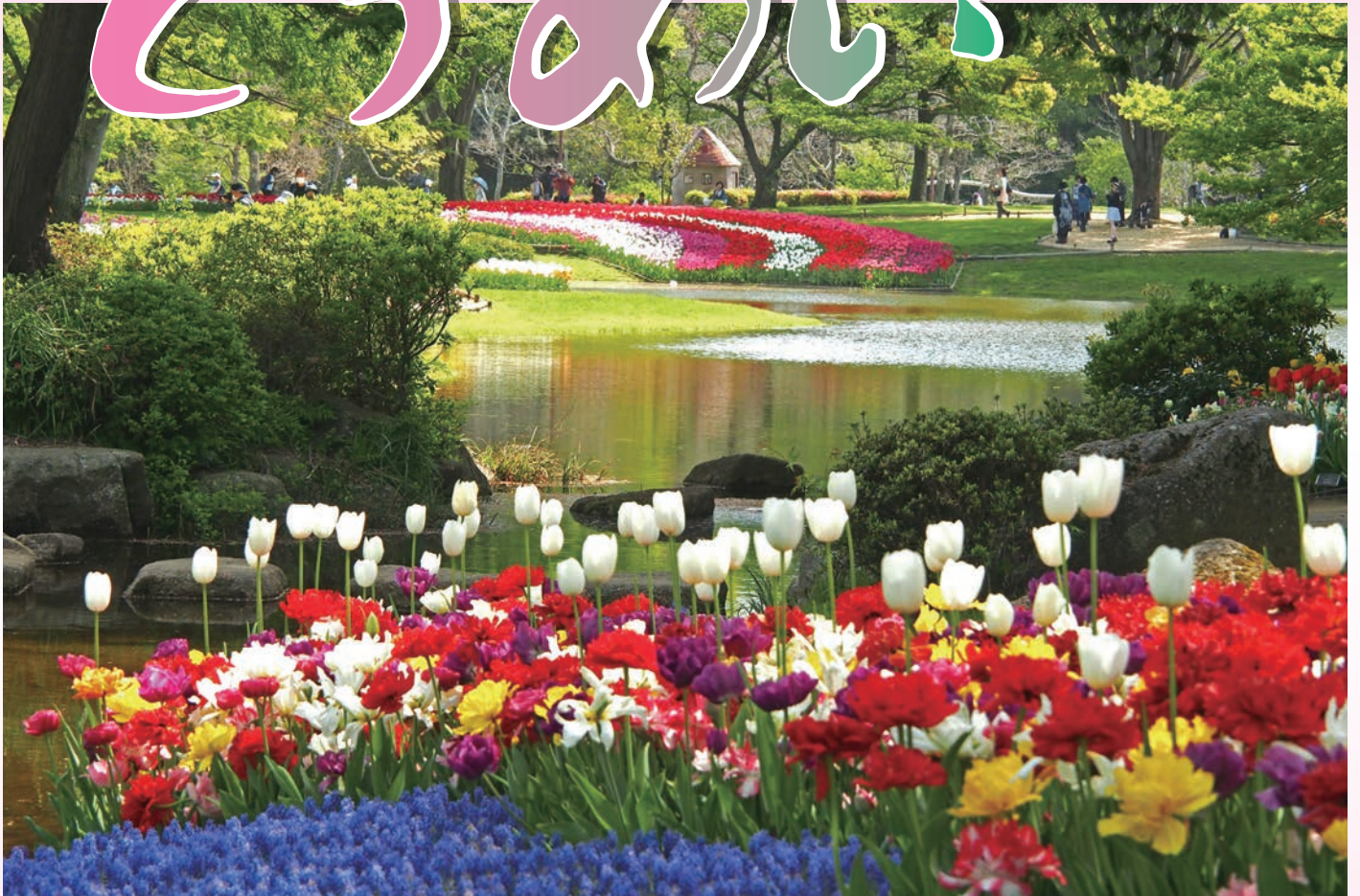


とうめい



百花繚乱 〈撮影場所：立川昭和記念公園〉

光に満ち溢れたこの季節、花々に誘われて大勢の人が集まります。

フォトサークルA 熊澤 秀子

●目次

百花繚乱	1P	リハビリ通信	6P
医療記事	2P	糖尿病と運動	
「症状のない肺がん」		地域包括ケア病棟	
三思会創立40周年 記念ロゴが決定しました	3P	働く仲間	7P
かけはし ～登録医紹介～	4P	MYバレンタイン健診	
第2事業部		がん相談支援センター	
居宅介護支援センター 新任ご挨拶		ペットのはなし	8P
特集 とうめい厚木クリニック	5P	編集後記	
とうめい厚木クリニックの感染症対策		関連施設一覧	
患者さんの声			

