

ご自由にお持ち帰りください



公益財団法人 宮城厚生協会

坂総合病院

NEWSaka

2017.12
No.26

発行責任者：坂総合病院院長 内藤 孝



銀杏並木 (塩釜駅付近)

- 1 写真 (銀杏並木)
- 2 市民公開講座
- 3 健康講演会
- 4 開業医ご紹介 及川内科医院
- 5 職場紹介(内視鏡センター)、食養室管理栄養士から(19回目)
- 6 NST実施修練開催
シリーズ18回目リハビリ室のお仕事
- 7 12月外来診療案内
- 8 インフォメーションほか

病院理念

わたしたちは、患者さまの権利を尊重し、
共感・協同・平等・安全の
医療をめざします。

◇テーマ：「緑内障」と「アイバンク」

11月11日(土)の午後、マリゲート塩釜マリホールにおいて、地域住民約100人が参加し、標記テーマで市民公開講座が開催されました。



はじめに内藤孝院長が「坂総合病院の紹介」をしました。病院概要や主要な医療機能(急性期医療、地域医療、災害医療、医師養成)、そして医療活動(救急医療、循環器科、がん診療など)の特徴を報告し、『開業医の先生方と連携しながら今後も地域を支える医療機関としてがんばって参ります。』と述べました。また、佐藤孝一事務局長が「地域の医療機関と協力しながら住民の命を守る坂総合病院を目指して」と題して、自己完結型から地域完結型として進めている病院の医療活動状況を報告しました。



■講演1：「アイバンクの役割について」



講師：横倉 俊二先生(東北大学医学部眼科学教室講師、東北大学アイバンク理事)

はじめに、「角膜はどこにある?」と問い、角膜の構造などが説明されました。そして、角膜の感染症のことや、治療が遅れてしまった場合のこと、最新の角膜検査法や治療法としての角膜移植はどのように行なうのか、またその歴史なども報告されました。角膜パーツ移植の実例が写真で紹介され、最近の角膜移植について、角膜内皮移植術や角膜再生医療など説明されました。

