

TAKE FREE
ご自由にお持ち
帰りください

地域と病院をむすぶネットワーク情報誌



No.30
2011.1
WINTER



特集
知ってる？ 子宮頸がんのこと

01

- 子宮頸がんの細胞診検査
- 子宮頸がんの放射線治療
- 子宮頸がんをワクチンで予防しよう

リレーインタビュー 笑顔のマイ★スター 09

健康のためのワンポイント 効果的に歩くために… 10

当院からのお知らせ 電子カルテシステムが導入されました 11

ご意見・アンケート 待ち時間について 12

リレーエッセイ 院長 中澤 堅次 13

Information

今さらながら…
はじめまして！
みやのわ編集委員です。

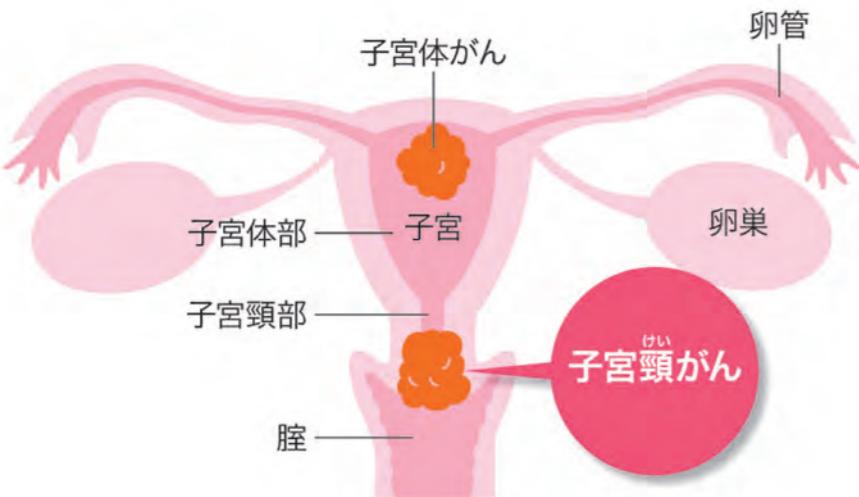
装いも新たに、今年も
「みやのわ」スタートです。
より一層、皆様のお役に立てる
情報誌を目指して、
これからも頑張ります。



知ってる?

子宮頸がんのこと

子宮頸がんは「予防できる」がんです



子宮頸がん		子宮体がん
患者の典型例	 •30代が発症のピーク	 •50代で肥満体型
リスクファクター(原因)	•発がん性のヒトパピローマウイルス(HPV)感染	•肥満、高血圧、糖尿病 •未経産婦(未婚・既婚にかかわらず) •エストロゲン製剤の長期使用など
初発症状	ほとんどなし	不正性器出血

子宮頸がんは初期の段階においては無症状であることが多いのです。進行していくと不正性器出血、性交後出血、おりもの(帶下)の異常、下腹部や腰の痛みなどが出現してきます。このため、症状がない段階での検査が重要になります。

子宮頸がんの検査

子宮頸がんは定期的な検診を受けることにより、がんになる前の状態(前がん病変)を発見することができ、がんになる前に治療が可能な病気です。検査は細胞診と内診が行われています。

細胞診にて精密検査が必要と診断された場合には、婦人科にてコルポスコピー診(腔拡大鏡診)で子宮腔部の状態をさらに詳しく観察したり、コルポスコ



子宮がんとは

子宮には入口付近の「子宮頸部」と、赤ちゃんが育つ部分である「子宮体部」と2つの部位があります。前者にできるがんは「子宮頸がん」、後者にできるがんは「子宮体がん」といいます。この2種類のがんは同じ子宮がんでも、原因や発症やすい年齢・特徴・治療法が異なります。

子宮頸がんは性交経験のある女性であれば誰でもなる可能性がある病気です。日本人全体では年間約15000人が発症し、

子宮頸がんの特徴

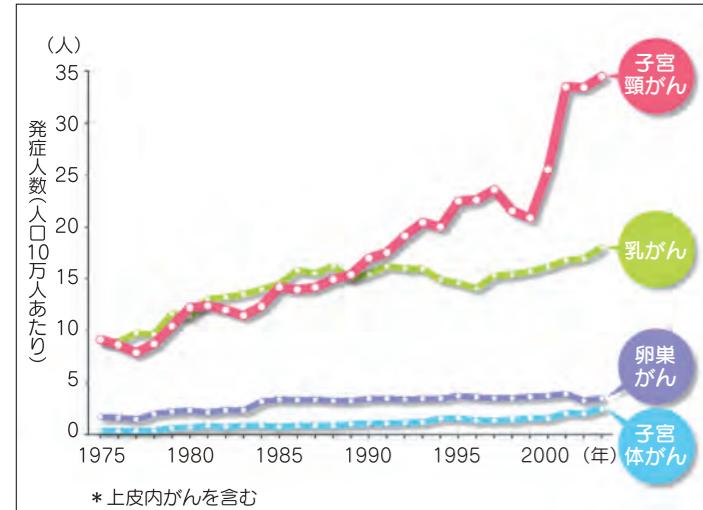
子宮頸がんは性交経験のある女性であれば誰でもなる可能性があります。日本人全体では年間約15000人が発症し、

約3500人が死亡します。近年では若い女性の発症率が増加傾向にあり、20～39歳の女性においては、発症するすべてのがんの中で第1位となっています。子宮頸がんの主な原因是ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染であることが明らかになっています。HPVは性交渉によって感染し、全女性の約80%が生涯のうちに一度は感染するといわれてますが、感染をおこしてもほとんどは自然に排除されます。しかし感染が持続した場合の「くわづか」(約0.15%)に子宮頸がんを発症するのです。

