



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.106

編集：東病院広報委員会
発行：令和8年11月1日

ご自由に、
おとりください。

● ● ● ● ● 巻 頭 言 ● ● ● ● ●



診療技術室室長
菅原 さやか

今年も各地で地震や大雨による災害が発生しています。7月の熊本地震、そして8月には関東でも記録的な大雨による浸水や土砂災害が発生しました。被災された皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。

災害は、いつ、どこで起こるかわかりません。皆さんはどのような準備をされていますか？水や食料などを準備されている方は多いと思いますが、普段服用している薬についても準備をされているでしょうか？

避難生活では、食事や睡眠だけでなく、普段飲んでいる薬をどう確保するかも大切な問題になります。特に血圧や糖尿病、心臓・腎臓の病気などで毎日薬を飲んでいる方にとって、薬を切らない

ことは健康を守るために欠かせません。

「お薬手帳」は、災害時にも大きな助けになります。最近では、アプリの「お薬手帳」でお薬の管理をされる方も増えてきました。しかし、災害時には通常のデジタル機器が使用出来る保証はありません。普段からお薬手帳を携帯し、必要な時に自身の服用している薬の情報を提示できるようにしておきましょう。薬がすぐに提供してもらえとは限りません。できれば数日分の薬を、余裕をもって、準備しておきましょう。

私たち薬剤師も、平時から医薬品の管理や備えを大切に、定期的に訓練を実施し、災害時に備えています。災害時には必要な薬を安心して使っていただけるよう、医療スタッフや地域の皆さまと連携していきます。

災害への備えは、特別なことではありません。まずはすぐにできることから、一緒に始めてみませんか。

◆ 目 次 ◆

トピックス	中学生の職場体験を実施 …………… 2
医局だより	キオスク血圧と血圧朝活のすすめ …… 3
コメディカルリレー	‘食欲の秋’食べすぎに注意 …………… 3
医療福祉室だより	刈谷市の『ねたきり・認知症高齢者の見舞金 おむつ費用助成』が変更 …………… 4

ケアのお話あれこれ	インフルエンザにご注意!! …………… 5
透析センター通信	シャントは作ったら終わりではありません! … 6
お知らせ	防災訓練を実施 …………… 7

刈谷高等学校附属中学校の 生徒を迎え**職場体験を実施**



2026年8月4日から6日までの3日間、愛知県立刈谷高等学校附属中学校の生徒5名を迎え、職場体験を実施しました。

今回の体験では、医師や看護師、薬剤師だけでなく、病院にはさまざまな職種が働いており、連携して患者さんを支えていることを知ってもらうことを目的としました。

事務部によるオリエンテーションに始まり、診療部、看護・介護部、薬剤部、放射線部、臨床検査科、臨床工学科、リハビリテーション科、栄養科、医療福祉室など、各部署で職種体験を行いました。講義や病棟・施設見学に加え、血圧・脈拍測定、肺機能・聴力検査、薬剤の分包、心電図モニターやエコー装置、リハビリテーション機器の操作など、実際の業務に触れる体験も行いました。

手術室体験では術衣を着て入室し、手術台や无影灯を操作し簡単な手術の手順に触れました。また、模型を使った内視鏡検査や聴診手技など、医師の診察も体験しました。

体験後の振り返りでは、「多くの職種が連携して患者さんのために働いていることが分かった」「コミュニケーションが大切だと感じた」「さまざまな職種を知り、将来についての視野が広がった」などの感想が聞かれました。

今回の職場体験が、医療への理解を深め、将来の進路や職業について考えるきっかけとなれば幸いです。

最後になりましたが、通常の業務の中で、職場体験の準備から受け入れまでご協力いただいた院内スタッフの皆さまに、心より感謝申し上げます。

医師 竹内 圭介



医局だより

130/80mmHg



キオスク血圧と血圧朝活のすすめ

キオスクとは町の小さな売店などを指す言葉です。クリニックの待合室、ドラッグストア、スポーツジムや市役所などにおいてある自動血圧計。2025年、日本循環器学会は街角で気軽に行える血圧測定を「キオスク血圧」と名付けました。もし、キオスク血圧が130mmHg以上であった時は高血圧かもしれません。そんな時はぜひ家庭でも血圧を測ってみてください。

