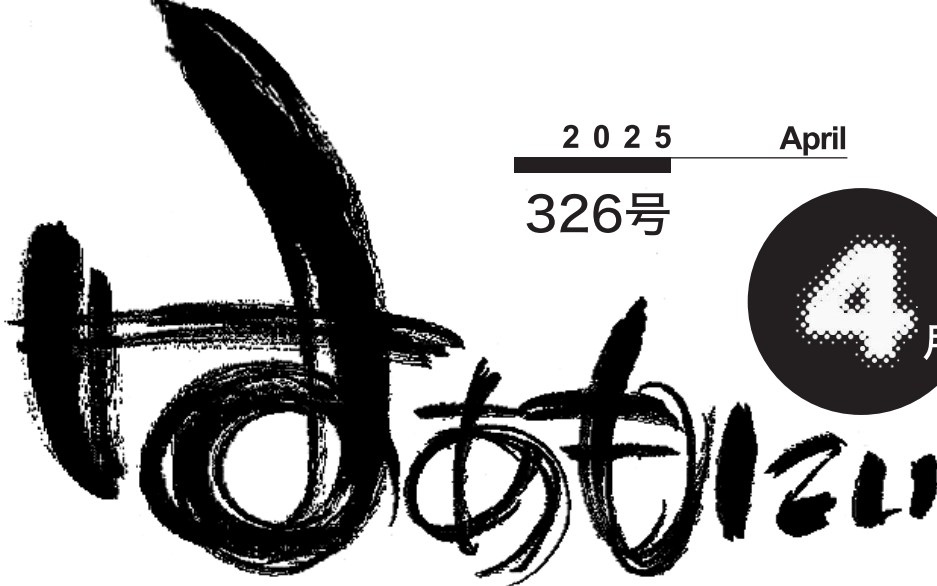




「おかやま子育て応援宣言企業」 ～しげい病院が県知事賞受賞！～

しげい病院 医療支援部 係長 坂本 有希

このたび、しげい病院は他の模範となる優れた成果をあげている企業として「おかやま子育て応援宣言企業 岡山県知事賞」を受賞しました。これまで積み重ねてきた子育て支援の取り組みが評価されたことを大変誇りに思います。

2022年4月には仕事と育児が両立できる環境の整備や地域における子育て支援等に取り組む「おかやま子育て応援宣言企業」に登録、同年10月には従業員の仕事と家庭の両立支援に特に積極

的な企業として「アドバンス企業」の認定も受けました。体制整備を進める中で、育休取得率が上昇（2023年度：女性100%、男性90%）し、職種・性別・役職等にかかわらず育休を取得しやすい職場風土が醸成されてきました。こうした成果が受賞につながったと考えています。

引き続き、安心して子育てとキャリア継続が可能な職場づくりに取り組んでいきたいと思えます。

贈呈式参加者の言葉

しげい病院 看護部 西尾 允希

私は長女と次男の誕生の際に、育休を取得させていただきました。育休取得にあたり、キャリアや経験・勤務形態など、不勉強故に不安なこともありましたが、上司や医療支援部の方々から、制度や勤務形態についてその都度説明をしていただきました。取得を助めてくださった上司、そして声をかけてくださった同僚の皆様に心から感謝しています。

以前は職種柄出勤時間が不規則で、子供と一緒に遊ぶことはおろか、一緒に寝ることさえままならないこともありましたが、その中で2回の育休を取得し、限られた期間ではありますが、妻とともに育児をしながら子供の成長を見守り、実感する時間をいただくことが出来ました。そして、復帰後も勤務形態を選択できることで、家族とともに過ごす時間をより優先した働き方をすることができています。

育休を経て、育児・家事や仕事において求められる父親の役割が時代と共に変化していることを痛感しました。まだまだ男性職員が少ない職種ではありますが、この度の経験を他職員とも共有していくことで、引き続き仕事と育児が安心して両立できる職場環境や風土の醸成に繋がればと考えています。



第4回 肝・腎かなめの健康講座を開催しました！

しげい病院 地域連携室 係長補佐 岡田 拓也

2月20日（木）、倉敷市内の「ライフパーク倉敷」にて「第4回 肝・腎かなめの健康講座～カンジン（肝・腎）なこと！みんなで知って、毎日の生活に役立てよう～」を開催しました。本講座は、岡山大学と創和会が共同開設した「肝・腎疾患連携推進講座」の一環として行われており、肝臓・腎臓の健康維持や予防についての知識を広めることを目的としています。

