

Saiseikai Kawamata Hospital

【発行】済生会川俣病院

〒960-1406 福島県伊達郡川俣町大字鶴沢字川端2-4



かわはた

新春号
2016年
1月発行



基本理念

「やさしさといたわりのある医療」
「開かれた地域医療のための病院」

基本方針

「安全な医療の提供」

職員一人一人が、安全で良質な医療の提供に努めます。

「医療の質の向上」

患者サービス向上のための業務、技術研修と医療機器の整備を図ります。

「地域医療のニーズへの対応」

達南地域の皆様のニーズに応えるため、適正な医療情報の提供を行い、施設の整備と診療体制の充実を図ります。



新年にあたって

済生会川俣病院 院長 佐久間 博史



明けましておめでとうございます。

2016年は、いつにない暖冬で幕明けました。大震災・原発事故から5年目、今春には計画的避難地域に指定された山木屋地区への住民帰還が予定されていますが、当川俣地域は原発事故の影響もあり、既に少子高齢化社会となっております。

国は、2014年、「医療介護総合確保促進法」で『効率的かつ質の高い医療提供体制の構築』と『地域包括ケアシステムの構築』を車の両輪として進めていくとしており、これに向かい着々と施策を進め、今春にも都道府県が地域医療構想に基づいて病床機能の分化（ベット数削減を含む）を進める方向です。

当院はこうした国の政策動向を踏まえ「地域包括ケア病棟」を選択することにしました。地域包括ケア病棟は、急性期病院からの転院を受け入れ、地域の開業医・介護施設と連携し在宅患者・施設入所者の急変を受け入れ、在宅療養を支援するもので、国が進める地域包括ケアシステムの主役の医療を担う病棟です。昨年11月より三階病棟45床全床を地域包括ケア病棟に転換しましたが、当院にとっては病院経営的にもメリットがあり、当院の目指す病院形態と考えます。

少子高齢の当地域は、老々介護等、家庭内介護力がますます低下しており、「待つ医療」から「出前医療」が必要になっています。今後、訪問看護・訪問リハビリにも一段と力を入れる必要があります、本年度より訪問リハビリを開始します。

地域社会を支えるのは医療・介護・福祉の充実であり、私達はその重要な責務を負っています。本年もこの実現のために全職員手をとり合って頑張っていく所存です。

今年のモットーは

1. 地域住民から選ばれる病院
2. 職員が働き続けたいと思う職場

以上の2点です。

本年もよろしく願いいたします。

ヘリカルCTによる大腸検査について

放射線室長 村上博文

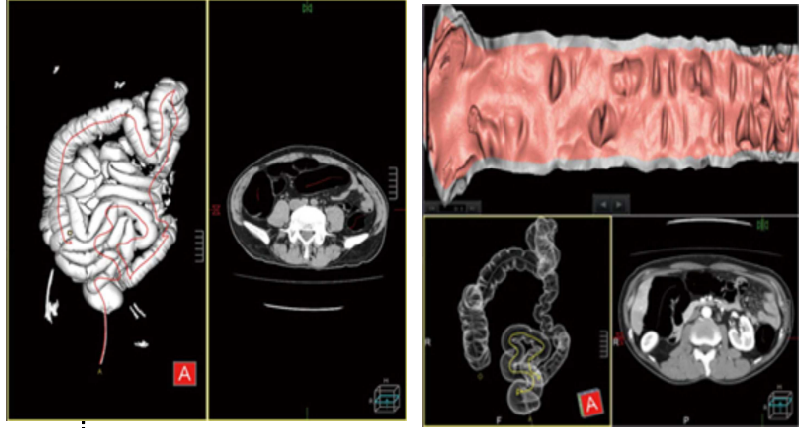
現在一般的になったCT装置は、近年さらに機能が飛躍的に良くなっています。ハード面だけでなく、各種画像処理ソフトの開発が進み消化管への応用も高まっています。

当初、大腸CT検査は「所詮はバーチャルな内視鏡に過ぎないのではないか」と懐疑的意見が多く聞かれました。しかし最近では、色々な雑誌で取り上げられるようになっていきます。

