

Brief Letter

ブリーフレター

51

OCTOBER 2012

特集

命を救うための取り組み

～医療・救急救命の現場から～

千一夜医話

秋本病院理事長・院長 秋本 亮一

本誌表紙画家

宮本フ左さんインタビュー

スタッフの横顔

スタッフだより

レシピ／なんばんなめこの作り方
コラム／「震災ガレキと放射能」



絵：宮本フ左



SHOP 散策

天麩羅 酒宇



ご主人が天ぶらをひとつひとつ、目の前で揚げてくださいます。

創業80年の繊細な技が生み出す絶品天ぷら

薬院六つ角から上人橋通りに入って左側に、当院の契約駐車場「六つ角パーキング」があります。その向かいにある、福岡でも指折りの老舗天ぷら屋「酒宇」さんをご紹介します。

昭和5年に中州で開店、現地今泉には昭和27年からですので、ご存じのかたも多いでしょう。西方沖地震にもめげなかった築60年の佇まいに木造建築の力強さとたおやかさを感じます。

老舗というと敷居が高そうですが、使い込まれたカウンターや調度品からも人情と風情が伝わり、居心地の良さに時が経つのを忘れてしまいます。2代目のご主人は一見怖そう（ご主人、ごめんなさい!）ですが実はそうではなく、丁寧な仕事ぶりを拝見していると、細やかで優しいお人柄が伝わります。傍らで、タイミングよくサービスやお話しをしてくださる笑顔が素敵な女将さん。この3月で37周年というご夫婦のコンビネーションも天ぷら同様、絶品です。

今回は天ぷら定食と天井をご紹介します。4種類をブレンドした油でからっと揚げた天ぷら定食は、どれも美味！福岡ではめずらしい、きりりとした味付けの天つゆか抹茶、青のり塩でいただきます。

ランチの天井も、ボリュームたっぷりで大満足の美味しさです。

メニュー

平日ランチ／天ぷら定食 1,200円
かき揚げ定食、穴子丼 各980円
かき揚げ丼 880円
日祝ランチ／天ぷら定食 1,200円
天ぷら定食かき揚げ付 1,500円
夜／平均予算3,000円～

席数

カウンター9席、座敷10名

酒宇さんご一家は、先代の院長のときからの患者さま。特に17～8年前、ご主人のお母様が大名にあった旧病院に救急車で運ばれた時のお話は感慨深いものでした。



ランチの天ぷら定食 1,200円。天ぷらは、あなご、えび、なす、ししとう、大葉、ゴボウのかき揚げ、海老ミンチのはさみ揚げ、玉ねぎの豚肉包みの8品。（※季節によって変更有）シジミの赤だし、いかの酢の物、つけもの、ご飯付き。



ランチの天井 980円。赤だし、小鉢、つけもの付き。

店舗情報



天麩羅 酒宇

住 所：福岡市中央区今泉2-3-17
電 話：092-751-2207
営業時間：11:30～14:00, 17:00～21:30
定 休 日：不定

編集後記

ブリーフレター51号の制作をしていた8月は、なんといってもロンドンオリンピックでした。TVの中継が見たくて、寝不足の日を過ごしたかたも多いと思います。私もその一人です。メダル受賞者の銀座パレードには50万人の人出があったそうで、ニュースのインタビューで「元気をもらった」「夢はかなうことを教えてもらった」…と少年・少女がキラキラ輝く目で話していました。そして、なによりもなでしこ、レスリング、バレー、水泳などの選手の活躍に、日本の女性が心身共にタフで美しい！と実感した夏でもありました。

さて、そんな熱狂した夏も過ぎ去り、季節は秋を迎えました。ブリーフレター 51号は9月9日が「救急の日」ということもあり、これを機にみなさまと改めて「救命・救急」について考えたく、特集を「命を救うための取り組み」とし、医療現場や救急救命の現場での取り組みを取材しました。ご意見ご感想など、どうぞお寄せください。（畑間 啓子）

秋本病院 ブリーフレター No.51 2012 年 10 月発行 発行者／秋本亮一 発行所／医療法人 AGIH 秋本病院 デザイン／有限会社 広告農場 編集／矢野 美恵子
Copyright 2009-2012 Akimoto Hospital All rights reserved.

