

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. 15

2019年05月



院長あいさつ/新任医師紹介

療養病棟看護師長退任あいさつ

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)

01 院長あいさつ

平成から令和へ

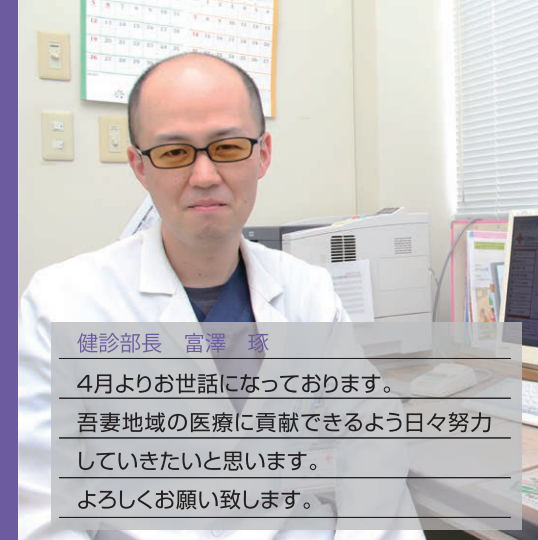
新 元号になったの初年度を迎えるにあたり、原町赤十字病院も新たな時代の要請に応えるために病床規模を縮小（199床）し、より地域に密着した「在宅療養支援病院」として吾妻郡の住民の方々の健康、福祉の向上のために心を新たに努めてまいります。特に訪問看護ステーションの看護師の増員、体制の強化、訪問診療の医師スタッフを3名確保し、在宅療養をより強化、支援していきます。当原町赤十字病院は長年「思いやりのある患者様本位の医療を推進し、地域社会に貢献する」との理念を掲げ、吾妻郡医師会の先生方や他病院や施設との連携のもとに地域医療、福祉の向上に努めてまいりました。また、昨年2月には本白根の噴火災害の際はDMATを派遣し、被災者1名の入院治療を行い、一昨年の熊本県地震災害の際には災害救護班（医療チーム）と心のケアコーディネイトチームを派遣し、赤十字の使命である災害救護活動を実践してきました。

一方、病院機能としては入院治療のできる診療科が内科、外科、整形外科、耳鼻科、眼科（予定手術のみ）と5診療科に減少し、夜間の救急患者様に対しても当直医の専門性を考慮して、適切な診療をお受けいただくために他の施設での受診をお薦めすることが増えてしまっているのも現状です。開院している通常時間帯は、内科、外科、整形外科、小児科は毎日、耳鼻咽喉科はほとんど毎日外来診療を受け付けております。皮膚科、眼科、泌尿器科、婦人科、脳外科、精神科、ペインクリニックなども決まった曜日に診察しております。また今年も館林厚生病院、さいたま赤十字病院と前橋赤十字病院の2年次の研修医が16名ほど「地域医療研修」として、それぞれ1か月間ずつですが、指導医の下で実際の診療を行う予定です。また新専門医制度により「総合診療医」を目指すレジデント1名が1年間勤務する事となり、若い力で病院全体が活気づく事を期待しております。しかしながら、慢性的な常勤医、看護師不

足が続いており、引き続き常勤医・看護師などの人材の確保に最大限努力していく所存でございます。これまで当院が掲げてきた総合的機能、救急医療、皆様の健康の増進や疾病の予防、がんの重症疾患の早期発見・早期治療など、より病院の機能アップを図っていきます。また、訪問看護ステーションを活用した、がん緩和医療の拡充や、高齢者が安心して住み慣れた家で療養できるよう経験豊富な医師、訪問看護師などによるきめ細かな在宅医療を進めていきます。今後も、地域の皆様には当院の診療体制を理解していただき、上手に利用していただけるよう積極的に広報活動を行い、住民の皆様信頼され、安心して任せていただけるよう、職員一同業務に精進する所存です。

