

JA静岡厚生連 健康をつくる情報誌

すてっぷ

2023

10

No.551

健やかな暮らしのために



病院で働く人たち 診療放射線技師（静岡厚生病院）

特集

地域包括ケアシステムと 当院の取り組み

静岡県農協健康管理推進委員会
静岡県厚生農業協同組合連合会



地域包括ケアシステムと 当院の取り組み

リハビリテーション中伊豆温泉病院
総合内科 副院長

名嘉原忠博

はじめに

当院は2023年12月に新築移転を予定しており「JA静岡厚生連 中伊豆温泉病院」として新たなスタートをします。移転後は地域医療を担う中核病院としての性格を強め、より一層地域に密着した医療サービスの実現を目指します。

私の所属する総合内科は、(都会に比べて大病院へのアクセスが困難な)地域医療において必要不可欠とされる総合診療的な性格を備えた科として、「専門科を特定しにくい症状」や「重症が軽症かわからず不安な患者」の診療、救急患者への対応、地域包括ケアシステムへの貢献など幅広く活動していく予定です。本稿ではこのうち地域包括ケアシステムについてその意義や当院総合内科での今後の取り組みについて記載します。

地域包括ケアシステムとは

地域包括ケアシステムとは「介護・医療が必要な状況になっても」「住み慣れた地域・住居で」「自分らしい暮らしを」「人生の最後まで」続けることができる社会システムです。

これまで高齢者は介護が必要になれば介護施設に入所して、医療が必要にな



新病院外観

なれば病院に入院して、人生の最後は施設や病院で迎える「施設・病院完結型モデル」で余生を送るのが一般的でした。しかしこのモデルにはいくつかの問題が指摘されていました。一つ目は生活拠点を住み慣れた自宅から住み慣れない病院・施設へ移転することでうつ病や認知症の発症・増悪リスクが高くなること、二つ目は現在の施設・病院の多くは相部屋、トイレ・風呂共同であるなどプライバシーへの配慮が不十分で高齢者の尊厳や自立性を保つのに不十分な環境であること、三つ目は超高齢化社会の到来で施設・病院への入所・入院者が増大して介護保険、医療保険支出が膨張し、若い世代の保

険料負担の増加が懸念されていることです。

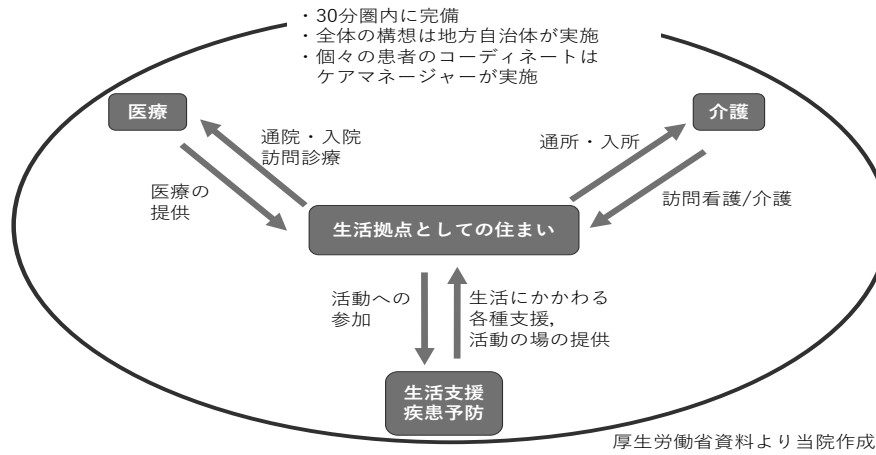
これらの問題を解消するモデルとして、施設・病院ではなく住み慣れた地域の住み慣れた住居を拠点にして介護・医療を受けて、人生の最後は住み慣れた住居で迎える「地域完結型モデル」が提唱されました。そして厚生労働省は団塊世代(1947-1950年生まれ)が全員75歳以上となる2025年をめどに「地域完結型モデル」が可能となる社会システムの確立を目指しています。この社会システムが「地域包括ケアシステム」なのです。

このシステムが機能するためには、自分らしい生活ができる「住居」及び安定した日常生活が可能となる「生活支援」を基盤として「医療」「疾患予防」「介護」サービスが一体となって確実かつ速やかに提供される必要があります(図1)。このうちの「医療」は地域医療を担う中核病院がその実現に重要な役割を果たします。すなわち伊豆市では当院がその実現に重要な役割を果たすのです。

地域包括ケアシステムにおける 当院総合内科の取り組み

地域包括ケアシステムにおける当院総合内科の取り組みをご説明する前提として、我が国の医療システム及びそ

図1 地域包括ケアシステムの全体像



のシステムにおける当院総合内科の位置づけをご説明します。

我が国の医療は医療を受ける時期に応じて「高度急性期」「急性期」「回復期」「慢性期」の4つに大別されます。

「急性期」は病気を発症して間もない時期で、放置しておけば病状が急速に悪化する時期です。急性期病棟で集中的かつ高密度な治療を行います。その中でもとりわけ高度な医療資源を要するものを「高度急性期」と称し、大学病院もしくはそれに準じる医療機関が担います。

「回復期」は急性期治療を終えた患者が回復に至るまでの時期です。回復期病棟で在宅復帰に向けた投薬、全身管理、リハビリテーション、栄養管理などがなされます。

「慢性期」は完全に回復に至らない患者が病気と共存しながら日常生活を送っていく時期です。これは患者の自立度合いや疾患の程度によって入院で対応することもあれば外来（在宅）で対応することもあります。

