

無料

TAKE
FREE

HOPE

ほーぷ

太田記念病院だより

vol.74

2024.11

特集

どうする？

こどもの急な病気・けが

新事務部長ごあいさつ

便秘解消の ポイント

かかりつけ医・登録医ご紹介
荻野整形外科クリニック

診療科紹介 呼吸器外科

今すぐ病院に
行ったほうがいいのかな？

夜中だし、朝まで
待てるかな…

でも、重症だったら
どうしよう…



●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。

●患者様の権利

1.安全な質の高い医療を
平等に受ける権利

患者様はいかなる宗教・国籍・社会的地位などにかかわらず、安全で良質な医療をどなたでも平等に受けることができます。

2.個人の尊厳とプライバシーが
保たれる権利

患者様は人間として尊厳を保たれ、個人の情報が堅く守られながら医療を受けることができます。

3.個人の医療情報・開示が
得られる権利

患者様は病気・治療・検査等の内容についてわかりやすい言葉で納得のいく説明を受け、診療の記録についての情報開示を受けることができます。

4.医療行為の選択を自ら決定する権利

患者様は十分な説明を受けたうえで、ご自分の意思により治療・検査・その他の医療行為を選択・拒否することができます。

5.医療行為について

苦情や意見を述べる権利

患者様は病院に対しての苦情や意見を自由に述べるすることができます。また、それにより患者様が不利益を受けることは一切ありません。



医療技術や制度が急速に
進化する中で
それらに柔軟に対応する
姿勢と体制づくり

太田記念病院 事務部長

なかもと たかひろ

中本 尚宏

この度、太田記念病院の事務部長に就任いたしました中本と申します。まずは、日頃より当院の運営にご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。皆様の温かいご支援のおかげで、当院は地域医療の中核として成長を続けております。

当院の使命は、地域の皆様に安心してご利用いただける医療サービスを提供することです。そのために、医療の質の向上とともに、患者様一人ひとりに寄り添った対応が重要であると考えております。また、医療技術や制度が急速に進化する中で、それらに柔軟に対応する姿勢も欠かせません。

事務部長として、以下の4つの重点目標に取り組んでまいります。

1.経営基盤の強化

効率的な運営を通じて安定した医療提供体制を構築し、より良いサービスをお届けできるよう努めます。

2.業務効率の向上

デジタル化を推進し、業務プロセスを見直すことで、職員がより効率的に働ける環境を整備いたします。

3.スタッフの育成と働きやすい環境づくり

教育研修の充実を図り、働きがいのある職場を提供することで、スタッフが最大限の力を発揮できるよう支援します。

4.地域との連携強化

地域の医療機関や福祉施設との連携を一層強化し、地域医療の充実に努めてまいります。また、地域の皆様に信頼される病院であり続けるための活動も推進いたします。

医療は今後ますます多様化・複雑化することが予想されます。そのような中、当院は持続的な発展を目指し、その一環として新棟の建設を進めております。これから地域に根ざした医療の提供に全力を尽くしてまいりますので、今後とも変わらぬご指導とご支援を賜りますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

●栄養部通信

食事を変えてカラダ改善

便秘解消のポイント

管理栄養士
おざわ みさ
小沢 実紗

毎日元気に生活するためにはしっかり食事をし、排便をすることが大切です。お通じが乱れがちな方は毎日の食生活を振り返ってみましょう。

POINT 01 1日3食
規則正しく食べる

3食の中でも特に朝ごはんが大切です。体内リズムを整えて胃や腸を刺激し、排便を促してくれます。一度にまとめて大量に食べたりせず、バランスよい食事を決まった時間に食べるようにしましょう。よく噛んで食べることも大切です。

POINT 02 水分を十分にとる

水分をしっかりすることで便がやわらかくなり、排便がしやすくなります。

POINT 03 食物繊維を
しっかりとる

食物繊維には水溶性と不溶性の2種類があります。どちらか一方ではなく、水溶性：不溶性を1：2の割合でとるとよいといわれています。玄米や雑穀米などからとることができます。