症状のない肺がん

呼吸器科◆竹内 真吾

ちょっとした息切れ、咳、胸痛

ちょっとした息切れ・咳・胸痛は誰でも時々あると思います。原因は様々あるでしょうし、多くの場合は大事に至らないでしょう。しかし、なかには怖い病気が潜んでいる事があります。症状が続く場合には、医療機関で胸部エックス線撮る事をお勧めします。

画像1枚でその原因がわかる事があ
り、必要な場合には
早めに治療を開始す
ることが出来ます。



症状のある病気・ない病気

呼吸器疾患は肺炎・喘息・慢性閉塞性肺疾患・肺腫瘍・気胸・前縦隔腫瘍・胸膜腫瘍など様々です。咳・息切れを自覚する事や痰が多くなる事、痰に色がつく事で気が付く場合がある一方で、初期には症状が出ない病変もあります。症状のない病気の代表は肺がんです。初期には症状がなく、偶然撮影した画像で初めて見つかる事があります。少しでも早期に肺病変が見つければ、そ

れだけ治療の選択肢が広がりますので、毎年のがん検診などで画像検査をしつかり受けるとよいでしょう。画像で異常が見つかればその後は胸部CTを撮影し、より精細に検査する事になります。



肺がんについて

肺がんは、2019年の統計では死亡数が最も多いがんで、部位別で男性で第1位、女性で第2位の死者数です。5年生存率は男性で約30%、女性で約50%ですので、治療方法が徐々に進歩してきましたが、依然として治りにくいがん種である事に変わりはありません。初期に特異的な自覚症状はありません。がん検診や他の症状で行った胸部エックス線で偶然見つかる事が多いです。さらに胸部CTで腫瘍の場所や大きさを確認し、どのような検査・治療が適切かを判断します。肺がんの治療法は大きく分けて①手

術、②薬物療法(化学療法)、③放射線治療の3種類があります。多くの場合はそれらを組み合わせ治療します。

①手術治療とは、一般的には腫瘍を含む肺葉を摘出し、さらに所属リンパ節を切除します。通常手術時間は4時間前後で、入院期間は術前を含めて10日前後です。

②化学療法は、近年目まぐるしく進歩している治療で、毎年のように新規治療薬が市場に出てきてその効果も良くなってきました。吐き気、食欲不振、脱毛、痺れなどに対する副作用対策も同様に大きく改善しています。使用されるお薬によって副作用も異なります。最初は入院で投与し、副作用が許容範囲内であれば外来で投与が可能です。

③放射線治療は、放射線治療科の専門医師に依頼し、連携をとりながら治療します。腫瘍の死滅を期待する根治的照射や痛みを取る照射などがあり、色々な場面で行われる治療です。

このような治療を組み合わせ、東名厚木病院では神奈川県がん診療連携

指定病院として肺がんの診断から治療までを全て1箇所ですべて完結する事が出来ます。また、経験豊富なスタッフを多く揃え、連携もスムーズです。少しでも心配事がありましたら一度ご相談下さい。

自然気胸について

男性、やせ型で身長長の若年者に多く見られる呼吸器疾患に自然気胸があります。名前は聞いた事があるかも知れませんが、原因は成長過程で肺にブラ・ブレブという肺嚢胞が出来てしまい、なんらかのきっかけでそれが破れて肺から空気が胸腔内に漏れ、肺がしぼんでしまします。症状は突然の胸痛や動作時の呼吸困難です。お薬では治りませんので繰り返し返す場合には手術が必要になります。多くは2cm程度の小孔3つで手術可能ですので気になる症状がありましたらご相談下さい。以上、呼吸器疾患に関して主なところをお話しさせて頂きました。