当院総合内科で受け入れる患者について

入院患者として①在宅・施設からの急性期患者（軽症から中等症）（サブアキュート）②高度急性期病院での治療を終えた回復期患者（ポストア

キュート）③短期予定入院（教育入院、導入入院）④介護者の休息目的の短期入院（レスパイト入院）の受け入れを行います。

外来患者として、専門科を特定しにくい症状や複数科にまたがる慢性症状を有する患者の診療を行います。将来的には在宅診療も本格化させる予定です。

①在宅・施設からの急性期患者（軽症から中等症）の受け入れ（サブアキュート機能）

急性期疾患のうち、当院の医療資源でも対応可能な患者の受け入れを行います。「重症ではなく」「薬剤のみで治療可能で」「治療による合併症リスクが少ない」疾患であれば概ね受け入れ可能です。

②高度急性期病院での治療を終えて容体がある程度安定した患者の受け入れ（ポストアキュート機能）

急性期病院としての治療は終わったものの、自宅への退院はリスクがある患者を受け入れて継続加療を行います。自宅退院へ向けた調整を行います。

入院中は急性期病院で処方された薬剤の調整（減量、増量、中止、追加）、容体が悪化した時の迅速な治療、より良い回復へ向けたリハビリテーション、退院後へ向けた栄養指導などをを行います。

③短期予定入院

慢性疾患の治療開始にあたりその疾患に対する理解を深め、治療の導入、初期の服薬調整、リハビリ、栄養指導などを行います。当院ではリウマチ専門医による関節リウマチの短期教育入院を以前から実施しておりますが当科では糖尿病患者を対象とした教育入院を実施します。

④介護者の休息目的の短期入院（レスパイト入院）

地域包括ケアシステムは介護する者の存在を前提としており、同居家族のみでそれを担うケースがしばしばあります。介護は24時間・365日の対応が必要ですが、それをすべて同居家族に委ねるとすればそれは単なる「負担の押し付け」になりかねず、地域包括ケアシステムの理念と相いれられません。そこで家族を介護から一時的に解放することを目的とした入院（レスパイト入院）が認められています。同様の趣旨で介護保険を利用して介護施設への短期入所を可能とする「ショートステイ」と呼ばれるものがありますが、レスパイト入院はショートステイが困難（介護保険の適用外の方）でかつ医学的管理を常時必要としている在宅患者が対象となります。介護者側の目的は問われませんが（旅行や純粋

な休息目的も可)、入院日数や次のレスパイト入院までの期間には定められた制限があります。

⑤ 外来診療

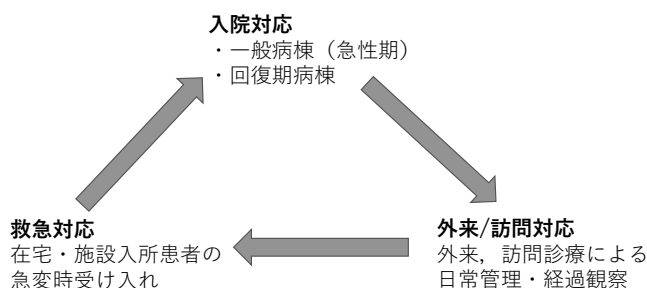
症状があるが「どの科を受診したらいいかわからない」「重病なのか軽症なのかかわからない」「病院をかかればよいのかわからない」という方の対応をします。症状を伺い、検査を実施して、重病か軽症かの切り分けを行い、当院のリソース(資源)で対応困難であれば大学病院などより専門的な医療機関への紹介を、当院のリソースで対応可能であれば当院での加療を継続します。自宅近くの開業医での加療をご希望であれば紹介状を作成して受診の手配をします。また複数科にまたがる患者の継続フォローや開業医からの紹介にも対応します。

⑥ 在宅診療

自宅を拠点にする患者が医療を受けるには自らで医師のもとまで赴くことが原則です。しかし病状によってはそれが困難な患者もいます。よって医師が自宅に赴き診療を行う在宅診療という制度があります。現在当院では小規模に実施しているのみですが、新病院移転に合わせてその規模を拡大させていく予定です。

将来的には在宅診療、当院併設の訪問看護ステーションによる訪問看護・リハビリ、そして当院の救急・入院病棟が連携することで地域包括ケアシステムの医療全てを当院で完結できる機能を備えることを目指します(図2)。

図2 当院を中核病院とする地域医療モデル



地域包括ケアシステム実現へ向けた私の想い

伊豆中南部地域はわが国でも有数の医療過疎地域です。医師の絶対数が不足していること、高度急性期医療へ対応できる病院が伊豆北部地域に集中していること、山地の間に集落が点在していること、地理的特性から直線移動が困難であることなどから医療を必要とする人にとって非常に過酷な環境です。

地域医療は検査をして治療をするだけでは成立しません。その地域の社会的背景や医療事情を十分に把握して、最優先に注力して対応すべきもの、そうでないものの切り分けを行い、効率よく医療を提供する必要があります。当院では高度急性期病院である順天堂大学静岡病院などのバックアップとして中伊豆地域の軽〜中等症の急性期、回復期患者の入院対応、そして慢性期患者の外来・在宅診療への対応が求められています。それらを成し遂げられるだけの十分な人的・物的インフラが備わっているとは言えず実現に向けた課題は少なくありませんが、その実現へ向けて全力を尽くしたいと考えております。

