

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

- 地域のお産を支える地域周産期母子医療センター … 2～3
- カラダすみずみ～臨床検査技師に聞いてみよう! …… 4
  - 新型コロナウイルス 検査の世界
- 栄養通信 …… 5
  - お産のためのからだづくり
- 院内探検隊 ハギウダが行く!! …… 6
  - 助産師外来に密着
- 母恋インフォメーション …… 7
  - コロナ禍だからこそ伝えたいことがあります!
  - 春は健康チェックから … 健診センター
  - 無料送迎開始 ～ご自宅から東室蘭サテライトクリニックへ
- 日鋼記念病院発 医療・健康情報 …… 8

## 今月の スナッフ



### 助産師さんが作るYouTube番組スタート

「お母さんやお父さんに伝えたいことがたくさんあります！」  
感染予防のため休止中の母親学級・両親学級に代わるYouTube番組できました！

# 地域のお産を支える地域周産期母子医療センター

産婦人科 科長 嶋田浩志 医師

産婦人科病棟 看護課長 渡邊珠紀 助産師



## 妊娠から出産までをサポートする 地域の医療センター

地域周産期母子医療センターは、産科及び新生児医療を担当する小児科、小児外科、眼科等を備え、高度な周産期医療を行うことができる医療機関として都道府県から認定されます。

当院では26週以降の早産に対応し、妊娠期から新生児期にかけて一貫した医療を時間外・休日を問わず、24時間体制で対応しております。

院内だけではなく、母体や新生児搬送を受け入れ、耳鼻科、皮膚科、眼科、整形外科、歯科口腔外科などの各科と協力し、新生児・小児領域の各疾患に対応します。西胆振で唯一の日本周産期・新生児医学会から認定を受けた「指定施設」でもあり、学術的な活動も積極的に行っています。

## 妊娠・出産・産後を安心して 過ごしていただくために

### 小児科と産婦人科が密に連携 帝王切開全症例に小児科医が立ち合い

地域周産期母子医療センターでは、小児科との連携は欠かせません。すべての帝王切開症例で小児科医が立ち合い、治療が必要な赤ちゃんには当該地域唯一のNICU（新生児集中治療室）での専門的な治療のほか、大学病院と連携を取りながら診療を行います。退院後の医療的ケアが必要な場合にも、状態に合わせてリハビリテーションを含めた支援を行っています。



## 入院生活・産後の指導 心と身体の回復とともに

出産後の入院生活では自宅で安心して育児が始められるよう、お母さんの体力の回復を見ながら行います。

授乳・沐浴指導、おむつ変えなど初めての事ばかりで戸惑うこともあります。無理せず行えるようお母さんの気持ちを支えています。お母さんの心身の回復も大切な時期なので、ご希望があれば助産師がしばらく赤ちゃんをお預かりして、おやすみ頂くこともあります。



## 産前産後の手厚いサポート 地域唯一の助産師外来・産後2週間健診

正常な経過の妊婦さんは助産師外来を実施しています。エコーをみながら通常の診療よりもゆっくりと時間を取り、お母さんの不安軽減、おなかの赤ちゃんとのコミュニケーションを中心とした外来です。

出産後も産後2週間健診（要予約）や母乳育児外来（要予約）を行い、退院後のお母さんの心と身体に寄り添うサポート体制を整えています。いずれの外来も利用された妊産婦さんから「話を聞いてもらって安心した」「心強かった」などのご感想を頂いています。

助産師外来の詳細は6ページの『院内探検隊ハギウダが行く!!』へ

GO!



## 高度専門的知識と技術を持った スタッフ

### アドバンス助産師、 新生児集中ケア認定看護師

当院では助産師の質向上を目指してアドバンス助産師<sup>\*</sup>の認証を推奨しています。

今年、新たに1名のアドバンス助産師が誕生し、4名となりました。アドバンス助産師を含めた23名の助産師が妊娠期から出産・育児の不安や心配に寄り添います。



今回新たに誕生した  
アドバンス助産師  
佐藤 唯さん



新生児集中ケア認定看護師  
田邊晴恵 看護主任

#### アドバンス助産師<sup>\*</sup>

助産実践能力を審査し、一定の水準に達していることを認証したものです。

#### 新生児集中ケア認定看護師

集中的な医療ケアが必要な赤ちゃんのケアのみならず親御さんの心身に寄り添って看護を行うプロフェッショナルです。地域に唯一の資格者として活躍しています。

### スタッフの質向上を目指して

医師を含めた産婦人科病棟スタッフ全員が学会認定の新生児蘇生法（NCPR）講習の認定Aコースを履修し、新生児の出生直後の呼吸状態の悪化・急変に迅速に対応できるよう研鑽を積んでいます。

