

SAKASO

「さかそう」

ご自由にお持ちください

特集 先生に聞いてみよう

被災地のために
できること。



2021.4 Vol.47

お知らせ

「市民公開講座」講演動画を公開中！

坂総合病院の医師が講師となり、年4回開催している「市民公開講座」。2020年度は新型コロナウイルス感染症の影響で開催できなかったため、現在坂総合病院HP上、また坂総合病院YouTubeチャンネルにおいて「市民公開講座」の動画を公開しています。現在ご覧いただけるのは、外科・高津有紀子医師による「胃がん・大腸がんに対する腹腔鏡手術」。手術中の映像を交えながら、胃がんと大腸がんの腹腔鏡術について解説しています。動画はQRコードからもご覧いただけます。



このQRコードを読み取ると動画のページへアクセスいただけます。

坂総合病院 市民公開講座

Q 検索

【注意】

動画には手術中の映像が含まれるため、視聴の際に精神的なストレスを感じる可能性があります。ご自身の判断にてご覧ください。また、視聴の際には周囲への十分な配慮をお願いします。

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

Q 検索

<https://www.m-kousei.com/saka/>

表紙について

ピーチャリの活動でも訪れた七ヶ浜町の多聞山で、千葉先生愛用の自転車と撮影。そして手には、先生の実家・千葉のり店で人気の「たつのこのり太郎」が…!

●表紙撮影／多聞山展望広場公園



電車の場合 ▶ JR仙石線・下馬駅下車。駅前が当病院です。

お車の場合 ▶ 第三駐車場は、当院ご利用の方は無料です。第三駐車場と病院間の送迎バスを運行しています。

SAKASO

坂総合病院 広報誌「さかそう」
2021年4月1日発行

公益財団法人宮城厚生協会
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合せ】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、「震災に対する千葉先生の
取り組み」をご紹介します。

特集

先生に
聞いてみよう

被災地の
ために
できること。



ピーチャリには職員や医学生、共同組織のメンバーなども参加。
横断幕のイラストは職員の子どもたちが描いたという。
写真は坂総合病院の医師育成にも取り組む医師医学生室の事務の皆さんと

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。
今回は、震災から10年間で
千葉先生が行ってきた
被災地での活動について
聞きました。

千葉 茂樹 (ちば しげき)

宮城県出身。東北大学医学部卒業後、「生活
の視点から患者さんを診ることができる」という
理由から坂総合病院のリハビリテーション医と
なる。東日本大震災では南三陸町で海苔加
工・販売店を営む実家が被災。その経験を機
に、研修医の時から被災地での活動始める。

故郷のために、何かしたい

東日本大震災から10年。大災
害の発生から千葉先生が継続的
に行ってきたのが反核平和自転車
リレー、通称「ピーチャリ」。これは、
坂総合病院が属する民医連が全
国各地で行なっている活動。自転
車とランニングのチームに分かれ、
被災した沿岸部などを走りなが
ら地域が抱える問題や平和ついて
考える活動が続けてきた。その
原点は、千葉先生の生まれ故郷・
南三陸町への思いにある。「震災
が起きた時は大学の卒業旅行で
石垣島にいて、その約1ヶ月後に
南三陸町に戻りました。そこで
見たのは想像を絶する光景。そ
の時、この町のために貢献したい
という思いが湧き上がりました。

仲間がいるから頑張れる

当時はまだ研修医。何かできる
ことはないかと模索した先にピー
チャリがありました」
この活動に不可欠なのが仲間
の存在。「ピーチャリ仲間の多く
が同世代。同じ時間を過ごして
きた仲間がいること、そしてその
仲間の努力があることで自分も
頑張れる気がしています。何事
も若い力が大切だと思っているの
で、より若い世代も育てていきな
がら、その地域の問題に取り組
んでいきたいです」。千葉先生は
「立场上、リーダーになるしかな
くて(笑)」と謙遜しながらも、
思いを共にする仲間たちを先導
する。活動を共にするメンバーの