アンケート

下のアンケートに答えて農協全国商品券をもらおう!
農協全国商品券は、県内ファーマーズマーケット等で使えます。

- Q1 本誌をどこで手に取りましたか**
1 病院 2 JA 3 その他 ()
- Q2 今月号でよかった記事は**
1 表紙 2 特集 3 連載 4 Q&A
5 News & Topics 6 レシピ
- Q3 読んでみたい記事は**
- Q4 ご意見・ご感想**

当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

※ここで寄せられた個人情報は厚生連広報事業、記念品の発送以外には使用いたしません。

応募方法

| | | |
|--------------------------|----------|--------|
| <input type="checkbox"/> | 422-8006 | 静岡市駿河区 |
| | JA静岡厚生連 | 曲金三ー八一 |
| すてっぷアンケート | 10月号係 | |

1. 郵便番号
2. 住所
3. 氏名
4. 電話番号
5. 年齢
6. 職業
7. アンケートの回答

《締め切り10月20日(金)》

メールでも受け付けております



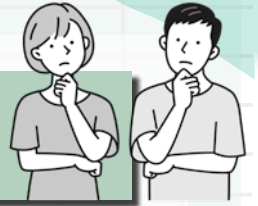
Eメール: koho@kou.ja-shizuoka.or.jp



連載

皆さんからの質問、病院に聞いてみました

带状疱疹の症状や 予防方法を教えてください。



清水厚生病院 薬局 薬剤師 根岸 孝光

带状疱疹は、水ぼうそうと同じウイルス(水痘(水ぼうそう)・带状疱疹ウイルス)で起こる皮膚の病気です。

水痘・带状疱疹ウイルスは、神経を伝わって神経節内にウイルスが潜伏するといわれています。

水ぼうそうが治った後も、ウイルスは体内(神経節)に潜伏していて、過労やストレスや病気などで免疫機能が低下すると、神経節内に潜伏していたウイルスが再活性化して発症するのが、带状疱疹です。



日本成人のおよそ9割は水痘・带状疱疹ウイルスが体内に潜伏していて、带状疱疹を発症する可能性があります。

带状疱疹は50歳以上で増加し、80歳までに日本人の約3人に1人が発症するといわれています。

60歳代を中心に50歳代～70歳代に多くみられる病気ですが、過労やストレスや病気が引き金となり若い人にも発症することがあります。

発症部位や症状

人によって差がありますが、はじめに皮膚にピリピリ、ズキズキ、チクチクといった神経痛のような痛みを感じ、その後、水ぶくれ(水疱)を伴う発疹が、「脇の下から胸部・腹部にかけて」や「額からまぶた・鼻にかけて」帯状に現れるのが特徴です。

带状疱疹を疑う症状に気がついたらできる限り早く医療機関を受診し、治療を開始することが重要です。

通常、痛みは水ぶくれ(水疱)や赤い発疹が治るとともに軽くなりますが、皮膚の症状が治まった後も長期間にわたって続く痛みを带状疱疹後神経痛(PHN)といいます。

加齢とともにPHNへの移行リスクは高くなり、50歳以上の患者さんの約2割が移行すると報告されているため「予防」と「早めの治療」が大切です。



带状疱疹では「発症の予防」「早めの治療」が重要です

带状疱疹は、免疫力の低下によって発症するため、带状疱疹の予防には、日頃の体調管理が重要です。

体の免疫力は、病気、加齢、疲労、ストレスなど、誰にでもみられるごく日常的なことによって低下します。食事や睡眠をしっかりととり、適度な運動や、リラックスした時間をもつことでストレスを減らし、免疫力を低下させないように心がけましょう。



・带状疱疹には予防するワクチンがあります

通常、带状疱疹の予防接種の対象年齢は50歳以上です。

ワクチン接種により、水痘・带状疱疹ウイルスに対する免疫力を高めて、带状疱疹の発症を予防することができます。



・带状疱疹の治療

皮疹出現後、72時間以内に投与を始める必要があるため、できるだけ早く医師に相談しましょう。

带状疱疹を発症した場合も、抗ウイルス薬で治療を行うとともに、安静と栄養バランスのとれた食事を心がけることが重要です。



带状疱疹は人にうつるの？

带状疱疹は、他の人に「带状疱疹」としてうつることはありません。

しかし、水痘・带状疱疹ウイルスに対する免疫を保有していない人には感染する可能性があり、その場合は「水ぼうそう」を発症します。

参考文献：国立感染症研究所 <https://www.niid.go.jp/niid/ja/>
マルホ株式会社 <https://www.maruhco.jp/kanja/taijouchoushin/>
グラクソスミスクライン株式会社 <https://gskpro.com/ja-jp/>

今回のテーマは、「肩こりについて」です。

外来診療担当医師一覧表 (令和5年9月1日現在)

外来診療担当医師一覧表は変更となる場合がありますので、病院ホームページで確認してください。
土曜日につきましては一部診療科を除き休診といたします。皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