院長 竹澤 二郎

02 新任医師紹介

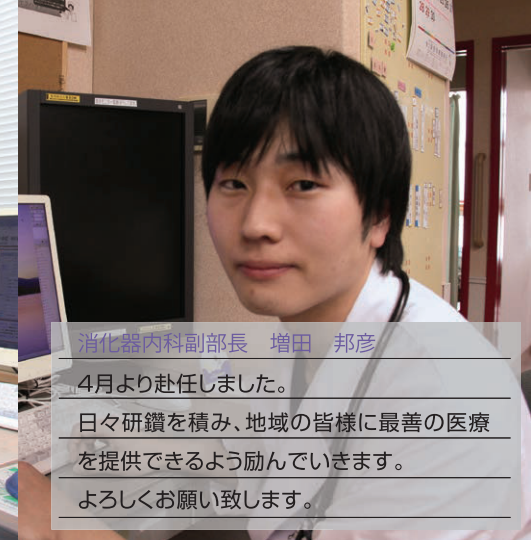


健診部長 富澤 琢

4月よりお世話になっております。

吾妻地域の医療に貢献できるよう日々努力していきたいと思います。

よろしくお願い致します。

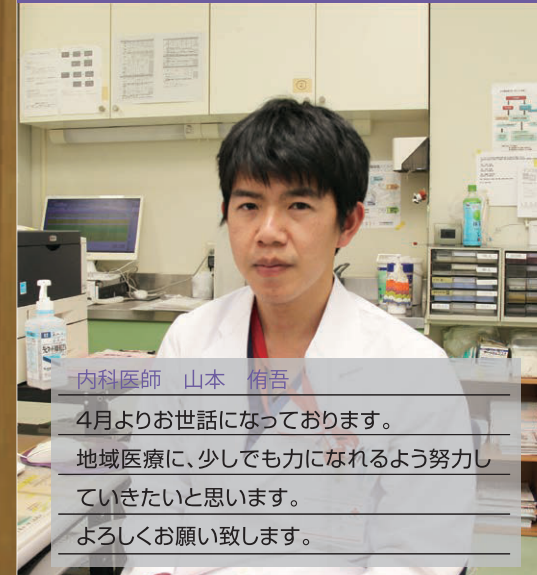


消化器内科副部長 増田 邦彦

4月より赴任しました。

日々研鑽を積み、地域の皆様に最善の医療を提供できるよう励んでいきます。

よろしくお願い致します。

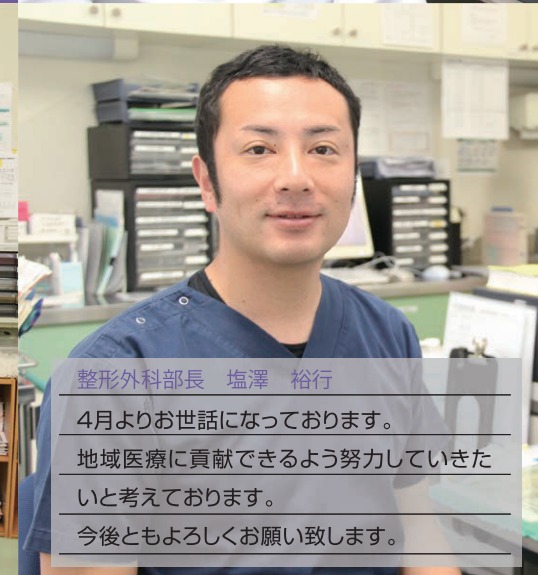


内科医師 山本 侑吾

4月よりお世話になっております。

地域医療に、少しでも力になれるよう努力していきたいと思います。

よろしくお願い致します。

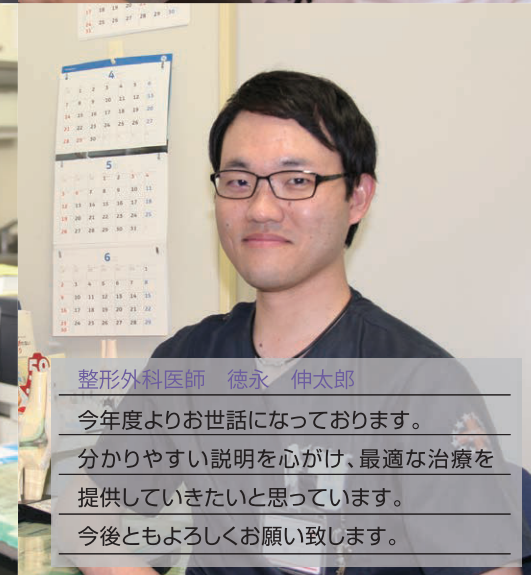


整形外科部長 塩澤 裕行

4月よりお世話になっております。

地域医療に貢献できるよう努力していきたいと考えております。

今後ともよろしくお願い致します。



整形外科医師 徳永 伸太郎

今年度よりお世話になっております。

分かりやすい説明を心がけ、最適な治療を提供していきたいと思っています。

今後ともよろしくお願い致します。

03 | 療養病棟看護師長退任あいさつ 小林 きみ江



平 成最後の年となる31年3月31日無事定年退職を迎えることができました。昭和53年4月原町赤十字病院に入職し41年が経ちました。当時は4階建ての古い建物で、使用してははいませんが伝染病棟も隣接されていました。入院患者様にはご家族が付き添っていた方もいらっしゃる、病棟は家庭的な雰囲気もあり家庭の縮図を感じることもありました。古き良き時代ではありましたが、建物の老朽化も進み、平成13年10月末に新病院への引っ越しを行いました。何もかもが新しくなり、慣れるまで戸惑いながらも清潔感のある職場で働けることが患者様はもちろん、職員にとっても

ありがたいことでした。私は学生時代から赤十字で教育を受け赤十字一筋の生活でした。先日ある先生から「ほかの病院へは行こうと思わなかったですか？」と聞かれましたが、他の病院への移動は考えたことがありませんでした。「赤十字」に魅力があったのだと思います。赤十字の使命の一つである救護活動では、日航機墜落事故、東日本大震災の被災地への救護活動に参加させていただき命の尊さ被災地では言葉で言い表せない苦しさの現状に直面しました。