



海水浴 in 丸木浜

CONTENTS

特集「センテラス天文館」……………	2	医療安全だより……………	9
さめしま NEWS ……………	5	さめしま広場……………	11
栄養科だより……………	6	編集後記……………	15
患者相談窓口……………	8		

病院理念

- 1 患者中心の医療
- 2 専門性の推進
- 3 健全な運営

基本方針

大腸肛門・消化器疾患専門病院として、患者とともにより高い診療の質をめざします。

- 1 倫理規定を遵守し、患者の権利を尊重して信頼関係に基づいた医療を行います。
- 2 常に新しい医療を安全に追及し、明るい病院づくりをめざします。
- 3 他医療機関や社会との連携を推進し、地域の健康と福祉の向上に貢献します。
- 4 職員が働きがい・やりがいを持てる職場をめざします。
- 5 将来にわたり安定した医療サービスを提供するために、健全な運営を行います。

患者の権利と責任

- 1 患者さまには、人格を尊重した思いやりのある優しい医療を受ける権利があります。
- 2 患者さまには、診断・治療・予後について十分な説明を受ける権利があります。その上で治療方針を決める権利を持っています。
- 3 患者さまには、検査の結果や治療法の説明に対して、他の医師・医療機関の意見を受ける権利（セカンドオピニオン）があります。
- 4 患者さまには、個人情報やプライバシーが保護される権利があります。
- 5 患者さまには、最適な医療を受けるためにスタッフと協力して診療に参加する責任があります。



特集

## 鯨島病院周辺探訪～その壱～ 『センテラス天文館』

看護部 前田香織

当院は鹿児島市加治屋町に位置し、鹿児島中央駅からは徒歩で約15分、天文館からは徒歩で約10分という鹿児島市街の中心地にあります。市電、JRはもちろんですが、バスの停留所なども多く、公共交通機関を利用したアクセスはとても便利です。中央駅周辺エリアには、アミュプラザ、イオンなどの大型商業施設があり、2021年4月にはLi-ka1920もオープンしさらに賑わいを増したように感じます。そして2022年4月には、天文館エリアにセンテラス天文館がオープンしました。天文館といえば、私がまだ女子高生だった遙か遠い昔・・・「タカプラで待ち合わせね～！」と土曜日の学校帰りや休日に意味もなく(?)友達とブラブラしていた場所。最近の鹿児島はあちらこちらに便利な大型商業施設ができたため、すっかり天文館のアーケードから足が遠のいていたのですが、数年前、タカプラ跡地に再開発ビルがオープンする！と耳にして以来、待ちに待ったオープンでした。オープン当初は平日、休日ともに混雑が予想されていたので、コロナ感染予防のためにも少し落ち着くのを待って、6月某日ついにってみました！！今回は独自目線にはなりますが少し紹介したいと思います。



タカプラだった頃、待ち合わせをしていた場所は素敵なエントランス広場になっており、ここでイベントなども開催されるようです。この日はあいにくの雨でしたが、広いスペースで屋根もあるので雨に濡れることもなく、素敵な空間になっていました。ガラス張りで中のショップも見えていて、入店する前からワクワクしました。手前に写っている『Eggs'n Things Coffee』は、ずっと行列ができていました。





そして、センテラスの目玉といっても過言ではないのでは？『天文館図書館』です。大型商業施設に本屋さんではなく図書館という発想がまず驚きでした。今までの図書館と少し違うのは、本棚や読書スペースの配置。全体的にゆったりとした雰囲気できつろげる空間になっていました。図書館の中にはカフェも併設していて、なんと！図書館内へドリンクの持込みが可能。読書スペースも、机と椅子の場所があれば、ソファ席などもあり、その時の気分で場所を選べます。また、席の予約システムもあり、自分のスペースを確保することも可能。コロナ感染対策として、隣の席との間にはアクリル板の仕切りもありました。電源コンセントも設置されていて、パソコンを持ち込んで作業している方も見かけました。読書好きな我が家の子どもたち、ここで1日過ごせるだろうなあ～…私は寝てしまいたいそう…。

