

地域と病院をむすぶネットワーク情報誌

みやのわ

83

2024.4
SPRING

特集

心臓の痛みを感じていませんか？

循環器内科 / 吉島 信宏

心臓カテーテルセンターのご紹介

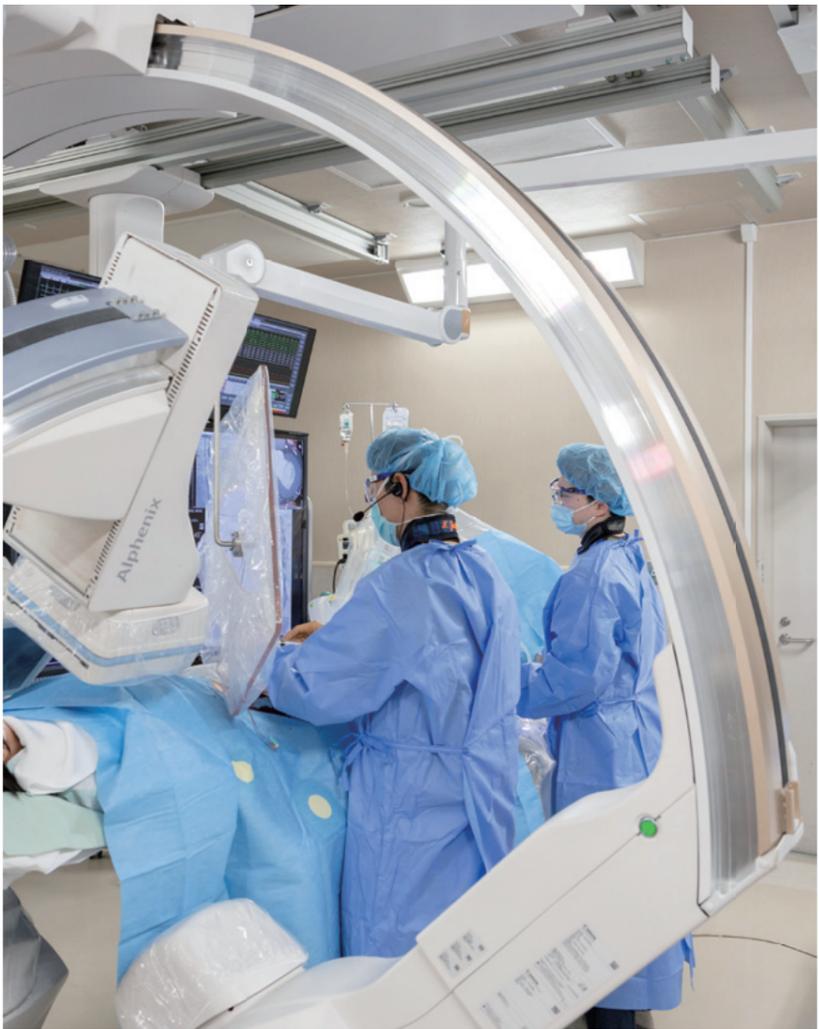
心臓カテーテルセンター長(兼)循環器内科 主任診療科長 / 下地 顕一郎



心臓カテーテルセンターのスタッフ

- リレーエッセイ 看護部長 小林 阿由美
- みやのわ情報局 能登半島地震 当院 DMAT が被災地へ出動しました 他
- Information 一般外来診療のご案内

心臓の痛みを感じていませんか？

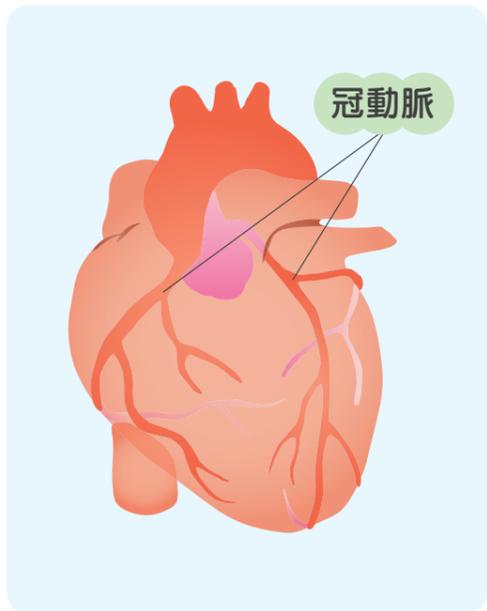


心臓カテーテルセンターでの治療の様子

心臓の痛み

「心臓の痛み」とはどのようなものか、皆さまはご存知でしょうか。典型的には「胸の真ん中あたりが」ぎゅーっと締め付けられるように「数分以上持続する」痛みと言われていますが、必ずしもそうではない場合もあります。特に痛みの場所に関しては、胸ではなく背中や肩、首、時には歯やみぞおち辺りのこともあります。このため、虫歯や胃の痛みなどと間違っと思ってしまっても少なくありません。

図1



心臓

狭心症

前述のような痛みを生じる代表的な心臓の病気に狭心症があります。心臓は心筋と呼ばれる筋肉からできており、血液を全身に送り出すポンプの働きをしています。心筋が働くためには酸素が必要ですが、心筋に酸素が運ばれる輸送ルートとしての血管を「冠動脈」と言います。冠動脈は心臓の回りを王冠のようにめぐっています(図1)。この冠動脈の動脈硬化が進んで冠動脈の中に油かす(プラーク)が生じると、冠動脈の空洞が狭くなることで血流が低下し、心筋に必要な酸素が行き渡りにくくなります(図2)。特に運動をして