アイバンクの具体的な活動について以下の内容が紹介されました。非営利機関で、角膜移植斡旋活動、献眼啓発活動、献眼登録から提供までの流れなど。

課題としては、新規登録者数の不足、献眼

数の絶対的不足、慢性的な国内ドナー不足、財政が困難など述べられ、アイバンクへの多くの方の理解と協力を強調されました。

■講演2：「緑内障から自分を守るために知っておくべきこと～9割の人が気づかない目の病気～」



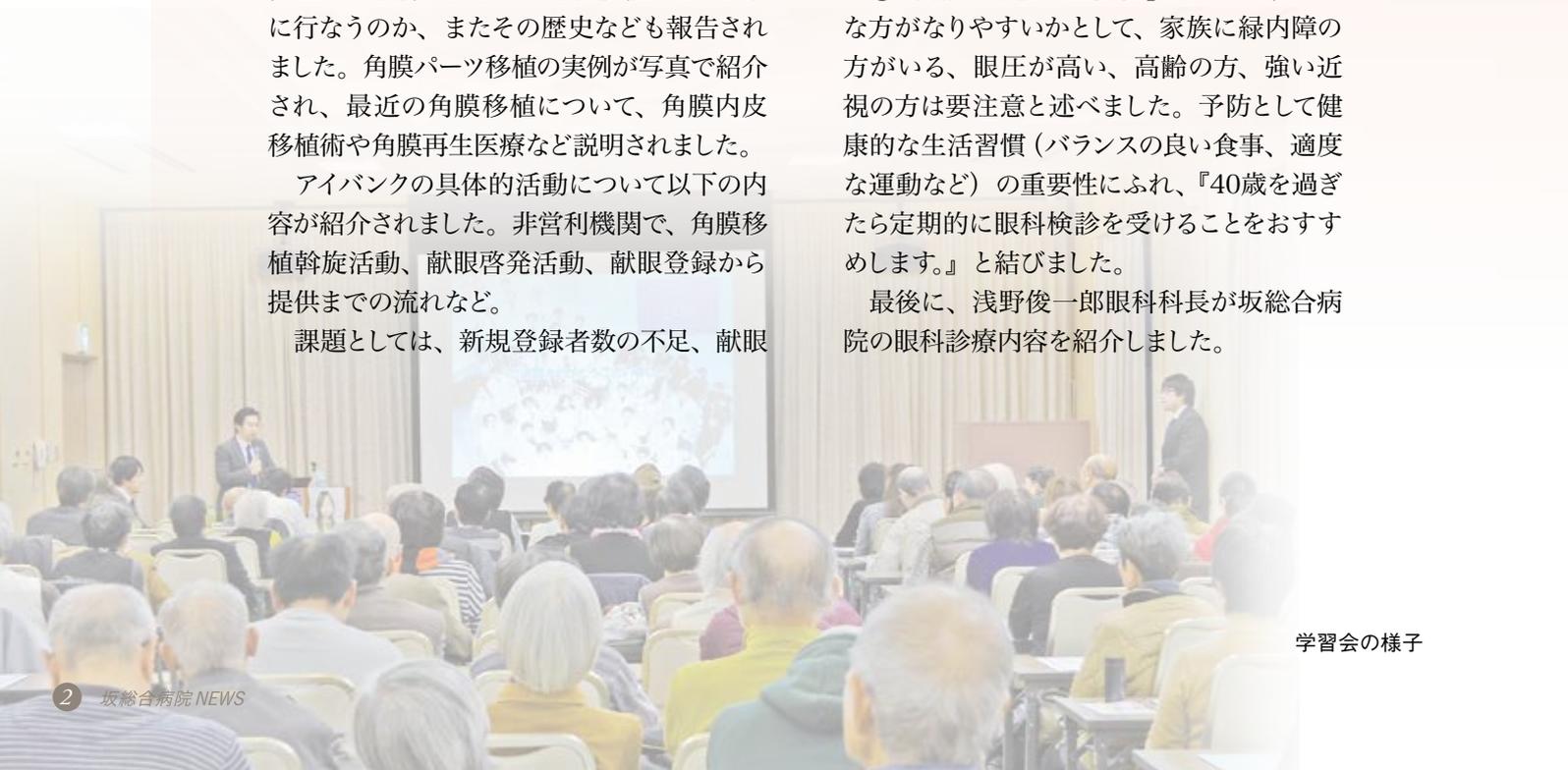
講師：中澤 徹先生(東北大学医学部眼科学教室主任教授)

①「緑内障とはどんな病気なのか?」と問い、失明原因の第1位が緑内障で、毎年増えており、高齢化・近視化・生活スタイルの変化などが要因としてあり、さらに増加が予想されているとして、視神経に陥没ができ、部分的に見えなくなる症状など眼球の構造図で説明されました。緑内障の治療について、完治することは困難で現状維持が目的となると述べ、緑内障点眼治療薬について説明されました。問題点としては、目薬のつけ忘れがあり、一滴を確実に点眼し継続することの大切さが強調されました。

②「どうして気づけないのか?」について、緑内障の方の視野異常はどのように見えているのか説明されました。視野が狭くなり、長い時間をかけてゆっくり進行するので自覚症状が弱いことなど述べ、両目で見える意義は補い合って補正されることであり、日頃から片目で見え方をチェックすることの必要性も話されました。

③「健診と予防の重要性」について、どんな方がなりやすいかとして、家族に緑内障の方がいる、眼圧が高い、高齢の方、強い近視の方は要注意と述べました。予防として健康的な生活習慣(バランスの良い食事、適度な運動など)の重要性にふれ、『40歳を過ぎたら定期的に眼科検診を受けることをおすすめします。』と結びました。

最後に、浅野俊一郎眼科科長が坂総合病院の眼科診療内容を紹介しました。



学習会の様子

「健康講演会」開催

テーマ：「転倒予防と運動(筋力アップ運動)」

講師：工藤 美喜 理学療法士・信太由宇子 作業療法士



講師の工藤さん(左)と信太さん(右)

日常的に体操や歩くことなど続け、筋力アップを

10月24日(火)午後、多賀城市市民活動サポートセンターにおいて、地域の方々約20名が参加し、標記テーマで健康講演会が開催されました。主催はみやぎ東部健康福祉友の会です。

骨折の主な原因と予防

はじめに「骨折の主な原因(外傷骨折、疲労骨折、病的骨折)」や原因を知ることによって骨折を予防できることもあるとして、具体的な対応策のお話がありました。

転倒の危険因子として筋力低下(サルコペニア～加齢や疾患により筋肉量が減少すること。握力や足の筋肉、腰まわりなど全身筋力の低下。)、転倒歴、歩行障害、バランス障害、装具(杖など)不使用、視力障害、関節炎、日常動作障害、抑うつ状態、認知障害、年齢(80歳以上)の11項目をあげその内容が説明されました。