今回も平日開催ながらも43名と多くの方にご参加いただきました。開会にあたり、岡山大学学術研究院医歯薬学域 肝・腎疾患連携推進講座の高木章乃夫特任教授よりご挨拶をいただき、肝臓・腎臓の健康管理の重要性についてのお話がありました。



▲岡山大学 高木特任教授による開会挨拶

講演の内容

講演は5つのテーマで行われました。

第一部では、岡山大学の高木章乃夫特任教授が「沈黙の臓器 肝臓の声を聴いて！～ALT > 30で受診を～」というテーマで講演されました。肝臓は症状が出にくいいため、定期的な検査が大切であることが強調されました。

第二部では、しげい病院 院長兼血液浄化療法センター長で腎臓内科医の有元克彦先生より「知って得する腎臓のこと ～腎臓を守って元気で長生き～」というテーマで、腎臓病の予防と早期発見の重要性についての講演がありました。

第三部では、しげい病院 リハビリテーション部の西濱美絵室長（作業療法士）が「運動もカンジン！まずは5分からはじめよう」と題して、日常生活に取り入れやすい簡単な運動を紹介しました。参加者も実際に体を動かしながら学びました。

第四部では、しげい病院 栄養管理部の近藤美知子室長（管理栄養士）が「毎日の食事があなたの体を作る」というテーマで、健康維持のための食生活の工夫やバランスの取れた食事の大切さについて解説しました。

第五部では、岡山大学病院 新医療研究センターの助教である難波志穂子先生が「ウイルス性肝炎を予防する感染対策」について講演され、肝炎ウイルスの感染経路や予防策の重要性が伝えられました。



▲有元院長による講演

参加者の声と今後の展望

講演終了後には、無料の肝炎ウイルス検査が実施され、21名の方が検査を受けられました。参加者の方々からは、「病気の予防について具体的に知ることができて良かった」「運動と食事の大切さを改めて実感した」「検査の機会があることで安心できた」といった感想が寄せられました。

今後も、地域の皆さんへ健康についての正しい知識を提供する場を企画したいと考えております。



▲参加者集合写真

この人紹介 !!

松本三明先生をご紹介します！

2024 年 11 月から幸町記念病院に勤務されています。



今までどのような医療をされてきたのですか？

岡山大学医学部卒業後、心臓病センター榊原病院で通算 15 年、津山中央病院で 20 年勤務しました。その間岡大第 1 外科研究室で「腫瘍内浸潤リンパ球の細胞傷害活性の研究」で学位を取得し、川崎医科大学胸部心臓血管外科で 1 年間講師を務めました。心臓病センター榊原病院では、心臓大血管手術と心疾患を合併した消化器外科手術に携わりました。低侵襲手術が普及していない 1998 年頃、腹部大動脈瘤を 10cm 弱の小切開で行う MIVS (Minimally Invasive Vascular Surgery) 手術を考案し術後の回復期間を短縮しました。この手術論文は医学雑誌 Journal of Vascular Surgery にアクセプトされ、その後「Textbook of Diseases of Aorta」という欧米のテキストに分担執筆しました。現在ステントグラフト全盛の時代ですが、開腹で人工血管置換術を行う場合は MIVS 手術が広く行われています。

その後赴任した津山中央病院は年間救急車数 5,200 台、県北医療圏 20 万人の重症患者が集まる超急性期病院でした。心臓血管外科は開設間もない科だったため、心臓血管外科学会認定基幹施設を取得して専門医養成を可能にし、人を集め症例数を増やしました。さらに心臓血管外科、循環器内科、パラメディカルをまとめて心臓血管センターを立ち上げ、ハートチームとして診療にあたる体制を整えました。高齢者の多い県北には TAVI (経カテーテル的大動脈弁置換術) 実施施設が必須と考え、心外専門医 3 人という厳しい条件ながら優秀な後輩達が来てくれて認定合格しました。その後 3 年間で 150 例行い TAVI 専門病院に昇格しました。さらに経皮的補助人工心臓 Impella を導入し重症心不全、心原性ショックの患者を救うことが可能になりました。ライフワークである低侵襲手術では 7cm 程度の皮切で行う OBEEYE (外視鏡) を使った僧帽弁形成術も開始しました。また、副院長、心臓血管センター長として経営や DPC II 群維持、マネジメントに参加することで多職種の人達と交流できたことは大きな財産となりました。

