

はまかぜ

(市立御前崎総合病院)

No.68

平成27年1月23日
発行：市立御前崎総合病院
広報委員会

ホームページ：<http://omaezaki-hospital.jp/> TEL<0537>86-8511 (代)

(題字 小野 錦泉)



御前崎市総合保健福祉センターで餅つきが行われました。

「はまかぜ」の点訳がご入用の方は総合受付までお申し出下さい。

新年のご挨拶

市立御前崎総合病院 院長 大橋弘幸

皆さん、新年あけましておめでとうございます。毎年、新年元旦に今年もいい年でありますように心から祈ります。皆さんも静で平和なお正月を迎え、家族で元旦をお祝いされていることと思います。気持ちのいい新年のスタートです。

さて、私は元旦からこの病院の日直をさせていただいています。市立御前崎総合病院の病院長を拝命してから毎年の恒例の行事のようなものです。かなり年をとった医者ですが、よろしく願います。元旦のこの日に仕事をされている本院の医師、看護師、技師、事務職、給食・清掃作業員の皆さんに感謝します。また、中東遠総合医療センターや菊川市立総合病院の病院スタッフの皆様にも、御前崎市民を日ごろから診療していただき、本院を助けていただき、感謝します。

毎朝、市立御前崎病院の窓から外を眺めると浜岡砂丘の海岸線、中電の原発、風力発電機器、太平洋の大海原がみえます。海と海岸線はとても美しく壮大で、気持ちを和ませてくれ、また頑張っていていこうと感じさせてくれます。本院はいい場所に立地していると思います。この自然から力をもらい、入院患者さんの病が癒えるようにと今年も願掛けをします。今年もよろしく願います。



新年にあたり

副病院長兼看護部長 太田優子

新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、つつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

相変わらず、当院の医療体制は地域の皆様にご迷惑をおかけする状況が続いております。昨年度は、急性期病棟が二病棟から一病棟になったことで病床数も減少し、また煩雑な体制の中で更にご迷惑をおかけいたしましたことと思います。職員一同、変化する病院体制の中で多くの新しい事を学び、工夫し、何とか医療の質が守られるように努力しております。お気づきの点がございましたら、いつでもご意見を頂ければと存じます。

看護部は、ある特定の看護分野において水準の高い看護を実践する「認定看護師」が6名に増えました。それ以外にも、職員各自が病院理念のもと、色々な学びをしてきています。また、看護職という専門的知識が地域の皆様の健康維持に貢献できるように、今年度は出前講座を積極的に行ってまいりました。小学校から地域の皆様の集まりまで、多種多様な場所でいろいろな健康や医療に関するお話をさせていただきました。ご希望がございましたら、今年も是非行わせていただきたいと思います。

私たち病院で働く医療職は、これからもっと病院と連動した在宅支援に関わらないと、国の施策である地域包括医療体制が取れないと思っています。周りの皆様と協力しながら、この地域の医療・介護体制が守られるように努力していきたいと思います。

そのためにもまず、看護師不足と介護員不足を補うことが必要です。ぜひ、皆様のご協力をいただきたいと思います。

本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



市立御前崎総合病院「中長期計画評価委員会」を開催しました

平成26年11月17日、当院において中長期計画評価委員会を開催し、当院中長期計画（平成24～26年度）の平成25年度進捗・実績状況の評価や、今後の病院のあり方等に関することなど協議し、現状の把握と今後の対応や改善に向けての意見・提言が行われました。

平成25年度の総合的な評価の結果は、「中長期計画の実現に向けて、概ね計画どおりに進んでいる」という評価となりました。

中長期計画の目標は、地域に密着した病院としての役割を担うために、近隣医療機関や介護施設等と連携し高齢者医療を中心として、急性期医療から回復期・慢性期・介護・在宅医療までを包括的に提供するケア体制を確立させることです。また、更に医療の質の向上、医療の透明化・標準化や、患者満足度の向上などについても取り組んでいます。

