町村での外食を楽しみます。



13:00 午後業務スタート

担当する企業や自治体へ訪問し、定期健診についてのスケジュール調整等の打ち合わせのほか、アフターフォローとして団体ごとの健診データに合わせた提案などを行います。



17:00 業務終了

### Note 地域の健康・保健課題に対応した勉強会

営業職であっても、地域特有の健康・保険課題に関する知識を深める必要があるため、勉強会を定期的で開催しています。医療専門スタッフから多様な意見や情報を得ることで、業務の質が向上するものとなっています。



OPEN  
HOSPITAL

オープンホスピタル

もっと開こう、  
地域へ。

見学実習

東北メディカル学院理学療法学科

地域の医療実習生や職場体験の受入れに  
私たちは積極的に取り組んでいます。

病院スタッフの働き方や多職種連携を学ぶ実習

3月5日～3月11日までの1週間、東北メディカル学院2年の見学実習が当院の回復期リハビリテーション病棟で行われました。

実習生は担当の理学療法士とともに、患者さまの治療見学はもちろんのこと、多職種で行われるミーティングや症例検討会への参加、病棟での日常生活場面でのリハビリテーションスタッフの役割などを学習しました。また訓練機器の使い方を実体験し、患者さまの運動機能の評価や治療の方法を考える機会を持ちました。

実習生からは、「スタッフと行動を共にしたことで、医療人としての患者さまへの向き合い方やリハビリテーションの必要性を学ぶことができた」と感想をいただきました。

これからも患者さまの生活に寄り添った回復を考え、よりよいリハビリテーションを提供できる療法士の育成に取り組んでいきたいと思っています。



リハビリテーション部の多職種ミーティングに参加しました。病状や背景も踏まえて患者さまの訓練目標を決める過程を学びました。



筋力増強訓練を見学しました。測定機器を使用して負荷を決めることや、どのような肢位で実施するのが有効か学びました。



下肢装具を装着して歩行訓練を行いました。患者さまに適した装具の選定方法を学習したり、装着の仕方を体験しました。



症例検討会に参加しました。リハビリスタッフのプレゼンテーションを見学し、資料のまとめ方を学校の発表に役立てます。

## i Information

### 骨粗鬆症マネージャーが 6名になりました

当院のリハビリスタッフが「骨粗鬆症マネージャー」の資格を取得し、有資格者が院内で合計6名となりました。当院は骨粗鬆症治療に力を入れており、診断、治療、運動指導のほかに、予防のための啓発活動も行っています。今後も専門的な医療の充実に努めてまいります。



### 健診の営業時間が 変更になりました

これまで八戸西健診プラザの営業時間は5～11月は7:40から、12～4月は8:00からとしていましたが、受診者の利便性を考慮し、4月より通年で7:40からの営業に変更しました。今後も地域の皆さまの声に耳を傾け、利用しやすい施設を目指し、スタッフ一同お待ちしております。



### 看護の日イベントを 開催します

5月25日(土)、当院1F交流ホールで、看護の日イベントを開催します。5月11日～5月25日の期間、職員の「心に残る看護エピソード」などの展示も行います。看護の日は5月12日ナイチンゲール生誕の日にちなみ、看護の心、ケアの心、助け合いの心を分かち合おうと制定されました。観覧は無料です。ぜひお気軽にご来場ください。



### 乳房視触診検査を 廃止しました

八戸西健診プラザでは、厚生労働省の検討会や日本乳癌学会診療ガイドラインに準じ、4月から婦人科検診における乳房視触診検査を廃止しました。今後はより効果的な画像による乳がん検診(マンモグラフィーや超音波検査)に注力し、乳がんの早期発見早期治療に寄与することを目指します。