中学・大学時代は陸上部に所属し、「走る
ことが好き」という千葉先生。常にランニン
グでコースを走破する



昨年のピーチャリは南三陸町で実施。このほか、仙台市や七ヶ浜
町の沿岸で活動を行ってきた

ひとりには「先生の姿を見て、私
たちも頑張ろうと思えるんです」
と教えてくれた。

これからも、人々のそばに

これからの活動と被災地の人々
へ向けて、千葉先生はこんな思い
を語る。「病院職員の中でも、震
災がもう過去のことのようになっ
ている気がします。宮城県が行っ
てきた復興公営住宅での訪問調
査も2020年度で最後。しかし
被災地への目が届かなくなれば、
被災地の人たちが悩みや不安を
訴える機会が減ってしまう。声



「障害があってもその人らしい生き方を
支えたい」とリハビリ医に。その思いは
人々の生活に寄り添うピーチャリの活動
にも通じる

#5 感染症のリスクを減らす掃除法

高山 綾子 (たかやま あやこ)／感染制御実践看護師

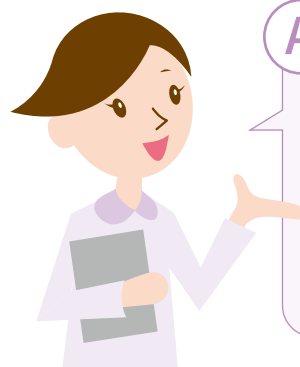
Q

外出先だけでなく、家庭内での感染も気になります。
毎日の掃除で感染のリスクを減らすことはできますか？



A

感染対策に基づいた掃除の目的は、環境表面からの感染を防ぐこと。
[環境表面を触る→そこに付着した細菌やウイルスが手に付く→自分の目や鼻・口に触ることで体内に持ち込む]ということにならないよう、ドアノブやリモコンなどよく触れる部分を清潔に。そして外出先でエレベーターのボタンやつり革、手すりなどに触れた後は手指衛生を行いましょう。



栄養手帖 ■■ ー食養室だよりー

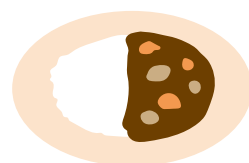
塩分の摂りすぎにご注意を！

塩分の摂りすぎは高血圧になりやすいだけでなく、
心臓や脳、腎臓などにおける病気の発症リスクを高めます。

みんなが好きなあのメニューも塩分高め!?

普段何気なく選んでいるメニューでも、実は塩分がたっぷり含まれているかも…。外食時には食べ方や選び方を工夫してみましょう。

1日に摂る塩分は、男性7.5g、女性6.5g未満が望ましいといわれています。特に心疾患、腎疾患、高血圧の方は6.0g未満になるように注意しましょう。「減塩」を意識することから、高血圧のリスク低減につながります。



料理に含まれる塩分量の例

- ラーメン …………… 約4.0g
- ハンバーガー …………… 約2.2g
- ざるそば …………… 約3.0g
- スパゲッティー …………… 約4.1g
- かつ丼 …………… 約4.5g
- サンドイッチ …………… 約2.3g
- カレーライス …………… 約3.4g
- ちらし寿司 …………… 約4.0g



支えるひとたち



第19回 鴻池メディカル株式会社

患者さんで使用した器材の洗浄・滅菌業務を行う滅菌室。責任者を務める畑山日香さんは、この仕事を選んだ理由を「集団予防接種が原因のB型肝炎のよう、医療機関による感染事故を起こさせないため。患者さんがどうする事もできない感染を起こしたくない」と教えてくれました。そしてこの仕事は、体に害を成す菌を殺すことが目的のため、「菌が目に見えないから難しい」ということも。だからこそその安全を物理的、化学的、生物的に立証していきたいのだそうです。対応の素早さが患者さんの病状に影響することもあり、常に大切にしているのが迅速な対応。直接関わることはなくても自らの行動の先にいる患者さんに思いを馳せ、「これからも患者さんが安心して受診や手術が受けられるように安全な医療器材を供給していきたいです」と語ります。