そしてやっぱり職業柄(?) 気になったトイレ事情をちょっと見てきました。各フロアにある車いすトイレは、しっかり『オストメイト対応』になっていました！立ったまま便排除しやすい高さに設置されていて、温水も出ます、シャワーノズルは引っ張り出すことができ、鏡も付いています。手の届く位置にペーパーもあり、物を置けるスペースもあります。各フロアにオストメイト対応トイレがあり、安心してショッピングができますね。



そしてトイレの近くにあった授乳室もちょっと見学してみると、これまた赤ちゃんが落ち着いて授乳できるスペースになっていました。驚いたのが調乳できるスペースがあり、ミルク用のお湯が出ること。(図書館のあるフロアにありました。) 赤ちゃん連れのお出かけは荷物がどうしても多くなって大変ですね。お湯をもって出かかなくて良いだけでも大助かりです。他にも図書館には子どもたちが遊べるスペースやベビーカーを置くスペースなどもありましたよ。子育てに頑張っているママたちが気分転換にお出かけできる場所になってくれると思います。



荷物が多いたえば・・・コインロッカーもありました。  
たくさんお買い物しても大丈夫！



15階にあるスカイビュー展望テラスからは天文館一帯を眺めることができ、天気の良い日には絶対にお勧めです。7階から14階はホテルの客室になっているので、県外からの来客には是非お勧めしたいです。一つ一つをここでは紹介しきれませんが、フロアガイドを見てみると、【鹿児島初】はもちろん、【九州初】、【全国初】のお店もたくさんありました。ぜひ、空いている平日を狙って行ってください！

雑貨屋さんでオーガニックのデオドラント商品や美味しそうな水出し紅茶を購入し、ランチにカフェにと1日楽しむことができました。駐車場も徒歩3分程のところにあるセンテラスパーキングを利用しましたが、お買い物割引で無料になり、かなりお得に感じました。

それではまたいつの日か(?) 鯨島病院周辺探訪をお伝えしたいと思います。次は近場の穴場か、また大型施設か・・・いずれにしても、どんどん発展していくこれからの鹿児島が楽しみです。

LOVE！鹿児島！



## さめしまNEWS 1

毎号旬のトピックスや注目の情報をお届けします

## 防災訓練

看護部 宮内 梢

2022年6月13日に防災訓練を実施しました。地下の厨房から火災が発生したことを想定して実施しました。夜間の火災を想定していたため、スタッフの人数が少ない中で連携し、患者さまの安全を確保しながら避難誘導することを念頭におきながら、今回防災訓練担当として配役や設定などを考え事前準備を行いました。私は防災訓練担当であったため、自分がシミュレーションのメンバーだったらどうするかを考えながら、実際に放送や通報を行うスタッフの動きを確認しました。実際に行っているスタッフの動きを見て、自分自身が通報を行なったりするときは動くことができるか不安になりました。シミュレーション後には実際に警報機に触れ、普段使い慣れていない警報器の扱い方や、消防からの通報の受け答えなどを振り返る良い機会になりました。これまでは電話で119番へ通報をしなければいけませんでした。通報に関しては新しく火災通報用電話機が設置されており、火災受信機が火災を検知した時点で自動的に消防へ通報するシステムになっていました。そのため火元の初期消火をより早く行うことができました。

今回の防災訓練を通して、火災を未然に防ぐことが一番ですが、万が一のことを想定した備えは重要だと実感しました。12月には消防署の方と、消火器の使用訓練や患者誘導などの訓練も予定しています。引き続き防災訓練に取り組み、患者様が安心安全に入院生活を過ごしてもらえるような環境と医療の提供を行っていきたいと思います。





# 食とがん

管理栄養士 東郷理沙

今、日本人の二人に一人が一生のうち一度はがんになるというデータがあります。がんは日本人にとって身近な病気で、その予防は多くの人の関心を集めるテーマです。いろいろな情報が溢れている昨今。多くの情報の中から化学的根拠に基づいた情報をいくつか紹介したいと思います。正しい情報選択の一助になれば幸いです。