休日の過ごし方を教えて下さい。

20 年ぶりに岡山に帰ってきてからは、家族で岡山市内を探索しています。家内はおしゃれなお店に目をキラキラ、Mac fan の私はビックカメラに入り浸り、大都会に出てきた田舎者と化しています。また、冬は愛犬と雪山トレッキング、夏は仲間や息子と北アルプス槍ヶ岳に登るなど、登山が大好きです。



▲槍ヶ岳



▲雪山トレッキング

最後に、幸町記念病院での抱負について教えて下さい。

ハイリスクな透析患者の心臓血管手術を多く手掛けてきました。透析患者は心臓血管系の合併症が多いため手遅れにならないよう疾患を発見し、薬物療法などで今までの経験を活かしたいです。そして、これまで幸町記念病院を支えてきたスタッフの方々と一緒に病院を盛り立てていきたいと思っています。

創和会グループ CE ミーティングを早島で開催しました

■しげい腎クリニック早島 統括マネジャー 田中 昭彦

2月15日（土）18時から、しげい腎クリニック早島において、創和会グループの臨床工学技士が一堂に会する、創和会グループ CE ミーティングが開催されました。このミーティングは、重井医学研究所附属病院臨床工学部が2024年度目標に「創和会グループ施設内の連携確立」を掲げていたこと、またしげい腎クリニック早島をもっと多くの職員に知ってもらいたかったことから実現しました。当日は、重井医学研究所附属病院から20名、しげい病院から7名、幸町記念病院から8名、クリニックから5名の計40名が参加しました。

クリニック開院前の見学会に来られなかったスタッフも多くいたようで、クリニック内を見学いただけたことはとても良かったと思っています。各施設に帰って、クリニックのPRに一役買ってもらえただけと信じています。そして、このミーティングをきっかけに更なる交流が生まれることを願っています。



▲クリニック施設見学

■重井医学研究所附属病院 臨床工学部 主任 久保 裕子

昨年創和会グループに幸町記念病院を迎え、臨床工学技士の総数も90名を超えました。

このたびさらなる連携強化を図るために「創和会グループ CE ミーティング」を企画しました。

開会式として各施設代表者からの挨拶と参加者の自己紹介をした後に、皆の課題であるコミュニケーション向上を目指しゲームを行いました。A4用紙30枚を使用し10分間で一番高いタワーを作ったチームの優勝です。エアコンを止めて欲しいと要望があるくらい白熱した戦いでした。最初にゲームを取り入れたことで緊張がほぐれ、その後のクリニック施設見学・意見交換会がスムーズに行えたと思います。

今回の意見交換会では、若手スタッフの疑問・質問をベテランスタッフが経験談を踏まえ答える形式を取りました。各施設の業務内容に始まり、新人時代の忘れられないインシデントや今の若手スタッフに求めることなど、様々な話題について進行役を中心に話を進め、どこのグループも話が途切れることはありませんでした。

開催するまでは参加者を集めることができるのか、盛り上がるのかと不安もありましたが、終了後のアンケート結果では参加してよかった、次回も参加したい、周囲にも参加を勧めたいとの意見をいただきました。今後も気軽に参加できるミーティングを目指したいと思います。



▲協力してタワー作り

参加者の声

幸町記念病院 技術部 技士長 岩谷 欣吾

10月に創和会との合併を控えており、創和会の皆さんが仲間として温かく迎えてくださっていることを感じ、大変ありがたく思いました。

普段直接関わることの少ない皆さんともっと話をしたかったのですが、時間が限られているので残念でした。常に課題や疑問を見つけるよう心がけて、皆で共有することで速やかに解決できるようにできればと思います。スタッフ同士、お互いのことを知る機会にもなるので、このような機会がこれからも続くと嬉しいです。



▲意見交換会

しげい病院 臨床工学部 副技士長 待場 敏

今回創和会初の試みで、どのような会になるのか期待と不安に駆られながら参加させていただきました。率直な感想は「参加してよかった！！」の一言に尽きます。

創和会グループの技士の多さに圧倒されながらも、各テーブルではチームビルディングゲームを皮切りに様々な意見交換が活発に行われ、短時間ではありましたがとても充実した時間を過ごすことができました。今年度も施設間において人事交流を行いました。多人数での施設間交流はまた違った持ち味があり、非常によい経験となりました。次回の開催を楽しみにしています。

