

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



# みやのわ

No. 45

2014.10  
AUTUMN  
秋号



救命救急体験



糸結び手術縫合体験



内視鏡トレーニング体験



超音波メス体験

## 特集

知っておきたい  
**脳卒中のリハビリテーション**  
リハビリテーション科 診療科長 中澤 征人

01

医療機器めぐり

05

病院情報

外来患者さま・ご家族さまの声  
やくくすり  
薬に立つ!薬のあれこれ

07

栄養シリーズ

季節の素材で 医食同源れしび

08

リレーインタビュー

笑顔のマイ★スター

09

News

みやのわ情報局

11

Information

市民公開講座のお知らせ…ほか

13

リレーエッセイ

事務部長 手塚 進

14

～8月9日～

ブラック・ジャックセミナー  
を開催しました

本セミナーは、宇都宮市内の中学生を対象に、医療現場への関心を高めてもらいたいと初めて企画し、42名の方にご参加頂きました。参加者は、当院の医師の指導の下、メスやピンセットを使い皮膚に見立てたスポンジを縫合したり、超音波メスで鶏肉を切るなどの手術体験をしました。最後に吉田良二院長から参加者一人一人に「未来の医師認定証」が手渡され、皆さん笑顔で終了することができました。



当院は日本医療機能  
評価機構認定病院です

知っておきたい

# 脳卒中のリハビリテーション

リハビリテーション科 診療科長

## 中澤 征人

### はじめに

最近「リハビリテーション」(以下リハビリ)という言葉も一般的になり、皆さまがその言葉に触れる機会も多いと思います。

リハビリというと、「骨折やけがをした後に行う訓練」というイメージが強いかもしれませんが、実際に当院で行われているリハビリの約3分の1は脳卒中に代表される脳の病気が占めています。近年の研究においてリハビリの脳卒中への有効性が注目され、脳卒中の診療指針(ガイドライン)においても、リハビリが推奨されています。

### 脳卒中のリハビリについて

脳卒中とは、「脳出血」「脳梗塞」「くも膜下出血」を指します。この3つの病気の成り立ちや治療はそれぞれ異なりますが、リハビリは病名に関わらず病気によって生じた症状に合わせて行われます。主な内容には、

- ①運動療法  
筋力低下や麻痺など、身体機能の低下に対して行う。
- ②基本動作訓練  
寝返り・起き上がり・立ち上がり等の基本的な身体の動きに対して行う。
- ③日常生活動作訓練  
食事・身支度・排泄・移動等、日常生活に必要な身の回りの動きに対して行う。
- ④高次脳機能訓練  
記憶力や注意力など、コンピューターとしての脳の動きを調べ、その働きに対して行う。
- ⑤言語機能訓練  
話すことや言葉の理解など、言葉の障害に対して行う。

当院のリハビリテーションセンター



図1：理学療法士



平行棒を使って、歩行介助をしています。

図2：作業療法士



食事動作の練習をしています。

図3：言語聴覚士



カードや写真を使って、言語訓練をしています。

### 各職種の紹介

- ⑥摂食・嚥下訓練  
食べたり飲んだりすることの障害に対して行う。
- 等があり、これらを理学療法士、作業療法士、言語聴覚士という職種が、内容に応じて適宜分担して行います。

続いて各職種がどのような役割を担っているのか、ご説明します。

- ①理学療法士(PT)〔図1〕  
主に身体を動かす運動療法を行うことで機能回復を目指します。筋力や麻痺に対して運動療法を行い、麻痺した手足の関節が硬くなるのを防ぎ、起き上がる・座る・立ち上がる・歩く等、移動に関係する訓練を行います。
- ②作業療法士(OT)〔図2〕  
主に作業を通じて、日常生活に必要な動作や高次脳機能・認知機能の向上を目指します。元々「作業」とは道具などを用いた手先の練習のことを指していますが、実際には食器の使い方や着替え、トイレでの動作など、日常生活に即した動作の練習を行います。また日常生活を安全に送るために必要な注意力や記憶力な

どについても訓練を行います。

③言語聴覚士(ST)〔図3〕  
言葉を理解すること・話すことの訓練や、周囲とコミュニケーションをとるための訓練を行います。また、食べ物や飲み物を飲み込む訓練を行います。

