

# 水戸病院だより

Mito Hospital News



日本医療機能評価機構

審査区分：療養病院 ver6.0

第55号

2012年4月(春号)



表紙撮影/内田義春氏

## CONTENTS | 目次

- P2 ご挨拶
- P3 医局レポート
- P4 ご紹介
- P5 各委員会の紹介
- P6 開院式の案内
- P7 コンフォート須恵の行事
- P8 医食同源
- P9 バトンタッチ放談・おばあちゃんの知恵袋
- P10 外来診療担当案内・施設のご案内

## 医療法人社団 正信会 理念

- ◆一人ひとりの人権を尊重し、知識・技術の向上をめざして研鑽致します。
- ◆優れた医療と豊かな福祉社会の実現に努めます。
- ◆地域の人々に信頼され、開かれた施設づくりに励みます。

**TAKE FREE** ご自由にお持ち帰り下さい



正信会 水戸病院  
画像診断課 課長

吉田 浩之



## 「チーム医療を目指して」

平成23年12月より画像診断課で課長をさせて頂いております。

現在、2人体制にて日々の業務を行っております。

業務内容として、健診や一般外来、病棟による一般撮影検査・CT検査・透視検査・超音波検査などを担当しております。

また画像に関しては、デジタル化し更に平成23年1月よりPACS（画像保存通信システム）を導入してモニター診断を行っております。

PACS導入により、より速く画像の提供が出来るようになり、外来患者様の待ち時間短縮や患者様の早期治療の一助になればと思っております。

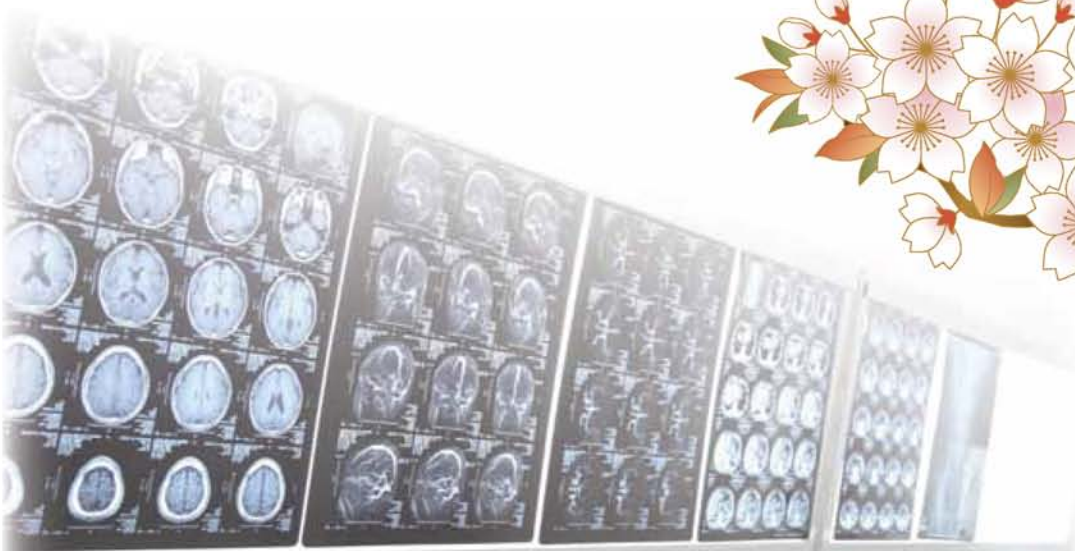
画像診断課として検査を行う上で大事なことは、少しでも診断価値の高い画像の提供と考えております。

そのためには、個々の診療放射線技師が医療に対して謙虚な気持ちで臨み、様々な経験を積んでいくことが必要だと思っております。

またそれと同時に、検査をスムーズに進め、診断価値の高い画像を提供するためにも、他部署との調和の取れた関係を保ち、より良いスタッフ間の連携が大切だと思っております。