現在進行しています医療制度・医療保険制度・介護保険制度などの制度改正への対応を確実に実行し、思いやりのある暖かな医療と信頼される質の高い医療の提供の実践に向けて、病院職員一丸となって最終年度となる平成26年度の取り組みを継続していきます。

平成26年11月17日中長期計画評価委員会（第1回）の詳細は、御前崎総合病院ホームページで公表しています。

是非ご覧ください。

【<http://omaezaki-hospital.jp/>】



職員を募集しています

市立御前崎総合病院及び御前崎市総合保健福祉センターで働く、看護師、介護員を随時募集しています。正規・非常勤は問いません。病院見学も受け付けています。

詳細については管理課までお問い合わせください。

管理課 電話0537-86-8511

医師・看護師・介護福祉士奨学金制度をご利用ください

医師や看護師、介護福祉士を目指し、大学や専門学校に進学を予定されている方や在学中の方を対象に、奨学金の申請を受け付けています。

市内・市外在住を問いません。貸与額は、医師（月額25万円と入学金相当額）、看護師（大学：月額10万円、専門学校：月額5万円）、介護福祉士（月額5万円）です。貸与条件等がありますので、詳細は管理課までお問い合わせください。

管理課 電話0537-86-8511

脳卒中のはなし

脳神経外科 南 学

脳卒中とは

①脳内の血管が詰まる脳梗塞、②脳内の細い血管が破れる脳出血、③脳内の太い血管の瘤が破裂して起こるくも膜下出血、の3種類に大別されます。国内の脳卒中による死亡は、かつては脳出血が大半を占めていましたが、近年になって脳梗塞が主流を占めるようになりました。

厚生労働省の人口動態統計によりますと、1960年の調査では脳出血が約77%、脳梗塞は約13%であったものが、45年後の2005年の調査では脳出血は約25%に減り、脳梗塞が約60%に増えています。その理由としては栄養状態の改善や住民検診の普及、降圧剤の進歩などによって重症高血圧が減って血管が破れにくくなり脳出血が減ったこと、さらには寒い冬に室温が極端に低いトイレや浴場で脳出血が起きた例が、住宅事情が改善したことで解消したことが上げられています。こうして脳出血が減少した一方で脳梗塞の対策が重要になってきました。

脳梗塞と季節

1999年5月から2000年5月にかけて厚生労働省の研究班が全国156病院を対象に「脳梗塞発症者数」を調査しました。この結果のうち、季節との関連では、最も発症者が多かったのが、なんと夏(6月～8月)で3,292人、次いで秋(9月～11月)の3,262人、多いと思われる冬(12月～2月)は3,210人、春(3月～5月)は2,896人でした。

また、脳梗塞の病状に季節による特徴が見られました。夏に多いのは動脈硬化が原因の脳梗塞ですが、冬に多いのは心房細動などの不整脈で心臓に出来た血栓が脳血管を閉塞して起こる心原性脳塞栓症でした。「冬はカゼなどの呼吸器感染症のために、血液を固めるフィブリノゲンの影響で血栓が出来やすくなるためではないか」と推測されています。

また、高齢者の場合、体内の水分量が少なくなっても、のどの渇きを自覚しにくいので、血液の粘度が上昇し血栓が出来やすくなるのではないかと推測されています。このため予防には、こまめに水分補給をと呼びかけられています。

脳卒中予防の基本は「高血圧の治療と禁煙で危険因子を避け、夏には脱水、冬には感染症と脱水を防ぐ」と言えます。

■脳卒中の予防の10カ条 (日本脳卒中協会作成)

1. 手始めに 高血圧から 治しましょう
2. 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
3. 不整脈 見つかれば すぐ受診
4. 予防には タバコを止める 意思を持って
5. アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
6. 高すぎる コレステロールも 見逃すな
7. お食事の 塩分・脂肪 控えめに
8. 体力に 合った運動 続けよう
9. 万病の 引き金になる 太りすぎ
10. 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