水溶性食物繊維

【作用】腸内の善玉菌を増やす、便をやわらかくする

【多く含まれる食品】

昆布、わかめ、果物、里芋、大麦、オーツ麦

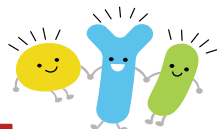
不溶性食物繊維

【作用】便の量を増やし腸管を刺激し、腸の運動を活発化させる

【多く含まれる食品】

穀類、野菜、豆類、きのこ類、果物、海藻

POINT 04 発酵食品をとる



発酵食品は善玉菌を豊富に含んでおり、腸内環境を整えるのを助けます。善玉菌は腸内にある程度の期間は存在しても、住み着くことはないといわれているため毎日少しずつとることが大切です。

善玉菌を多く含む食品

おすすめ
料理

電子レンジで簡単! きのこたっぷり白和え



◆材料(2人前)◆

・しいたけ 3枚
・エリンギ 40g(小1本)
・小松菜 30g(1株)
・にんじん 20g
・絹豆腐 150g

★調味料

・すりごま 大さじ1
・しょうゆ 大さじ1
・砂糖 大さじ1
・顆粒だし 1g

◆作り方◆

①しいたけは石づきをとり薄切り、エリンギは短冊切り、小松菜は3cmくらいのざく切り、にんじんは千切りにする。豆腐はキッチンペーパーで包み600Wの電子レンジに2～3分かけ水切りをする。
②にんじんを耐熱容器に入れ600Wの電子レンジで2分ほど加熱する。その後しいたけ・エリンギ・小松菜を入れて1分加熱、全体を混ぜてさらに30秒程度加熱する。※加熱時間は様子を見ながら加減する、容器が熱くなるため注意
③フォークや泡立て器で豆腐を崩し、★印をすべて加え②と和える。冷やしてから食べてもよい。

1人分あたり
エネルギー 107kcal
たんぱく質 6.9g
脂質 5.0g
塩分 1.5g
食物繊維 2.7g



特集

どうする？

こどもの急な 病気・けが



小児救急看護
認定看護師
いしい さちこ
石井 祥子

こどもの病気

「夜中に体を触ったら熱い」「突然泣いた」「咳が止まらない」「泣き止まない」など、こどもの病気は突然やってきます。私自身も二児の母親で、こどもが小さいときはよく同じ思いをしていました。今回はそんなときにどうしたらいいかをお伝えできればと思います。



発熱

こどもの体温は大人よりも高く、平熱が37.0℃程度の子もいます。お子さんの平熱がどのくらいなのか知っておくとよいでしょう。また、こどもの発熱は病原体の感染によるものが多く、「お熱が出る」ということは体が一生懸命に菌と戦っている証拠です。お熱が出るとびっくりしてしまうかと思いますが、発熱以外の症状がなく「食事・水分が摂れる」「眠れる」「遊べる」ができていれば様子を見ましょう。



受診の 目安

- ・3ヶ月未満のお子さん
- ・12時間以上排尿がない
- ・ぐったりしている
- ・意識がぼんやりしている
- ・顔色・皮膚の色が悪い
- ・呼吸困難がある



おうちでのケア

- *ふるえ、寒気があるときは熱が上昇している途中。
→冷やすと寒いので掛物で保温する。
- *熱が上がりがきったら冷やす
→首や足の付け根、背中を冷やすと効果的。
- *食事は食べられるものを食べさせる。
- *水分はこまめに飲ませる。
- *お風呂は無理しない。
→汗をかくので体を拭く、着替えをする

よくあるQ&A

- Q 解熱剤を使うタイミングは?
A 目安は38.5℃。
- A 発熱による疲労感や不快感の軽減を目的に使用する。
- Q 解熱剤を使っても熱が下がらないが大丈夫?
A 解熱剤で下がるのは1～2℃程度。原因となる病気の改善にはならないので薬の効果切れれば再び熱は上昇する。
- Q 脳に障害が起こるのでは?
A 発熱の原因が脳炎や脳症でなければ発熱自体で脳に障害がでることはない。