※細胞診…内診台にあがり腔鏡にて子宮頸部の状態を観察したら組織を採取(組織診断)し、詳しい診断が行われます。

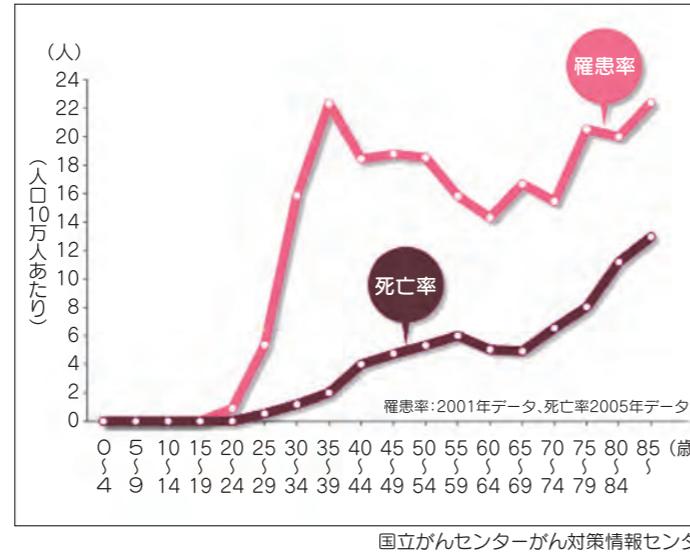
ピー診で異常のみられた部分から組織を採取(組織診断)し、後で、綿棒や柔らかいブラシなどを用いて子宮頸部の粘膜をこすり細胞を採取します。検査後、少量の出血があることがあります。ですが、検査自体の痛みはほとんどありません。細胞診は自治体で実施している住民検診や職場の健康診断、人間ドックなどで行うことができます。

図：日本における20～39歳の女性10万人当たりの各種がんの発症率推移

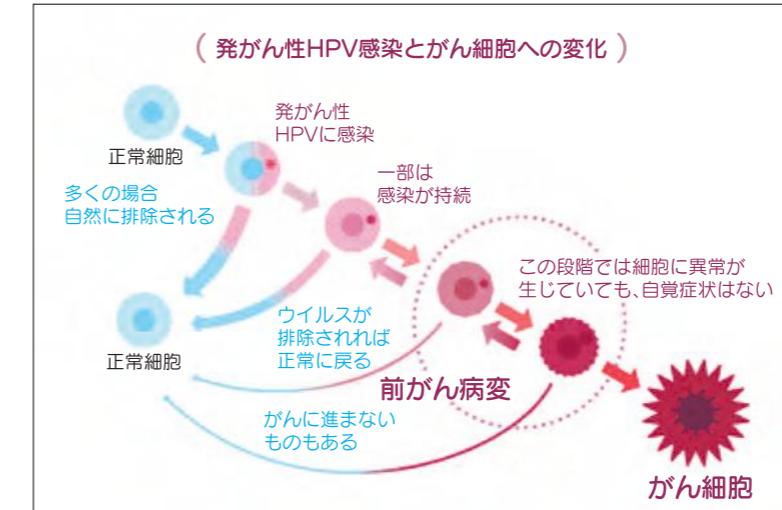


国立がんセンターがん対策情報センター、人口動態統計(厚生労働大臣官房統計情報部)

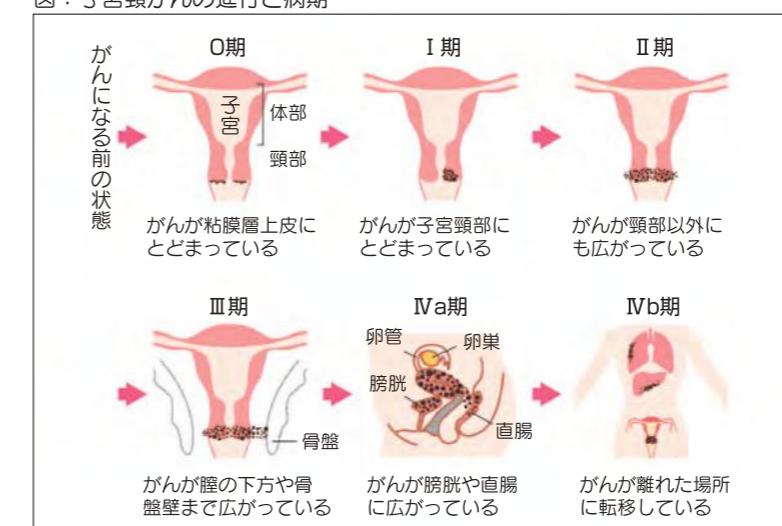
図：子宮頸がんの罹患率と死亡率(日本人女性)