PT・OT・STという略称について説明します

**理学療法士**  
PT = Physical Therapist (フィジカル セラピスト)  
\*フィジカルは、「身体的」のこと

**作業療法士**  
OT = Occupational Therapist (オキュペーショナル セラピスト)  
\*オキュペーションは、「訓練」「作業」のこと

**言語聴覚士**  
ST = Speech Therapist (スピーチ セラピスト)  
\*スピーチは、「話す」こと

図6：様々な医療機関が参加する医療連携

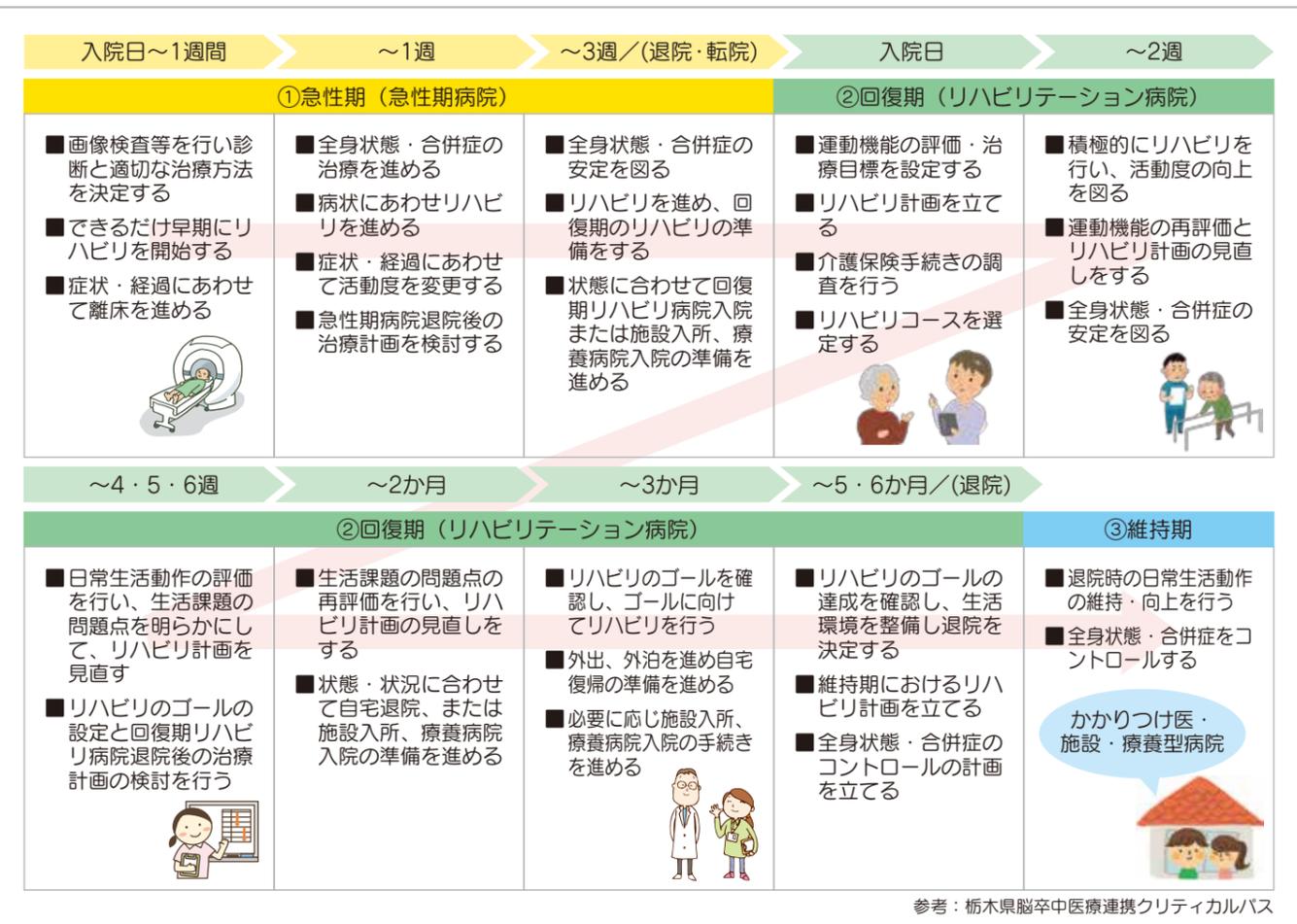
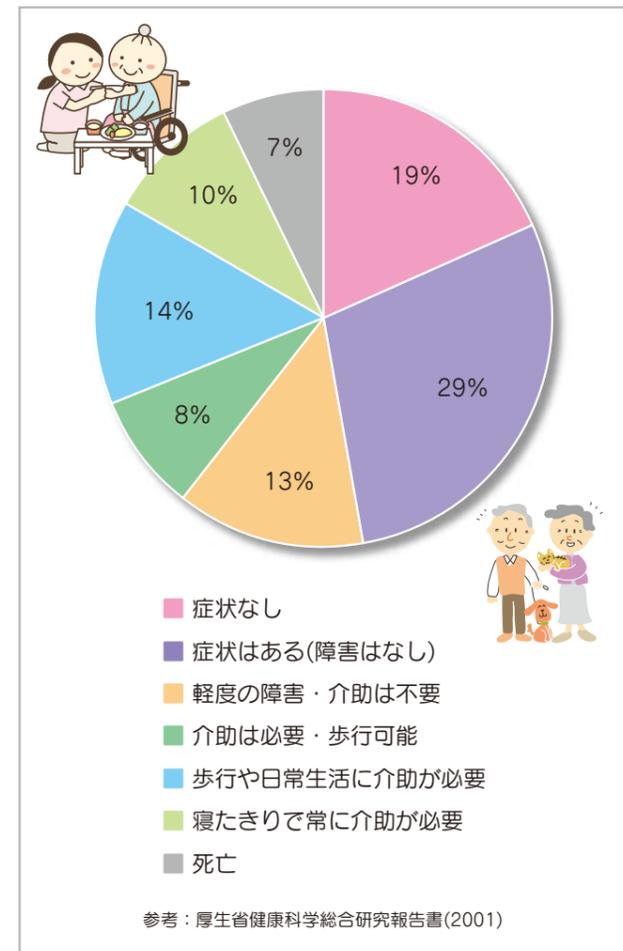


図5：急性期病院に入院中の身体の動きの変化



図4：日常における後遺症の障害程度



期病院に入院している期間が長いほど身体の動きが衰えやすいとの結果もあります(図5)。

適切な時期に適切なリハビリを受けていただくために、我が栃木県においても、栃木県医師会が中心となり、県内の様々な医療機関が参加した脳卒中医療連携が活発に行われております(図6)。

もちろん、全身状態や社会的状況によっては、希望する医療機関への連携が困難なこともあります。当院では、医師・看護師・リハビリスタッフ・地域連携課のソーシャルワーカーなど、多職種が協力して患者さまに最も適した方針を提示させて頂いております。