嘔吐

もともと赤ちゃんは胃の形から吐きやすく、かぜや胃腸炎の時は特に吐きやすいです。「吐く回数が数回」「吐いた後けろっとしている」「食欲がある」という場合で、他に症状がないのであれば様子を見ましょう。



受診の 目安

- ・頭をぶつけたあとの嘔吐
- ・吐いたものに血が混じっている
- ・嘔吐と下痢が頻回に続く
- ・12時間以上排尿がない
- ・ぐったりしている
- ・意識がぼんやりしている
- ・顔色・皮膚の色が悪い
- ・呼吸困難がある



おうち でのケア

- *吐いている時は無理に水分をとらせない。
- *嘔吐の間隔があいたら少しずつ飲ませる。
→スプーンにすくってこまめに飲ませる。
- *乳製品や炭酸飲料、果汁が濃いものは避ける。
- *口をゆすぐ、着替えはこまめに行う。
- *感染予防のため吐物の処理後には必ず手を洗う。

せき
がいそう
(咳嗽)

せきは、体の中にウイルス、細菌、異物が侵入するのを防ぐための防御反応です。「呼吸が早い」「苦しくて横になれない」「ゼーゼー、ヒューヒューしている」「肩で呼吸をする」などの呼吸困難の徴候がなければ様子を見ましょう。

受診の
目安

- ・呼吸困難がある
- ・1日中咳が止まらない
- ・犬やオットセイの鳴き声のような咳をしている
- ・ぐったりしている
- ・意識がぼんやりしている
- ・顔色・皮膚の色が悪い

おうち
でのケア

*加湿

→加湿器がないときは部屋に濡れたタオルを掛ける。
マスクをする。水分をとる。

*こどもが楽な姿勢をする。

→体をおこす(背中に布団、枕を入れる)

けいれん



けいれんの時には「体が突っ張る」「体がびくびくする」「体がだらんとする」「視線が合わない」「顔色が悪い」「反応がない」などの症状が出ます。

①あわてない! ②大きな声で呼びかけない! ③体をゆすらない!

この3つに気をつけましょう。

けいれん
時の対応

- ・平らで安全なところに寝かせる
- ・衣服をゆるめる
- ・けいれんの観察をする
(余裕があれば動画撮影)
- ・吐いてしまった時は顔を横を向ける
- ⚠口の中にも物を入れない



5分以上続くとき、短い間隔で
繰り返すようなら救急車を!



医師・看護師に教えていただきたいこと



*病気の経過

*受診した病院

*飲んでいる薬(お薬手帳)

*今までにかかった病気・アレルギーなど(母子手帳)

*まわりで流行っている病気の有無

*食事・水分は摂れている?

*おしっこ・うんちは出ている?

こどものけが



こどもは、頭が大きく手足が短いためバランスがとりにくく、反射的に何かを掴んだり手をついたりするなどの防御反応が乏しいなどの特徴があります。その上で、行動が衝動的で身の回りのものに興味・関心を示し、認知力、危険を察知する能力が未熟なことから、けがをしやすと考えられます。

頭部外傷

頭をぶつけた時、「すぐに泣いた」「頭に傷がなく出血もない(出血があってもわずかですぐ止まった)」「顔色がいつも通り」「吐かない」といった場合にはおうちで様子を見ましょう。
24時間はよく観察しましょう。

受診の
目安

- ・泣き出すまでに時間があいた
- ・傷が大きく出血が止まらない
- ・ぶつけた場所がへこんでいる
- ・手足が動かしにくい
- ・顔色が悪く、吐き気・嘔吐がつづく
- ・意識が悪い



こどものけが

誤飲

たばこ、医薬品、食品類、プラスチック、玩具、金属製品、電池、洗剤類、硬貨、文具類など、こどもの誤飲するものには様々なものが挙げられます。



吐かせる

- ・たばこ
- ・化粧品・医薬品
- ・防虫剤

吐かせない

- ・強酸・強アルカリ製品
(洗剤、漂白剤など)
- ・揮発性の物質
(灯油、ガソリン、除光液)

熱傷

こどもは成人に比べて皮膚が薄いため、熱傷を負った場合傷が深くなりやすいです。「食事中に汁ものをこぼした」「テーブルに置いてあるものに手をのぼしこぼした」など、カップラーメンやみそ汁、うどんなどの汁ものによる自宅内での受傷が多くなっております。



- ・流水や氷で痛みがなくなるまで冷やす
→目安は20～30分
- ・洋服の上から冷やす(脱がさない!!)