● J A 静岡厚生連 遠州病院

053-453-1111(代表)

| 診療科 | 診察室 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | |
|--------------------------------|-----------|-------------------|------------------|---------------------------|---------------------|---------------------|-----------------|-----------|-------|
| 内科 (予約制) | 午前 | 1 | 脳神経 高橋(良) | | 脳神経 渡邊 | 脳神経 高橋(良) | 脳神経 高橋(良) | | |
| | | 2 | 呼吸器 二橋 | 呼吸器 貝田 | 呼吸器 加藤(真) | 呼吸器 藤澤 | 呼吸器 伊藤(大) | | |
| | | 3 | 消化器 高垣 | 消化器 森 | 消化器 大津 | 消化器 高垣 | 消化器 藤田(翔) | | |
| | | 4 | 総合診療科 | | 総合診療科 | | 総合診療科 | | 総合診療科 |
| | | 5 | | 腎臓 島田 | | 消化器 竹内 | 腎臓 渥美 | | |
| | | 6 | 循環器 磯垣 | 循環器 金 | 循環器 林 | 循環器 成瀬 | 循環器 川勝 | | |
| | | 7 | 内分泌 後藤 | 内分泌 鈴木(究) | 内分泌 鈴木(究) | | 内分泌 鈴木(究) | | |
| | | 8 | 血液 坂本 | | 内分泌 伊藤(暉) | 血液 竹下 | 内分泌 伊藤(暉) | | |
| | 午後 | 専門外来(予約制) | 循環器 高瀬 | | 循環器 高瀬 | 膠原病 小川 | 腎臓 渥美 | | |
| | | | 腎臓 大橋 | | 内分泌 後藤 | 内分泌 大場 | 甲状腺外来 | | |
| 小児科 (予約制) | 午前 | 1 | 三枝 | 三枝 | 兵藤 | 三枝 | 7ルキ- 坂倉 | 交替制 | |
| | | 2 | 小野 | 政岡 | 政岡 | 小野 | 大庭 | 交替制 | |
| | | 3 | 政岡 | 兵藤 | 小野 | 兵藤 | 政岡 | | |
| | 午後 | 専門外来(予約制) | 心理 山本中波多野 | 心理 川瀬中 | 心理 田中波多野 | 心理 山本中波多野 | 心理 杉浦本波多野 | 心理 山本中波多野 | |
| | | | 感染症(第2PM) 宮入 | 乳児1ヶ月健診(14:00~15:00) | 予防接種外来(14:00~15:00) | 乳児健診(14:00~15:00) | 神経発達(第2・4PM) 杉江 | | |
| | | | | 心理外来(第1・3AM) 櫻井 | 内分泌(PM) 三枝野 | 腎臓(第3PM) 山本 | | | |
| | | | | 心臓(第1・3PM) 石川 | | 神経発達(第1・2・3PM) 平野 | | | |
| 外科 (予約制) | 午前 | 1 | 水上 | 浅羽 | 米川 | 米川 | 浅羽 | | |
| | | 2 | 寺本 | 前田 | 前田 | 加藤(暁) | 青木 | | |
| | | 3 | 鈴木(正) | | 血管外科 | 鈴木(正) | 血管外科 | | |
| | | 4 | | | 呼吸器外科 野並 | | | | |
| 午後 | 専門外来(予約制) | | 人工肛門外来(第2) | 人工肛門外来 | 乳腺外来 交替制 | 乳腺外来 竹林 | 人工肛門外来(第3・4) | | |
| 形成外科 (予約制) | 午前 | 1 | 山田(萌) | 山田(萌) | | 山田(萌) | | | |
| | 午後 | 専門外来(予約制) | | 山田(萌) | | 山田(萌) | | | |
| 整形外科 (予約制) | 午前 | 1 初診 | 堀口 | 野崎 | 岩澤 | 今田 | 境田 | | |
| | | 2 再診 | 岩澤 | 大石 | 藤田(倫) | 大石 | 野崎 | | |
| | | 3 再診 | 境田 | 今田 | 堀口 | 堀口 | 藤田(倫) | | |
| 午後 | 専門外来(予約制) | | | スポーツ外来(14:00~16:00) 鈴木(大) | | | | | |
| リハビリ科 (予約制) | 午後 | | 交替制(14:30~16:00) | | 交替制(14:30~16:00) | | | | |
| 脳神経外科 (予約制) | 午前 | 1 | 難波 | 望月 | 難波 | 黒住(第2・4) | 難波 | | |
| | 午後 | | | | 山本(第1PMのみ) | 橋本(PMのみ) | | | |
| 精神神経科 (予約制) | 午前 | 1 | | | 竹林(9:00~11:00) | 竹林(9:00~11:00) | | | |
| | 午後 | 1 | | | | 物忘れ外来 大城 | | | |
| (注1) 精神神経科: 初診の方は、紹介のみ受診可(要予約) | | | | | | | | | |
| 皮膚科 (予約制) | 午前 | 1 | 石部 | 石部 | 石部 | 石部 | 石部 | | |
| | | 2 | 樋川 | 樋川 | 樋川 | 脱毛外来(第1・3) 伊藤 | 樋川 | | |
| | 午後 | 専門外来(14:00~15:30) | 石部 | | | 樋川 | アトピー外来 | | |
| 泌尿器科 (予約制) | 午前 | 1 | 海野 | 海野 | 海野 | 海野 | 海野 | | |
| | | 2 | 土屋 | 土屋 | 土屋 | 土屋 | 土屋 | | |
| 耳鼻咽喉科 (予約制) | 午前 | 1 | 濱田 | 濱田 | 濱田 | 濱田 | 濱田 | | |
| | | 2 | 上村 | 上村 | 上村 | 上村 | 上村 | | |
| 午後 | 専門外来 | | 睡眠時無呼吸外来 | 補聴器外来(13:30~16:00) | 補聴器外来(13:30~16:00) | | | | |
| 産婦人科 (予約制) | 午前 | 1 産科 | 有澤 | 成瀬 | 鹿野 | 鈴木(留) | 向(麻) | 思春期外来(第1) | |
| | | 2 初診 | 向(麻) | 鈴木(留) | 有澤 | 鹿野 | 成瀬 | | |
| | | 3 婦人科 | 鹿野 | 有澤 | 向(麻) | 成瀬 | 鈴木(留) | | |
| | 午後 | 1 産科 | 思春期外来 | 産後健診 | 交替制 | 産後健診 | N I P T 外来 | | |
| 3 婦人科 | | | 稲本 | | 稲本 | | | | |
| 眼科 (予約制) | 午前 | 1 | 阿部 | 熊切 | 阿部 | 阿部 | 彦谷 | | |
| | | 2 | 原田 | 原田 | 原田 | 原田 | 原田 | | |
| | 午後 | 再診のみ | 原田 | | 原田 | 阿部 | 原田 | | |
| | | | | | | 堀田(第3)(14:00~15:30) | | | |