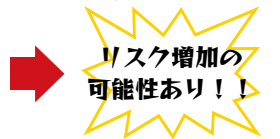
## がんになりやすくなる食品ってあるの？

- 塩分の多い食品→胃がん
- 熱い飲食物→食道がん  
(やけどしてしまうくらいの熱さ)
- 飲酒→ほぼ全てのがん



健康のためには成人男性で1日7.5g、女性で6.5g未満がよいとされています。減塩は生活習慣病予防だけでなく、胃がんの予防にも重要！

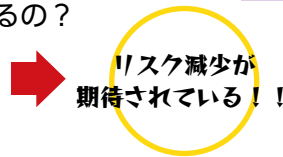
- 加工肉や赤肉→大腸がん



赤肉といわれる牛・豚・羊などのことです。赤身肉はだめで霜降り肉ならよいという意味ではありません。鶏肉は赤肉には含まれません。鶏肉はがんのリスク増加との関連がみられていません。

## がんになりにくくなる食品ってあるの？

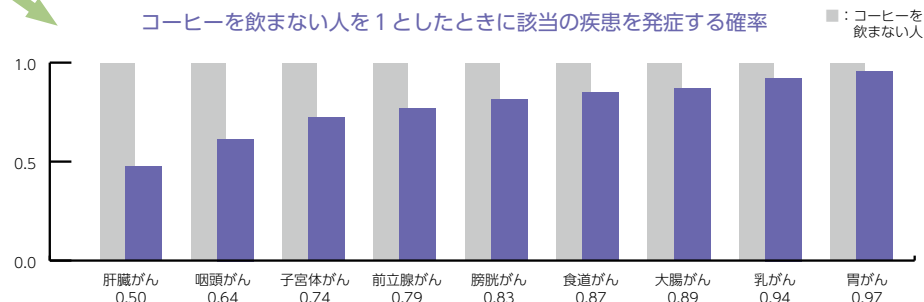
- 野菜や果物→食道がん、胃がん
- 食物繊維→大腸がん



他にも、コーヒー、緑茶、大豆・イソフラボン、カルシウムも日本人のがんのリスクを下げる食品や栄養成分として挙げられます。

コーヒーに注目！！

コーヒーを毎日のように飲む人は、コーヒーをほとんど飲まない人と比べて、肝がんになるリスクがほぼ半分！！また他のがんのリスクも下げるようです。



Sang LX et al. BMC Gastroenterol. 2013;13:34.Turati F et al. Ann Oncol. 2011;22(3):536-544. Yu X et al. BMC Cancer. 2011;11:96. Botelho F et al. Cad Saude Publica. 2006;22(5):889-900. より作表

## 【食品と発がんのリスク】

	全て	肺	肝臓	胃	大腸	結腸	直腸	乳	食道	前立腺	子宮頸	子宮内膜
飲酒	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	●
高塩分食品				△								
熱い飲食物									△			
肉	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
穀類		●	●	▲	●	●	●	●	●	●	●	●
魚		●	●	●	●	●	●	●	●	●	▼	●
コーヒー			▼	●	●	●	●	●	●	●	●	▼
大豆		●	●	●	●	●	●	▼	●	▼	●	●
緑茶	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
野菜	●	●	●	▼	●	●	●	●	▼	●	●	●
果物	●	▼	●	▼	●	●	●	●	▼	●	●	●

国立がん研究センター 社会と健康研究センター がんのリスク・予防要因 評価一覧 (ver.20201130) より抜粋作図

## 消化器がんを予防するにはどんな食事をすればよいの？

脂肪肝からの発がんに食事の脂肪がどのようにかかわっているかを調査したマウス実験にてマウスに3種類の脂質を多く含む食事を与えた結果…



つまり！脂肪(コレステロール、飽和脂肪酸、トランス脂肪酸)の摂り過ぎを控え、腹七分目が良い！！

## 大腸がんと食事との関連でわかってきたこと

- ・加工肉が大腸がんの最大のリスク要因
- ・糞便中に含まれる硫黄を代謝する腸内細菌(悪玉菌)が大腸がんのリスク増加に関わっている

つまり！！加工肉の摂取を控える、腸内環境を整えることが重要！！

## 飲酒とがんの関係

- ・飲酒は日本人男性のがんの原因の9%、女性のがんの原因2.5%と推計、様々な部位のがんのリスク増加
- ・1週間で同じ量を飲んでも、休肝日があるとリスク減少
- ・同じ飲酒量で喫煙者の死亡率は高くなる
- ・1日あたりの飲酒量や1週間あたりの頻度より、1週間あたりの総飲酒量の方が重要
- ・お酒の種類ではなく健康リスクと関係するのは純エタノール(アルコール) 摂取量

