

# SAKASO

〔さかそう〕



特集 先生に聞いてみよう  
地域の総合診療科のこと。



2019.12 Vol.39

おしらせ

## 「第41回みやぎ東部健康福祉友の会健康まつり」が開催されました

坂総合病院を会場に、9月29日(日)に行われたこのお祭り。ステージでは「民族歌舞団はうねん座」による太鼓の演奏や塩竈市立第三小学校の生徒による伝統芸能「鯛釣舞」の披露など、多彩な催しを開催。院内では毎年恒例となった骨密度検査や血管年齢検査、母乳育児、認知症相談などの

健康チェックコーナーを設け、日ごろ気になる検査・相談を受ける来場者の様子が見られました。また、循環器科、糖尿病代謝科の医師による講演や子ども向けの薬剤師体験コーナー、友の会のサークル活動発表などにも多数の来場者が参加し、約1,000名が来場した会場は終日大盛況でした。



血液年齢チェックを受ける来場者



海産物店やカフェなど多彩な模擬店が並んだ 子どもたちは白衣を着て薬剤師の仕事を体験!



## 診療予約・変更・お問合せ

まずはコールセンターへお電話いただき  
ご確認をお願いいたします。

コールセンター 022-361-8288

●平日 8:30~16:30(小児科のみ8:00~)

●土曜 8:30~11:30(小児科のみ8:00~)

※日曜・祝祭日、年末年始(12/30~翌年1/3)、8/16(お盆)は休業。

◎紹介状をお持ちの方は、必ずその旨をお伝えください。

◎上記時間以外で救急診療のお問合せは、病院代表番号  
(022-365-5175)にお電話をお願いします。

詳細はwebサイトでもご確認いただけます。

坂病院  <https://www.m-kousei.com/saka/>



SAKASO

坂総合病院 広報誌[さかそう]  
2019年12月1日発行

 坂総合病院

〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5 <https://www.m-kousei.com/saka/>  
【広報誌に関するお問い合わせ】Tel 022-365-5175(代)



毎回特集内容を変え、  
病気や病院のあれこれを発信。  
今回は、「総合診療科」について  
ご紹介します。

塩釜市を中心に地域の  
医療を支える坂総合病院。  
適切な治療と高度な技術で  
人々を支えています。

今日は専門領域を飛び越え  
患者さんの生活まで見通す  
「総合診療科」について  
本郷舞依先生に聞きました。

## 先生に 聞いてみよう

特集

# 地域の 総合診療科 のこと。



Q 「総合診療科」ではどんな患者さんを受け入れているのですか?

感染症や原因不明の病態、社会的な問題を抱えている方、心理社会面でのアプローチが必要な方などを中心に担当します。例えば、「病院に行って薬をもらったのにずっと熱が続く」「薬を飲み続けても痛みが取れない」という症状を訴える患者さんもいますし、「長年通院歴がないものの、寝たきりでやせ細ってきた人がいるので診てほしい」と地域包括支援センターから相談された患者さんを受け入れることもあります。「駆け込み寺」のような側面があるかもしれません。

Q 本郷先生が考える総合診療科の役割とは?

高齢者が増えニーズも増えるといわれる総合診療科ですが、私はただ「路頭に迷う患者さんが少なくなってくれたら」と願っています。近年「貧困や生活環境が健康格差を生み出す(SDH)」とも言われているので、患者さんの病気だけを見るのではなくその人を取り巻く生活職業や家族構成にまで目を向けると解決しない事柄がたくさんあります。問題に対して治療と生活のどちらから介入すればいいのかを先導し、患者さんの今後の人生における交通整理を支援していくのも総合診療医の仕事です。今後は総合診療医の育成にも力を入れて、仲間を増やしていきたいです。

### 患者さんの一人ひとりの 人生まで受け止める

私が目指している総合診療科は「小児から高齢者まで、そして最初から最期まで一貫して診療する」というもの。もちろん専門の医師に診てもらうことはとても大切ですが、私は「専門領域以外は診ません」という診療はしたくなかったんです。例えば、高齢者の患者さんが複数の診療科で診療を受けているとします。そういう時、患者さんに何か大変な事態が起きたら「相談できる主治医は誰なのだろう?」と思いませんか? 総合診療科は患者さんの症状を診るのと同時に、一人ひとりの人生をマネジメントすることを役割としている科。坂総合病院では内科の一部門として診療していますが、患者さんの問題に合わせてその都度専門領域の医師たちと連携することは欠かせません。そして何よりも患者さんの意向に添いながら多くの職種と協働した包摂的な医療を目指していきたいと考えています。