ちょっとした息切れや咳嗽など気になる事がありましたら、お気軽にご相談ください。

三思会創立40周年 記念ロゴが決定しました



2021年6月、社会医療法人社団三思会は、創立40周年を迎えます。60床の東名厚木病院からはじまった当法人は、現在、保健・医療・介護・福祉サービスを提供し、17施設となりました。本来であれば、地域の皆様と共にお祝いをしたいところですが、思いがけないウイルスの到来によりイベントなどが難しくなっていました。そこで、昨年11月に職員向け企画として、40周年記念ロゴの募集を行いました。全14作品の中から選ばれたのは、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 中津川直弘さんの作品です。ピンクのビビットカラーでデザインされたロゴは、広告や名刺など様々な場面で展開をはじめています。また、「つなぐ つながる未来へ」をスローガンに、17施設のつながりや地域の皆様とのつながりを改めて感じることでできる40周年にしていきたいと思っています。

テーマ

「未来に向かって一致団結」

三思会17施設を「O」の部分のOで表現し、三思会ロゴと並べても違和感のないようにシンプルにしました。

デザイン案作成

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
 事務部 営業グループ 中津川 直弘さん

写真で振り返る 東名厚木病院の40年

今までの歴史を振り返り、原点を探る試みとして、「とうめい」を創刊号より、定期的に職員に向けて配信しています。以下、とうめい第27号増築記念号 昭和62年3月1日発行 ごあいさつより抜粋です。

昭和56年6月に60床にてスタートした当院は、「地域住民と共に歩む医療」「健康を創り守る医療」をスローガンに職員一同「救命救急医療」「地域へ出て行く医療」を実践してまいりました。一中略一「いつでも、どこでも、誰もが、満足する」医療を目指し実践してきました当院は、増改築によりその行動の「広さ」と「深さ」とを獲得しうると確信しております。「高機能にして温かな」病院として、病気の「予防から治療」「リハビリから創建運動」へ力強い前進をさらに推しすすめてまいります。



建設中



創立時 60床



2号館増改築 202床



とうめい創刊号



3号館増改築 199床



4号館増改築 277床

かけはし 登録医紹介

高橋内科医院

vol.35

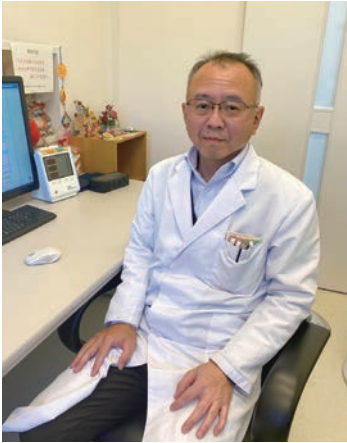
《所在地》

〒243-0022

厚木市酒井2537

TEL: 046-229-0188

院長 高橋 正信



厚木市酒井で高橋内科医院を開業しております高橋正信と申します。

当院は約50年前に現在の場所で父が開業し始め、昨年、8月に私が院長を変更となりました。まだまだ、若輩者ではございますが、地域医療のために貢献したく奮闘中です。

診療科は一般内科が主で高血圧症、脂質異常症や糖尿病などの生活習慣病などの診察を行っております。また、胃カメラや腹部エコーの検査も行っております。専門的に治療の必要な患者様にはとうめい厚木クリニック様や近隣の病院様

に紹介させていただいております。

他には厚木市や近隣の市の特定健診やがん検診、企業の一般健診、小児などを含む予防接種も行っております。

現在は、当院では感染症対策のために入室制限などを行っております。いろいろな制限を強いられる昨今ですが今後も、地域の皆様が少しでも元気に生活できるように一緒に相談していけるような身近な家庭医を目指していきたいと思っております。

これからもよろしくご指導お願いいたします。

第2事業部

東名厚木病院居宅介護センター

★ 新任ご挨拶 ★

4月よりセンター長として着任しました。私は老人保健施設で介護福祉士として療養棟、通所リハビリテーションで働きました。その後、ケアマネジャーとしては平成17年から従事し今年で16年目となります。東名厚木病院居宅介護支援センターには、ケアマネジャーとなった当初在籍し諸先輩から基本を学び、一旦介護老人保健施設さつきの里あつぎにてケアマネジャーと通所リハビリテーション兼務を経て平成30年9月より再び在籍しています。

東名厚木病院居宅介護支援センターは、平成12年介護保険制度開始当初から開設し21年という歴史があります。質の高いケアマネジメントを評価する事業所に加算する特定事業所加算を神奈川県内でいち早く取得。病院や介護保険サービス事業所、地域包括支援センターと連携を積極的に行ってきました。令和元年には、開設20周年を迎えております。