画像診断課では、今まで以上にチーム医療を目指し、患者様や地域の方々、そして水戸病院・老健施設のスタッフに信頼され安心できる検査を行っていきたいと思っております。医療という現実のなかで、程よい緊張感を保ちながら心にゆとりを持って真摯な気持ちで業務に取り組んでいきたいと思っております。

今後とも水戸病院・画像診断課をよろしくお願い致します。



※画像はイメージです。

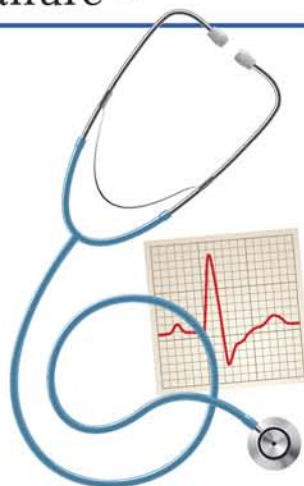
## REPORT

正信会 水戸病院  
副院長

吉松 卓也



## 心不全の話 ~heart failure~

 心臓の働きについて

心臓は人間の体におけるポンプであり、血液を全身に循環させる働きを担っています。筋肉を含めてすべての臓器は血液の中に溶けているブドウ糖や脂肪をエネルギーとして利用しています。また、エネルギーを作り出すためには呼吸によって取り入れた酸素も必要になりますがこれも血液に溶けています。ですから心臓は全身に、エネルギー源となる栄養や酸素を送り届けるという大変重要な役割を担っているといえます。心臓の働きが弱って、何らかの症状が現れてくることを心不全といいます。

 心不全の症状

心不全の状態になってくると筋肉や内臓に十分な栄養や酸素を届けることができなくなり、筋肉では十分な力を発揮させることができなくなります。心臓にはもともと多くの余力があり、安静時には本来持っている能力の2~3割しか使っていません。したがって穏和な日常生活を送っているだけでは少々心臓の働きが低下しても、自分の心臓が弱っていることを実感することはありません。しかし、心臓の働きがさらに低下してくると階段を昇ったり重い荷物を持って歩いたときなどに、疲れて休憩が必要になったり息切れがするようになります。そして、さらに心臓の働きが低下してくると平坦な道を歩いても体がきつく、休みながらでなければ歩けなくなり、最終的には安静時にも体がきつい、という状態になってきます。平坦な道を歩くだけで休憩が必要になってしまう状態というのは心不全もかなり高度な状態であり、この状態から心臓の働きを元の状態に回復させることは残念ながら非常に困難です。

 心不全の予防

心不全になる原因の多くは心筋梗塞や、弁膜症といった心臓の病気ですが、これらの病気には高血圧が大きく関与しています。また、高血圧はそれ自体が心臓に負担をかけ、心不全を引き起こす直接の原因ともなります。高血圧の治療の第一は食事の塩分を控えることであり、肥満の是正や適度な運動も大切です。そして、これらのことが心不全の予防にもつながります。

 心不全になってしまったら？

血液を循環させるポンプは心臓だけではなく、筋肉が動くことによっても血液の循環が促進されます。しかしながら、筋肉を強くするためといっても心不全の方にとって過剰な運動はかえって逆効果です。息切れしない程度のウォーキングでも心不全の症状を改善させることが期待できますが、必ず医師と相談の上で行うことが大切です。

# 紹介

## 水戸病院健診センターって どんなところ？

保健師

江熊 和子

**私**は、健診センターで保健師として働いています。病院と聞くと、病気をしたときにかかるところを思い浮かべるのではないのでしょうか？水戸病院で『健診』???

水戸病院の健診は、以前は、一般外来と混在して行っていましたが、徐々に受診者数が増えていき、病気の予防が重んじられてくる中、3年前に現在の健診センターへ独立した場所へと変わりました。

**健**診センターでの、私の仕事といえば、受診してくださる方の、血圧測定・採血・身体計測・心電図などの看護業務、また血液データや検査結果の入力・帳票の出力などいろいろおこなっています。また、近年、メタボリックシンドロームの改善が強く求められ、「元気に長生き」をめざして生活していただくために健診結果にもとづき、対象者には生活習慣（食事・運動・ストレスなど）改善の保健指導を行うことも、本格的に始めつつあります。（保健指導というと、ああしなさい、こうしなさいと言われるイメージがあると思いますが、そうではなく、今後どうしていったらいいかを一緒に考える時間と思って下さい。）



