



新しい風が吹いています

看護部長 居代 時子
看護次長 寺田みえ子
この度、居代看護部長が常任会の理事に就任されるため4月より看護部長として勤務することになりました。



月並みですが看護の原点は、優しさ、思いやり、気遣いだと思います。しかし、それだけではありません。正しい知識と正確な技術それに判断力が求められます。そのため日々努力を続けています。

病院理念に「地域住民の皆様最も安全で安心できる、質の高い看護を提供することです。月並みですが看護の原点は、優しさ、思いやり、気遣いだと思います。しかし、それだけではありません。正しい知識と正確な技術それに判断力が求められます。そのため日々努力を続けています。



内でのスーザーでは「からだ相談」なども行っています。更に今春より看護学校の授業も一部担当させていただくことになります。院外活動を通じ地域のみなさんと交流を深めることに看護師達もやりがいを感じている

看護部も少しずつ変わろうとしています。看護とは人とのかかわりあいだと思います。病院全体に地域に貢献しようという声が高まり、看護部も院外活動を始めました。牛久市体育協会にお願いし、昨年の夏はプールでの救護をさせていただきました。その後、かつぱまつり、ドツジボーラ大会、マラソン大会等のイベントでお手伝いさせていただいております。また、市

私事ですが4月より寺田部長にバトンタッチいたしますが、今後は理事として残りますのでどうぞよろしくお願ひいたします。

今後も新鮮な感覚と創造で新しい風を吹かせたいと思います。看護師たちを見てください。



看護部は、「皆様に信頼され親しまれる看護を提供いたします」の理念を掲げて日々努力しています。



業務が拡大してくると思いますが、看護部の理念を達成できる人材を育成し患者さんに満足していくたける看護部を目指していきたいと思います。

はじめて
はじめて



2/1付入職
看護部
松村絵美



2/1付入職
春秋園
片岡陽介



入職して間もないでの色々
と教えて下さい。
血液型：AB型
好きな言葉：努力

1年のブランクと不慣れな
部署でとまどっていますが、
一日でも早く1通りこなせる
ように努めたいです。

1年で、出戻りですが、よろ
しくお願ひいたします。一生
懸命頑張ろうと思います。



2/1付入職
春秋園
倉持博子

Q&Aコーナー

Q 老眼鏡をかけると老眼が進む
つて本当ですか？

A 加齢と共に調整力は低下し、
老眼（医学的には老視）とな
ります。原因は、調整のため
の筋力低下と水晶体と呼ばれ
るレンズの硬化が考えられて
います。40代後半では、調節
力は20代の1/4～1/5程
度となり、さらに加齢によっ
て生活上に不便を感じてくる
ようになります。よって、老
眼鏡によって老眼が進むと言
う訳でなく、年齢が主な原因
と思つて良いでしょう。

(眼科医長 山本)
また、出戻りですが、よろ
しくお願ひいたします。一生
懸命頑張ろうと思います。

ここが知りたい！素朴な疑問に
わかりやすくお答えします。

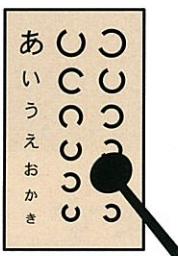
狭心症と心筋梗塞を知る

(前編・病態と治療)
内科医長 藤繩 学

率は10%といわれています。
狭心症や心筋梗塞の治療には
薬物療法、冠動脈インターベン
ション（PCI）、冠動脈バイ
パス手術（CABG）があります。
いずれにしても薬物療法は
数多くの有害物質が含まれて
いますが、主流煙に比べ副流
煙のほうに高い濃度で含まれ
ています。

この副流煙を、自分の意思
とは関係なしに吸い込んでし
まうことを「受動喫煙」と呼
んでいます。この受動喫煙に
よつて、吸わない人が心筋梗
塞や認知症になる危険度は、
1・3倍も高まります。タバ
コを吸つていなかからといつ
て安心ではありません。受動

喫煙によつて、タバコを吸わ
ない人も健康被害を受けてい
るのです。（内科医長 飯野）
冠動脈が動脈硬化によつて狭
くなり、血液が流れにくくなる
と、充分な酸素を心筋に運べな
くなり、心筋が酸素不足の状態
になります。結果、胸の痛みや
息切れやその他の症状を起こす
病気を“狭心症”といいます。
また、冠動脈の一部が血栓な
どで完全に詰まり（閉塞）、心
筋に血液が送れなくなることに
より心筋の一部が壊死する状態
を“心筋梗塞”といい、約
30%の人が突然死する危険な病
気です。病院に到着し、適切な
治療（なるべく早期に血流を再
開する）を受ければ、院内死亡



Q タバコの煙には、本人が吸
喫煙するとガンになりやす
くなると聞きました。タバコの
害について教えてください。



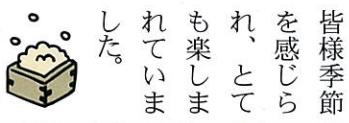
A タバコの煙には、本人が吸
い込む「主流煙」と、タバコの
煙のほうに高い濃度で含まれ
ています。

心臓は収縮して全身に血液を
送り出すためのポンプの役割を
しており、血液が全身に流れる
ことで体の隅々まで酸素や栄養
素が運ばれています。心臓は心
筋という筋肉でできています
が、この心筋も酸素と栄養素を
エネルギーにして動いていま
す。そのため、心臓（心筋）の
周りには酸素と栄養素を供給す
るための血管が張りめぐらされ
ており、この血管を冠動脈と呼
びます。

