

日鋼記念メデイカル情報

社会医療法人母恋の使命「医療人として組織として社会に貢献する」

目次

- 2018年 年頭のご挨拶 2～3
- 冬本番！これから流行するこどもの感染症(後編) 4～5
- 栄養通信 6
 - 人間ドック プレミアムヘルシーランチ2018
- 母恋インフォメーション 7
 - New Face ～1月着任医師のご紹介
 - 在宅緩和ケア支援広場『あっとほーむ』開催のご案内
 - 面会制限のお願い
- 日鋼記念病院 各種教室のご案内 8

今月の スナッフ



毎年恒例の「餅つき」：緩和ケア病棟

冬休みに入ったお孫さんたちの協力もあり、とてもにぎやかで楽しい餅つきになりました！

2018年 年頭のご挨拶



社会医療法人母恋
理事長
飯塚 進

明けましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

北海道は全国に先駆ける形での高齢化・少子化が進んでいるとか、今年は増税傾向や医療費・介護などの改正があるなど少々暗い話が多く聞かれます。しかしながら考えてみると私たちは今後の医療機関の在り方を他に先んじて検討出来、また手を打てる立場にあるともいえます。今までの流れ、考え方をただ踏襲するのではなく、私たちが如何に新しい将来像を描けるか検討する良い機会でもあるわけです。患者さんに満足してもらえる病院という言葉にただ安住するのではなく、本質的に人として何がその人に良いのかを意識した医療を、看護を、そして介護を提供することが求められているのだと思います。

皆さんはあまり意識しないと思いますが、この病院にかかって頂きトータルで納得できる理想の医療・看護・介護を受け、良い思いを持って自分のしたいことを生きていける（そしてなかには亡くなっていく）ことが患者さん、そして家族にとって最高の医療の在り方だと思うのです。これは患者さんだけではなく私たち自身への思いでもあると考えています。私たちがかけたい、家族を受診させたい病院でなければ患者さんにかかっていただけないと思えません。子どもに、親戚に、ここで仕事をしたいと思ってもらえる、そんな病院でなければスタッフもさみしいものがあります。私たちは目先にとらわれないで自分のしていることに自信を持ち、また他の人に誇れる、勧められる、そんな病院を今までもこれからも目指しています。

いままでここで仕事をして頂いた方、今仕事をして頂いている方が今の病院を作ってきました。私たちはさらに胸を張れる病院にする責務が、そして楽しみがあるのです。明日を信じ視線を少し上げて、今年も明るく元気な病院でありたいと思っています。

今年もどうぞよろしくお願ひいたします。



日鋼記念病院
院長
柳谷晶仁

新年あけましておめでとうございます。
地域の皆様におかれましては、つつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

現在、日本は少子化が進み超高齢化社会に突入し、西胆振地域でも2025年には人口の実に30%以上が75歳以上の後期高齢者になると推計されています。それに伴い医療・介護の環境整備が急がれるところでありますが、政府は社会保障費を抑制するため医療費の削減を打ち出しています。

今春は診療報酬・介護報酬の同時改定を迎えます。この改定は2025年の医療・介護ニーズ増大に向けて方向性が大きく決まる実質最後の同時改定とされていますが、診療報酬・介護報酬ともにマイナスにならない方向での改定を強く望んでいます。

また、西胆振地域は人口が減少の一途をたどり、室蘭市については2025年を境に後期高齢者は減少に転じると見られており、医療・介護ともに需要が減少すると言われています。病床数もある程度削減が望まれています。そのような中、昨年11月に「室蘭市地域医療あり方検討会」が発足し、将来の人口動向を見据えた適正な医療提供体制を構築するため、病床数削減も含めて市内3総合病院の今後のあり方について検討しているところであります。

病院、また医療を取り巻く社会情勢は日々変化し続けていますが、日鋼記念病院の使命は地域社会に貢献し、より良い医療を提供するために、「一歩前へ」を目指すことに変わりありません。今後も職員一丸となって努力していく所存でございますので、本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