転倒・骨折は寝たきりの大きな原因になるので、その予防として大事なものは、骨密度の維持であり、食品で積極的に摂ったほうが良いものや避けたほうが良いものなど紹介がありました。骨粗鬆症についても説明がありました。

転倒予防策として、転倒の原因、服薬状況の確認、住環境整備、運動の効用について1つ1つ説明されました。特に、運動について、筋力・バランス機能の向上がポイントであり、おすすめとしては、歩くことが一番気軽にできることであり、心肺機能向上にも効果があると述べました。また、階段昇降、立ち上がり動作、しゃがみこみ、そして太極拳などもおすすめとしてあげられました。

転倒予防体操実践

次に、二人の講師の指導で、参加者全員で体操を実践しました。歩く前の筋力効果とストレッチというテーマで、まずは体力の確認検査として、片足立ち(目を開いて20秒、閉じて5秒)や立ち上がり(椅子に座った状態から30秒で何回立ち上がれるか～中には27回もできた方もいました)などしました。

また、座ってできる基本体操として、手首、頭、首まわりを、さらに筋力アップとして脚上げ、つま先立ち

など自宅でも気軽にできる内容の転倒予防体操をしました。

最後に、講師から『日常的に体操や歩くことなど続け、筋力アップに少しずつでもつなげていけるようにしていきましょう。』とお話があり終了しました。

参加者からは『みんなでやった方が気分的には張り合いもありやりやすかったが、転倒予防のために、これからはできる限り自宅でもやろうと思います。』との声もありました。



片足立ち



頭の体操



つま先立ち

院長
及川 潤一 先生
Oikawa Junichi



及川内科医院
(塩釜市)

内科・消化器科・呼吸器科

できるだけ患者さんご本人の希望に寄り添い、
ご家族の負担の少ない終末医療を目指しております。

昭和56年4月、初代院長の病氣療養のため、2代目院長に就任しました。その後、消化器を中心とした内科有床診療所を運営して参りました。平成12年、介護保険制度の導入に伴い、一般病床を介護療養病床に変更し、現在に至っております。医療と併用可能な介護療養病床(13床)が当院の特徴になります。また、一般的な血液検査をはじめ、レントゲン、心電図、超音波検査、内視鏡検査の設備を整えております。

病院を退院後も引き続き治療(インスリン注射、中心静脈栄養、気管切開、褥瘡など)が必要で、しかし、自宅では管理が難しいという方を特に受け入れております。したがって、4年、5年と長期に入所しておられる方も少なくありません。それだけにスタッフの負担も大変と思われませんが、それぞれ皆自覚を持ち、「寝たきり褥瘡は作らない」とい

う信念に基づいて業務に当たっております。

ただ、基礎疾患を有している高齢の方は、入院後に短い期間で亡くなる場合も多く、年間、数多くの看取りをせざるを得ないというのも現状です。

このような状況の中で介護療養病床を維持できるのも、坂総合病院をはじめ各病院が当院で対処できないような緊急の場合に快く患者さんを受け入れて処置を施していただけるおかげと常に感謝している次第です。

在宅医療も行なっております。訪問診療のご希望がございましたら、ぜひご連絡ください。できるだけご要望に応えたいと思っております。

今後とも、この地域の医療・介護の連携に何らかのお役に立てるよう、従業員ともども日々精進したいと考えております。

内科・消化器科・呼吸器科

及川内科医院

〒985-0021
宮城県塩釜市尾島町5-16
TEL 022-364-8986
FAX 022-364-0248
<http://www.oikawanaika.com/>



診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 ~ 12:30	○	○	○	○	○	○
午後 14:00 ~ 18:00	○	○	○	△	○	△

休診日/日曜・祝日





内視鏡センタースタッフのみなさん

内視鏡センターは、消化器医師（非常勤含む）7名、看護師（准看護師・看護助手含む）10名が在籍しています。夜間や時間外には救急外来勤務者として配置されており、臨時発生の内視鏡検査に対応できる体制をとっています。