朝起きた時の血圧は、夜間の高血圧を知るよい指標となります。同学会は朝に血圧を測ることを「血圧朝活」と名付け、習慣化を呼び掛けています。朝の血圧が高いと脳の血管、心臓の血管の病気にかかりやすくなります。血圧朝活で130/80mmHg以上だった場合は、かかりつけ医に相談してみてください。受診の際、血圧手帳など記録をお持ちいただくと診察がスムーズに進みますよ！

医師 大川内 幸代

コメディカルリレー

‘食欲の秋’食べすぎに 注意しましょう

すがすがしい秋の気配を感じられるようになりました。新米・さんま・秋鮭・芋・栗など秋が旬の食べ物が出回って食欲をそそります。ついつい食べる量が増えて体重が増えたり、検査値が悪くなっていませんか。

‘食欲の秋’といわれる理由は、酷暑続きの夏から過ごしやすい季節となり食欲が回復する、実りの秋を迎え栄養価が高くおいしい食材がたくさん出回る、日照時間が短くなり食欲をコントロールするセロトニンの分泌量が減少するなどで食欲が増してしまうからです。

食べ過ぎを予防するには、食物繊維の多い野菜や海藻から先に食べる、ゆっくりよく噛んで食べるなどに注意するとよいでしょう。栗やいも類、かぼちゃは糖質が多くエネルギーが高めの食品です。新米は毎食茶碗1杯程度とし、腹八分を心がけましょう。また秋はスポーツの秋でもあります。ウォーキングなどで基礎代謝を上げるのもよいですね。

毎日の体重測定を習慣として‘おいしいの誘惑’に負けないようにしましょう。

管理栄養士 内山 康代



医療福祉室だより

刈谷市の『ねたきり・認知症高齢者の見舞金、おむつ費用助成』が変更されました

10月から、①刈谷市在宅ねたきり・認知症高齢者見舞金と②刈谷市在宅ねたきり・認知症高齢者おむつ費用助成利用券の事業内容が変更されました。

1. 刈谷市在宅ねたきり・認知症高齢者見舞金

	変更前(令和8年9月まで)	変更後(令和8年10月から)
事業名	刈谷市在宅ねたきり・認知症高齢者見舞金	刈谷市在宅要介護高齢者支援金
対象要件	65歳以上のねたきり、または認知症で在宅の方	要介護3以上で65歳以上の在宅の方

2. 刈谷市在宅ねたきり・認知症高齢者おむつ費用助成利用券

	変更前(令和8年9月まで)	変更後(令和8年10月から)
制度名	刈谷市在宅ねたきり・認知症高齢者おむつ費用助成利用券	刈谷市在宅要介護高齢者おむつ費用助成利用券
対象要件	在宅ねたきり・認知症高齢者見舞金受給者	要介護1以上で65歳以上の在宅の方(有効な要介護認定の主治医意見書等でおむつの必要性を確認)
交付枚数	1か月につき3,000円相当 (要介護4以上で市民税非課税世帯の場合は6,000円相当)	市民税課税世帯: 1か月につき5,000円相当 市民税非課税世帯: 1か月につき8,000円相当

詳細については、刈谷市役所長寿課へお問い合わせください。

社会福祉士 原 菜々子

ケアのお話あれこれ

インフルエンザに ご注意！！



今年はインフルエンザが夏から流行しています。高齢の方や基礎疾患がある方は、症状がはっきりしないことがあります。ご自身がかからないようにすることはもちろん、ご家族や周囲の人々にうつさないようにするためにも、しっかり予防を心掛けたいものです。

うつらない ための対策



- ①手洗いとうがい
- ②ワクチン接種 ③室内の換気と適度な保湿
- ④十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ⑤人ごみを避けて、マスクを着用

うつさない ための対策



- ①無理をして学校や職場に行かない
- ②咳エチケット

歯磨きと口腔ケアでさらに予防強化しましょう

近年、インフルエンザの感染予防として、口腔ケアがとても重要視されています。

《口腔ケアが予防に効く理由》

ウイルスの活性化を防ぐ：お口の中、特に歯周病菌などの細菌が繁殖していると、細菌が出すタンパク分解酵素がインフルエンザウイルスの表面に作用し、ウイルスを活性化させて感染力を高めてしまいます。