### よりよい治療・療養を 共に考え、支える医師に

私は患者さんの生活背景にまで目を向けた診療をしたかったし、それが「お医者の役割だと思ってきました。例えば、咳をしている患者さんに咳止めの薬だけ出しても意味がないと咳をしている患者さんに咳止めの薬だけ出しても意味がないかもしれません。家族が肺ガンを患つたことがあって、「自分も肺ガンかも…」と不安だから胸の検査をしてほしいのかもしれない。自宅で家族全員がタバコを吸っているせいだと思っています。しかし、そんな風に、その人の考えることや行動の意味を考える必要があるんです。もちろんそれは総合診療科に特化したことではないかもしれません。私は患者さんの生活にまで手を差し伸べられる医者でありたい。だって患者さんの生き方や考え方には同じものはありませんからね。ガイドラインに沿うだけでなく患者さんそれぞれに合わせた治療や療養の仕方と一緒に考え、サポートしていくことを思つ

### 本郷 舞依 (ほんごうまい)

宮城県出身。秋田大学卒業後、坂総合病院に入職。「人の役に立ちたい。そして患者さんのニーズに応えたい」という思いから医師を志し、領域や対象を区別しない総合診療医の道を歩む。2012年7月に立ち上げられた総合診療科の開設に尽力。現在は医長を務める。

丹内 清人 (たんない きよと)

リハビリ室 理学療法士



## 循環器リハビリの仕事とは？

循環器リハビリチームの主な業務は、もちろん患者さんへリハビリを行うこと。しかし心臓・血管系に病気を持つ患者さんは十分なリスク管理が必要です。医師の指示のもと安静度に応じて日常動作能力を改善するお手伝いをしつつ、生活習慣の改善指導や運動指導なども行っています。また病棟のカンファレンスに参加し、他職種と情報を共有しながら患者さんに必要な退院支援へ取り組むことも大切です。患者さんが現在の動作能力で入院前の生活を送れるかどうかを評価し、福祉用具を提案することも。退院後もりリハビリを継続する場合は介護保険を使ったデイ・ケアや訪問リハビリへつなぎこともあります。

毎週月・水・金曜、9時・10時には心臓リハビリ外来を開設中です。1時間程度で自転車エルゴメーターでの有酸素運動や筋力トレーニングなどをしています。

栄養手帖 ■ -食養室だより-

## 「間食」はかしこく、おいしく！

ついつい手が伸びてしまう間食は肥満の元!?  
いいえ、かしこく摂れば栄養素も補えます!

丹治 歩美 (たんじ あゆみ)  
食養室 管理栄養士



市販のお菓子には砂糖がたっぷり。ケーキ1個は約250kcalで角砂糖5個分、アイスクリーム1個(80g)は約150kcalで角砂糖4個分の糖分が含まれています。

### ＼低カロリー&不足しがちな栄養素を補える食品にチェンジ／

食品	目安量	補給できる栄養素
サツマイモなどの穀類	サツマイモなら1/2本	食物繊維
柑橘類、バナナなどの果物	ミカンなら2個、バナナなら1本	ビタミンC、カリウム

●飲み物を水・お茶に変えることでビタミン、ミネラル(マグネシウム、カリウム)、牛乳などの乳製品ならカルシウムも補えます!

食べた分のエネルギーを消費するために、間食は午前中や15時頃に摂るのがベスト。夜は活動が減りエネルギーの消費が期待できないため、遅い時間の間食は避けましょう。



第11回  
認知症看護認定看護師

坂総合病院を、そして  
患者さんを支える人々。  
その「人となり」に迫ります。

当時の看護部長からの助言もあり、この道を目指した阿部さん。

「高齢者や認知症の看護はその本領が發揮できるし人としても成長できる分野。将来不可欠な領域だとも思いました」。現在は認知症患者へ安全安心な療養を提供するとともに、外来で通院する患者やその家族も支援。坂総合クリニック・認知症疾医療センターの一員として周辺施設などと連携を取りながら、地域で支える認知症ケアの一翼を担います。「ケアの肝は、ゆったりとした気持ちで一步離れたところから見守ること。そして笑顔や笑いを絶やさないことです」とあります。患者さんの笑顔は私のエネルギーです。世間が持つ認知症のマイナスイメージをなんとか払拭できないかと思い悩むこともあります。誰でもなり得る病気ですが、いつか“なつても大丈夫”と思えるような未来になつてほしいです