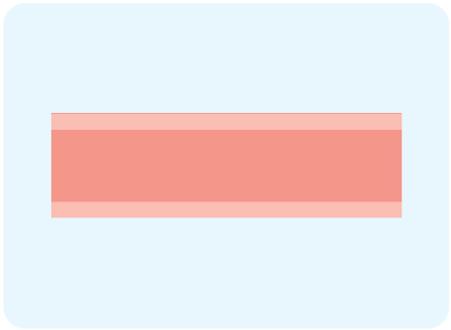
いる時は、全身の筋肉が酸素をより多く必要とします。そのためにポンプの働きをしている心筋はより働く必要があり、心筋自体も酸素をより多く必要とします。その際に冠動脈の狭い箇所がある場合は酸素が十分に運ばれず、心筋が悲鳴を上げて痛みを生じます。これが狭心症です。狭い程度によってどれくらい症状が出るかわ変わってきますが、「少ない運動で痛みが出る」「痛みの頻度が多い」ほど重症である可能性があります。大抵の場合は、安静にすることで症状は良くなります。

心筋梗塞

さらに、冠動脈の中の油かすが大きくなって破裂すると、そこに血の塊がついて詰まってしまうことがあります(図3)。詰まってしまうと冠動脈の血流がなくなり、その先の心筋に酸素が送られなくなり、心筋が壊死してしまいます。これが心筋梗塞です。狭心症と違って安静にしても痛みは改善せず持続するようになり、冷や汗や吐き気を伴うこともあります。一刻も早く血流を再開させないと命に関わります。心筋梗塞は狭心症の延長線上にある病気であり、なるべく狭心症のうちに治療を行うことが、命を守ることに繋がります。

予防が大切です！

ただ、それ以上に大事なことは、これらの根本の原因である動脈硬化をいかに防ぐかということです。加齢に伴ってどうしても動脈硬化は進んでしまうのも事実ですが、高血圧、脂質異常症、糖尿病など、いわゆる生活習慣病や、喫煙が動脈硬化を助長させてしまうことは明らかとなっています。普段の食事・運動を見直したり、禁煙を心がけたりすることが重要です。



正常

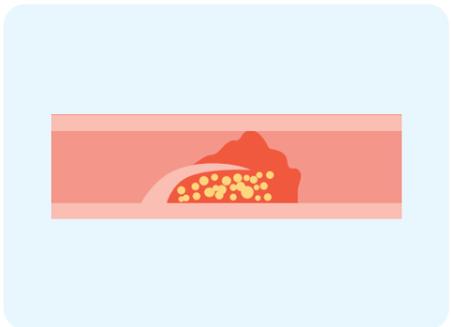
図2



油かす(プラーク)

動脈硬化による狭心症

図3



心筋梗塞

循環器内科

吉島 信宏 医師

よしま・のぶひろ
様々なカテーテル治療に取り組んでいます。患者さん一人ひとりに最善の治療を提供できるよう心がけています。



心臓カテーテルセンターのご紹介

はじめに

当院の心臓カテーテル^{※1}センターでは虚血性心疾患、下肢動脈硬化症、心臓弁膜症（経カテーテル大動脈弁置換術：TAVI）などの心臓病に対して質の高い医療を提供できる診療体制を整えており、下記にご紹介するすべての治療において、手術件数県内1位の実績^{※2}を有しています。宇都宮医療圏唯一の救命救急センターを持つ施設として、常に迅速で高度な医療が実践できるようスタッフ一同24時間体制で努力を続けています。

※1 カテーテルとは手首や足の付け根の血管から挿入して、心臓や全身の血管の検査や治療を行うための医療用チューブのことです。
 ※2 P4当院の実績参照。

“TAVI”
 については
 詳しくは
 コチラ



当センターの特徴

1. FFRct[®]を導入

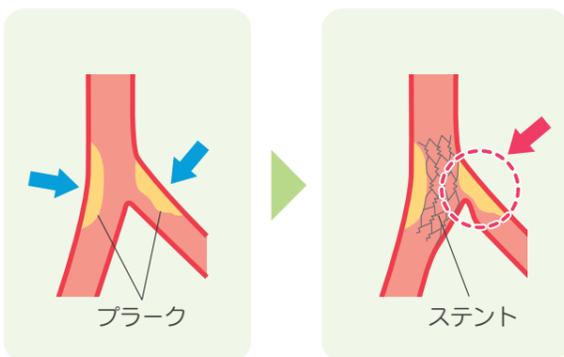
当院は、手術の必要性（適応）を吟味するための新しい心臓の検査であるFFRct[®]を栃木県で初めて導入しました（2024年現在県内で当院のみが導入）。この検査は冠動脈が狭くなつて心臓に十分な血液を供給できなくなる狭心症の疑いの方に対して行われます。本来は入院して血管に針を刺して心臓の血管まで管を通すことでやっと測定できた値を、痛みを伴わずにコンピュータによるシミュレーションで測定できる画期的な検査です。

“FFRct”
 については
 詳しくは
 コチラ

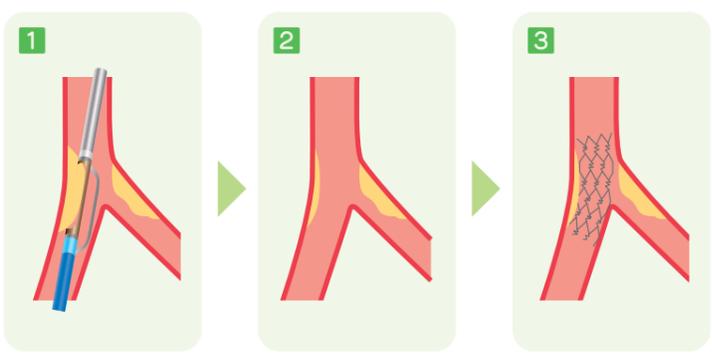


2. 難易度の高い手術が多い

1 分岐部病変
 血管の枝分かれは分岐部とよばれ、プラーク（油かす）^{※書体印}を処理せずにステントを留置すると、図のように枝分かれした血管の入口が狭くなる^{※赤矢印}ことがあります。