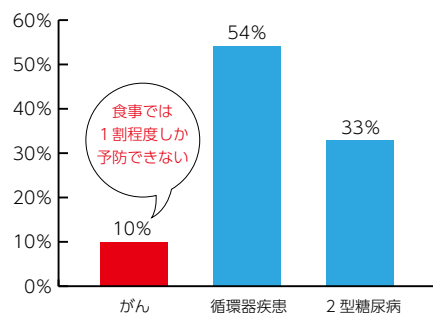
### 【節度ある飲酒量の目安】

種類						
	ビール	日本酒	焼酎	ウイスキー	ワイン	缶チューハイ
アルコール度数	5度	15度	25度	43度	14度	5度
純アルコール量	女性20g	中びん1本	1合	0.6合	ダブル1杯	グラス2杯
	男性30g	中びん1.5本	1.5合	1合	ダブル2杯	グラス3杯

がんの予防を考えたら禁酒！！飲むなら節度ある飲酒量で！！

しかし、がんの罹患に食事が寄与する割合は実は1割程度と意外と少ないようです。つまり食事をどんなによくしても1割くらいしか予防できません。がんはタバコやお酒、感染などの影響が大きいので、それらを総合し予防策を取ることが必要です。本当に悪いとわかっているものをやめるのは大事ですが、がんだけではなく心筋梗塞や脳卒中など予防すべき病気は他にもあるので、何か一つにこだわらず、体のことを総合的に考えて健康維持に努めていただければと思います。無茶なことは続けないよう気をつけつつ、食事は楽しく摂りたいですね♪

## 【がん、循環器病、糖尿病のリスクと食事の関連性】



※がんの罹患に寄与する食事10%の内訳  
 摂取不足：果物、牛乳、カルシウム、食物繊維  
 摂取過多：赤肉、加工肉、ナトリウム

GBD 2017 Diet Collaborators. Lancet. 2019;393(10184):1958-1972. をもとに作図

## 患者相談窓口

### 患者さまから寄せられるちょっとした「？」にお答えします

2019年に始まったコロナ禍により、患者さまには何かとご不便をおかけしております。

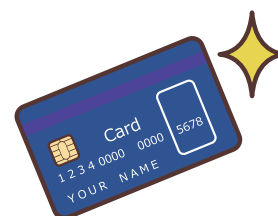


いまだ、終息とまではいきませんが、国内でもさまざまな制限が緩和され始め、コロナワクチンの4回目接種も始まり、医療業界でも徐々に緩和されていくのではないのでしょうか？