脳卒中になってしまったら、いったいどのくらいの後遺症が残るのかは、大きな関心事だと思います。

残念ながら、一度傷ついた脳細胞は再生できず傷跡が残るため、脳卒中では多かれ少なかれ後遺症が残ります(図4)。その程度に関しては、回復力が一人一人異なるため正確に予想することは難しいですが、一般的には「病気になる」ときの症状が軽いと後遺症も軽く、重いと後遺症も重くなる」と言われています。しかし、そのまわりハシリを行わないと、脳卒中によって生じた症状以外に「廃用」と呼ばれる身体のなまりが加わり、ますます後遺症が大きくなってしまいます。

また、病気になる前から6ヶ月(その中でも特に3ヶ月以内)は「機能の回復が見込める時期」とされています。つまり、この間に適切なリハビリを受けることが大切です。

脳卒中による後遺症について

上記の通り、機能の回復を期待するには「適切な時期に適切なリハビリを受けること」が大切です。

近年の脳卒中診療においては、より適切な医療を提供するため、医療機関の専門化・機能分化が進んでいます。具体的には、

- ①急性期病院  
発症後まもなく救命や再発防止を目的とした治療を行う。
  - ②リハビリテーション病院  
脳卒中によって生じた様々な障害に対し、回復が期待できる時期に積極的なリハビリを行う。
  - ③かかりつけ医・施設・療養型病院  
回復する時期が過ぎた後に、機能の維持や再発防止を行う。
- の大きく3つに分けられ、それらを継ぎ目なく円滑に連携することが重要かつ効果的とされています。やはり「餅は餅屋」といってころでしょうか。

残念なことに、当院のような急性期病院では、十分なリハビリを提供することが難しいという実状があります。厚生労働省の調査でも、急性

おわりに

とはいえ、リハビリの世話にならなくて済むのであれば、それに越したことはありません。

前述の通り、現代においてもリハビリで脳卒中の後遺症を完全に治すことは難しいのが実状です。日頃から健康や生活習慣病の管理を行うこと

によって脳卒中を予防すること、脳卒中症状の早期発見、早期受診を行うことが、一番のリハビリです。また、ご自宅に退院された際には、是非お近くの「かかりつけ医」をお持ちになることをおすすめします。お住まいの地域で利用できるサービスやリハビリのことは、地域に根ざした医師が一番よく知っています。「地域のことはその地域の人に」相談することも大切です。

**筆者紹介**

リハビリテーション科 診療科長  
中澤 征人 医師

〈専門医療・専門医認定等〉  
嚥下障害ほかりハビリテーション医学全般  
日本リハビリテーション医学会専門医  
日本内科学会認定内科医  
身体障害者福祉法指定医

脳卒中の地域連携について

其二 人工呼吸器 ベンチレータ モデルe360

つづいて、「ベンチレータモデルe360」を紹介します。  
この機器は、病棟などの狭い空間でも使用できるように「コンパクトにまとめられた人工呼吸器です。見た目は小さくても、大人まで使用できる人工呼吸器です。」



医療機器  
めぐり  
第三回

3階  
臨床工学課 MEセンター  
患者さまの生命を支える  
人工呼吸器

呼吸のお話

物が燃えるときには、空気中の酸素を使用し、二酸化炭素が発生します。私たちの体も食べ物などの栄養を酸素で燃やし、エネルギーを作り出し、二酸化炭素が発生します。  
つまり人間は、必要なエネルギーを作るために酸素を使用し、燃えかすとなった二酸化炭素を吐き出すために呼吸をしています。そして、1回の呼吸で400〜500ミリリットルの空気を吸い、1日に約3万回も呼吸をします。これらの呼吸を手助けする機器が人工呼吸器です。  
今回は主に、子どもから大人まで使用する人工呼吸器を紹介します。

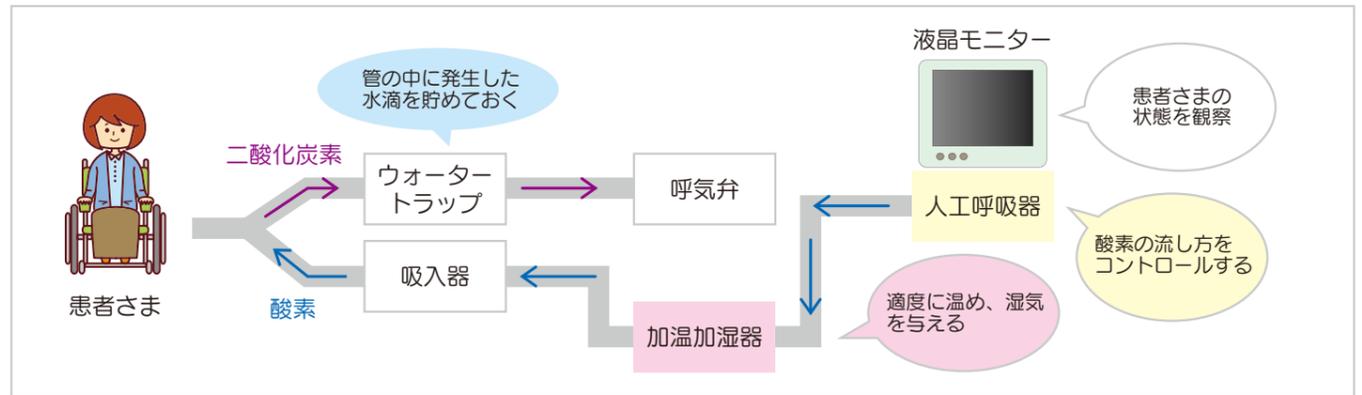
其三 加温加湿器 MR850

最後に、加温加湿器を紹介しています。  
人工呼吸器では、医療ガスを使用します。その医療ガスは、乾燥した酸素を多く含むため、気道が乾燥してしまいます。そこで、加温加湿器を使用し、気道を保護します。  
温度は、体温に近い温度に設定され、湿度は100%の状態になるようにコントロールされています。  
以上のような装置が、呼吸を管理する装置です。