図：子宮頸がんになるまで

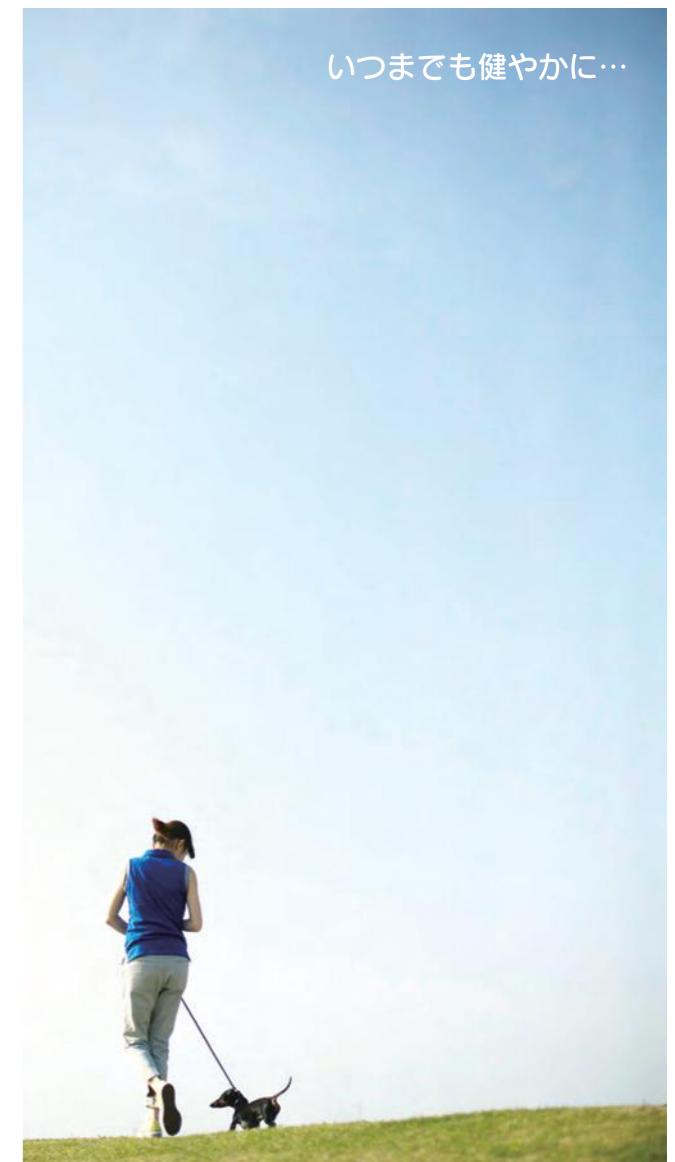


図：子宮頸がんの進行と病期



FIGO分類を基に作図
出典：子宮頸癌ガイドライン、2007より
※細胞診検査の基準とは異なります。

いつまでも健やかに…



子宮頸がんの治療

子宮頸がんの治療には主に手術療法、放射線療法、化学療法（抗がん剤）があり、がんの進行具合や年齢、合併症の有無などを考慮して治療法が決定されます。進行期にはがん細胞が子宮粘膜にとどまっている〇期の臓器や他の臓器にまで転移があるⅣ期まで段階によって分類されています。〇期またはⅠa期までのいくつ初期のがんでは、子宮頸部の一部を切り取る手術（円錐切除術）を行います。円錐切除術は子宮頸部をレーザーや高周波メス等で円錐状に切り取る手術であり、子宮を摘出しないため、術後に妊娠・出産ができることがあります。ただし、円錐切除術で切り取った組織を詳しく検査した結果、進行した子宮頸がんであることが分かる場合があり、子宮摘出などの治療が追加されることができます。がんが子宮頸部の上皮を超えて広がっている

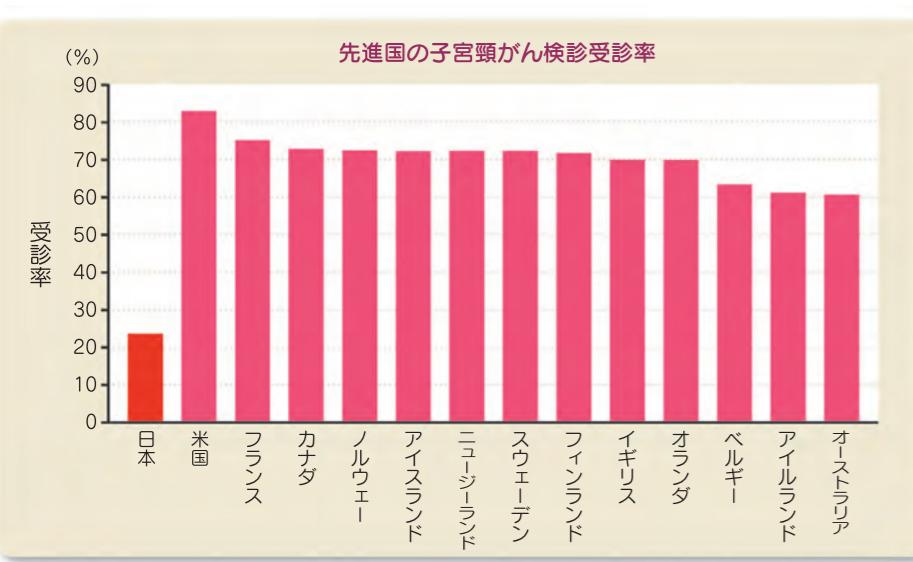
1期までのいくつ初期のがんでは、子宮頸部の一部を切り取る手術（円錐切除術）を行います。円錐切除術は子宮頸部をレーザーや高周波メス等で円錐状に切り取る手術であり、子宮を摘出しないため、術後に妊娠・出産ができることがあります。ただし、円錐切除術で切り取った組織を詳しく検査した結果、進行した子宮頸がんであることが分かる場合があり、子宮摘出などの治療が追加されることもあります。がんが子宮頸部の上皮を超えて広がっている

場合には、原則子宮の摘出術が行われ、Ⅰb期以降では広汎

子宮全摘術（子宮と周囲のリンパ節の摘出）が行われます。また患者さまの状態によって放射線治療や化学療法、化学放射線同時併用療法などが行われます。

子宮頸がんの予防

子宮頸がんの予防として現在原因ウイルスであるHPVのうち特に原因として多いとされて16型・18型の感染を防ぐワクチンが2009年に日本でも承認され、接種できるようになりました。ワクチンの接種によりわたりて感染することができる。しかし、このワクチンはすでに感染しているHPVを排除したり、子宮頸部の前がん病変やがん自体を治す効果はありません。



OECD(経済協力開発機構)Health Working Paper No.29,2007より改変



また、すべての子宮頸がんを起こす可能性のあるHPVの感染を防ぐことはできません。子宮頸がんの予防にはワクチンの接種だけではなく、やはり定期的な検診を受けることによって早期発見、早期治療を行うことが大切です。

婦人科の検診や受診は「恥ずかしいから行きたくない」「症状がないから大丈夫」などと考

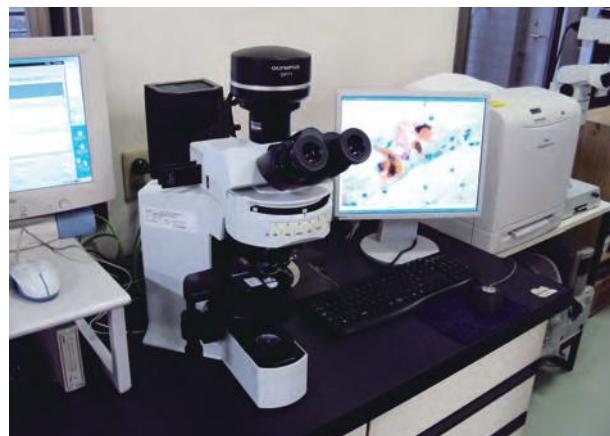
えて、ついついおっくづになってしまいがちです。事実、日本の子宮頸がん検診の受診率は全体で約20%であり、他の先進諸国と比べると非常に低いのが現状です。しかし、子宮頸がんは予防や早期発見・治療により高い確率で完治することが可能になります。みなさん、症状がなくても定期的な検査を是非受け

てください。

知ってる？

子宮頸部の細胞診検査

細胞診検査は細胞の形を観察して、がんの種類や進行具合をることができます。採取された細胞は、細胞検査士の認定資格を持つ臨床検査技師が顕微鏡を用いて細胞を一つずつ調べます。そして病理専門医資格と細胞診専門医の資格を持つ医師が確認して、最終診断を下します。



細胞診検査では、患者さまより採取した細胞を、顕微鏡を用いて観察します。正常細胞→異形成→上皮内がん→悪性腫瘍（扁平上皮がんなど）という順序を経て悪性細胞が出現しますが、それまでの過程で細胞の様相が違ってきます。その違いを顕微