副院長 富田雅義

明けましておめでとうございます。

昨年、当院では放射線治療装置を一新し、併せてエントランスから治療室内にかけてもリニューアルをしました。2018年は、これを境に日本の18歳人口が減少に転じ、今後減り続けていくということが以前から問題として挙げられていた年であり、すでに若者を中心とした、人口の減少に歯止めのかからない当地域にとっては今更の話になりますが、より質の高い医療を地域の方々に提供する体制を整えて、皆さんが安心・安全に生活ができる環境作りに少しでも貢献をしていくことが、我々が行いうる、この問題に対する対策のひとつと考えます。

今後も様々な努力を惜しまず、さらに一層の進化をしていきたいと思っております。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



副院長 益子博幸

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひします。

2017年も有名人ががんを公表するニュースが報じられました。ニュースで報じられるたびに、よい意味でも、悪い意味でもその影響力の大きさを感じています。しかし、残念ながら病気について興味関心が高まりましたが、検診の受診率は低いまです。

近年、地域の小中学生に対してがんの出前講座に出向く機会があります。想像以上に、子供たちが真剣に耳を傾け、時に、大人顔負けの質問もあります。私が子供の時には想像もできなかったことです。病気について正しい知識や、日常生活で予防や検診の受診など家族で理解を深められれば、早期発見・早期治療はもとより、万が一病気になるでも相談など互いに支えあうことができるのでは、と感じています。

2018年、受けたことがないという方は「がん検診元年」としてははいかがでしょうか。地域の皆様の未永い健康を心からお祈りしております。



副院長 榎並宣裕

新年明けましておめでとうございます。

昨年は国際的には困ったニュースばかりが目につきました。私たちの生活に大きな影響を与える可能性もあり、目が離せない状況です。翻って、医療においては、高齢者人口増加などによる医療需要の増加と医療・介護の質の維持が喫緊の課題です。政府は財政健全化の名の下に医療費総額を削減する政策を目指しています。入院ベッド削減による医療費抑制の考えから、在宅医療への転換を強く求めています。その受け皿は不十分で医療/介護難民の増加が危惧されます。地域社会の存続に医療の安定供給は欠かせません。診療報酬の削減、非課税の診療費のうえに消費税率上昇と医療機関経営負担は高まるばかりですが地域医療を守るべく我々も今まで以上に工夫を重ねて参ります。

地域住民の皆様におかれましては年明けのご自身・ご家族の生活習慣を振り返り、健康的な毎日を送って頂ければとお願いする次第です。2018年が皆様にとって健やかなよい年でありますよう祈念いたします。



看護部長 関口若栄

新年明けましておめでとうございます。2018年が皆さまにとって幸多き年となりますようお祈り申し上げます。

さて、日本看護協会では、2025年に向けた看護の挑戦 看護の将来ビジョンにおいて、「いのち・暮らし・尊厳を守り支える看護」として全世代型の地域包括ケアシステムの構築を示しております。これは、高齢者だけではなく、子どもを産み育てる人々、子どもたち、障がいのある人々などを含む全ての人々の生活を地域で支えるシステムです。

看護部門は、「信頼され心の通う看護、質の高い看護」の提供を目指し、継続教育に力を入れていきます。現在、認定看護師研修修了者が9分野12名（うち1名が特定行為研修修了）、助産実践能力習熟段階（クリニカルリーダー：CloCMIP）レベルⅢ修了者が2名在籍しております。時代の変化に合わせ、将来を見据え、法人使命である『医療人として組織として社会に貢献する』ための人材確保と育成を継続し、地域の皆さまを支援していきたいと思っております。

冬本番！ これから流行するこどもの感染症

後編



小児科主任科長
うえの みちひこ
上野 倫彦 医師

北海道大学医学部 平成3年卒
筑波大学博士課程医学研究科 平成13年卒
日本小児科学会専門医
日本循環器学会専門医
日本小児循環器学会専門医



冬になると気になるのが感染症です。冬の間、小児に流行する代表的なウイルス感染症の特徴や対処・予防法について12月から引き続き、後編をご紹介します。

ロタウイルス

5歳未満の乳幼児にみられる急性胃腸炎の主要原因ウイルスです。我が国では主に1月から6月まで（ピークは3～4月）流行します。頻度は少ないですが一年中みられます。潜伏期間は24～48時間で乳児がかかると重症化しやすいといわれています。