これを予防するべく方向性粥腫^{じやくしゆ}切除術（DCA）を行います
 1のようにDCAカッターでプラークを切削後、3のステント留置を行えば血管の広さを保てます。



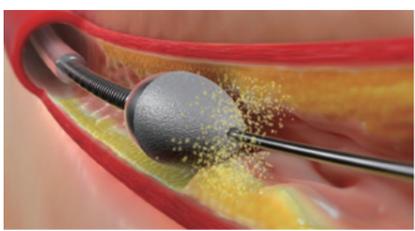
② 石灰化病変

石のように固くなってしまつて石灰化によって血管が広がらない場合があります。現在3つの治療方法があり、当院ではすべてが対応可能です。「適材適所」にこれらの道具を使い分けることが重要です。

1. 回転式冠動脈アテレクトミー、2. ダiamondバックはドリルが高速回転をすることで石灰化を薄くします。
 3. ショックウエーブはバルーンから衝撃波を照射して石灰化亀裂を入れて拡張しやすくする道具です。石灰化の容積は減らせませんが、心機能の低下などの理由でリスクが高い患者さんにも安全に施行できます。
- 合併症を防ぐために、画像所見から綿密な戦略をたてる必要があります。

③ 慢性完全閉塞性病変（CTO）

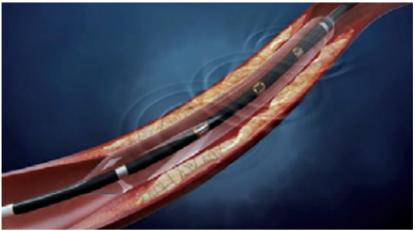
冠動脈が詰まってから長時間経ち硬くなつているためカテーテル治療が非常に困難な病変として知られています。当院では逆行性のワイヤー通過や、血管内超音波を用いてワイヤーを誘導するなど最新のテクニックを用いて90%前後の高い成功率を達成しています。



1. 回転式冠動脈アテレクトミー (rotablator)



2. ダiamondバック (OAS)

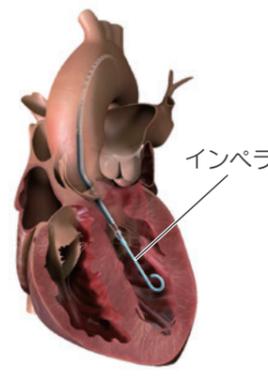


3. ショックウエーブ (IVL)

③. 心臓血管外科との密な連携がある

これらの複雑なカテーテル手術を行う際には、状態が悪くなつた際に心臓を補助する道具や、心臓血管外科のバックアップが必要不可欠です。当院では万が一、手術中に心機能が低下した際にその機能を肩代わりする「インペラ[®]」を保有しています。また、技術の高い心臓血管外科が難手術をサポートしています。このような体制から、他院で開胸手術が必要と言われた患者さんでもカテーテル治療を完遂できています。しかし、やはりカテーテル治療によるリスクが高いと判断された場合、心臓血管外科と密な連携をもって開胸手術をさせていただきま

※血液の循環を補助する超小型ポンプを内臓したカテーテル装置。



心臓カテーテルセンター長
 (兼)循環器内科 主任診療科長

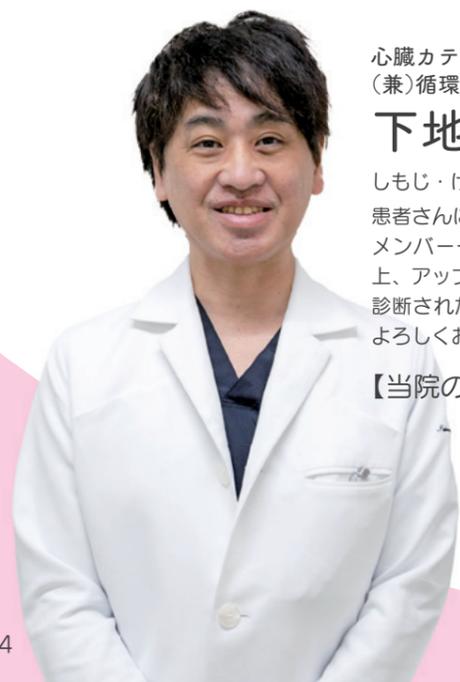
下地 顕一郎 医師

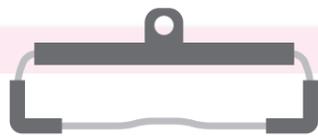
しもじ・けんいちろう
 患者さんに安全かつ最善の治療をできるようにメンバー一同日々研鑽を積んで治療技術の向上、アップデートに努めています。治療困難と診断された患者さんもお待ちしていますので、よろしくお願いたします。

- 方向性粥腫切除術(DCA)指導医(プロクター) 県内で1名
- ロータブレーター治療指導医(プロクター) 県内で3名のうちの1名
- 日本慢性完全閉塞インターベンション会議認定術者 県内で1名

