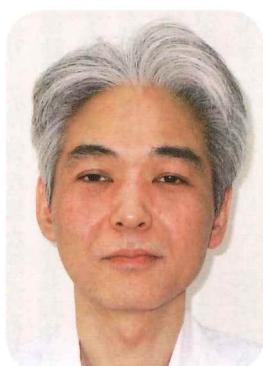




「水道」

麻酔科部長

古謝 宏樹



『ふれあい』の題材としてふさわしいかどうか自信ないです。が、最近もっと気になつた記事を一つ・・・

もう半年近く前のことです。が、水道事業を民営化しやすくする改正水道法が可決成立したそうです。

しばしば水道管の老朽化が報道されますが、耐用年数40年を超える水道管をすべて更新する費用は10兆円を超えるそうです。

道されますが、耐用年数40年を超える水道管をすべて更新する費用は10兆円を超えるそうです。

しあわせな問題が起きて、37カ国235都市で再び公営化されているそうです。1997年に民営化したマニラは外資が参入して水道料金が4~5倍になりました。水道料金収入は減っているのだからです。それで毎年、水道料金は値上げされてきています。

水道事業は独立採算制で、水道料金収入と地方自治体が発行する企業債で運営や設備の補修などが行われているのですが、日本の人口は減少する一方なので水道料金収入は減っているのです。それでも毎年、水道料金は値上げされてきています。事業者は赤字だそうです。老朽



化した水道管を更新する費用も我々が支払う水道料金で賄われるのでですが、少子化が進めば、水道料金値上げもどんどん進んでいくことになりそうです。

そこで政府は、自治体だけで

化しているのですが、今回の水道法改正は、水道施設の所有の運営には限界があるとして、民間の力を借りることができるようになります。政府の見解では、自治体よりも民間企業のほうがコスト削減のノウハウがあり、民間企業が参入することで競争原理が働きさらにコスト削減が期待でき、水道料金が上がるのを抑えることができます。

海外では、水道事業を民営化した後、様々な問題が起きて、太い血管が痛んだ時、人工血管に取り替えるのではなく、ステントといって血管の中から補強する手術が発達してきていました。水道管にもそのような技術が応用できたらいいのにない・・・なんて思う今日この頃です。



つて200人近い死傷者がでたそうです。日本にもすでに外資が入ってきているそうです。

空港や高速道路はすでに民営化されています。その上自治体が民間企業の運営をしつかり管理し、不当な料金値上げを抑えるために料金に上限を設けるとしても、海外のような失敗はないよう切に願いたいものです。

ここが知りたい！ Q&Aコーナー

③プリン体の摂取を控えるにはどうしたら良いの？

A 高尿酸血症や痛風の原因のひとつにプリン体の摂りすぎがあり、治療ガイドラインによると、プリン体摂取量は一日400mgを超えないようとするのが望ましいとされています。

体内にあるプリン体の内、食事由来は2割程度といわれ、食べとはいへないと厳しい制限はありませんが、習慣的に食べるものにプリン体を多く含む食品があれば見直しましょう。

そして、気を付けて頂いたのがアルコール。「ビールが高プリン体」と思われるが、アルコール自体の代謝に関連して尿酸値を上昇させるので全般に注意が必要です。ビールであれば小1本、日本酒なら一合弱程度に控え、休肝日を設けましょう。

(栄養センター科長
後藤和代)

際は、1回に食べる量の見直しが必要です。

またプリン体は水に溶けやすい性質があるので、下処理として水に浸す、下茹でをするなどひと手間加えることも一法です。そしてその水溶性の性質から、プリン体が多い食材をだしの材料とした場合はプリン体が比較的多く含まれると考えられます。豚骨や鰹節、煮干しをだしに使用した鍋料理やラーメンの汁は残して頂くことをおすすめします。

果的ですが、心臓や足腰などへの負担も大きく、とくにご高齢の方にとつては危険がともなう場合もあります。また、「毎日忙しくて運動に時間をとれない」という人も多いでしょう。しかし、ウォーキングやガーデニングなどのあまり激しくない身体活動を1日に10分、週60分程度でも続けていれば、全くしないよりも心血管疾患、がん、2型糖尿病などの予防・改善効果を得られることが、大規模な研究で明らかになっています。運動強度としては、ウォーキングであれば10分間で1000歩程度が目安と言われています。ただし、糖尿病合併症が進行しているたり、心・腎疾患などがあり、運動制限が必要な場合もありますので、運動を開始する際には必ず主治医にご確認ください。

また、日ごとに気温・湿度が上がり、特にご高齢の方では喉の外傷、急性疾患を担当させて

D.M.カフエ



糖尿病・代謝内科 尾本 美代子

木々の緑がいつそう深まり、そのため脱水にも注意が必要です。

運動の際にはこまめに水分を攝取し、楽しみながら行えるといいますね。

頂きます。微力ながら病院と地域の発展に努めます。よろしくお願い申し上げます。
 ③奈良県立医科大学医学部 昭和44年5月1日 50歳 ⑥O 型 ⑦おうし座

入職者



5/1付
救急医療科
佐藤孝幸

①担当
②専門とその紹介
③出身大学
④趣味
⑤生年月日
⑥血液型
⑦星座

5月1日付
看護部 内田 成美

人事部 山崎 優斗

事務 山崎 優斗

理学療法士 鈴木 郁人

リハビリ科 島根 宏枝

准看護師 島根 宏枝

通所リハビリ科 島根 宏枝

看護師 島根 宏枝

患者さんの気持ちに寄り添い、安心できる看護を心がけていきたいと思います。



5/1付
職業医
佐藤孝幸

①火以外
②この度救急科の立ち上げに携わることとなりました。月並みですが「断らない救急」を目指します。皆様の協力の下、発展に努めたいと思います。宜しくお願い申し上げます。