OPEN HOSPITAL を開催しました！

重井医学研究所附属病院 事務部 企画課 栗原 玲音

この OPEN HOSPITAL は、医療職を目指す方や病院への就職を希望する方を対象とした求職者向けイベントとして開催されました。当院では、2019 年以来 6 年ぶりの開催となります。

実は、当時就職活動の真っただ中だった私も参加していました。当時一緒に参加していた同期に話を聞いたり、私自身の経験を思い出したりしました。そのうえで、コロナ禍を経て就職活動の状況が変化していることも踏まえ、ターゲットの皆さまに喜んでいただけるイベントになるよう、企画課のメンバーと共に内容を詰めていきました。

当日は、小雨の降る足元の悪い中、25 名の方にご参加いただきました。今回のイベントは、就職活動中の方をメインターゲットとして企画しましたが、最終学年の専門学生や大学生に加え、現在他施設で働かれている方や医療職に興味のある高校生にもご参加いただきました。参加者の皆さまが異なる背景を持っていたことで、交流の場ではさまざまな視点からの質問や意見が飛び交い、より充実した時間となったと感じています。

プログラムでは、病院概要の紹介、院内見学（ラウンド）、研修・給与・福利厚生に関する説明、職員との交流タイムなどを実施しました。特に職員との交流タイムでは、和気あいあいとした雰囲気

の中、参加者の皆さまから多くの質問が飛び交い、大いに盛り上がる時間となりました。質問内容は、職場環境やキャリアパスに関するものが多く、皆さまが将来を真剣に考えていることが伝わってきました。

終了後のアンケートでは、満足度を 5 段階で評価していただいたところ、68%の方が「大変満足した」、32%の方が「満足した」と回答し、非常に良い評価をいただくことができ、私たちもほっと胸をなでおろしました。また、「職員の生の声が聞けて参考になった」「病院の雰囲気がよく分かった」などの具体的な感想も多く寄せられ、開催の意義を改めて感じることができました。

今回ご参加いただいた皆さまの就職活動や将来の選択肢の一つとなっていれば幸いです。また、本企画の準備段階からご協力いただいた多数のスタッフの皆さま、そして参加スタッフの各所属長の皆さまに、この場をお借りして改めてお礼申し上げます。今後も、より多くの方に当院の魅力を伝えられるよう、イベントの内容を充実させていきたいと考えております。

＼ 院内ラウンドの様子 /



＼ 研修内容の説明 /



＼ 職員との交流タイム /



初心者職員向けテニス教室開催中！

しげい病院 医療支援部 事務次長 河原 秀明

しげい病院では昨年の9月から、毎月第3土曜日の午後に初心者職員向けのテニス教室を開催しています。掲示等で院内に希望者を募り、1回に3名～5名の参加があり楽しく黄色いボールを打っています。

倉敷青陵高校の横にある倉敷ビバリーテニスクラブコートをお借りして、準備運動・ボールを使つてのミニラリー、指導者が球出ししながらのフォア・バックストローク、みんなでボレーボレーやサーブレシーブと一通りこなしたあとには、ダブルスペアを組んでの試合を楽しんでいます。適度に休憩を挟み、水分をとりながらまたおしゃ

べりしながら和気あいあい。時間は約2時間程度で、体力に自信のない方でも楽しめます。

参加者の職種は医師・看護師・理学療法士・介護福祉士・事務など多岐にわたります。スポーツでのつながりをきっかけにして、日常業務でも職種間のちょっとした声の掛け合いがしやすくなります。気軽に良好なコミュニケーションにより、さらに絆が深まります！

月1回、重井医学研究所附属病院の公休日である木曜日にも教室を企画しています。気になる方はお気軽にお問い合わせください。



倉敷ビバリーテニスクラブ

(倉敷市大島 倉敷青陵高校横) 駐車場あります。

定員6名 (事前予約制)

参加費: 初回無料 2回目以降1回500円

準備物: ラケット、運動できる服装、運動靴、水分、汗ふきタオル
(ラケットない方はお貸します)

初心者
歓迎！！

2025年度 4/19、5/17、6/21、7/19

8/16、9/20、10/18、11/15

12/20、1/17、2/21、3/21

(参加ご希望の方は下記まで)