さて、先日入院患者さまより退院時のお支払いの件について、「現金が用意できていない。銀行やコンビニまで出かけたらいけないか？」というご相談がありました。

入院中面会も外出も禁止となっている中でのご相談で、退院手続き後に外出、お支払いをしていただくこととなりました。

現金でのお支払い以外に、クレジットカードでのお支払いが可能です。また、銀行や郵便局のデビットカード機能付きのカードも利用できます。



詳しくは会計窓口におたずねください。

急な退院、入院費の概算を希望される場合など、随時ご相談に応じておりますので、お気軽に声をおかけください。

一日も早く、制限のない日常が戻りますように。

\*デビットカードとは…預金口座から即時引き落としで支払できるカードです。

キャッシュカードに機能が付いていますので、各銀行・郵便局へお問い合わせください。

患者相談窓口 相澤美雪



患者さまとスタッフが、ともに安心して治療に専念できる医療環境を目指して

# 医療安全だより

看護部 柳 久美子

## 新型コロナ感染症対応で気づいた事

ダイヤモンドプリンセス号から新型コロナウイルス陽性者が判明してからはや2年が過ぎました。瞬く間に日本全土に蔓延し、天文館ではクラスターが発生。3密、会食の自粛、体温測定、手指消毒など市民への行動制限が始まりました。毎日ニュースで ECMO（人工心肺装置）を装着した患者の姿。医療の現場はスタッフも医療材料も何もかもが不足している状況でした。先の見えない状況に不安を感じました。「酒造店がアルコール消毒を作っているらしいよ…」色んな情報が飛び交うなか、それが医療現場で適性なのか検討も必要でした。マスクの在庫確保のため1日の使用数を制限しました。世間ではマスクが1枚100円で販売されている状況でした。必要としているスタッフへ「布マスクを作ろう」と取りかかりました。布も、ゴムも不足している状況でしたが皆で段ボール2個分のマスクを作りました。「かわいい」「嬉しい」「家族にも欲しい」などスタッフの喜びの声を頂きました。私もミシンをこんなに使うのは高校生ぶりでした。同時に病院の感染防止対策も進めていきました。鹿児島市からの要請もあり、未知なる新型コロナ感染症対応の準備を実施していきました。①発熱外来の設置②入院患者のPCR検査開始③病院全体の環境整備④PCR機器の導入⑤ワクチン接種の運用などです。そして感染業務・対策室会議の時間を増やして頂きました。日々変化する感染状況を見極め、修正が必要か「密」にコミュニケーションをとりました。

日々病棟や外来、事務部、医師からも感染対応について連絡がきました。その度に責任を自覚しました。

そんな中、「クラスター発生では」という事例がありました。退院後の患者さんから「コロナ陽性になった」と連絡があり、すぐ病院に集合しました。看護部長や病棟師長は保健所と連携しました。濃厚接触者リストの作成、翌日のPCR検査の対応準備、発生届の準備、濃厚接触者への連絡などを手分けして行いました。外来師長と私は陽性者本人へ聞き取りをしました。本人を傷つけることのないようにと思いながら話しました。その後濃厚接触と判断した患者さまへ電話をしていきました。ほとんどの方が、病院からの夜遅くの電話で驚き、翌日が日曜日ということもあり「用事がある」「明日じゃないとだめですか?」と言われてたり、陽性者の個人情報を探ねられたり、電話のむこうで夫婦喧嘩が始まったり、混乱していました。ひたすら謝罪し丁寧に説明をしていきました。すべて終わったのは夜中1時過ぎでした。翌日は朝一で保健所へ検体受け取り、PCR採取準備、手順確認、記録など手分けして行いました。昼頃には無事に終了することができました。結果はスタッフも患者さま全員陰性でした。本当に安心しました。

今回、新型コロナウイルス感染症対応を経験して学んだこと。それは頭で理解していても、出来なかった自分に体感として気づいた事、一人では何もできない事、他の意見に耳を傾け柔軟性をもつ事、それが、よりよい連携、よりよい看護提供につながるのだと…。





## さくらんぼ会のお知らせ

オストメイト（人工肛門の方）とそのご家族を対象に毎年開催しています。懇談会（さくらんぼ会）では同じオストメイトの方同士、意見交換・コミュニケーションの場になればと思っています。興味のある方はぜひご参加ください。

開催日：10月の土曜日予定

時 間：午後2時～4時

場 所：当院5階ホール

内 容：①医師より「ストーマについて」

②看護師より「皮膚トラブルの対処法」

③懇談会・意見交換会

④その他 ・商品紹介

・ストーマ外来活用法と案内



※新型コロナ感染状況により、日時を変更する場合がありますのでご了承ください  
詳細については担当にお問い合わせください。

連絡先：鮫島病院外来 担当（水野・本田）

電 話：099-224-2277（平日 9:00～17:00）

## 夏季休診のお知らせ

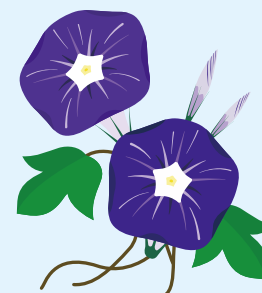
令和4年8月15日（月）当院は休診になります。

8月13日（土）午前診療

8月14日（日）休診

8月15日（月）休診

8月16日（火）～通常診療



# さめしま広場

スタッフからのエッセイ・お知らせなど  
自由投稿のコーナー

## 平川あさみの鮫島病院へのラブレター

診療部 平川 あさみ

私、かれこれ27年鮫島病院で細く長〜くお世話になっております。鮫島先生達とは大学生時代よりかわいがってもらい、お付き合いなんと44年経ちました。

鮫島ウオッチャー27年、大好き鮫島病院、ゴマすりしたいと思います。

<この病院のヤバイ事>

①理事長、院長の職員、病院への愛がヤバイ！

患者さんへの愛情はもちろん職員一人一人家族のように思ってる。

昭和の開業医のいいところが残った病院。あったかいんだな～

②医師たちのパッションがヤバイ！

高度の医療はもちろん、内科外科の垣根を越えたチームワークがすばらしい。

(医者は顔じゃないと思います)

