

ふれあい

2015

4

No.337

牛久愛和総合病院 広報誌



新年度のご挨拶

常仁会グループ理事長

たねだ よしろう
種子田 吉郎



平成27年度、新たな年度の始まりにあたり、ご挨拶申し上げます。

4月1日より新院長に東京女子医科大学 第二外科 前主任教授 亀岡信悟先生が就任し、前院長 高崎健先生は名誉院長へ就任いたしました。そして、満開の桜の花のもと、「牛久愛和総合病院」58名、グループ全体では133名のフレッシュな新入職員を迎え、新たなスタートを切りました。

昨年度は、消費増税及び診療報酬改定から始まり、様々な形の自然災害や、年末の突発的な衆議院の解散総選挙等、日本は激動の時代を迎えておりますが、平成27年度は医療を取り巻く環境が大きな変革期を迎えます。4月には介護報酬改定により9年ぶりに全体で2・27%引き下げられ、平成26年改定で提示された2025年医療提供体制に向けた地域包括ケアシステム等のグランドデザインの具現化がドラステックに動きだす

一年になると考えております。

地域包括ケアシステムは、従来の急性期医療を中核としたヘルスケアシステムを改良すべく、統合ケアと地域を基盤にしたケア (Community-based care) を合流させようとする国際的にも希な試みです。このような多様な環境変化の中、私どもは、地域の皆様を支えるため、一人一人の立場にあった安心・安全で質の高い医療等を提供し続ける使命があります。新しく入職する職員と共に全職員一同が協力し合い、日々研鑽し、地域医療及び地域包括ケアシステム構築に貢献できるよう取り組んでまいります。

「常仁会・マリア会グループ」の新しい事業の柱の一つとして、前年度には「社会福祉法人 関東マリア会」と「社会福祉法人 福岡マリア会」の2法人を設立、本年4月1日に福岡県北九州市八幡西区に「特別養護老人ホーム グランヴィラ 大平」(ユニット型/定員100名) がオープン致しました。

平成28年2月には牛久愛和総合病院隣地(敷地内)に、茨城県老人福祉施設整備費補助事業として「特別養護老人ホーム グランヴィラ 牛久」(ユニット型、定員80名内ショート10名)の開

設を予定しております。

現在グループは、「牛久愛和総合病院」を中核施設とし、牛久市、新潟市、高知市、北九州市、宮崎市において14施設(病院7、介護老人保健施設5、有床診療所1、介護老人福祉施設(特養)1)、医療・介護のトータルベッド数2430床を有し、全国規模で医療及び介護施設を展開しております。

「牛久愛和総合病院」では、外来診療のセンター化による機能充実、がん治療提供体制の充実、産婦人科再開などの課題に取り組む、医療提供体制整備を推進しております。

弊会理念である「急性期医療」「予防医療」「高齢者医療」の3つの柱を通じて、牛久市を中心とした県南地域の中核的病院として、病院、介護老人保健施設及び介護老人福祉施設(特養)が隣接された環境の中、施設間の連携によりシームレスで安心できるサービス提供体制整備を図り、皆様に選ばれ信頼される施設を目指しております。

職員一人一人が役割を果たし、地域の皆様の大きな期待に応えられるよう努力してまいりますので、今後ともご支援ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

「こ」が知りたい! Q&A コーナー

Q 「慢性腎臓病（CKD）」について教えてください。

A 腎臓は背中の真ん中あたりに左右2つあり、大きさは握り拳ほどでソラマメのような形をしています。腎臓と聞いて思い浮かべる働きは、尿として老廃物を体外に出す、ということですが、そのほかにも、体液の電解質・pHバランスを調整する、血圧を調整するホルモンや赤血球の産生を促進するホルモン、骨の健康を保つホルモンを作る、などの働きがあります。こうした腎臓の働きが悪くなると老廃物や毒素が体内に溜まり尿毒症になってしまいます。

慢性腎臓病は、腎臓の働きが徐々に悪くなる病気で、その患者数は1300万人を超えられると言われます（実に成人の8人に1人）。新たな国民病といわれる所以です。慢性腎臓病は、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生

活習慣病や、メタボリックシンドロームとも深い関連があり、現代人の誰もが罹患する可能性のある病気です。厄介なのは初期には自覚症状がなく、病状が悪化してから症状が出るということ

です。肝臓と並んで「沈黙の臓器」なのです。さらに、腎臓は一度悪くなると自然には回復しません。病状が進行して初めて、浮腫みや倦怠感、貧血や息切れなどの自覚症状が出現します。