## おめでとうの気持ちを込めて 病院から・地域から

### お祝い膳

誕生おめでとうの気持ちを栄養たっぷりの豪華なお食事とともに、浜内千波先生と当院の食事を担当するエームサービス株式会社の共同開発メニューを提供しています。



### お部屋 2床室

広いパーソナルスペースが特徴の2床室では、赤ちゃんとの時間、ご自分の時間をゆったりとお過ごしいただけます。ご希望の際は、外来にお問い合わせください。



### 今だけの表情を写真に残そう 地域の写真館と協力

面会禁止の期間中は、院内での撮影はできませんが、晴美写真館さんのご厚意で写真館での撮影を行っていただいています。ご連絡の上、ぜひお立ち寄りください！



カラダすみずみ ~ 臨床検査技師に聞いてみよう!

## 新型コロナウイルス 検査の世界



おやまだみほ  
臨床検査センター 技師長 小山田美穂



新型コロナウイルスもワクチンの接種が国内で始まり、新たなフェーズに入りました。昨年の今頃は、新型コロナウイルスに関しては未知の部分が多いうえ、PCR検査が可能な施設は国内では少なく、検査を効率的に行うための方策が必要でした。

病気の診断に用いられるPCR検査は、厳密な精度管理や設備が必要とされており、この条件を満たすのは非常に大変です。しかし新型コロナウイルスに関しては、流行の拡大を防ぐため、例外的に条件が緩和されています。そのため1年を経た現在、新型コロナウイルスの検査を行うためにPCR検査機械を導入する医療機関が増え、また、PCR検査以外の検査方法も確立され、検査による診断体制は向上してきています。

今回は、当院で導入した「新型コロナウイルス遺伝子解析装置」について紹介します。



ID NOW インストゥルメント (アボット社)

現在、新型コロナウイルスの診断には、ウイルスの蛋白を検出する『抗原検査』と、ウイルスに特異的な遺伝子の遺伝子配列を増幅して検出する『核酸増幅検査』の二つがあります。

### PCR以外にも様々な検査方法が認められてきた

『核酸増幅検査』は、検体に含まれる新型コロナウイルスが微量でも、特有の遺伝子配列を増やして検出することができ、『抗原検査』よりも感度が高いのが特徴です。

『核酸増幅検査』の代表的な検査は『PCR法』ですが、厚生労働省では『PCR法』と同等に新型コロナウイルスを検出できると認めた『核酸増幅検査』が、PCR検査の他にも多数あります。

### 早期診断と感染拡大防止のために

#### PCR法よりも多くの検査を短時間で

今回導入した検査機器は、『核酸増幅検査』の一つとして認められた『等温核酸増幅法』という方法を用いており、反応時間が短いのが特徴です。

『PCR法』は加熱と冷却を繰り返すため大がかりな装置や検査結果が出るまで2~4時間と時間を要します。一方、今回導入した核酸増幅検査は約13分(PCRとの陽性一致率:93.3%)と画期的に短時間で結果を得ることができます。

現在は、検体採取から30分程度で結果を提供できる本機を2台体制で稼働するため、抗原検査と合わせるとほぼリアルタイムの運用が可能となり、早期診断と感染拡大防止に貢献しています。



妊娠中は赤ちゃんの健やかな発育はもちろん、お母さんの健康維持も大切なことです。体調の変化もありますが、食事をしっかり食べて身体を調べていきましょう。

### 妊娠期に必要な栄養素

食事はできるだけ3食、主食（炭水化物）、主菜（たんぱく質）、副菜（野菜）を揃えて必要な栄養素をバランス良く取り入れることが大切です。中でも妊娠中に摂りたい栄養素を今回は紹介します。