医療法人 AGIH 秋本病院 福岡市中央区警固 1-8-3 TEL：092-771-6361 <http://www.akimoto-hospital.jp/>

●診療科目：外科（消化器外科）・内科・胃腸科・肛門科・心臓血管外科・整形外科・脳神経外科・放射線科

●外来診療受付：平日 8:30～12:30/14:00～17:00 土曜 8:30～12:00 ●休診日：日・祝

特集

命を救うための取り組み

病院や消防隊が行っている、私たちの命を救うためのさまざまな取り組みをご存知ですか？ 今回は、先の9月9日「救急の日」をきっかけに救急について今一度考えるため、救急救命現場の取り組みについて取材しました。

大事故や災害に備えた「エマルゴ机上訓練」

「エマルゴ」を使った 具体的な訓練

福岡市救急病院協会と福岡市消防局の共催で、毎年行われている訓練があります。



7班にわかれ、各施設の手術室数・医師・看護師数が設定されているボードを使って訓練が行われました。



患者・医師・救急車などのカードを実際に動かし、シュミレーションを行いました。

福岡市救急病院協会と福岡市消防局の共催で、毎年行われている訓練があります。救急災害医療のシュミレーションキット「エマルゴ」を使った、エマルゴ机上訓練です。実際に大事故や災害が起こった場合を想定し、各持ち場に分かれて具体的な訓練をすることから、医療関係者や消防局員70名以上が参加した大規模なものでした。東日本大震災の石巻赤十字病院の迅速な対応は、まさにこのような訓練が生きた例として注目されています。



当院から4名が参加。慣れないこともありましたが、真剣に取り組んでいました。

「訓練の経験」が 現場で生きる

訓練は電單車事故を想定し、指揮本部・災害現場・救護所・救命センター・病院など7班に分かれ、病状が示された患者カードを使ってトリアージ（優先順位判定）をしていきました。実際にやってみると、4時間経っても救護所から数名を搬出できてないという結果に。判断に手間取る様子も見られ、参加者の多くが指揮・命令系統、連携の大切さを痛感していました。「災害や事故が起こった場合に適切に動けることが訓練の目的ですが、今回の訓練では上手く行かないことも含め学んで欲しいと思いました」という救急病院協会の方の言葉が印象的でした。

「状況を把握できておらず、手術室がうまっているのに手術の患者さんを受け入れてしまうことがあった」(病院担当)

「搬送する指示を出しても各病院がいっぱいだったりして思うようにいかず、煮え切らない思いを感じた。」(救護所担当)

訓練を終えた参加者の声

「他機関とのコミュニケーションをもう少し取って、手のあいている先生や看護師さんに来てもらうなどすればよかった」(トリアージ担当)

当院でも平成17年の西方沖地震の際に、事前の訓練のおかげで対応できたという経験もあります。やはり、日々の訓練が現場で生きるのだと感じました。一人でも多くの命を救うために、現場の皆さんが日々努力されていることもよくわかりました。

応急手当の大切さを広める「救命講習」

悪化している 救急救命の環境

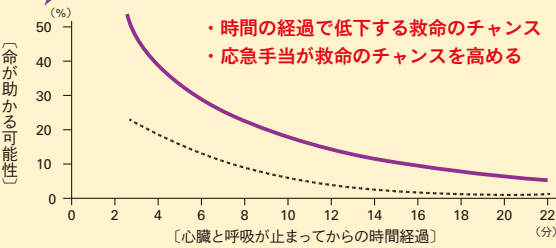
平成23年の、福岡市の救急車到着までの平均時間は6分21秒。全国平均の約8分と比較すると、一見速いように思えます。しかし、心臓と呼吸が止まってから6分で命が助かる可能性は30%（居合わせた人が救命措置をした場合）というデータから見ると、決して速いとは言えません。以前はもっと速く到着できていましたが、近年は車が救急車に道を譲ってくれないことも多く、到着時間は年々遅くなっています。

また、8分に1回サイレンが鳴ると言われている一方で、実は福岡市が所有する救急車は27台と少ないのも現状です。最近では緊急でないのに救急車を呼ぶ人が増えているのも出動回数増加の一因です。タクシー代わりに救急車を呼ぶなど安易に利用する人が増えており、緊急性の高い場合の出動に支障が出ています。

知識があることで 命を救える可能性も

救急車がくるまでに居合わせた人が行う応急手当を「救命処置」と言います。心臓と呼吸が止まってから6分時点で命が助かる可能性は、救急車が来るまで何もなかった場合は15%、居合わせた人が救命処置をした場合

応急手当と救命曲線



Holmberg M et al. Effect of bystander cardiopulmonary resuscitation in out-of-hospital cardiac arrest patients in Sweden. Resuscitation 47: 59-70, 2000. より、一部変更して引用 出典：福岡市消防局「いざという時の応急手当」

