

# かけはし

# No. 70



## CONTENTS

- 健康管理科紹介・・・・・・・・・・ (2)
- 放射線科紹介・・・・・・・・・・ (2)
- リハビリテーション科紹介・・・・ (3)
- 新入職員紹介・・・・・・・・・・ (3)
- 病気のはなし：病は気から・・・・ (4)
- 感染管理認定看護師な日々・・・・ (5)
- 永年勤続表彰者紹介・・・・・・ (5)
- リハビリ実習を終えて・・・・・・・・ (6)
- 飛翔会だより：納涼会・・・・・・ (6)
- 夏バテ防止レシピ・・・・・・・・・・ (7)
- 地域医療連携室だより・・・・・・ (7)
- 診療日程表・・・・・・・・・・ (8)
- 編集後記・・・・・・・・・・ (8)

日本医療機能評価機構認定病院  
 特定医療法人 財団竹政会



# ▲ セントラル病院

〒720-0809 広島県福山市住吉町1-26  
 TEL.084-924-4141(代) FAX.084-924-8040  
 ●ホームページアドレス <http://www.central-hp.or.jp/>

## 病院理念

私たちは、安全で良質な医療が提供できるよう  
 最善を尽くし、地域の人々に信頼され愛される  
 病院を目指します。

## 部署紹介

## 〈健康管理科〉

保健師  
石田 紗綾

4月、新病院への移転と共に、健康管理科も新しくなりました！健康管理科と健診関連の科をワンフロアとし、検査をする受診者さまの動線を最小限に致しております。又、無料Wi-Fiを設置し、待ち時間も快適に過ごして頂いております。ここ数年、胃カメラ検査をご希望される方が多く、その為に検査を長くお待ちいただいておりますが、この度、内視鏡室を拡充したことで、待ち時間の短縮が図れるようになりました。

2日ドックは、今年度より近隣のホテルへの宿泊となりました。当院で検査を受けていただき、健診後

ゆったりとホテルで過ごして頂ければと思います。

今年度も新しいオプション検査を取り入れました。又、電子カルテを導入したことで、内視鏡や超音波の画像を見ながら医師の結果説明を聞いて頂けるようになりました。

新病院となり、より一層皆さまに満足していただける健診を提供し、予防医学に努めてまいります。今後ともよろしくお願致します。



## 部署紹介

## 〈放射線科〉

診療放射線技師  
出原 道明

病院移転に伴い、CT装置(80列MDCT)・MRI装置(新型1.5テスラ)をはじめX線撮影装置・透視(X線TV)装置など、多くの検査機器を機種更新しました。

検査時間の短縮や新しい撮影方法の追加が可能になり、診断価値の高い画像情報を迅速に提供すると共に、検査時苦痛の軽減や被ばくの低減にも心掛けています。

CT、MRI全検査は放射線科専門医が読影し、画像診断報告書にて指示医の臨床診断をサポートしています。

また放射線科では、他医療機関からの検査依頼にも対応していますので症例がございましたら地域医療連携室にて予約を承っております。

『良い画像検査』は最新装置の導入だけでは実現できません。患者さまの協力の下に成り立ちます。私たちスタッフは患者さまとのコミュニケーションを大切にし、より安心して検査に協力して頂ける環境づくりを目指します。



(放射線科)



(CT装置)



(MRI装置)

## 部署紹介

## 〈リハビリテーション科〉

理学療法士

佐々木 智也



新病院へ移転しリハビリテーション室が新しくなりましたので紹介させていただきます。

部屋の広さは旧病院にくらべてコンパクトになりましたがレイアウトを工夫し開放感のあるスペースとなっています。窓も大きくなったことにより日光や風がよく入り室内で快適にリハビリを行えるようになりました。さらに新病院ではリハビリテーション室からバルコニーに出ることができます。以前から患者さまの要望として「日光浴がしたい」「外の空気が吸いたい」といったものがありました。旧病院ではなかなか実現できませんでした。新病院となりバルコニーに出て気持ちをリフレッシュされる患者さまも多く入院生活の息抜きとして喜ばれております。またバルコニー

にはスロープ(ゆるやかな坂)や段差が設置してあるので、屋外を歩く訓練としてリハビリを行うこともできます。その他にも花壇が設置してあり草花の成長が皆さまの目を楽しませてくれるものと思います。

