



はらじゅくかわら版

独立行政法人 国立病院機構

横浜医療センターの理念

私たちは人権を尊重し、思いやりの心をもって安全で納得していただける**患者中心の医療**を目指します。

私たちは、急性期の地域医療を基盤として質の高い総合的な専門医療を提供するとともに、関係医療機関と密接な連携をもつ**地域完結型医療**を目指します。

私たちは、健全な病院経営を心がけ、患者の皆様がより良い医療を受けられ、**地域で選ばれる病院**になるべく日々努力していきます。



健康フェア参加者

第65号 目次

行事紹介	1
健康フェア実施しました	
看護の日フェスティバルを行いました！	2
～5月12日は「看護の日」～	
特集 - 医師が語る疾患 -	3
第23回 認知症予防について	
連載	4
第22回 職員リレー紹介	
「院内救急救命士」って知っていますか???	
お知らせコーナー	5
横浜医療センター附属横浜看護学校より	

病診連携施設紹介	6
ながのクリニック	
外来担当医表／編集後記	7

発行 月：令和元年8月
 発行 行：独立行政法人国立病院機構
 横浜医療センター 広報委員会
 発行責任者：鈴木 宏昌
 住所：横浜市戸塚区原宿3-60-2
 電話：045-851-2621
 FAX：045-851-3902
 URL：http://www.yokohama-mc.jp



●当院携帯サイトはこちらから

行事紹介

健康フェア実施しました

地域医療連携室長 駒形 俊文

今年で三回目となる「健康フェア」を、6月15日(土)に戸塚区3階の多目的スペースで行いました。

区民の方が、病院内部で何を行っているのか、なかなか知る機会はありませんが、今回その一部をご紹介させていただきました。

部門ごとに会場内を分け、様々なコーナーを用意し、皆さまをお迎えしました。

レントゲン等の説明や心電図モニターの体験、リハビリテーションでは、何秒で数メートル先のコーンを回ってこられるかなど、実際に体を動かすコーナーもありました。

体組成計や骨密度測定など、検査のコーナーでは実際に筋肉量や骨密度を計測し、自身の体の状態を知る良い機会となりました。

食、がん治療、緩和ケアや脳卒中に関する相談コーナーもあり、幅広く医療に関する情報を発信しました。

様々な年代の方楽しんでいただきましたが、子どものスキンケア・白衣体験コーナーでは、子どもにも参加して頂きました。白衣体験では家族と一緒に笑顔いっぱいポーズをとっていました。また、一次救命処置コーナーの心肺蘇生法では、小さい体でも、全身を使って心マッサージを一生懸命に行っている子どもの姿も見ることができました。

部屋の外では、戸塚区薬剤師会が脳年齢測定と血管年齢測定を行い、列が途切れることがないほどの盛況ぶりでした。当日は強い雨が降り、イベントには不向きな天候でしたが、136人の方にお越しいただくことが出来ました。多くの方はポスターや広報をご覧になって会場に来ていただきましたが、3割の方は偶然通りがかった方達で、気軽に参加していただけたと思います。

アンケートでも、大変良かったが約8割、良かったが約2割と全体として好意的な回答をいただき、嬉しく思います。

病院が開院してから70年となりました。今年は戸塚区制が80周年であることから、戸塚区とほぼ同じ歴史があり、地域と深い関係があります。

これからも、地域の医療を支え、親しみやすい病院を目指していきたいと考えます。



行事紹介

看護の日フェスティバルを行いました！ ～ 5月12日は「看護の日」～

救急救命センターICU
集中ケア認定看護師 小笹 真美

近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、5月12日は「看護の日」に制定されました。そして、12日を含む週の日曜日から土曜日までが「看護週間」です。

21世紀の高齢化社会を支えていくためには、看護の心、ケアの心、助け合いの心を、私たち一人ひとりが分かち合うことが必要です。こうした心を、老若男女を問わずだれもが育むきっかけとなるよう、旧厚生省により、1990年に制定されました。

「看護の心をみんなの心に」というテーマのもと、当院では例年5月に各部署の看護師のベストショットを各所に展示し、各病棟の看護師、専門領域で活躍する認定看護師の日常の活動を病院にいらした方々に知ってもらえればと考え、今年は5月9日から30日まで展示しました。

看護師や患者さんの素敵な笑顔の写真が外来にたくさん展示され、たくさんの方にみていただき、私たちの仕事を知っていただくことができました。



特集 — 医師が語る疾患 —

第23回 認知症予防について

精神科部長 齋藤 聖

認知症とは「認知機能や判断力の低下により社会的生活力が低下した状態」の事を言います。特定の病気を指すのではなく、アルツハイマー型認知症、血管性認知症、レビー小体型認知症など複数の病気が含まれます。