#### 葉酸

妊娠前から積極的に取り入れて欲しい栄養素。胎児の神経管閉鎖障害の予防や細胞の分化に働く。

ほうれん草、ブロッコリー、かぼちゃ、いちご、バナナ、納豆

#### 鉄分

妊娠前から積極的に取り入れて欲しい栄養素。赤ちゃんの発育や胎盤形成に働く。お母さんの貧血予防にも役立つ。

肉類（特にレバー）、豆腐、納豆、ひじき

#### カルシウム

赤ちゃんの骨や歯の形成に役立つ

牛乳、チーズ、高野豆腐、しらす干し、小松菜

体調が悪い、食事だけで鉄分や葉酸を摂るのは難しい…そんな時はサプリメントなどもあります！

栄養素をまとめて摂りたい！ お手軽レシピ

## 野菜とお豆のサモサ風



#### 材料 《2人分》

- ひき肉(牛豚) … 100g
- 玉ねぎ … 1/2個
- 水煮大豆 … 20g
- ほうれん草 … 2束
- チーズ … 20g
- カレー粉 … 小さじ1
- 餃子の皮(大きめ) 10枚
- 塩 … ひとつまみ
- こしょう … 少々
- 油 … 適量

1人分のエネルギー 317kcal

たんぱく質 16.4g 葉酸 44μg  
カルシウム 95mg 鉄分 2.0mg  
塩分 0.7g



**下準備** 玉ねぎはみじん切り、ほうれん草は下ゆでして2cmくらいに切っておく。

#### 作り方

- ① フライパンに油をしき、ひき肉、玉ねぎを炒める。
- ② 玉ねぎがしんなりしたら、ほうれん草、大豆、チーズ、カレー粉を加えて炒め、塩・こしょうで味を調える。
- ③ 餃子の皮に②をつつみ、揚げ焼きする。

☆ カレー粉を使うことで減塩になる一品です。具材はごはんのにのせてチーズをかけて食べても美味しい ☆

# 院内探検隊 助産師外来に密着



## ハギウダが行く!!

はぎうだきくみ  
萩生田貴久美  
広報・広告室

日鋼記念病院では、正常な経過をたどる妊婦さんには『助産師外来』を受けていただいております。助産師外来はこの地域では当院のみが行っている外来です。医師の診察との違いなどレポートします！

### ▶ 助産師外来 ～ ゆっくり・じっくり お母さんに寄り添う45分間

医師の行う妊婦健診は妊婦さん・赤ちゃんの健康状態を確認が主な目的です。

助産師外来では、妊婦さんは自身の体調の変化や赤ちゃんの様子に心配や不安を抱えていることも多くあると思いますので、その点を経験豊富な助産師がじっくりお話を伺います。また、エコー画像をゆっくりと見ながら赤ちゃんとの対面しながら、コミュニケーションできる時間としても活用してもらっています。



妊婦健診を受けずに出産することは、妊娠の経過・病気の有無・赤ちゃんの成長の状況など、本来必要な情報がないまま対応せざるを得ず、妊婦さん・赤ちゃんにとって大変危険を伴う出産となります。忘れず妊婦健診を受診しましょう！

### ▶ エコー画像を通じて赤ちゃんとのかけがえのない時間をつなぐ



現在、感染予防のためできませんが、助産師外来はご主人やお子さんなどのご家族と一緒に入っていただくことも可能です。感染症の流行が収まった際にはご案内しますのでご希望の方はスタッフにお問い合わせください。

4Dエコーを使って、実際に赤ちゃんが動いている様子をお見せすることができるので、ご主人やお子さんの新たな家族を迎える実感につながることも多いようです。

ゾーン

エコーの様子はスマートフォンでの写真・動画撮影もOKです！



今回、撮影に協力してくださった妊婦さんのお一人は、「おなかの中で元気に動く様子や手、指の成長具合をゆっくりと確認できて感動した。助産師さんの話をじっくり聞いて気持ちが軽くなった。」とお話されていました。

お母さんと赤ちゃんのかけがえのない時間になっている事に、ハギウダも感動してしまいました。

『母恋インフォメーション』では、当法人のニュースやトピックス、お知らせなどを掲載いたします。

## コロナ禍だからこそ伝えたいことがあります！ 助産師担当の『YouTube』『インスタグラム』スタート

現在、感染対策のため立ち合い分娩・ご面会も禁止となり、母親・両親学級も中止ししている状態です。入院中のイメージを高めていただき、少しでも安心していただけるようYouTube（ユーチューブ）とInstagram（インスタグラム）をスタートしました。少しずつコンテンツを増やしていきたいと思っておりますので、ご登録よろしくお祈いします！