対象患者様は、症状があり精査のため検査を受けの方、治療目的の方、定期スクリーニング、市町村検

診の二次検診、人間ドックなど、様々です。

内視鏡検査は侵襲的な検査のため、不安を抱えて来院される方が少なくありません。その不安を少しでも軽減できるよう、待合室には、季節ごとに装飾をし、リラクゼーション効果のある音楽を流しています。

また、始業前には、和やかな雰囲気でご患者様に接することができるようにするため、毎朝、簡単なストレッチや笑顔の体操を行なっています。

感染面では、スコープや環境の「キレイ」が保たれていることを確認するためATP測定（特殊な酵素の発光を利用し汚れの状況を数値化した検査方法）や、細菌培養検査を年2回行なっています。いずれも、細菌は検出されておらず、「キレイ」が保たれています。

このように、患者様が安心・安全に検査ができるよう取り組んでいます。「内視鏡検査は怖くて受けたくない」と思っている方も、私たちがサポートしますので、ぜひ、検査を受けにいらして下さい。

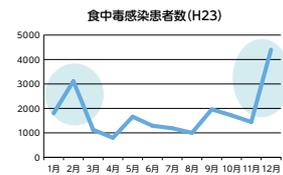
坂総合病院食養室 管理栄養士から

管理栄養士 鈴木 亜紀

第十九回 冬の食中毒に気をつけましょう！



食中毒というと、じめじめした梅雨や暑い夏のイメージがありませんか？
しかし月別の食中毒感染患者数のグラフを見てみると…
食中毒は12月から2月にかけてとても多くなっているということが分かります。
寒くて乾燥している季節は食中毒になりにくいのではと思いませんか？
では、なぜでしょうか？ 原因は… **ノロウイルスです！**



〈ノロウイルスの特徴〉

- ①感染力がとても強い！
 - 少量のウイルスでも感染します。
 - ウイルスは小さいため、空気中をただよって遠くまで飛んでいきます。
- ②ノロウイルスの症状
 - 突然の激しいおう吐、下痢、37～38度の発熱。
 - 症状は1～3日続き、高齢者や子どもは命に関わることも。

〈感染経路〉

- ①ヒトからヒトへの感染
 - ノロウイルス感染者の便やおう吐物にウイルスが潜んでいます。
- ②食品からの感染
 - 主に、加熱が不十分なカキなど、生の二枚貝から感染します。



〈ノロウイルスに感染しないために〉

- ①手洗い、うがいを徹底的に
 - 外出先から帰ったら、必ず手洗い、うがいを！これはみなさんできていると思います。では、食べる前にはどうでしょうか？ウイルスは口からも進入します。食べる前の手洗い、うがいも忘れずに。
- ②食品は十分に加熱する
 - 特にカキやホタテなどの二枚貝はよく火を通し



- てから食べましょう。生ガキの美味しい季節ですが、焼きガキやカキフライが賢明です。
- ③ノロウイルスは塩素系消毒剤でやっつける
 - ノロウイルスにはアルコール消毒剤が効きません。おう吐物などの処理はゴム手袋をし、塩素系消毒剤で消毒を。





NST教育認定施設に認定され「NST実地修練」開催

食養室室長・管理栄養士 池本あゆみ

「NST」とは栄養の専門知識・技術を持ったスタッフが集結し、患者様に適切な栄養管理を行う「栄養サポートチーム」のことです。栄養なくして体は元気になりません。栄養状態を評価し、改善することは入院治療には欠かせないものです。

栄養に関する専門知識を持つ「NST専門療法士」という資格がありますが、その受験には「NST教育認定施設で40時間の実地修練を修了する」事が必須要件とされています。坂総合病院は2017年に宮城県で12番目の教育認定施設に認定され、11月の5日間、第1回目のNST実地修練を開催しました。他病院と院内から、管理栄養士2名、薬剤師1名、看護師1名、リハビリ2名の計6名の研修生の参加がありました。

「NST総論」「経腸栄養」「経静脈栄養」「リハ栄養」「胃瘻造設」「がんと栄養」他21講義をはじめ、「嚥下造影の見学・体験」「体組成測定」などの実技、「PICC挿入」「外科的胃瘻造設」の動画視聴、「NST回診」「ミールラウンド」「褥瘡回診」の参加、症例検討、症例レポート作成等々、栄養についてたっぷりと学べる研修内容となりました。

研修生の方々の熱心な姿勢に刺激を受け、また、



NST専門療法士終了証授与

情報交換の貴重な機会ともなり、受け入れ側の私たちも非常に実り多い5日間となりました。「栄養、すげえ」という研修生の名言も飛び出し、栄養の大切さが伝わったかな…と、嬉しく思っております。

