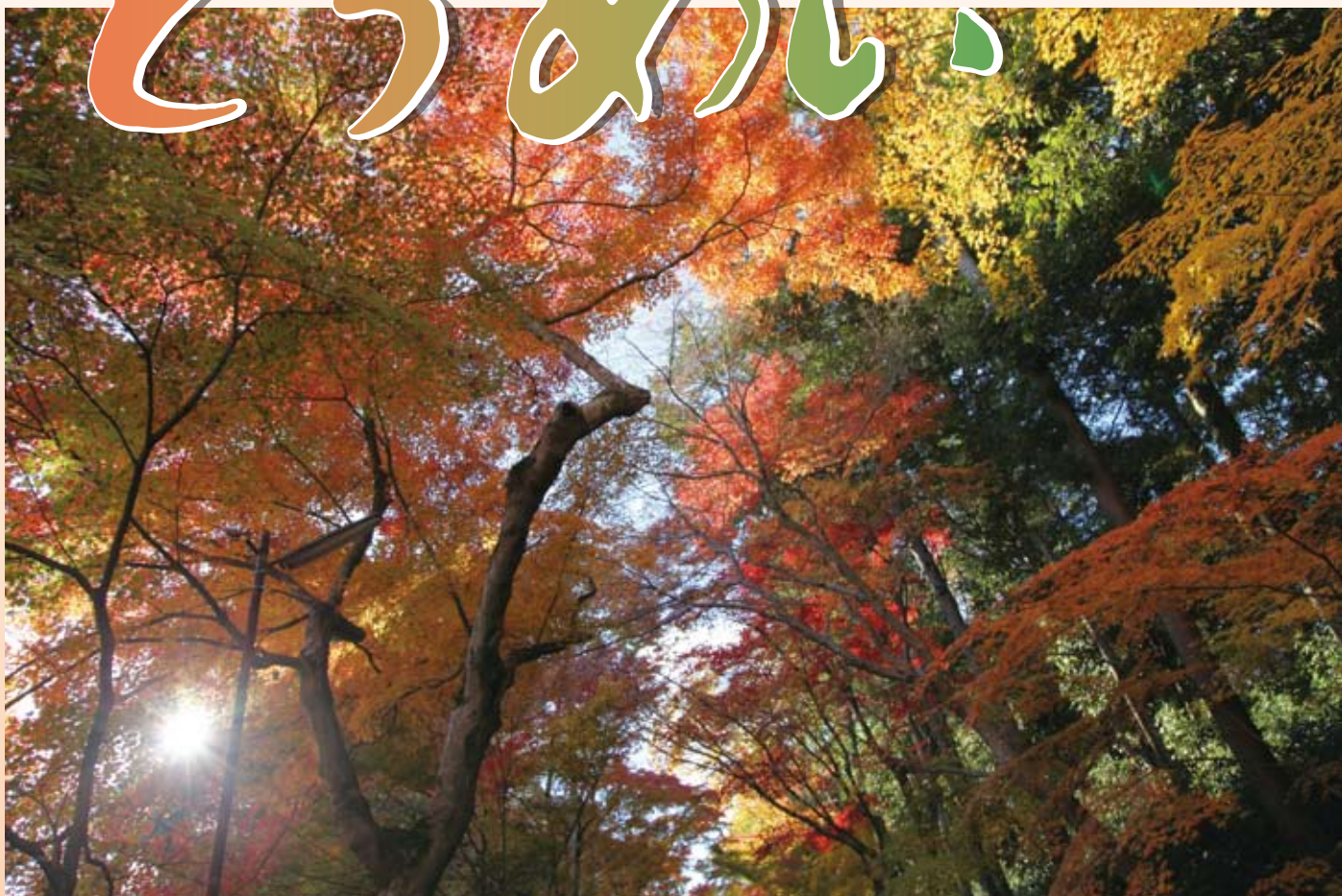


とうめい



紅葉に沈む光芒 〈京都市 光明寺〉

赤・黄・緑・橙の見事な紅葉と幹の黒、そしてその奥には青い空。ふと見上げたら枝葉の間から太陽の光が漏れており、写真に撮ったら光芒が見えた。今年も行ってみたいと思いつつ、我慢。いつかまた行ってみたい。 フォトサークルA 大塚 哲夫

