

原町赤十字病院だより

はらまちにつせき

TAKE FREE
ご自由にお持ちください。

No. 14
2018年11月

巻頭頁

健診センター紹介

「年に1度は健康診断を」

専門・認定看護師紹介

活動報告

お知らせ

外来診療予定表(巻末)

健診センター

「年に1度は健康診断を」

原町赤十字病院「健診センター」では年間延べ約19,000件の健康診断を取り扱っています。これは吾妻郡の人口約55,000人の約3割に相当する数になります。人間ドックは約1,300件、各種がん検診は約10,000件のほか、予防接種や乳幼児健診、学校健診など多岐にわたり担当しています。

昨今、「予防医学」や「早期発見、早期治療」のキーワードで健診の大切さが重要視されています。例えば、メタボリックシンドロームは生活習慣を改善することにより病気になるリスクを回避することができ、がん

は早期に治療を開始することでその多くが「治る」病気になっています。これらは、自覚症状がないことが多く、自分でみつかることが困難です。

そこで是非「年に一度は健康診断の受診」をお願いいたします。

健康診断は「決して楽しいことではない」ですが、みなさまの健康を支える大切な手段であることは間違いありません。

住民のみなさまに信頼され、安心して健康診断を任せていただけるよう、職員一同健診業務に精進する所存です。

一人でも多くのみなさまに健診を受けて

いただき、みなさまの健康を守ることに寄与いたします。ご質問等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

原町赤十字病院「健診センター」でお待ちしています。



お待ちしております



健診を受けて 早期発見・早期治療！

健診部長
木村 有宏

当健診センターでは人間ドックや各種健康診断など、個々の皆様の要望に応じた健康診断を行っております。今や我が国の平均寿命は男性81歳、女性87歳を超え、世界でも屈指の長寿国となっています。それとともに医療費も年々増大の一途にあり、現在では予防医学でいうところの「一次予防」「二次予防」が注目されてきています。「一次予防」とは混交的な生活習慣を継続することにより疾病の発生そのものを予防することであり、「二次予防」とは健康診断等により疾病を早期に発見し早期に治療を開始するということでもあります。当健診センターではこの「一次予防」「二次予防」活動を通じ、地域の皆様の健康増進のお役に立てるものと考えております。今や日本人のおよそ2人に1人が「がん」に罹患する時代となり、「がん」はもはや珍しい病気ではなくなり

ました。特に大腸がんや肺がんは、毎年10万人以上の方が罹患されています。「自分に限ってはがんにならない」とも言い切れない時代になってきています。進行した状態で発見されるがんよりも、早期で発見されたがんの予後が良いことは明らかです。貴重な半日もしくは1日2日の時間を費やして健診を受けることは、煩わしいと感じられる方もいらっしゃるかもしれません。しかし、健診を受けて頂くことによってがんが早期の段階で発見された結果、時間的にも肉体的にも費用的にも少ない負担で治療が済み、早期に社会復帰を果たすことができたケースをこれまで何例も見参りました。

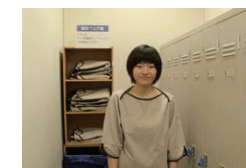
健康診断の流れ

STEP.1 受付



健診スタート
窓口で予約内容の確認をします。

STEP.2 更衣



健診着にお着替え。
意外と着やすいです。

STEP.3 血圧測定・採血



深呼吸をして！緊張のためか少し高め...血液検査を行うため、血液を採取します。

STEP.4 身長・体重 視力・聴力



保健師の説明を受けながら身体測定、視力検査、聴力検査します。
ゲームみたいで楽しい！

STEP.7 内科診察



内科医師による診察を受けます。
事前に記入した問診票を確認。
気になるところを医師に相談。

STEP.6 心電図検査



ベッドに横になり、手足と胸部に機械をつけます。
何をされるのかドキドキ...