坂総合病院の情熱あふれるNSTメンバーは、栄養の知識を持つスタッフをどんどん増やし、より多くの患者様の治療効果を上げ、QOL向上につなげていくという野望を持ちながら、日々活動しております。来年度以降もさらにパワーアップして実地修練を行う意気込みです。



訪問リハビリスタッフのみなさん

当院の訪問リハビリは理学療法士2名、作業療法士3名、言語聴覚士1名の計6名で塩釜、多賀城、七ヶ浜、利府の在宅で生活されている方を訪問しリハビリを行なっています。

利用者は当院で急性期または回復期リハ病棟で治療、リハビリを行なった方が多く、入院前の状態から変化した中での生活が必要となるため、日常生活動作安定を目的にリハビリをしています。

病院内スタッフとの連携は重要で、顔を合わせ申し送りできることが強みとなっています。

配置の理学療法士も病院内のリハビリ兼務のため、入院中から関わることや病院内のスタッフに助言することで利用される方が不安を少なく自宅生活に移行できるよ

シリーズ
さまざまリハビリテーション

第18回

訪問リハビリの紹介

作業療法士 菅野俊一郎

うにサポートしています。

また、自宅での生活安定を目標とするケースが多く退院後1ヶ月など短期間の介入となる利用者もいらっしゃいます。

訪問リハビリは介護保険を利用する場合はほとんどですので、既に介護認定を受けて介護保険証所持の方は担当ケアマネージャーへ相談してください。介護認定を受けていないが介護保険での訪問リハビリを希望する場合は病院のソーシャルワーカーに相談すると申請の手続き方法や流れを説明されますので声がけ下さい。もちろん、担当リハビリスタッフに相談していただいても構いません。話しを聞くだけでも構いません。ご利用、ご相談お待ちしております。

外 来 診 療 案 内

2017年12月

坂総合病院（本院）

各科外来診療日・時間

科	診療	月	火	水	木	金	土	備考
脳神経外科	午前	○				○		
	午後					○		
神経内科	午後	○						
消化器科	午前	○	○	○	○	○		
	午後		○			○		
緩和ケア科	午前				○			
	午後	○						
リハビリテーション科	午前		○	○	○	○		
	午後	○						
末梢血管外来	午前	○	○					
甲状腺外来	午後		○診療日隔週					

●医師体制の都合により変更する場合があります。ご了承ください。

総合病院 院長 内藤 孝 電話 022-365-5175(代)

坂総合クリニック1号館

各科外来診療日・時間

科	診療	月	火	水	木	金	土	備考
外科	午前	○	○	○	○	○		
腎臓内科	午前			○				
整形外科	午前	○	○	○				
	午後	○		○				
泌尿器科	午前	○	○		○	○		○診療日隔週
形成外科	午前	○		○				○診療日隔週
	午後		○			○		
耳鼻咽喉科	午後	受付13:00～16:00		受付13:00～16:00			受付8:30～11:30	
産婦人科	午前	妊婦健診～11:30迄 ○11:30迄	妊婦健診～11:30迄 ○11:30迄	妊婦健診 ○11:30迄	妊婦健診 ○	妊婦健診～11:30迄 ○	○	
	午後	○ 妊婦健診				妊婦健診		
眼科	午前	○	○	○	○	○		○診療日隔週
	午後		○	○				
皮膚科※	午前		○			○		○診療日隔週
	午後		○14:30～16:00			○14:30～16:00		
血液科	午後		○			○		
禁煙外来	午後			○診療日隔週				
＜各科外来受付時間＞								
●午前 新患8:30～11:30 再来8:30～11:30			●午後 予約制となっています					
※皮膚科の診療は医師体制上の都合により、予約外の方は緊急性のある方以外はお受けできません。ご了承下さい。								

坂総合クリニック2号館

※内科一般外来は午前からのみの診療となります（午後は休診となります）。

各科外来診療日・時間

科	診療	月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	○	
	午後							
糖尿病代謝科	午前	○	○	○		○		○診療日隔週
	午後	○	○		夜間外来（隔週）			
循環器科	午前	○	○	○	○			○月1回
	午後		○			ペースメーカー外来 診療日隔週		
呼吸器科	午前	○		○		○		○月1回
	午後	○		○		○		
緩和ケア科	午前		○		○			
漢方科	午前	○	△	△		○		○月2回
	午後	○	△	△	△夜間外来	○		
高脂血症外来	午前			○				
心臓血管外科	午後			○		○		
小児科	午前	○	○	○	○	○	○	
	午後			育児検診				