そのような中でも、被災者の方々から「赤十字のマークを見るとほっとする」と言われ歓迎を受けました。被災地へ向かう際にも、暖かい励まし、声かけをしていただきました。改めて赤十字の職員であることの誇りと責任を感じ、日赤で働けたことをありがたく思いました。赤十字への信頼も先輩方が築き上げてきたものであることも忘れてはいけなと改めて感じています。在職中は患者様、ご家族の方に多くのことを学ばせていただき、職場では先生はじめ先輩、多くの職種の仲間に支えられ、助けられてきました。また地域の方にも大変お世話になりました。

平成6年に師長の職を与えられ病棟の責任を引き受けることになりましたが、現在に至るまで、たくさんの患者様ご家族の方々と関わらせていただきました。

充分な対応ができませんでしたが、40年間勤務させていただいたことに感謝申し上げます。最後になりますが吾妻地域と原町赤十字病院の益々の発展を祈念して退職の挨拶とさせていただきます。

あなたは、本当に大丈夫？ 怖い食後高血糖は、糖尿病と 診断されていなくてもおきます

糖尿病なんて関係ない？

健診などの空腹時の採血では、血糖値は110mg／dL未満が正常です。本当に危険な『食後高血糖』は、空腹時の血糖値が正常であっても、糖尿病と診断されていなくても、誰にでもおこり得ます。知らずにひっそりと身体の内側から動脈硬化を促進させ、死亡のリスクは正常の約3.5倍と高いことがわかっています。血糖値の大きな変動の幅が広がれば広いほど血管の壁が傷つき、そこから炎症が起こり動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞などの危険性を高めます。空腹時の採血だけで糖尿病があるかどうか判定しようとすると、危険な『食後高血糖』を見逃してしまう恐れや、糖尿病の発症や進行に気づかないことがあります。『食後高血糖』は、動脈硬化を進展させ心筋梗塞などの死亡リスクや、がんの発症リスクなどを高め、高齢者の認知機能にも影響を与えるなど、様々な病気を引き起こし、進行を高める可能性があります。

糖尿病は甘い物を 食べるとなる？

『甘い物』と聞いて何をイメージしますか？お菓子や饅頭などでしょうか？健康にいいと思って飲んでいる100％ジュースや野菜ジュース、青汁、乳酸飲料…蜂蜜、健康食品…煮豆やいも類、果物、今の時期であると、干し芋や干し柿など…必要以上に摂取している場合があります。それぞれにその食品にしかない栄養分などもありますが、多く摂っても必要以上は栄養にならず、肥満などの原因となります。嘔まずに飲めるジュース類の飲用は、吸収



