

無料

TAKE
FREE

HOPE
ほーぷ

太田記念病院だより

vol.50

2018.5

～東日本大震災、熊本地震の教訓を活かして～

【特集】 災害に立ち向かう



ごあいさつ

適正な体重を
維持しましょう

かかりつけ医・登録医ご紹介
伊藤産婦人科

診療科紹介
皮膚科

理念：
思いやりの心で行う医療

基本方針：

- 1.患者様の人格と権利を尊重し、何よりも安全を重視した医療を提供します。
- 2.常に医療の質の向上を目指し、救急医療の充実に努めて地域の医療に貢献します。
- 3.病病・病診連携を推進し、患者様がより良い医療を受けられるように努力いたします。
- 4.健康保険組合の一員として、地域住民の保健や福祉にも貢献し、信頼関係を深めるように努めます。

CONTENTS

- 02 ごあいさつ
- 03 新任医師のご紹介
- 04 災害に立ち向かう

06 栄養部通信
適正な体重を維持しましょう

07 かかりつけ医・登録医ご紹介
伊藤産婦人科

診療科紹介
皮膚科



『安心と信頼』を目指して

太田記念病院 院長補佐
小塚 幸裕

●それぞれの目標を明確に

当院では2016年度からスローガンとして『ステップアップ ～ベクトルをひとつに～』を掲げて3か年の中期経営計画に取り組んでいます。具体的には以下の4つのビジョンの下に35の課題をテーマアップして、それぞれの目標(成果尺度)を明確にして達成に向けた活動を展開しております。

●【ビジョン】

1. 当院にしかできない地域医療の追及
2. 職員と共に成長できる魅力的な職場環境づくり
3. ブランド構築
4. 短期的な必要投資を見据えた財務確保

今年度は本中期経営計画の最終年度にあたり、これまで取り組んできた35の課題の達成に向けた総仕上げの年です。

現時点で既に達成可能と思われる目標もある一方で未だ道半ばというものもありますが、全ての目標の達成に向けて最後までこだわりを持ち続けて、より良い病院へと前進できるよう努めてまいります。