また、慢性腎臓病は、脳卒中や心筋梗塞などの発症率、死亡率を高めるともいわれています。そのため少しでも早い時期での発見が重要です。そのためにも定期的に健康診断を受け、尿や血圧の検査をしましょう。また、前述のとおり生活習慣病との関係が強く、生活習慣の是正が、引いては腎臓病を予防することになります。（腎臓内科・内藤誠）

DMカフェ



糖尿病専門医
糖尿病看護認定看護師

河邊 聡子
栗山 千絵

春の花々が咲き乱れ、風も爽やかに感じられる季節になりました。お花見には行かれましたか。花粉症をお持ちの方は、まだまだつらい季節ですね。どうぞ、お大事になさってください。



ワンポイントアドバイス

コートを脱いだ自分の姿を見て、「あれ!」と思われた方はいませんか。この時期は冬の間にためこんでしまった余分なカロリーが、脂肪となってあらわれてくるのです。脂肪1kgは約7000kcal、つまり毎日菓子パン1個を余分に食べると1ヵ月で約1kg増える計算です。また、体重が増えると、脂肪組織から体のインスリンを効きにくくしてしまいうホルモンが出るため、



血糖値のコントロールにも影響があります。本格的な薄着の季節が来る前に、増やしてしまった体重、増やしてしまった脂肪を落としましょう。まず、毎日体重計に乗ることから始めてみませんか?よく、「毎日乗っても変わらない、乗るだけムダ」と耳にしますが、変わらないことを確認することも大切です。また、毎日変わらないということは、消費したカロリーと摂取しているエネルギーとが釣り合っているということも分かるのです。それを確認したうえで、どのくらい減らすのか目標を立てるとよいでしょう。だいたい1ヵ月でマイナス1〜2kgが目安です。小さなことからコツコツと、なにより続けることが大切です。

入職者

3月1日付

臨床工学科

臨床工学士 廣瀬 裕

東南アジア旅行が大好きです。

その中で自分や日本社会をより客観的に見つめ直しています。

■医事企画部

渡辺 光江

マイペースでちょっと人見知りですがお仕事を協力しあい、こなしていきたいです。

『第51回』生活習慣病教室

テーマ

「脂質異常症と心臓病」

日時 平成27年5月19日(火)

14時30分から約1時間

講師

循環器科

阿部 正宏 医師

会場 牛久愛和総合病院

B館2階 大ホール

参加費 無料

◎お問い合わせ先

牛久愛和総合病院 総務課

029-873-3111(代)

春 秋 園 だ よ り

桜の花も咲き、春の陽気を感じる季節になりました。暖かな陽気が続くのかと思えば、急に冷え込んだりと体調管理が必要な日が続いております。

さて、今回は通所リハビリでつぐば農林研究団地の農林さくら通りにある桜並木をドライブした様子を紹介いたします。

ここは、春になると全長約1.5キロメートルの両側に山桜・八重桜・ソメイヨシノなど500本もの桜がきれいな花を咲かせています。今年は、花見週間に悪天候が重なってしまい、車の中から眺める形となりました。

また、桜の開花が早かったため、散ってしまったのでは



ないかと、心配でしたが、多くの利用者が、参加してくださいませ

した。散

り際の桜

もまたキレイで通

りに桜の花びらの

じゅうた

んが敷いてあり、

辺り一面

桜色に覆われて利用者様・職員

共に「キレイ」と歓声が上がりました。

また、菜の花畑もあり、桜と

菜の花のピンクと黄色のコントラストに、ここでも「キレイ」と一段と大きい歓声があがりました。菜の花を見ると話題になるのは、菜の花のおひたしは

かし醤油で食べるか？皆様はどうでしょう？



園に戻った後も花見の話題は盛り上がり、利用者様の顔にも笑顔の花が咲いていました。今回はお花見ドライブでしたが、来年のお花見は、太陽の下で外の空気を感じながら、満開の桜を楽しみたいですね。今後も利用者様やご家族の皆様も楽しんで頂ける行事を計画していきたいと思っております。

(通所リハビリスタッフ一同)

知って得するシリーズ⑥

● 介護保険制度と施設サービス編

連載でお送りしている介護保険制度ですが、最終回は施設サービスについてご紹介させていただきます。主な施設サービスは次のようになります。

【特別養護老人ホーム】食事、排泄、入浴などの介護、レクリエーションなどの余暇活動などを受けられる施設。新聞などで数百人待ち数年待ちと言われている施設はこのタイプの施設になります。反面、入所すると期間の制限無く入所することが出来るという魅力があります。