が早く急激な血糖値の上昇＝『食後高血糖』や、過剰なカロリー摂取につながり、肥満の助長や糖尿病の発症や悪化を招きます。嘔むことは、唾液の分泌を高め、脳への刺激となるので、野菜や果物は噛んで食べる方が健康的です。

なぜ、血糖値が上がるの？

血糖値を下げるホルモンは、膵臓から出るインスリンだけです。私達が生きるためのエネルギーはインスリンが手助けし、血液中の糖を各細胞に取り込むことで得ています。つまり、インスリンの働きと糖のバランスが血糖値の上下を決めます。糖尿病は、食べ過ぎによる過剰な糖の増加や、肥満により必要量出ても脂肪などがその働きを邪魔して処理が間に合わない状態や、加齢によるインスリン量の低下や、活動低下による消費の低下や体質、ストレスなど、様々な要因で引き起こされ、慢性的に血糖値が高くなる病気です。

どうすればいいの？

- 1.まずは、受診や健診で正確な身体の状態を知りましょう。
- 2.食後の血糖上昇を防ぎましょう
*早食い…せめて、1回の食事に15分以上かけましょう
*どか食い…朝・昼 軽食、夜どか食い!膵臓が早く疲労して糖尿病の発症や悪化を招きます。

*ご飯をほとんど食べずにおかずやジュース類摂取…血糖値は上がりにくくなりますが、脂肪などが増え心筋梗塞や脳梗塞も増えます。

正確な血糖測定

皮下連続式グルコース測定(リブレ)という検査があります。これは、食後の血糖値がよくわかる14日間の血糖値の流れがわかる検査で500円玉大の検査キットを腕に貼るだけで、知らない時間帯の血糖値もわかる。NHKの『ためしてガッテン!』でも紹介されています。糖尿病と診断されている方は、受診時に相談ください。

看護外来をしています

糖尿病と診断されたもののどうしていいのかわからない。合併症が出てきて心配。インスリンをしているけど不安など、火曜日や金曜日に予約で行っていますのでご利用ください。前橋赤十字病院から異動して2年半、ようやく病院に慣れ、糖尿病委員会で糖尿病療養支援への標準化パンフレットなどを皆で作成し、皆様の療養生活への体制がより充実できることを目指しています。今日よりも、1歩でも糖尿病とうまくつきあっていけるように、地域の方々と協力していきたいと思います。

活動報告

Activity Report

平成30年度 原町赤十字病院 災害救護訓練

平成30年10月27日(土)、当院を会場に「災害救護訓練」を行いました。本訓練は原町赤十字病院が「赤十字病院」「災害拠点病院」としてのあり方を検証し、災害時においてその使命と責務を遂行することを目的に毎年開催しております。地域の医療機関、消防、警察、行政や赤十字組織との連携を強化し、災害時に各機関と共同で活動する実際の流れや、院内での指揮命令、情報共有の手順について確認を行いました。訓練想定として、大規模な地震により家屋倒壊、土砂崩れが発生し、病院近くの交差点では大型観光バス同士の事故で多数の傷病者が発生したため、医療救護班を現場に派遣し、院内に傷病者を想定した、総勢250名以上の参加による大規模な訓練となりました。訓練を通じて職員の災害救護に対する知識や技術の向上、院内での体制作りを強化し、今後も地域の皆様が安心して生活していただけるための「赤十字病院」「災害拠点病院」としての役割を果たしていきたいと考えております。最後に、当院での災害救護訓練の開催にあたり、ご支援、ご協力いただきました各機関の方々、看護学生やボランティアの皆様に改めて感謝申し上げます。



中之条まちなか5時間リレーマラソンに参加

平成30年12月2日(日)中之条町で開催された中之条まちなか5時間リレーマラソンに、原町赤十字病院チームが今年も参加させて頂きました。原町赤十字病院だけでなく、群馬県内の赤十字施設から選りすぐりのランナーが集まり、今年は最多の4チームがエントリー。全チームが5時間を走り抜き、フルマラソン賞を受賞!合計で221.28kmを襦でつなぐことができました。街頭では多くの方々からたくさんの声援を頂き、ありがとうございました。