併せて、新たに左記の「理念」、「基本方針」の下に10年先を見据えた「長期ビジョン」の構築に取り組んでおり、今年度中での院内外への展開を目指しております。

これらの活動の目的は当院が地域の皆様方から親しまれ、真に信頼される病院へと成長していくための努力を決して怠ることなく、継続していくことを目指すものであります。

その日々の努力の積み重ねの結果が必ずや地域からの『安心と信頼』を頂ける病院となると信じております。

これからも、何卒宜しく願い申し上げます。

新任医師のご紹介 新しく着任いたしました。今後ともよろしくお願ひします。



小児科
はしもとのびひろ
橋本伸弘
H30年4月1日入職



小児科
こまつり えこ
小松理瑛子
H30年4月1日入職



小児科
くらもち ゆう
倉持 由
H30年4月1日入職



外科
かとう ふみひこ
加藤文彦
H30年4月1日入職



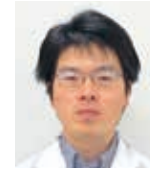
外科
やまだ みすず
山田美鈴
H30年4月1日入職



外科
まつおけんたろう
松尾健太郎
H30年4月1日入職



外科
ほしのしょうた
星野尚大
H30年4月1日入職



脳神経外科
しまうち ひろや
島内寛也
H30年4月1日入職



整形外科
いしはらしんいち
石原慎一
H30年4月1日入職



整形外科
たけや ひろあき
武谷博明
H30年4月1日入職



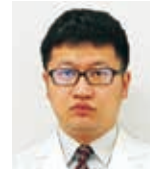
形成外科
たかや けん
高谷健人
H30年4月1日入職



泌尿器科
しのだかずのぶ
篠田和伸
H30年4月1日入職



産婦人科
いまえだけいよう
今枝慶蓉
H30年4月1日入職



産婦人科
こばやし あらた
小林 新
H30年4月1日入職



産婦人科
たにもと さとこ
谷本慧子
H30年4月1日入職



循環器内科
さめじまゆうすけ
鮫島雄祐
H30年4月1日入職



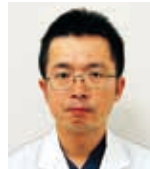
消化器内科
かしま けん
嘉島 賢
H30年4月1日入職



消化器内科
こばたけ つとむ
小畑 力
H30年4月1日入職



救急科
まつしまじゅんや
松島純也
H30年4月1日入職



救急科
そ がたいぞう
曾我 太三
H30年4月1日入職



歯科口腔外科
なかにしやすひろ
中西康大
H30年4月1日入職



耳鼻咽喉科
さいとうしょうた
斎藤翔太
H30年4月1日入職



麻酔科
いしいたかとき
石井隆時
H30年4月1日入職



麻酔科
いとう めぐみ
伊藤 恵
H30年4月1日入職



呼吸器外科
やまもと まなぶ
山本 学
H30年5月1日入職



麻酔科
いしい けいこ
石井恵子
H30年5月1日入職



研修医
かのう ゆうた
狩野遊太
H30年4月1日入職



研修医
こばやしざとし
小林諭史
H30年4月1日入職



研修医
さいじょうあつし
西條篤史
H30年4月1日入職



研修医
すとう だいち
須藤大智
H30年4月1日入職



研修医
つかだのぶひこ
塚田伸彦
H30年4月1日入職



研修医
やまきりょういち
山木亮一
H30年4月1日入職

2018年4月1日より
初診時選定療養費
が**改定**となりました。

初診時に紹介状を持参せずに
受診した場合

診療費とは別に**5,400円(税込)**
を負担していただきます。

当院は地域の医療機関・診療所等との連携・役割分担を推進する事により365日24時間安心・安全な医療を継続し提供するよう努めております。皆様のご理解・ご協力をお願い致します。

2018年4月1日より
時間外選定療養費が**改定**となりました。

時間外・夜間・休日に軽症で受診した場合

通常の診療費とは別に**6,480円(税込)**
を負担していただきます。

●太田市平日夜間急病診療所

【電話】 0276-60-3099
【場 所】 太田市飯塚町818
(太田市保健センター1階)
【診 療 日】 月～土(日・祝日・年末年始休診)
【受付時間】 18:45～21:45
【対 象】 急な発熱・腹痛など比較的軽症と思われる急病の患者様
【診 療 科】 小児科・内科
(*内科については確認が必要)

●群馬子ども救急相談

【電 話】 #8000又は03-5367-2330
【相談時間】 月～土 18:00～翌朝8:00
(日・祝日・年末年始については午前8:00～翌朝8:00まで)
【内 容】 夜間や休日に子供が急に具合が悪くなった時に相談可能

●病院内テレホンサービス

【電 話】 0276-45-7799
【内 容】 太田市・大泉町内の医療機関の対応可能な診療科目のご案内



～東日本大震災、熊本地震の教訓を活かして～ 災害に立ち向かう



職員ひとりひとりが
災害拠点病院の職員という
使命感を持って
いざという時に行動する力を身につけ
災害に強い病院に



東日本大震災から7年・・・

東日本大震災から7年が経過しました。被災地では土地のかさ上げや防潮堤の建設が進み、復興住宅や商業施設も相次いで完成していますが、今もなお多くの方が被災地で避難生活を余儀なくされています。

また平成28年には熊本地震、平成30年群馬県白根山噴火、島根県西部の地震、大分県中津市の山崩れとどこで何が起きかわからない状況にあります。「まさか私たちが！」いつ誰にでもあり得ること。皆さんは、災害についてご家族で話し合ったり、何か対策は立てているでしょうか。

当院では、いざ災害が起きた時にあわてずに安心して治療を受けていただくために、日頃から必要物品の備蓄、設備・機械等の点検、職員への研修を行っています。

太田市周辺で大地震が 起こる可能性も

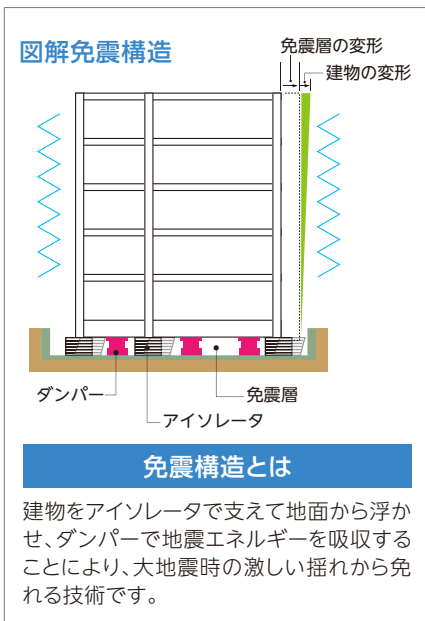
関東平野北西縁断層帯周部、太田活断層があるのでいつ起こってもおかしくありません。(熊本地震も今後30年の間で地震が起こる確率はほぼ0に近いとされていたのに起こりました。)