STEP.5 レントゲン撮影



胸部の写真を撮ります。
息を吸って〜...止めます。

※健康診断は、1回限りではなく定期的に受診することをお勧めしています。

※ご質問等は随時受け付けておりますのでお気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】
原町赤十字病院 健診センター
TEL:0279-68-0500

02 | 認定看護師紹介

摂食・嚥下障害看護認定看護師

Dysphagia Nursing

井上 優子

「口から食べる」ということは栄養を取ること以外にも大切なことがあります。家族や仲間とのコミュニケーションの場であったり、楽しいや美味しいといったことは元気の源になります。口や顎、手を動かすことは脳の働きを活発にするだけでなく、免疫力を高め、胃腸の働きも活発にします。また、口を動かす、人と話すといったことは唾液の分泌も増えます。とは言え、長く生きていれば、自分自身や家族が、口から上手く食べられなくなるという事態に陥る可能性があります。高齢でなくても、突然の事故や病気で食べられなくともあります。

摂食嚥下障害とは

口から食べられなくなる状態を摂食嚥下障害といいます。摂食とは食べること、食べるための動作も含みます。嚥下とは飲み込むことを指す言葉です。つまり、口から胃へ

スーッと流れ込むはずの食べ物や水分（唾液を含む）が食べられなくなったり、飲み込めなくなったりする状態が摂食嚥下障害です。聞きなれない言葉かもしれませんが、摂食嚥下障害は、実はとても身近で深刻な問題です。

摂食嚥下障害の主な原因

摂食嚥下障害の原因は様々ですが、大きく3つに分けることができます。1つ目は嚥下に関する構造には問題、異常はないが、動きが悪い、機能的障害で脳梗塞やパーキンソン病、認知症、胃食道逆流症などがあります。2つ目は器質的障害です。嚥下に関する構造そのものに問題、異常がある場合で口腔がん、食道がんなどやその手術後、先天性奇形、変形性脊椎症などです。そして3つ目は、医原性といわれるもので経鼻経管チューブが入っている、手術や挿管後の反回

神経麻痺、薬剤（抗けいれん薬、利尿剤、抗コリン薬など）の服用による影響などがあります。また、入れ歯が合わない、虫歯があって、口の中が汚れていることも摂食嚥下障害の原因になることがあります。嚥下機能の低下は窒息の原因にもなります。そして、誤嚥性肺炎という、高齢者に最も多い肺炎を引き起こす原因にもなります。肺炎は、日本人の死亡原因の第3位です。高齢者にとっては命にかかわる重大な病気になります。

認定看護師として

口から安全に食べ続けるためには、食べる力の維持、回復させるための取り組みが必要です。当院では嚥下内視鏡検査や嚥下造影検査を行い、必要に応じて口腔ケア、肩や首、顔面、舌の運動、深呼吸や発声練習をするなどの嚥下体操を訓練として行っています。また、患者様の状態に合わせた食事の形態を検討しています。それでも食べる力が回復することが難しいこともあります。その時、何ができるか、どのような選択をするのか考えておくことも必要になります。ただ、胃瘻になったとしても「口から食べることができなくなる」とはかぎりません。少しでも口から食べられるように、そして、口から食べる楽しみ、喜びを失わずに過ごせるようお手伝いしていきたいと思っています。



▲ 摂食（せっしょく）・嚥下（えんげ）障害看護認定看護師は全国に734名、群馬県では5名の認定看護師が活動しています。（2017年度）



▲ 週1回NST（栄養サポートチーム）として患者さんのベッドサイドに伺い栄養状態の評価や食事について病棟スタッフとともに検討しています。



▲ 週1回NST内科医師により嚥下内視鏡検査を行っています。

活動報告

Activity Report



原町赤十字病院奉仕団

原町赤十字病院奉仕団は平成2年10月1日に発足しました。看護師の先輩方が吾妻町の婦人会方々の協力を頂き、今日の奉仕団が築き上げられました。

病院を訪れる方を対象に、安心して安全に受診できるための支援と、ボランティア思想の普及を目的に活動しています。主な活動としては、外来受付の支援や、院内の案内を中心に、春には環境整備の一環として院内の草取りを病院職員協力のもと実施、秋には「敬老の日プレゼント」として手作りの診察券入れを配布しています。今年は9月14日、15日に行いました。また、12月には手作りの小物入れを入院患者さんに「クリスマスプレゼント」としてお配りする予定です。赤十字の災害救護訓練には、赤十字東吾妻町分区の奉仕団の方々と共に炊き出し訓練として参加しています。また、団員の親睦を深めるために研修旅行なども実施しております。今年は新築された前橋赤十字病院の見学です。とても楽しくやりがいのある奉仕団です。ボランティア活動に興味のある地域の皆様の入団をお待ちしております。よろしく願い致します。