ロタウイルスに感染しても症状は様々（不顕性感染から重症胃腸炎まで）ですが、主症状は下痢（血便は普通伴わない）、嘔吐、発熱、腹痛です。症状から他の原因による胃腸炎と区別することは困難です。病初期に頻回嘔吐と発熱を来すことが多く、その後水様性下痢が出現し1週間ほどの経過で改善します。

便を利用した迅速検査が診断に役立つことがありますが、時に偽陰性もみられます。

感染経路

ロタウイルスは接触感染によるヒトからヒトへの糞口感染です。発症後1週間以上は糞便中にウイルスが排泄され感染源となり、強い感染力を持ちます（手指やものに付着すると、時に数日間感染力を持ちます）。



ノロウイルス

ロタウイルスと並んで胃腸炎の原因として多いウイルスです。初冬に流行することが多いですが、5月くらいまでみられることもあります。生カキを食べた後に発症することはよく知られています。

潜伏期間は通常1～2日で、嘔吐、下痢（通常、水様便で血便ではない）がそれぞれ60～80%、腹痛が50%、頭痛、発熱、寒気が20～30%にみられます。症状の持続は多くは1～3日間です。

症状からはノロウイルスの診断は難しく、また当院では迅速検査はできません。

感染経路

ノロウイルスの感染経路のひとつは経口感染で、ノロウイルスに汚染された飲料水や食物による食中毒です。調理者や配膳者が汚染された手指で食材に触ることによって起こる事例も報告されています。

もうひとつは接触感染や飛沫感染です。ノロウイルスに汚染された手指や衣服を触り、最終的に口の中に入って感染する場合や、吐物や下痢便が床に飛び散り、その飛沫を吸い込むことによって感染する場合があります。

ノロウイルスの感染力も非常に強く注意が必要です。なお、ノロウイルスに感染すると便中へのウイルスの排泄は1週間から1ヶ月ほど持続するといわれています。

治療

ロタウイルスもノロウイルスも特別な治療薬はなく、ウイルス性の胃腸炎として対応は同じです。脱水の予防が治療の主な目的となり、水分補給が重要です。症状が軽いときには経口での水分補給、比較的症状が重い時には点滴での補給が必要で、時に入院を要することがあります。抗生剤は無効で、かえって下痢の期間を遷延させるので通常使用しません。整腸剤の内服（飲めるようになったら）や、必要に応じて吐き気止めを使用します。止痢剤は積極的に使用すべきではないとされています。

なお、乳児では胃腸炎に合併してけいれんの群発がみられることがまれにあります（胃腸炎関連けいれん）。

保育園や学校の出席停止期間は特に定められておりません。症状が落ち着いて元気になれば登校・登園可能ですが、症状が治まってもウイルスの排泄は一定期間持続しますので、手指消毒の励行（本人・周囲）が非常に重要です。

自宅での対応の仕方

嘔吐後は、まず30分～1時間程度休ませてから少量ずつ水分を与えます。最近は経口補水液が市販（アクアライト、OS-1など）されていますので、それらが有効です（スポーツドリンクは塩分が少なく糖分が多いです）。

最初のごく少量を10～15分間隔で与えるようにします。嘔吐がなければ少しずつ量を増やしていきます。嘔吐が続いてぐったりする場合には受診しましょう。

自宅で簡単！ 経口補水液の作り方

砂糖40g（大さじ4.5杯）と食塩 3g（小さじ1/2杯）を湯冷まし 1L（ L ）によく溶かす。レモンやグレープフルーツ果汁を搾ると飲みやすくなります。



予防と対策

1) ワクチン

ロタウイルスに対してはワクチンが有効で、接種が行われるようになってから入院が必要になるような重症な患者さんは減少しました。日本で2種類のワクチン（ロタリックス、ロタテック）があり、接種スケジュールが異なります。接種される病院でご確認ください。