細胞診検査とはどんな検査？

子宮頸部の細胞診検査は、腫瘍細胞が正常細胞に比べて結合性が弱く、はがれやすいことを利用した検査法です。患者さまに苦痛を与えることが少なく、壁側から容易に細胞が採取でき、繰り返し検査を行うことが可能であるため、検診で広く用いられています。

無症状時の検診で異常細胞をみつけることができるため、悪性腫瘍の早期発見が可能です。この他に、ホルモン状態の変化の観察、種々の炎症性疾患（トリコモナス、ヘルペス、真菌感染症など）の診断にも用いられます。

鏡で細かく観察して病変の状態を推定していきます。

細胞診結果の表記について

現在の日本では、多くの施設で日本分類※やベセスダ・システムを用いて結果を報告書に記載しています。

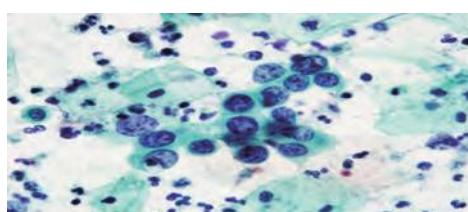
済生会宇都宮病院では現在のところ日本分類を用い、病変に応じてクラスI～Vまでの表記をしています。

表を参照してください。

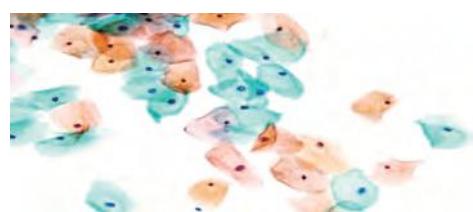
※日本分類：日本母性保護医協会分類の略

日母分類による結果の表記

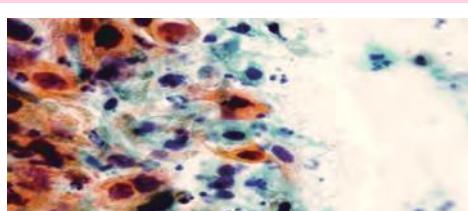
クラス	病変
クラスI・II	正常細胞
クラスIIIa・IIIb	異型性
クラスIV	上皮内がん
クラスV	悪性腫瘍



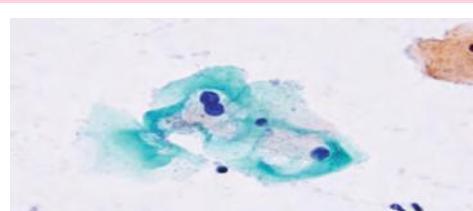
上皮内がん



正常細胞



悪性腫瘍（扁平上皮がん）



異形成（ヒトパピローマウィルス感染細胞）

顕微鏡の中をのぞいてみよう



※細胞は見やすいうように色をつけてあります。

知ってる？

子宮頸がんのこと



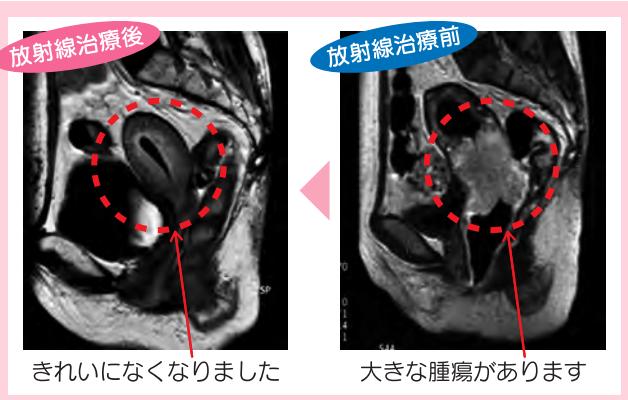
がんに対する治療は手術だけではありません。

放射線をがんに照射し、徐々に小さくしていく
放射線治療という選択肢もあります。当院では
放射線治療の専門医と診療放射線技師が、治療
をサポートしています。

放射線治療でがんは治るの？

子宮頸がんは放射線治療が効果的ながんです。

放射線が効きやすい細胞が多く、また腔内照射といふ治療法により、他のがんよりもたくさん放射線をかけられる場合が多いのです。放射線治療で根治が可能ながんであるといえます。



多くの場合は体の外から放射線をあてる外照射と、腫からアブリ

子宮頸がんの放射線治療は
どのように行われるの？

日本では7割くらいが手術ですが、
欧米では逆に8割が手術ではなく
放射線治療を受けています。病期
の進み具合や持病によりどちらが
良いかの判断は分かれます。自分
の場合はどちらがよいか、担当医
の説明を聞きよく相談しましょう。

手術と放射線治療では
どちらがいいの？

ケーターという装置を入れ、子宮の中から放射線をあてる腔内照射の組合せで行われます。外照射は1回10分くらいの治療を毎日、約5週間行います。その後半に腔内照射を週に1～2回、合計3～5回ほど行います。腔内照射の行える装置は、栃木県では自治医科大学とがんセンターにしかありません。当院ではこれら病院と連携して治療を行っています。最近はより治療効果を高めるため、抗がん剤と放射線治療を同時に使うことも増えています。



診療部放射線科 柴山 千秋 医師
医学博士

日本医学放射線学会専門医
日本放射線腫瘍学会認定医
日本がん治療認定機構がん治療認定医
日本がん治療認定機構がん治療暫定教育医

知ってる？

子宮頸がんのこと

2009年に子宮頸がんのワクチンとして認可された「サーバリックス」について、どんなワクチンなのかQ&A形式でご紹介します。



今までに報告されているワクチンによる副反応

副反応の頻度	症状
頻度 10% 以上	かゆみ、注射した部分の赤み・腫れ・痛み、筋肉痛、頭痛、関節痛
頻度 1 ~ 10% 未満	発疹、じんましん、注射部分のしこり、めまい、発熱、風邪様症状
頻度 0.1 ~ 1% 未満	注射部分のピリピリ感・ムズムズ感
頻度不明	失神、息苦しさ、動悸

*重い副反応としてアナフィラキシー様症状（重度のむくみ、じんましん、呼吸困難）が起きることがあります。アナフィラキシー様症状が現れた場合は、すぐに医療機関を受診してください。