地域の農家さんが  
地域の土と空気と水で育てた食材で  
おいしくいただいて健康になる  
しあわせ地産スイーツ。

しあわせ  
Chisan  
Sweets

南郷産の新じゃがを使って  
新じゃがとりんごのデザートスープ

Potato and Apple Dessert Soup

じゃがいもの主成分は炭水化物ですが、ビタミンB1を含むため効率よく代謝してくれます。ほかに水分バランスを保ち塩分の過剰摂取を抑えるカリウムやビタミンCも豊富に含まれています。りんごにはポリフェノール成分が多く含まれ、動脈硬化を抑制する作用、アレルギー症状を抑える作用などが知られています。

#### 【作り方】

- ①じゃがいもを茹で、冷ましてから砂糖、塩、牛乳とミキサーで混ぜる。
- ②さらに生クリームを加え、ふわっとなるまで混ぜ、ジップ付き袋に入れ冷凍庫で固める。
- ③りんごは芯をとり、皮つきで2～3ミリの薄切りにし、耐熱皿に並べて砂糖をふりラップする。
- ④600wレンジで6分加熱し、レモン汁をかけ粗熱をとる。
- ⑤鍋にヨーグルトを入れりんごジュースを少しずつ加え混ぜながらスープを作る。  
(まだ火にかけない)
- ⑥食べる直前に⑤を温めて器に入れ、②のアイスと④を盛り付ける。

#### 【材料】2人分

新じゃが ..... 150g  
牛乳 ..... 50c  
生クリーム ..... 100cc  
プレーンヨーグルト ..... 140g  
100%りんごジュース ..... 100cc  
りんご ..... 1/2 個  
砂糖 ..... 40g  
塩 ..... 0.1g  
砂糖 ..... 大さじ 1.5  
レモン汁 ..... 小さじ 2



管理栄養士  
阿部 瑞穂  
有料老人ホーム妙水苑



公式Instagramで  
ご覧いただけます

## Event イベントスケジュール

4月1日(月)～28日(金)	終日	当院 久木田恭輔絵画展	1Fアートストリート	自由観覧
4月29日(月)～6月14日(金)	終日	写真展 八戸コンタッククラブ	1Fアートストリート	自由観覧
5月11日(土)～25日(土)	終日	看護の日作品展示	交流ホール	自由観覧
5月25日(土)	9:30～12:00	看護の日イベント ※詳細は決まり次第 HPへ掲載します	交流ホール	自由観覧
6月25日(火)	12:45～13:15	アフタヌーンコンサート すみれ会大正琴コンサート	交流ホール	自由観覧
6月11日(火)～7月7日(日)	終日	七夕飾り	交流ホール	自由観覧
7月27日(土)		メディカルコート夏まつり ※詳細は決まり次第 HPへ掲載します		

・介護予防教室・健康相談のお知らせ

当院専門スタッフ派遣による「介護予防教室・健康相談」を八戸市内の各公民館などで開催しています。日時、場所、内容など詳しくは、当院外来の掲示板でご確認ください。

## 医療のいろいろなことを相談できる 当院公式WEBサイト「診療科トピックス」 をご利用ください。

当院では、患者さまの疾病や障害、健康などに関するお悩みについて、さまざまな専門外来の診療科と専門スタッフに、もっと気軽にご相談いただけるきっかけづくりとして、公式WEBサイトに「診療科トピックス」を設置しています。スマホやPCでのアクセス、またはお電話でご相談ください。

〈最新トピック〉

- ・子宮頸がん検診について
- ・整形外科について



●スマホ、PCでご覧の場合

公式WEBサイト  
「診療科トピックス」ページ



●お電話の場合(外来のご相談・ご予約)

 0120-824-489

受付時間 平日 9:00～12:00/13:30～16:30 土曜 9:00～12:00

## Note 編集ノート

### 令和6年度新人オリエンテーションを行いました。

新年度を迎え、今年も新入職員の新人オリエンテーションを行いました。看護部、リハビリテーション部、診療部等の職員が各部署に新しく31名が加わりました。新しい仲間とも出会い、交流する中で、社会人として一歩目を踏み出しました。ホスピタリティに溢れ、地域の方々に喜ばれる医療人に成長してくれることを期待しています。



研修では、病院の概要や各部署の業務内容のほかに、地域医療、院内の感染対策、医療安全などについて学びました。