

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

- 2017年 年頭のご挨拶 ..... 2~3
- お家でチャレンジ ..... 4
  - 冬道を正しく歩いて転倒を予防!
- 栄養通信 ..... 5
  - 人間ドック プレミアムヘルシーランチ2017
- 母恋インフォメーション ..... 6~7
  - 1月 胆振地域初 口腔管理センター発足
  - お誕生おめでとう! メモリアルフォトサービス スタート
  - 始動! 放射線治療装置7月 グレードアップ
  - あなたの街のホームドクター
- 日鋼記念病院 各種教室のご案内 ..... 8

今月の  
スナック

## 緩和ケア病棟 餅つき

「よいしょー! どっこいしょー!」掛け声が響く緩和ケア病棟。患者さんやご家族、スタッフ、みんなでワイワイお餅をつきました!



社会医療法人母恋 理事長  
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お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

私は昨年7月に社会医療法人 母恋の理事長を拝命しました。

当法人では理事長の他、東室蘭サテライトクリニック、老人保健施設母恋、日鋼記念看護学校の施設長がそれぞれ交代し、新体制で臨んだ1年でした。

胆振地域、札幌地域にまたがる大きな法人の舵取りという重責ではありますが、皆様のお力添えを得て無事に新年を迎えることが出来ました。

さて、現在、国が進めている社会保障制度改革は2013年12月に成立した社会保障プログラム法のスケジュールに基づいて実施されています。スケジュールの念頭にあるのは団塊の世代が75歳以上となる2025年までに医療・介護の環境整備をすることです。診療報酬・介護報酬の改定、第7次医療計画、介護保険事業計画の実施など、2025年に向けた政策開始が集中しているのが2018年です。その大きな区切りに向けて、急ピッチで具体的な議論が進められるのが本年ということで、2017年は今後の地域医療に大きな影響を与える重要な年になります。

一方、当院では本年、放射線治療装置「リニアック」の更新を行います。これに伴い、1月から半年ほど放射線治療を休止致しますが、近隣医療機関の協力を得ながら極力ご迷惑のかからないよう対応してまいります。また、新しく導入する機器では強度変調放射線治療（IMRT）が可能になり、この治療を2018年から開始する予定です。IMRTとは放射線に強弱をつけ、腫瘍部分に集中して照射することにより、患者さんの負担を最小限に抑えながら理想的な放射線治療を可能とするもので、地域初の治療法になります。地域がん診療連携拠点病院として、日本人の死因第1位となっているがん診療の充実が期待されます。

急速に進行する少子高齢化やそれに伴う制度改革など、病院を取り巻く環境は変化し続けていますが、地域貢献という使命のもと、より良い医療を提供できるよう、一意専心努める所存でございます。

本年もどうぞよろしく願いいたします。



2017年  
年頭のご挨拶





副院長 富田雅義

明けましておめでとうございます。

当院が地域がん診療連携拠点病院の指定を受けてから10年が過ぎ、本年放射線治療装置を一新することにしました。これまでもCTが一体となった治療器で正確な照射を心がけてまいりましたが、さらにパワーアップをして照射時間そのものが大幅に短縮、高精度の赤外線カメラを検出器として用いての迅速な自動位置合わせができ、かつ治療器そのものでCT画像等を撮像して照射部位の微調整が行えるようになります。さらに加えて、より病巣の形に放射線を集めることができる最高難度の照射法を胆振管内で初めて施行します。その他に治療室内そのものにも患者さんの癒しとなるような道内初の工夫をする予定ですが、それはお楽しみとしてあらためてご紹介することにとしましょう。

最新鋭の技術を導入してそれを有効に活用するために、我々スタッフ自身も日々勉強していく必要性があると感じています。そしてよりすばらしい医療を地域の方々に提供できればと思っています。

本年もどうぞよろしく願いいたします。



副院長 榎並宣裕

新年明けましておめでとうございます。

昨年は北海道日本ハムファイターズの優勝と、一昨年に続き昨年も日本人のノーベル医学賞の受賞がありました。それ以外には良いニュースが思い出せません。熊本、鳥取の地震、北海道に上陸した2つの台風などは各地、各方面に甚大な被害を及ぼし、いまだ復旧途上の状態です。イギリスのEU離脱やトランプ政権の誕生では、改めてマスコミ情報の頼りなさ、危うさを再認識しました。