次号は

高山 綾子  
(感染制御実践看護師)



患者さんや家族へ説明する際に使用する資料類。「生活に不安がある患者さんが安心できるよう、時間をかけていろんな話をしたい」と語ります



阿部 育実 (あべ いくみ)  
認知症看護認定看護師

庄司 圭一 (しょうじ けいいち)  
組織課 課長

組織課は地域医療や福祉制度の向上に取り組む「みやぎ東部健康福祉友の会」の事務局を担う部署です。正職員3名、エリア職員1名、パート職員1名で日々業務に取り組んでいます。各地域で健康づくり活動を推進している友の会ですが、中でも班会ではリハビリ職員による「腰痛予防体操」や管理栄養士による「食事カロリーとバランス」などのテ



の向上に取り組む「みやぎ東部健康福祉友の会」の事務局を担う部署です。正職員3名、エリア職員1名、パート職員1名で日々業務に取り組んでいます。各

地域で健康づくり活動を推進している友の会ですが、中でも班会ではリハビリ職員による「腰痛予防体操」や管理栄養士による「食事カロリーとバランス」などのテ

マを設け、病院職員を講師に健康に関する学びます。また、青空健康相談会ではみやぎ生協などの店舗で看護師による血圧チェックや医療相談、握力測定、体脂肪測定なども行っています。

友の会が主催する一番大きな行事が「健康まつり」です。今

年は9月に開催し、1000名

を超える方が来場しました。医

師講演や子ども薬剤師体験、血

管年齢測定や肌年齢測定をはじ

めとした健康チェックなど、様々

な催しで大賑わい。地域団体に

よるステージ発表やバラエティ豊

富な模擬店も好評でした。

組織課では「誰もが安心して

住み続けられるまちづくり」を

目標に掲げながら日々地域に出

かけ、病院と地域をつなぐ架け

橋になるべく、様々な要求に応え

る活動を進めていきます。友の

会に興味のある方はぜひ組織課

までお問合せください (022-

367-9027)。

組織課では「誰もが安心して住み続けられるまちづくり」を目標に掲げながら日々地域に出かけ、病院と地域をつなぐ架け橋になるべく、様々な要求に応える活動を進めていきます。友の会に興味のある方はぜひ組織課までお問合せください (022-367-9027)。

## 総合的な診療で地域の安全・安心を担う

先代が「高橋外科肛門科医院」を開院してから今年で55年。そして現在のクリニックに建て替えてから10年が経ちました。私と正宗良知医師（毎週木曜午前診療）の2人体制で外来診療を行っています。

クリニックでの診療はお尻の悩みや外傷のほか、多岐にわたる疼痛の緩和を中心地域のかかりつけ医として総合的に行っています。また6年前から塩釜市内にある特別養護老人ホームの配置医師として、入居者さんの健康管理や施設内での看取りにも取り組んできました。坂総合病

院の諸先生方には施設内で急変して多くの入居者を受け入れ、そして診療してもらい、大変感謝しています。いつもありがとうございます。高齢化率がさらに増していく当該地域においては地域連携をより一層深め、安心・安全な医療を提供できるよう努めていきたいと思えばかりです。

最後に、お尻についてのアドバイスをひとつ。排便時に便座洗浄機を長く使用することはお尻の症状を悪化させることにつながります。使用する場合は排便後5秒程度に心掛けるようにしましょう。

**坂総合病院から**

当院の「地域連携の会」にもよく参画される高橋先生。機知に富む話や明るい人柄で、当院職員にもファンが多くいます。老人ホームでの仕事は夜間に呼ばれることもあります。日々の診療に加え地域に根ざす仕事をや医師会関係の仕事と多忙な毎日かと思いますが、今後も大切な連携先として信頼を寄せています。



院長  
高橋 輝兆 先生  
(たかはし てるよし)



ペインクリニック・外科・肛門外科  
**高橋ジェネラルクリニック**

〒985-0004  
宮城県塩釜市藤倉3-6-4  
TEL 022-365-9005  
FAX 022-362-2835

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 - 12:30	○	○	○	○	○	○	
14:30 - 18:00	○	○	/	○	○	/	

休診日／日曜、祝日  
※受付は診療終了の20分前まで