認知症の割合は65歳～69歳：2.9%、75歳～79歳：13.6%、85歳～89歳：41.4%、95歳以上：80%であり、高齢になればなるほど割合は上昇します。日本は2007年に超高齢社会になり高齢者の割合は現在27%、今後2025年には約30%、2060年には約40%になると言われており、認知症の患者さんの割合も上昇していくと考えられています。実際、以前は「特別な病気」と思われていた認知症は、現在は「日常生活の中でよく見かける病気」に変わってきています。

残念ながら認知症の原因は完全に解明されておらず治す方法は見つかっていません。また、認知症にならない方法も見つかっていません。そのため、世の中で言われている「認知症予防」は「認知症になるリスクを下げる」という意味になります。

最近の研究では、有酸素運動、十分な睡眠、頭への良い刺激(人と交流を持つ、新しいことを学ぶ)などは認知症のリスクを下げる事がわかってきています。逆に糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣病や喫煙の習慣が認知症のリスクを上げることがわかってきています。

まとめると認知症のリスクを下げるにはいわゆる「健康的な生活」を送ることが大事であり、他の体の病気のリスクを下げる方法と変わらないということになります。

では、いつから健康的な生活を始めた方が良いでしょう。認知症の「種」は物忘れが見られる10年～20年前頃から頭の中に出来始めると言われています。いわゆる働き盛りの頃です。仕事、家事、子育てをしながら健康に気を付けることは難しいかもしれませんが、自分の未来

のために少しずつ健康管理を始めてみてはいかがでしょうか。もちろん、齢を取ってから健康始めても遅くはありません。むしろ、健康管理のために身体を動かしたり頭を使ったりすることで認知症のリスクを減らすだけでなく、日常生活に張りが出ることも多いでしょう。しかし、健康管理ばかり考えて気持ちに余裕のない生活になってしまえば人生楽しくありませんので、ほどほどに気を付ける程度で良いと思われます。

簡単ではありますが、認知症予防についてお話をさせて頂きました。皆さんの今後の生活に生かして頂けると嬉しい限りです。



第22回 「院内救急救命士」 って知っていますか???

救急救命士 吉田 敦

みなさんは、「救急救命士」と聞いてどんな仕事をする人だと思いき浮かべますか？

大半の方が消防署で救急車に乗り、救命処置を行う救急隊員とイメージするかと思います。以前は救急救命士=消防で働くものという考えがほとんどでしたが、この10数年の間に医療機関の救急部門に勤務する救急救命士が急速に増加しました。現状、病院で働く救急救命士の業務内容は各病院によって様々です。今回は当院の院内救急救命士がどのような業務を行っているかをご紹介します。



○ドクターカーの運用：2017年4月より運用しているドクターカーの運転を行いながら救急現場に出動しています。安全かつ迅速に医師・看護師と救急現場まで向かい、現場では調整役として情報収集や受け入れ先の病院選定、医師・救急隊と協働しながら状況に応じた診察のサポート、医師の指示のもとで緊急の処置などを行っています。

○非常時災害時の体制整備：近年頻発する災害に対し、災害拠点病院である当院の体制整備に関わっています。発災時の院内非常体制の見直し、災害時物品の管理や定期点検など、いざという時に迅速に対応できるよう県や市の災害担当者と連携を取り、他の職員と共に平時からの準備を行っています。また、災害派遣医療チーム（DMAT）の一員として、院内職員に向けた災害訓練の企画や勉強会の開催、近隣病院の方々を対象に戸塚区と協同した災害時医療情報システム使用訓練などを実施しています。

○勉強会・講習会の開催：研修医や看護師、その他院内職員や隣接する看護学校の学生さんを対象に、「心肺蘇生法」「外傷などの初期対応」「応急手当」など救急分野で必要な知識・技術についての講習会を行っています。「病院職員として覚えておかなければならない知識・技術」などを、参加される方がわかりやすく楽しんで習得してもらえるように心がけた講習を行っています。今後は地域の養護教諭に向けた研修講義なども行っていく予定です。

そのほかにも、救命救急センターでの診療サポートや横浜市消防局からの病院実習指導、イベント救護など、様々な業務に院内救急救命士として携わらせてもらっていますが、現在は院内救急救命士が1名のみのために業務面で限界を感じる事があります。その為、携わるチャンスがあっても、制限をかけざるを得ない場面も増えてきました。体制の確立・業務の拡充を行う上で、院内救急救命士の増員などを今後計画していく必要があります。

近年注目されている「医師の働き方改革」に関連し、「救急医療現場で医師から救急救命士へのタスク・シフティングを勧められないか」が検討されている中、これから先院内救急救命士は救急医療の分野で活躍できる場面が広がってくると思います。救急における得意分野を生かし、医師・看護師との連携はもちろんのこと事務職や消防機関、その他関係部門における「職種間の架け橋」となっていきたいです。そして今後の目標として掲げる「職位確立・職域拡大」について実現できるよう日々努力していきます。