●目次

紅葉に沈む光芒	1P	働く仲間	6P
医療記事	2P	がん総合外来	
「健診結果チェックしていますか…?」		第2事業部	7P
医療安全講演会	3P	介護老人保健施設 なでこの里リハビリひらつか	
リハビリ通信		正面玄関にサーモグラフィーを導入	
かけはし ～登録医紹介～	4P	とうめい厚木クリニック	
高校生1日看護体験		感染防止のための当院の取り組み	
標語・ポスター		ペットのはなし	8P
特集 第3事業部	5P	編集後記	
健診センター		関連施設一覧	

健診結果チエツクしていただけますか…？

循環器科 ◆ 石川 沙羅

ちよつとだけ…に用心！

先日、父の健診結果を見せてもらいましたら、何も引つかかっていなかったと言っていたにも関わらず、いくつかの項目にチェックがついていました。明らかに要精査などと書いていなければ「問題ない」と認識してしまうというのを知り、患者さんへの説明も気を付けないといけないと感じました。

救急に運ばれてくる患者さんも、「今まで病気はしたことありません」とは言うものの、健診結果をたずねると、「血圧とコレステロールが少し引つかかっていました」など話されることが多いものです。動脈硬化は日々の積み重ね。ちよつと高いだけの値でも、それがずっと続けば全身の血管を傷めかねません。健診では、まだ治療は要らないといわれることもあるようですが、たとえば飲み薬の処方是要らなくても、生活習慣の改善は必要です。

ちよつとの積み重ねが病気を引き起こすかもしれません

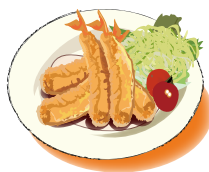
心臓などの血管は我慢強く、7〜9割ほど詰まらないと自覚症状が出ないことが多いため、胸が痛くなった時に急に調子が悪くなったと思いがちですが、一般的には動脈硬化が10年以上積みもり積もって狭心症や心筋梗塞を引き起こしています。せつかく健診を受けると、その結果でより健康を維持できる生活に変えていくチャンスを逃してしまうことになるので、外来でも患者さんと一緒に考えていけるように工夫しています。



明確な目標を少しずつ達成していきましょう

漠然と「中性脂肪を改善しましょう」と伝えてもなかなか難しいところがあります。そこで、普段の食事内容や運動量などをうかがい、具体的に「揚げ

物を食べる日を今より週に1日減らしましょう」または「2000歩あるいているところを3000歩にしましょう」など明確な目標を作ります。それをメモして、次回の外来で再度確認をしています。さらに、患者さんにはやや不評かもしれませんが、外来にてその場で体重を測定し、次回までの目標体重を一緒に話し合っています。



心臓の血管に関する検査や治療

一方で、様々なことに注意をしても、狭心症になってしまうこともあります。狭心症の検査とは、どんなものがあるのでしょうか？そのひとつである心電図とひとことで言っても、一般的な寝て行うタイプだけでなく、歩いた後や歩きながらとするタイプや1〜数日つけたままにするものもあります。そのほか、胸のレントゲンや心臓

超音波検査なども行います。また、実際に心臓の血管が狭くなっているのを見える方法は、心臓の造影CTやカテーテル検査などがあります。造影CTは外来で行うことができますが、そのまま治療はできません。そのため、狭いところがあれば、カテーテル検査を追加で行う必要があります。カテーテル検査は入院で行う検査ですが、当院では基本的なものであれば日帰りで行うことができます。検査自体は15〜20分で局所麻酔にて行えますので、すごくハードルが高く感じていた患者さんには、思ったより楽だったと言われることも多いです。カテーテル検査で治療を要する場合も1泊2日から対応できますので、心臓に不安がある方は、是非どのような生活習慣改善と検査が必要なのかお気軽にお尋ねください。