▲加温加湿器

人工呼吸器のしくみ

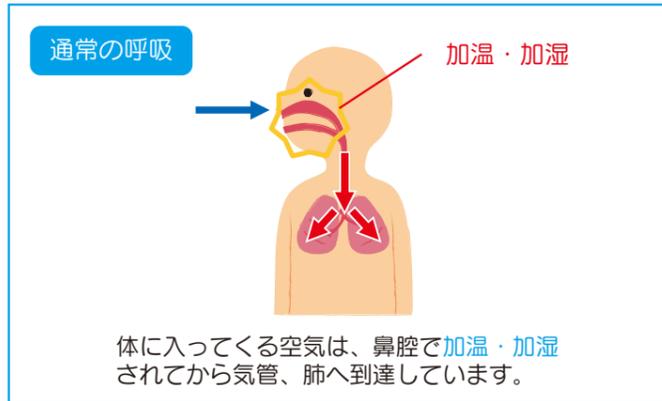
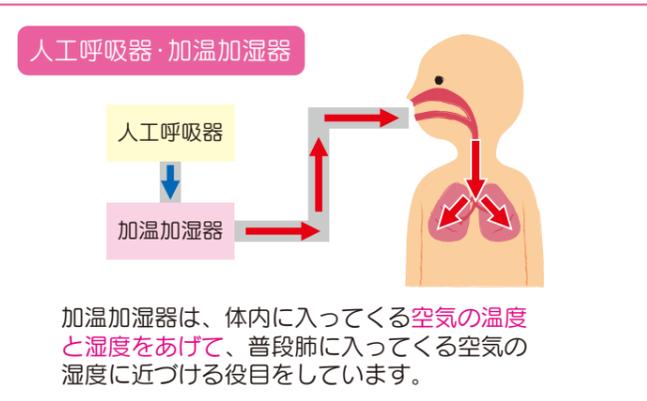


其一 人工呼吸器 ドレーゲル エビタV500

人工呼吸器には、「ドレーゲル エビタ」や「ニューポート ベンチレータ」など、様々な種類があります。  
まずはエビタシリーズを紹介しましょう。この機器は、世界中での医療現場で使用されており、様々な症状の患者さまに高品質の換気療法を提供できる人工呼吸器とされています。  
右の写真は、エビタシリーズの中でも最新型モデルの「V500」です。



「V500」の主な特徴は、画面が大きいことで、多くの情報を分かりやすく表示できることです。  
なお、こちらの機器は、生まれたばかりの子ども（新生児）から大人まで使用することができます。



人工呼吸器は「怖い」というイメージを持たれています。それは、機器が壊れて動かなくなってしまうから、呼吸が停止してしまうのでは... という不安を抱いている方が多いからだと思います。しかし、人工呼吸器がそう簡単に壊れることはありません。臨床工学課では、機器が正常に作動するように、毎日の点検と安全管理を徹底しております。  
さらに、人工呼吸器は無停電電源装置により電力を供給されていますので、停電時にも対応できます。また、バッテリーを内蔵していますので、機器はそう簡単に止まることはありません。  
これからも患者さまに高水準の医療を提供できるよう、臨床工学課をはじめ、全スタッフで努力してまいります。

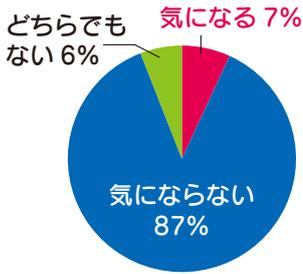




## 外来患者さま・ご家族さまの声

当院では、「接遇リーダーセミナー」という研修を通して職員の接遇向上に向けて活動しております。その中で、平成26年4月から8月の期間に、院内パトロールを実施し、患者さま・ご家族のご意見を伺いました。今回は調査結果とご意見に対する対応についてご報告いたします。

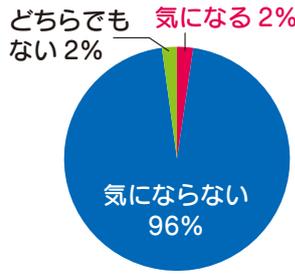
### Q1. 職員の「身だしなみ」で気になることはありますか？



#### 対策

当院では、「身だしなみチェックリスト」を作成し、服装・髪型・顔・手もと・足もと等について、職員同士で身だしなみの確認を行っています。今後も接遇リーダーが主導で、スタッフの身だしなみ確認の強化を心掛けます。

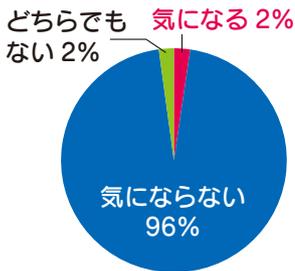
### Q2. 職員の「説明」で気になることはありますか？



#### 対策

当院では、患者さまへの説明の際、なるべく専門用語を避け、「分かりやすさ」への配慮をするよう心掛けています。また患者さまからのお問い合わせについては、曖昧な言葉を避け、具体的な回答ができるよう心掛けています。

### Q3. 職員の「言葉遣い」で気になることはありますか？



#### 対策

当院では、礼儀の言葉として「はいおあしすよ※」の周知を職員へ徹底しています。

※は：はい  
い：いかがですか  
お：恐れ入ります  
あ：ありがとうございます  
し：失礼いたします  
す：すみませんが（クッション言葉）  
よ：よろしいですか 等

職員の身だしなみ・説明・言葉遣いについて、「気になることがある」と返答された方は少数でしたが、私たちは、「気にならない」という回答が100%になることを目指し、今後も接遇リーダーの活動を続けていきます。



院内パトロールのインタビュー調査にご協力頂き、誠にありがとうございました。今回、患者さま・ご家族さまから個々に寄せられたご意見に対して、改善に向けた活動を実施し、職員の接遇改善を図っていきたくと考えております。