以下の場合
は救急車を呼ぶか、
病院へ受診してください

- ・広い範囲のやけど
- ・顔～気道のやけど
- ・化学薬品でのやけど



こどものけがにつながる事故にも気をつけなければなりません。

どんな事故がおこりやすいか

月齢・年齢	発達の特徴	事故の種類
0～4カ月	・移動したり、姿勢を変えられない ・物を抓えない	窒息
4～7カ月	・寝返りができる ・ものを掴んで口にもっていく ・動きが活発になる	転落・誤飲・誤嚥
7～12カ月	・ハイハイ、つかまり立ち、伝い歩きが可能 ・いろいろなものに興味を示し触りたがる	転落・誤飲・誤嚥 熱傷・溺水
1～2歳	・歩行が可能になり、活動範囲が広がる ・自我が芽生え、自分でやりたがる	転落・熱傷 誤飲・溺水
3～6歳	・一人で遊ぶ時間が増える ・玩具や三輪車、自転車を使う	交通事故 転落・熱傷



事故を防ぐために「目を離さない!」は対策になりません!

『変えられるもの』 を変える

例えば

- ・手の届く場所に危険なものを置かない
- ・踏み台になるものを置かない
- ・食事は冷ましてから食卓へ運ぶ
- ・ベビーゲートを設置する など

非日常の場面では要注意!!



不安な時は...
かかりつけ医に
ご相談を
まずは

夜間・休日は

8000

月～土/18:00～翌8:00

日・祝・年末年始/8:00～翌8:00



SUBARU健康保険組合

太田記念病院

TEL. 0276-55-2200 (代)

PICKUP CLINIC file.47



かかりつけ医・登録医ご紹介 荻野整形外科クリニック

おぎの のりゆき
院長 荻野法之



患者様の顔をみて話をしっかり聞き
正確な診察・治療に導けるように

診療科:整形外科・外科・リウマチ科
・リハビリテーション科
住 所:太田市南矢島町467-2
電 話:0276-38-0867
診療時間:
(午前) 9:00~12:30
(午後) 15:00~18:00
休診:第1、3、5土曜・第2、4土曜午後
日曜・祝日

※診療時間の変更・休診の場合もございますので、
受診の際は直接お問合せをお願い致します。

●開院のきっかけ: 故郷である太田の
地域医療に貢献したいと考え開業しました。

●特徴: 整形外科疾患全般、外傷、痛風、
関節リウマチなど専門性を問わず、外来
診療にて対応しております。

●心がけていること: 患者様の顔をみて
話をしっかり聞き、正確な診察・治療に導け
るように心掛けています。また自分のできる
こと、できないことをしっかりと判断して日々
診療にあたっています。これは「優秀な臨床

医とは自分が何を知らないかを知っている」
という恩師の言葉から学んだことです。自
分のクリニックで対処困難な疾患に対してい
は、対処可能な医療機関へ紹介し、診療を
お願いしています。各医療機関で連携し、
地域医療を支えていけることが望ましいと
考えています。

●今後の目標: 開業医としてこの地に
築き上げた「信用」を、次の世代へ引き継いで
いくことが大切だと思っています。患者様の

期待に応えられるよう自身も健康に気をつけて
長く診療を続けていきたいと考えています。



診療科紹介



肺

LUNG

vol.
55

呼吸器外科

やまもと まなぶ
主任部長 山本 学

高難度手術対応。
手術困難と判断された方も
ご相談下さい。

呼吸器外科では、心臓・大血管、食道、乳腺を除く胸部
全般、主に肺を対象とする外科治療を担当しています。
気胸(肺が破れてしぼんでしまう病気)、膿胸(肺の外に感
染が起こり膿がたまる病気)、縦隔腫瘍(左右の肺の間に
できる腫瘍)、肺がんなどの手術が中心です。