令和2年度 第1回医療安全講演会開催



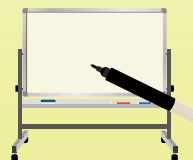
令和2年度第1回医療安全講演会が9月15日(火)に開催されました。今回は、横浜市立大学付属病院、医療の質・安全管理部長の菊地龍明先生をお迎えし「Never Events:起きてはならないこと～誤認防止を考える～」という演題で講演を賜りました。

これまで菊地先生には、平成30年にチーム・ステップスについて、わかりやすく講義をいただいております。

日本の医療安全を語る中で、横浜市立大学医学部付属病院の患者取り違え手術事故は、私たち医療者にとってたくさんの教訓となっています。先生は講演の中で、患者誤認することは「決して起きてはならないこと」=Never Eventsだと提言されました。私たち医療者側は、患者誤認し医療を提供することは、害を加えていることに等しいという

事を理解したうえで、患者安全のために細心の注意と確認をすることが重要です。

医療安全の最終的な目的は「患者安全」ということを職員一人一人が再認識し、これからも職員一丸となって、安全な医療を提供していきたいと思っております。菊地先生この度はありがとうございました。



医療安全管理室 名子屋 孝行

だいぶ暑くなりましたね。また、昨今の感染症対策で生活環境が変化しています。皆さんはいかがお過ごしですか？今回は、外出自粛のなかで日々の健康を維持できる情報を提供できればと思います。

1、「生活不活発」に気をつけて

外出や動く機会の低下により起こる生活不活発は、以前「リハビリ通信」でも紹介させて頂きました。動かないことで身体や頭の働きが低下し、疲れやすさやフレイル（虚弱）につながります。また、フレイルの進行は身体の回復力や抵抗力も低下させてしまいます。

2、できることから始めましょう。

①動かない時間を減らしましょう。座っている時間を減らすため、コマースシャルの時間に足踏みするなど生活習慣の工夫や、ラジオ体操など足腰の力を強める運動も取り入れま

リハビリ通信 第53回



- しょう。体操は自治体が推奨しているものや厚生労働省のホームページでも紹介されているので、ご参照ください。
- ②お口の衛生を保ちましょう
- 食後、寝る前の歯磨きでお口の衛生を保ち、感染症を予防しましょう。また、友人や家族とのおしゃべりでお口の筋肉を鍛えましょう。
- ③バランスの良い食事を取りましょう。
- 身体の調子を整え、免疫力を維持しましょう。食事制限を受けている方は医師の指示に従いましょう。
- 3、家でもできる体操**
- ①テーブルなどを活用し、よろけても大丈夫な場所で片足立ち10秒保ちましょう。
- ②ステップ運動
- 左足を大きく前に踏み出し戻す。左足を大きく外側へ踏み出し戻す。続いて右足も行います。左右それぞれ5回ずつ頑張りましょう。
- ③椅子やテーブルに手を付いて行う体操
- 踵の上げ下ろしや腿上げがおススメです。
- ④四つ這いでのバランス
- 片手や片足を浮かせて5秒保ちましょう。上手くできる方は、片手と反対の足を同時に持ち上げてみましょう。

リハビリテーション科

中橋 真弓



かけはし 登録医紹介

vol.33



トレリス内科クリニック

内科・消化器科・高血圧・高脂血症・呼吸器疾患等



《所在地》

〒243-0031

厚木市戸室5-31-1

アツギトレリス3F

TEL. 046-200-9628

院長 戸枝 弘之



《自己紹介》

平成2年 東海大学医学部卒業
平成2年 東京都済生会中央病院外科研修医
平成4年 東京都済生会中央病院外科専修
平成7年 東京都済生会中央病院外科医員
平成15年 ハワイ州クアキニ病院
平成16年 学位取得
平成16年 東京都済生会中央病院外科医長
外科系臨床研修プログラム責任者
平成20年 湘南ライフ内科クリニック院長
令和元年 トレリス内科クリニック院長
医学博士
東京都済生会中央病院非常勤医師