大腸内視鏡検査は、患者さんに苦しさを我慢してもらいながら検査時間を要する辛い検査となっています。その為、一次検査および二次精検の受診率が低くなる傾向にあります。

大腸CT検査の長所は、大腸内視鏡の挿入が困難な症例でも検査が容易、大腸穿孔などの偶発症がきわめて稀、検査時間が短時間（約10分程度）撮影時間は、約10～20秒（16列ヘリカルCT）、炭酸ガスで腸管を拡張させるので検査後すぐにガスが吸収され腹部膨満感が解消する、術者の技量の影響をうけにくい等があげられます。

短所としては、表在病変や5mm以下のポリープを見つける能力は内視鏡に比べて劣る、生検やポリープ切除などの治療はできない、最低限の医療被ばくがある事などで



大腸CT検査での画像表示方法は、大腸走行に沿って大腸内部を仮想内視鏡で構築、視点を腸管外においた仮想注腸像の観察、大腸を直線的に引き延ばし展開した画像等で表示され様々な形態で観察する事ができます。

大腸がんは、早期発見できれば低侵襲な治療によりきわめて良好な予後が期待できる疾患です。

今後大腸CT検査は、撮影のメリットを生かして受診率が上がり、早期の診断・治療にも寄与できる検査方法だと思います。

※大腸CT vol.5Report 大腸CT検査の「現場」エーディア（株）エーザイ（株）参照
※図：大腸CT専用解析ソフト“コロンビューイングソフトウェア”東芝メディカルシステムズ（株）より引用

食事で予防～ロコモティブシンドローム～

管理栄養士 相原 玲子

「ロコモティブシンドローム」という言葉をご存知ですか？

「ロコモティブシンドローム」（運動器症候群、通称：ロコモ）とは、骨や関節、筋肉など運動器の衰えて、「立つ」「歩く」といった動作が困難になり、介護が必要な状態、または必要になる可能性の高い状態のことです。この「ロコモ」は、「メタボ」や「認知症」と並び、「寝たきり」や「要介護状態」の3大要因の一つになっています。毎日の食事を工夫して、骨や筋肉を丈夫にする食事を心がけることで「ロコモ」を予防することが可能です。

●骨を丈夫にする食事

骨を作る材料で最も重要な栄養素は、カルシウムです。牛乳、乳製品は手軽にカルシウム量を確保でき、吸収もよい食品です。できれば毎日取り入れましょう。



牛乳コップ1杯
(200ml)で
カルシウム220mg



ヨーグルト1個(83g)で
カルシウム100mg

また、牛乳以外にも骨ごと食べられる小魚や緑黄色野菜、ひじきなどの海藻類、豆腐などの大豆製品などにもカルシウムが含まれています。毎日の献立に上手に取り入れましょう。

カルシウムの多い食品



豆腐



ひじき



小松菜



切干大根



ししゃも



桜えび

●筋肉を強くする食事

せっかく運動しても、筋肉に必要な栄養がないと、筋肉が増えるどころか減ってきてしまいます。筋肉の材料となる栄養素はたんぱく質です。たんぱく質を多く含む食品は、肉、魚、卵、大豆製品です。まんべんなくいつもの食事に取り入れましょう。特に高齢者は肉や卵が不足しがちなので、意識して摂りましょう。

65歳以上の高齢者に必要なたんぱく質源の1日の必要量は両手のひらにのるくらいです。

魚・・・1切れ(約80g)



卵・・・1個(約50g)

豆腐・・・1/3丁



肉・・・薄切り3枚
(約60~70g)

筋肉は40歳代から毎年0.5~1%ずつ減っていきませんが、適切な運動習慣をつけ、きちんと栄養を摂ることで、この筋肉の減少を予防することができます。いつまでも健康で“動ける”体を維持するために、できる事から始めてみましょう。