## 薬やくすりの立つ！のあれこれ



昨今、薬を服用したことによって眠気を催し、交通事故に至ってしまった事例が問題視されています。このような事故は怪我を負った人も、事故を起こしたドライバーも一生悔やみきれないことでしょう。

薬の添付文書には『眠気を催すことがあるので、本剤投与中の患者には自動車の運転等、危険を伴う機械の操作には従事させないよう十分注意すること。』等と記載されているものがあります。また、眠気以外にも、運転に不都合が生じる薬もあります。運転者自身はその薬の特性を知り、正常な運転が出来る状態を確保したうえで運転することが大切です。ご自分の服用している薬や病気について、十分理解されてい

### FILE.3

#### 自動車運転と薬について



ると思います。もう一度お薬の説明書などを確認の上、薬は正しく服用していただくようお願いします。不安がある場合には、医師・薬剤師に相談しましょう。

ご自分で調べてみようという方は  
医薬品医療機器情報提供ホームページ

[http://www.info.pmda.go.jp/medsqa/hanashi\\_q3.html](http://www.info.pmda.go.jp/medsqa/hanashi_q3.html)

が参考になります。

「くすりの使用中に車の運転をしていいかどうか・・・？」

- 一般用医薬品の場合
  - 医療用医薬品の場合
- が、検索できます



季

節

の

素

材

で

# 医食同源れしぴ

今回の素材  
黒豆



正月だけじゃ  
もったいない！

## 秋が旬の黒豆ごはん

正月のおせち料理に欠かせない黒豆ですが、実は秋が旬の食べ物です。黒豆には寒い冬を越すための栄養素がたっぷり入っているため、正月に黒豆の煮豆を食べるようになったといわれています。そんな栄養豊富な黒豆を食べる機会が正月だけなんてもったいないということで、今回は黒豆を使ったごはんを紹介します。

黒豆の黒い色は「アントシアニン」という色素でポリフェノール的一种です。このポリフェノールは赤ワインやココアにも含まれているもので、強い抗酸化力を持ち、動脈硬化を予防する働きがあります。

今回は梅干しと一緒に炊き合わせることで、さっぱりとした炊き込みごはんになっています。

## 秋が旬の黒豆ごはん

### 材料 (2人分)

お米	1 カップ
黒豆	50g
梅干し	1 ~ 2 個
甘栗	40g
水	1.5 カップ

### 《1人分あたり栄養素》

エネルギー	414kcal
たんぱく質	13g
脂質	4.9g
塩分	1.3g

- 1 フライパンで皮がプチプチとはじけるまで黒豆を乾煎りする。
- 2 米を洗い 1.5 カップの水を加える。
- 3 梅干し、炒った黒豆、甘栗を入れ炊飯する。
- 4 炊き上がったら梅干しの種を取り除き、混ぜればできあがり。

できあがり！



### ワンポイント

甘栗を入れることで秋の味覚をプラスしました！栗は下処理作業が大変ですが、市販の甘栗を使用することでその手間を省けます。甘み加わりさらに美味しくなります。



### ひとくち 一口メモ



黒豆がおせち料理に使われるのは、一年中「まめ(まじめ)」に働き、「まめ(健康的)」に暮らせるように、との願いが込められていると言われています。





いつも元気に笑顔で働くミツを教えてもらって、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

シリーズ第4回 調剤課  
今回は、調剤課に勤務する薬剤師の神山さんにお話をうかがいました！



### 薬剤部・調剤課について

当院には現在32名の薬剤師が勤務しております。薬剤部には調剤課、製剤課、薬品供給管理課、薬剤情報指導課の4つの課があります。そのうち調剤課では医師の処方せんに基づいて、外来および入院患者さまの内服薬・外用薬の調剤を行っています。外来は院外処方率が約84%であり、入院の調剤が中心となっています。

### 当院での役割は？

調剤課では、処方された薬の量、飲み方や飲み合わせなどが適切かチェックしてから調剤します。必要に応じて医師へ問い合わせをし、適切な治療が行えるようサポートしています。当院ではPDA（バーコードリーダー内蔵携帯情報端末）を使用した調剤支援システムを導入し、調剤の際、処方せんと薬のバー

コードを照合させることで、誤調剤を防ぐ取り組みを行っています。また、5番窓口横にある「お薬相談室」では薬についての相談も随時行っています。

### 調剤課での自分の役割は？

調剤は薬剤師が処方せんを見て薬を取り揃え、別の薬剤師が鑑査をするダブルチェックで行っています。私は鑑査に入ることが多く、鑑査は患者さまに薬をお渡しする前の最終チェックに当たるので、気を引き締めに行っています。

円滑に業務を行うため、忙しい時でも周りへの目配り、気配りを忘れないように心がけています。また、先輩や薬学部の実習生の指導に当たることがあります。

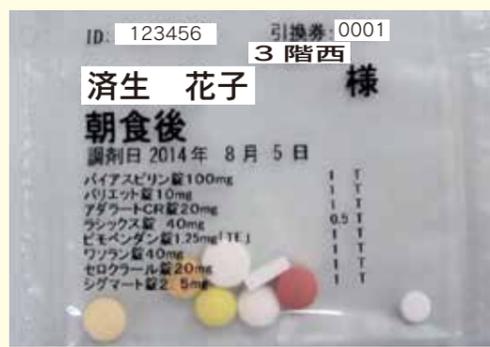
## 一包化調剤について



正しい薬が入っているか、錠剤を一錠ずつ見て確認します



自動錠剤分包機で一包化調剤をしている様子



分包紙には患者さまのお名前、薬の飲み方、種類が印字されます

錠剤やカプセル剤を飲み方ごとに、一つの袋にまとめることを一包化と言います。薬の種類が多く飲み方が分からなくなってしまう、手が不自由で薬を取り出すことが難しい、という場合にとっても便利な方法です。しかし、薬によっては湿気や光に対して弱いものがあり、一包化できない場合もあります。また、薬を取り出して袋に入れる作業が増えるため、待ち時間が長くなる場合があります。