暑い時こそ注意を！冬・春よりも夏・秋に多発

冬の脳卒中予防対策

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 鈴木里江

1. なるべく暖かい環境で過ごしましょう

① 屋外ではコート・帽子・マフラー・手袋などで防寒をしましょう

② 急激な温度変化を避けましょう

* お風呂に入る前にシャワーを流しお風呂場全体を暖めておくといいです

* 脱衣所やトイレも暖めておきましょう

* 急に熱い風呂に入らず、[ぬるめのお湯](#)にゆっくりつかりましょう

→ 一日のうちで体温が上昇し血圧が安定する夕方の入浴がおすすめ！



2. 脱水に注意しましょう

冬でも暖房環境の中では、いつの間にか汗をかいています。

水分補給をこまめにしましょう

3. 塩分・アルコールは摂りすぎないようにしましょう

① 鍋物や漬物が美味しい季節ですが、塩分の摂りすぎには注意！

② 大量の飲酒は、血圧を上昇させ、脱水症状を起こしやすいので、[ほどほどに……](#)



4. 適度の運動を継続しましょう

寒い冬は家に閉じこもりがち…

その結果 体重増加 血圧や糖代謝・脂質代謝に影響が……

運動を継続し、ストレス解消や肥満予防を！



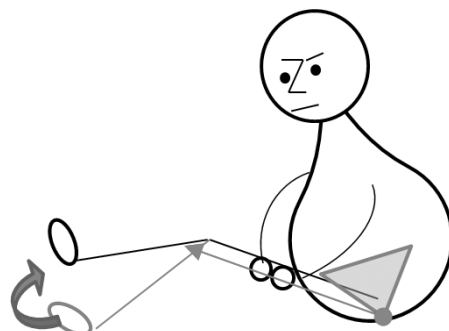
スポーツの腰痛外来を始めました

脊椎センター 北浜義博

平成26年10月に日本体育協会のスポーツドクター講習を修了しました。それに伴い11月から火曜午後3:00~4:30の受付で、スポーツによる腰痛を対象とした外来を始めました。予約制です。

練習や試合で腰痛になり、練習を2週間休んでも治らないときはご相談ください。原因を探して、痛みを軽くする方法を提案します。競技への早期復帰をめざしつつも競技生活をできるだけ長くするためにできることを一緒に考えます。特に、再発予防の自主トレーニングの指導に力を入れています。薬を出したり、注射をしたり、手術をすることだけが目的の外来ではありません。

スポーツは楽しい。あなたの競技生活の心強い支えとなるようお手伝いします。



トピックス



「訪問診療」のご案内

当院では「住み慣れた地域で最後まで自宅で過ごしたい」という方を支援するために訪問診療を始めました。

病状により通院が困難になった患者様に対し、ご自宅へ医師が訪問し診察や薬の処方、医療処置など在宅で可能な医療の提供をしております。ご自宅でお越しの患者様が少しでも安心して安楽な生活が送れるよう支援させていただきます。

また、ご自宅での療養生活を支援するために訪問看護師や地域の薬剤師と連携し、訪問診療を受けられる患者様・ご家族様に在宅で行えるより良い診療を行ってまいります。

ご利用に関しましては、お気軽に外来窓口にご相談ください。

第16回御前崎市民公開講座 「リウマチと泌尿器のはなし」のご案内

日時 平成27年2月28日(土) 14時30分から16時30分

場所 市立御前崎総合病院 2階講堂(御前崎市池新田2060 電話0537-86-8511)

講演 「リウマチの最新治療」

市立御前崎総合病院病院長 大橋 弘幸 先生

講演 「前立腺がんについて」～増えている前立腺がんの早期発見に向けて～

浜松医科大学 泌尿器科学講座 教授 大園誠一郎 先生

今回の市民公開講座は、当院病院長大橋先生によるリウマチ最新治療のお話と、浜松医科大学の大園教授による前立腺がんのお話です。

入場無料ですので多くの皆様の参加、お待ちしております！

問い合わせ先 市立御前崎総合病院 健診センター 電話 0537-86-8867

院内倫理委員会主催講演会のお知らせ

平成27年4月18日(土)に、ホスピス診療所として多くの患者様の緩和ケアと終末期医療に関わられている、山梨県の「玉穂ふれあい診療所」統括看護師長の長田牧江先生をお招きして、「看取りの医療について(仮題)」をテーマに講演会を開きます。多くの市民の方にご参加いただきたいと思います。詳細が決まりましたら、皆様にご連絡させていただきます。