次号は

〈放射線室放射線技師〉
田口 彩奈



術具は滅菌する前に袋やケースでひとまとめに。滅菌された証として一部が変色するので、術具の衛生状態をしっかりと管理することができます。



畑山 日香 (はたやま はるか)
鴻池メディカル株式会社滅菌室責任者

曾我 英治 (そが えいじ)
室長

胸部や腹部、骨系などのX線撮影をはじめ、CT、胃や大腸の透視、マンモグラフィ、「血管造影法」と呼ばれるアンギオ、核医学などの検査およびMRIに対応するのが私たちの主な仕事。放射線を扱うため、装置の安全性や放射線の防護、そして患者さんと接する際に安



心感を届けられるよう心がけています。私たちの放射線室は女性技師が多いことも特徴です。技師の3分の1以上が女性のため、女性の患者さんに寄り添った、安心できる検査環境を整えることもできました。特に、マンモグラフィの撮影ではすべて女性技師が担当しています。また、今年の初めにMRIを新しくしました。今後も患者さんに負担の少ない検査を心掛け、予約システムや装置のバージョンを定期的に見直し、装置の静音化と検査時間の短縮化に取り組んでいきます。

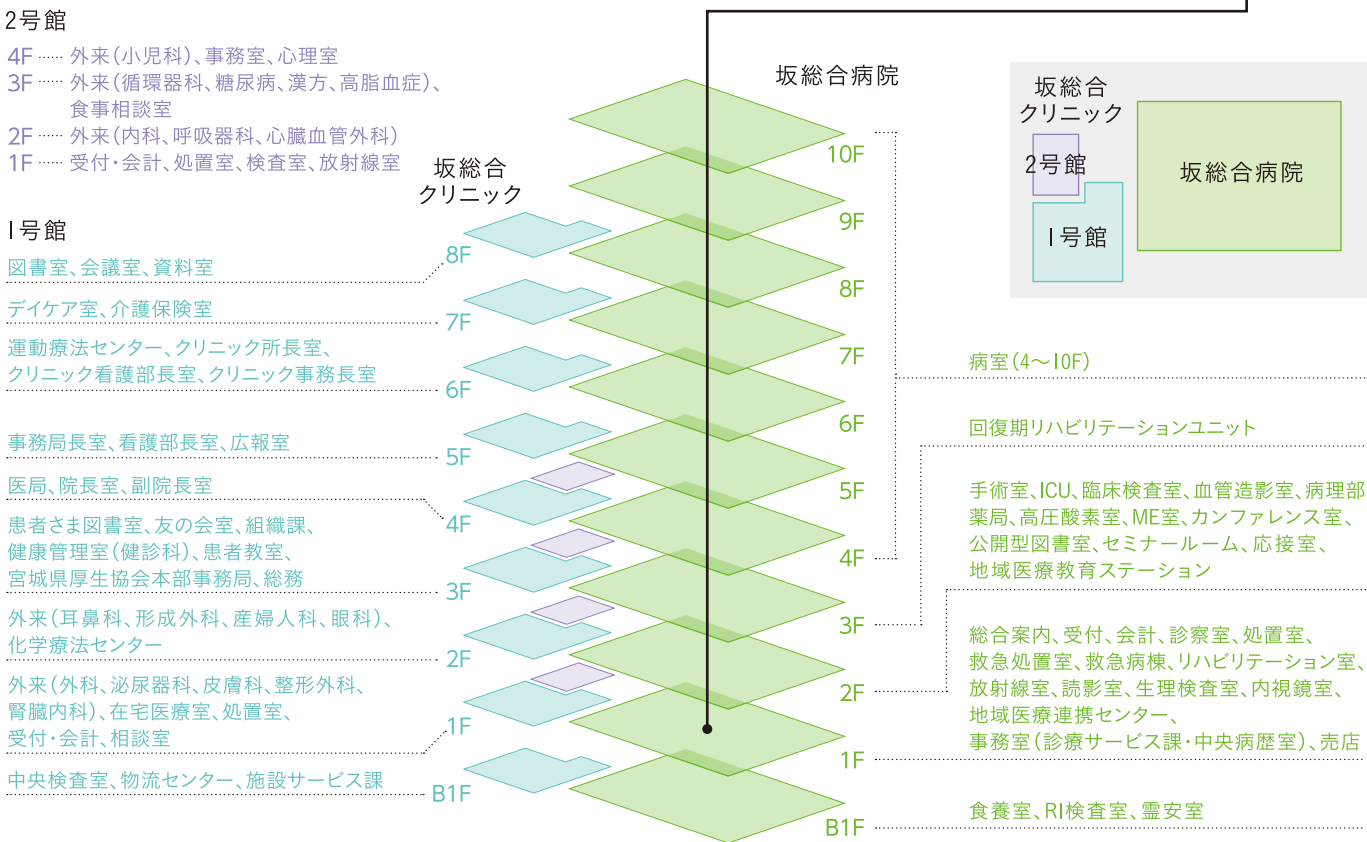
専門的な仕事であるためその中身は見えづらいかもしれませんが、診療放射線技師といえど医師と同じように一人ひとりに専門分野があり、認定資格の取得や研究発表を行なっています。スタッフみんなの専門性を集結し、総合的なスキルを持った技師像を目指していきます。

