



健康フェスタ

7月7日(土)、東棟1階にて、第11回健康フェスタを開催しました。

あいにくの曇り空でしたが、病院近隣にお住まいの方や外来通院されている方、お見舞いに来院されているご家族など121名の方に参加していただき、今年も盛況な健康フェスタでした。

「健康診断のすすめ～血液検査結果の見方と活かし方～」をテーマに、大林医師と榊原臨床検査技師から、健診の血液検査結果の意味すること、生活習慣病への活かし方について講演を行いました。みなさん自分の血液検査結果を手に持ち、真剣に話をきいていらっしゃいました。講演前の安全環境管理室の看護師らによる認知症予防の脳トレーニングも好評でした。

講演以外では、毎年人気の頸動脈超音波検査(20名の検査枠に84名の希望者)、今回初企画のくすり相談、栄養コーナー、体力測定、フットケア、ハンドトリートメントなど、どのコーナーも盛況でした。

健康について学んだり、東分院を知っていただく良い機会になりました。今後の医師と病院スタッフによる健康セミナーは11月、3月に開催予定です。ぜひご参加ください。



フットケア

医療ソーシャルワーカー 松川安文

お知らせ



誕生日会ミニコンサート

8月4日(土) オカリナ
14時より *オカリナシスターズ

9月1日(土) 沖縄民謡とエイサー
14時より *琉球村

10月6日(土) 秋祭り 14時より
バザー 13時30分より

刈谷市住民健診のご案内

- 住民健診・がん検診とも行っています。
ただし、婦人科健診(乳がん・子宮がん)および眼底検査は出来ません。
- 健診の期間は10月31日までです。
第1第3土曜日の午前中も行っています。
がん検診は2月28日まで行なっています。予約制ですので予めご予約下さい。
- 二次健診も行っています。
健診の結果、要精密検査の指示がある方はお申し出下さい。
住民健診は例年期間の後半に予約が集中し、ご希望に添えない場合があります。早めにご予約いただき受診されることをお勧めいたします。

高齢者肺炎球菌予防接種のご案内

- 7月1日より高齢者肺炎球菌予防接種が始まります。
実施期間は3月31日までです。予約制ですので予めご予約下さい。

ご予約は受付または電話 (0566)62-5111(受付)・62-5120(外来)



ハンドトリートメント



薬相談



栄養



頸動脈検査



会場内



認知症体操

Happy Birthday

お誕生日を迎えられた皆さま、おめでとうございます。ご出演の皆さまありがとうございました。

5月誕生日会コンサート

5月19日(土)合唱団GONによる誕生日会コンサートを行いました。子供達の元気よい歌声から始まり、ピアノやトーンチャイムの演奏やOGの方の心に響くしっとりとした歌声に会場の皆さんは聴き入っている様子でした。ダンスを交えた合唱は、みんなで手拍子を行いとても楽しい時間を過ごすことができました。

介護福祉士 菊池美樹



6月誕生日会コンサート

6月2日(土)に亀城ハーモニーの皆さんによるコンサートが行われました。ジブリの音楽や昭和の懐かしい曲など美しい歌声に皆さん聞き入っていました。一緒に歌うこともでき、とても楽しい時間を過ごすことができました。

介護福祉士 樋口雄介



リフトの導入



患者さんの移動用リフトを導入しました

患者さんが車いすに乗る際や入浴する時にはベッドからの移動が必要です。ご自身で移動が困難な方は病棟スタッフが介助をしておりますが、患者さんからしてみると持ち上げられる際や移動用シートでの横移動に怖さや苦痛を感じることもあると思います。

今回導入したリフトは「患者さんを持ち上げない、横移動させない」という特徴を持つものです。専用のハンモックを使うことで、ベッドに寝ている状態から、自然に座っているような態勢をとって移動ができるため、患者さんの恐怖心や苦痛を大幅に軽減することができます。

リフトの導入は患者さんの安心、安全のためものですが、体格の良い患者さんの移動に関してスタッフの力に頼らず行えますので、医療者の腰痛防止にもなります。

看護師 高野さおり

物忘れ外来

『物忘れ外来』の紹介

最近忘れっぽくなったなあと感じることは、ある程度の年齢になると誰もが感じることで、人間も生物である以上ある意味避けられないことと言えましょう。『物忘れ外来』はその物忘れが、正常加齢によるものか、認知症やその他の病気によるものかを診断し、治療を行っていくことを目的としています。

『物忘れ外来』では初診時に、問診や簡易知能検査を行い、必要に応じて血液検査、神経心理学的検査などを行います。一部の脳画像、脳機能検査は当院で行います。MRIやSPECTなどの画像検査が必要な場合は本院（刈谷豊田総合病院）で行います。そして診断結果に応じて治療をまいります。