【当院の実績】 2021年度の手術件数は709件と全国で28位、栃木県内で1位でした。2023年度は800件を超える手術数を見込んでいます。

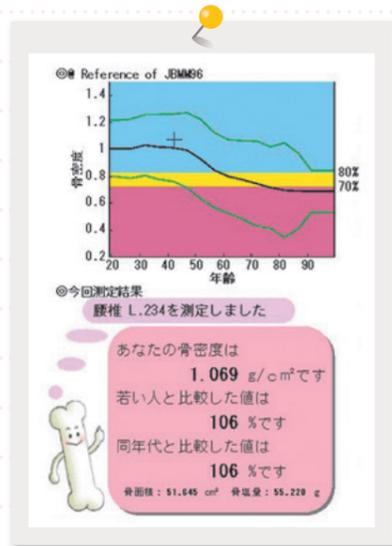
方向性冠動脈粥腫切除術(DCA)	年 38件 (2023年)	県内1位
回転式冠動脈アテレクトミー	年 104件 (2023年度)	
ダイヤモンドバック(OAS)	累積 140件 (2024年1月現在)	
ショックウエーブ(IVL)	年 32件 (2023年度)	





✓ X線骨密度測定装置とは

X線骨密度測定装置は、DXA法（Dual-energy X-ray Absorptiometry）という2種類の異なるX線（100Kvp/140Kvp）を用いて、その透過の程度の違いから「骨」と「軟部組織（筋肉や脂肪）」を見分けることで、骨密度・四肢骨格筋量・脂肪量などを測定します。撮影時間は10～20分程度で、X線による被ばくは胸部レントゲンの約1/5程度と非常に身体への負担が少ない検査です。腰椎や大腿骨付近部を撮影することが多いです。



✓ 全身体組成測定について

体組成とは、骨、脂肪、筋肉などの身体を構成する組織のことをいいます。新たに導入したHorizon Wは新たに全身体組成測定が可能となりました。任意の部位の体組成を表示することも可能です。

全身体組成測定でわかること

1. 骨塩量

骨の中に含まれるカルシウムやマグネシウムなどのミネラル成分量を計測します。

2. 脂肪量

体内に蓄積された脂肪量を計測します。

3. 除脂肪量

体重から脂肪量を引いた値です。筋肉、臓器、血液、体内の水分量を計測します。

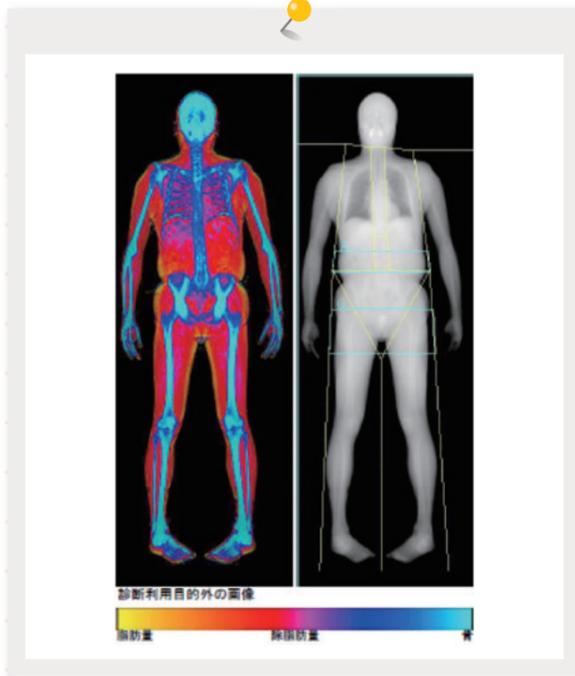
4. アンドロイド・ガインイド比

脂肪の付き方を見る指標です。脂肪がお腹に多く蓄積している場合は内臓脂肪型肥満（リング型）、お尻に多く蓄積している場合は皮下脂肪型肥満（洋ナシ型）と分類されます。

5. 骨格筋量指数

筋肉量の指標です。サルコペニア*の診断基準となります。

*加齢によって起こる全身の筋肉量減少と、それに伴う筋力・身体機能の低下のこと



Horizon W で撮影した画像



医療機器めぐり

第37回

Medical equipment

診療放射線技術科

HOLOGIC 社製
X線骨密度測定装置
Horizon W

はじめに

当院では、2023年11月に信頼性が高く、世界中で活躍するX線骨密度測定装置 Horizon Wを導入しました。この機械では、骨粗しょう症の検査が簡単・安心・高精度に行えます。X線骨密度測定装置とはどのような装置なのか、新しく備わった機能はどういったものなのかをあわせてご紹介します。

診療放射線技術科 課長代理

池田 卓義

いけだ・たかよし

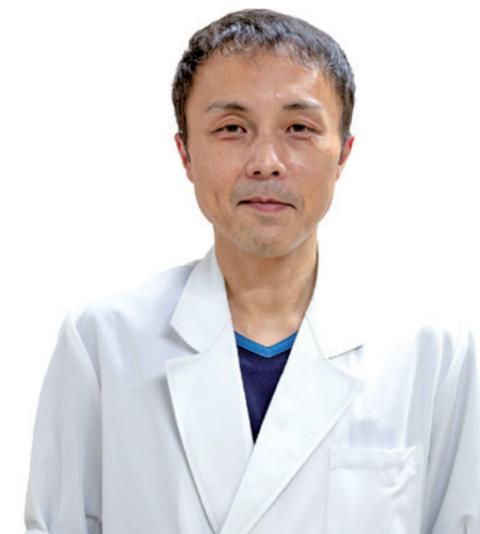
進歩した新しい技術に対応し医療機器を有効活用できるよう研鑽していきます。

骨密度とは骨の強さ（骨強度）を判定するための尺度の一つで、骨の中にカルシウムやマグネシウムなどのミネラル成分（骨塩）がどのくらいあるかを計測します。骨塩量が不足してくると骨が脆くなり骨折しやすくなります。この病気を骨粗しょう症と言います。骨粗しょう症は女性の閉経後や加齢に伴って増加し、50歳以上の女性の約25%、男性でも70歳を過ぎると少なくとも10%以上は骨粗しょう症の状態にあると考えられています。骨粗しょう症による骨折は決してまれではなく、50歳の女性がその後の人生で骨粗しょう症による骨折を起こす確率は、椎体圧迫骨折が40%、大腿骨近位部骨折が25%とされます。骨粗しょう症による骨折の頻度は、心筋梗塞、脳卒中、がんなどよりも高く、多くの女性が経験します。男性でも骨粗しょう症による骨折は珍しくなく、大腿骨近位部骨折発生数の1/5以上は男性です。