ノロウイルスに対しては、現在ワクチンはありません。

2) 手洗い

手指消毒が最も重要です。特に、食事の前やトイレの後に、流水・石けんによる手洗いを厳重に行ってください。



3) 吐物の処理の仕方

マスクや手袋（可能なら使い捨てエプロン）を着用しましょう。

乾燥しないうちに0.1%次亜塩素酸を浸したペーパータオルで覆って、外側から内側に集めます。その後ビニール袋に入れて密封してください。処置のあとは必ず手洗いを忘れずに。

吐物や下痢便で汚れた衣類などは、マスクと手袋をした上で、バケツなどに入れてまず水洗いし、0.02%次亜塩素酸で消毒します。

0.1% 次亜塩素酸の作り方



塩素系漂白剤（キッチンハイターなど）をおよそ50倍に希釈します。



500mlのペットボトルの水にペットボトルキャップ2杯程度の漂白剤を入れて混ぜます。

以上、保護者の皆様自身と子供たちの健康管理に気をつけていただき、寒い冬を楽しくのりきっていきましょう！

※ インフルエンザについては12月号をご参照ください。

栄養通信

人間ドック プレミアムヘルシーランチ 2018

栄養課
管理栄養士

いとう
伊藤しおり



新年おめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。

人間ドックを受診された方限定で、レストラン「れじいむ」にて『プレミアムヘルシーランチ』を提供しています。今年は「大豆」に注目しました。大豆の多様性を活かした特別メニューをご紹介します。



注目度上昇中 ～ 畑のお肉 大豆！

大豆は肉や卵と同様に良質なたんぱく質が豊富です。大豆たんぱくにはコレステロールの吸収を抑え、体外に排出する働きがあります。また、食物繊維、カルシウム、ビタミンB群、ビタミンE、葉酸など様々な栄養素も含まれており、近年ますますその良さが見直されてきています。

キノコのゆず風味マリネ
昨年大好評だったマリネ
ゆずの爽やかな香りでさっぱり

**魚介入り
和風グラタン**
ホワイトソースを使わず
絹ごし豆腐を使用
えびとホタテにみそ・
バターのコクをプラス

**やわらか白玉
～黒蜜きな粉かけ～**
お豆腐を混ぜることで
冷えても軟らかくふわふわ

**卵の花入りだし巻き卵
野菜添え**
作り置きできる卵の花を卵焼きに
ピーマンとナスを添えて彩りをプラス

かき玉かわりカツ丼
お肉じゃない豆腐カツ！ エネルギーも大幅ダウン！
とろとろの卵あんかけとお好みで薬味をかけて

**エネルギー
663kcal**

たんぱく質 : 14.8g
脂質 : 29.8g
炭水化物 : 55.4g
食物繊維総量 : 7.8g
食塩相当量 : 2.2g

今回もお食事と一緒にレシピをご用意しました。
ご自宅でも簡単に実践できる料理ばかりです。ぜひお役立てください。

New Face ～1月着任医師のご紹介



形成外科
西尾卓哉（にしお たくや）医師
平成26年 北海道大学医学部医学科卒

在宅緩和ケア支援広場『あっとほーむ』開催のご案内

自宅・病院などで療養されているがん患者さん・そのご家族に「ほっ」とする時間を提供するサロンです。リラックスした時間をお過ごしください。

日時 2月16日(金) 13:30～15:30

場所 緩和ケア病棟 1階

- 内容**
- ・ミニレクチャー 『痛みの話』
講師：緩和ケア科 曾根良夫 医師
 - ・ミニレシピ
 - ・相談コーナー
 - ・アロママッサージ：緩和ケア認定看護師
 - ・音楽療法：四方明子 音楽療法士