昨年11月にアツギトレリスビル3階にトレリス内科クリニックを開院いたしました。院長の戸枝弘之と申します。私は約20年間、東京都済生会中央病院に勤務し、一般消化器外科、内視鏡外科診療を行って参りました。現在も同院では外来を担当しております。

特定の臓器の病気だけを診る大病院の専門医とは異なり、一人の患者を総合的に診療する医療をプライマリケアといいます。一般的に「プライマリケア」＝「初期医療」だと思っている方も少なくないと思いますが、「プライマリケア」とは、患者の抱える問題の大部分に対処でき、かつ継続的なパートナーシップを築き、

家族や地域の中で責任を持って診療する臨床医によって提供される、総合性と受診のし易さを特徴とするヘルスケアサービスのことをいいます。

当院では地域に根ざした信頼される「プライマリケア」を目指し、日々診療を行っております。高血圧、高脂血症などの生活習慣病をはじめ、体調が悪い、風邪をひいた、おなかが痛いなど、何でもご相談にいらしてください。緊急性がある症状や専門的な治療が必要な場合は、東名厚木病院をはじめ東海大学付属病院など信頼できる最適な専門医を紹介することも可能です。今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

開催日:

2020年8月20日(木)
21日(金)

★ 高校生1日看護体験 ★★

「近代看護の祖」といわれるフローレンス・ナイチンゲールの生誕日をnational nursing dayとして定め、世界的に様々なイベントを行っています。当院でもその一環として、看護部臨地実習指導者会主催で、次世代を担う高校生へ1日看護体験を実施しました。高校生が印象に残った体験は、「衛生的手洗い」でした。「日常的に行っている手洗いでは実際にはきれいになっていなかった」、「完璧だと思っていたのに」、「家に帰ってからも15秒以上かけてしっかり洗いたい」などの感想を述べていました。

高校生ははじめ緊張した表情でしたが、体験を通し表情も穏やかとなり、最後には「一段と看護師を目指す気持ちが強くなった」、「看護師になれるよう頑張りたい」といった前向きな発言となり、とても輝いていました。

この高校生1日看護体験が、今後の進路、人生を考える上での一助になれば幸いです。看護職への啓蒙活動にも繋がっていく良い機会になったと思います。

臨地実習指導者会委員 金田 岳之



標準予防策



職員の皆様、来年の院内掲示される標語・ポスターはあなたかもしれません、来年も皆様からの応募をお待ちしています。
院内感染対策室 中嶋

標語とポスター

院内感染対策委員会では、今年も標語・ポスター募集を行いました。標語は「画像への標語当てはめ式」として、川井先生、小島先生の写真も使用させていただきました。

標語15題、ポスター4題と例年より応募数は少なめでしたが、COVID-19への感染対策を盛り込んだ内容でした。投票結果はWeb上で発表させていただきます。表彰は個別に行わせていただきます。入賞作品は年間を通して院内へ掲示いたします。

第3事業部

東名厚木メディカルサテライトクリニック 健診センター



当施設は日本人間ドック学会の施設機能評価認定を受けた、神奈川県のもも西側に位置する建物が独立した健診センターです。

1992年6月に東名厚木病院内に健診センターが誕生し、その後、2008年に旧クリニックの施設に引っ越し。その28年の歴史においても、未知の感染症がまん延する中での感染症対策をしながらの営業というのは初めてのことです。このような状況下ではありますが、健診を受けたいとご連絡いただく方と感染予防をしながらの受け入れる限界との板挟みになりながら、安全に配慮して営業する日々が続いています。

