



風と光

医療法人豊田会 刈谷豊田東病院
〒448-0862 愛知県刈谷市野田新町1丁目101番地
TEL (0566) 62-5111 FAX (0566) 62-5258
URL: <https://www.toyota-kai.or.jp/facility/higashi>

No.105

編集：東病院広報委員会
発行：令和8年 8月1日

ご自由に、
おとりください。

● ● ● ● ● 巻 頭 言 ● ● ● ● ●



事務長
菊池 雅也

夏の暑さが本格的になってまいりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。
このたび4月より東病院の事務長を拝命いたしました菊池と申します。
原稿を依頼されたのは着任して間もない頃でしたが、何を書こうかと考えて
いるうちに季節はひとつすすみ、月日の流れの早さに驚かされております。
私自身、最近父親が入院し、これからの生活や将来について家族で話し合う
機会がありました。病院は治療の場だけでなく、患者さんやご家族のさまざま
な思いや願いが交わる場所でもあることを、あらためて実感しました。

当院では、皆様が少しでも安心して快適にお過ごしいただけますよう、
ご意見箱が設置してあります。「もう少しこうなれば便利」といったご要望から温かい励ましのお言葉まで、
日々さまざまなお声をいただいております。最近では、皆様のお声から、面会時間の延長や、金庫・手すりの
設置などを行いました。

事務長として患者さんやご家族と直接お会いする機会は多くありませんが、安心して医療を受けていただける
環境づくりが私の役割だと考えております。できることなら病院のお世話にならずお過ごしいただくことが
何よりですが、体調に不安を感じられた際は、どうぞ早めにご相談ください。

暑さ厳しい季節です。水分補給と休息を心がけ、どうぞご自愛ください。地域の皆様に安心していただける
病院であり続けられるよう努めてまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

◆ 目 次 ◆

トピックス 健康セミナーを開催 2

医局だより 夏は食中毒に注意 3

透析センター通信 特殊血液浄化について 3

医療福祉室だより 刈谷市の「ちょこっとささえあい」 4

ケアのお話あれこれ 水分補給のお話し 5

コメディカルリレー 転倒を防ぐために 6

お知らせ 面会条件の一部緩和について 7

「ロコモティブシンドローム」をテーマに 健康セミナーを開催

5月16日(土)に地域住民の皆さまを対象とした健康セミナーを開催しました。事前申込では満員御礼で、当日には約40名の方に参加いただきました。

今回は、前回の健康セミナーのアンケートで関心の高かった「ロコモティブシンドローム(加齢などにより立つ・歩くなどの機能が低下した状態)」をテーマに実施しました。講演は、医師による「ロコモティブシンドロームと予防」、理学療法士による「ロコモ度テストと予防体操」の二部構成で行いました。

講演では、加齢に伴う筋力低下や身体機能の変化、転倒予防の重要性など、日常生活に取り入れやすい内容を交えながらお話ししました。講演後にはリハビリテーション室にて理学療法士によるロコモ度テストや、自宅で行える運動指導を行いました。

参加者の方からは「自分の身体の状態を知るいい機会になった」「自宅でも運動を続けたい」といった声が聞かれ、健康づくりへの意識の高さが感じられました。今回の講演が自身の身体や健康を見直すきっかけになれば嬉しいです。

今後も地域の皆さまが健康でいきいきと生活できるよう、様々な取り組みを行ってまいります。9月には健康フェスタ(仮)の開催も予定しておりますので、ぜひご期待ください。



理学療法士 木戸 哲平



医局だより



夏は**食中毒**に注意

ジメジメと湿気の多い梅雨から、本格的な夏にかけては細菌性の食中毒が急増する季節です。特に「カンピロバクター」や「サルモネラ菌」などは、高温多湿の環境で一気に増殖します。

予防の基本は「つけない、増やさない、やっつける」の三原則です。まずは調理前や、生の肉、魚を触った後の丁寧な手洗い。そして、食品は常温で保存せず冷蔵庫で保管し菌の増殖を抑えましょう。一部の例外はありますが、最も効果的な予防法は加熱です。中心部までしっかり火を通すことでほとんどの病原菌は死滅します。