### 神山さんのある日のスケジュール



- 8:30 出勤  
外来・入院の調剤
- 12:00 休憩
- 13:00 外来・入院の調剤  
薬と一緒に渡す「患者さま用お知らせ用紙」の整理  
入院返却薬の整理
- 17:30 当直の薬剤師に引き継ぎ  
退勤  
勉強会などに参加

### マイ★スターに一问一答！



かみやま せんな 神山 茜奈 さん

Q. この職種を目指したきっかけは何ですか？

A. 薬剤師の母の影響で、小さい頃から薬やこの職業が身近なものでした。高校生の頃化学が好きだったので、薬学部への進学を決めました。

Q. 趣味は何ですか？

A. お菓子作り、裁縫、山登りです。

Q. 気分転換したいときはどうしていますか？

A. 友達に会ったり、景色のきれいなところに出かけたりします。

Q. 今後の目標・意気込みをどう感じますか？

A. 少しでも地域の方の役に立てればと思います。地元の病院に就職しました。まだ未熟な私ですが、知識と経験を積んで患者さまの治療をサポートしていきたいです。

### 疑義照会について

医師の処方せんに疑問点や不明点がある場合、薬剤師が処方医に問い合わせ確認することです。薬剤師法第24条に「その疑わしい点を確認した後でなければ、調剤してはならない」と規定されている。薬剤師の重要な仕事のひとつです。





## ひざの健康講座 「ひざの痛みを治して第2の人生を」を開催



7月10日、地域住民を対象に「ひざの健康講座」を開催しました。講師は、当院整形外科の森山一郎医師で、テーマは「ひざの痛みを治して第2の人生を」です。この講座は、平成23年度から開催され、大変好評で今回で5回目です。身近な話題とあって、参加者は約200名と、多くの市民が参加しました。

講座の内容は、膝の構造・痛みの原因とその治療法、膝の負担になりにくい運動療法など、あっという間の1時間半でした。質疑応答では、膝痛に悩む参加者からたくさんの質疑が飛び交い、最後まで大盛況でした。



## 宇都宮市と宇都宮市救急医療対策連絡協議会の共催 救急探検ツアーに26名の親子が参加



8月5日、宇都宮市の小学3～6年生とその保護者を対象とした「救急探検ツアー」が開催されました。この企画は、市民が救急医療の現場に触れることで、救急受診への理解を深めていただくことを目的に開催している事業です。

ツアーの内容は、副院長（兼）救命救急センター長の小林健二先生による「救急」の概要説明、救急外来処置内の見学、緊急撮影も行う放射線装置の説明、などです。初めて聞く救急医療の話を実際にメモする姿や、普段見ることのできない医療現場にお子さんだけでなく保護者の方も興味津々で、目がキラキラ輝いているのが印象的でした。



## ろくげんハーモニーによるサマーコンサート開催



8月21日、サマーコンサートが1階エントランスホールで開催されました。今回演奏してくださったのは、「ろくげんハーモニー」※というギター演奏団体の皆さんです。この日は「夏の思い出」から始まり、「鳥の詩」「人生いろいろ」「与作」など懐かしい曲、計11曲を披露。最後は突然のアンコールにもお応えいただき、「ふるさと」を演奏して頂きましたが、来場者含めての大合唱となりました。

※「ろくげん」はギター（六本の弦のこと。弦を弾いて素晴らしい曲を演奏したいという気持ちをこめて、「ろくげん（六弦）ハーモニー（調和）」と命名したそうです。



## 第34回済生会関東ブロック親善ソフトボール大会優勝



6月29日、静岡県清水三保貝島スポーツ広場にて、第34回済生会関東ブロック親善ソフトボール大会※が開催されました。当日は、関東各地から17チームが集結し熱戦が繰り広げられ、当院は初戦から順調に勝ち進み、決勝戦の相手となったのは、前回優勝の水戸済生会総合病院でした。試合は追いつき追いつかれのシーソーゲームとなりましたが、辛くも勝利を収め、全国大会出場の切符を手に入れました。

※済生会では、全国済生会の病院・施設によるソフトボールのブロック別親善大会、全国大会が毎年開催されます。



## 宇都宮出身のサッカー界におけるビッグな2人が特別対談 「サッカーに学ぶ人生」

6月30日、「サッカーに学ぶ人生」と題して、プロサッカー指導者の松本育夫さんとプロサッカー選手の安藤梢さんに、当院のグリーンホールにおいて特別対談をしていただきました。松本さんは現在、Jリーグ栃木SCの常務取締役で、現役時代はメキシコオリンピックで銅メダルの獲得に貢献。2009年には、日本サッカー殿堂入りもされ、サッカー界では大変著名な方です。安藤さんは現在、ドイツ女子ブンデスリーガの1.FFC フランクフルトに所属され、なでしこJAPANでは2011年ワールドカップ優勝、2012年ロンドン五輪準優勝に貢献された名選手です。



今回の対談が成立したのは、松本さんの弟が宇都宮乳児院の院長で、安藤さんの母親も同乳児院に勤務と、お2人が済生会と関係が深いためです。

対談では、数々の華々しい栄光の裏に隠された努力と苦悩のお話や、座右の銘が「全力に悔いなし」の松本さんらしい、サッカーと共に駆け抜けた、情熱的で嘘偽りの無い「全力人生」を、経験談を交えて語って頂きました。