X線骨密度測定装置 Horizon W

- 当院では骨密度測定装置を1台保有しています。
- 骨塩定量測定検査は月に平均145件程度行っています。





ウォーキングの方法



!! ウォーキングのフォーム



背筋を伸ばし、胸を張り、顔は前を向く。
軽く手を握り、腕を大きく振る。
地面を蹴って足を前に出す。
つま先ではなく、かかとで着地する。



猫背である。
腕の振りが小さい。
下を向いて歩いている。

!! ウォーキングの時間

1日30分～60分程度で週に3回以上行くと良いと言われています。1回に続けて30分以上のウォーキングを行うことが難しい場合、数回に分けて合計30分のウォーキングを行う方法も良いとされています。運動の効果は半日～3日間程度持続するとされていますので定期的に行うことが大切です。

!! ウォーキングの速さ

ウォーキングは「ややきつい～楽である」と感じる速さで行うことが大切です。息切れせず、軽く汗ばみ、隣の人と話ができる速さが良いと言われています。息が切れ、話が途切れ途切れにならないようにしましょう。坂道などでは少しゆっくり歩くことを心がけましょう。

理学療法課

薬やくに立つ! くすりのあれこれ

File.39

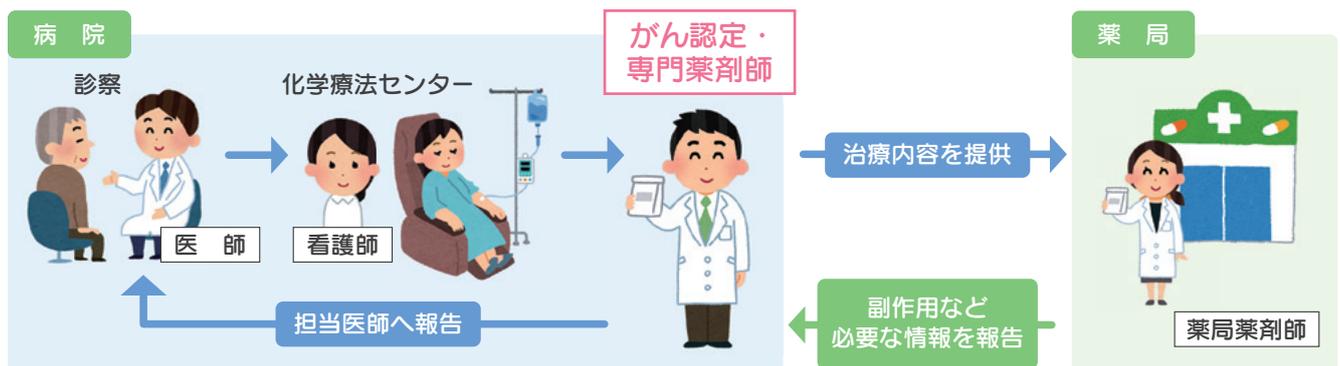
がん認定・専門薬剤師の役割

- 適切にがん化学療法が行われるように管理すること
- 副作用の評価と対策をすること

具体的には、薬の投与量やスケジュール管理、飲み合わせの確認、副作用の評価やそれに対する薬の提案などを行っています。



近年、がん化学療法において病院と薬局が連携することが重要視されています。当院では、お薬手帳シートや問診票を使用して薬局へ情報を提供しています。薬局からは、定期的に副作用報告が病院へ送られてきます。がん認定・専門薬剤師はそれらを担当医師へ報告し、適切な介入ができるよう架け橋となる役割も担っています。これにより情報が病院-薬局の間で循環する仕組みになっています。皆さまも、この情報共有の輪に加わっていただき、共により良い治療にしていきたいと思います。



薬剤部 坂口貴大



季節の素材で

医食同源

れしぴ

アスパラガスと トマトの炒め物



春が旬のアスパラガスを使ったレシピです

材料 【1人分】

アスパラガス	2本(40g)
トマト	40g
玉ねぎ	30g
ベーコン	30g
中華だし	0.2g
コショウ	少々
サラダ油	2g
粉チーズ	3g

【1人分の栄養価】

[エネルギー] 182kcal

[塩分] 0.8g

作り方

- 1 アスパラガスの硬い根元の部分を除いて食べやすい長さに切り、トマトと玉ねぎをくし型に切る。ベーコンは2cmの大きさに切る。
- 2 フライパンにサラダ油を入れてアスパラガスを炒め火が通ったら、玉ねぎ、ベーコン、トマトの順番で入れ、最後に中華だしとコショウで味付けする。
- 3 お皿に盛りつけて、上から粉チーズをふりかける。

栄養課 栄養士 あくつ 阿久津 かつとし 勝俊

Point!