クリスマスコンサート

平成30年12月10日(月)午後4時から受付ロビーにて、新島学園中学校・高等学校の聖歌隊による、クリスマスコンサートを開催致しました。当日は、顧問の近藤先生率いる40名ほどの学生が、ハンドベルや賛美歌を披露してくださいました。ハンドベルは、私たちが、巷で見る20音のベルとは違い、4オクターブの音域をカバーする物で、全国に3校しか持っていないハンドベルだそうです。入院患者様からは、クリスマスらしい雰囲気を味わうことができ、あんな大きなハンドベルを見たのは、初めてで良かったですとの声を聞くことができました。また、来院された方からは、このような素晴らしいコンサートを近くで聴くことができ、とても良かったですという感想もいただきました。今年度も、来院していただく予定ですので、皆様のお越しをお待ちしております。新島学園中学校・高等学校の聖歌隊の皆様本当にありがとうございました。

奏オカリーナによるクリスマス慰問コンサート

当院のボランティアにも参加していただいている方が入会している、奏オカリーナの皆様に平成30年12月20日、クリスマス慰問コンサートを開催して頂きました。大小様々なオカリーナでの演奏は、初めてオカリーナの音色を聞く患者様も多く、その美しい演奏にたくさんの患者様が耳を傾け、心癒やされるひとときとなりました。



糖尿病教室のご案内

糖尿病の疑いが…糖尿病と診断されて急にあれも食べられない、これも食べられないと楽しみを奪われる感じがしたり、孤独を感じる方…「何にも気にしない」と放置していたら、忘れたころに大きな合併症が…この身体は替えがききません。今よりも少しでも元気で過ごせるように…誤解されがちな糖尿病を知ることから始めませんか？まずは、一歩だけ前へ。

《内 容》

曜日	月	火	水	木	金
担当	臨床検査技師	管理栄養士	看護師	理学療法士	薬剤師
内容	検査・合併症	食事療法	糖尿病について 日常生活・フットケア	運動療法	薬・低血糖

《5～7月予定表 桜色の部分が開催予定日です》

開催時間: 15:00～(30分～60分程度) 場所: 8階

5月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

6月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

7月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

事前申し込みはありませんので、当日直接ご参加ください。

どなたでも参加可能です。お気軽においでください。

*教室内容に急な変更あり

*糖尿病連携手帳のある方は持参をお願いします。

*8月以降についてはお問い合わせください。

お問い合わせ
原町赤十字病院 糖尿病委員会
TEL.0279-68-2711



緊急自動車(病院救急車)更新整備

消防および厚生労働省より「転院搬送における救急車の適正利用の推進について」通知があり、本県でも救急医療体制検討協議会において転院搬送ガイドラインが作成され、救急車の適正使用の要請がありました。その中における病院救急車配備事業において、県内11地域の中核病院に対し病院救急車の整備補助事業が行われ吾妻地域における中核病院として当院へ配備要請があり、平成30年度、病院救急車の更新整備を行いました。

整備されました救急車は、吾妻地域における消防救急車の適正利用を推進するため転院搬送について、「地域病院救急車」として運用するほか、「災害拠点病院」「赤十字病院」として災害時には現地に医療チームを派遣し救護活動に活用いたします。



患者様へお知らせ

当院は、平成31年4月1より病床数が227床から199床へ変更になりました。この変更については、国が推奨する医療・介護連携により取り組みやすい病院機能での対応を図るためであり、今まで以上に地域に密着し、在宅療養支援をするための措置です。なお、このことに伴い、診療報酬形態が変わることになり、患者さまの窓口負担金についても変わることがありますので、予めご承知くださいますようお願い申し上げます。



多目的スペースの利用について

がんサロンでの利用

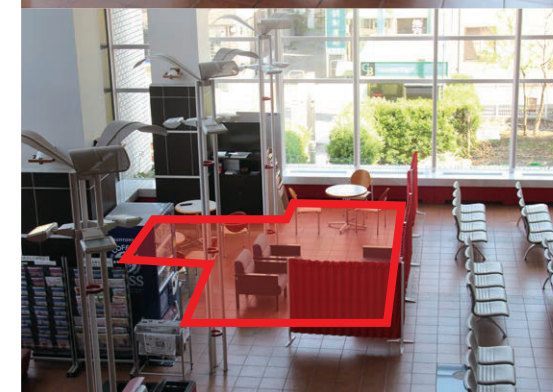
毎月第3土曜日の11:00～12:00までは、がんサロンとして使用いたします。がんと診断された方や治療中の方、そのご家族のお話し(お悩み)を、当院のがん相談支援員や群馬県から派遣されるピアサポーターがお伺いします。