は30%に上がるというデータがあります。このことから、救命処置は命を救うために大切なことがわかります。「どうしたの?」という声かけも立派な応急手当です。救急車を呼んだとき、電話口で救命処置の方法を口頭で指導してくれますが、講習を受けていない場合は20分ほどかかると言われています。しかし、受講者の場合はそれよりずっと短い時間で済む分、命が助かる可能性も高まります。

応急手当をやるかやらないかは勇気の問題なのです。

福岡市消防局では救命講習を積極的に実施し、上記のような応急手当の重要性・知識を伝える活動をしています。その活動については、次のページで詳しくお伝えします。

救急車に 同乗してきました!

救急車に 乗って 感じたこと



今回初めて救急車に同乗し、救急隊員の方たちとともに行動させていただきました。朝は、軽い体操と腕立て伏せからのスタート。救急要請があつてから現場に着くまではほんの数分で、救急隊員は少ない情報から必要な処置や可能性のある症状を瞬時に考え対応していました。救急隊の情報を頼りに、受け入れ先の病院が準備するので、医師がいなくてもスムーズと的確な判断能力が求められるのだと実感しました。そして搬送先での迅速な処置が行われるためにも、救急隊と病院の連携がとても大事なのだと改めて思いました。その一方で、救急車をタクシー代わりに要請する方や現場に着いても搬送を拒否して帰ってしまう方もいるらしく、救急要請する方の意識の改善も必要だと感じる研修でした。



千一夜医話

みんなで守ろう「救急医療」



秋本病院 理事長・院長
あきもと りょういち
秋本 亮一

サイレンを鳴らしながら街を走る救急車。福岡市では、平成23年は平均すると8分9秒に1件の救急出動が行われています。年間64418件の救急出動件数です。行く先は救急病院。そこでは命との戦いが、毎日、昼夜を問わず行われています。

さて、皆さんが住んでいる福岡市は多様な医療機関が集中して、救急医療に関しては他都市で報告されている「患者受け入れ困難」等の事例がほとんど発生しない、極めて良好な体制が取られています。しかしながら近年、救急医療に対する需要と供給のアンバランスは年々顕著になり、この福岡市でも救急医療体制の維持が困難になってきているのです。

交通事故は年々減少しているのに、需要の増加とはいったい何が原因なのでしょう？ 実は、救急搬送患者の44・3%が65歳以上の方々でした。高齢化がその主な要因と考えられます。もう一つの要因は安易な時間外や休日の受診です。「コンビニ受診」といわれているのですが、限られた医療資源を有効に利用するには是非とも控えていただきたい行動です。

福岡市の救急医療体制は、初期救急（1次救急）体制として、平日・土曜の福

岡市急患診療センターにおける夜間診療と、休日は福岡市急患診療センターでの終日診療および市内5区（東・博多・南・城南・西）保健所内の診療所での日勤帯診療を実施しており、市民の急病に対応しています。診療には我々医師会員が交代で担当しています。休日を返上して、また日々の仕事が終わった後に急患診療に従事しています。もちろん翌日は通常の仕事です。

そして、初期救急の受け皿である2次救急は、福岡市救急病院協会が中心となっている外科系休日当番制や医師会会員施設による内科系2次当番制によって担われています。ここでは、1990年代から続いている医療費抑制政策により、救急医療に従事するマンパワーの枯渇、中小民間病院の医療経営逼迫などの問題が深刻化しており、救急医療体制の維持が困難になりつつあるのです。2次救急病院の機能低下は、最後の砦である3次救急の機能不全に直結です。

医療資源が豊富な福岡市でも、このように救急医療の崩壊が懸念されています。我々福岡市救急病院協会は、市医師会や行政と協議しながらこの問題の解決の努力をしています。しかし供給側の努力だけでは問題は解決しそうにありません。



提供/福岡市消防局

ん。救急医療を必要とする皆様にも、是非この貴重な医療資源を有効に利用できるように協力をお願いしたいのです。

サイレンを鳴らして街を走る救急車に乗っている患者さんの41・8%が「軽症」（傷病の程度が入院を必要としないもの）でした。軽症の方にも緊急の病態はあるのですが、単なる酔っ払いや、チョットした怪我の方がサイレンを鳴らして運ばれている現実をどう思いますか？