**私**たち健診センターのモットーは、「来年も受けたい、来たい」と思っていただく健診にすることです。待ち時間の短縮や待合室の充実を、スタッフ全員が一番心がけています。また、水戸病院での健診を受けていただくと、当日血液検査の結果がでますので、もれなく医師からの丁寧な説明を聞くことができます。検診車で検診を受けたことがある方はわかりだと思いますが、その場合後日結果が送付されてきますので、ご自分の結果が理解できなかった経験はありませんか？また、思いのほか異常値が出しまった場合は、ご希望であればそのまま外来へご案内することができるというメリットもあります。

**あ**なたの車を必ず車検に出すように、「元気に長生きする」ために、1年に1回は、健康診断を受けて身体の総点検をしましょう。私たち健診センタースタッフは、あなたの元気をサポートさせていただきます。健康面で気になることがありましたら、お気軽に声をかけていただければと思います。

スタッフ一同  
お待ちしております。



# 各委員 の紹介

## 広報企画 委員会の紹介

コメディカル

松田 秀清

当広報企画委員会では、多くの方に正信会グループ各事業所の事を知っていただくために、水戸病院だより(年4回)の発刊、当院に関する事・病気の事などのポスターを施設内に掲示、ホームページにて様々な情報発信等の活動しております。また、地域の方より提供いただいた四季折々の写真を掲載しております。当院へ来られた方が御覧になり、温かい気持ちになって頂ければ幸いと存じます。

これからも皆様のお役に立てる情報を発信し続けていくよう毎日精進してまいりますので宜しくお願い致します。



たくさんの情報を  
掲示しています



役立つ情報  
満載です!

待合室に  
掲載しております



2月6日に正信会水戸病院の給食実施を通じて  
栄養及び食生活の改善に尽くしてきた功績に対  
して、福岡県知事より感謝状をいただきました。



「福岡県知事感謝状」  
をいただきました。

案  
ない  
あん  
内

44名  
受賞

医療法人正信会  
開院記念式



平成24年正信会開院記念  
永年勤続表彰受賞者

勤続20年表彰	1名
勤続15年表彰	10名
勤続10年表彰	14名
勤続5年表彰	19名

3月1日は当法人の開院日にあたり、  
ニューライフ須恵1階フロアにて開院  
式を開催致しました。今年は、44名の  
職員が永年勤続表彰を受けました。

これからも職員一同地域のため、医  
療や保健・介護サービスを提供してま  
いります。



永年勤続表彰受賞者



吉松秀則理事長挨拶



増田住博施設長挨拶



白橋斉病院長挨拶



受賞者代表挨拶



吉松卓也副院長乾杯音頭

# 行事紹介

## コンフォート須恵デイサービス ～クリスマス会～

12月25日に  
クリスマス会を  
開催しました

**コンフォート須恵デイサービス クリスマス会**  
平成23年12月25日

おしどり夫婦～

ツリーのまえでハイ！チーズ

クリスマスプレゼント

男性スタッフによるハンドベル

女性スタッフによる合唱

イチゴのデザート

みんな一緒に♪ジングルベル♪

**MERRY CHRISTMAS**

コンフォート須恵デイサービスも2度目のクリスマス☆☆☆☆  
部屋の飾りつけも華やかにサンタもトナカイもやって来ました。  
スタッフの出し物、ハンドベルやコーラス♪ビンゴゲームでプレゼントと盛りだくさんの内容に皆さんの  
笑顔もたくさんいただきました。来年もより一層努力しすばらしい一年にしたいものです。



日本には、古くから伝わる郷土料理がたくさんあります。  
その中から、福岡にいても簡単に作れる全国の郷土料理を  
ご紹介します★ 今回はもちろん「福岡編」です!!