思いやりと笑顔でたくさんの方から信頼される職員を目指します。

利用者の方々がこの地域でよりよく生活できるよう、精一杯サポートさせていただきます。

患者さんの気持ちに寄り添えるように接していくたいと思います。



5/1付
職業医
佐藤孝幸

①金以外
②この度、集中治療部部長を拝命しました。集中治療、体幹部の外傷、急性疾患を担当させて

な事に挑戦して参ります。

新潟県出身ですが茨城での生活で10年目となりました。色々

食品は、豚や牛レバー、カツオ、イワシ、大正エビ、アジやサンマの干物などです。プリン体の多い食品を食べる

春秋園だより

今回はデイケアとデイサービスの違いについて簡単にご紹介をしたいと思います。

まず、一般的にデイサービスを通所介護、デイケアを通所リハビリテーションと言います。どちらも介護保険を利用した在宅サービスの柱で、その目的は、社会から孤立しない人々に活躍する場を提供することと言られています。

基準も異なつておらず、通所リハビリテーションでは、専任常勤医1名と、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士のいずれか1名が専従従業者として必要となります。

(春秋園 リハビリスタッフ一同)



通所介護ではこれらの人員は必ずしも必要としません。

院外看護相談

当院看護部では地域医療の貢献のため「院外看護相談」を行っています。

週2回、2名の看護師が院外へ出向き、血圧測定や健康相談はもちろん、それ以外にも様々なお話を聞かせていただいております。

年齢性別は千差万別で、この看護相談を楽しみに毎週来てくださる方も増えました。病院受診時には話しくていいことも、気軽にお話ししていただけるようです。

また、私たちも病院外といふ環境で皆様とふれあう時間はとても新鮮で、貴重な機会となっています。血圧を測りながら夢中になつてお話ししていると時間があつという間に過ぎてしまいます。

そのほかにも、当院で行われる「生活習慣病教室」や「愛和健康まつり」などイベント情報も多数紹介させていただいているります。ご遠慮なく声をおかけください。

これからも、この活動を通じ地域の皆様とのふれあいの時間を大切にしていきたいと思っています。ぜひ、お立ち寄りください。

春のお花見イベント



第五回 生活習慣病教室

日 時 平成31年7月24日(水) 14時30分から15時30分

会 場 牛久愛和総合病院 B館2階 大ホール

講 師 小田虎賢 医師 整形外科

参 加 費 無料

テー マ 今必要なのは
薬じゃなくて筋肉かも
♪筋肉は裏切らない♪

事前予約不要、興味ある方はお誘いあわせの上、ぜひ参加下さい。

看護の日イベント

5/13

皆さんは、「看護の日」をご存知でしょうか。21世紀の高齢者を支えていくために、看護の心、ケアの心、助ける心を、老若男女を問わずだれもが育むきっかけとなるよう、1990年、旧厚生省により、近代看護を築いたフローレンス・ナインゲールの誕生日にちなみ、5月12日を「看護の日」と制定されました。

「看護の心をみんなの心に」をメインテーマとして、毎年この日を含む週の日曜日から土曜日まで会を始め、全国各地の病院や医療機関で気軽に看護に触れていただきけるようなイベントが行われています。

当院では5月13日に「看護の心を分かち合い、看護についての関心、理解を深めましょう」をテーマとして、「看護の日」のイベントをエスカート牛久にて行わせていただきました。ながれ各種コ

の関心の高さを実感しました。参

編集だより

日本が減算の紫陽花ですが、西洋でも人気があり、二千種類の品種が存在するそうです。

雨の中で咲く姿が素敵な紫陽花、いろいろな種類を探して歩くのも楽しいかもしれませんね。(E・N)

加された方からのお話を伺うと、「距離ではなく毎日1時間歩くようにしている」「体のあちこちが痛くて気が減入るときもあるけれど、毎日必ず1回笑うことを心がけています」、「人生100年時代になりました。家族に迷惑をかけないよう元気な身体を維持したい」、「夫婦二人いつまでも元気に過ごせるように妻は僕の食生活をよく管理してくれている」など、皆さんご自身の健康維持の秘訣をうれしそうに笑顔で話してくださいました。今回のイベントは日頃の生活習慣を振り返り、健康や病気の予防について考えていただける機会となつたと思います。参加いただいた皆さんと過ごした時間は、私たち看護師にとっても大変充実した有意義な時間になりました。「看護の心をみんなの心に」をモットーに多くの方に参加していただいた事に深く感謝いたします。来年のイベントもぜひお越しください。

(看護副長 下村真理子)

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に最高の医療・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 59,449.60m² 駐車場 1151台



日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会

救急 24 時間

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
人工透析センター	
地域リハ・ステーション	
介護老人保健施設 春秋園	Tel 029-870-3100
特別養護老人ホーム グランヴィラ牛久	Tel 029-817-5111

診療科目

【一般外来】

内科、消化器内科、循環器内科、心臓血管外科、血液内科、腎臓内科、神経内科、呼吸器内科、糖尿病・代謝内科、リウマチ科、小児科、眼科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、脳神経外科、形成外科、救急科、外科、乳腺外科、消化器外科、耳鼻咽喉科、産婦人科、歯科口腔外科、甲状腺・内分泌外科

【専門外来】

内 科 (禁煙外来)
整形外科 (股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節)
小 児 科 (小児循環器、小児心理、小児免疫)
皮 膚 科 (レーザー外来)
外 科 (下肢静脈瘤外来)
ストーマ外来
そけいヘルニア専門外来
透析外来
内視鏡検査
検診検査 (乳がん検診)