<https://k-enshu.ja-shizuoka.or.jp/>

居宅介護支援事業所

☎053(401)0082

訪問看護ステーションときわ ☎053(401)0100

訪問看護ステーション夢咲

☎0537(73)1320

外来診療担当医師一覧表は変更となる場合がありますので、病院ホームページで確認してください。

土曜日につきましては全診療科休診といたします。皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

| 診療科 | 診察室 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|----------------------------|---------------------------------------|----------------------------|----------------------------|---|---------------------------|-------------------|
| 内科 | 午前 | 1 | 半田 | 半田 | 松永 | | 半田 |
| | | 2 | 板谷 | 渡辺 | 渡辺 | | 渡辺 |
| | | 3 | 豊嶋 | | 半田 | 豊嶋 | 板谷 |
| | | 4 | 小澤(佳) | 小澤(佳) | 小澤(佳) | 小澤(佳) | |
| | 午後 13:30~15:00 (予約制) | 渡辺 | 小長井 (第2・4) | 渡辺 豊嶋 | 小澤(達) 予約制 | 禁煙外来 14:30~ 豊嶋 | |
| 神経内科 | 午前 | | | | | 鈴木 | |
| 小児科 <small>※11:00までの受付です</small> | 午前 | 田中 | 田中 | 田中 | 田中 | 田中 | |
| | 午後 | 田中 (乳児予防接種・ 1ヶ月健診) | | 乳児健診 (第2・4・5) | 予防接種 | | |
| 外科 | 午前 | 1 | 酒井 8:30~10:00 宮崎 10:00~ | 乳腺担当医 予約制 | 酒井 | 浅井 10:00~ | 河南 |
| | | 2 | 水野 | 河南 | 水野 | 西村 | 水野 |
| | 午後 | | | 乳がん検診 | 乳がん検診 | | |
| 整形外科 (予約制) | 午前 | 1 | 天野 | 田村 | 田村 8:30~10:00 | 天野 | 田村 |
| | | 2 | 加藤 8:30~10:30 | 天野 | | | 天野 |
| | | 3 | | 加藤 8:30~10:00 | | | |
| リウマチ科 <small>初診の方は要予約</small> | 午前 | 1 | 松本 | 松本 | 坪井 | 松本 | 交替制 |
| | | 2 | | 加藤 10:00~ | | 田村 | |
| | | 3 | | | | 大久保 10:00~ | |
| | 午後 | 1 | | | | 松本 | |
| | | 2 | | | | 大久保 | |
| 脳神経外科 <small>予約お問い合わせ 8:30~13:00</small> | 午前 | 橋本 8:30~10:30 中嶋 10:30~11:30 | 橋本 | 橋本 | 橋本 | 中嶋 | |
| | 午後 | | | 中嶋 | | | |
| 皮膚科 | 午前 | 岩崎 | 岩崎 | 岩崎 | 岩崎 9:00~ | 岩崎 | |
| | 午後 | 岩崎 14:00~16:00 | | 岩崎 14:00~16:00 (予約制) | 形成外科 (予約制) 小泉 (第2) 金沢 (第1・3) 14:00~ | 岩崎 14:00~16:00 | |
| 泌尿器科 (予約制) | 午前 | 西尾 8:30~12:00 | 西尾 8:30~12:00 | 速水 | | 西尾 8:30~12:00 | |
| 耳鼻咽喉科 | 午前 8:30~ | 1 | 大輪 | 大輪 | 大輪 | 大輪 | 大輪 |
| | | 2 | | 竹内 9:00~ | | 中安 9:00~ | |
| | 午後 | 1 | 大輪 14:00~16:00 | | 大輪 14:00~16:00 | | 大輪 14:00~16:00 |
| 産婦人科 (予約制) <small>※月・水曜日はF T外来(予約制)を 通常診療と並行 で行っています。</small> | 午前 | 1 | 中山 | 中山 | 角田 | 趙 | 中山 |
| | | 2 | 角田 | 角田 (第1・3) | | 佐藤 | 佐藤 |
| | | 3 | 佐藤 | | | | |
| | 午後 | | | 角田 南波 (第2) | 佐藤 がん検診 | | |
| 漢方内科 (予約制) | 午前 | | | | | 中山/浅沼 (予約制) 8:30~10:30 | |
| | 午後 | | | 中山 14:00~16:00 | | | |
| 眼科 | 午前 | 佐野 | 佐野 | 佐野 | 佐野 | 佐野 | |
| | 午後(予約制) | 佐野 | | 佐野 | | | |