野菜は個々に火の通りが違うので、炒める順番は気を付けてください。加熱による栄養素の損失を防ぐため、火の通しすぎにはご注意ください。

栄養素

アスパラガスはアスパラギン酸を多く含み、疲労回復効果が期待できます。



御地合さんの
ある日のスケジュール



- 8:30 情報収集
- 8:45 申し送り
- 9:00 ケア・処置・診療介助、退院の説明、
入院患者や手術・カテーテル患者の対応
- 12:00 昼休憩
- 13:00 処置・患者対応
- 14:00 バイタルサイン測定
- 15:00 処置・記録・診療介助、患者対応、緊急入院対応
- 17:30 退勤

看護師の仕事とは
看護師は医師の診察に基づき点滴や注射・採血など診療や治療の補助を行います。また、入院患者さんの清拭や洗髪・口腔ケアなど日常生活の補助を行います。私は、患者さんの退院後の生活状況を考えた指導や相談、家族のケアも看護師の仕事であると考えています。患者さん一人ひとり性格や生活習慣が異なるため、その方に合った指導をすることが入院前の生活に近づけるように援助していくことが大切だと考えています。

看護師の仕事とは

今号のマイスターは...



3階東病棟 看護師 御地合 萌未さん
おちあい 萌未さん



笑顔のマイスター

第41回

マイスターに Q&A

- Q. この職業を目指したきっかけはなんですか？**
A. 中学生の時に初めて身近な人が入院し、その時に対応して下さった看護師が患者本人だけでなく家族にも優しく接し、寄り添って下さったため、看護師を目指しました。
- Q. 仕事をするうえで心がけていることはなんですか？**
A. 患者さんの悩みや相談は、些細なことでも耳を傾けるよう心がけています。必要な時には先輩に相談したり、患者さんと話し合ったりしています。また、安全な入院生活を送っていただくため、日々の業務の確認を怠らないようにしています。
- Q. 今後の目標・意気込みをどうぞ。**
A. 先輩方のような知識・技術を持ち適切な行動ができる看護師になれるように日々精進していきます。
- Q. 趣味または特技は何ですか？**
A. スノーボードやサーフィン・ゴルフなどアウトドアなことが大好きです!!
- Q. 尊敬する人は誰ですか？**
A. 同じ部署の先輩方
- Q. 気分転換したい時はどうしていますか？**
A. 自然豊かなところに出かける。たくさん寝てデトックスする!
- Q. 自分の性格を一言で表すと？**
A. ポジティブ



いつも元気に笑顔で働くヒミツを教えてもらうべく、笑顔の「匠」の素顔に迫るコーナーです!

ここでは、日々の業務や職種についても詳しくご紹介いたします。

Group photo

3階東病棟の皆さんと
(下段左から2番目が御地合さん)



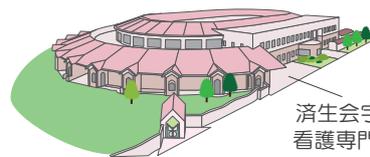


済生会宇都宮病院看護専門学校

ともに看護師を目指しませんか？

学校紹介

本校は、済生会宇都宮病院看護専門学校として、平成10年4月に発足した3年課程(全日制)の看護教育機関です。昭和27年の准看護師養成に始まり、昭和52年の進学課程への移行を経て、現在に至っています。



済生会宇都宮病院看護専門学校

教育理念

済生会設立の理念である「済生」の精神に基づき、看護を志す人が、人間尊重、生命の尊厳に価値をおき、社会人として調和のとれた人間形成を追求し、看護の実践者として成長することを目指しています。



学校の魅力



なりたい自分がいる。
だから頑張れる、
夢中になれる。

1 徹底した技術力の育成

看護の実践者の育成を目指し、看護技術の習得に力を入れています。済生会宇都宮病院に勤務する専門性の高い医師や看護師を講師とする授業が受けられます。



2 少人数制のきめ細かい指導体制

1学年約40名であり、学生と講師との関わりが深く、個別指導に力を入れています。学生主体の授業が多く、一人ひとりの意見や考えが尊重されます。



3 恵まれた実習環境

隣接する済生会宇都宮病院での実習となり、急性期から終末期看護まで幅広く学べます。実習中でも通学時間の変化がなく、昼休みや放課後に学校の図書館などで学習できます。



4 他学年・他校との積極的な交流

他学年との交流が多く、上級生から看護や学校生活に関する情報を幅広く学べます。また、全国の済生会看護学校と合同の研究発表会などがあり、他校との交流が図れます。



私たちと一緒に楽しく学びましょう！

2024年3月より
HP&パンフレット
リニューアル！



◀HP



ぜひご覧ください！
◀パンフレット



アクセス・お問い合わせ

住所

〒321-0974
栃木県宇都宮市竹林町945-1

電話

TEL 028-626-5533
FAX 028-626-5782

❀ 学校見学・説明随時受付中！お気軽にご連絡ください。❀

みやのわ 情報局

1月

能登半島地震 当院 DMAT が被災地支援へ出動しました

元日に最大震度7を観測し、甚大な被害を出した能登半島地震。その被災地支援のため、医師、看護師、調整員で構成されたDMAT(災害派遣医療チーム)が栃木県からの派遣要請を受けて出動しました。当院は、1月5日からの4日間、1月31日からの6日間(移動日を含む)の2回出動し、石川県庁や県内の総合病院などを拠点に、被災状況の把握・共有や支援物資の輸送、被災病院での資材整備まで、多岐に渡る災害支援活動を行いました。