少林寺拳法 上州白根道院 草取り作業

少林寺拳法 上州白根道院の道院長を始めとする指導者様・拳士様・保護者様のご厚意により少林寺拳法創始者である開祖・宗道臣の命日にあたる5月の宗道臣デー月間に社会貢献活動の一環として5月13日に駐車場の草取り作業をしていただきました。病院を訪れる方々には、きれいになった駐車場を利用いただき、病院職員は気持ちよく出勤することができました。



ひがしあがつま夏まつり

平成30年8月11日(土)に毎年恒例となりました「ひがしあがつま夏まつり」に参加致しました。当日は心配していた台風の影響もなく、青空の下無事開催することができ、当院からは炊き出し体験、風船プレゼント、救護服・ナース服試着体験、乳がん患者会「卵の花会」による乳がん自己検診講習等の催しを行いました。また、特別ゲストとして献血推進キャラクター「けんけつちゃん」が来場し、ちびっこ達と大いに会場を盛り上げてくれました。多くの地域住民の方々にご参加頂き、地域との繋がりを作れた一日となりました。

リレー・フォー・ライフ・ジャパン2018ぐんまに参加してきました。



平成30年10月6日(土)正午から7日(日)正午にかけて、前橋市の県総合スポーツセンターのグラウンドを会場に開催されたがん征圧チャリティイベント「リレー・フォー・ライフ ジャパン2018ぐんま」に参加しました。このイベントは、『がん患者さんは24時間、病気の苦しみと闘っている』との考えから、私たちも24時間をリレーで歩くことにより、がん患者さんとの思いを分かち合い、励まし、そして亡くなられた方々を偲ぶことを目的としています。第6回を迎えた今年度も笹本先生をチームリーダーに原町赤十字病院チームとして参加しました。夜間にはルミナリエ(灯籠)に火が灯り「患者さんへの応援」そして「亡くなられた方を偲ぶ」言葉の数々を添えたルミナリエが並ぶ幻想的な中をリレーウォークしました。今年は、原町赤十字病院チームとして、職員、赤十字ボランティア、家族や友人を合わせ92名の参加と乳がん患者会「卵の花会」は、50名の参加があり無事24時間リレーウォークすることができました。この場を借りて参加いただいた皆様にお礼を申し上げます。また募金も53,466円となり日本対がん協会へ送らせていただきました。

インフルエンザワクチン接種のご案内

1) 中学生以下

接種期間：平成30年10月18日(木)～(完全予約制)

※予約が必要となりますので、健診センターへお申し込みください。

お電話での予約も可能です。

電話受付時間：14:00～16:00 小児インフル予約専用ダイヤル：0279-68-3070

料金(税込)：1回 4,400円(2回目 同額)

2) インフルエンザワクチン接種外来

接種期間：平成30年10月3日(水)～平成30年12月26日(水)

開設日：水曜日・土曜日(休診日を除く)

受付時間：8:00～10:30(実施時間9:30～10:30)

※インフルエンザワクチン接種のみを希望される方。予約は必要ありません。

3) 高校生相当以上の年齢の方

接種期間：平成30年10月1日(月)～平成31年3月30日(土)予定

※定期受診時に接種を希望される方は、予約の必要はありません。

(但し、耳鼻咽喉科・脳神経外科・泌尿器科は除く)

- 企業様等で複数人数の接種を希望される場合は健診センターへお問い合わせください。
- 接種終了期日は、ワクチンの提供等の事情により変更となる場合がありますので、お早目の接種をお勧めします。



お問い合わせ
原町赤十字病院 健診センター
TEL.0279-68-0500
TEL.0279-68-3070(予約専用)

診断書・証明書等 文書料金改定のお知らせ

平成30年10月1日受け付け分より、文書料金が下記のとおり改定となりました。ご理解のほどよろしくお願い致します。
なお、申請方法は従来通り総合窓口でお申込みいただけます。

文書名	改定料金 (税別金額)	文書名	改定料金 (税別金額)
当院書式診断書	3,000	保険会社診断書	6,000
自賠責保険診断書	6,000	後遺障害診断書	7,000
障害年金診断書	6,000	受診状況等証明書	3,000
公費申請用診断書	3,000	臨床調査個人票	3,000
身体障害者申請用診断書	5,000	身体障害者申請用診断書(計測が必要な場合)	7,000
装具意見書(補聴器等)	2,000	出産予定日・妊娠等証明書	2,000
学校提出用書類	1,000	死亡診断書	6,000
死亡診断書(2通目以降)	2,000	支払証明書(申告用)	1,000
おむつ証明書	2,000	追加文書	1,000
公安委員提出用診断書	3,000	文書照会	10,000