当科では年間80-100人ほどの患者さんに手術を行っ
ており、うち20-30人ほどが肺がんの患者さんです。

肺がんは、この30年近く死亡数1位であり、現在も増加
の一途を辿っている難治性がんの代表です。当科でも肺
がん治療に注力しており、ひとりでも多くの患者さんを救
命すべく邁進しています。

当科の肺がん手術におきましては、胸腔鏡のモニター
画面に加え、数cmのキズから直接、病巣、血管、リンパ節
を確認して進めます。

これは、日本の呼吸器外科をリードする、国立がん研究
センターおよび慶應義塾大学呼吸器外科での標準手術
アプローチです。

患者さんの身体への負担は低く、安全で極めて精度の
高い手術を行うことができ、手術後の合併症も非常に少
なく早期退院を可能としています。

手術にあたっては慶應大学にて修練を積み、豊富な経
験を持つエキスパート医師達と連携して行っており、非常
に高いレベルの医療を提供しています。

もしもの時の手術はお任せ下さい。

今後は、ロボット手術も導入に向け準備を進めており
ます。

ご相談をお待ちしております😊

新任医師のご紹介

新しく着任いたしました。

循環器内科
いとう みつよ
伊藤 貢世
R6年10月1日入職

腎臓内科
おばら しょう
小原 祥
R6年10月1日入職

小児科
ごとう ゆり
五嶋 悠梨
R6年10月1日入職

外科
はぎわらかつひろ
萩原 克洋
R6年10月1日入職

外科
ちん かいいよく
陳 鋳力
R6年10月1日入職

整形外科
しのざき よしお
篠崎 義雄
R6年10月1日入職

形成外科
いとう だいき
伊藤 大喜
R6年10月1日入職

麻酔科
さとう たろう
佐藤 太朗
R6年10月1日入職

リハビリテーション科
かみや みほ
紙谷 美帆
R6年10月1日入職

イベント報告

10月ハロウィン装飾

ロビーにハロウィン装飾を行いました。



秋の落語イベント開催

林家 うん平 様にお越し頂きました。笑顔と笑い声に包まれる素敵な時間となりました。今後も地域の皆様に楽しいひとときを提供できるよう様々な企画をしていきたいと考えております。

マイナンバーカードご利用のお願い

2024年12月2日から現行の健康保険証は発行されなくなります。
マイナンバーカードをご利用ください。

⚠️ ご注意ください！
本年12月2日から
現行の健康保険証は
発行されなくなります
 ※12月2日時点で有効な保険証は最大1年間有効です

マイナンバーカード
をご利用ください
今回お持ちでない方は次回ご持参ください

マイナンバーカードの保険証利用登録がまだの方
 ➡ 利用登録は窓口（カードリーダー）でできます

とっても簡単！マイナンバーカード

- 1 受付**
マイナンバーカードをカードリーダーに置いてください。
- 2 本人確認**
顔認証または4桁の暗証番号を入力してください。
顔認証 or 暗証番号
- 3 同意の確認**
診察室等での診療・服薬・健診情報の利用について確認してください。
 過去の情報を利用いたします
 (40歳以上対象)過去の情報を利用いたします
 同意しない 同意する
- 4 受付完了**
お呼びするまでお待ちください。
カードを忘れずに！

医療DXを通じた質の高い医療の提供にご協力ください。

厚生労働省 日本医師会 日本歯科医師会 日本薬剤師会

SUBARU健康保険組合
太田記念病院

TEL. **0276-55-2200** (代) 〒373-8585 群馬県太田市大島町455番地1
 電話番号をよくお確かめのうえ、お掛け間違いのないようお願い申し上げます。

太田記念 | 検索
 ホームページアドレス
<https://www.ota-hosp.or.jp>



太田記念 FB | 検索
 フェイスブックアドレス
<https://www.facebook.com/otahosp>



@ota_memorial_hospital | 検索
 インスタグラムアドレス
https://www.instagram.com/ota_memorial_hospital/