虫刺されの原因となる虫と主な症状

蚊とハチ

薬局長 高橋 浩一

第1章 「蚊」

1. 特徴・・・人家周辺。山などどこにでも生息する。
2. 症状・・・個人差はあるが刺された直後から痒みを伴って皮膚が赤くはれる。水ぶくれを生じる場合もある。
3. 刺されてしまったら・・・
 - ①患部を水で洗い虫刺され用の薬を塗る
 - ②かきむしらないようにする
 - ③ひどくなったら、すぐに皮膚科を受診する
4. 予防法
 - ①自宅周辺の蚊の繁殖を抑えるように気を付ける
 - ②蚊の嫌いな植物を置いてみる
 - ③バーベキュー、ハイキングなど自然の多いところに行く時は長袖を着る。帽子をかぶる
 - ④汗をかいたらこまめにふく
 - ⑤虫よけスプレーを活用する



第2章 「ハチ（スズメバチ）」

- ①スズメバチに刺されないためにはスズメバチは「黒」を攻撃します。黒い衣服などは身に着けないようにしましょう。頭は良く狙われるので帽子は必ず被りましょう。巣を見かけてもおやみに近づかない、周囲を飛び回り威嚇している時には静かに立ち去りましょう。また、ハチは匂いに敏感なので野山に入るときには香水は控えることが良いでしょう。



第36回済生会東北・北海道ブロック

ソフトボール大会開催

去る8月23日(日)に山形県山辺町民グラウンド及び野球場で第36回済生会北海道・東北ブロック親善ソフトボール大会が開催されました。当日は悪天候ながらも徐々に天気にも恵まれ、我が川俣地域ケアセンターA・Bチームも含め、全12チームが各コートで熱戦を繰り広げました。当川俣地域ケアセンターAチーム



は、Aリーグ3位を目標に奮闘し、見事当センター初となるAブロック残留を果たすことができました。BチームはBブロック優勝を目標に奮闘したもののBブロックの厚き壁に跳ね返される形となりました。

最後に大会を影で支えて頂いた方々、本当にありがとうございました。



Aブロックリーグ表

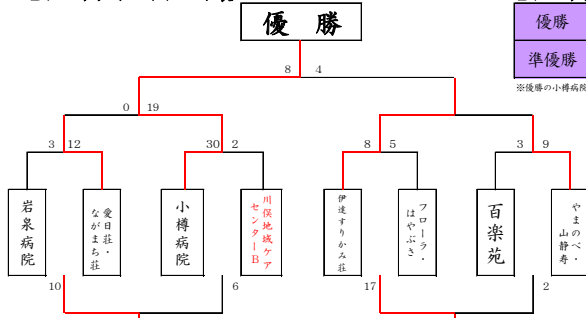
	A	B	C	D
A: 川俣地域ケアセンターA		1-11	2-2 <small>(0.11・0.00)</small>	4-17
B: 山形済生会病院	11-1		7-3	5-4
C: 北上済生会病院	2-2 <small>(0.11・0.00)</small>	3-7		1-7
D: 済生会福島総合病院	17-4	4-5	7-1	

Aブロック順位表

優勝	山形済生会病院
準優勝	済生会福島総合病院
第3位	川俣地域ケアセンターA
第4位	北上済生会病院

※4位の北上済生会病院は、本年度Bブロックへ降格

Bブロックトーナメント表



Bブロック順位表

優勝	小樽病院
準優勝	伊達すりかみ荘

※優勝の小樽病院は来年度Aブロックへ昇格

第2回

『地域医療連携懇話会』開催

地域連携室 佐久間 千

第2回済生会川俣病院地域医療連携懇話会は、平成27年6月12日（金）18時30分より新川に於いて開催されました。地域の先生方とスタッフ11名、当院の医師とスタッフ19名の総勢30名の参加となりました。大庭敬副院長の司会進行で、佐久間博史院長、福島県済生会支部長井上仁先生の挨拶で始まり、来賓の川俣町医師会長鈴木秀先生よりご挨拶を頂きました。「研修医の受け入れについて」というテーマで佐々木俊教診療部長、「地域の基幹病院として認識を高める取組について」というテーマで市川より子看護部長よりそれぞれ発表して頂き、数田良宏内科医長の乾杯で歓談が始まりました。