当院では、来たる災害に備えて このような取り組みを行っています。

① 建物の構造

当院では、地域災害拠点病院*として

地震時の安全性を向上するため、免震構造となっています。「免震」とは地震のエネルギーを吸収することによって建物への被害を免れる方法のことです。震度7の地震が来ても倒壊の危険はないと想定されています。



②水道・電気関係

非常時に備えて、透析や調理、手洗い、洗浄用等の水と、トイレ洗浄用等の水は、約1日供給が目安となっています。非常用発電機は、1000Kwが2基あり、約48時間運転が可能となっています。その他、酸素等の医療用ガスの予備や防災用具(ヘルメット、トランシーバー等)があります。これらは、非常時にすぐに対応ができるように、日頃から点検を行っています。

③備蓄品の管理

災害時には生活道路の寸断により孤立状態になることも想定されます。当院では自衛隊等の給食支援到達までの期間を考慮して、3日分の飲み水・食料を備蓄しています。

(備蓄品目安)

入院患者：400人×3日分

職員・ボランティア：1000人×3日分

飲み水：1人1日900ml×1400人×3日

④災害対策委員会・DMAT隊

災害対策委員会には、18名のDMAT隊員を中心に、各部署から1名ずつ所属しており現在は約50名で構成されています。災害が発生した時に迅速に対応できるように月に1度集まり、勉強会や多数傷病者来院時の動きを確認しています。また、年に1度大規模災害訓練を行っています。そこで出た課題は次年度の委員会の中で検討を行います。

“DMAT”とはDisaster Medical Assistance Team(災害派遣医療チーム)の頭文字をとった略称で、阪神・淡路大震災の時に初期医療体制が整っていなかったという反省から組織されました。医師、看護師、業務調整員(医師・看護師以外の医療職及び事務職員)で構成され、大規模災害や多傷病者が発生した事故などの現場に、急性期(おおむね48時間以内)に活動できる機動性を持った、専門的な訓練を受けた医療チームです。



interview

看護師・災害対策委員
日本DMAT隊員

へんみ さとこ
邊見 聖子



病院内におけるDMAT隊の 活動内容を教えてください

災害時マニュアルの整備や、院内災害訓練の企画・運営・検証を行っています。他にも各部署、病棟の災害委員に対する勉強会を看護師向け、事務員向けに分けて行ったり、医療資機材の管理や定期的な点検も行っています。

どのようなことを話し合っていますか

勉強会の内容や訓練の検証などですね。先日「災害時はエレベーターが使えず自力避難できない患者さんを担架で搬送する際の安全性やかかる時間」について自分たちで体験・検証を行いました。実際にやってみると問題点がたくさん見つかりました。

あと、今年1月の白根山噴火の際に群馬県庁の要請を受け私もDMATとして出動しましたが、出動までに時間がかかり出遅れてしまった事をうけ、後日DMAT内で話し合いたくさんの改善点が見つかりました。

実際に災害が起きて持病が悪化してしまったりケガをしてしまった時はどうすれば良いですか

災害時に悪化しやすいと考えられるのは、糖尿病・高血圧・喘息・関節リウマチ・透析をしている腎疾患等の方だと思います。例えば

糖尿病の方：インスリン注射セットや
血糖測定器、ブドウ糖

高血圧の方：小型の自動血圧計や
屯用の降圧剤

喘息の方：吸入薬やピークフローメーター

関節リウマチの方：関節を温めるものや鎮痛薬

透析をしている腎疾患の方：(あれば)

透析のデータ

これは常に持ち出せるようにしておいた方がいいと思います。

おくすり手帳は必須です。手帳を持って病院へ行けば、医師へ説明する時の助けになります。携帯の写真機能を利用して内容を保存しておくのも良いです。

ケガをした時は、ケガの程度にもよりますが「家具が転倒して下敷きになった」「高所から転落した」等、これは危ないという時は救急車を呼んでください。出血・骨折・やけど等の応急処置の方法はインターネットにも載っているので、参考にするといいと思います。