このように新病院へ移転したことで、より質の高いリハビリが提供できる環境となりました。これからも皆さまがよりよい生活を送れるようサポートをさせていただきます。



# 新入職員紹介

## 頑張ってください!!



医事課 受付

安原 有紀

4月から受付事務として勤務させて頂いています。皆様のあたたかさに励まされながら1つずつ学んでいる途中です。今後とも、ご指導頂き、病院と共に地域の皆様に愛される存在になっていきたいと思っています。宜しくお願い致します。

外来 看護師

大原 美紀

6月から外来で勤務させて頂いています。私の趣味は、スポーツ観戦です。中でも野球が大好きで、幼い頃からカーブを応援しています。選手の頑張っている姿を励みに私も頑張ります。宜しくお願いします。



## 病気のはなし

### 病は気から

外科 医師 竹原 寛樹

最近こんな本をみつけた。

「筋トレが最高のソリューションである」

確かにそういった内容の報告もある。例えばこれ、Liu Y, et al. Med Sci Sports Exerc. 2018 Oct 29. この論文によると、週に1~3回または60分未満の負荷のかかる運動を行った人は、まったく行わなかった人に比べてCVD(心血管疾患)イベントの発症リスクが40~70%低い。

少し読んでみた。

作者は**筋トレをしている人が若々しいのは生活習慣のおかげと**考えており、**栄養バランスを**考えるし、よく眠る。**その結果、最高の生活習慣が手に入る。筋肉に良い生活=人間に良い生活、であり、全ての道は筋肉に通ず、と**まで言っている。

確かに、生活習慣病の代表例である高血圧、高脂血症、糖尿病などは筋トレで基礎代謝を上昇させ体脂肪を落とし、さらに栄養バランスを考えた食事を摂取することで改善する可能性もある。

また他の効果として、**作者は筋トレをすると自信がつくと述べ、理由を次のように記している。**

1. 身体がカッコよくなる
2. 異性にモテる
3. テストステロンというホルモンがあふれて気分上々
4. 上司も取引先もいざとなれば力づくで葬れると思える謎の全能感
5. 恋人に裏切られてもバーベルがいるという安心感

筋トレはテストステロンや、心を落ち着かせるホルモンであるセロトニン、他にはドーパミンの分泌を促すためこのような効果はあるかもしれない。ただし、それら以上に大切なことは、筋トレとは終わりなき自分との戦いであり、最終的には「**老い**」に必ず負けることが分かっているにもかかわらず、日々黙々と淡々と継続する強固なメンタリティを培うためには有効な手段と考えられる。その結果、自分に自信がつき作者の述べるような効果が生じるのかもしれない。

つまり、筋トレを行うことで精神を高めることが出来、かつ健康な生活習慣を手に入れることが出来る。そして、精神の脆弱さから生じる病気や生活習慣病を予防・改善することが出来る可能性がある。日々の診療ではすぐに薬を処方してしまっているが、筋トレ処方箋が出せれば医療費の削減にもなり、また生活を豊かにする精神性や自信をつけることもできるかもしれない。

本来、人間は新しい事をはじめるといった「**変化**」に対して不安を感じる。生物に備わっているホメオスタシス(恒常性維持機能)が原因の様である。ホメオスタシスに抗って病気になりにくい精神・肉体造りにチャレンジする一歩を踏み出してはどうだろうか。



## 感染管理認定看護師な日々

感染管理認定看護師  
恵谷 和郎



イラスト:アヤコイシ☆  
(スペインの車窓から)

カード決済やネット購入が簡単になり、気軽に「ポチ」されているのではないのでしょうか。私もAmaOonやRaOutenで気軽にポチポチしております。ですがこの度、気軽にポチできない経験をしました。その時のお話です。

私は、感染管理認定という資格をもって、業務させていただいております。この認定資格には、「更新」という恐ろしいイベントがあります。更新とは名ばかりの、不合格もありうる立派な試験です。2月に更新案内のハガキが来ましたが、恐怖に震えて2・3日放置してしまいました。無視もできないので諦めて、しぶしぶ手に取りました。

我々は技術と知識を有することが認められ、認定資格を得ています。この質保持のために更新試験があるのですが、これが異常にキビシイのです。レポートの提出、Webでの実績報告、業績証明のための資料準備、報告様式に準じたうんぬんかんぬんです。すべての手続きに期限があり、1秒でも遅れば不合格です。内容・方法に不備があれば不合格です。規定文字数より1文字でも多ければ不合格、1文字でも少なければ不合格なのです。不備に気づいても、追加・修正は一切認められません。うっかりミスなど絶対に認められません。もはや理不尽です。何が正しくて、何が間違いなのかわからない中、どうにかデータをそろえてレポートを書き上げました。

