



いつも笑顔でがんばります！

大空



待ち遠しい本当の春

院長 西澤 誠

例年であれば待ち遠しい春を迎え、弾んだ気持ちになる時期ですが、残念ながら今年は新型コロナウイルスによって緊張感が続く日々となっております。様々な行事が中止・延期となり、なんだか、春が来ていないような気持ちになってしまいます。そんな人間世界の不安を癒すように、今年も桜の木は綺麗な花を見せてくれました。こんな時こそ自然を感じることで心に余裕を持ちたいものです。

医学の進歩は疾患をより深く掘り下げ、ついに分子や遺伝子の領域に至り大きな成果をもたらしています。ところが突然現れて人類に大きな混乱をもたらす病気は、昔と変わらず感染症です。治療法が見つかるまでは最新の医学もお手上げで、最も有効な対策は感染者との接触を避けることです。このウイルスとの付き合いはかなり長引きそうですので、みんなで励まし合って、どこかで力を抜きストレスを発散することが大切です。健康のために室内での体操などをぜひ取り入れてください。

当院では、対策の一環として病院ロビーの「憩いのスペース」は閉鎖し、入院患者さんへの面会制限を行っております。病院をご利用いただいている皆様にはしばらくご迷惑をおかけしますが、ご協力よろしくお願い申し上げます。この状況下で地域の皆様の健康を守るため、当院ができることを考え随時発信したいと考えております。

病院も新年度を迎え、スタッフに新しく3名の仲間を加えております。歓迎会は延期ですが、新しく就任した松田事務局長を中心に病院は一体となりこの難局を乗り切って、一層「頼りになる病院」となることが出来るよう努力を重ねてまいります。ウイルスの流行が収まった時に、本当の春をみんなで楽しみたいものです。

事務局長就任のあいさつ



事務局長 まつだ ひでよ
松田 英世

病院勤務6年目となりましたが、4月から新たな気持ちで仕事に臨んでおります。当院が、より信頼され、選ばれる病院となるために医療現場をサポートし、職員が一丸となって病院の総合力を高められるよう力を尽くしたいと思います。

ニューフェイス

①趣味
②好きな有名人
③ひと言



事務局次長 もりた てつや
森田 哲也

①映画鑑賞、読書
②松井 秀喜
③4月から事務局に勤務させていただいています。昨年は健康福祉課で児童福祉を担当していました。これからは、微力ですが病院事業の向上に貢献していければと思いますので、よろしくお願いします。



病棟看護師 はまだ さちえ
浜田 幸恵

①DIY
②渡辺 直美
③4月から当院看護師として1病棟で勤務させていただいています。看護師1年目で不安もありますが、1日も早く業務に慣れるよう頑張ります。そして、患者さんに一人ひとりの気持ちに寄り添える看護を行っていきたいです。よろしくお願いいたします。



リハビリテーション部 作業療法士 ふるえ かな
古永 香奈

①ドライブ、食べ歩き
②HY
③自然豊かな白山市鶴来出身です。前の職場では急性期や地域包括病棟で勤務していました。今回、ご縁があり入職となりましたので、仕事に早く慣れるように頑張りたいと思います。ご指導の程よろしくお願いします。美味しいお店があれば教えてください!!

糖尿病委員会

糖尿病の運動療法について

リハビリテーション部 理学療法士 原 文香

糖尿病の治療の3本柱は、食事療法、運動療法と薬物療法です。今回は、運動について説明します。運動と言っても、激しい運動が必要なわけではありません。それぞれの体力や状態に合わせたもので大丈夫です。

運動は血糖を低下させると同時に肥満の解消にも大きな効果があります。さらに心肺機能を向上させるので、体を動かすことが楽になり、ストレス解消にもなります。

おすすめは、気軽にできる“ウォーキング”です。いつでもどこでもできるウォーキングを、すぐに生活の中にとり入れてみましょう。自然の中で春の季節を感じながら歩いてみてはいいかですか？