また、救急箱は定期的にチェックしておく事をおすすめします。自分に必要な薬や衛生用品を用意して、1年に1回は使用期限を確認してください。私もケガをした時にすぐに使えるよう処置一式セットを用意しています。

災害時に備えて普段から 準備することはありますか

地震の際、家具が倒れないように固定する、家具などで出入口をふさがれないよう入口付近には物を置かない・置く位置を工夫することが必要です。他にも避難場所や避難経路の確認も事前に行っておくと良いと思います。

また懐中電灯、電池、非常食や飲料水(3日分)、トイレトーパー、ティッシュ、非常用持ち出しバック等を準備しておくことも必要です。我が家でも定位置にラジオ付き手動懐中電灯が置いてあり、東日本大震災の時にも役に立ちました。



ラジオつき手動懐中電灯

今後の展望を教えてください

災害拠点病院であり、3次救急病院でもある当院は、大規模災害時には万全の態勢を備え、入院患者や地域住民のために医療を提供する事が求められます。しかし実際に大規模災害が起きたとしたら、どれくらいのスタッフが行動できるか、どの程度病院が機能するかと考えると正直、不安なところもあります。職員ひとりひとりが災害拠点病院の職員という使命感を持って、いざという時に行動する力を身につけ、災害に強い病院になるよう今後も活動を継続していきます。

(熊本地震での 活動報告)

まず阿蘇市の病院の救急外来で診療業務にあたりました。被災者でもある現地のスタッフに少しでも休んでいただくのが目的です。他の地域からの医療支援者と協力し、計57名の患者の診療を行いました。それからは「被災者のためになることなら、医療に限らず何でも行う」というDMATの精神に則り、避難所での検査・診療から救援物資の運搬などできる事をできるだけ行ってきました。短い期間ではありましたが、被災者の方のお役に立てていたら幸いです。

※ 地域災害拠点病院

県内や近県で災害が発生し、通常の医療体制では被災者に対する適切な医療を確保することが困難な状況となった場合に、知事の要請により傷病者の受け入れや医療救護班の派遣等を行う施設。

●栄養部通信

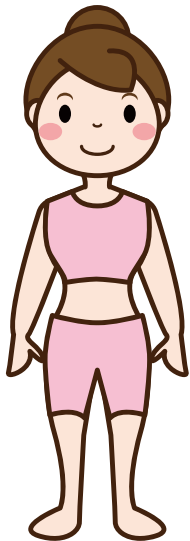
食事を変えてカラダ改善

適正な体重を維持しましょう

管理栄養士
とくなが みき
徳永 美希



過ごし易い季節となりました。新年度も落ち着いてきたところでひと息、自分を見つめなおしてみませんか?食生活や運動習慣の改善をして健康なカラダを維持しましょう



ポイント
1

自分の適正な体重をしていますか?

標準体重(kg)=身長(m)×身長(m)×22

例

身長160cmの場合 $1.60 \times 1.60 \times 22 = 56.3$

標準体重は56.3kg

ポイント
2

適正な体重を目指す

1日あたり240Kcal相当のエネルギーの「摂取を減らす」または「消費を増やす」ことで1ヶ月に体重が1kg減少するといわれています。一口の我慢や少し長く歩くなど普段からの心がけが大切です。

☆摂取エネルギーを減らす

① エネルギーが少ない食品を選ぶ

豚バラ肉 434Kcal→ヒレ肉 133Kcal(約 300Kcal減)

鶏もも肉(皮付き)204Kcal→皮なし 127Kcal(約70Kcal減)

ジュース コップ1杯100Kcal→お茶 0Kcal(約100Kcal減)

マヨネーズ大さじ1杯 85Kcal→ノンオイルドレッシング 10Kcal(約80Kcal減)

② 調理方法を工夫する

*肉の脂身を切り落とす

豚ロース脂つき 263Kcal→脂身20gカット 125Kcal(約140Kcal減)

*脂が落ちる調理方法にする

豚もも肉 183Kcal→網焼き 146Kcal(約40Kcal減)

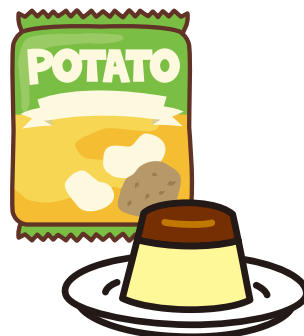
ゆでる 134Kcal(約 50Kcal減)