各種ミニ講座の開催について

奇数月の第3土曜日は、13:00～15:00まで、当院の多職種職員によるミニ講座を開催いたします。講座の「テーマ」については、開催前に周知いたしますので、皆様のお越しをお待ちしております。

フリースペースとして住民の皆様がご利用することもできます。

地域の方々の趣味の会や創作物等の展示にも利用できますので、ご利用希望のある方は、総務課(0279-68-2711)までご連絡いただくか、窓口(総合受付)までお申し出ください。



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・第5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、毎週木曜日の午後1時半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
内科	午前	予約なし		高橋 和宏	石渡 葉	富澤 琢	増田 邦彦	山本 侑吾	鈴木 秀行
				山本 侑吾	田中 秀典	増田 邦彦	清水 創一郎	竹澤 二郎	竹澤 二郎
		予約あり		杉本 さやか	鈴木 秀行	高橋 和宏	鈴木 秀行	富澤 琢	富澤 琢
				—	杉本 さやか	山田 昇司	竹澤 二郎	高橋 和宏	増田 邦彦
				—	—	—	山田 昇司(健診後)	山田 昇司(健診後)	高橋 和宏(健診後)
外科	午前			笹本 肇	内田 信之	内田 信之	高橋 憲史	笹本 肇	内田 信之
				岡田 寿之	高橋 憲史	—	—	岡田 寿之	岡田 寿之
整形外科	午前			塩澤 裕行	福田 和彦	福田 和彦	福田 和彦	塩澤 裕行	塩澤 裕行
				徳永 伸太郎		徳永 伸太郎	角田 大介		小林 裕樹
婦人科	午前			井上 和子	—	小林 未央	—	—	—
	午後			(受付15時まで)	—	(受付15時まで)	—	—	—
小児科	午前			坂爪 悟	坂爪 悟	坂爪 悟	八木 久子 (第1・3・5) 滝沢 琢己 (第2・4)	坂爪 悟	坂爪 悟
				藤生 徹	藤生 徹 (月が曜日の時のみ)	—	宮川 陽一	井上 貴博	—
泌尿器科	午前			—	—	—	喜連 秀夫	—	—
耳鼻咽喉科	午前			新國 撰	岡本 彩子	—	御任 一光	紫野 正人	鎌田 英男
眼科	午前			—	高橋 牧 (第1・3・5)	—	高橋 牧 (受付10時まで)	中村 考介	群大医師
皮膚科	午前			栗山 裕子	青山 久美	—	—	山中 正義	—
	午後 予約あり			—	—	—	—	—	—
	午後 予約なし 受付時間(15:00～15:45) ※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	—	—	群大医師	—	—

■専門外来(予約制)

診療科			曜日	月	火	水	木	金	土
内科	精神(心療内科)	午前		青山 義之 (第2)	—	—	—	—	—
	糖尿病	午前		—	下田 容子	—	—	笠井 裕子	—
		午後		—		—	—	—	—
	呼吸器内科	午後		—	神宮 飛鳥	—	笠原 礼光	—	—
	循環器	午後		—	庭前 野菊 (第1・3)	—	佐鳥 圭輔 (第2・4)	—	—
	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)	—	—
	禁煙			—	—	竹澤 二郎	—	—	—
	物忘れ			—	竹澤 二郎 (第2・4)	—	—	—	—
	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)	内田 信之	—
	呼吸器			—	—	永島 宗晃 (第1・3)	—	—	—
	ストーマ			—	—	岡田 寿之 (第2・4)	—	—	—
	肛門			—	—	—	—	—	—
小児科	慢性	午後		藤生 徹	—	—	八木 久子 (第1・3・5) 滝沢 琢己 (第2・4) 宮川 陽一	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