昨年は、コロナ禍にて日常生活が大きく変化しました。当事業所としても対応に追われる日々となりました。その中で私たちは、『その人らしい生活を支える』ことを念頭に置き相談支援を行ってきました。今年1月

センター長 三橋 悟



には、新しいケアマネジャーが加わりフレッシュな体制となりました。今後とも新人、ベテランそれぞれの力を合わせ取り組んで参りますのでよろしくお願い申し上げます。

●居宅介護支援事業所とは

平成12年の介護保険の施行に伴い、在宅での生活が健やかに送れるよう、ご自分にあったサービス内容を利用者の方やご家族の方と相談しながら在宅生活を続けて行くのをお手伝いする事業所です。

●ケアマネジャー(介護支援専門員)とは

介護保険法に基づく資格でご利用者の立場に立ち主に次のような業務を行います。

- 適切な介護サービスが利用できるための相談、アドバイス
- ケアプラン(介護サービス計画)の作成及び見直し
- 介護サービス提供機関との連絡調整
- 要介護認定等の申請手続きの代行



第5事業部

とうめい厚木クリニックの感染症対策

新型コロナウイルス患者が日本で最初に報告されてから1年以上経過しましたが、まだ感染症対策が必要な状況は続いております。そのような中、当院が実施している対策についてご紹介したいと思います。

発熱外来の開設

まずクリニック駐輪場付近に簡易スペースを設置し、一般患者様と発熱患者様が同一環境にいない状況を作りました。その後、正面玄関右側に発熱外来専用の入り口と診察スペースを設けました。

発熱外来では、感冒症状のある方（発熱・咽頭痛・せき・倦怠感・息苦しさ等）に、一般外来と分けて別の場所で対応し、オンラインにて医師の診察を行っています。また、医師の判断のもと、必要な検査を実施しています。

環境整備

来院患者様の体調把握のため、正面玄関にて非接触式体温計を使用し、職員による直接検温を開始しました。その後、機械の前を通過すると体温が画面に表示されるサーモグラフィ（AIサー



マルカメラ)を導入しました。ここで熱があった場合は、電子体温計にて計測をお願いしています。

また、院内飲食による感染予防のため、飲食販売店を残念ながら閉店とさせていただきます。

スタッフの対応

毎朝検温し、体調確認をしております。症状がある場合は必要に応じ、自宅待機としています。

職員は不織布マスクを着用し、患者様と直接やり取りする業務ではさらにフェイスシールドをつけて対応します。患者様一人対応するごとに手指の消毒または手洗いをし、患者様が触れるテーブル・椅子・ベッド等も適宜消毒を行っています。

何かお困りの方は、直接来院せず、まずは当院へ電話にて相談をお願い致します。

今後も職員一丸となり、感染症対策に取り組む、当院理念の1つでもある「安心とやすらぎを提供するクリニック」として、患者様・地域住民の方々に医療を提供していきたいと思っております。



患者さんの声

お手紙を

いただきました

●医療従事者の皆様

コロナ渦の中、大変お忙しい中でも、東名厚木病院の皆様のおかげで、医療に携わる皆様の過酷な状況が日々取り沙汰されており、いつも感謝を致してやみません。

私は長くお世話になっていますが、玄関を入ってから会計を終えて帰るまでいつも爽やかにされております。これを、重ねて感謝致しております。自分が病氣やけがで入院しますと、不安や絶望感がない限り本当に辛いものです。でも、先生方や看護師さん達が大変丁寧に、親身になって対応してくださることで、どれほど慰められているか計り知れません。

これからも引き続き大変な状況が続くと思いますが、皆様お一人お一人のご健康と、それを支えるご家族の皆様の平安を心より祈っております。





リハビリ通信 第55回

糖尿病と運動

◆糖尿病とは

血糖値を下げる「インスリン」というホルモンの作用不足により、血液中に糖が多く（高血糖）なる病気です。高血糖が長く続くと、神経障害、網膜症、腎症などの合併症を引き起こし、失明したり透析治療が必要となる事があります。また、血糖のコントロールが良くない場合、一般的に感染症が重症化しやすいと言われていています。そのため普段症状が無くても、良い血糖値で過ごす事が大切です。糖尿病の要因は多様ですが、特にインスリンの作用不足で生じる2型糖尿病では日頃の運動習慣の改善が重要です。今回は、糖尿病における運動についてご紹介します。