③職員のプロ意識がヤバイ！

職種を越えて自ら良く動く自分をほめてあげてください。

間違いなくあなたの仕事ナンバーワン！

以上が私が鮫島病院大好きで辞めない理由です。

人それぞれの正義があって意見は食い違うけど、嫌なことも必然の学びと考え頑張っていきましょう。

追伸 私の趣味は道の駅、物産館めぐりです。

お勧め道の駅は「えびの」「宇城」「南郷」道の駅お勧めメシは

①「えびの」バイキングで全てうまい！特にチキン南蛮だ。

②「末吉」バイキングでうまい！平日でも客多し。

③「やごろう」とんかつお勧め。

これからの時期のフルーツ

①小林の種田果樹園のシャインマスカット(お盆過ぎ)

②人吉の梨は8月から1月まで楽しめる(一勝地梨は有名)

まだまだいっぱい語りたいけど今回はこの辺で。

お勧めドライブインや昔の自販機あったら教えて下さい。



## センテラス天文館

看護部 鶴崎 博代



広報誌の特集でセンテラスに行ってきました。「待ち合わせは高プラね」と言って待ち合わせたのは何年前の話か…。

センテラスができて2ヶ月。待ち合わせは玄関で♪と友達と約束をして当日行ってみると…玄関だった所は広場になっていました。

オープンと同時に行ったのでお客さんは少なめ。コロナの影響で少ないんだなあと感じていましたが、お昼に近づいてきたら人が増えて、ご飯やさんは行列ができています。

コロナも気になるが、経済がまわっていると思う。これで鹿児島島の飲食業が潤ったら活気づくし、歓送迎会などできる日がもうすぐだと考えたとしても楽しみです。

新しくできた施設はトイレが気になるので見てみました。手を洗うところや化粧直しをするところがおしゃれ。扉はうち開きで通行人とぶつからないようになっています。オストメイトトイレはとても広く、大きなベッドがあって子どもや成人も使える大きさでした。

ストーマ交換の洗面台もコンパクトで使いやすいそうでした。

1階から4階までお店を見て回ると、雑貨



や洋服、コスメ、食器などなどお店がたくさんあって楽しい。ガチャガチャいろいろまわってお腹が空いたので「ピエトロでランチ」。

入店時に体温測定と手指消毒、テーブルには感染防止の衝立があり、感染対策もされています。なつかしのピエトロで食べたパスタ、美味しかったです。

図書館ができていてたくさんの本が並んでいます。雑誌や文学書、料理や冠婚葬祭、子ども用の本なども置いてあります。図書館内にカフェがあり、本を読みながらコーヒーが飲めるようになっていました。本を読むスペース(椅子&ソファ)を予約することができ、好きな場所で本が読めるようになっています。コンセントもあってパソコンも使えるようです。

買い物したり、ご飯食べたり、本を読んだり色々な事で利用できる施設でとても楽しい場所でした。カフェが電車通り沿いにあり、バスを待つ間にコーヒーを飲んだり待ち合わせに使ったり、人間観察したりと色々な使い方ができる利用価値の高い場所になっていると感じました。

センテラスに行った日は雨が降っていて、15階の展望階から桜島が見えなかったため、改めて天気の良い日に行って桜島を見てみたいと思います。



# さめしま広場

スタッフからのエッセイ・お知らせなど  
自由投稿のコーナー

## 私のふるさと紹介 ～おじゃり申せ 種子島～

看護部 久米 千冬

みなさま、こんにちは。コロナ禍の今日、いかがお過ごしでしょうか。最近は少しずつですが家族とちょっとした外食をするようになり、with コロナに変わってきた感じがします。

2年程コロナの影響で旅行はもちろん、実家に帰省するのも控えていたため両親の顔も見ることができませんでした。しかし両親の3回目のワクチン接種が終了したことを機に、今年5月に一番下の娘を連れ帰省しました。