●当院の外来は全面予約制ですので、来院前にお電話下さい。漢方は診療変更が多い日を△にしています。

電話番号：予約コールセンター 022-361-8288

年末年始休診 12月30日～1月3日

電話予約受付時間：平日8:30（小児科のみ8:00から開始）～16:30、土曜日8:30（小児科のみ8:00から開始）～11:30

●医師体制の都合により変更する場合があります。ご了承願います。

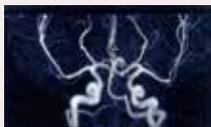
坂総合クリニック 所長 高橋 洋 電話 022-361-7011(代)

脳ドック・脳検診のご案内

早期発見で脳卒中を予防

検査時間と検査内容・料金

検査項目	脳ドック	脳検診
検査時間	120分	30分
問診	○	○
脳MRI	○	○
脳血管MRA	○	○
頸部血管MRA	○	○
頸部血管エコー	○	—
身体・血圧測定	○	—
血液検査	○	—
尿検査	○	—
心電図検査	○	—
胸部レントゲン	○	—
料金(税込)円	37,800	18,360
友の会(税込)円	34,020	16,524
結果説明	医師	医師



脳ドック(予約制)
：金曜午後1時半
脳検診(予約制)
：日程相談
結果説明
：約4週間後に医師から



MRI検査は、人体に放射線を照射することなく脳や脳血管の状態を評価することができる検査です。
 脳梗塞や脳出血、くも膜下出血の原因となる脳動脈瘤などを見つけることができます。
 ※体に金属が入っている方は検査できない場合があります。お問い合わせください。



お申し込み お問い合わせ 坂総合病院 健康管理室
TEL(直通) 022-367-9053

坂総合病院 脳ドック・脳検診のURLはこちら
http://www.m-kousei.com/saka/guide/brain_dry-dock.html

当院の脳ドックは日本脳ドック学会ガイドライン2014に準拠しています

地域医療連携センターから

○紹介の状況

	紹介数	逆紹介数
7月	742	851
8月	768	830
9月	692	938
10月	743	970

(坂総合病院、クリニックの合計数です)

○ご紹介の際は、地域医療連携センターまでご連絡下さい。
 ※坂総合病院・坂総合クリニックは予約診療を行なっています。

お気軽に地域医療連携センターまでお問い合わせ下さい。
 尚、緊急性の高い症状の場合や入院加療も含めての診療
 ご依頼の場合は、お電話にてその旨をお知らせ下さい。

《開設時間》

●平日 / 8時30分～17時 ●土曜日 / 8時30分～12時30分

TEL 022-361-4700

※時間外休日は、救急処置室に繋がります。

コールセンターから

○診療の予約・変更・お問い合わせは、コールセンターで承ります。

TEL 022-361-8288

平日(月～金) : 8時30分～16時30分

(小児科のみ8時から開始)

土曜日 : 8時30分～11時30分

(小児科のみ8時から開始)

※紹介状をお持ちの方は必ずその旨をお伝え下さい。
 ※上記時間以外で救急診療のお問い合わせは、病院
 代表番号にお電話をお願いします。



- 電車をご利用の場合
 JR仙石線・下馬駅下車(駅前が病院です。)
- お車をご利用の場合
 以前に比べて第一駐車場が狭くなりました。ご不便をお掛けしますが、第三駐車場に駐車し、送迎バスをご利用いただけるようご協力をお願いいたします。

編集後記

2017年もあと一ヶ月。市民の皆さんに直接お会いできる「市民公開講座」は今年5回開催させていただきました。毎回50人から100人の皆さんと講演を聞きます。病院に勤務していても初めて知ることたくさんあり、自分自身の学びの場ともなっています。また、「地域では坂病院がどんなことで役に立っているのか」「昔の坂病院でこんなことがあった」なども聞くこともあり、地域といっしょに歩んできた歴史を知る機会でもあります。この地域でこれからも皆様と一緒に健康を守りつづける病院を目指していきます。今年も一年ありがとうございました。(K.I)

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

電話 022-365-5175 (代表)

FAX 022-365-3620

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