意見交換会では、大庭副院長が座長となり地域の先生方から貴重な意見を頂き、地域の基幹病院としての役割と重要性を認識しました。会は最後に阿部義宏事務部長の挨拶で閉会しました。

地域の先生方の貴重なご意見・ご要望を踏まえ、これからも今まで以上に医療連携（院内・院外）を充実させて行けるよう努めて参りますのでご協力宜しくお願い致します。



高校生1日看護体験

看護師 馬場 美

昨年度までは1回のみ行われていた看護体験が今年度より7月28日と8月5日の2回実施となりました。計10名の高校生が、実際に患者様に触れ、緊張していたと思いますが、反省会で良い経験ができたとの声も聞かれました。



平成27年7月28日 (高校生) (看護体験)

将来を見据えての看護体験だけあって、皆さん真剣な眼差しをしていました。また、院内の

他職種の協力もあり、病院全体の組織についても理解していただけたかと思います。



平成27年8月5日 (高校生) (看護体験)

今後、ますます看護職のニーズが高まるだけに今回の体験を通して、是非、看護師への道に進んでもらいたいと思いました。



第8回

なでしこ健康講座開催

社会福祉士 櫻井 公

平成27年7月24日（金）
13時30分から、川俣町東
福沢農村広場応急仮設住宅集
会所にて「第8回なでしこ健
康講座」を開催し、23名の
方に参加いただきました。

今回は大阪府済生会中津病
院から地域医療を学ぶため、
研修に来られた研修医の池村
彩華先生が沖縄県出身という

こともあり、『沖縄県から学ぶ健康の秘訣』という題目での講演と、済生
会川俣病院の相原玲子管理栄養士に『沖縄料理から学ぶ長寿の秘密』とい
う題目で講演いただきました。参加された方は、頷きながら熱心に聴かれ
ている方や沖縄の話に大変興味を持ち質問される方も多くいらっしゃいました。

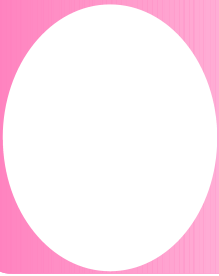
その後、健康相談会を開催し、様々な
健康に関する相談や病院に対してのご意
見・要望などもお聞きすることもでき、
大変充実した会となりました。

今後も、地域の方に喜ばれるような健
康講座を企画していきたいと思ひます。



新職員紹介

- ①誕生日・星座
- ②出身市町村名
- ③趣味・特技など
- ④私だけのひそかな贅沢
- ⑤自己アピール



カニ マキ
看護師 神野 真紀

- ①11月27日 射手座
- ②福島市
- ③特技→図工 アルバムのデコレーションは何時間やっても飽きません。
- ④フットネイル、自宅・実家（1F・2F）・職場によって4本の電動歯ブラシを使い分けていること。
- ⑤まだまだ分からない事だらけで御迷惑をおかけしており、大変心苦しく思っています。何事にも積極的に取り組み、早く仕事を覚えられるように頑張ります。よろしくお願いいたします。



アベ マミ
看護師 安部 まゆみ

- ①2月18日 水瓶座
- ②二本松市
- ③読書
- ⑤よろしくお願ひ致します。

アンザイ ミホ
看護師 安齋 美歩

- ①5月16日 牡牛座
- ②二本松市
- ③読書、ドライブ、スポーツをすること
- ④思う存分スイーツを食べる。
- ⑤一生懸命頑張っていきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

ヤマウラ リコ
看護師 山浦 則子

- ①7月15日 蟹座
- ②福島市
- ③読書
- ④食べ物をいっぱい準備して、コタツに入って韓流を見ること
- ⑤よろしくお願いいたします

カノ トカツ
准看護師 菅野 利勝

- ①5月11日 牡牛座
- ②福島市立子山
- ③写真、パラグライダー
- ④特にありません。
- ⑤2015年5月に還暦を迎え、益々意気盛ん。人生これから・・・？