東名厚木メディカルサテライトクリニックは施設内での健康診断、人間ドックだけではなく、訪問しての企業健診にも対応しています。通常の健診はもちろんのこと、発がん性が指摘される化学物

質等の特殊な健康診断にも幅広く対応が可能です。その背景としては近隣に研究所のお客様が多く、ご要望にお応えしていくうちに複雑な健診にも対応する土台ができてまいりました。

近頃は、働き方改革の成立により労働時間等だけではなく、健康情報取り扱いと管理についても規定ができ、企業の従業員に対する健康管理の重要性が増しています。その他、毎年のように健診関連の細かな法改正がありますので、更新される情報にアンテナを張りながら、法令に則った最新の健診を今後も提供してまいります。



健診センター 営業グループ
高橋 恵吾

働く仲間

入職／平成28年4月1日
氏名／三澤 美咲
臨床検査科



臨床検査技師として働き始めて6年目にして、COVID19感染拡大により臨床検査技師という職業は少し注目を集めたようです。

私たちの仕事は、患者さんから採取した検体を使って成分データを測定する検体検査と超音波検査や呼吸機能検査など患者さんに協力していただく生理機能検査があります。どちらも検査データを正しく解釈し、先生方に伝えることが大事になってきます。また、検査精度の管理も技師の大事な役目であり、現在、検体検査の精度管理について勉強しているところです。

今後、医療現場の変化によって臨床検査技師に求められることが変わっていく中で、日々新しい事を学び病院内で活かすことで、臨床検査技師という職業をもっと色々な方に知ってもらいたいと思っています。

入職／平成元年5月22日
氏名／片岡 令安
放射線技術科 技師長



父が定年退職を迎えたとき、36年務めたと聞いた。そんなに長く勤まるのかと思った。バブル後の平成元年に入職、当時住んでいた華やかな渋谷から一転、田んぼの中の病院・カルチャーショック激しかった事を思い出す。

30年というと、私自身が実家で暮らした年月を軽く超える時間であり、例えば生まれていなかった人が中堅として働く計算になる。実際そういう人たちと働いている。不思議だ。病院自体も棟が2つ増え、健診センター、クリニック、老健施設等々別棟が次々建った。職員も当時とは比べ物にならない人数が働いている。（覚えられない・・・）

当科も、当時5名だった人員が、今では18名。様々な検査装置が稼働し、ついには放射線治療装置まで。確実にレベルは向上した。その長い時間、私は成長してきただろうか。自分ではそれなりにやって来たと思っているが、それは一緒に働く人たちが評価する事だ と考えている。

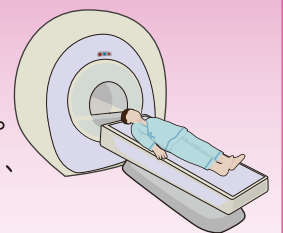
30年・・・月日が経つのは早いと言うが、まさに今思うと・・・早かった。

がん総合外来

Vol.3

放射線治療

当院では、「外照射」と呼ばれる体の外から放射線を照射する治療を行っています。放射線治療室は、放射線治療医・看護師・放射線技師・医学物理士の多職種により、安全で安楽な放射線治療の提供を目標に協働しています。



受診する患者様は、「放射線治療」に対してイメージがつきにくく、多くの不安を抱えて来院されます。問診時から患者様の不安に寄り添うことに加えて、パンフレットなどを活用し治療前から治療のイメージが出来るよう支援しています。

放射線治療は、一度に多くの放射線は当てられず、少ない放射線を複数に分けて当てる必要があります。そのため、治療を全て受けられるよう患者様の状況に合わせて環境調整をしています。

