



スイスの山と彩雲

良質で安心していただける医療を

# まいづる きょうさい

2026年 1月 Vol.41

国家公務員共済組合連合会 舞鶴共済病院

発行人 沖原 宏治

編集 広報委員会

## Contents

病院長ご挨拶	2
外来がん治療専門薬剤師の紹介	3
骨密度検査のご案内	4
令和7年度PUSH研修会	5
ご存知ですか？	
『リンパ浮腫』という病気	6
クリスマスコンサート	7
まいマフクラブの活動について	7

国家公務員共済組合連合会  
舞鶴共済病院

〒625-8585

京都府舞鶴市字浜1035番地

TEL 0773-62-2510

FAX 0773-64-4301

ホームページは  
こちらから  
<http://maizuru.kkr.or.jp>

舞鶴共済病院

検索



舞鶴共済病院から望む朝日：A棟より撮影

## 新年のご挨拶



新年あけましておめでとうございます。旧年中は、地域の皆さまをはじめ、関係各位より温かいご理解とご支援を賜りましたこと、心より御礼申し上げます。舞鶴共済病院は、本年も地域の中核病院としての責務を果たすべく、質の高い医療の提供に努めてまいります。

さて当院では昨年、刻々と変化する時代の流れを鑑み、病院運営の基本方針3項目に、新たに「持続可能な医療の提供」を加えました。人口構造の変化や医療ニーズの多様化が進む中で、限られた医療資源をいかに有効に活かし、将来にわたり地域の皆さまが安心して医療を受けられる体制を維持・発展させるかは、今後ますます重要な課題となります。当院は、当地域で不可欠かつ特色・特長を生かした医療の充実を両立しながら、持続可能な医療モデルの構築に向けて取り組みを進めてまいります。

また、地域とのつながりをより深める取り組みとして、経年的に市民公開講座を継続して開催し、多くの住民の皆さんにご参加いただいております。さらに、人生の最終段階における医療やケアについて事前に話し合う「人生会議（アドバンス・ケア・プランニング）」をテーマとした講習会も新たに企画し、主体的な医療選択を支える情報提供

に努めております。これらの活動は、地域全体で健康と医療を支え合う基盤づくりに欠かせないものであり、今後も継続してまいります。

本地域は人口減少の途上にあり、医療人材の確保や医療体制の維持、市内公的病院の再編・統合が大きな課題となっております。そのような環境下においても、私たち職員一同は「良質で安心な医療」をこれまでと変わらず、そしてこれまで以上に提供していく所存です。職員一同が専門性を高め合い、互いに連携し、一丸となって地域医療を支えるための努力を重ねてまいります。

本年が皆さんにとって健やかで穏やかな一年となりますよう心よりお祈り申し上げるとともに、引き続き当院へのご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

令和8年元旦

舞鶴共済病院  
病院長 沖原 宏治



# 外来がん治療専門薬剤師 の資格を取得しました



がんの治療ってなに？

がんの治療は、大きく分けて、手術療法・放射線療法・薬物療法（免疫療法）に分けられます。現在、がんの治療は、これらの治療を組み合わせて行う集学的治療が主流となっています。このうち、がん化学療法は薬物療法に該当する全身治療となります。がん化学療法は、気が付かないうちに、どんどん増え続けるがん細胞を攻撃する薬（抗がん剤）を使用することで、がんの増殖を抑制したり、死滅させたりする効果があります。また、がんの再発を抑え、がんに伴う症状を少しでも和らげることで、がん治療をされる皆様が、自分らしく社会の中で役割を担いながら生活がおくれるよう支援していく治療もあります。

がん化学療法は、以前は、入院による治療が主でしたが、現在は、副作用症状を軽減する薬剤の進歩・外来治療に適した治療計画の見直し・法の整備などにより、多くが、自宅にいながら外来通院で治療を行うことが出来るようになりました。