万が一、激しい下痢や、嘔吐、腹痛などの症状が出た場合は、しっかりと水分を補給しつつ医療機関を受診してください。日ごろの対策で元気に夏を乗り切りましょう。

医師 大川内 幸代

透析センター通信

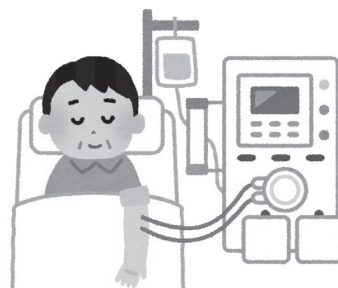
特殊血液浄化について

透析センターでは、通常の血液透析以外に特殊血液浄化も実施しています。悪玉コレステロールなどにより足の潰瘍や傷が治りにくい患者さんに対して“レオカーナ”、アミロイド沈着による関節痛などの症状がある患者さんに対して“リクセル”という医療機器を使用した吸着療法を行い、症状進行の抑制や緩和に努めています。患者さん一人一人の症状に合わせて治療方法を検討し、最適な医療の提供を行うことが大切だと日々の業務を通して感じています。現在行っている治療方法だけではなく、新たな治療方法にも注目していきながら、患者さんファーストの治療を提供していきたいと思えます。

レオカーナ



リクセル



臨床工学技士 山根 麻奈

医療福祉室だより

刈谷市の「ちょこっとささえあい」



買い物やごみ出しなど、今まで自分でできていたことができなくなった、前よりも大変になった…と感じることはありませんか？刈谷市には、日頃のちょっとした困りごとを住民同士が支え合う、「ちょこっとささえあい」の仕組みがあります。

「ちょこっとささえあい」の仕組み

利用者が、ちょこっとささえあいセンターに困りごとを相談します。その後、ちょこっとささえあいセンターが、利用者とお手伝いできる人（18歳以上で「ちょこっとささえあい説明会」を受けた方）をマッチングします。

困りごとの例

簡単な掃除／買い物／ゴミ出し／布団干し／簡単な剪定／
スマホの使い方／整理整頓／狭い範囲の草取り／
外出の付き添い／話し相手／将棋の対戦相手 など



対象者

- ①～③のどれかに該当する、刈谷市内で在宅生活中の方
(入院中の方、施設・サービス付き高齢者住宅などにお住まいの方はご利用いただけません)
- ①要支援認定者もしくは要介護認定者
- ②事業対象者(基本チェックリストより生活機能の低下がみられた方)
- ③75歳以上

利用料金

30分 300円



関心のある方、相談したい方は、

ちょこっとささえあいセンター(刈谷市民交流センター1階/TEL:0566-63-6055)へ
お問い合わせください。

社会福祉士 小堂 朱音

ケアのお話あれこれ

暑い時期に気をつけたい 水分補給のお話し



高齢になると、のどの渇きを感じにくくなります。

そのため、水分を積極的に摂りづらくなります。

1日に必要な飲み物からの水分摂取量は、約1.2リットルが目安です。

水分を十分に摂取できないと、尿や汗などで体から出ていく水分量のほうが多くなります。

そのため、脱水や熱中症になるリスクが高まります。

脱水や熱中症は、命に関わる危険な状態です。

症状が出てから対処するのではなく、こまめに水分補給を促して予防するのが大切です。



脱水の初期症状

脱水の主な初期症状は、以下の5つです

- ①口内や舌、皮膚などが乾いている
- ②脈が通常よりも速くなっている
- ③食欲が低下している
- ④尿の量が減ったり色が濃かったりする
- ⑤ぼんやりしている

初期症状が出ており脱水が疑わしい場合は、以下の方法を試してみましょう。

①手の甲の皮膚をつまんでみて、もとに戻るまでに2秒以上かかるか確認する

②手の親指の爪をつまんでみて、赤みがもとに戻るまでに3秒以上かかるか確認する

本来なら汗で湿っているはずの脇の下が乾燥している場合も、脱水の可能性あります。



熱中症の初期症状

熱中症の主な初期症状は、以下のとおりです。

- ①体がだるい
- ②立ちくらみやめまいがする
- ③手足がつる
- ④吐き気がする
- ⑤汗が止まらない、あるいは汗が出ない

熱中症が疑われる場合は、

エアコンが効いている涼しい室内や風通しのよい日陰などに移動しましょう。

衣服を緩めて、首の周りや脇の下、太ももの付け根を保冷剤や氷枕などで冷やしましょう。

さらに、水分や塩分を摂ります。

もし自力で水が飲めなかったり、意識がもうろうとしたりしているときは、

迷わず救急車を呼びましょう。

介護福祉士 深川 淳子

コメディカルリレー



転倒を 防ぐために



～画像検査ができること～

高齢になると「転びやすくなった」と感じる方が増えてきます。転倒は骨折や寝たきりのきっかけとなり、生活の質に大きく影響します。

特に注意が必要なのが骨折です。中でも背骨の圧迫骨折や大腿骨骨折は、その後の生活に大きく影響します。骨密度が低下すると骨がもろくなり、わずかな転倒でも骨折につながるため、早期の発見と予防が重要です。