私の実家は種子島の南種子町という人口7千人ほどののんびりした町です。鹿児島港から高速船トッピーで約1時間半。頑張れば日帰りも可能です。

トッピーから下船すると、いつも80歳を過ぎた母が車で迎えに来てくれます。種子島港は西之表市にあり、実家の南種子町までは更に南へ車で1時間程かかります。

西海岸沿いの国道から見える夕日は最高です。天気がいい日は佐多岬、屋久島、馬毛島を見る事ができ、最強のドライブコースです。

さて、種子島と言えば…やっぱり鉄砲伝来。1543年、中国船が種子島の門倉岬沖（南種子町）で遭難し住民が救助した際、乗船していたポルトガル人が鉄砲（火縄銃）の製造方法、使用方法を伝授してくれました。興味のある方は是非、鉄砲



館（歴史資料館：西之表市）へお越しください。そして我が町が誇る種子島宇宙センターと発射場。この場所は特別な設備は無いですが、きれいな海と空と景色が融合した素晴らしい場所です。ロケットが発射される日は遠くから見学に来る人やメディアの方々でごった返します。しかも天気によっては数時間前、いや、数十分前に発射中止になることも多々あります。それでもロケット打ち上げを見る為に時間を費やす人が多いということは、それだけ感動するからだだと思います。過去一度、朝方にロケット打ち上げをみんなで見に行きましたが、本当に素晴らしい景色でした。ロケットエンジンから出る炎と煙が海面に映り神秘的だった様子を今でもはっきりと覚えています。私はもう一度、あの景色をこの目で見たいと思っています。

この他にも、種子島には素敵な場所がまだまだあります。一つ目は、西之表市の浦田（うらだ）にある浦田海水浴場です。それほど大きくはない海水浴場ですが、砂の白さと海の青さが際立っており、景色を眺めるだけでも満足できるスポットになっています。

二つ目は波の力によってできた洞穴の千座が岩屋（南種子・平山）です。小さい頃に海水浴で毎年訪れた場所で懐かしさがこみ上げてきます。洞穴の中はいくつも穴ができていて、自然の凄さを実感できる場所です。

今回帰省して私が訪れた場所は浦田海水浴場と「あっぱうランド」というダムに隣接した広い公園。毎回、両親は時間を作って遊びに連れて行ってくれます。

このように、私にとっての種子島は、豊かな自然と愛に溢れたすばらしい島です。

是非一度、種子島に“おじゃり申せ”。



## ファインダー越しの景色

看護部 福 翔真

「写真」「カメラ」と聞いたら皆さんは何を思い浮かべるでしょうか？風景や食べ物・新聞や雑誌の一面・家族写真など、人によって様々だと思います。写真というのは、「その時の一瞬を形に残せる」という素敵なものだとは思っています。アルバムや携帯の写真を見返すと、その時のことを思い出せますよね。楽しかったことや、大変だったこと、笑ったことや悲しかったことなどなど……。写真をきっかけに思い出すことが多く、話のネタになることが多いのではないのでしょうか。

私の趣味は、一眼レフを使って写真を撮ることです。休日になるといろんな所へお出かけをして撮影をしています。撮影をするジャンルはたくさんありますが、風景と家族を撮ることが多いです。今までは、なんとなく楽しくお出かけをすることがほとんどでしたが、写真を撮るようになってからは、花や虫、空や風、ひな祭りやクリスマス等の季節のイベントから春夏秋冬をより感じるようになりました。被写体を様々な角度から撮影するので、同じものでも新しい発見をすることが多いです。そのため物の見方が変わったり、感性が養われたりと、人生が少し豊かになったような気がします。ここまでは写真の魅力を話したので、せっかくなので、いくつか写真を紹介したいと思います。



この2枚は、最近行った平川動物公園で撮影したものです。1枚目は動物園の人気者のホワイトタイガーです！生で見ると迫力があってとてもかっこいいですね。2枚目は綺麗な赤色が特徴のフラミンゴです。この2枚は動物たちと同じ目線の高さで撮影してみました。

3枚目は紫陽花です。指宿のフラワーパークで



撮影しました。紫陽花は土のPH度によって花の色が変わるらしいです。白色や紫色などのさまざまな色が咲いていましたが、こちらは綺麗な青々とした紫陽花でしたので1朵を大きく撮りました。