物忘れが進行して徐々に生活に支障が出てきた場合は、記憶を補う工夫、ご家族も含めた生活上の相談やアドバイス、介護保険サービスの案内なども行います。さらに認知症介護の会等の紹介も行います。また自動車運転に関するご相談にも対応いたしますので、どうぞお気軽に受診してください。

○ 物忘れ外来 毎週金曜日午後(要予約)

副分院長 加藤恭三

◆数独の解答◆

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ③ | ⑦ | 4 | ⑥ | 5 | 1 | 9 | ⑧ | 2 |
| 9 | 2 | 8 | 4 | 7 | 3 | ⑥ | 5 | 1 |
| 1 | 6 | ⑤ | 8 | 9 | ② | 7 | ③ | 4 |
| ④ | ⑤ | 2 | ③ | 8 | 9 | 1 | ⑦ | 6 |
| 8 | 1 | 7 | 2 | ⑥ | 5 | 4 | 9 | 3 |
| 6 | ⑨ | 3 | 1 | 4 | 7 | 8 | 2 | ⑤ |
| 5 | 4 | 6 | 9 | ② | 8 | 3 | 1 | ⑦ |
| 2 | ⑧ | ① | ⑦ | ③ | 4 | 5 | ⑥ | 9 |
| 7 | 3 | ⑨ | 5 | 1 | 6 | ② | 4 | 8 |

職場 体験



東分院では未来の医療従事者のために「職場体験学習」に協力しています。

5月7日から9日までの3日間を安城市立篠目中学校から、また6月11日から13日までの3日間を刈谷市立依佐美中学校の生徒さんが職場体験に見えました。

皆さん病院での職場体験というと看護師の仕事を真っ先に連想されると思いますが、院内には様々な職種の仕事があります。医師をはじめ薬剤師、検査技師、放射線技師、リハビリ技士、栄養士、介護士など診療に直接関わる仕事から医療ソーシャルワーカーや医療事務など間接的な仕事も多くあります。当院で職場体験をされる生徒さんには3日間で全職種の仕事が体験できるようにスケジュールを組んでいます。

体験前のオリエンテーションでは将来希望する職種を「医師」「看護師」と言っていた生徒さんが、3日間を終えると病院内の色々な職種に興味を持ち将来の選択肢が増えたと言われます。また「コミュニケーションの大切さに気がついた」とほぼ全員の生徒さんから言われます。患者さんとのコミュニケーション。ご家族とのコミュニケーション。職員間のコミュニケーション。医療にとってどれも大切であり、この言葉を生徒さんから聞く度に職場体験を受けて良かったと思います。

事務員 高津ふじ江

医療 福祉



後期高齢者福祉医療について

後期高齢者福祉医療制度に加入している方で、次のいずれかに該当する方は、医療費の助成（保険診療の自己負担分）が受けられます。なお、健康診断、薬の容器代、文書料、差額ベッド代など保険診療に適用されないものおよび入院時の食事代は助成の対象外となります。

刈谷市の場合、主な対象者は以下の通りです。

- 身体障害者手帳所持者**（原則1級から3級まで）
（腎臓機能障害は4級、進行性筋萎縮症は4級から6級の方も対象）
- 療育手帳所持者**（AまたはB判定）
- 自閉症状群と診断された方**
- 寝たきり**
- 認知症高齢者**（主たる生計維持者が、市民税非課税世帯の方で、要介護度4又は5の認定を受けて生活介護を受けている期間が3ヶ月以上継続している方。）
- ひとり暮らし**（市民税非課税の方で、税法上扶養されていない方。同一敷地または隣地に親族が住んでおらず住民票が一人世帯の方。）
- 感染症の予防および感染症の患者に対する医療に関する法律による命令入所患者およびそれと同等の要件を有すると認められた方。**など

市町村窓口で申請手続きが必要です。

市町村によって対象者や必要書類等、異なることがあります。不明な点や詳しくお知りになりたい方は、医療福祉室または市町村窓口にご相談ください。

医療ソーシャルワーカー 小野朋子

医局 だより



災害に備えましょう

日本は地震や台風が多い国です。近い将来、東海地震が起こる可能性も言われております。大規模な災害があった場合、本格的な救助が開始されるまでに3日ほどみておく必要があります。その間をしのげる水、食料の備蓄は必須ですが、普段飲んでいる薬についても災害時への備えが必要です。

1週間分程度の薬を非常用袋に入れておくとともに、お薬手帳のコピーや薬剤情報の紙があると便利です。スマートフォンで撮影しておくのも良いでしょう。薬には使用期限がありますので数ヶ月で入れ替えてください。特にインスリンは成分がタンパク質であり高温で変性してしまいますので『次に使うインスリン』を冷蔵庫から非常用袋やかばんに1本入れておきましょう。注射針も忘れずに用意してください。