【介護老人保健施設】介護や余暇活動と併せて、リハビリテーションを受けられる施設。入所する期間は3〜6ヶ月と言われていますが、入りやすく、また医師が常駐という魅力があります。

施設を選ぶ方法としては、まずは市町村役場や病院の医療福祉相談室、在宅サービスを利用している方であればケアマネジャーなどから紹介を受けましょう。そして、見学をして施設の

雰囲気や費用などを見て、施設選びをすることをお勧めいたします。

最後にしばしば寄せられる疑問にお答えしたいと思います。「医師から病状は良くなったので退院しよう」と話があった。病状が不安なので出来れば病院にずっと入院をしていたい。」です。

今これをお読みいただいている元気なあなたが1ヶ月ベッドに横になっていられると言われたらどう感じるでしょうか？苦痛であることが想像に硬いと思いませんか。ですから、病院としては病状が良くなり少しでもお元気な内は、出来ればご自宅での生活を。それが難しい場合には、集団生活ですがレクリエーション等の楽しみがある施設をお勧めしています。

以上、介護保険制度についてご紹介させていただきました。まだまだ紹介しきれない点もありますので、ご不明な点などございましたら何なりと医療福祉相談室までお越しください。

(医療福祉相談室)

Dr 趣味リレー

特任副院長 内科部長
透析センター長

中村 日出子

医師となり医療に携わる様になつていつの間にか30年余が経ってしまいました。若いうちは医療

に対する熱意と好学心で診療・研究・教育に打ち込んできましたが、ふと振り返ると医学以外には何もない自分に気付きました。ストレスが解消出来て、楽しめる趣味が欲しいと思えました。友人の薦めもあり、40歳過ぎよりスポーツジムに通い始めました。はじめは1人で黙々と走ったり、筋トレをしていましたが、あまりストレス解消にはなりません。目の前のスタジオで音楽に合わせて踊っている人達を見て、何だか楽しそうだなと入ってみたのがエアロビクスでした。普段の生活では思い切り手足を伸ばしたり、動かしたりする事はあまりありませんが、エアロビクスでは精一杯伸ばして動かします。それがとても気持ち良いのです。体力も持久力も付き、さらに今までは接点がなかった人達と知り合え、友人もたくさん出来ました。これから何歳まで続けられるかわかりませんが、出来るだけ続けて行きたい趣味です。

《出来事ピックアップ》

卒園式

3/15



3月15日春の穏やかな陽ざしに包まれ11名の子ども達がマリナーサリーを卒園しました。式典で証書を受け取り、高くかかげて歩く姿はとでもたくましく輝いていました。式典の後はリズムを行いました。縄とび、まりつき、舞踊(カリンカ)を音楽に合わせてみんなで楽しく踊りました。最後は大鷲のリズム表現で一人一人が力強く羽ばたき巣立っていきました。(小田木)

災害訓練

3/18

院内にて3月18日に災害訓練を実施致しました。

今回の訓練は当院初の試みであり牛久消防署立会いのもと、震度6弱の茨城県南部直下型地震を想定して行ないました。

この訓練を通して私達は良い収穫もあれば、数多くの反省点もありました。

東日本大震災のような大規模な災害が発生したときに素早く対応するためにも、今後において災害訓練を数多く実施していくことができたらと思います。この訓練での経験を活かし今後の仕事にも役立たせていきたいと思ひます。(総務課 中村)

編集だより

うらかな春を感じる季節となりました。新年のスタートと共に、何か新しいことをみつけてみるのもいいですね。休日や天気の良い日は心も体もリフレッシュ!毎日楽しく過ごしたいですね。(Y・A)

病院理念

我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様へ最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床 (一般391床 医療療養型55床 地域包括ケア43床)

施設

敷地 59,449.60㎡ 駐車場 1151台



診療科目

【一般外来】

総合診療科(内科)、消化器内科、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、乳腺科、消化器外科、内視鏡科、形成外科、整形外科、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、脊椎、スポーツ、肩関節、足の外科)
小児科(小児循環器、小児心理)
循環器(心臓血管外科)
皮膚科(レーザー)

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 スポーツラックス Tel 029-874-8791
介護老人保健施設 春秋園 Tel 029-870-3100