東3階病棟の個室を増床しました

このたび11月1日より、東3階病棟の個室が6床増えました。トイレ付きの個室で、部屋の明るさも手元のスイッチで変えられます。

今まで、個室を希望されながら入れなかった方もいらっしゃると思いますが、入院時個室をご希望の方は、担当科受付にご相談ください。

病院祭

「ふれ愛・ささえ愛」をテーマに10月18日に第6回病院祭を開催しました。

毎年、病院だからこそ出来るイベントを職員が考えて準備から行っています。今年も脊髄脊椎外科の南医師による腰痛予防体操の指導、ミニミニドックで骨密度・動脈硬化・食事についてチェック、顕微鏡をのぞき、医療機器を触り、院内を探検するなど・・・と来院者は大忙しで楽しんでいただけたようです。



第6回病院祭実行委員長 澤入 真奈美

中学生職場体験

11月26、27日の2日間、御前崎中学校2年生5名が職場体験に来院されました。医療職に関心を持ち、特に看護師や介護員をやりたいという思いで来てくださいました。緊張しながら各部署に入りましたが、初めて見ることや体験することばかりで振り返りでは色々な感想が出ました。看護師になりたいという気持ちが深まった方もいました。この体験が、将来の職業に繋がってくれたらと願っています。



平成26年度 市立御前崎総合病院 秋季防災訓練

今年度の秋季防災訓練は、「地域防災の日」に合わせ、12月7日に実施しました。地震発生を想定し、患者・職員の安全確認、施設・設備の被害状況の確認、消火訓練、トリアージ訓練などを実施しました。今年度は市の救護所が病院前に設置され、病院と救護所、市災害対策本部との連携を取り入れた訓練を行うことができました。