治療開始後は患者様の日常生活における指導や、予想される身体への負担対応に心がけ、安心して治療が行えるよう取り組んでいます。



これからも患者様に合わせたより良い治療やケアの提供に努めていきたいと思っています。

がん総合外来 大瀬 彩加

第2事業部

★ なでしこの里 開設より1年半が経ちました ★

介護老人保健施設
なでしこの里リハビリひらつか

なでしこの里リハビリひらつかは、平成31年1月に開設した介護老人保健施設です。私はその前年に、同法人の健診センターより施設開設の準備室に異動してきました。介護施設での勤務は初めてであり、最初は何をすべきかも分からない状態でしたが、介護、看護職等の現場スタッフと協力し開設までの準備に取り組んでまいりました。官公庁への届出申請をはじめ、介護ベッドや什器備品、消耗品を買い揃えることなども行ってきました。

開設後も、軌道に乗るまでは長期を要しました。これまで職員が定着しなかったり、運用面で上手くいかなかったりと様々な紆余曲折がありました。事務部門も業務を何も無い状態から作り上げなければならず、

窓口対応、総務、経理、請求など、業務が定着するまでに時間がかかりました。

開設より1年半が経過した現在、施設の入所定員が100名のうち、入所者数が月平均で約90名に達し、少しずつですが軌道に乗りつつあります。私は事務職員の立場から、ご利用者様がより快適に過ごすことができるよう、また、現場スタッフが働きやすいような環境づくりのために、より一層貢献していきたいと考えています。これからもなでしこの里の一員として、スタッフと共に施設理念である「地域に愛される施設」を目指していきたいと考えます。

杉山 秀



正面玄関にサーモグラフィーを導入しました

とうめい厚木クリニック

とうめい厚木クリニックでは、来院される皆様に、正面玄関にて担当者が検温をおこなっていましたが、7月31日にサーモグラフィー（AIサーマルカメラ）を設置いたしました。

この機械は、カメラの前を通過した際にはモニターに体温が表示され、検温が完了します。来院される皆様には、手指消毒を行いながら、ご自身の体温の確認をお願いしております。なお、体温が37度を超える表示がされた場合は、体温計にて再度測定をお願いしております。

皆様には、ご不便をおかけいたしますが、感染拡大防止のため、ご理解ご協力をお願いいたします。



感染防止のための当院の取り組み

東名厚木病院では、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、以下の対策を行っています。皆様には、ご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

ご面会について

原則で面会は禁止とさせていただきます。

お見舞いメールサービス

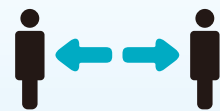
面会禁止期間中の入院患者さんには、ホームページより、お見舞いメールをお届けするサービスを行っています。

当院をご利用される皆様へのお願い

- 施設内ではマスクの着用
- 待合などでは、間隔をあけてお待ちいただくこと
- 入口での検温、手指消毒へのご協力
- 入院前には、全ての方への胸部X線の撮影

当院スタッフの感染対策

- 全職員のマスク着用、手指消毒の徹底など、感染予防策の実施
- 検査などに使用した機器・機材の消毒
- 出勤前に体温計測を行い、発熱の認められるものへの自宅待機
- 公共交通機関の混雑を避けるため、時差出勤の実施



編集後記



●突然の強雨後、2本の虹を見ることができ、心が癒されました。(すみれ)



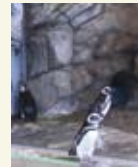
●大きなすすきが風に揺れていました。今年の十五夜はちょうど本誌発行日の10月1日だそうです。きれいな月のうさぎが見られますように…(里うさぎ)



●久しぶりの外食に鎌倉まで足をのばして行ってきました。海の見える席に通して頂き、綺麗な景色と美味しいご飯に大満足でした☆(バナ男)



●久々に美術館に行きました。テコレーションした紙袋をかぶってお掃除をする体験をしたかったのですが、予約がいっぱい。案外、やりたい人がいるんだと安心しました。(おちゃがかり)



●気晴らしにと久しぶりに水族館へ行ってきました。ペンギンたちもソーシャルディスタンス、ちょっと笑える光景です。(クッキー3)



●今年はお取り寄せが増えました。水羊羹から栗やお芋に…季節毎の美味しい楽しみは止まりません♪(豆大福)