問い合わせ がん相談支援センター
TEL 0143-22-2225

痛みや、つらい症状のコントロールを目指して、考えられる対応についてお話しします。



院内お迎えサービス

あっとほーむスタッフが院内のご希望の場所からお迎えにあがります。



面会制限のお願い

1月4日現在、室蘭保健所管内では道内で唯一警報が発令され、他の地域と比較して大流行しています。インフルエンザは感染しても発症まで1日～3日かかり、その間に周囲に感染を拡げる恐れがあります。下記の「面会できない方」は感染の危険があるためご協力願います。

面会できない方

- ・通学している方（高校生以下）
- ・乳幼児
- ・風邪症状のある方
- ・周囲にインフルエンザに罹った人がいる方



それ以外の方

面会時、必ず守ること

- ・面会時間（14:00～20:00）
- ・最低限の人数・短時間の面会
- ・鼻と口を覆うマスクの着用
- ・適切な手指消毒の実施
※ 院内掲示をご確認ください



日鋼記念病院 各種教室のご案内

病気の予防や健康維持を目的に日鋼記念病院では各種講座を開催したり、ラジオ番組を放送しています。普段、なかなか質問することができないことなど、気軽にご相談いただく機会としてもご活用ください。皆様のご参加お待ちしております。

糖尿病教室

合併症予防は適切な血糖コントロールから。気になる症状、生活上の注意など専門職がお話をします。

- 1月23日 歯科衛生士 糖尿病と歯周病
- 1月30日 認定看護師 糖尿病とフットケア
- 2月 6日 認定看護師 糖尿病とうまく付き合う方法
- 2月13日 管理栄養士 正しく知っておいしく間食

開催時間 毎週火曜日 15:00～

問い合わせ 糖尿病センター TEL 0143-24-1331

講義内容および講師は変更になる場合があります。どなたも、自由にご参加いただけます。

健康プラザ

学んでイキイキ、動いてイキイキ。病気予防や健康維持を目指して、みんなで学びを深めましょう。

開催日時 2月15日(木) 13:30～15:00
13:00開場

場所 地域医療研修センター

内容 正しい知識でセルフマネジメント
お薬 知るコト・できるコト
～ポリファーマシーって知ってる? ほか

申込・問合せ 地域連携室 TEL 0143-25-2555

母親学級・両親学級

《母親学級》 13:30～15:00

- 1月23日 分娩の経過 ほか
- 2月13日 マタニティ・ヨーガ
（ヨーガ参加費） 500円



《両親学級》 10:00～12:00

2月11日(日)

※両親学級は偶数月の第2日曜日に開催です。

申込・問合せ 産婦人科外来 TEL 0143-24-1331

FM ラジオ健康プラザ

医師・薬剤師・管理栄養士などの医療職が医療・健康の旬の話題を取りあげます。

- 1月22日 いきいき健康レシピ
- 1月29日 教えて薬剤師さん
- 2月 5日 医療トピックス
- 2月12日 医療トピックス

84.2 MHz



放送時間 毎週月曜日 8:05頃放送

番組内容は予告なく変更になる場合があります。当院のホームページで、バックナンバーを公開しています!

がんサロン



サロンdeほっと

治療や生活のことなど、患者さんやご家族と一緒に話しませんか。

開催日時 2月7日(水) 13:30～15:30 **場所** レストラン れじむ

問い合わせ がん相談支援センター TEL 0143-22-2225

申込不要

編集後記

2018年がスタートしました!
今年(いぬどし)。
年末・年始はご家族と過ごしたり、お孫さんと遊んだり、楽しいお正月を過ごされて、ちょっぴり疲れ気味、という方もおられるのではないのでしょうか。
そんなときこそ、手洗いうがいの励行、規則正しい生活を送って体調管理を行いたいものです。
皆様が健康で、楽しい1年となりますように。
今年も何卒よろしくお祈り申し上げます。(ハギ)

発行 社会医療法人 母恋

 日鋼記念病院

〒051-8501 室蘭市新富町1丁目5番13号

TEL 0143-24-1331 (代)

FAX 0143-22-5296

e-mail koho@nikko-kinen.or.jp

ホームページ http://www.nikko-kinen.or.jp

編集 広報誌編集委員会 委員長 山田康弘