一度提出すると差戻しはできません。このため最終決定ボタンをポチするのは、このうえない恐怖です。決定ボタンをポチしようとしては見直して、やっぱり明日にしよう…という事を繰り返しました。何度見直しても不安は払拭されず、悩み続ける事に疲れ果ててしまいました。ある日の太陽が昇り始めたころ、疲れ果てた勢いで“えいっ”と決定ボタンをポチしました。

あとは祈るばかりです。試験結果発表は秋の予定です。Webで確認なので、震えながら結果をポチしなければなりません。しばらく更新試験のことは忘れて、AmOzonやRakutOnで気軽なポチを楽しむことにします。

## 2019年 セントラル病院 永年勤続表彰者

### 30年表彰

野村 温子 薬剤師

### 20年表彰

中村 明子 看護師

### 10年表彰

大土井真知子 看護師  
原田 由紀恵 看護師  
藤原 史絵 看護師  
東 広大 臨床工学技士  
佐々木 真希 管理栄養士

### 5年表彰

平川 千代子 医師  
北村 玲子 看護師  
小阪 有紀 看護師  
後藤 公子 保育士  
久保 真理子 事務  
吉田 祐子 事務

おめでとう  
ございます



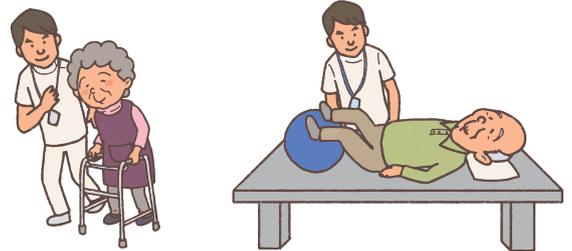
## リハビリテーション科 実習を終えて

川崎医療福祉大学 医療技術学部  
リハビリテーション学科 理学療法専攻 3年

藤井 聖也

3週間、セントラル病院で臨床実習をさせていただき、ありがとうございました。実習を通して、カンファレンスへの参加や様々な疾患に対する評価・見学など貴重な経験をさせていただきました。疾患についての基本的な知識や分からない点など詳しく丁寧に教えていただき、たくさんのことを学びました。同時に、今自分が持っている知識の少なさを痛感し、基本的な知識の獲得に向けて勉強を頑張っていこうと思います。また、患者さんとお話をする中で、医療従事者と患者さんとの信頼関係がとても大切だということが分かり、理学療法の技術はもちろん、患者さんとのコミュニケーション能力も向上させていきたいと思っています。

実習指導の先生をはじめ、リハビリテーション科の皆様、職員の皆様、実習に協力してくださった患者様、本当にありがとうございました。



## 飛翔会だより

### 納涼会

飛翔会 事務局 坂根 潤

7月17日飛翔会主催の夏の行事、納涼会を行いました。参加の募集期間が短かったにもかかわらず各部署から49名の方が参加していただき、ありがとうございました。

今回は本通りにある船町ベイホールという完全貸し切りの会場で、落ち着いた雰囲気の中行いました。メニューは中華料理のコースになっており、味も量もとても満足できました。

みんなそれぞれで話が弾み2時間の予定でしたが、あっという間に時間が経ち足りないくらい盛り上がっていました。日々の病院業務から離れて、気分転換と他部署等との職員間の交流ができたと思います。

次の飛翔会行事は、秋の院内旅行を3コース企画しています。



## 食欲増進！ソースレシピ

管理栄養士 上本 知佳

暑い日が続きますが、食事はしっかり摂れていますか？食事バランスが偏ってしまうと体力は落ちていくばかりです。香味野菜や酸味を利用して、食欲増進・疲労回復に努めましょう！