<https://ja-shizuokakosei.jp/>

居宅介護支援事業所

☎054(271)9580

訪問看護ステーション茶町

☎054(652)4611

● J A 静岡厚生連 清水厚生病院

054-366-3333(代表)

外来診療担当医師一覧表は変更となる場合がありますので、病院ホームページで確認してください。

土曜日につきましては一部診療科を除き休診といたします。皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

| 診療科 | 診察室 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|-----------------------|-----|------------|-----------|------------|---------|-------------------|--------------------|--|
| 内科 | 午前 | 1 | 村瀬 | 田中 | 村瀬 | 巖 | 村瀬 | |
| | | 2 | | 成島 | 岡村 | 岡村 | 岡村 | |
| | | 3 | 森脇 | 交替制 | 森脇 | 交替制 | 森脇 | |
| | | 4 | 吉田 | 漆畑 | 吉田 | 漆畑 | | |
| | 午後 | 3 | 森脇(予約制) | | 森脇(予約制) | | 森脇(予約制) | |
| | | 4 | | | 岡村(予約制) | | | |
| | | 小児科 9:00~ | | | | | | |
| | | 消化器外科 乳腺外科 | | | | | | |
| 午前 | 1 | 知久(才) | | | 知久(才) | 知久(才) | | |
| | 2 | 成島 | 松永 | 初診のみ 9:30~ | 松永 | 成島 | | |
| 午後 | | | 検査 | | 検査 | | | |
| 整形外科 リウマチ科 | 午前 | 1 | 西村 | 西村 | 赤津 | 朝倉 9:30~ | 西村 | |
| | | 2 | 赤津 | 高橋 | 峯岸 | 東山 (第1・3・5週のみ) | 高岸 9:00~ (月2回) | |
| | | 3 | 大塚 | | 大塚 | 大塚 | 大塚 | |
| | | 4 | 廣瀬 | 廣瀬 | 立岩 | 立岩 | 高橋 | |
| 午後 | | | 鈴木 13:30~ | | | | | |
| 脳神経外科 | | 午前 | | | | 鯨島 | | |
| 皮膚科 | 午前 | 1 | 水島 | 大塚 | 交替制 | 大塚 | 水島 | |
| 泌尿器科 9:00~ | 午前 | 1 | 交替制 | | 原田 | | 小倉 | |
| 耳鼻咽喉科 月~金 9:00~ | 午前 | 1 | 平岡 | 平岡 | 平岡 | 平岡 | 平岡 | |
| | | 2 | 大山 | 大山 | 大山 | 大山 | 大山 | |
| | 午後 | | 予約外来 | 予約検査 | 予約外来 | 予約検査 | 予約外来 | |
| 婦人科 | | 午前 | 鈴木 | 鈴木 | | 鈴木 | 鈴木 予約制(第3週のみ) | |
| 眼科 | 午前 | 1 | 佐久間 | 佐久間 | 佐久間 | 佐久間 | 佐久間 | |
| | 午後 | | | 予約検査 | | 予約検査 | 佐久間 13:00~15:00 | |

<http://www.ja-shizuoka.or.jp/k-shimizu/>

特別養護老人ホームいはらの里 ☎054(366)3653 居宅介護支援事業所 ☎054(366)3512
訪問看護ステーションいはら ☎054(366)3196

● J A 静岡厚生連 リハビリテーション中伊豆温泉病院

0558-83-3333(代表)

| 診療科 | 診察室 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | | | | |
|--------|---------------|---------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------|------------------|-----------------|-------------------------------------|-----------|
| 内科 | 午前 | 1 | 杉崎 | 安田 | 村田 | 福田 | 野田 | | | | | |
| | | 2 | 安倍 | 渡部 | 積 | 篠浦 | 齋藤 | | | | | |
| | 午後 | 2 | 出口 | | | | 名嘉原 | | | | | |
| 外科・消化器 | 午前 | 佐藤 | 志賀 | 志賀 | 恩田 (第2・3・4・5) | 志賀 | 佐藤 (第1・3) | | | | | |
| 整形外科 | 午前 | 1 | 牟田 (予約制) | 藤本 | 森川 | 牟田 (予約制・隔週) | 森川 (第1) | | | | | |
| | | 2 | 森川 | | | 藤本 | 藤本 (第3) | | | | | |
| | 午後 | | 牟田 (予約制) | | | 牟田 (予約制・隔週) | | | | | | |
| 専門外来 | 午前 | 睡眠時無呼吸外来 佐藤 | リウマチ科 (膠原病内科) | 渡部 | 脳神経外科 (頭痛・水頭症等) | 中嶋 | リウマチ科 (膠原病内科) | 篠浦 | リウマチ科 (膠原病内科) | 齋藤 | もの忘れ 外来(予約制) | 積 (第1) |
| | | | 診察時間 9:00~ 受付時間 7:30~11:30 | 診察時間 8:30~ 受付時間 7:30~11:30 | 診察時間 9:00~ 受付時間 7:30~11:30 | | | | | | | |
| | 午後 | 内科・リウマチ科 (膠原病内科) | 村田 (受付~15:30) | 脳神経外科 | 眞上 | 眼科 | 市川 | 内科 (予約制) | 岡本 | 泌尿器科 | 森野 | |
| | | 禁煙外来 (予約制) | 杉崎 | 皮膚科 | 早川 | 人工関節外来 (予約制) | 勝部 (第1) | リウマチ科 (膠原病内科) | 安田 | 手指整形外来 (予約制) | 市原 (第1もしくは第2) 原 (第3もしくは第4) | |
| | 骨粗鬆症 (予約制) | 牟田 (第1もしくは第2) | 診察時間 13:30~16:30 受付時間 8:00~15:00 | 診察時間 13:30~17:00 受付時間 8:00~15:00 | 診察時間 13:30~16:30 受付時間 8:00~15:00 | 診察時間 13:30~16:30 受付時間 8:00~15:30 | 診察時間 13:30~17:00 受付時間 8:00~15:00 | | | | | |