2号館

4F 外来(小児科)、事務室、心理室
3F 外来(循環器科、糖尿病、漢方、高脂血症)、食事相談室
2F 外来(内科、呼吸器科、心血管外科)
1F 受付・会計、処置室、検査室、放射線室

1号館

図書室、会議室、資料室
ダイケア室、介護保険室
運動療法センター、クリニック所長室、クリニック看護部長室、クリニック事務長室
事務局長室、看護部長室、広報室
医局、院長室、副院長室
患者さま図書室、友の会室、組織課、健康管理室(健診科)、患者教室、宮城県厚生協会本部事務局、総務
外来(耳鼻科、形成外科、産婦人科、眼科)、化学療法センター
外来(外科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、腎臓内科)、在宅医療室、処置室、受付・会計、相談室
中央検査室、物流センター、施設サービス課



連携医のご紹介

よしづみ内科・糖尿病クリニック

[内科・糖尿病]



院長
善積 信介 先生
(よしづみ しんすけ)
※写真中央



内科・糖尿病

よしづみ内科・糖尿病クリニック

〒985-0863
宮城県多賀城市東田中志引85-1
TEL 022-354-0231
URL <https://www.yoshizumiclinic.jp/>

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

休診日/水曜午後、土曜午後、日曜、祝日
※受付は診療時間の30分前まで



合併症の進行防止に重きを置いて

開院して早2年。その間、診断・治療の難しい症例を持つ患者さんや入院治療が必要な患者さんを坂総合病院に引き受けていたことが多く、地域連携の重要性を身にしみて感じています。

当院はその名の通り糖尿病病を中心に診療しています。合併症の進行をいかに防ぐかに重点を置き、患者指導・栄養指導、尿蛋白定量、眼底カメラ、フットケアと、院内で合併症をチェックできる体制を整えました。特にフットケアは専門の看護師がこれまでに500例以上のケアを行い、患者さんからは「目に見えて足の状

態が改善した」とご好評をいただいております。

今年1月、国道45号線から当院がある多賀城市東田中を結ぶ清水沢多賀城線が開通しました。1965年に都市区画道路に決定されてから開通まで55年。この道路のおかげで国道45号線から砂押川とJR仙石線を超え、城南地区までが1本の道路でつながりました。またこの道路は、仙台港から一直線となり避難道路としても機能しています。ちなみに坂総合病院から当院までは2回右折するだけで着きますのでよろしく願います(笑)。

坂総合病院から

善積先生は糖尿病の管理だけでなくフットケアも行うため、地域の患者さんは安心して療養できるのではないかと思っています。糖尿病の患者さんにとって足病変は生活の質や生命予後に影響を与えることが多く、当院でも力を入れている領域です。今後、様々な形で連携を深めていけたらと思います。