みなさま、今後ともよろしくお願いたします。

お知らせコーナー

横浜医療センター附属横浜看護学校より

<令和2年度入学試験>

入試区分	試験日
一般入試Ⅰ 一般入試Ⅱ	令和元年12月4日(水) 令和2年1月10日(金)
社会人入試 推薦入試 <指定校/公募>	令和元年10月11日(金)

<学校説明会>

9月14日(土)	9:30~12:30 AEDについて 9:00受付
----------	------------------------------

* 入試、説明会の詳細は看護学校HP(<https://yokohama.hosp.go.jp/school/>)をご覧ください。

<第55回楓葉祭>

日時: 10月26日(土) 10:00~14:00 一般公開
場所: 横浜医療センター附属横浜看護学校
内容: 模擬店(カレー、豚汁、焼きそば、ワッフル、パン)
ゲーム
バザー
学習展示
看護技術体験 (骨密度測定、手浴体験等)

~皆様のご来場お待ちしております!~

病診連携施設紹介

ながのクリニック

診療内容：内科・胃腸内科・肛門内科・外科

院長 永野 靖彦

副院長 山本 晴美

「ながのクリニック」は2010年9月に開院した戸塚駅東口アピタ前にある胃腸・肛門内科の専門クリニックです。

開院依頼、相談しやすい地域のかかりつけ医となれるよう、おなかとお尻の病気を中心に高血圧、糖尿病など生活習慣病や一般内科の診療をおこなっています。

苦痛の少ない胃・大腸内視鏡検査

少量の鎮静剤、睡眠薬を注射し、ウトウトした状態で内視鏡検査を受けて頂きます。患者様のご年齢、性別、体重、前回検査時の薬の投与量などから、より安全で的確な麻酔方法を選択しています。

大腸ポリープの日帰り切除に対応

切除が必要と考えられ、また安全に切除ができるかと判断した場合、その場でポリープ切除手術を行うことができます。

ポリープの大きさ、形、数によっては総合病院での治療が必要になり、横浜医療センター消化器内科で治療を行っていただいております。

消化器がん術後のフォロー

当院では、胃がん、大腸がん、肝がんなど胃腸がんの手術を受けられた方の機能回復、再発のチェック、再発予防のための抗がん剤治療も行います。手術後は食事がうまく取れなかったり、下痢、便秘、腹痛などの後遺症が見られることがあります。その治療と、胃腸機能の回復のお手伝いをします。横浜医療センターの外科で手術を受けられた患者様は地域連携パスを用いて、医療センターの主治医の先生方と連携をとりながら、きめ細かくフォローアップさせていただきます。

女性医師の診察

4月より副院長の山本晴美医師が診療に参加しております。

女性患者様で男性医師だと肛門の診察や、大腸検査を受けるのは恥ずかしいと敬遠されてきた方も、ご希望により女性医師の診察が受けられます。

お気軽にご相談ください。

横浜医療センターの先生方とは診療で困ったことなどを気軽に相談させていただき、とても感謝しております。また患者様を紹介した際にも、迅速で的確な診断、治療を行っていただいております。

今後も、横浜医療センターと連携を深めながら、地域の皆様の健康をお守りできるように精進して参ります。宜しくお願い致します。



永野院長



ながのクリニック

〒244-0816 横浜市戸塚区上倉田町481-1 八恍ビル1階
TEL : 045-392-8612

診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	◎	◎	◎	—	◎	◎	—
14:00~16:00	◎	◎	◎	—	◎	◎	—
16:00~18:30	◎	◎	◎	—	◎	—	—