冠動脈が動脈硬化によつて狭
くなり、血液が流れにくくなる
と、充分な酸素を心筋に運べな
くなり、心筋が酸素不足の状態
になります。結果、胸の痛みや
息切れやその他の症状を起こす
病気を“狭心症”といいます。
また、冠動脈の一部が血栓な
どで完全に詰まり（閉塞）、心
筋に血液が送れなくなることに
より心筋の一部が壊死する状態
を“心筋梗塞”といい、約
30%の人が突然死する危険な病
気です。病院に到着し、適切な
治療（なるべく早期に血流を再
開する）を受ければ、院内死亡

がありません。タバコの煙には
数多くの有害物質が含まれて
いますが、主流煙に比べ副流
煙のほうに高い濃度で含まれ
ています。

が



春秋園だより

早春の候寒さもだいぶゆるんでまいり、花のつぼみもほころぶ季節になりました。

暖かな陽気が続くと思えば、急に冷え込んだりと、まだまだ体調を崩しやすい日が続いております。

さて、今回は二月三日に催しました「節分」の様子をご報告いたします。各フロアに、鬼に化けた職員が走り回り利用者様全員で、豆まきをして鬼退治をしました。

皆様、一生懸命に「鬼は外、福は内」と声を張り上げ、新聞紙を丸めた豆をぶつけると鬼は一目散に退散していきました。皆様季節も楽しまれていました。

次回のお題は「立春、うすらい、しじみしる、風船、たけのこ」です。次回の作品もどうぞお楽しみください。
(スタッフ一同)



「伊予紺糸の軒下の繭団子」
「繭玉の垂れし吾家の賑やかさ」
「築波嶺の風くる垣根寒椿」
「水柱伸ぶ孫の身長のび盛り」

「リハビリにゲームあれこれ
日脚伸ぶ」

動脈は心臓が強い力で押し出した血液が流れるので弾力性と柔軟性を持ち合わせています。ところがこの動脈の内側に血液中の脂肪などがくつき、血管の壁が厚くなつて弾力性が失われ、血管が劣化したり狭くなつたりしてしまいます。

ゴムのように柔らかかつた血管もだんだん硬くなります。これが動脈硬化です。動脈硬化は、食事、運動、喫煙、飲酒、ストレスなどの生活習慣や高血圧、高脂血症、糖尿病、肥満などの疾病が必要となり、また心臓病や脳血管障害などいろいろな病気を起こすこともあるので、注意しなければいけない疾患です。動脈硬化は自覚症状がなく進行するので定期的な検査が必要かと思われます。

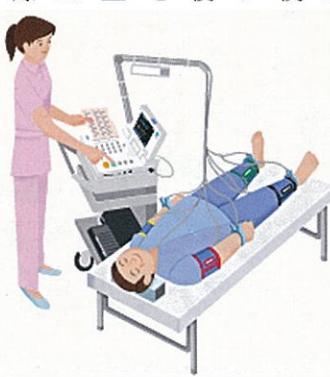
当院では動脈硬化の検査として頸動脈エコーや脈波伝播速度(PWV)を行っています。頸動脈エコー検査では脳に血液を供給する頸動脈、椎骨動脈の血管壁の厚さや狭窄度を表す指標になります。

動脈硬化の予防には日頃の生活習慣が大切です。一度検査を受けて生活習慣を見直してみてはいかがでしょうか？

動脈硬化について

生理検査室

阿野・荒井・岩崎・松



輝いていました。
(宮二)

豆を炒り祭壇に福豆を供えました。ドーンドーンと太鼓を打ち鳴らし鬼達がやつてきました。子供達は必死にお母さんにしがみつき泣きじやくります。鬼が持つて来た巻物にはやくそく豆まきをしました。鬼は山へと帰りました。ほつとした子供達にちよっぴり誇らしげな笑顔が



「やいかが
年長児が
来ました。
がやつて
節分の日
がやつて
年長児が
来ました。

編集だより

暖かさと寒さが交互にきて、だんだん春らしくなる季節となりました。今年は例年より、寒暖の差が大きいようですので、健康には十分注意して体調を崩さないようにしましょう。
(S・K)

お問い合わせ先 総務課
TEL 029-873-3111(代)
※予約は不要です。

担当 循環器科 阿部医師
会場 当院 B館2階
大ホール

第一回 よくわかる高脂血症
日時 4月20日(火)
14時から約1時間

『生活習慣病教室』開催
4月より、毎月第3火曜日に『生活習慣病教室』(無料)を開催いたします。生活習慣病が気になる方、人間ドックでメタボ予備軍といわれた方、など、興味のある方はどなたでもお気軽にご参加下さい。質問コーナーもあります。

病院概要

病床数 504床 (一般445床 医療療養型59床)

施設

敷地 57,911 m² 駐車場 1040台



日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会

牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

《関連施設》

総合健診センター	Tel 029-873-4334
健康増進施設 スポーツリラックス	Tel 029-874-8791
介護老人保健施設 春秋園	Tel 029-870-3100

診療科目

【一般外来】

総合診療科(内科)、消化器内科、内分泌内科、漢方科、糖尿病・代謝内科、循環器科、呼吸器内科、血液内科、腎臓内科、神経内科、リウマチ科、心療内科、小児科、総合外科、救急科、甲状腺・内分泌外科、呼吸器外科、乳腺科、消化器外科、内視鏡科、形成外科、整形外科、ペインクリニック科、産婦人科、脳神経外科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、皮膚科、歯科口腔外科、透析外来(シャント外来)

【専門外来】

整形専門(股関節、骨粗しょう症、脊椎、スポーツ)
小児科(小児循環器、小児神経、小児心理)
循環器(心臓血管外科)
形成外科(アンチ・エイジング、レーザー)



《出来事》

ピックアップ

《お知らせ》

『生活習慣病教室』開催