「献血バス来院のお知らせ」

献血バスが平成30年11月27日(火)に原町赤十字病院に来ます。1人でも多くの皆様に
ご協力をいただきますようお願いいたします。あなたの善意が患者様の尊い命を救います。
是非、献血にご協力下さい。

日時:平成30年11月27日(火) 13:30～16:00 受付場所:ロビー



MRI装置リニューアル

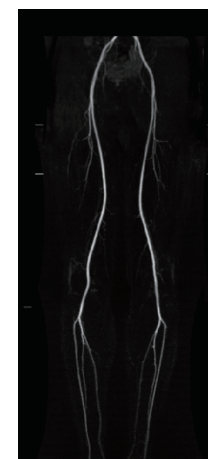
原町赤十字病院放射線科では、13年間使用したMRI装置を、磁場を発生させる装置以外の付属機器やコンピューターを新しくするリニューアル工事を5月に行いました。

5月末より新装置にて検査を再開しましたが、新たな撮影方法の導入や画質の向上が期待されています。

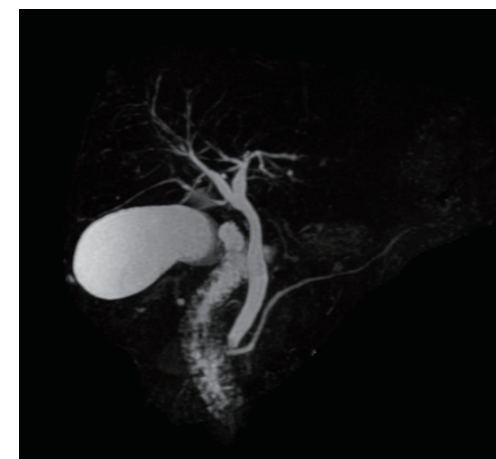
頭部検査では急性期の脳梗塞診断に利用される撮影方法(DWI)の画質が向上し診断に役立っています。血管の動脈硬化等による塞栓症でも脳や頸部のMRA(血管撮影)下肢MRA撮影等も同様です。また、認知症診断検査(VSRAD)にも利用されています。

整形外科領域でも画質向上により、脊椎椎間板ヘルニア・関節疾患・靱帯損傷等の診断に役立っています。

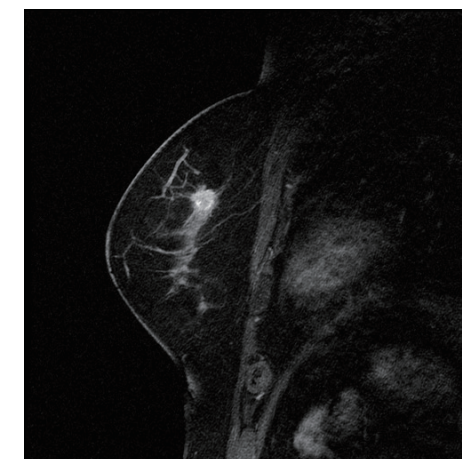
消化器内科では、内視鏡を使用しての胆管・膵管疾患の治療には、MRIによる胆管・膵管の画像が必要ですが、この検査でも画質向上や検査時間の短縮により役立っています。女性の罹患率No1の乳癌の診断にもMRIが利用されています。