◆運動の効果

筋肉で糖が利用されるため、運動後に血糖値が低下します。また、運動を長期間継続する事で、インスリン

ンが効きやすくなります。

◆運動の方法

【内容】運動は「有酸素運動」と「レジスタンス運動」に分ける事ができます。この2つを合わせて行う事が、血糖値の改善にはより効果的です。「有酸素運動」はウォーキングや水泳などの運動で、「少しきつい」くらいの強さが目安です。「レジスタンス運動」は、スクワットやチューブを使った運動など、いわゆる「筋トレ」の事です。

【時間・頻度】週3〜5日以上、細切れでも週に通算150分以上行うことが効果的です。運動機会が少ない方も、まずはプラス10分を目標に取り組んでみましょう。

◆運動をする際の注意点

・合併症が進行している場合には運動が禁止される事があります。その際は医師に相談しましょう。
・インスリン注射やSU薬・グリニド薬という種類の薬を使用している場合には、運動により低血糖を起す事があるため注意が必要です。

リハビリテーション科

理学療法士 四宮 明宏

三思会糖尿病チームではブログで情報発信をしています♡
簡単に行える運動も紹介しています♡



地域包括ケア病棟

地域包括ケア病棟は、急性期治療を経過し病状が安定した患者さんに対して、在宅や介護施設への復帰支援に向けた医療や支援を行っています。場所は2号館と1号館の4階で60名の患者さんを受け入れています。

急性期治療を終え、病状が安定して退院となってもすぐに在宅復帰・施設復帰するには不安がある患者さんを対象としています。自宅退院に向けて心身共に回復するよう医師・病棟看護師・退院調整看護師・社会福祉士・リハビリスタッフ・薬剤師・栄養士・歯科衛生士が一丸となり、病院から在宅への「架け橋」となって、退院支援をしています。自宅で患者さんを介護するご家族や介護施設の方にも、食事介助や処置を指導しながら、安心して退院していただけるように支援しています。

現在、面会制限がある中でも患者さんが穏やかに入院生活を過ごすことができるよう、季節を感じられる飾りつけをするなどの工夫をしています。

また糖尿病患者さんの教育入院も受け入れてお

り、糖尿病に関する検査・教育指導・血糖測定やインスリン自己注射の指導などを行っています。そして病院に入院している糖尿病を持つ患者さんを対象に、毎週火曜日から土曜日までの5日間にわたり、医師・看護師・理学療法士・栄養士・薬剤師が交代で糖尿病教室を行っています。

退院する患者さんが少しでも不安なく、自宅で元の生活を送ることができるよう、患者さん一人ひとりに合わせた支援を続けていきたいと思ひます。

中尾 美幸



働く仲間

入職／平成27年4月1日
氏名／石川 舞
診療情報管理室



当法人には、老健さつきの里あつぎに入職し、2018年に病院へ異動して参りました。異動当初は、雰囲気も業務も全く違うため、戸惑いましたが同時に外部業者も含め職員数の多さに驚きました。もちろん老健とは規模、施設の役割は違いますが、これだけの人・職種があって成り立っているのだと、改めて連携の大切を知りました。

私には息子が一人おりますが、4月に小学6年生になります。入職したころはまだ可愛らしかった子も、すっかり男らしくなりました。昨年には身長も追いつかれてしまいました。私も子供の小学校生活6年間と同じくらい成長出来ていたら良いのですが、どうでしょう。まだまだ未熟者なので、これからも精進していきたく思います。

入職／平成31年7月1日
氏名／小山 雅嗣
地域連携室



私は前職で検査会社の営業職をしておりました。取引先は病院やクリニックなどの医療機関です。

そんな事もあってか、昔、丁度現在の地域連携室がある場所に訪問した事がありました。今考えればこれも何かの縁だったのかなと思いました。

入職して直ぐに感じた事は医療に関わる専門用語や約束事など覚えなければならない事が多く、患者様がスムーズに受診出来るように調整する事が果たして自分に出来るのかという不安で一杯でした。

上司や先輩職員の方々から親切・丁寧に指導して頂き、ようやく1年が経ちましたが、まだまだ至らぬ点もあり、失敗する事もあります。その反面、前職では得る事の出来なかった多くの気付きがあります。この気付きを糧にして先輩職員の方々方が築き上げて来られた信頼を損なわない様に一生懸命取り組んでいきます。