予定は変わる場合があります

リハビリテーション部 原(# 23) 通所訪問リハ平野(687)

医療支援部 河原(# 45) 090-1017-8760

ボールを打ってわいわいしながら運動習慣つけましょう！

(月1ペースで企画の予定です)



▲活動の様子

ヤクルト「愛の車いす」を寄贈いただきました

しげい病院 医療支援部 事務次長 河原 秀明

しげい病院は永年、ヤクルトさんの「愛の車いすチャリティーセール」に参画しています。

毎年 11 月になるとヤクルトレディからご案内をいただいたヤクルト商品について、購入希望者を院内で募ります。毎年、たくさんの方に購入・協力をいただいておりますが、特に“ヤクルト 1000” は人気商品で、今年度は約 30 人の方がこの商品を購入しました。

ヤクルトさんは、チャリティーセールの収益金の一部を用いて岡山県社会福祉協議会に寄託された 100 台の「愛の車いす」のうち 1 台を、1 月 23 日に当院に寄贈くださいました。しげい病院が「愛の車いす」を寄贈いただくのは、2013 年、2021 年に次いで 3 台目。また、昨年は健康増進施設はあもに倉敷が寄贈をいただいております。

なおヤクルト「愛の車いす」活動は昭和 56 年から始まり、福祉施設や医療機関・NPO 法人等

に対し、これまでに合計で 2,808 台を寄贈されたと伺っています。

寄贈いただいた車いすは現在、外来患者さんや透析患者さんなどにご利用いただいております。

皆さんからの善意、大切にに使わせていただきます。ご協力ありがとうございました。



▲岡山県西部ヤクルト販売株式会社の本山課長、当院ご担当の小西様と

EAP相談室コラム

「人前で話す時に“あがらない”コツ」

ジャパン EAP システムズ EAP 相談室

「人前で話すのは苦手」という人は案外いらっしゃるのではないのでしょうか。実は日本人の 8 ～ 9 割以上の方は、「人前で緊張する」と言われています。つまり、緊張すること自体はごく自然なことであり、仕事では適度な緊張感がある方がよいパフォーマンスが期待できます。しかしながら、頭が真っ白になり、うまく話せなくなってしまうほどの“あがり症”のような状態は、大きなストレスとなり、パフォーマンスの低下にもつながりかねません。

一方、皆さんのお仕事の中でも、上司や医師への説明、院内研修会での発表など、人前で話す機会は多々ありますね。そういう時に少しでも“あがらずに”話せたら、仕事のストレス軽減になり、パフォーマンスやモチベーションアップにもつながるのではと思います。そこで今回は、「人前で話す時に“あがらない”コツ」についてお伝えします。

人前で話す時に“あがらない”コツ

“あがり症”は、一般的に性格や精神面の問題と考えることが多いかもしれませんが、しかし、緊張し過ぎない心の持ち主になろうと思っても、そう簡単にはいかないものです。一方、発声や姿勢といった身体的な要素も“あがり症”を引き起こしていると言われています。“あがり症”の人は身体がとても硬く、特に肩や胸、喉などの上半身に力が入っていることが多いそうです。そのため、上半身を中心としたストレッチを行って身体をほぐし、息の通りを良くしたり、腹式呼吸を繰り返し練習し、しっかりと息を吸ったり吐いたりすることが“あがり”防止に役立ちます。なお、ストレッチや呼吸法は、“あがり症”の克服だけでなく、日常的に取り入れることにより、心身の健康の維持、仕事のパフォーマンスの向上にもつながり、生活全体により循環を生み出すことが期待できます。

- ・背筋を伸ばし、胸を張り、目線は前に
- ・首、手首、足首、胸回りをストレッチで延ばす
- ・丹田（おへその下）を意識し、しっかりと息を吸って吐く腹式呼吸で呼吸する
- ・表情筋を縦、横に動かしながら声を出す

※社会医療法人創和会は職員の心の相談窓口として、ジャパン EAP システムズと契約しています。
相談はお気軽に、電話やメールで。



昇格発令（令和7年4月1日付）

しげい病院

看護部 主任	吉川 慶江
看護部 副主任	藤本麻友子
看護部 副主任	吉田 夏実
看護部 副主任	前川 貴香
看護部 副主任	山田 真代
看護部 副主任	初村佳央里
看護部 副主任	安東花奈江
検査健診部 主任	松本 純子
リハビリテーション部 主任	清水 賢児
リハビリテーション部 副主任	伊藤亜由美
リハビリテーション部 副主任	原 昌斗
医療支援部 係長補佐	近土 亜矢
医療支援部 係長補佐	那須 聡美
医療支援部 係長補佐	比津 守弘
倉敷しげい訪問看護ステーション 課長	森分 涼子
倉敷しげい訪問看護ステーション 副主任	岸本 美雪