A・どんな副作用があるのか？
一般的なワクチン同様、注射した部分、または全身的に副反応と呼ばれる症状が現れることがあります。通常は数日程度で治りますが、特に気にはる症状がある場合は医師にご相談ください。

Q・どんな副作用があるのか？

- A・ワクチンのせいにHPVに感染するのではないか？**
現在のところ不妊の報告は無いようです。噂の出所は不明ですが、ワクチンに含まれるアジュバント（免疫增强剤）が不妊の噂を引き起こしている可能性があります。というのも、一部のアジュバントが動物の避妊目的で使用されているためです。ただし、アジュバントには多くの種類が存在し、サーバリックスに含まれるアジュバントはこれらアジュバントとは全く異なるものです。
- Q・接種後は避妊した方が良いですか？**
歴史の浅いワクチンであり、胎児への安全性が確立していないため、最終接種後半年間は避妊が勧められています。

A・予防できるのですか？
子宮頸がんは、発がん性ヒトパピローマウイルス（HPV）に繰り返し感染する」とで引き起こされることが分かっています。そのため、ウイルスを排除できる体质を整えるため、ワクチンの接種が勧められています。

A・HPVで全ての子宮頸がんを予防できるのですか？
16型と18型の2種類のHPVだけに

Q・なぜ「がん」をワクチンで予防できるのですか？

2009年に子宮頸がんのワクチンとして認可された「サーバリックス」について、どんなワクチンなのかQ&A形式でご紹介します。

以上、子宮頸がんワクチン「サーバリックス」についてご紹
介しました。



参考文献
・グラクソ・スミスクライン株式会社
・自分で守ろう。自分のからだ。
・子宮頸がんとサーバリックスについて
・サーバリックスを接種された方へ
・ホームページしきゅうのお知らせひろばのお知らせ

なります。HPVには100種類以上の型があると言われており、その中の約15種類を発がん性HPVと呼びます。ただし、子宮頸がんを発症している20～30代の女性の約70～80%から16型と18型のHPVが見つかっています。そのため、この2つのウイルスに対するワクチンを接種することで、子宮頸がんの多くを予防できるとして勧められています。

A・HPVに感染してから、がんを発症するまでには数年から十数年かかる」と考えられています。子宮頸がんは20代の年齢から急増するため、その数年から十数年前と云ふことで10歳からの接種が可能となりました。

A・HPVに感染してから、がんを発症するまでには数年から十数年かかる」と考えられています。子宮頸がんは20代の年齢から急増するため、その数年から十数年前と云ふことで10歳からの接種が可能となりました。

A・最初の接種に続き、1か月後、6か月後の計3回接種することで十分な抗体価（免疫力）が得られ、効果は約6年続くことが確認されています。しかし、どの程度まで長期に免疫力が維持されるかは現時点では明らかになります。

Q・1回接種すれば、もう大丈夫？



笑顔のマイ★スター



『いつも笑顔で元気に働くのには何か秘密があるはず!』そう思って、笑顔の「匠」たちにそのヒミツをこつそり教えてもらっちゃいます♪

今回のマイ★スター

8階西病棟

渥美
真樹さん

根本佳保理さん



記録の整備やパソコンへの入力も大切な業務です。隣にいた平岩先生も手を止めて一緒に写ってくれました。

- Q・患者さまとの関わりの中で嬉しかったこと、心に残った出来事はありますか？
- A・患者さんの「ありがとうございます」と「助かりました」など、何気ない一言一言が嬉しく思います。又、退院後、元気な姿を見せに来てくれた時嬉しいです。心に残っている出来事は、長期入院している患者さんが退院が決まった時に涙を流して喜んでいた時、私も一緒に泣いて喜んだことです。退院が決まった時の患者さんの喜ぶ姿は私にとって日々頑張つていく力になります。
- Q・自分の勤務している病棟（部署）のいいところは、どんなところですか？

- A・時間の空いている時はジムに通っています。一人で走っているより、最近はジムで皆で踊っているのが楽しいです。
- Q・気分転換したい時はどうしていますか？
- A・買い物しています。
- Q・今後の目標は？
- A・私はいつも何気なく諸先輩方に助けてもらつことが多いので、今後は、周囲に目を向けサポートできるよう日々頑張つていきたいと思います。又、患者さんより信頼されるよう、知識や技術はもちろんですが、人間性も育つといけるよう、日々頑張りたいです。



- Q・入職して何年目ですか？
- A・3年目です。
- Q・患者さまとの関わりの中で嬉しかったこと、心に残った出来事はありますか？
- A・日々忙しい業務の中でも「ありがとうございます」と感謝の言葉を頂く時が一番嬉しいし、頑張ろうと思います。また、1年目の時に3ヶ月近く入院されていた患者さんを受け持っていました。一時期状態が悪くなり、新人ではなかなか経験できない処置を多く経験し、学びを得られました。そんな患者さんも元気に退院し、外来で来院した際、病棟へ来て元気な姿を見せて頂ける事がと



点滴や注射はダブルチェックが基本です。先輩とリストを見ながら準備をしています。(写真左が根本さん)

- Q・気分転換したい時はどうしていますか？
- A・おいしい物を食べたり、出掛けたりします。
- Q・今後の目標は？
- A・今年で3年目となり、日々の業務に慣れてはきましたが、8階西病棟は婦人科だけでなく様々な病気の方が入院されるため、まだまだ知識不足な点もあります。自己のスキルアップのため日々学習を行いながら、患者様の事を一番に考えた看護を行い、苦痛や不安などを少しでも軽減できるように関わり頑張りたいと思います。