がん相談支援センターだより



* がんサロンについて

年間通して、がん相談支援センターだよりをお届けします。よろしくお願い致します。

今まで皆さまとお話や交流が出来る場として講演会やがんサロンを企画・開催して参りました。しかし、今年は新型コロナウイルスの流行及び感染拡大の防止のため、病院では面会禁止の状況が続いています。がん相談支援センターでも開催を予定していた講演や対面のがんサロンは中止せざるを得ない状況になりました。

そこで、当院初の試みとしてオンラインがんサロンを2月20日に開催いたしました。第一部は鎌田医師から「ステイホームと過ごし方と注意点」をテーマにご講演頂き、第二部は医師やがん相談支援センター看護師、ソーシャルワーカーが参加頂いた皆様からのご質問にお答えさせて頂きました。短い広報期間にもかかわらず、申込は40人を越え、当日の参加者は約半数でした。慣れないオンラインの環境ではありましたが、みなさま熱心にご聴講頂き、また二部では事前に頂いた質問以外にもチャットで沢山のお問い合わせを頂きました。今回のがんサロンのためにマイクセットをご用意頂いたのお声もありました。

今後もまだまだ感染症の流行は続きそうです。がん相談支援センターでは今年度も引き続きオンラインのがんサロンやミニサロン等を企画しています。詳細は決まり次第病院のホームページ上で告知致しますので、ぜひみなさまお気軽にご参加ください。



MYバレンタイン

東名厚木メディカルサテライト健診センターでは毎年2月に「MYバレンタイン健診」を開催しております。

「MYバレンタイン健診」とは、平日は、仕事や家事、育児などで健診を受ける機会が少ない女性のため、2月の日曜日に、乳がん（マンモグラフィーまたは乳腺エコー）、子宮頸がん、骨密度、血液検査（甲状腺検査など）等、女性に多い病気の早期発見につながる項目をセットにした健診となっております。

女性スタッフのみが対応し、より安心して受けられるように配慮しております。今年は、2月14日に開催され、35名の方にご受診頂きました。アンケートでは「女性だけで安心」「親切で安心して受けられた」「穏やかに進行した」との嬉しい回答を頂いております。

40代～60代のリピーターの方が多く、20代、30代の方や、初めての方にもご受診頂きました。乳がん・子宮がんは若年層でも発症の可能性はあります。今後も幅広い年齢層の方にご受診頂けるよう、健診センタースタッフ一同、取り組んでいきたいと思っております。



編集後記



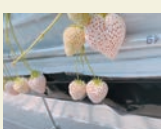
●季節のフルーツを乗せたパンケーキ。安心して味わえる日が来るのが待ち遠しいです。今年度も「とうめい」をよろしくお願ひ致します。
(クッキー3)



●パリのカフェを意味する韓国発祥のカフェ名物、いちごのパフェを東京で食べた時の写真です。
(里うさぎ)



●たま～に無性に食べたいくなるイチゴショートケーキ。眺めているだけで幸せを感じます。でも食べるともっと幸せです(笑)。
(すみれ)



●昨年のおいちご狩りで食べた白いちごです!早くコロナが落ち着いて子どもたちが外で遊び回れる日が来るといいなと願っています。
(バナ男)



●いつの間にか春がやってきました。新しい仲間を迎え、この出会いを大切に、また1年頑張っていこうと思います。祝40周年。
(おちやがかり)



●苺大福。今回の編集後記の写真は苺で揃えました。それぞれの苺はみんなかわいくて…美味しそう♪そして癒されます。
(豆大福)



まめ介と十戒

「犬の十戒」というブリーダーが犬の買い手に渡している作者不詳の「犬からご主人への11のお願い」の詩を少し紹介します。①私の一生は10～15年ぐらいいいありません。だからほんのわずかな時間でも貴方と離れている事は辛いです。(中略)⑩最期の時、そばにいて私を見送って下さい。貴方が側にいてくれるだけで、私はどんなことでも安らかに受け入れる事が出来ます。そしてどうか忘れないで下さい。私が貴方を愛していることを…。

初めて「犬の十戒」を読んだ時、気づくと涙があふれていました。その後子供が小学校に入学する頃、私は犬を飼いました。名前を「まめ介」と言います。まめ介ももうすぐ11歳、彼は言葉を理解できなくても、話しかけている声で理解してくれているのでしょうか?そしてそれを幸せだと感じてくれているとしたら、自分は幸せです。
吉岡 我佳命



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 さつきの里あつぎ

〒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/>