重井医学研究所附属病院

看護部 副看護部長	千田 京子
（兼）入院棟 4 階 責任者	
看護部 副看護部長	三澤 裕美
（兼）医療安全管理室 副部長	
看護部 主任	豊岡 泰衣
看護部 専門副主任	西村 清志
看護部 副主任	草野 智子
看護部 副主任	大熊 麻美
看護部 副主任	三近祐美子
看護部 副主任	前田 廣一
看護部 副主任	山中 洋子
放射線部 技師長	丸尾 憲一
放射線部 副主任	大橋 美紀
臨床工学部 主任	佐藤 拓也
臨床工学部 専門副主任	池内 文紀
臨床工学部 副主任	狭間 寛徳
臨床工学部 副主任	赤澤 佑太
リハビリテーション部 主任	三谷 啓
リハビリテーション部 主任	菊川 智
事務部 課長	目黒 将志
事務部 係長	中谷 修子
事務部 専門係長補佐	石井健太郎
事務部 係長補佐	俣野 恵美

はあもにい倉敷

カルチャーチーム チーフ	岡村奈々枝
介護予防チーム チーフ	八尾美奈子

本部

経営管理部 副部長	奥村 裕介
（兼）重井医学研究所附属病院 事務次長	
経営管理部 課長	小川みゆき
人事部付 課長	杉原 大介
幸町記念病院 出向	

催し物案内

重井薬用植物園

植物園を楽しむ会

「春山の万花の艶を楽しむ」

日時：4月27日（日）

10：30～12：30

会場：重井薬用植物園

編集後記

●先日、岡山シティミュージアムに「ジブリパークとジブリ展」を見に行きました。映画の世界に迷い込んだような感覚に包まれ、「千と千尋の神隠し」の世界観が生き生きと再現されていて、まるで映画の中に入ったような気分になりました。平日に行くことができたので比較的ゆっくり見ることができ、制作過程の資料やキャラクターの初期デザインに触れ、アニメーションの裏側にある繊細な手仕事と情熱を感じました。どちらも、ジブリ作品が持つ温かみや、細部へのこだわりを再確認できる貴重な体験でした。改めてジブリの魅力に引き込まれ名古屋のジブリパークにも行きたくなりました。（I Y）

●今年は、60年に一度の特別な年『乙巳（きのとみ）』だそうです。干支とは、古代中国から伝わり日本に定着した暦や思想の一つで、「十干（じっかん）」と「十二支（じゅうにし）」を組み合わせでできた60種類の年を指します。その中でも「乙巳」は、十干の「乙（きのと）」と十二支の「巳（み）」が組み合わさった年です。「乙」は、草木が曲がりくねりながらも成長し、新たな命が芽吹く様子を表し、「巳」は蛇を象徴し、脱皮を通じて新しい姿に生まれ変わることから、「再生」や「成長」を意味します。これらが重なる「乙巳」は、変化や挑戦、新しい可能性が広がる年とされ、多くの文化的・歴史的な転換点と結びついています。歴史的にも重要な出来事がいくつも起きており、例えば645年に起きた乙巳の変。近年では、戦後日本の経済成長を象徴する1965年の「いざなぎ景気」なども乙巳の出来事です。私事です、3年間のはあもにい編集委員をこの度卒業します。編集委員で研鑽したことを元に、変化と挑戦の年にしたいと思っています。3年間、お世話になりました。（S H）



社会医療法人 創和会グループ

WEB版はこちら。

バックナンバーもご覧ください。➡



- しげい病院
- 重井医学研究所附属病院
- しげい腎クリニック早島
- 医療法人 三祥会 幸町記念病院

- 倉敷しげい訪問看護ステーション
- 倉敷しげい居宅介護支援事業所
- 岡山しげい訪問看護ステーション
- 岡山しげい居宅介護支援事業所

- 重井医学研究所
- 健康増進施設 はあもにい倉敷
- 重井薬用植物園
- 倉敷昆虫館