ても嬉しい思います。

- Q・休日はどのように過ごしますか？

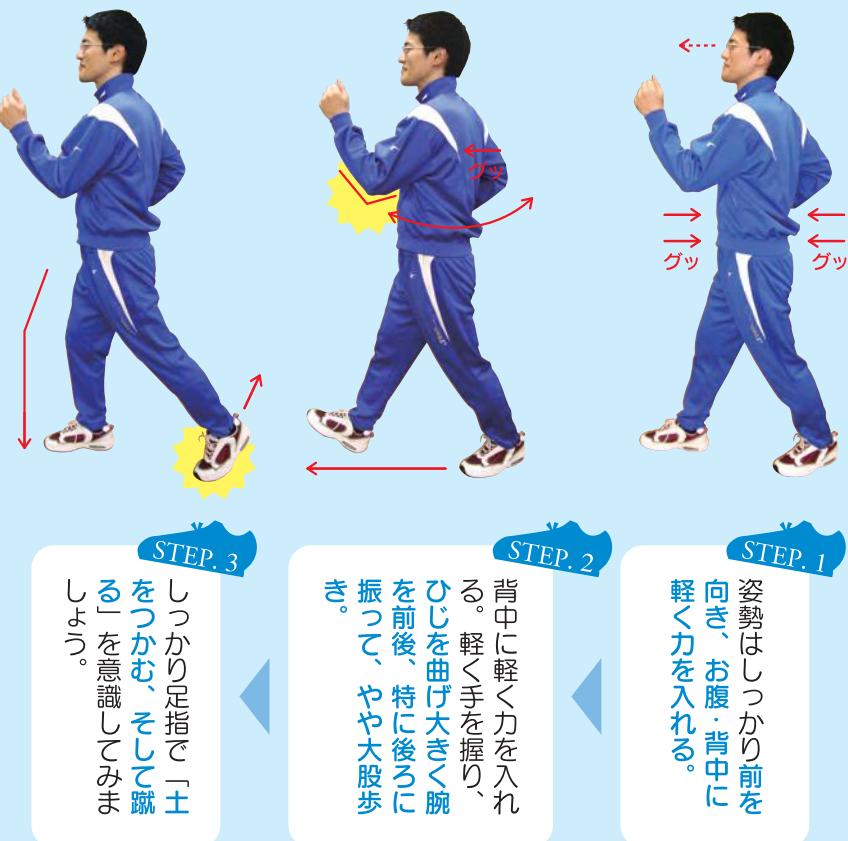
- A・まずは充分に睡眠をとつて体温を下してから、買い物へ行ったり、家でのんびり過ごしています。



実践

Let's Try♪

今回は、効果的な歩き方・運動前のワンポイントについて紹介します。運動に慣れた方・膝や腰に不安のない方はぜひ試してみてください。



効果的に歩くために・・・

運動前のアドバイス

靴の選択

つま先にしっかりと足指が動かせる余裕がある靴を選びましょう。履くときは、まずかかとを合わせて、紐やベルトを締めます。履く前に靴の中・靴の底のチェックも忘れずに。

安全なコースの選択

事故とけがの予防のため、屋外ではできるだけ平坦などこうを、夜は明るいところを選びましょう。

(例) 駐車場や公園など。

悪天候のときは、屋内を利用

健康に続けるために…！ ご注意ください

- あまり運動習慣のない方は、体を慣らすため徐々にスピードを早く・距離を長くしてみてください。
- 膝や腰に不安のある方は、自転車・プールや簡単な筋トレなどから開始するのも良いことです。
- 体調不良時は、ペースを落とす、あるいは中断することも大切です。



最近、散歩をする方が多くなってきました。散歩も健康のためにとても良いのですが、ひと工夫で更に効果的となります。今回は、編集委員の鈴木貴志さんに体験してもらいました。



してみるのはいかがでしょうか。

(例) デパートやスーパーなど。

水分攝取

徐々に減速して運動を止めることも大切です。季節を問わず、運動前の水分摂取を習慣づけてください。のどが渴いたと気がついた時では遅い時もあります。

ウォーミングアップとクールダウン

急発進・急ブレーキは事故の元です。また、ストレッチを実施する場合ゆっくり気持ちの良いところまで伸ばします。反動をつけたり、誰かに押してもらう方法は避けた方が無難です。早く歩いたり、走った方（自転車も同じですが）は、いきなり止めずに、

編集委員の体験談

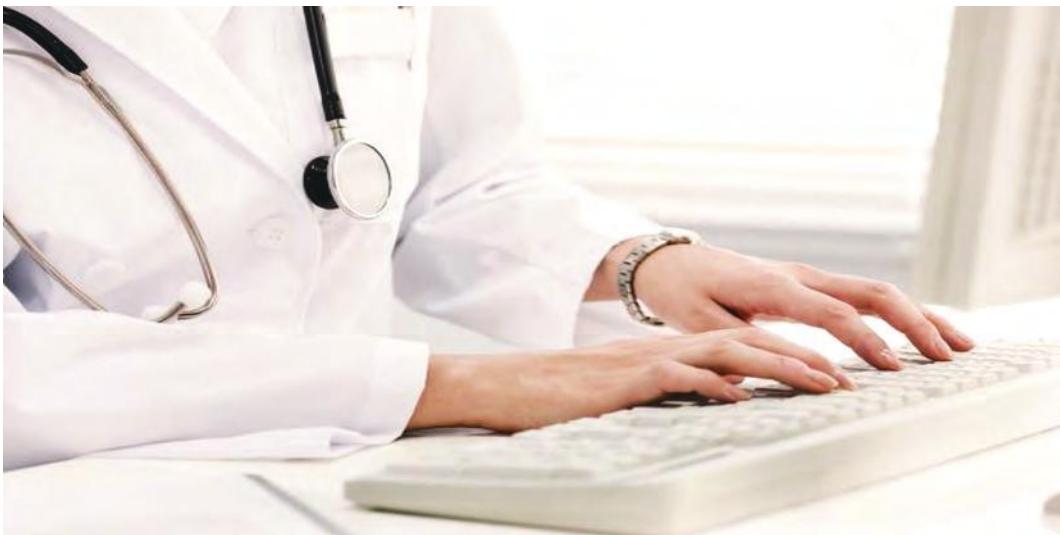


人事課 鈴木 貴志
意外に大変でした！ただの散歩よりかなり汗をかきます。肘を振るのは少し恥ずかしかったですが、体が進みやすかったです。

電子カルテシステムが導入されました

2011年1月1日より、当院は
電子カルテシステムを導入しました。

電子カルテとは



電子カルテシステムとは、これまで紙に記入・管理してきた患者さまの診療の経過や検査結果などの記録をコンピュータに入力し、データとして保存管理・運用する仕組みのことです。これにより診療に関するデータが一元化され、診療に必要な情報を院内のパソコンからいつでもどこでも参照することができます。それにより、診察時には画面を通して治療のための情報共有を可能とし、将来的には待ち時間の短縮や地域との連携など、よりよい医療サービスの提供に繋げていきたいと考えています。

おねがい

導入当初は操作や運用に不慣れな点もあり、皆様にはご不便をおかけすることがあると思いますが、職員一同日々努めてまいりますのでご理解とご協力の程よろしくお願い申し上げます。