救急医療はみんなで守らないと、崩壊の危機に瀕しています。

特集 命を救うための取り組み ～医療・救急救命の現場から～



福岡市内では約800箇所にAEDが設置されているそうです。講習を受けて使い方を知っておくと迅速に対応でき、命を救うことにもつながります。

福岡市消防局
092-725-6600
<http://119.city.fukuoka.lg.jp/>

救命講習を受けよう！

福岡市では小学校から救命講習を行っているところもあり、合計すると市民（15～65歳）の約4割もの人が受講している計算となります。このように、救命講習は私たちの身近なものになってきました。また、救命講習を受講した従業員がいるなどの要件を満たした「救マーク」認定を受ける企業や施設も増えています。

福岡市消防局では、短時間で応急手当の基礎知識を学べる「救命入門コース」から、応急手当普及員講習までさまざまな救命講習を無料で行っています。ぜひ一度、受講してみましよう。

6月2日(土) 14:00～ 秋本病院メディカルセミナーでも救命救急講習会を行いました！



人工呼吸用のマスクを使って人工呼吸の練習。片方の手で気道を確保したまま、もう片方の手で鼻をつまみながら、息を吹き込む作業が難しそうでした。



心臓は、実は胸の真ん中にあると知りビックリ！胸骨圧迫（心臓マッサージ）は1分間に少なくとも100回以上行わないといけないため、皆さん100回に挑戦！



最後は参加者全員に、救命講習修了証が発行されました。皆さんの嬉しそうな顔が印象的でした。皆さま本当にお疲れ様でした！



AEDは音声が表示してくれるので、とてもやりやすく、皆さんもスムーズに習得していました。AEDが、身のまわりのどこにあるのかをチェックしておくことも重要！

参加者の声

秋本メディカルセミナーでは毎年救命救急講習会を行っています。来年も予定しておりますので、まだ救命講習を受けたことのない方の参加をお待ちしています！

AEDのことは知っていましたが、実際に使ってみると難しく予想以上に大変でした。

救命救急は、まず声かけが大切であるという、当たり前のことがわかっていませんでした。

説明がわかりやすく、実技も覚えやすく、とてもためになる講習でした。



人の命を救うのは、医療や救急救命の現場だけではなく、私たち自身でも、誰かの命を救えることがあります。それが、前ページでもご紹介した「応急手当」です。そしてその知識を得られる機会が、救命講習なのです。

私たちにもできる「命を救うための取り組み」

宮本フ左さん

Q 多才なフ左さんですが、水彩画はいつごろから？

65歳からです。知人に頼まれた飲食店の暑中見舞いのハガキを作っていたときに、文章だけで寂しかったので絵を添えたことがきっかけです。先生に習っていないので我流ですが、自由に描いているので楽しいです。

Q 当院との付き合いはいつ頃からですか？

胆石の摘出手術を、院長先生にいただいたいからですね。それ以来、誠実で優しい院長先生を信頼しています。ガンを発見してくださったのも院長先生で、おかげさまで命拾いました。秋本病院さんはアット・ホームな雰囲気、健診センターの千賀子先生、コンシェルジュの畑間さんや看護師長さんがた、みなさん良い方ばかりです。



宮本 フ左(みやもと・ふさ)
昭和11年 長崎市生まれ
ギャラリー経営などを経て、現在は水彩画家として活躍中。

49号より本誌の表紙に素敵な水彩画を提供してくださっている宮本フ左さんにお話をうかがいました。

Q ガンを患ったことをきっかけに本を出版されたんですね？

はい。父が私の幼い頃を書いた日記をまとめた「フ左日記」を出版しました。日記の存在は以前から知っていたのですが、ガンを患って初めて読んだんです。そのとき父の深い愛を感じ、病気を乗り越えることができました。それをきっかけに出版を決めたんです。

Q 今後の目標を教えてください

数年後に画集を出したいと思っています。文章を書くのも好きなので、絵とエッセイを組み合わせたものを考えています。こんな風に目標を持って生きることがとても大切だと思うんです。そして、そう思えるのは、信頼できる病院があるからだと思っています。安心して目標を持って生きられるのは幸せですね。

好奇心旺盛で前向きな方で、逆にパワーを頂きました。これからも、本誌に登場するフ左さんの素敵な水彩画にご期待ください。



父の日記をまとめた
「フ左日記」(長崎文献社／1,800円)
を2012年春に出版

低カロリーだけど旨みも栄養もたっぷり！ 「なんばんなめこ」

スタッフだより
recipe



山形県の
郷土料理で
有名！

管理栄養士 かめもと ゆうこ
亀本 裕子

材料(4人分)