### 牛肉とごぼうの柳川煮

1人分  
430kcal  
塩分2.6g

#### 材料 (2人分)

- 牛肉 ▶ 150g
- ごぼう ▶ 1本
- 卵 ▶ 2個
- 葱 ▶ 適量
- だし汁 ▶ 150cc
- 砂糖 ▶ 大さじ1
- みりん ▶ 大さじ2
- 醤油 ▶ 大さじ2
- 酒 ▶ 大さじ1



#### 作り方

- ① 牛肉は一口大に切る。ごぼうは斜め切りにして水にさらしてアク抜く。葱は小口切りにする。
- ② 鍋にだし汁を煮立ててごぼうを敷きつめていく。
- ③ ごぼうがある程度煮えたら、砂糖、みりん、醤油、酒の順に加えた後に牛肉を入れて、アクをすくいながら煮詰める。
- ④ 溶き卵を流し入れて火を止める。  
蓋をして卵が半熟になったら、葱をちらして出来上がり。  
※調味料の代わりに「めんつゆ」を使うと、簡単に作ることができます。

### ごせんじですか!?



「柳川煮」の由来は、柳川焼きの鍋を使うため・・・  
とされています。

御存じの通り、福岡県柳川市は「うなぎのせいろ蒸し」や  
「川下り」が有名な地域です。

柳川煮は、本来どじょうを醤油の甘辛い出し汁で煮て、  
卵でとじる料理です。どじょうやウナギ・穴子などは夏に  
食べるイメージですが、牛肉だと一年中食べれるので、  
ぜひ気軽に家庭でご堪能ください!!





放  
ほう  
だん  
談

正信会 水戸病院  
3病棟看護師

白水 成美  
しろみず



batontouch!

batontouch! バトンタッチ放談

私は上の子供が10ヶ月の時に入職しました。小さな子供がいて働ける場所！初めての子供でしたし、不安もいっぱいでした。その後2番目の子供を出産し3年が経ちました。

託児所の先生たちが優しく安心して働いてくれましたし、病棟のスタッフにも迷惑かけながらたくさんカバーしてもらい、今があります。

働くことができることにいつも感謝して、子供たちのために患者様のために頑張りたいと思います。



おばあちゃんの知恵袋



布団干し

★布団干しは  
晴れた日が続いた時に★



- どんなに晴れていても、前日雨が降ったら布団干しは避けましょう。空気中に湿気がまだまだ沢山含まれていますよ。
- 布団干しに適した日でも、あまり朝早く干すのは止めましょう。空気中に含まれる湿度が少なくなる10時位～15時位までがよいです。
- 干した後ではなく、干し始めに布団をたたきホコリを出しましょう。干した後ではせっかく乾燥してフワリした綿をつぶしてしまいます。親の敵でも討つように(昔の諺のようなものですが)、あまり強くたたくのもやめましょうね。
- 干している途中で裏表ひっくりかえしてあげると、中までよく乾き、ダニ退治にもよいですよ。

協力/NPO法人 おばあちゃんの知恵袋の会

[http://homepage3.nifty.com/plan100/zbox\\_04.htm](http://homepage3.nifty.com/plan100/zbox_04.htm) (おばあちゃんの知恵袋-掃除箱)