③ 間食をやめる

食事以外で食べる「間食」をやめるだけでもエネルギーを減らせます。

間食約80Kcalの目安

- ・クッキー2枚(15g)、
- ・プリン小1個(60g)、
- ・どら焼き半分(25g)、
- ・ポテトチップス1/4袋(15g)、
- ・せんべい1枚(20g)



☆運動で消費エネルギーを増やす

以下の運動で約80Kcalを消費することができます。

- ・軽い散歩30分
- ・自転車こぎ15分
- ・ジョギング10分
- ・水泳7分



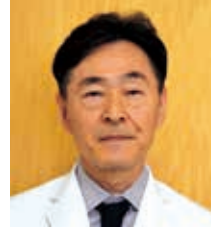
PICKUP CLINIC
file.23



かかりつけ医・登録医ご紹介

伊藤産婦人科

いとう えいち
院長 伊藤英一



一人ひとりできるだけ

丁寧に、診察することを心掛けています。

診療科:産婦人科

住所:太田市飯田町960

電話:0276-45-2330

診療時間:

(午前) 9:00~12:00

(午後) 15:00~17:30

休診:木・土午後、日、祝日

●開設のきっかけ:

60年前に、父がこの地に産婦人科を開院し、それを22年前に私が引き継いだかたちとなります。

●特徴:産婦人科全般をみていま

す。なかでも多くのスタッフが、新生児蘇生法(NCPR)の認定を取得しており、安心して出産をできるように技術の向上につとめています。また産後の母乳外来では、乳房のことや、育児に関

することなど、専任の助産師に相談をすることができます。

●心がけていること:一人ひとりできるだけ丁寧に、診察することを心掛けています。

場所から外国の方も多く来院されるので、言語を勉強したり、iPadなどを駆使してコミュニケーションをとったりして、異国の地でも安心できるような環境作りをしています。

●今後の目標・抱負は?:医療の進歩

に伴い、当院に対するニーズの変化に答えるべく、院長をはじめとしたスタッフの技術のさらなる向上に取り組んでいきたいと思っています。

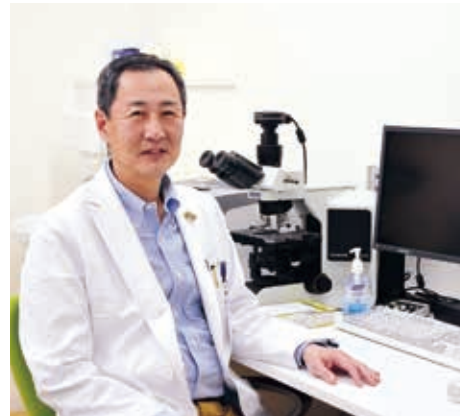
お産のことだけでなく、当院の助産師や市の保健師など、その人が必要としているサポートを的確に判断して紹介できる機関に案内をしたり、途切れない医療を提供していきたいと思っています。



診療科紹介

皮膚科

ねぎし いずみ
部長 根岸 泉



皮膚科全般、何でも診るように心がけています。

当科の外来疾患は、湿疹・皮膚炎が30%、皮膚感染症(細菌・ウイルス・真菌を合わせて)が20%で、両者で約半数を占めます。続いて蕁麻疹、脱毛症、膠原病・類縁疾患、皮膚腫瘍、乾癬、自己免疫性水疱症(天疱瘡・類天疱瘡)などが多い疾患です。

入院では蜂窩織炎や帯状疱疹などの皮膚感染症、自己免疫性水疱症、薬疹などです。太田市内で入院を受け入れている皮膚科は当院のみです。常勤医は一人なので微力ではありますが、地域医療に貢献したいと思っております。

悪性黒色腫、有棘細胞癌などの皮膚悪性腫瘍は、当院では十分な対応ができませんので適切な施設(群大病院など)に紹介いたします。

皆さん、皮膚の病気はすぐに治るものと思っ
らっしゃる方が少なくありません。内臓の病気と同じように皮膚病の多くは治療に長い時間がかかります。インターネットを含め色々な情報が氾濫しています。自己流に陥ることなく皮膚科専門医と向き合って治療を受けていただきますようお願いいたします。