導入に伴い、外来の運用が一部変更となります

診察券が新しい デザインに変わります

今までの診察券から新しいデザインに変更になります。新しい診察券は受診時に窓口でお渡ししています。



クリアファイルを お渡しします

従来お渡ししていた案内カードからクリアファイルに変更となります。外来を受診される際は診察券や受付票、問診票などをクリアファイルに入れてお持ちください。



自動精算機が 導入されました

クレジットカードでのお支払いが可能になりました。お支払いは一括払いのみ、自動精算機では暗証番号が必要となりますのでご注意ください。



●使用可能なクレジットカード



初診問診・検査説明 コーナーが設置されました

自動再診受付機付近に初診問診・検査説明のコーナーが設置されました。受付を済ました初診の方への問診や、予約を必要とする検査を予定されている方へのご説明をさせていただきます。





診察までの待ち時間について

外来患者さまからのご意見

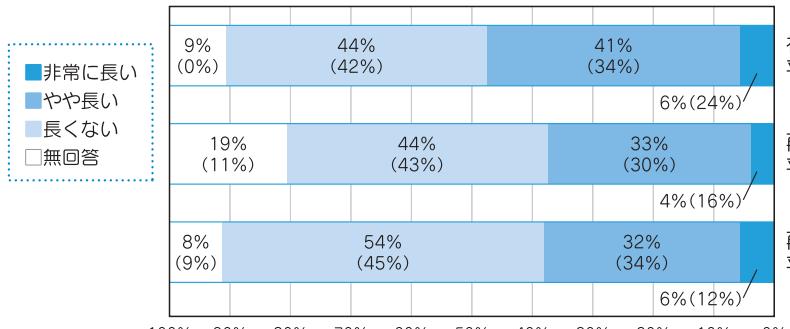
対象者は無作為に選んだ来院者500名です。職員が直接手渡し、正面玄関、再診受付機周辺、初診受付、各外来受付・診察室周辺にて配布しました。平成21年度は、「院内施設・環境」、「職員の接遇」、「待ち時間」について実施いたしましたが今回は、その内の「待ち時間」についてご報告いたします。

アンケートの概要

■実施日 平成22年2月24日(水)	
■対象 無作為に選んだ来院者500名	
■回収枚数 391枚	
■回収率 78%	
■当日外来患者数 1,385人	

今回の結果

本日の待ち時間をどうお感じになりましたか?



*グラフの()内数字は前回値です。

初診の患者さま(34件)
平均待ち時間※ 1時間10分

再診・予約なしの患者さま(69件)
平均待ち時間※ 1時間11分

再診・予約の患者さま(257件)
平均待ち時間※ 1時間17分

*平均待ち時間は全ての診療科の平均となっております。
待ち時間は診療科ごとに異なりますので、ご了承ください。

「非常に長い」と「やや長い」を合わせると、初診で47%（前回より11%減少）、再診・予約なしで37%（9%減）、再診・予約で38%（8%減）でした。その内、「耐えられる」と答えた方は初診で50%（前回より9%増加）、再診・予約なしで62%（4%増）、再診・予約で55%（3%減）と過半数を占めており、待ち時間があっても当院にかかりたいという患者様が多くみられました。

皆様のご協力により貴重なご意見を多数いただけました。誠にありがとうございました。今後の参考にさせていただき改善に努めさせていただきますので、よろしくお願ひ申し上げます。



↑ 外来受付Aと外来受付Bの間に
ある書籍コーナーです。



外来書籍コーナーはこちらです

月刊誌等が置いてあります
児童書が置いてあります



各外来に書籍コーナーを設け、患者さまの待ち時間の有効利用に努めさせていただいているります。



待ち時間にご利用ください

また、売店（ハローショップ）隣接の軽食コーナーでは、

飲食や休憩がとれるほか、携帯電話等PC機器使用可能区域となっています。



↑ 1階ハローショップ隣接の軽食コーナーです。

書籍ご利用後の返却にご協力いただき、ありがとうございます。
ご協力いただき、ありがとうございます。
診察の待ち時間の他、会計処理の迅速化として、自動精算機の設置やクレジットカードでの支払い希望も寄せられておりました。平成23年の電子カルテ化に伴い、これらの利用が可能になりますので、ご利用ください。



当院では外来アンケートを年3回実施し、患者様の声をよりよい病院作りのための参考とさせて頂いております。



明けましておめでとうございます

院長 中澤 堅次

昨年の今頃は新型インフルエンザの蔓延でいろいろ対応に追われていましたが、大事にはならず、新しい年を迎えることが出来ることをありがとうございます。

全国済生会で行われる行事の一つに済生会学会というのがあります。

昨年は済生会宇都宮病院が主催し、10月の日曜日、宇都宮市文化会館で行われました。全国の済生会に務めるいろいろな職種の人があつまり、年に一回、日ごろの経験や研究の成果を発表します。今回は2100人の参加があり、今までの新記録になりました。アトラクションではジャズの演奏を、懇親会では餃子とカクテルを、特別公演では作家の五木寛之さんにお話を伺いました。シンポジウムでは、医療サービスの基本として大切にしたい病人権利や、重い課題として

死生観も取り上げました。学会のテーマにそつたまじめな取り組みも好評でしたが、世界遺産日光とあわせて宇都宮名物を楽しんでいただき、栃木県には誇るべきものがたくさんあることをあらためて実感しました。

経営面では、政府の方針により急性期の病院の技術料に手厚い配分がされ、赤字すれすれで悩んでいた業績も回復しました。私達の仕事ぶりを評価していただいたことは感謝していますが、その分わずかに健康保険料や患者さんの窓口負担が増えることになります。国民一人当たり医療費は、年齢ごとに見るとこの10年間増えており、伸びは高齢者の数の増加に比例しています。医療費は今後約20年間徐々に増えますが、その後は減少に転ずると考えられます。そ

れまで持たせるために、国民の皆様と共に考え、社会の仕組みを変えていかなければならぬと思っています。現場にいる私達は、高齢化を迎える多くの方々が必要に応じて医療の恩恵を得られるように、知恵を絞り希望を持つて、病院全体のサービスを考えてゆきたいと考えています。今年も皆様にとつて良い年になりますよう願っています。