※このコーナーでご紹介した内容は民間の伝承を中心としたもので、医学的・科学的に証明されたものではありません。

# 外来診療担当医のご案内

平成24年4月1日～

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前 9:00 ～ 12:00	内科第1診察室	吉松 秀則	富安 幸博	増田 住博	吉松 秀則	白橋 齊	吉松 卓也
	内科第2診察室	渡邊 豊吉	[神経内科] 中村 憲道	[循環器内科] 吉松 卓也	富安 幸博	原 泰寛	[呼吸器内科] 富安 幸博
	第3診察室	山浦 隆宏	山浦 隆宏	[リハビリテーション科] 整形外科 西野 一郎	[リハビリテーション科] 整形外科 今村 泰則	[リハビリテーション科] 整形外科 今村 泰則	
	消化器検査	白橋 齊 (白橋 由美子)	白橋 齊[奇数週] 白橋由美子[偶数週]	白橋 齊 (渡邊 豊吉)	小副川 敬	白橋 由美子 (渡邊 豊吉)	白橋 齊
	小児科	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇
	健診	白橋 由美子	中村 実生	原 泰寛	白橋 齊	山浦 隆宏	今村 泰則
午後 13:30 ～ 17:00	内科第1診察室	増田 住博	中村 実生	中村 実生	吉松 卓也	渡邊 豊吉	渡邊 豊吉
	内科第2診察室	[消化器内科] 白橋 齊			山浦 隆宏		※第4土曜のみ 伊藤 浩司
	第3診察室	[リハビリテーション科] 整形外科 今村 泰則	[リハビリテーション科] 整形外科 今村 泰則				[リハビリテーション科] 整形外科 今村 泰則
	小児科	藤原 崇	藤原 崇	休診	藤原 崇	藤原 崇	休診
17:00以降	当院医師または大学医師による交替制 (外来診療は平日19:00迄、土曜日は17:00迄。但し急患はこの限りではありません。)						

- 専門外来（禁煙外来・物忘れ外来・頭痛外来・睡眠時無呼吸症候群）については、原則予約制となっておりますので、事前にお問い合わせの上、ご来院ください。
- 午前の健診や検査の担当医は、外来診療には入りません。
- 都合により担当医が変更になる場合がありますのでお問い合わせください。
- 整形外科が月曜日～土曜日まで常駐しておりますので、診察を希望される方はご相談下さい。

## 施設のご案内

### ■ 正信会水戸病院 TEL(092)935-3755/FAX(092)935-6626

〒811-2298 福岡県粕屋郡須恵町大字旅石115-483 (須恵高校前・新生バス停前)

URL <http://www.s-mito.org> E-mail [info@s-mito.org](mailto:info@s-mito.org)



**診療科目** 内科(呼吸器・循環器・消化器・肝臓・糖尿病・脂質代謝・内分泌・神経・老年) 小児科、アレルギー科、リハビリテーション科、臨床検査科

**ベッド数** 163床(一般病床(32床・32床)、医療療養病床44床、介護療養病床55床)

**診療時間** 月～金 9:00～19:00 / 土 9:00～17:00  
日曜・祝祭日 休診(急患の方はこの限りではありません)

**指定施設** 病院機能評価認定病院(療養病院ver6.0)、NST(栄養サポートチーム)稼働施設  
全国健康保険協会管掌健康保険生活習慣病予防健診実施医療機関、臨床研修医協力施設 各種検診精密検査実施医療機関[大腸がん、肺がん、肝臓がん、骨粗鬆症、乳がん(視触診のみ)]

- 介護老人保健施設 ■ ニューライフ須恵**  
TEL(092)937-1055 FAX(092)931-8695
- 居宅介護支援事業所 ■ ケアワイド21**  
TEL(092)957-3321 FAX(092)957-3322
- 福祉用具貸与・販売事業所 ■ 介護ショップ よりそい**  
TEL(092)957-7294 FAX(092)957-7295
- 健康診断・人間ドック ■ 水戸病院 健診センター**  
TEL(092)935-3799
- 在宅介護支援事業所 ■ 須恵町在宅介護支援センター**  
TEL(092)937-0255
- 訪問看護・介護事業所 ■ あすなる訪問看護ステーション 糟屋郡須恵町大字旅石68-261**  
TEL(092)936-9653 FAX(092)936-9655
- あすなるヘルパーステーション**  
TEL(092)935-3896 FAX(092)936-9655
- 住宅型有料老人ホーム ■ コンフォート須恵**  
TEL(092)935-3850 FAX(092)935-3851
- 通所介護事業所 ■ コンフォート須恵デイサービスセンター**  
TEL(092)935-4150

■ 発行:医療法人社団正信会 理事長 吉松秀則 ■ 編集:水戸病院 広報企画委員会 ■ 印刷:(有)清原印刷

(注)「水戸病院だより」に掲載しております患者さまの顔写真等につきましては、御本人・御家族さまの了解を得ております。