私たち職員は、夢を追う人生の大切さや目標を持って生きていく為に必要なことについて、改めて考えさせられました。



INFORMATION  
1

## 市民公開講座のお知らせ

参加  
無料

NST 市民公開講座

「知っていますか？」

自分のカラダにあった食事の選び方

日時 平成 26 年 11 月 8 日 (土) 13:00 ~ (2 時間程度)

場所 済生会宇都宮病院 2 階グリーンホール

講師 済生会宇都宮病院 糖尿病・内分泌内科

清水 健一郎 医師

- あなたは自分のカラダに合った食事を毎日していますか。
- カラダの負担になる無理な食事をしていませんか。
- カラダをいたわる食事の選び方をわかりやすく解説します。

## 糖尿病市民公開講座

日時 平成 26 年 11 月 15 日 (土) 13:00 ~ 15:30

場所 済生会宇都宮病院 2 階グリーンホール

● 基調講演

「とちぎにおける糖尿病の現状、そして未来への展望  
～糖尿病と言われても、前向きな生活を!!～」

講師 済生会宇都宮病院 糖尿病・内分泌内科

診療科長 藤田 延也 医師

● イベント

宇都宮 BLITZEN の社長や宇都宮餃子会事務局長を  
ゲストに迎えて楽しいトークショーも企画しています。



申し込み・  
お問い合わせ

済生会宇都宮病院 教育研修部門

028-626-5500 (内線: 5200)

※受付時間 月～金 午前 9:30 ~ 午後 5:00

この申し込み・お問い合わせ先は、2 つの講座共通のものです。

INFORMATION  
3

## 年末年始休診のお知らせ

平成26年12月29日(月)

～平成27年1月3日(土)

上記の期間中、一般外来の診療が休診となります。急を要する場合には、右下にある「救急医療体制のおしらせ」に沿った受診をお願い致します。

2次救急・3次救急を担当する当院では、この期間かなりの混雑が予想されます。

待ち時間等でご迷惑をおかけすることと思いますが、スタッフ一同精一杯努力して参りますので、ご理解の程お願いいたします。

また、受診患者さまの重症度及び緊急性により、受付順序と診察順序が前後することもあり得ますので、あわせてご了承ください。

INFORMATION  
2

## 一般外来診療のご案内

受付時間 8:30～11:00

(予約患者さまの受付時間は、この時間限りではございません。)

診療科により受付時間が異なる場合がございますので、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」をご確認ください。受診科に関するご相談は、1 階エントランスホール「総合案内」の看護師にお気軽にお声かけください。

※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、紹介状を持参して頂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3,000円+消費税をお支払い頂くこととなりますので、ご理解のほどお願いいたします。)お問い合わせやご質問がございましたら、総合受付までお尋ねください。

INFORMATION  
5

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6:00～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。

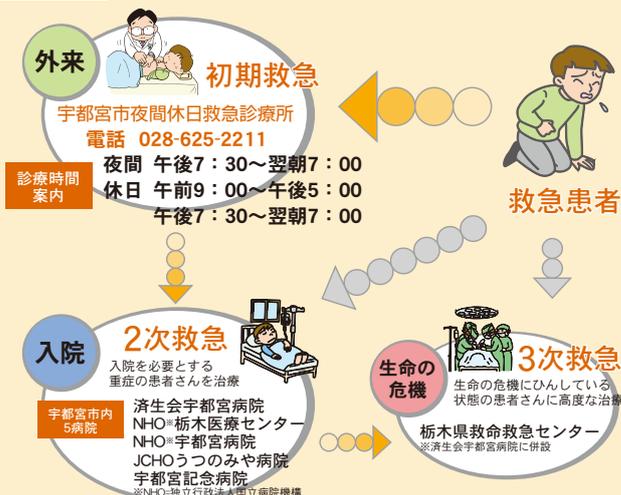
看護師が対応のアドバイスをいたします。



INFORMATION  
4

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	平成26年6月	平成26年7月	平成26年8月
延外来患者数	31,088人	33,308人	31,149人
実入院患者数	1,360人	1,372人	1,380人
平均在院日数	12.8日	13.3日	13.5日
救命救急センター患者数	1,030人	1,146人	1,223人
救急車台数	377台	421台	415台
手術件数	596件	607件	600件

## 地域医療支援病院

地域医療支援病院は、他の病院または診療所から紹介された患者さまに対して医療を提供していること、医療機器などを地域の医療機関と共同利用できること、救急医療を担っていること、地域の医療従事者のために研修を行っていること、などの役割があり、都道府県知事の承認を受けます。

当院は「地域と共に進化し続ける病院」のビジョンの下、急性期医療・救急医療を担い、ますます信頼される病院を目指してまいります。

## 健診センターからのお知らせ

年に一度は人間ドックを受けましょう！

当センターは、人間ドック学会より「人間ドック健診施設機能評価」の認定を受け、安全で信頼性のある高品質の健診医療の提供を目指して努力しております。どうぞ皆さまの日常の健康管理にお役立てください。

総合的な健診を受けたい方に…

日帰りドック 男性 / 43,200円(税込)  
女性 / 46,400円(税込)

一泊ドック 男女共通 / 65,880円(税込)

アミノインデックス®がんにリスクスクリーニング(AICS)とは血液中のアミノ酸濃度を測定し、健康な人とがんである人のアミノ酸濃度のバランスの違いを統計的に解析することで、がんであるリスク(可能性)を評価する検査で、5ccの採血だけで検査が行えます。

詳しくは、当院のホームページをご覧ください。  
URL: <http://www.saimiya.com>

AICS 検査は、日帰り・一泊ドックのオプションとしても、検査が受けられます。

ご自分の気になる病気について、詳しく検査を受けたい方に…

専門ドック

脳ドック …………… 54,000円(税込)  
肺がんドック …… 35,640円(税込)  
乳がんドック …… 10,800円(税込)  
骨密度ドック …… 6,480円(税込)