こちらは  
抗がん剤を調剤する  
専用キャビネットです。  
実際に調剤を  
行っている様子



安心して生活できるように…

当院には、緩和ケアチームも発足しており、つらさに焦点をあて身体面だけでなく精神面なども含め全人的に患者さんとご家族をとらえ、専門的に多職種（医師・薬剤師・緩和ケア認定看護師・社会福祉士）で患者さんとご家族が安心して生活を送れるように考えています。診断の早期から関わり、治療中における「痛み」「体のだるさや吐き気、息苦しさといった症状がつらい場合」「精神的に不安が強く精神的なサポートが必要な場合」「せん妄の出現や不眠への対応が必要な場合」「抗がん剤治療中でその副作用のコントロールで困っている場合」「退院へのサポートが必要な場合（在宅輸液や訪問看護など）」といった方へ、症状が少しでも楽になるようなサポートを主治医とともにチームで行っています。

**澤井 薬剤師よりひとこと**

治療を受けられる患者さんに、  
寄り添える専門薬剤師として、  
さらに精進し従事してまいります。

舞鶴共済病院外来化学療法センター

連絡先 0773-62-2510（代）

# 骨密度検査のご案内

骨密度検査は、骨の中にどれだけカルシウムが含まれているかを測定し、骨の強さを調べる検査です。骨粗鬆症の早期発見や予防に役立ちます。

## 当院の検査機器について

当院では DEXA 法という、2 種類のエネルギーの X 線を照射し、骨による吸収の差を利用して、骨塩量(骨密度)を測定しています。

仰向けに寝て腰椎と股関節の骨量を測定しています。検査時間は約 5 分程度です。  
胸部レントゲンと同程度の被ばくで測定することができます。(検査結果については見本のような様式で診察時にお渡ししています。)



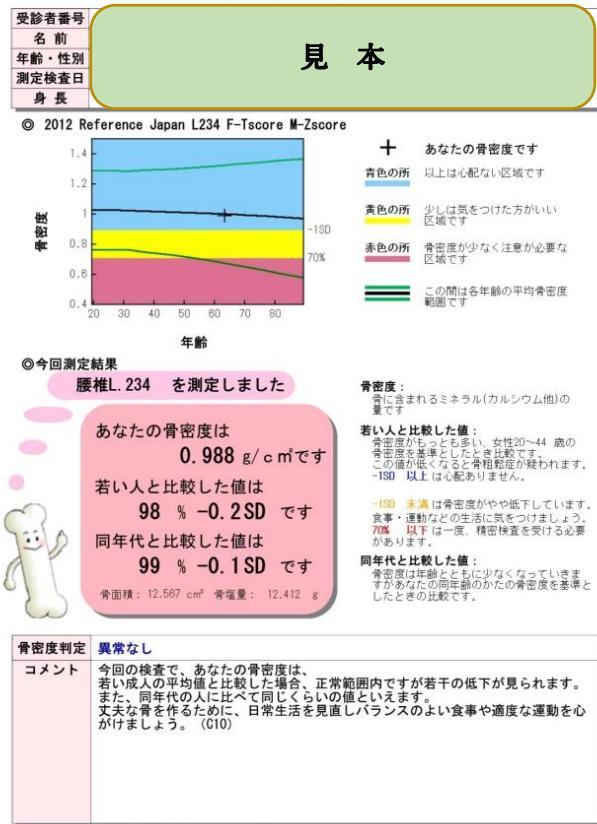
## 骨粗鬆症とは……

現在、骨粗鬆症患者は約 1600 万人いると言われていますが、骨粗鬆症検査をしているのは、全国で約 5.5% 程度と非常に少ないといえます。骨粗鬆症は症状がないため検査率が少なく骨折をしてから検査、治療をすることが多いのが現状です。骨密度の検査を行い、早期発見、早期治療することで健康寿命の増加、骨折の予防をすることができます。

## 当院の整形外科における治療方法

内服もしくは注射での治療になります。骨密度や採血検査をした上で患者さんに合った治療を提供します。

## 骨密度測定結果



# 令和7年度 PUSH 研修会

当院では、心肺停止に遭遇した際に、全職員が迅速かつ確実に初期対応できるよう、令和5年度から全職員を対象に院内研修として、「PUSH研修（胸骨圧迫中心のBLS研修）」を継続して実施しています。

PUSH研修とは、救命処置の中でも最も重要な胸骨圧迫の技術を重点的に学ぶ研修でAEDの使用方法もあわせて習得できるように構成されています。

倒れている人を見かけたら落ち着いて、まず声を掛ける「大丈夫ですか？」次に、呼吸をしているかを確認し、大きな声で人を呼ぶ。「AEDを持ってきて下さい。」「119番お願いします。」と言いながら、救急車が到着するまでの間、心臓マッサージをし続けるという練習をしています。一人では、心臓マッサージをし続けることは困難であるけれど、数名の人人がいたら、呼吸を合わせて交代し協力し合う、という方法も学びます。