クリスマスイベント大盛況



12月12日にセンタークリスマス会が行われ、職員の劇が行われました。



12月18日に御前崎市少年少女合唱団によるクリスマスコンサートが開催されました。



12月24日に大橋院長サンタによるプレゼント配布が行われました。

平成27年2月 外来診療担当表

平成27年1月14日現在

		月	火	水	木	金	お知らせ
内科	初診・総合外来	内山理恵(予約制)	内山理恵(予約制)	勝見 章(予約制)	唐橋太郎(隔週:予約制) 金本素子(隔週:予約制)	深津有佑(予約制)	★2/13(金) 坂本医師休診
	循環器外来	熊澤あず美(予約制)	熊澤あず美(予約制)			坂本篤志(予約制)	
	午前 呼吸器外来	美甘真史(予約制)			穂積宏尚(予約制)		
	腎臓内科外来		高橋 聡(予約制)		高橋 聡(予約制)		
	神経内科			池谷秀樹(予約制)			
	消化器外来			鮫島庸一(予約制)			
午後 消化器外来					二見 肇(予約制)		
リウマチ科	午前 リウマチ・内分泌	大橋弘幸(予約制)	大橋弘幸(予約制)	大橋弘幸(予約制) 近藤玉樹(予約制)		大橋弘幸(予約制)	★2/2(月)PM、4(水)PM 大橋医師休診
	午後 リウマチ・内分泌	大橋弘幸(予約制)		大橋弘幸(予約制)		大橋弘幸(予約制)	
小児科	午前 外 来		坂口公祥	坂上政則	内山弘基	三枝弘和(隔週) 坂倉雄二(隔週)	★検査希望者は 10:30までに来院を ★予防接種・特殊外来は 予約制 予約電話受付時間14:00~16:00 TEL 0537-86-8514
	午後 特殊外来(予約制)	予防接種(予約制) 14:00~、16:00~ 中西俊樹 内分泌外来(予約) 緒方 勤(月1回) 神経外来(予約) 福田冬季子(第1・3)	予防接種(予約制) 14:00~、16:00~ 川上領太 心臓外来 石川貴充(第2) (予約制)	乳児健診4,7,10ヶ月 13:30~(予約制) 予防接種(予約制) 15:00~ 坂上政則	予防接種(予約制) 14:00~、16:00~ 宮城佳史		
外科	午前 外 来	小泉貴弘	木内亮太(予約制) 9:00~	小泉貴弘	武田 真(予約制) 10:30~	原 竜平(予約制) 9:00~	★予約電話受付時間13:00~17:00 TEL 0537-86-8513
	午後 血管外科外来				山本尚人 第2・4(予約制) 10:00~		
整形外科	午前 内視鏡検査	PM小泉貴弘	AM小泉貴弘 PM木内亮太	PM小泉貴弘	AM磐田総合病院 PM武田 真	AM小泉貴弘 PM原 竜平	
	午後 スポーツ外来					鈴木義司(第1・3)	
脊椎センター科	午前 外 来	北浜義博(予約制) 9:00~	北浜義博(予約制) 9:00~ 南 学9:30~			北浜義博(予約制) 9:00~ 南 学9:00~	★第3金曜 北浜医師休診 ★第1金曜 初診受付 10:30まで
	午後 スポーツ腰痛		北浜義博(予約制) 15:00~17:00				
脳神経外科	午前 外 来	南 学(初診) 9:00~ ★内科外来で診察	酒井直人 8:30~	横山徹夫 9:00~		杉山憲嗣(第1・3・5) 9:00~ 南 学(第2・4) 9:00~	
	午後 パーキンソン外来			横山徹夫 9:00~			
	午後 物忘れ外来			横山徹夫(予約制)			
産婦人科	午後 外 来			横山徹夫(予約制)			
産婦人科	午前 外 来		佐倉東武	佐倉東武		佐倉東武	
眼科	午前 外 来			堀田喜裕(予約制) 鈴木寛子(予約制)			
耳鼻咽喉科	午前 外 来	大和谷崇	峯田周幸 (予約・紹介状)		三澤 清		
泌尿器科	午前 外 来	吉村 麦 (予約制)	吉村 麦 (予約制)	吉村 麦 (予約制)	吉村 麦 (予約制)	吉村 麦 (予約制)	★2/6(金)休診
透 析		高橋 聡		高橋 聡		高橋 聡	
皮膚科	午前 外 来	飯田晴康	飯田晴康	飯田晴康	飯田晴康	飯田晴康(予約制)	★第3月曜日休診
	午後		予約外来(学生)			平川聡史 第3(予約制)	
形成外科	午前			深水秀一(第2)	青山昌平		
麻 酔 科	午前 外 来	松井弦一郎(予約制)		松井弦一郎(予約制)			
	午後 外 来	松井弦一郎(予約制)		松井弦一郎(予約制)			
リハビリテーション科	午前 外 来		向井正明(予約制)		向井正明(予約制)	田中 博(第2・4・5) (予約制)	
健 診 セ ン タ ー		大川 力	大川 力	大川 力	大川 力	大川 力	
外科系時間内救急当番		南 学	木内亮太	小泉貴弘	武田~11:00 11:00~南	飯田晴康	

- * 外来の受付時間は8:15~11:00です。ただし、泌尿器科は8:15~10:30、スポーツ外来は13:30~16:30の受付となります。
- * 内科・リウマチ科はすべて予約制です。予約には紹介状が必要となります。
- * 都合により、担当医師・診療時間等が変更される場合があります。詳しくは各科へご確認下さい。

編 集 後 記

新年あけましておめでとうございます。
 年末年始をあわただしく過ごされた方も、ホッと一息といったところでしょうか？まだまだ、ノロウイルスやインフルエンザなど感染症が流行する時期ですので、くれぐれもご自愛くださいますようお願いいたします。
 本年も昨年同様、広報誌「はまかぜ」をよろしくお願ひ申し上げます。(河)