1回目派遣時のDMAT



2回目派遣時のDMAT

2月

「うつのみやSDGs アワード 2023」にて サステナブル賞を受賞



宇都宮市SDGs人づくりプラットフォーム運営本部事務局が主催する「うつのみやSDGsアワード2023」にて、当院がサステナブル賞を受賞しました。「うつのみやSDGsアワード2023」は、市内事業者のSDGs達成に向けた積極的な取り組みを表彰し、SDGsの実践促進を図ることを目的に開催されました。当院においては、～地域に根ざした生活困窮者支援事業「なでしこプラン」誰一人取り残さない”理念と共に～と題した、ソーシャルインクルージョンに基づくまちづくりの事例を評価いただきました。今後も一人ひとりの状況に合わせたきめ細かな対応を心がけ、地域共生社会実現の一翼を担っていきたくと考えています。



院長と
医療ソーシャルワーカーの皆さん

3月

耳鼻咽喉科・新田清一医師が 「耳の日」に講演

3月3日、「耳の日」にちなんで、栃木県と日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会栃木県地方部会が主催の「難聴をあきらめない～補聴器による脳のトレーニングできこえを取り戻す!～」と題した講演会が当院で開催され、耳鼻咽喉科・新田清一医師が加齢性難聴に関する講演を行いました。当日は福田富一栃木県知事にも会場にお越しいただき、来場者約250名に対し、難聴とフレイル・認知症との関係、難聴が起こるメカニズム、当院で実施する「宇都宮方式聴覚リハビリテーション」、補聴器の基礎知識について分かりやすくお話ししました。



伊藤真人氏(自治医科大学耳鼻咽喉科教授)
新田清一氏(当院耳鼻咽喉科主任診療科長)
福田富一氏(栃木県知事)
篠崎浩治氏(当院副院長) ※写真左から

当誌「みやのわ」へのご意見・ご感想をお聞かせください

済生会宇都宮病院 経営支援課
〒321-0974 宇都宮市竹林町911-1
✉ miyanowa@saimiya.com



▶ 当院ホームページでバックナンバーをご覧くださいませ。

トップページ > 病院について > 広報

当院の直近3カ月の診療実績

	令和5年12月	令和6年1月	令和6年2月
延外来患者数	30,975人	28,835人	29,581人
実入院患者数	1,342人	1,376人	1,331人
平均在院日数	11.7日	12.6日	11.8日
救命救急センター患者数	1,376人	1,319人	1,334人
救急車台数	882台	833台	670台
手術件数	588件	588件	605件

一般外来診療のご案内

受付時間 8:30 ~ 11:00
(一部、受付時間が異なる診療科がございます)

※当院を初診で受診する際は、まず、かかりつけ医に受診し、専門的な治療や検査または入院などが必要とされた場合に、紹介状を持参していただきますようお願いいたします。初診時に紹介状がない場合には、**選定療養費7,700円(税込)**をお支払いいただくこととなりますので、ご理解のほどお願いいたします。

オンライン資格確認に関するお知らせ

当院では**保険証・マイナンバーカードどちらの確認でも、窓口負担は同一料金**です。

※医療情報・システム基盤整備体制充実加算を算定していないため。

なお、当院では総合受付①(初診窓口)及び救急受付(西口)にオンライン資格確認の端末を設置しています。ご利用の際は受付スタッフにお声かけください。



私たちの寿命は延び続けており「人生100年時代」が現実のものになろうとしています。しかし、平均寿命が延びたとしても全員が健やかに生活しているとは限りません。日本では、WHOの提唱する「健康寿命(健康上問題なく生活できる期間)」と「平均寿命」に大きな差があることが指摘されています。厚生労働省によると、2021年の健康寿命は男性72.6歳、女性75.5歳。平均寿命と健康寿命の差は男性で9.4年、女性12.24年となっています。(令和2年簡易生命表の概況厚生労働省)つまり、何らかの健康トラブルで日常生活に制限のある期間が約9年〜12年もあるわけです。

リレーエッセイ

看護部長
小林 阿由美

生活習慣病を予防して健康寿命の延伸をめざそう!!

ゴールデンウィーク・創立記念休日
一般外来休診日のご案内

当院の休診日は第2土曜・日曜・祝日・創立記念休日・年末年始となっております。

一般外来休診日

- ゴールデンウィーク期間の祝日
- 創立記念休日(6月第2月曜)
- ※今年は**6月10日**です。

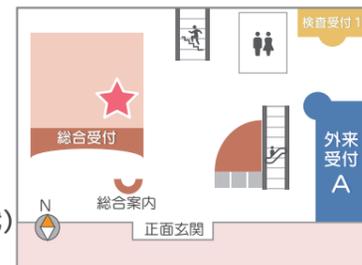
なお、救急の場合は救命救急センターにて承っております。その際、お電話でご相談いただきから来院されますようお願いいたします。

がん相談支援センター
医療相談・看護相談室のご案内

がんの診断を受けた患者さんやそのご家族に対し、専門のスタッフ(専門・認定看護師、医療ソーシャルワーカー)がサポートいたします。「がんと言われて辛い...」「こんな時どうしたらいいの...」「今後のことを考えたい...」「誰かに聞いてもらいたい...」こういった不安やお困りのことがありましたら、どうぞお立ち寄りください。

▶ 当院は、「地域がん診療連携拠点病院」です。電話と面談による相談をお受けしております。

☎ 028-626-5500(代)
【内線】3245



栃木県からのお知らせ
救急電話相談のご案内

子どもの救急電話相談(概ね15歳未満の方)