糖尿病薬は災害時に食料が少ない場合、いつもと同じ量を使うと低血糖を起こす場合があります。災害時の薬について主治医に確認しておくことをお勧めいたします。

医師 大川内幸代

透析センター通信

透析センターで今年も地震訓練を予定しています

突然ですが…南海トラフ地震が30年以内に発生する確率をご存じですか？政府は今年2月、それまで70%だった確率を80%に引き上げました。大規模地震の確率が更に高くなったわけです。想定外の出来事に対応するためには「備え」が必要となってきます。非常用の食料品・日用品などの準備はもちろんのこと、ご家族で災害発生時にはどう行動するか話合っておくということも重要となってきます。当透析センターでも大震災に「備え」るために災害対策係を中心に、非常用物品の点検や更新、近隣施設と災害対策についての意見交換、そして地震訓練を実施しています。この地震訓練は、平成28年度から患者さんとご家族に参加をさせていただいており、今年は9月9日(日)を予定しています。当日は、訓練後に外部講師を迎え災害についての講演会を予定しています。また、管理栄養士から災害時の食事についてご案内をさせていただきます。多くの方の参加をお待ちしております。

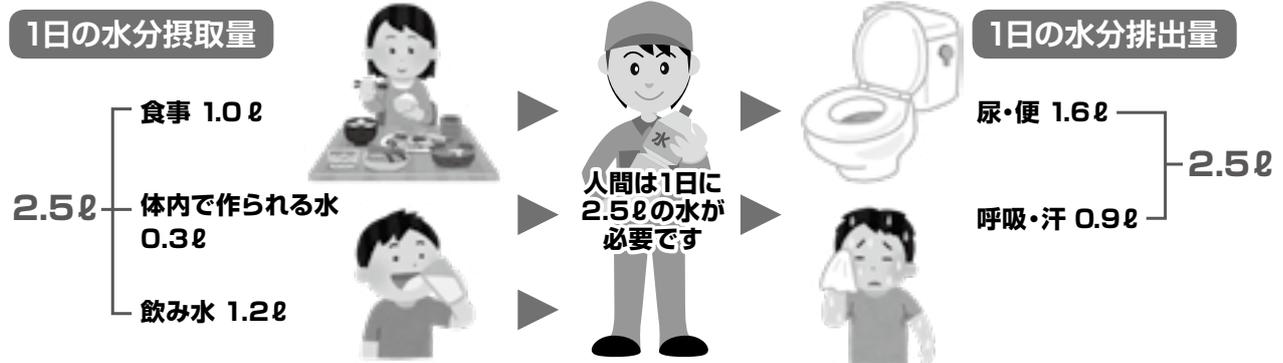
看護師 西明子

ケアのお話あれこれ



健康のために水を飲もう

体の中の水分が不足すると、熱中症、脳梗塞、心筋梗塞などさまざまな健康障害のリスク要因となります。健康のため、こまめに水を飲みましょう。



寝る前、起床時、スポーツ中、スポーツの前後、入浴の前後、のどが渇く前に水分補給を心掛けることが重要です。

看護師 山下由美子

コメディカルリレー

咳が長引いていませんか？ — 呼気NO濃度測定検査導入 —

呼気NO濃度測定検査とは、呼気中のNO(一酸化窒素)濃度を測定する検査です。

喘息患者さんの気道には炎症があり、炎症性刺激により、大量のNOが産生されています。そのため呼気中NO濃度を測定することで好酸球性気道炎症の存在や程度を知ることができ、数値が高い場合喘息の可能性があります。検査方法は、十分に息を吐き出した後、測定器のマウスピースをくわえて息を吸います。次に10秒間、一定の速度で息を吐いていただく簡単なもので、検査当日に医師より結果を聞くことができます。喘息は子供の病気だと思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、大人になってから喘息を発症する場合もあります。喘息の治療は、症状発現のごく初期段階で抗炎症治療を強化することが重要です。喘息と診断され、治療中の方も、炎症の程度に応じて薬の量をコントロールできるため、効率的な治療に役立ちます。今回、東分院にて呼気NO濃度測定検査を導入しましたので、気になる方は医師にご相談ください。



一酸化窒素ガス分析装置

臨床検査技師 山田知弓

数独

ルール

- ①タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1～9までの数字が1コずつ入ります。
- ②太線で区切られた3×3のワク内(マスは9コ)にも1～9までの数字が1コずつ入ります。
- ③従って、タテヨコ、ワク内で、同じ数字が重複して入ることはありません。とにかく算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