発症率の低下：歯磨きなどでお口の中の細菌や歯垢を取り除くことで、ウイルスが細菌へ侵入・感染するのを助長する要因を減らすことができます。

《効果的な口腔ケアの方法》

毎食後の丁寧な歯磨き：歯垢は細菌のかたまりであり、マウスウォッシュやうがいだけでは除去できません。歯ブラシを使ってしっかり磨き落とすことが大切です。

舌や粘膜の清掃：歯の表面だけでなく、舌（特に舌苔）や粘膜にも多くの細菌が棲みついているため、高齢者の方などは舌や粘膜のケアも意識して行いましょう。

定期的な歯科受診：歯科医院で磨き残しのチェックや正しいブラッシング指導を受けることで、日常のセルフケアの質が高まります。

看護師 河合 真弓

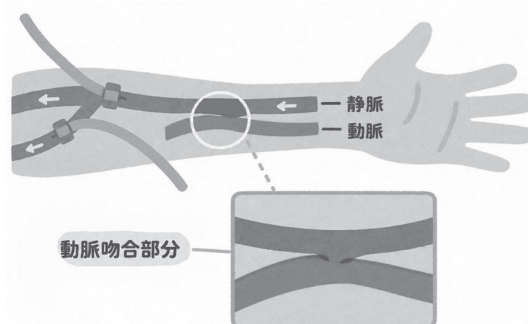
透析センター通信



シャント※は 作ったら終わり ではありません！

※十分な血液量が確保できるように動脈と静脈をつなぎあわせた血管のこと

血液透析は血液を体外に取り出し、きれいにしてから体内へ戻す治療です。十分な血液を安定して取り出すためにシャントは欠かせません。



シャント

そんなシャントは、作成した後も長く良好な状態で使用するための管理が必要です。当院では穿刺時のシャント肢観察・シャントエコー・シャント造影検査など様々なアプローチからシャントの管理を行っています。

それぞれの検査結果を組み合わせることで、血管の状態をより詳しく把握し、狭窄などの異常の早期発見や適切な対応につなげています。

これからも患者さんの大切なシャントを「守り、長く使う」ための管理に取り組んでいきます。



シャントエコー検査

臨床工学技士 松澤 七海



お知らせ

火災

を想定した 防災訓練実施

東病院では、6月20日(土)に、夜間の火災を想定した防災訓練を行いました。西棟3階の食堂で、電化製品のコンセントの接触不良から出火した想定です。

職員が仮想勤務者と仮想患者に分かれ、普段は笑顔のスタッフも、この日は真剣な表情で訓練に臨みました。消火栓ホースの到達範囲や指揮・連絡体制など、想定外の課題も発見され、訓練後の振り返りでは、一人ひとりから率直な意見が出され、活発な議論となりました。

訓練は、実施して終わりではありません。振り返り、改善し、また訓練する。その積み重ねが災害への対応力を高めます。

東病院では年2回の防災訓練と、年1回のBCP訓練を実施しています。今後も災害に備え、患者さんの安全を守り、病院の機能を維持できるよう、防災・BCPを強化してまいります。



事務長 菊池 雅也

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

◆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。

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

◆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

2026.11.1～

		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 渡辺(小山・谷口)	地域包括ケア外来 谷口(渡辺・竹内)	地域包括ケア外来 小山(渡辺)	地域包括ケア外来 大川内(小山・竹内)	地域包括ケア外来 渡辺・成田(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/成田(第1・3・5) 渡辺/山根(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(第1・3・5) 千郷/成田(第2・4)
		高 浜					渡辺(第1・3・5) 成田(第2・4)

【土曜透析当番】
8:30～19:00
第1・2・4:
石山/八木/伊藤
第3:春日井/小野
第5:千郷

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

朝夕の風に涼しさを感じ、秋の訪れを感じる季節となりました。季節の変わり目は寒暖差により体調を崩しやすい時期でもあります。適度な運動やバランスのよい食事を心がけ、健やかに過ごしてください。

広報委員 木戸 哲平

刈谷豊田東病院
ホームページは
こちらから▶