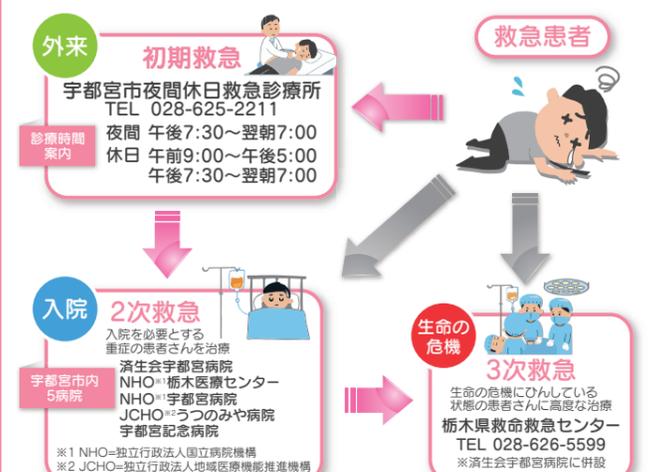
☎ 028-600-0099 局番なしの #8000
月~土 午後6:00 ~ 翌朝8:00
日祝日 午前8:00 ~ 翌朝8:00(24時間)

大人の救急電話相談(概ね15歳以上の方)

☎ 028-623-3344 局番なしの #7111
月~金 午後6:00 ~ 午後10:00
土日祝 午後4:00 ~ 午後10:00

急な病気やケガなどで心配な時にご利用ください。経験豊富な看護師が家庭での対処法や、救急医療の受診の目安などをアドバイスします。

栃木県からのお知らせ
救急医療体制のお知らせ



健康長寿を短縮させる最大の要因は生活習慣病(高血圧、糖尿病、心疾患など)で、多くは生活習慣に起因しています。加齢に伴う筋肉量の低下は、転倒などの危険、血糖値の上昇、免疫力低下などにつながり、病気にかなりやすくなります。私は50代を迎えて、日々の生活習慣を見直したいと思い、昨年5月から有酸素運動と筋肉トレーニングを主体とするジムに通い始めました。運動習慣がない自分が継続して通えるのかと実際にやってみると楽しく、爽快感を味わうことができている。生活習慣病は、体を動かす習慣やバランスの取れた食事、睡眠など、日々の生活習慣を見直すことで予防・改善することができます。是非みなさんも健康な生活習慣を身につけて、健康寿命をのばしてみませんか?

ちよこっとメモ

スズラン

スズランは春に花を咲かせる植物で、4月から5月にかけて開花することからヨーロッパでは春の訪れの象徴とされています。フランスでは5月1日、メーデー(労働者の祭典)として祝祭日となっております。もう一つ、この日に行われる伝統的な習慣があります。それは日頃お世話になっている人(家族や恋人、友人など)へスズランを贈ること。言い伝えによれば、贈られた人には幸せが訪れるとされています。スズランの花言葉は「再び幸せが訪れる」・「純粋」・「純潔」。幸せのシンボルとしても名高いスズランを大切な方へ贈ってみてはいかがでしょうか。健康と幸福が皆さまに訪れることを心よりお祈りしています。

編集後記

みやのわ
編集スタッフのわ

元日に発生した能登半島地震により、被害を受けた方々に心よりお見舞い申し上げます。また、一日も早い被災地の復興、復興をお祈りいたします。今夏、パリで行われるオリンピック・パラリンピックにも期待が高まっています。オリンピックは世界中の人々が一堂に会し、困難を乗り越える力と結束を示す素晴らしい機会です。東京2020大会では、「コロナ禍で延期・無観客開催となりましたが、多くの感動も生まれました。今大会もアシストの力強いパフォーマンスが、被災地の方々の「心の復興」につながることを切に願っています。できる範囲の支援を続けていけたらと思います。最後に、みやのわ香りを、ご覧いただきありがとうございます。皆さまに笑顔になっていただける広報誌を目指して取り組んでまいりますので、今後よろしくお願い申し上げます。



健診センターからお知らせ

Pick up!! >> 年に1度は人間ドックを受けましょう!

日帰りドック

忙しい方に、精密かつ迅速な検査!

充実したオプション検査 昼食付

男性 46,200 円 (税込)

女性 49,500 円 (税込)

1泊ドック

ゆっくり検査を受けたい方に!

提携宿泊施設：ホテル東日本宇都宮

夕食(和・洋・中から選択)と2日目の昼食付

男女共通 68,200 円 (税込)

専門ドック

気になる病気について
詳しく検査を受けたい方に!

・PET/CTドック 111,650円(税込)

・がんドック 57,200円(税込)

・脳ドック 55,000円(税込)

・レディースドック 20,900円(税込)

お問い合わせ・ご予約

🕒 月～金
13:00～17:00

☎ 028-643-4441

📄 検査項目、オプション
検査など詳しくは
ホームページを
ご覧ください。



理念

思いやりのある 安全で質の高い医療を提供し 地域社会に貢献します

基本方針

1. 患者中心の医療

患者さんの権利を尊重し、満足度の高い医療を提供します。

2. 医療の質・安全

安全で質の高い医療を提供し、信頼される病院を目指します。

3. 地域貢献

地域医療福祉機関との連携、予防医学の推進により、地域社会へ貢献します。

4. 救急・急性期・高度医療

地域基幹病院として救急・急性期・高度医療を提供します。

5. 職場環境

働きがいを感じることができる職場環境をつくります。

6. チーム医療

職種間連携を強化し、チーム医療を推進します。

7. 人材育成

地域医療のリーダーシップを担う人材を育成します。

8. 健全経営

医療資源を最大に活用し、健全な病院経営に努めます。



社会福祉法人 Saiseikai Utsunomiya Hospital

恩賜財団 済生会宇都宮病院



www.saimiya.com/



日本医療機能評価機構

当院は日本医療機能
評価機構認定病院です