こうした骨の状態を調べるうえで、画像検査は重要な役割を担っています。骨密度検査（骨塩定量検査）では骨の量を数値で確認でき、骨粗しょう症の早期発見につながります。また、X線撮影やCT検査では骨折の有無や状態を詳しく評価することができます。

画像検査は「体の状態を知る」大切な手段です。気になる症状がある方は、かかりつけ医へ相談し、骨密度検査などを受けてみてはいかがでしょうか。

私たち診療放射線技師も、安心して検査を受けていただけるようサポートさせていただきます。



診療放射線技師 青木 祐太

お知らせ

面会条件の一部緩和について

7月1日(水)より面会条件の一部が次のとおり緩和されましたのでお知らせいたします。
引き続き皆さまのご理解・ご協力をいただき、ルールを守ってご面会いただきたいと存じます。
なお、流行性感染症の状況によっては変更する可能性がございますのでご承知おきください。

《変更された条件》

1.面会時間

従前	10:00～17:00 30分以内
----	-------------------



変更後	10:00～17:00（最終受付17:00） 60分以内
-----	------------------------------

2.面会できる方

従前	小学生以上で、発熱や風邪等の症状がない方
----	----------------------



変更後	7日以内に、発熱や風邪等の症状がない方
-----	---------------------



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

◆数独の解答◆

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のワケ内(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、ワケ内で、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。

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	
^F 3	8	3	1	2
^E 9	^G 6	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

問題

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

◆解答はP7に掲載しています◆ 問題提供：ナンプレ20 (<http://numberplace.net>)

診療予定表

2026.8.1～

		月	火	水	木	金	土
外来診療	午前	1診	岩田	岩田	市川	千郷	杉浦
		2診	金野	骨粗しょう症外来 金野	竹内	原田学	石黒
		4診	大川内	小山	大川内		大川内
		5診	地域包括ケア 山中(小山・谷口)	地域包括ケア外来 谷口(大川内・竹内)	地域包括ケア外来 小山(市川)	地域包括ケア外来 市川(大川内・竹内)	地域包括ケア外来 市川(山中)
		6診	仙腸関節外来 原田重	仙腸関節外来 原田重	谷口		谷口
		外来応援		渡辺	山根		
		内視鏡	洲崎		服部	岩井	竹内
	午後	1診		膠原病専門外来 小山	大川内	大川内	物忘れ外来 市川
		2診	成田	谷口	竹内	山中	
		5診	地域包括ケア 山中(谷口)	地域包括ケア外来 谷口(大川内・竹内)	地域包括ケア外来 小山(市川)	地域包括ケア外来 市川(大川内・竹内)	地域包括ケア外来 市川(山中)
		6診	仙腸関節外来 原田重	仙腸関節外来 原田重			
透析センター	午前	午 前	成田/杉浦	千郷・杉浦	杉浦・千郷	渡辺・成田	山根/千郷(第1・3・5) 渡辺/千郷(第2・4)
		CAPD		成田	小山/成田		
		病 棟	渡辺	成田	杉浦	山根	千郷
		高 浜					渡辺(第1・3・5) 成田(第2・4)
	午後	午 後	小山・山根	山根・渡辺	渡辺/成田	石山/山根	中島
		PTA	千郷	千郷/成田	千郷/杉浦	千郷・渡辺	千郷/杉浦
		高 浜					渡辺(第1・3・5) 成田(第2・4)

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
●外来休診日 : 土曜・日曜・祝日

編集後記

夏の日差しが降り注ぐ季節となりました。今回の誌面では食中毒予防や熱中症対策について取り上げています。暑い日が続きますが、体調にお気をつけてお過ごしください。

広報委員 小川 みなみ

刈谷豊田東病院
ホームページは
こちらから▶