NEW

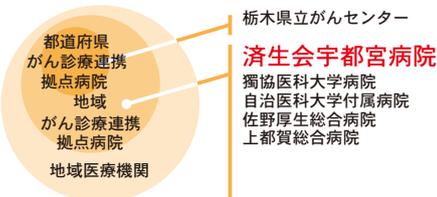
アミノインデックス®がんにリスクスクリーニング(AICS)ドック

男性4種コース …… 19,440円(税込)  
女性5種コース …… 19,440円(税込)  
女性2種コース …… 9,720円(税込)

お問い合わせ・ご予約 028-643-4441 受付時間 月～金 午後1:00～午後5:00

## 地域がん診療連携拠点病院

当院は「地域がん診療連携拠点病院」として、地域の医療機関や他のがん診療連携拠点病院との連携を密にして、より良いがん診療を提供していきたいと考えています。当院では1階「がん相談支援センター／医療相談・看護相談室」で緩和ケア認定看護師を中心とする看護スタッフが、がんに関するさまざまな質問や相談におこたえています。



## リレーエッセイ

### 心の翼を休ませる



事務部長  
手塚 進

私たちは、現実社会に身を置いて日常生活を送っておりますが、この日常生活の最中から一歩踏み出し、何かしら自分なりの「壺中の天(別世界)」をお持ちのことと思います。

私も「壺中の天」と言えるものかどうかは怪しいところですが、今現在、数年前のある時、何気なく手に取って読んだ一冊の本に登場してきた人物に惹かれたのをきっかけに、次の本、次の本と追いかけて、また次の本に登場した人

物に惹かれるところが見つければ、続けてそれを追いかけるという有様です。これらに繰り返すことで我がこころに少しばかりの栄養を補給しております。

私の惹かれる本は、ある意味マニアックで幕末から明治維新ころに傑出した人物の息吹に直に触れられるものです。これに頗る興味を懐かされます。

古人の声に耳を傾け、古人の考えに触れられること、将又「そうではないでしよ」という自分がいて否応なしに古人との会話は楽しいです。

私にとって、少なくとも古人との会話中はずべてが現実社会に在らずで、このことによつて垣根なしに心の翼を休ませていきます。

みやのわを手にとつていただき、ありがとうございます。

季節は秋。紅葉の秋、読書の秋、いろいろありますが、なんとこれも食欲の秋でしょうか。さんまや栗、柿、梨などおいしい季節ですね。

そもそも食欲がわくのはどうしてなのでしょう。その理由にはいくつかあるようなのですが、その中の一つに、夏から秋に変わると気温が下がり、体の基礎代謝が上がるからというものがあります。「気温が下がり体温が下がるから、もつと体内を燃焼しよう」と働きかけ、体がエネルギーを必要とするようです。食欲にまかせて食べ過ぎはよくありませんが、おいしいものを食べて、日本の秋を楽しみましょう。

みやのわ編集スタッフは今年度から大幅にメンバーが変更となり、フレッシュな顔ぶれとなりました。私もその中の一人ですが、皆様に愛される広報誌をめざしてがんばりたいと思いますので今後ともみやのわをよろしくお願ひ致します。



編集後記

みやのわ  
編集スタッフの



ちょこっとメモ

10月20日

### 世界骨粗しょう症デー

骨粗しょう症とは、骨の量が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。古くは古代エジプト文明時代からある病気ですが、近年寿命が延び、高齢者人口が増えてきたため、特に問題になってきています。

日本では、約1,000万人の患者さんがいると言われており、60歳代では2人に1人、70歳以上になると10人に7人が骨粗しょう症と言われています。

この病気の予防策の1つとして、適度な運動が推奨されています。いつまでも丈夫な骨を保つために、また「スポーツの秋」でもあるこの季節に、積極的に外に出て体を動かしてみたいかがでしょうか。



URL: [www.saimiya.com](http://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こと
2. 病気や治療の内容、および回復の可能性について、わかりやすい言葉や方法で説明を受けること
3. 手術や検査など重大な診療行為を受けるかどうかの判断に、必要かつ十分な説明を受けること
4. 治療方針の決定に主体的に参加し、自分の意思で治療を受けるかどうかを決定すること
5. 痛みを和らげるために、原因に応じた適切な治療、ケアを受けること
6. 他施設の医師に意見（いわゆるセカンドオピニオン）を求めること
7. 医療に関する個人情報保護され、プライバシーが守られること
8. 治療を継続するために、適切な医療機関の紹介を受けること
9. カルテ開示を求めること
10. 会計の内容について説明を受けること
11. 治療に納得がいかない場合は、自分の意思で退院すること
12. 診療行為において事故が発生した場合は、その内容を事実に基づいて、可能な限り詳細に説明を受けること

##### 患者さんの責任 *Responsibility*

1. ご自身の病状について、正確に話していただくこと
2. ご自身の病気や医療行為の経過について気になる点があれば、スタッフに申し出ていただくこと
3. 同意された治療を受けるにあたっては、医療スタッフの計画や指示に基づき、療養していただくこと
4. 治療を受けない選択をされた場合、または医師の指示に応じない場合、それにより生じる医療上の問題には、ご自身の責任で対応していただくこと
5. 受けた医療に関する支払いには、速やかに応じていただくこと
6. 当院での入院治療が終了した場合には、医師の指示に基づき、速やかに退院または転院していただくこと
7. 他の患者さんや医療スタッフへの迷惑行為（大声、威嚇、暴言、医療行為の強要など）は行わないこと
8. 院内は禁煙のため、喫煙は院外の喫煙所を利用していただくこと
9. 面会時間、電子機器の取り扱いなど、院内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](mailto:miyanowa@saimiya.com)