私が飼育しているホトケドジョウをご紹介します。ホトケドジョウという名前は、口が尖っていない仏様のように優しい顔立ちに由来していると言われていいます。主な生息地は低い山から平地にかけて形成される谷戸の細い流れです。このような生息地は開発とともに失われ、ホトケドジョウは全国的に減少しています。特に神奈川県では、急激に減少し、県の「絶滅危惧種」とされています。厚木市でも減少の一途を辿っていますが、東名厚木病院近くを流れている河川の上流域で40年以上ぶりに発見した時は感動しました。

厚木には、他にもまだまだ貴重な自然や動植物が残されています。withコロナの中、近場の自然に触れるのも良いものです。ただ川にはマナーがありますので注意が必要です。

例) ひっくり返した石は元に戻すなど



平山 卓哉

各施設の連絡先

東名厚木病院

〒243-8571 厚木市船子232
TEL.046-229-1771 FAX.046-228-0396
<https://www.tomei.or.jp/hospital/>

とうめい厚木クリニック

〒243-0034 厚木市船子237
TEL.046-229-3377 FAX.046-229-1935
<https://www.tomei.or.jp/clinic/>

透析センター

〒243-8571 厚木市船子232
TEL.046-229-1771 FAX.046-229-1939
<https://www.tomei.or.jp/toseki/>

愛川クリニック

〒243-0303 愛川町中津2035-1
TEL.046-284-5225 FAX.046-284-2772
<https://www.tomei.or.jp/aikawa/>

とうめい綾瀬腎クリニック

〒252-1107 綾瀬市深谷中1-8-20
TEL.0467-70-1115 FAX.0467-70-2115
https://www.tomei.or.jp/ayase_clinic/

東名厚木メディカルサテライトクリニック 健診センター

〒243-0034 厚木市船子224
TEL.046-229-1937 FAX.046-227-0677
<https://www.tomei.or.jp/tams/>

新横浜メディカルサテライト 健診センター

〒222-0033 横浜市港北区新横浜2-5-11 金子第一ビル4F
TEL.045-471-3855 FAX.045-471-3856
<https://syms.tomei.or.jp>

介護老人保健施設 さつきの里あつき

〒243-0034 厚木市船子322-1
TEL.046-227-1188 FAX.046-227-0033
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/roken/>

介護老人保健施設 なでしこの里 リハビリひらつか

〒254-0016 平塚市東八幡4-19-3
TEL.0463-23-7045 FAX.0463-22-4187
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/nadeshiko/>

厚木市南毛利地域包括支援センター

〒243-0039 厚木市温水西2-27-38 カーネーションパーク1階
TEL.046-250-1108 FAX.046-250-1105
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/houkatu/>

訪問看護ステーション さつき

〒243-0034 厚木市船子131-1
TEL.046-228-6556 FAX.046-228-6557
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/satuki/>

訪問看護ステーション さつき サテライト愛川

〒243-0303 愛甲郡愛川町中津3529 スズキビル2F 202号室
TEL.046-284-6677 FAX.046-228-6688

東名厚木病院居宅介護支援センター

〒243-0034 厚木市船子131-1
TEL.046-227-6557 FAX.046-228-6557
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/kyotaku/>

複合型施設マザーホーム戸室

〒243-0031 厚木市戸室1-29-1
<https://www.tomei.or.jp/fukushi/motherhome/>

- 1F **多機能型事業所「にじいろ」**
TEL.046-222-7772
- 看護小規模多機能型居宅介護事業「いわしぐも」**
TEL.046-222-7773
- 2F **訪問看護ステーション「もみじ」**
TEL.046-294-1177 FAX.046-294-1178
- 3・4F **サービス付き高齢者向け住宅「マザーホーム戸室」**
TEL.046-222-7755 FAX.046-222-7756



●無料送迎バスを運行しています。
詳しくはホームページの
無料送迎バス時刻表をご覧ください。
<https://www.tomei.or.jp/hospital/>