今年日本医療評価機構の認定第一号病院として20年を経過し、5年毎の機能評価審査（認定更新）の年です。医療提供機関として日々業務改善に努めていますが、それを外部から客観的に評価し、さらにブラッシュアップする良い機会と捉えています。電子カルテ導入も15年目になりました。これも今年更新の予定です。当法人の医師不足は十分に解消される見込みはありませんが、限られた人的資源、診療の持続可能性を損なわないよう努力してまいります。

今年2017年が皆様にとってよりよい年でありますよう祈念いたします。



副院長 益子博幸

新年あけましておめでとうございます。

昨年は、社会医療法人母恋にとって大きな変化がありました。長年ご活躍されました勝木前理事長が退任され、柳谷先生が新理事長に就任されました。医療費削減という政策のなかで、病院にとってはきびしい現実ですが、柳谷理事長のもと、職員が一丸となって社会医療法人母恋を支えていかなければと思います。さらにもう一点。室蘭に来て、もうすぐ2年になりますが、少しずつこの地域の医療の実態がみえてきました。何よりも札幌と違って医師が不足しています。マンパワーが足りません。今年度、新しく仲間になる初期臨床研修医が1名（5名減）で、西胆振全体でも僅かに4名です。初期臨床研修医も新専門医制度を意識してか、札幌を中心とした都市部に集中しています。地方の医師不足がますます加速していきそうです。医療費削減政策、地方の医師不足という2つの壁を職員のみなさんと一緒に乗り越えて、今年の干支である酉（トリ）のように羽ばたいていきたいと思います。



副院長/看護部長  
佐藤信子

明けましておめでとうございます。

看護部門は、「信頼され心の通う看護、質の高い看護」の提供を通して「社会貢献」することを目指し、継続教育に力を入れています。2002年当院初の認定看護師誕生から15年、これまで14名が認定看護師資格を取得し、11名が在籍しています。その中の1名は、現在特定行為研修を受講しており、新年度からは特定行為研修修了者としての一步をスタートすることができそうです。今年は、さらに1名が認定看護師研修を受講することになっています。また、2013年に誕生した助産修士は、助産師外来の充実や助産師教育に積極的に取り組んでおります。昨年からは、天使大学大学院に加え札幌医科大学の助産師臨床地実習を受け入れており、やっと2008年地域周産期母子医療センター再開時の恩返しができたと安堵しています。今後も、「病院の財産」である看護職員の力を地域の皆さまのために役立てたいと考えています。

本年も、どうぞよろしく願いいたします。

お家で  
チャレンジ!

# 冬道を正しく歩いて転倒を予防!

リハビリテーションセンター やまと しんすけ  
理学療法士 大和 慎祐

年末・年始と美味しいものを食べて、のんびり過ごされましたか? その分、「そろそろ身体を動かそうかな」と思われている方もいるのではないのでしょうか。そこで、気をつけたいのが冬道での転倒です。今回は冬道の歩き方や自宅で出来る簡単な運動をご紹介しますと思います。

## 北海道の冬の歩きは、夏のウォーキングとはちょっと違う!?

夏道

- かかと
- 踵からついて  
歩幅は広くして歩く
  - 腕を大きく振る
  - 背筋を伸ばして  
胸を張る



冬道

- かかと
- 踵からつかずに靴の裏全体をつくように歩く
  - 足をなるべく上げずに歩幅は狭くする
  - 急に止まらない
  - 歩き始めは滑りやすいので特に注意
  - 時間に余裕を持って歩く
  - 滑りにくい靴を選ぶ
  - 冬のみ杖を使う
  - 路面がツルツルの時は外出を控える



## 寒い冬は『お家で運動したい派』のあなたには!

「この季節は外出も億劫、でも、体力や筋力の低下が心配!」という方のために、自宅でできる簡単な運動をご紹介します。痛みや違和感を感じたら無理せず中止して、安全に行いましょう。

### ハーフスクワット

ふとももの力を鍛えるのに効果があります。  
1日15~20回くらいを目安に。



①



②

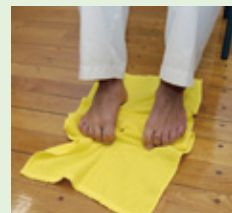
- ① 気をつけの姿勢
- ② 椅子の背に手をかけ、腰を落とす。  
膝とつま先が同じ方向を向くように  
ゆっくり膝を曲げましょう。