なめこ	200g
えのき	30g
唐辛子	適量
麵つゆ	適量
水	適量
酢	少々

*お好みで、しその実(塩出ししたもの)や、山椒を入れてもおいしいです。

作り方

- ①酢を入れた湯に、なめこ一口大に切ったえのきを入れゆでる。
- ②ゆであがったきのこをザルにとりあげる。ぬめりがなくなるので水洗いはしない。
- ③麵つゆを水で薄め唐辛子を入れて味をととのえる。
- ④③でできたつゆに冷えたきのこを入れて出来上がり。

*冷や奴、そうめん、そば、うどんなどにかけたり、酒のつまみにもなります。

秋の旬の食材といったらキノコがあります。キノコは低カロリーで、ビタミン・ミネラル・食物繊維が豊富な食材です。カルシウム吸収を助けるビタミンDやビタミンB1、ビタミンB2、カリウムが豊富に含まれます。また、食物繊維には腸の働きを整えるだけでなく血中のコレステロール値、血圧を下げる効果もあると言われています。

さらに、きのこにはうま味成分であるグアニル酸が含まれていて、うま味成分グルタミン酸を含む昆布と一緒に調理すると、よりうま味が増します。ぜひ料理に使ってみてください。

「震災ガレキと放射線」

放射線課 課長 / 診療放射線技師 栗原 一誠



スタッフだより
column

その基準を超えたものは放射性廃棄物として移動や処分を厳重に管理され、低レベル放射性廃棄物処理施設で長時間保管することになっています。本来、原子力施設の外では施設内よりもさらに厳しい基準に設定し、最低でも原子力施設に準じる基準に設定するべきだと考えられています。しかし現状では、100ベクレルから8000ベクレル、福島だけでなく全国で10万ベクレルまで緩和され、焼却処理が

北九州市のガレキ受け入れ表明などで、震災ガレキが注目されています。東日本大震災における震災ガレキの問題点として

- ①放射性廃棄物の基準が大幅に緩められている
- ②一般処理場での焼却による大気への放射能漏れ
- ③一般埋立場への埋立による土壌・水環境への放射能漏れ

計算では、周辺住民への被曝は一般公衆の年間線量限度1mSvレベルを下回り、埋立後は100分の1以下になるとされています。現在、身近な環境から放射性物質を取り除くことが重要として、8000ベクレル以下の焼却灰は通常通り土への埋立や所定の廃棄処理場での処理を急いでいます。今後、8000ベクレルを超えるものは、大気や地下水を汚染しないように灰をセメントで固めるなどの処理を行い、埋立後の放射線量のモニタリングや跡地利用の制限などの適切な処理を行うとされています。

早く震災ガレキを処理して被災地の復興を手助けすることが大切だと思いますが、今回の場合、原発事故によって汚染され、放射性廃棄物となったガレキも含まれています。明確な指標がないまま処理を進めることは、逆に進行の妨げになるのかも知れませんが、皆さんもどうかぜひよく考えてみてください。安心して作業が行われ、早く復興が行われることを願っています。

行われようとしています。焼却処理によって生じる焼却灰については、8000ベクレル/kgを超えるおそれがあり、通常の処理施設での焼却、埋立場への埋立では、大気土壌水への汚染、周辺住民への被曝等の問題が生じてきます。



スタッフの横顔



ありむら なほこ
医事課 有村 菜穂子

最年少ながら
頼りになるしっかり者！

医事課のハムスターこと有村さんは、最年少ながら一番頼りにされている存在。その細く可愛い容姿からは想像もつかないほどクルクルとよく動き、その動きが速すぎて、忍者が通ったのかと錯覚させられることもしばしば。さすがは元バスケ部、ストイックなアスリート魂の持ち主です。そんな彼女もひとたび仕事を離れると、ほんわかの子に。

ミスチルとジブリが大好きな有村さん。ミスチルについて熱く語る仲間を募集中です。
紹介者: ミキティ



かわぐち のぞみ
看護師 川口 希

まじめで患者様からの
信頼も絶大！

病棟で1、2を争う長身の川口さん。仕事でも長身を生かしては男前に(おっと、失礼!)助けてくれることもしばしば。普段の仕事からも、まじめで誠実さを感じられ、患者さまからも信頼を寄せられている声をよく耳にします。そして、なんといっても似顔絵が得意! その完成度は周囲も認めるほどの腕前なんです。

プライベートでは、ドライブや旅行など外に出てアクティブに過ごすことが大好きなよう。今年の夏も、こんがり日焼けしていました★
紹介者: MNK メンバー