カノ ミズホ

看護助手 高野 みずほ

- ① 1月9日 山羊座
- ② 青森県鶴田町
- ③ ウィンドウショッピング
- ④ 3人娘の育児に追われる中、1人になれる時間ができた時。
- ⑤ 青森から福島に嫁いで早10年になります。仕事の方は5年ほど前に平田村の病院で働いていましたが、ブランクがあるので体もなまっていますし、色々ご迷惑をお掛けすると思いますが、よろしくお願いします。

ワタベ トモカ

看護助手 渡辺 智香



- ① 5月16日 牡牛座
- ② 伊達市保原町
- ③ ショッピング
- ④ コンビニのデザートを時々食べる
- ⑤ 病院での仕事は初めてですが、看護助手さん、看護師さんに色々教えてもらい勉強しながら、早く覚えて頑張っていきたいと思います。どうぞ、よろしくお願いします。

コバヤシ ツヨシ

臨床工学技師 小林 剛

- ① 1月23日 水瓶座
- ② 猪苗代町
- ③ 車
- ④ お酒を飲む
- ⑤ 経験の無い業務で分からない事ばかりですが、初心に帰って頑張りますので宜しくお願いします。

サトリ マサヒロ

介護支援専門員 佐藤 雅博

- ① 2月7日 水瓶座
- ② 伊達市霊山町
- ③ 吉田類さんや太田和彦さんの居酒屋番組が大好きです。
- ④ コンビーフをつまみにお酒を飲むこと。
- ⑤ トライアスロンや100kmマラソンをやりました。短いより長いのが好きでした。一番きつかったのは、富士登山競争でした。もう一度サロマで100km走りたいです。また走り始めます。

アンザイ サトミ

社会福祉士 安齋 里美

- ① 6月18日 双子座
- ② 福島市森合
- ③ 茶道、書道
- ④ 夜中ひとりきりの録画鑑賞会
- ⑤ はじめまして。私のマイブームは、夕食時に一口、赤ワインを楽しむことです。新しい環境で緊張の毎日ですが、少しでも早く慣れるよう頑張りたいです。どうぞ宜しくお願いします。

コシカワ リコ

事務職員 小西川 理子

- ① 7月31日 獅子座
- ② 福島市
- ③ バスケットボール、スノーボード、音楽鑑賞
- ④ EXILE TRIBEに浸ること。
- ⑤ 明るく、楽しく、元気よく、一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。

外来診療予定表

平成28年1月1日より

			受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前	一診	8:45~11:30	佐々木俊教	数田 良宏	佐々木俊教	大庭 敬	大庭 敬	佐久間博史 大庭 敬 佐々木俊教 数田 良宏 (交代制)
		二診	8:45~11:30	山口 鶴子	君島 弘子	佐久間博史	君島 弘子	君島 弘子	山口 鶴子
		循環器	8:45~11:30						済生会福島 総合病院 第2・4・5週
		リハビリ	8:45~11:30	粕川 禮司					渡辺 浩志 第1週
		糖尿病 外来	8:45~11:30		済生会福島 本間美優樹 第1・3週				
	午後	13:00~16:00	佐久間博史	福島医大	数田 良宏	佐久間博史	君島 弘子		
外科	午前	8:45~11:30		福島医大			済生会福島 総合病院		
	午後	13:00~16:00		福島医大					
整形外科	午前	8:45~11:30	福島医大					福島医大	
	午前	13:00~16:00			福島医大				
泌尿器科	午後	13:00~16:00					山中直人 診 察 14:30~		
眼科	午前	8:45~10:30				福島医大			
	午後	13:00~15:00	予約診療	福島医大					
皮膚科	午後	13:00~16:00				高橋 博 診 察 14:00~			

※糖尿病外来は診療日が不定期になっております。事前にご確認の上お越しください。



済 生 会 川 俣 病 院

電話 566-2323

FAX 566-2325

<http://www.kawamata.saiseikai.or.jp/>

済生会春日診療所

済生会川俣光風園

済生会川俣訪問看護ステーション

済生会川俣光風園訪問介護事業所

特別養護老人ホーム はなづか

済生会かわまた居宅介護支援事業所

介護老人保健施設 めがみ

川俣町地域包括支援センター

通所リハビリテーション めがみ