### あしゆびの運動

足の地面をつかむ力をつけます。  
端までを1回として、5回くらいを目安に  
やってみましょう。



足の指で、タオルを  
たぐり寄せます。



片方ずつでも、両脚でやってもOKです。

参考: 札幌発! 雪道を安全・快適に歩くための総合サイト



# 栄養通信

## 人間ドック プレミアムヘルシーランチ 2017

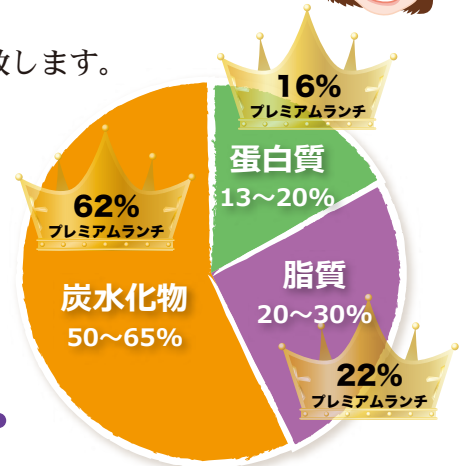
栄養課  
管理栄養士

こんや  
紺谷 あや



新年明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひ致します。

2014年より人間ドックを受診された方限定に、レストラン“れじいむ”で提供している特別ランチ「プレミアムヘルシーランチ」。コンセプトは栄養バランスです。摂取カロリーに占める理想的な栄養バランス比率に基づいたメニューで構成しました。工夫いっぱいの特別ランチをご紹介します。



理想の栄養バランスに基づく  
プレミアムランチの栄養価

参考：日本人の食事摂取基準2015版

### 今年のテーマは「理想のバランス」

洋食にチャレンジです！

エネルギー  
**642kcal**

塩分  
**2.2g**

#### ズッキーニのバジル塩がけ

バジルと塩のみの味付けですが、薄味でも風味でおいしく食べられます。

#### キノコの ゆず風味マリネ

ゆずの香りがさわやかでさっぱりとした味です。食物繊維が豊富なキノコをたっぷり使用しました。

#### 珈琲ゼリー

手作りのほろ苦いコーヒーゼリーにホイップクリームが良く合います。

#### エビピラフ

炊飯機を使い、油の使用量を抑えました。隠し味にカレー粉を使い、薄味で楽しめる工夫をしています。



#### ロールキャベツ2色ソース添え

挽肉に豆腐を混ぜて、エネルギーダウン！  
たっぷり野菜とレンコンの食感をお楽しみください。

### 低カロリー糖質制限 **イコール** 健康食 ではない!?

栄養バランスが整った食事は、生活習慣病発症とその重症化の予防が期待できますが、低糖質ダイエットなど偏った食生活は、体の不調を招くことがあります。体に不可欠な栄養素をとるため主食・主菜・副菜を揃えた食事を意識するきっかけづくりになればと願っています。

今回もお食事と一緒にレシピもご用意しました。簡単に実践できる料理ばかりなので、ご自宅でも美味しく、健康な食生活にお役立て下さい。

## ● 始動！ 放射線治療装置7月グレードアップ 放射線治療は次のステップへ

放射線治療室ではリニアック装置などの更新のため、平成29年1月4日から平成29年7月中旬頃まで放射線治療を休止いたします。ご迷惑をおかけしますがご理解とご協力をお願い申し上げます。

### 最先端の放射線治療に必要な設備や機器を構成

- ・ がん放射線を集中させ、正常な組織の被ばくを少なくすることができる
- ・ がんの位置に、より正確により早く合わせて治療できる



胆振管内では最新のハイスペックな治療装置です

- 地域がん診療連携拠点病院として、望まれる要件を満たす最新鋭の機器を導入し、人材、設備ともに質の高いがん治療を目指します。



日鋼記念病院の  
連携医療機関紹介

## あなたの街のホームドクター

### 泌尿器科 宮尾クリニック

室蘭市中島町2丁目26-12 TEL:0143-42-3800

院長：宮尾則臣(みやお のりおみ) 先生

札幌医科大学卒

日本泌尿器科学会専門医・指導医

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	● 第2,4
14:00~17:00	●	●	●	●	●	