### ☆ビタミンB群でスタミナUP！

ビタミンB群はエネルギー代謝や疲労回復に効果的です。豚肉やレバー、カツオ、マグロ、大豆製品に多く含まれています。

#### パンパンジーソース(2人分)

・生姜(チューブ)	小さじ1杯弱
・みょうが(刻み)	1/4個
・煎りゴマ	小さじ1杯
・酢	大さじ1杯
・薄口しょうゆ	大さじ1杯弱
・砂糖	小さじ2杯強

当院で豚しゃぶや蒸し鶏にかけているソースのレシピです！

豚しゃぶ・カツオのたたき・マグロの刺身・冷やっこ・サラダなど何でも合います！さっぱりしていて、食欲がなくても食べやすいのでおすすめです♪



## 地域医療連携室だより

地域医療連携室

看護師

社会福祉士

柳本 陽子

藤川 幸子

9月に入りましたがまだまだ暑い日が続いております。皆様もお体に気を付けてお過ごしください。前回に引き続き紹介の流れをご案内します。

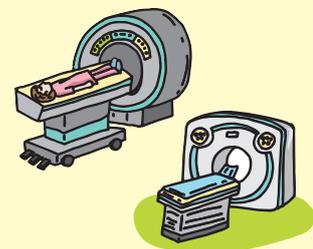
### 診療でのご紹介

- ①診療情報提供書とあわせて診療申込書をFAX(084-920-9278)ください
- ②医師確認後、予約受付票をFAXでお送りします
- ※当日診察、入院での紹介は地域医療連携室(084-920-1472)へご連絡ください



### MRI・CT

- ①検査申込書をFAXください(造影検査は血清Cr、喘息有無も記載ください)
- ②予約受付票をFAXでお送りします
- ③撮影後CD-Rを患者様へお渡しします
- ④読影後 画像診断報告書をFAX、原本は郵送でお送りします



### 内視鏡

- ①検査申込書をFAXください
- ②予約受付票をFAXでお送りします
- ③後日検査結果を郵送します
- ※大腸カメラの場合、前処置説明のため検査日前に診察が必要になります

申込票は当院のホームページよりダウンロードできます。ご不明な点がございましたら、地域医療連携室にて承ります。宜しくお願い致します。



## 〈セントラル病院診療日程表〉

2019年9月～

		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	竹政	竹政	後藤	横山	竹政	田辺 (担当医の場合あり)
	午後	スポーツ外来	手術 川大整形	スポーツ外来	手術 スポーツ外来・川大整形	—	—
外科	午前	高橋	竹原	山口	高橋	山口	担当医
	午後	—	乳腺甲状腺 折田	—	乳腺甲状腺 折田	—	—
内科	午前	平川	石井	川合	岡本	平川	立本(第1・3週) 井上(第2・4・5週)
	午後	渡辺	渡辺	渡辺	川合	渡辺	岸本(第3週) 濱田(第2・4・5週)
検査	GIF	川合／山口	岡本／高橋	岡本／高橋	井上／竹原	川合／竹原	担当医
	CF	岡本	竹原	川合	岡本	川合	—

### 整形外科

竹政 敏彦  
(スポーツ外来は月水木17:00～)  
田辺 滋樹  
横山 明人  
後藤 峰範  
  
〈川崎医科大学整形外科〉  
大成 和寛  
古市 州郎

### 外科

高橋 健治  
(消化器外科・下肢静脈瘤)  
山口 友範(消化器外科)  
竹原 寛樹(消化器外科)  
  
折田 洋二郎(乳腺甲状腺外科)  
岩本 高行(乳腺内分泌外科)

### 内科

平川 千代子(内科・麻酔科)  
渡辺 康典(呼吸器内科)  
岡本 康(消化器内科)  
川合 幸延(消化器内科)  
井上 和彦(消化器内科)  
石井 芳樹(消化器内科)  
立本 修二(内科)  
濱田 礼子(内科)  
岸本 道博(内科)

### 注意事項

※火曜日・木曜日の午後の整形外科診療は手術終了後に担当医が行っております。  
※緊急時、ご紹介の場合はお電話でお問い合わせください。

受付時間 午前: 8:30～12:00 診察時間 午前: 9:00～12:30  
午後: 13:30～17:30 午後: 14:00～18:00  
※土曜日は12:00までの受付です。

〒720-0809 広島県福山市住吉町1-26  
代表TEL:084-924-4141 地域医療連携室TEL:084-920-1472  
代表FAX:084-924-8040 FAX:084-920-9278

## 編集後記

蝉の声が鈴虫に代わる、今日この頃です。  
日中の暑さはまだまだですが、朝晩は過ごしやすくなりました。  
本格的な夏も終わり、季節の移り変わりを感じます。  
いろいろな秋を見つけて、楽しみたいものですね。  
夏バテは秋に出るといいます。  
皆様、体調管理を行って元気に過ごしましょう。



### セントラル病院の基本姿勢

C:Center	地域医療の中核
E:Emergency	的確な救急医療
N:Network	院内外の連携体制
T:Technique	高度な医療技術
R:Research	旺盛な研究心
A:Activity	あふれる活気
L:Love	深い愛情
H:Hospitality	快適な医療環境
P:Partnership	良好なパートナーシップ

発行 特定医療法人 財団竹政会  
セントラル病院  
発行責任者 院長 高橋 健治