【下肢画像】



【胆管・膵管画像】



【乳癌画像】

recruit

原町赤十字病院職員募集

原町赤十字病院で一緒に働きませんか

看護師

新卒や経験者の方、吾妻の地域医療に一緒に貢献しませんか？
看護師寮や託児所完備、育児時短勤務制度もあります。

看護助手

看護師が行う看護行為以外の業務のサポート
病院にはなくてはならない存在です！

問い合わせ
原町赤十字病院 総務課
TEL 0279-68-2711

外来診療予定表

受付時間：午前8時～午前11時

※診察券をお持ちでない方は、午前8時30分から

時間外及び救急での診察で来院される場合は事前に連絡をお願い致します。

休診日：第2・第4土曜日、日曜日、祝日、創立記念日（2/10）、年末年始（12/29～1/3）

※都合により休診することがあります。最新の情報につきましては、当院ホームページ等でご確認ください。

【ホームページ】<http://www.haramachi.jrc.or.jp/> 【電話】0279-68-2711

■一般外来

※補聴器購入調整は、毎週水曜日の午後2時から健診センターで受付します。

診療科			曜日	月	火	水	木	金	土 (第1・3・5週のみ)
内科	午前	予約なし		高橋 和宏	大林 千草	木村 有宏	善如寺 暖	平野 裕子	鈴木 秀行
				益田 敬明	田中 秀典	善如寺 暖	都丸 翔太	竹澤 二郎・山本 侑西	平野 裕子
		予約あり		平野 裕子	鈴木 秀行	高橋 和宏	鈴木 秀行	木村 有宏	木村 有宏
				竹澤 二郎（健診後）	杉本 さやか	山田 昇司	竹澤 二郎	高橋 和宏	善如寺 暖
外科	午前			—	—	(益田 敬明)	山田 昇司（健診後）	山田 昇司（健診後）	—
				笹本 肇	内田 信之	内田 信之	高橋 憲史	笹本 肇	内田 信之
整形外科	午前			岡田 寿之	高橋 憲史	—	—	岡田 寿之	岡田 寿之
				高橋 敦志	福田 和彦	福田 和彦	福田 和彦	高橋 敦志	高橋・小林 (第1・3週) 福田・高橋 (第5週)
婦人科	午前			工藤 千佳	橋本 章吾	工藤 千佳	—	—	—
	午後			井上 和子	—	井上 和子	小林 未央 (受付15時まで)	—	—
小児科	午前			—	—	—	八木 久子 (第1・3・5週) 滝沢 琢己 (第2・4週)	坂爪 悟	坂爪 悟
				坂爪 悟	坂爪 悟	坂爪 悟	植原 祥子	井上 貴博	—
泌尿器科	午前			藤生 徹 (月祝日のみ)	—	—	喜連 秀夫	—	—
耳鼻咽喉科	午前			—	—	安塚 孝治 (11月まで)	工藤 毅	紫野 正人	鎌田 英男
眼科	午前			新國 摂	岡本 彩子	—	高橋 敦 (受付10時まで)	中村 考介	群大医師
皮膚科	午前			—	青山 久美	—	—	山中 正義	服部 麻衣 (第1・3週)
	午後 予約あり			—	—	—	—	山中 正義	—
	午後 予約なし 受付時間 (15:00～16:00) ※小・中・高校生に限る※			—	—	—	—	山中 正義	—
麻酔科	午前			—	寺田 政光	—	—	—	—
脳神経外科	午前			—	—	—	群大医師	—	—

■専門外来（予約制）

診療科			曜日	月	火	水	木	金	土 (第1・3・5週のみ)
内科	精神（心療内科）	午前		青山 義之 (第2週)	—	—	—	—	—
		午後		—	—	—	—	—	笠井 裕子 (第1週)
	糖尿病	午後		—	下田 容子	—	—	笠井 裕子	—
	呼吸器内科	午後		—	竹原 和孝	—	笠原 礼光	—	—
	循環器	午後		—	庭前 野菊 (第1・3週)	—	佐島 圭輔 (第2・4週)	—	—
	内分泌			—	吉岡 誠之	—	—	—	—
	神経内科			—	—	—	—	長嶋 和明	—
	腎臓			—	—	—	池内 秀和 (第1・3・5週)	—	—
	禁煙			—	—	竹澤 二郎 (第2・4週)	—	—	—
	物忘れ			—	—	—	—	—	—
外科	化学療法	午前		—	—	岡田 寿之 高橋 憲史	内田 信之	—	—
	乳腺	午後		—	—	—	木下 照彦 (第2・4週)	内田 信之	—
	呼吸器			—	—	永島 宗晃 (第1・3週)	—	—	—
	ストーマ			—	—	岡田 寿之 (第2・4週)	—	—	—
	肛門			—	—	内田 信之 (第2・4週)	—	—	—
小児科	慢性	午後		藤生 徹	—	—	八木 久子 (第1・3・5週) 滝沢 琢己 (第2・4週) 植原 祥子	井上 貴博	—
				—	—	—	—	—	—
				—	—	—	—	—	—

当院では健康診断、訪問看護サービス等も行っておりますので、お問い合わせください。

健診センター 電話 0279-68-0500

訪問看護ステーション 電話 0279-68-0566



病院敷地内全面禁煙です。
ご理解とご協力をお願いいたします。



原町赤十字病院

日本赤十字社 Japanese Red Cross Haramachi Hospital