4枚目は夏を代表する花の向日葵です。都市農業センターで朝早くから待機し、太陽が昇るのを待ちながら撮影しました。とても暑かったですが綺麗な向日葵畑を撮ることができました。中々正面を向いて撮れる向日葵が無かったので探すのに苦労した1枚です。

5枚目は4年前の京都旅行で撮影した、祇園のシンボル八坂の塔です。八坂神社と清水寺の中間の位置にある五重塔で重要文化財に指定されています。夕日と合わせて撮ることで、より京都っぽく、五重塔の壮大さを強調するような写真が撮れたかなと思っています。



今まではこのような風景などが多かったですが、最近では子どもが生まれたので、子どもの写真が本当に増えました。まだ1歳ですが、生まれた時の写真から見返すことで成長が目に見えてわかります。初めて寝返りした日、離乳食を始めた日、歩き始めた日、1歳の誕生日などなど…これからはカメラ目線で笑った顔を撮れるようにしてアルバムを作りたいと思っています。カメラを趣味にして4年ほど経過しましたが、始めてよかったなと思っています。

			月	火	水	木	金	土
一般外来	内科 胃腸科	午前	鮫島(由) 家守 *濱元	鮫島(由) *濱元	鮫島(由) 家守	鮫島(由) 西俣	鮫島(由) 西俣 *平川	不定
		午後	鮫島(由) *濱元	鮫島(由) *濱元	鮫島(由) 家守	鮫島(由) 西俣	鮫島(由) 西俣 *平川	
	肛門科 ・外科	午前	鮫島(隆) 山元	鮫島(隆) 鮫島(加) 山元	鮫島(隆) 鮫島(加) 山元	鮫島(隆) 鮫島(加)	鮫島(隆) 鮫島(加)	肛門科 *山元
			江藤 緒方		江藤		江藤 緒方	外科 不定
		午後	鮫島(隆) 鮫島(加)	鮫島(隆) 山元	鮫島(隆) 鮫島(加) 山元 緒方	鮫島(隆)	山元	
							江藤 緒方	

			月	火	水	木	金	土
専門外来	肝臓	午前						第3、濱之上
	ストーマ	午後			第2、第4			

- 緊急手術、学会出張等により、休診になることがあります。必ずご確認の上、ご来院ください。
- 理事長の診察は、不定ですが、理事長希望の診察は可能です。
- \*印 は女性医師による外来で完全予約制です。予約の時間は、受付時間の為、診察はお待たせする場合があります。予約外の女性医師の診察、検査はお受けしていません。必ずご予約の上、ご来院ください。
- 内科の診療は担当制になります。医師の希望がある場合は、診療日を確認の上ご来院ください。
- 肝臓・ストーマ外来は予約制です。

	午前の部(月~土)	午後の部(月~金)
受付時間	8:30~11:30	14:00~17:30
診療時間	8:30~12:30	14:00~18:00
休診	日曜、祝日	

予約受付：平日：9:00~17:00 TEL：099-224-2277



### 編集後記

#### アイスクリームの思い出

子どもの頃、アイスクリームはどんな物を食べていましたか？年代がばれますが「ピエネッタ」「パナッパ」「リーベンデール」「キャデリーヌ」が高級感のあるお高めのアイス。良く買っていたアイスは「ソーダバー」「怪物くんアイス」「おちち(ゴムに入ってる)」「ブラックモンブラン」「いちごフロート」。50円で買えました。「焼き芋」アイスは本当に焼き芋の匂いと味で驚きでした。「サクレ」は今もたまに食べます。たまにしか食べなくなりましたが、子供の頃には買えなかった高級アイスが復刻したら大人買いたいです。皆さんの思い出のアイスは何か？

看護部 湯谷るみ



J R … 鹿児島中央駅より徒歩15分、タクシー5分  
 市電 … 甲東中学校前、加治屋町電停より徒歩5分  
 ♀バス … 甲東中学校前、加治屋町、高麗橋より徒歩5分、共研公園前より徒歩7分、中央高校前より徒歩2分

#### ●編集委員

鮫島由規則 大澤宏美 湯谷るみ  
前田香織

#### ●発行／広報委員会

〒892-0846 鹿児島市加治屋町9-8  
 TEL 099-224-2277 FAX 099-222-0130  
 E-mail jim@sameshima.jp https://www.sameshima.jp/

携帯からはコチラ