<ウォーキングの目安> ※症状が悪化することもありますので、運動を始める前は必ず医師と相談しましょう。

- ・体の負担を考え、運動の前後に準備運動と整理運動(簡単な体操やストレッチなど)をしましょう
- ・人と会話ができ、少し息がはずみ、汗ばむ程度
- ・時間は1回20～30分程度(歩数の目安は1日8,000歩～10,000歩)
- ・できれば週3回を目標に行いましょう



<生活の中で「運動」を見つけましょう>

いざ実行するとなるとそれはなかなか至難の技です。そこで、これまで運動習慣が無かった人へ私からの提案です。生活の中での運動を見つけてこまめに体を動かすことをしてみましょう。

例えば、テレビ体操を一緒にする。こまめに家中を掃除する。買い物や外出は、歩いて行ける距離は車を使わず歩いていく。テレビを見ながら足踏みをしてみる、など自分でできることから始めてみましょう。

糖尿病教室のご案内

内科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、臨床検査技師、歯科衛生士が月4回にわたり、それぞれの専門分野から糖尿病に関する話をします。どなたでも参加できますのでお気軽にお問い合わせください。

日 時：毎週金曜日(第5週を除く) 午後1時30分～2時30分
会 場：院内 2階会議室

○参加希望の人は、予約をお願いします。
○会計が発生することもあります。

新型コロナウイルスについて

院長 西澤 誠

新型コロナウイルスの流行は日本でも対策に苦労していますが、国によっては大変な数の人が亡くなっており、感染症の怖さを改めて感じます。このウイルスについて多くの情報が報道されていますが、ここでも簡単に説明させていただきます。

コロナウイルスのコロナとはどこかで聞いたことがあると思いますが、名前の由来はその形にあります。電子顕微鏡（写真）で見ると円形のウイルスの表面にトゲ状の蛋白が飛び出した形をしており、王冠（コロナ）に似ていることから名付けられました。新型と付いているのは、突然新たに誕生したということではなく、ヒトにとって新しいという意味で、他の動物（おそらくコウモリと考えられています）が保有していたウイルスが、何らかのきっかけでヒトに感染してしまい、ヒトの間で広がった時に「新型」との名前が付けられます。これはインフルエンザでも同じです。



画像提供：NIAID-RML

コロナウイルス自体は珍しいものではなく、普通の風邪の10～15%は4種類のコロナウイルスが原因であり、特別な治療薬を必要としていません。ところが「新型」の場合、ヒトにとって初めての感染となることから免疫の備えがなく、重症化する危険性が高くなります。過去には、2002年のSARSと2012年のMERSが新型コロナウイルスとして世界を騒がせました。そして今回のコロナウイルスはヒトの世界には7つ目になります。「新型」に対してはワクチンや治療薬がないため、治るのは体内の免疫の力に頼ることになります。

今回は過去の2回の新型コロナウイルスと比べ、残念ながら世界中で感染者数が大きく増える結果となりました。その理由としては、初期に中国での対応が遅れたことがあります。それ以上に感染症としての特徴にあると思われます。それは、症状が乏しい感染者が存在することです。そのため感染の広がりがつかめないうちに世界中に広がる結果となりました。有効な対策は、社会的には「出歩かないこと」「集まらないこと」、個人では「手洗いの徹底」「集まるところではマスク」という古典的な方法です。まだまだ終息する時期は見えていませんが、気をつけることで感染は防げる病気ですので、冷静に対応したいものです。

在宅医療の充実 ～超音波画像診断装置の活用～

当院ではこのたび、タブレット型の超音波画像診断装置（エコー）を導入しました。

在宅で療養する人が増える中、当院でも訪問診療や往診を希望する人が増えています。小型で持ち運び可能なので、在宅医療の現場で使用できます。エコー検査を実施することで、問診や聴診、触診ではつかめない体内の状態をリアルタイムに観察することができ、より精度の高い診療が可能になりました。また、他の検査に比べて痛みを伴わない