休診日 日曜・祝祭日・第1,3,5土曜日



昨年11月にクリニックを開業いたしました。17年間の市立室蘭総合病院勤務での泌尿器科疾患の診断・治療の知識を地域医療の最先端で実践させていただきました。「持続して良質な医療を提供します」を当クリニックの理念とし、スタッフとともに地域に根差した泌尿器科診療をさせていただきます。患者の皆様のお話をよくお聞きして、最新の診断機器を用いた診療を行い、気軽に受診していただけるよう親しみのもてるクリニックを目指しております。

## 1月 胆振地域初 口腔管理センター発足

近年、お口の環境は糖尿病、誤嚥性肺炎、要介護状態を引き起こす主な疾患（脳血管疾患・認知症）などと深い関わりが明らかになっています。当院は、平成24年4月より「周術期口腔機能管理」を開始し、術後の感染・誤嚥性肺炎の予防による入院期間短縮や抗生剤の使用量減少など徐々にその効果が表れてきています。このたび、センターをたちあげ口腔管理による質の高い医療の実践、専門性の確立、口腔管理に関わる環境整備などを目指します。



### 《口腔管理センターで目指すこと》

**使命** 地域住民が口腔管理を通じて、質の高い医療を受けられること

**目標** 口腔管理の更なる推進

- ・ 全ての診療科の必要とする患者さんに対する口腔管理の実施
- ・ 効率の良い歯科受診システムの構築
- ・ 地域への啓発活動
- ・ 病院、医療機関との連携



### 私たちが実践します！

医師・歯科医師・看護師・歯科衛生士ら多職種が関わり支援します。

- 周術期口腔機能管理
- 専門的口腔ケア
- 終末期のQOLの維持

寝たきりの高齢者や術後の方で、自分で思うようにお口の管理ができない患者さんの誤嚥性肺炎や術後の合併症のリスク軽減に向けて専門的な支援を行います。

## 晴美写真館プレゼンツ お誕生おめでとう！ メモリアルフォトサービス スタート … 産婦人科病棟

お誕生を記念して生まれたばかりのかわいらしい様子をプロカメラマンが無料で撮影いたします。晴美写真館さんのご協力で実現しました。

**撮影日時** 毎週月・木曜日 14:00～15:00 ※時間指定はできません

**申込方法** 撮影希望日の前日15:00まで  
ナースステーションにお申し出ください。

- ・ 当日はカメラマンが病室に伺い、赤ちゃんの撮影を行います。
- ・ 写真はフレームに入れ、お渡しします。

### メモリアルフォトサービスに関するお問合せ

サービス事業課 立山 TEL 0143-24-1331 (代表)



誕生記念の  
1枚を  
プレゼント！



# 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の開催や、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利用ください。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24日 医師 糖尿病を詳しく知ろう
- 1月31日 管理栄養士 正しく知って美味しく間食
- 2月 7日 理学療法士 糖尿病と運動療法
- 2月14日 薬剤師 糖尿病とおくすり

**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16日(木) 13:30～15:00 13:00開場

**場所** 地域医療研修センター

**内容** テーマ：頑張りすぎない在宅介護3

**講座** 生活を支える訪問看護  
高齢者の住まい

**体操** お手軽ストレッチ

**持ち物** 体力手帳

**申込・問合せ** 地域医療連携センター TEL 0143-25-2555

## 母親学級・両親学級

《母親学級》 13:30～15:00

- 1月24日 分娩の経過 ほか
- 2月14日 マタニティ・ヨガ

《ヨガ参加費》 500円

《両親学級》 10:00～12:00

2月12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・看護師・栄養士など様々な職種が、週替りで医療や病気にかかわる話題を取り上げます。

- 1月20日 教えて薬剤師さん
- 1月27日 いきいき健康レシピ
- 2月 3日 転倒予防1
- 2月10日 転倒予防2

番組内容は予告なく変更になる場合があります。

**放送時間** 毎週金曜日 9:10～9:20

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！ラジオ健康プラザライブラリーをご確認ください。

84.2 MHz



## 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1日(水) 13:30～15:30 **場所** レストラン れじいむ

**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

2017年がいよいよスタートです！

今回は、「胆振地域初の口腔管理センター立ち上げ」「放射線治療装置更新」「メモリアルフォトサービススタート」など新年号にふさわしい『始まる』ニュースをたくさんお届けできました。

今年も、医療・健康にまつわるより良い情報をお届けできるようスタッフ一同精進いたしますので、何卒よろしく願い申し上げます。

(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