INFORMATION
1

外来診療のご案内

受付時間 8:30~11:00

※診療科により受付時間が異なる場合がございます。
またご予約の方はこれ以降も受付ができます。

詳細は、ホームページまたは初診受付前設置の「診療部各科外来担当医師表」をご覧ください。
受診科がわからない場合には、1階エントランスホール「総合案内」の看護師にご相談ください。



www.saimiya.com



おむつ交換用ベビーベッドのお知らせ

おむつ交換用ベビーベッドは、1階X線一般撮影室前の廊下（検査2番のある廊下）と2階小児科外来南側に設置しております。また、2階エレベーターホール付近の女子トイレにも設置しておりますのでご利用ください。

INFOR
MATION
3

■ 栃木県からのおしらせ

とちぎ子ども救急電話相談

028-600-0099

午後7:00～午後11:00(毎日)

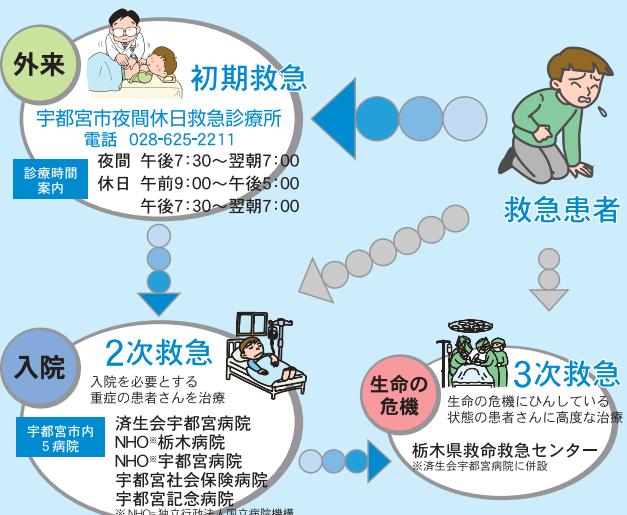
お子さんの急な病気やけがで心配なとき、ご連絡ください。
看護師が対応のアドバイスをいたします。



INFOR
MATION
2

■ 栃木県からのおしらせ

救急医療体制のおしらせ



診療実績	9月	10月	11月
延外来患者数	33,911人	33,176人	32,877人
実入院患者数	1,232人	1,349人	1,318人
平均在院日数	14.0日	13.3日	13.4日
救命救急センター患者数	1,402人	1,412人	1,337人
救急車台数	421台	443台	430台
手術件数	528件	554件	543件

さとう
昨年、第二子が誕生してから上の子を怒るところが増えてしまった。子供がどんどん成長していくように、親としてしっかり成長していくかなくてはと思う……。

よしざみ
今年からは東京マラソンに当選できましたように…トレーニングして体を鍛えたいと思います！マッスル♪マッスル♪

すずき
二十代最後の一年となります。月並みですが、たくさん仕事をして、たくさん遊んで、色々な事を吸収して、一回りも一回りも成長したいと思っています！

こだいら
二十代最後の一年ですが、恐れも不安もありません。

せんば
食べるのが大好きな私。今年は食べすぎに注意しながらたくさんのおいしいものに出会いたいです。

あきやま
今年の目標は、昨年末から始めた日課のウォーキングを続けることと毎年恒例となりつづる富士登山をすることです。体力をつけて、みやのわパワーを注入したいと思います。

しばた
今年の抱負は、たくさんの場所に行って、いろんな人と話して、もっといろんなことを知りたいと思います。

こじま
今年は薬膳料理を習得したいと思います！自分の体調に合わせた料理を作り、食べる。健康管理の基礎ですね。

こもり
今年は宇都宮マラソンに出たいと思います。運動経験ほぼゼロですが、頑張ります！

みやのわ
編集委員の

編集後記

新年明けましておめでとうございます。
新しくなった「みやのわ」をここまで読んでくださってありがとうございます。今年も皆さんの知りたい情報を分かりやすく提供できるよう、編集委員一同頑張ります。それでは、今年の意気込みを一言ずつお願ひします！

ちょこっとメモ

生活習慣病予防週間

2月1日～7日

生活習慣病は、糖尿病や高血圧症、高脂血症などの、生活習慣と深く関わりがある病気を総称したものです。

生活習慣病予防週間は、「多くの人が自分の生活習慣を見直し、改めてもらうために必要な情報を提供することを推進する週間」としています。今回の「みやのわ」では、健康づくりのための効果的な歩き方が載っていましたね。皆さんがますます健康に、楽しく毎日を過ごせるように、微力ながら「みやのわ」もサポートしていきたいと思います。

…でも、まずは委員自身が「みやのわ」をよく読んで正月太りを解消しなければいけないかも！?

「みやのわ」バックナンバーのお知らせ

過去1年分の「みやのわ」を、1階エントランスホール「院外処方せんFAXコーナー」(栃木銀行前)に設置しております。また病棟デイルームには前号の「みやのわ」を設置しておりますので、宜しければお持ち帰りください。



URL: www.saimiya.com

済生会宇都宮病院理念

1. 医療サービス提供者として次の基本を守ります
 - ・安全で信頼性のある医療を提供します
 - ・医療を受ける方の権利と尊厳を尊重し、満足度の向上に努力します
2. 地域基幹病院として次の役割を果たします
 - ・地域医療の向上に貢献します
 - ・地域の医療福祉機関と密接に連携し、地域から頼られる存在になります

当院における患者さんの権利と責任

Rights & Responsibility

患者さんの権利 Rights

1. 個人として尊重され、適切な医療を受ける権利
2. 自分の病状や治療の内容について説明を受ける権利
3. 自分の意志で治療を選択決定する権利
4. 医療に関する個人の秘密を保護される権利
5. 診療録の開示を受ける権利
6. 事故が発生した場合、その内容の説明を受ける権利

患者さんの責任 Responsibility

1. 病状を正確にスタッフに伝え、疑問な点を申し出させていただくこと
2. 同意された治療を受ける場合は、医師や医療スタッフの指示に基づき療養していただくこと
3. 他の患者さんへの迷惑行為を慎んでいただくこと
4. 禁煙および携帯電話の使用など、病院の規則を守っていただくこと

当誌「みやのわ」では、読者の皆様からのご意見や感想をお待ちしております。

お名前等の個人情報は、一切掲載いたしません。匿名でご投稿頂いても結構です。また、診療に関する個人的なご質問やご意見はこちらでは受け付けておりませんのでご了承ください。

はがき等の場合 〒321-0974 宇都宮市竹林町911-1 済生会宇都宮病院 経営支援課
電子メールの場合 miyanowa@saimiya.com