こともエコー検査の特徴です。当院では、在宅で療養する人が少しでも安心して過ごせるよう、今後も質の高い医療を目指します。

院内ディケア 【おたっしゃサロン】 作品紹介

ちぎり絵や折り紙などで、季節に合わせた作品を患者さんと職員で協力しながら作りました！



お花見
気分



第17回 医療マネジメント研究発表会開催

2月8日、宝達志水病院医療マネジメント研究発表会が開催され、各部署や委員会などから日頃の業務における取り組みや研究、活動の成果についての発表がありました。演題は次のとおりです。

- ◇緩和ケアにおける今後の課題を考える
～緩和ケア満足度調査の結果から～（緩和ケア委員会）
- ◇多職種連携とチームアプローチの効果
～巨大難治性褥瘡患者の事例を通して～
（褥瘡防止対策委員会）
- ◇当院の地域包括ケア病床の運用について（1病棟看護部）
- ◇当院地域包括ケア病床の現状と今後の展開
～リハビリテーション介入患者に着目して～
（リハビリテーション部）
- ◇2病棟のアウトブレイクを振り返って
（感染対策小委員会）
- ◇大腿骨骨折患者における栄養サポートチームの介入
～BCAA含有栄養剤の有用性の検討～（栄養管理委員会）
- ◇骨粗鬆症治療について（医局）

救急隊との症例検討会

2月19日、救急隊と合同の第13回救急症例検討会が当院で開催されました。宝達志水消防署の救急救命士から「腹痛を訴える女性の搬送症例」、「頭部外傷後の溺水CPAの搬送症例」について発表があり、当院医師とともに検証を行いました。

地域の皆さんに安心・安全の医療を提供していくため、引き続き地域の消防機関との連携を図りながら、よりよい救急医療を提供できるよう取り組んでいきます。



宝達志水病院 外来診療体制

令和2年4月現在

科・診察開始時間／曜日			月	火	水	木	金	土
内科	午前	8:30～	西澤	石田	西澤	京井	升谷	(第2、4)西澤
			石田	京井	升谷	呼吸器・長内(9:00～)	循環器・高村(9:00～)	(第2)升谷
			脳神経・長山(9:00～)					(第4、5)石田
	午前	新患/検診/救急	新患/検診/救急(升谷)	新患/検診/救急(西澤)	新患/検診/救急(石田)	新患/検診/救急(石田)	新患/検診/救急(石田)	
皮膚科	午後	2:00～	京井	升谷 (1:30～2:30 禁煙外来 2:30～ 一般外来)	石田		西澤	
	午前	木 9:00～				牛上(9:00～)		
外科	午後	月 2:00～ 木 3:00～	竹田(2:00～)			牛上(3:00～)		
	午前	8:30～	菅谷	菅谷	菅谷	菅谷	消化器・高村(9:00～)	菅谷
整形外科	午後	2:30～	菅谷	菅谷	*(手術予定)	菅谷	(第2、3、5) 菅谷	
	午前	8:30～	土屋	土屋	土屋	土屋	土屋	土屋
眼科	午後	1:30～ 2:30～	市堰(1:30～) 土屋(2:30～)	*(手術予定)	*(手術予定)		市堰(1:30～) 土屋(2:30～)	
	午後	2:15～	山田				清水	
歯科	午前	8:30～	山下				篠島	

- 日曜、祝日、第1、第3土曜日は休診です。急患、その他やむをえない時は、この限りではありません。 *手術がない日は、診療を行います。
- 受付時間 月曜日～金曜日 午前8時15分～11時30分 午後1時～4時30分
- 土曜日(第2、4、5) 午前8時15分～11時30分
- 歯科は予約制です。

町立宝達志水病院ホームページ

<http://www.hodatsushimizu-hp.jp/>

検索