「人工関節専門外来の対象となる方」

- ・股関節や膝関節の病気があり、手術適応の方
- ・人工関節手術後の経過を見る方
- ・以前当院にて人工関節手術を受けたが、具合が悪い方

<http://www.k-nakaizu.jp/>

居宅介護支援事業所 ☎0558(83)1820 訪問看護ステーションなかいず ☎0558(83)1738

介護老人保健施設きよみの里 ☎054(369)7700 訪問看護ステーションきよみ ☎054(360)4101

父が大腸がんになり、心配になりました。検診で早期発見する方法はありますか？
(50歳・男性)

大腸がんについて

身近な方が、がんになるととても心配になりますよね。

○便潜血検査

健康診断では、大腸がんの早期発見の目的で『便潜血検査』が行われています。

検査方法は、あらかじめ配布された採便容器を用いて便を採り、便中に血液が混じっていないかを調べます。がんやポリープがあるところを便が通ると、こすれて出血します。検査結果が、「+(陽性)」の場合は、大腸のどこかで出血が起きている可能性があります。精密検査を受ける必要があります。

○大腸内視鏡検査

精密検査として最も精度が高いのは、『大腸内視鏡検査』です。検査・診断を行っているのは、消化器科、消化器内科、消化器外科、胃腸科などです。

検査方法は、内視鏡を肛門から大腸内に挿入し、内壁の粘膜表面を観察します。検査時は、大腸の中を空にする必要があります。通常、前日までは普通に食事をし、当日に下剤として電解質液を2L、3〜4時間かけて飲みます。肛門から出てくる液が透明になったら検査を始めます。検査の前の処置は施設によって様々です。事前には聞いてみるとよいでしょう。前処置をした上で内視鏡を挿入します。検査にかかる時間は通常10〜15分程度です。検査後は検査を受けた施設の指示を守るようにしてください。検査では、粘膜に生じた炎症、潰瘍やポリープ、がんや憩室などがわかります。病変の形状や大きさだけでなく、表面の色や模

様、出血の様子なども詳しく観察できます。また、病変を見つけたら、すぐに組織を採取して調べることが出来ます。早期がんであれば、検査と同時に治療もできます。

大腸がんは早期発見であれば、90%以上が治ると言われています。潜血反応が陽性だった人は、痔のせいだろうなどと決めてかからず、精密検査をお受けください。

市町の補助が利用できるがん検診も実施しています。また、さまざまな病気を早期発見するために、是非人間ドックをご利用ください。お気軽にお問い合わせください。



静岡厚生病院 健康管理課

保健師 鈴木 彩子

今月の表紙 診療放射線技師とは…



診療放射線技師は、患者さんのけがや病気の状態を知るために放射線等を使って患者さんの検査を行います。皆さんがイメージしやすいものとレントゲン検査がありますが、そのほかにもMRI検査など様々な検査を行います。放射線の照射は正しく行わないと人体に悪影響を与える危険性があるため、専門家である診療放射線技師など限られた人しか行う事ができません。私たちは放射線の専門家として、医療現場を支えています。

新任医師紹介

静岡厚生病院



【氏名】 イチノセ リョウゴ 一瀬 亮吾

【出身大学】 東北大学

【卒業年次】 平成11年卒

【診療科・役職】 リハビリテーション科 診療部長

【認定医・専門医等】 リハビリテーション科専門医・指導医・整形外科専門医

【抱負】 回復期リハビリを専門として13年目です。

病病連携・病診連携を重視した地域密着の医療を展開したいと
思います。

リハビリテーション科

清水厚生病院



【氏名】 アサイ ケイコ 浅井 景子

【出身大学】 藤田医科大学

【卒業年次】 平成18年卒

【診療科・役職】 眼科 診療部長

【認定医・専門医等】 日本眼科学会専門医、視覚身体障害認定医、視覚障害
者用補装具適合判定医、PDT認定医、神経眼科相談医、ボトックス認定医（顔
面痙攣・斜視）、日本医師会認定産業医、日本病院会認定臨床研修指導医