問題

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 7 | | 6 | | | | 8 | |
| | | | | | | 6 | | |
| | | 5 | | | 2 | | 3 | |
| 4 | 5 | | 3 | | | | | 7 |
| | | | | 6 | | | | |
| | 9 | | | | | | | 5 |
| | | | | 2 | 8 | | | 7 |
| | 8 | 1 | 7 | 3 | | | 6 | |
| | | 9 | | | | 2 | 4 | |

◆解答はP4に掲載しています◆ 問題提供:ナンプレ20 (http://numberplace.net)

下の例題を解いてみましょう。

空いているマスのどこからうめていってもいいのですが、まず1をどこかにいれてみましょう。盤面の右上、3×3のブロック内(A・B・C・D)に必ず一つ入れなければなりません。この時、B・C・Dでは、ともに下に1があるので入れられず、Aにしか入りません。同様に、左下の3×3のブロックをみると、F・Hは右に1があるのでダメ、Eも上に1があるのでアウト、だからGに1、と決まります。

そう、実に気楽に遊べるのです。

例題

| | | | | | | | | |
|---|----------------|---|---|---|----------------|----------------|----------------|---|
| 1 | | 3 | | 7 | | 4 ^B | | 8 |
| | 7 | | 4 | | 8 ^A | | 5 ^C | |
| 8 | | 5 | | 9 | | 3 ^D | | 2 |
| | 3 | | 5 | | 4 | | 1 | |
| 5 | | 9 | | 2 | | 6 | | 4 |
| | 8 | | 1 | | 9 | | 2 | |
| 3 | F | 8 | | 1 | | 2 | | 7 |
| E | 9 ^G | | 3 | | 2 | | 6 | |
| 6 | H | 4 | | 5 | | 9 | | 1 |

例題の解答

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 6 | 3 | 2 | 7 | 5 | 4 | 9 | 8 |
| 9 | 7 | 2 | 4 | 3 | 8 | 1 | 5 | 6 |
| 8 | 4 | 5 | 6 | 9 | 1 | 3 | 7 | 2 |
| 2 | 3 | 6 | 5 | 8 | 4 | 7 | 1 | 9 |
| 5 | 1 | 9 | 7 | 2 | 3 | 6 | 8 | 4 |
| 4 | 8 | 7 | 1 | 6 | 9 | 5 | 2 | 3 |
| 3 | 5 | 8 | 9 | 1 | 6 | 2 | 4 | 7 |
| 7 | 9 | 1 | 3 | 4 | 2 | 8 | 6 | 5 |
| 6 | 2 | 4 | 8 | 5 | 7 | 9 | 3 | 1 |

診療予定表

平成30年7月1日～

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土(第1) | 土(第3) | |
|--------|------|----------|----------|----------|----------|----------|---------|--------|--------|
| 外来診療 | 午前 | 1 診 | 岩田 | 岩田 | 加藤恭 | 成田洋 | 大林 | 岩田 | 大林 |
| | | 2 診 | 原田 | 原田 | 谷口 | 荻野 | 谷口 | 専外(原田) | 谷口 |
| | | 3 診 | 大川内 | 松岡 | 大川内 | 千郷 | 大川内 | 大川内 | 大川内 |
| | | 4 診 | 平塚 | | 沢江 | (加藤美) | 杉浦 | 沢江 | 専外(原田) |
| | | 内視鏡 | 加藤美 | 沢江 | 釜谷 | 加藤美 | 沢江 | 城代 | 鎌野 |
| | 午後 | 1 診 | 沢江 | 大林 | 成田 | 大川内 | 成田洋 | | |
| | | 2 診 | 杉浦 | 谷口 | 原田 | 原田 | 加藤恭 | | |
| | | 3 診 | 腎不全(成田) | 専外(原田) | | | 腎不全(松岡) | | |
| | 4 診 | 禁煙外来(岩田) | | | | | | | |
| 透析センター | 午前 | 千郷・杉浦・成田 | 千郷・成田・平塚 | 松岡・成田・千郷 | 松岡・平塚・成田 | 千郷・成田・松岡 | 松岡・平塚 | 千郷・成田 | |
| | CAPD | | 小池 | 萩田・小山 | 神谷 | 春日井・平塚 | | | |
| | 午後 | 松岡・平塚 | 平塚・杉浦・成田 | 千郷・杉浦 | 平塚・杉浦・成田 | 成田・杉浦 | | | |

外来診療受付時間

- 平 日 : 午前 8時30分～11時30分 午後 1時00分～3時00分
- 土 曜 日 : 午前 8時30分～11時30分 午後 休診
- 外来休診日 : 日曜・祝日・第2・4・5土曜日

編集後記

夏休みのあった学生時代に戻りたいです。できれば小学生に。

医師 大川内幸代