【休診日】 木曜日、日曜日、祝日

診療科	月	火	水	木	金		
外来受付 A	小児科	鐘木 陽一	福山 綾子	只木 弘美	鐘木 陽一	塩谷 裕美	
		高橋 英里佳	小形 亜也子	伊波 勇輝	矢内 貴憲	本井 宏尚	
		朱田 貴美		高島 博太	小原 真奈	鈴木 裕二	
	心臓血管外科	盆子原 幸宏	休診日(手術日)	交代医師	休診日(手術日)	久米 悠太	
	形成外科	休診日	村下 一晃	休診日(手術日)	村下 一晃	村下 一晃	
	整形外科	渡邊 竜樹	日塔 寛昇	渡邊 竜樹	日塔 寛昇	佐藤 雅経	
		小林 明裕	小林 秀郎	小林 秀郎	佐藤 雅経	小林 明裕	
		堀 莉彩	日野 勝利	久富 健介	堀 莉彩	中村 玲菜	
		久富 健介			中村 玲菜		
	外来受付 B	総合内科	交代医師	交代医師	交代医師	交代医師	交代医師
糖尿病内分泌内科		小西 裕美	交代医師	小西 裕美	交代医師	小松 裕美子	
脳神経内科		小島 麻里	土橋 裕一	高橋 竜哉	山崎 舞子	小田原 幹	
腎臓内科		松下 啓	毛利 史将	廣田 慧悟	森田 隆太郎	休診日	
呼吸器内科		柴田 祐司	廣瀬 知文	田村 祐規	休診日	椿原 基史	
消化器内科		中島 聡美 (第1・3・5曜日)	内山 崇 (第1・3・5曜日)	田邊 浩紹 (第1・3・5曜日)	細矢 さやか (第1・3・5曜日)	山田 英司 (第1・3・5曜日)	
		野中 敬 (第2・4曜日)	宮澤 志朗 (第2・4曜日)	小松 達司 (第2・4曜日)	松島 昭三 (第2・4曜日)	乾 麻美 (第2・4曜日)	
		岩出 和徳	森 文章	岩出 和徳	岩出 和徳	森 文章	
膠原病・リウマチ内科		井畑 淳	渡邊 俊幸	井畑 淳	井畑 淳	井畑 淳	
外科・消化器外科		清水 哲也	関戸 仁	木村 準	関戸 仁	休診日 (手術日)	
			太田 郁子 (乳腺外科)	交替医師			
呼吸器外科		休診日	野間 大督	休診日	渡部 克也	交代医師	
脳神経外科		休診日 (手術日)	岡田 富 (第1・3・5曜日)	瓜生 康浩 (第1・3・5曜日)	休診日 (手術日)	宮原 宏輔 (第1・3・5曜日)	
	宮原 宏輔 (第2・4曜日)		田中 悠介 (第2・4曜日)	谷野 慎 (第2・4曜日)			
				藤津 和彦			
外来受付 C	耳鼻咽喉科	佐々木 祐幸	赤羽 邦彬	佐々木 祐幸	赤羽 邦彬	交代医師	
	眼科	木村 正彦	犬伏 ルル	岡部 智子	木村 正彦	田島 彬子	
		藤田 智子	岡部 智子	田島 彬子	犬伏 ルル	藤田 智子	
	泌尿器科	井上 雅弘	平井 耕太郎	休診日 (手術日)	平井 耕太郎	井上 雅弘	
		石川 達郎	藤岡 あずみ		藤岡 あずみ	石川 達郎	
	皮膚科	上田 喬士	上田 喬士	休診日 (手術日)	上田 喬士	上田 喬士	
佐々木 梓		佐々木 梓	佐々木 梓		佐々木 梓		
外来受付 D	精神科	休診日	休診日	交代医師	交代医師	交代医師	
	産婦人科	婦人科	向田 一憲	奥田 美加	窪田 興志	乗杉 輝彦	鈴木 理絵
			若林 玲南	高山 智子	下向 麻由	交代医師	榎 知子
			楚南 侑子		湯本 亜美		
	産科	交代医師 (妊婦健診)	交代医師 (妊婦健診)	交代医師 (妊婦健診)	交代医師 (妊婦健診)	交代医師 (妊婦健診)	
		交代医師 (妊婦健診)	交代医師 (妊婦健診)	交代医師 (妊婦健診)	交代医師 (妊婦健診)	交代医師 (妊婦健診)	
歯科口腔外科		根岸 明秀		根岸 明秀			
		吉井 悠		吉井 悠			
専門外来 (予約制)	脳神経内科	物忘れ外来	頭痛外来 (第2・4曜日)				
	膠原病・リウマチ内科			関節超音波			
	呼吸器内科					アスベスト外来 (第1曜日)	
	脳神経外科			脳神経血管内治療外来 (畑岡 峻介)			
	放射線科	杉山 正人	杉山 正人	杉山 正人	幡多 政治	杉山 正人	
	精神科	物忘れ外来					

初診受付：(平日) 8:30～10:30

休診日：土曜日・日曜日・祝日、12月29日～1月3日

※急患は随時受け付けております。来院前に病院にご連絡下さい。(代表)045-851-2621

※ 青色の枠の担当医 は、完全予約制となります。

◆編集後記◆

残暑お見舞い申し上げます。

いよいよ9月20日から11月2日までラグビーワールドカップが日本で開催されます。横浜市内でも試合が開催され、当院の職員も医事スタッフとして携わります。

また、9月7日には大規模地震時医療活動訓練を実施する予定であり、その内容は次回号でお伝えしたいと思います。

毎日猛烈な暑さが続いておりますが、熱中症や屋内外の温度差による体調管理には十分にご注意ください。台風の季節?でもありますが、災害が起こらないことを祈るばかりです。