職種を問わず誰もが“命をつなぐ第一歩”を実践できることを目的としています。

リスクマネージャー会議



研修担当者は  
BLS・ACLS 資格を持つ  
当院のクリティカルケア認定看護師  
渡瀬 美恵子  
田中 健太郎

## ご存じですか？『リンパ浮腫』という病気～リンパ浮腫ケア室から～

みなさんは「リンパ浮腫」という病気をご存じですか？

リンパ浮腫は、リンパ管に回収されなかった体液が皮膚の下にたまつてむくんだ状態のことをいいます。

生まれつき以外の原因として、日本では、がんの治療（手術、放射線治療）に伴って発症するケースが多いです。

ごく軽い違和感から始まり、進行すると次のような症状が現れます。



軽 度：違和感や軽いむくみを感じるが、夜、腕や脚を高くして寝ると翌朝には戻っている

中等度：夜、腕や脚を高くして寝てもむくみが戻らず、皮膚が硬くなってきて、徐々に皮膚を押してもへこみが出なくなり、関節が動かしづらくなってくる

重 度：むくみや皮膚の硬さ等、症状全体が増強し、行動が制限されるようになってくる。

皮膚からリンパ液が染み出してくることもある

\*一般的な病気によるむくみは、全身性に左右対称で同程度であることが多いのですが、リ

ンパ浮腫は機能障害が起こっている部位のみに現れ、左右差があります。

（例：①左足だけむくむ ②両足がむくんでいるが右より左の方がひどい ③右腕だけむくむ）

発症時期には個人差があり、治療から比較的早期のことであれば、数年・十数年経つから起こることもありますが、早く見つけて適切なケアを開始することが最も大切です。

あなた自身やあなたの家族に、「この症状、もしかしてリンパ浮腫かな？でも、どこに相談したらよいか分からない」とお悩みの方はいらっしゃいませんか？

当院には、リンパ浮腫の専門的な教育を受け、日本リンパ浮腫治療学会よりリンパ浮腫療法士と認定された看護師が在籍しており、医師の指示の下で医療的なマッサージや圧迫療法といった治療やケアを行っています。

また、啓蒙活動の一環としてリンパに関する講演等も行っています。

今後も病気の予防や早期治療につながるよう取り組んで参りますので、お困りの方は一人で悩まずにどうぞご相談ください。



令和7年10月11日

舞鶴市健康づくり教室『リンパを学ぶ～不要な老廃物を排出して元気に～』の様子

(於 舞鶴市多世代交流施設まなびあむ)



## クリスマスコンサート

～入院患者さんとともにクリスマスを過ごすひととき～

12月19日（金） 15:00～16:00

合唱・ハンドベル

B棟3階とC棟3階の渡り廊下・C棟4階デイルーム

C棟5階の3カ所にて開催しました



## 「まいマフクラブ～つむぎ～」を立ち上げました

このクラブは、認知症の方の手を温かく包む毛糸で編んだ筒状のマフをみんなで編もうと、有志と緩和ケア・認知症リンクナース委員会とのコラボで立ち上げたものです。

マフには、その内外に柔らかな編みぐるみのリボンなどの飾りがつけられています。筒状のマフに両手または片手を入れ、マフにつけた飾りを触ったりして、感覚を用いた関わりをすることで、認知症の方の落ち着かない手と心を穏やかに温かく保つものです。

まず、はじめに「マフ」を知つてもらうための展示会を開催するために見本を作成しました。



次に展示会では、「マフ」の説明を行い、認知症を患う患者さんご家族さんや、この活動に興味を持っていただく方や、誰かのために何か役に立ちたいと考えられている方と一緒に編み物をしたり、お話をしたり、アロママッサージをうけていただいたりできる「第1回 サロンつむぎ」の開催をお知らせしました。まず、第1回 12月17日（水）14:00～16:00に開催しましたので、その際の様子をご覧下さい。

緩和ケアナース & 認知症リンクナース & 有志スタッフ