【抱負】 専門は加齢黄斑変性で、手術は白内障を主に行っております。

地元である静岡に戻ってくることが出来、大変嬉しく思います。
今後は愛する静岡のため、地域医療に貢献していきたいと考えて
おります。

眼科



厚生連看護専門学校・するが看護専門学校

看護専門学校 2校でオープンキャンパス開催

J A静岡厚生連は8月3日から5日にかけて厚生連看護専門学校とするが看護専門学校でオープンキャンパスを開催しました。

看護師を目指す高校生など、3日間合わせて140人が参加しました。

参加者は看護師に求められる力や学校の紹介、在校生の体験談を聞いた後、グループに分かれて模擬授業や、在校生の指導を受けながら血圧測定や沐浴^{もくよく}などを体験しました。

オープンキャンパス中、在校生へ自分の知りたいことなど、積極的に質問する参加者たちの姿が見られました。



JA静岡厚生連 遠州病院

内分泌内科 市民公開講座

元阪神タイガース投手

特別
講演

岩田 稔氏

2023 **10/13** 金 19:00~21:00
(開場18:30)

定員300名 入場無料

ホテルコンコルド浜松 海の間

※予約制です。定員に達し次第、申込受付終了となります。
※駐車場に限りがございますので、公共交通機関をご利用ください。

特別講演内容

やらな、しゃーない! 1型糖尿病だからこそ僕ができたこと

大阪桐蔭高校2年生秋からエースとして活躍するもウイルス感染が原因で1型糖尿病を発症、高校卒業後の進路として決まっていた社会人チームへの内定は病気を理由に取り消されたが、推薦入試で関西大学に入学。大学での活躍が認められ、2005年の大学・社会人ドラフト会議で希望枠での阪神タイガース入団を果たした。「病気になっていなかったら、今よりは弱い自分だっただろう」そう言い切る岩田氏の人生を通して目標や逆境に負けない不屈のメンタル「やらな、しゃーない!」をお伝えし、聴講者の方々も勇気づけられるようなお話をいたします。

遠州病院内分泌内科 Presents 糖尿病に関する市民公開講座
糖尿病患者さまが、糖尿病ではない人と同じ自由な社会生活を送るために。

糖尿病があることで、臆病になったり、遠慮していることはありませんか?糖尿病学会は糖尿病患者さまが、偏見を持たれたり、自ら人生の楽しみを失わない社会にするための活動(アドボカシー活動)を行なっています。今回の講演会が糖尿病をお持ちで無い皆様のご理解にも繋がれば幸いです。

申込方法

WEB

QRコードより応募フォームにアクセスし、必要事項を入力してください。



FAX

遠州病院ホームページにある参加申込書に必要事項を記入の上、送信してください。

FAX番号 **053-401-0081**



旬の食材レシピ

きのこのバター醤油炊き込みご飯

材料 (4人分)

| | |
|-----------------|-----------------|
| 米…………… 2合(300g) | ★醤油…………… 小さじ 4 |
| 水…………… 420ml | ★みりん…………… 大さじ 1 |
| エリンギ…………… | ★酒…………… 大さじ 1 |
| 1~2本(100g) | 有塩バター…………… 16g |
| | 青ネギ…………… 1~2本 |



作り方

- 準備：エリンギは長さ半分に切り、5mm厚さに切っておく。青ネギは洗い、小口切りにしておく。
- 炊飯器にといた米、水、調味料★を入れ、軽く混ぜ合わせてエリンギをのせ炊飯する。
 - 炊き上がったらバターを入れ、溶かしながらしゃもじで混ぜ合わせる。
 - お茶碗に盛り、ネギを盛り付けて完成。

1人分の栄養価

カロリー 318kcal たんぱく質 6.1g 脂質 4.0g 塩分 1.0g

過去のすてっぷで紹介したレシピをCookpadで公開しています。
二次元バーコードよりアクセスして、ぜひ、調理してみてください。



料理のポイント

相性の良い、きのこ・バター・醤油を組み合わせた炊き込みご飯です。今回はエリンギを使用しましたが、その他のきのこで代用してもおいしく召し上がれます。バターを使用せず、カロリーを抑えて作ることもできます。

具材を切って炊飯器で炊くだけの簡単な作業で、いつもより少し贅沢な味付けご飯が楽しめます。



遠州病院 栄養士 中川 美咲

良い食材の見分け方

お米は精米してから時間が経つほど味や風味が失われていきます。高温や多湿の場所での保存は避けて、早めに使い切りましょう。ジッパー付き密閉袋や容器に移し、冷蔵庫の野菜室や風通しのよい冷暗所等での保存がよいです。

お米を炊いたご飯は成分のほとんどが水分と糖質です。ビタミンB1と一緒に摂って糖質を効率よくエネルギーにしましょう。



JA静岡厚生連 教育指導専任主任代理
管理栄養士・野菜ソムリエ 山口 友里

JA大井川ファーマーズマーケット まんさいかん焼津



長谷川珠美さん

店舗情報
住所：焼津市焼津4丁目8-5
電話：054-626-8822
営業時間：9：00～17：00
定休日：第2火曜日
(年末年始休業あり)



「まんさいかん焼津」は、米やトマト、イチジクなどの生産者が多く、種類も豊富です。中でも米は、外観や食味の検査で基準を満たした「コシヒカリ」と「きぬむすめ」を、「いまずり米」として年間通して販売しています。玄米、5分づき、10分づきなどお好きな精米割合で精米したての米を味わえます。また、特殊な技術で精米した栄養価の高い「JAおおいがわ金芽米」やもち米など、様々な米が並んでいます。10月には「新米まつり」を行いますので、ぜひご来店ください。