**YouTube**

入院編と分娩編からスタート  
これから沐浴編など随時更新します





**Instagram**

写真とともに日々の出来事を紹介します



#nikko\_kinen



## 春は健康チェックから … 健診センター

新たな年度が始まります。この機会にご自身の体調をチェックしませんか。スマートフォンから24時間好きなタイミングでお申し込みいただけます。ぜひ、ご活用ください。



- |                    |                    |                |
|--------------------|--------------------|----------------|
| ● 人間ドック            | ● 臓腑ドック            |                |
| ● 生活習慣病健診（協会けんぽ）   | ● PET・CTがん検診       |                |
| ● 個人健診（定期健診・生活習慣病） | ● 婦人がん検診（乳がん・子宮がん） | ● 動脈硬化検査（血管検診） |
| ● 脳ドック             | ● 前立腺がん検診          | ● 骨粗鬆症検査       |
| ● 肺ドック             | ● ABC検診（胃がんリスク検診）  | ● 睡眠時無呼吸 簡易検査  |

※ 予約状況によってはご希望の日時でのご案内ができない場合があります。予めご了承ください。

## 無料送迎開始 ～ご自宅から東室蘭サテライトクリニックへ

この度、東室蘭サテライトクリニックでは透析治療される皆様のサービス向上を目指して、無料送迎を開始しました。今後は、ご要望の声を聞きながら拡大も検討しております。利用の際はお声がけください。

- 送迎コース** ご自宅までお迎えに上がります（※交通状況や送迎車が向かえない場合は指定場所になります）
- 蘭西方面(絵鞆)⇨クリニック
  - 蘭東方面(鷺別)⇨クリニック
  - 蘭北方面(白鳥台)⇨クリニック
- ご利用方法** クリニック備え付けの送迎申込用紙にご記入ください
- お問い合わせ** 東室蘭サテライトクリニック TEL **0143-41-2121**

## 各種教室開催について

### 糖尿病教室・健康プラザ 母親学級・両親学級

感染症流行に伴い、中止また開催の検討など予定を変更させていただいております。ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

## WEB がんサロン『ほっとほーむ』



ご参加お待ちしております

- 対象者** 北海道内にお住まいの方(ご家族も可)
- 開催時間** 4月7日(水) 13:30~14:45  
途中15分間の休憩を挟みます
- 申込締切** 4月5日(月) **参加費** 無料
- 使用アプリ** ZOOM
- お問合せ** がん相談支援センター  
TEL 0143-22-2225 (担当:菊地)



## YouTube 日鋼記念病院チャンネル

健康生活にまつわる情報を  
随時更新してまいります!



### NEW 両親学級

《入院編》《分娩編》

- クリスマス～音楽のプレゼント
- 乳がん  
《早期発見・早期予防のために》《セルフチェック編》
- 病院のお仕事  
《薬剤師編》《臨床検査技師編》《看護助手編》

チャンネル登録をお願いします!

## FM77.6MHz ラジオ健康プラザ

**放送時間** 毎週月曜日 8:05頃放送

84.2 MHz

- 3月15日 いきいき健康レシピ
- 3月22日 教えて薬剤師さん!
- 3月29日 イカワがいく! 看護学校卒業式に潜入
- 4月 5日 医療トピックス
- 4月12日 医療トピックス



番組内容は予告なく変更になる場合があります。日鋼記念病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。

**wi-radio** のインターネット放送が始まり **FM77.6MHz** の番組が 77.6MHz パソコン、スマホで聴けるようになりました!

**Listen Radio** リスラジ で検索! **wi-radio** 77.6MHz を選局!

## 新型コロナウイルス 感染拡大防止の取り組み

引き続き、ご協力をお願いします

ご来院  
の際は

- ▶ 手洗い・マスク着用および検温
- ▶ ソーシャルディスタンスのお願い

### 編集後記

今月は周産期、特に産婦人科の分野について特集しました。『院内探検隊ハギウダがいく!!』でも紹介した4Dエコーは、実にリアルに赤ちゃんの動きや表情を観察できて感動するのですが、その画像を映し出す助産師さんのすごいエコー技術があるからこそ、安心や安全、そして安らぎが提供されていることを改めて知りました。いや、ホントすごかった…。

(ハギ)

発行 社会医療法人 日鋼

**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