方に大学院が

2023年4月発行

vol. 38



※撮影時のみマスクを外しています

射水市民病院



CONTENTS

- p1 ② 認知症について考える
- p2 健康管理センターより人間ドックのご案内
- p3 外来診療案内
- p4 病院への応援ありがとうございます!
 - 新任ドクター紹介
 - CT 装置を更新しました!
- p5 医療安全推進カレンダーを作成しました!
 - 卒後3年目症例発表会、看護研究・実績発表会を開催しました
- p6 新型コロナウイルス感染下における看護の学びと課題
 - 新任ナース紹介
- p7 伝言板
 - ・面会制限及び入館制限についてのお願い
 - ・求人情報
 - 企業広告

認知症について考える

副院長 高川 順也



2022年の日本の高齢化率(総人口に占める65歳以上の人口の割合)は29.1%ですが、当院では80~90歳代の入院患者の割合が多いため、私にとって高齢化率は実際よりさらに高く感じられます。生活習慣病(高血圧、糖尿病、脂質異常症など)に対する治療が一般的に行われるようになり、健康寿命が延びたことが、入院患者層の高年齢化につながっていると思われます。このような長寿化の状況において避けては通れない問題として認知症があります。2025年には高齢者の約5人に1人が認知症になると予測され、年齢が高くなるにつれて発症率が上がることが知られていますので、今後益々関わることが増えていくと考えられます。

現在、外来で患者さんの御家族から認知症ではないかとの訴えを聞いたときは、認知機能を評価し、認知症と考えられた場合は、御家族の希望を聞いた上で抗認知症薬の投与を開始するといった対応を行っています。しかしながら、ある程度認知機能が低下した段階で抗認知症薬を開始したとしても、認知症の進行を若干遅らせる効果しかなく、顕著な改善は望めません。最近、アルツハイマー型認知症の原因とされているアミロイドβというたんぱく質を脳内から除去する新しい薬剤のニュースを耳にした方もいらっしゃると思いますが、このお薬も認知症を治す効果はなく、認知機能が低下し始めた初期の段階で投与を開始しないと期待するほどの効果は望めないであろうと推測します。

以上のことから考えると、明らかな認知症症状が出現する前から認知症の発症をできるだけ抑えるような生活習慣や食事について日ごろからもっと心がけていく必要があるのではないかと感じます。認知症の発症を抑える方法として、医学的な研究結果として報告されていることを紹介させていただきます。

- ①適度な運動:運動はあまり脳を使用しないように感じるかもしれませんが、周りの状況を把握しながら、状況に合わせて体をコントロールすることが必要であり、脳を刺激する活動とされています。単なる散歩であっても1回30分間、週3回行うことで、認知症になるリスクが3割低下するという報告があります。ちなみに、中年時代に肥満であった人は老後に認知症になりやすいという報告もあり、太りやすくなる中年の頃から運動は継続的に行い、肥満にならないように維持することが重要であると思われます。
- ②仕事: 仕事歴の長さが認知症の発症を予防するという報告があります。定年を向かえた以降も社会的な活動に積極的にかかわっていくことが認知症の発症を遅らせるのに役立ちます。また、家事が認知症の予防効果が高いことも報告されています。家事が誰かのために行うという目的を持った活動であるということが、その効果をもたらしているようです。
- ③バランスの取れた食事: これを食べれば認知症を抑えられるといった特定の食品やサプリメントはありません。 むしろ、カロリーや飽和脂肪酸(肉の脂肪などに多く含まれる成分)を取りすぎないように注意することが 必要です。バランスの良い食事として地中海式食事法が推奨されています。和食も良いとされていますが、 醬油や味噌の使用量が多くなると塩分過多になるので気をつける必要があります。

以上のことが、認知症を抑えるのに良いとされていますが、これらは特別な方法ではなく、体全般に良い行いということになります。最近読んだ認知症に関する本には、認知機能は、「自分らしさを出せるとき」「自分の役割を認識できるとき」「人の役に立てるとき」に最も活き活きすると書かれていました。認知症を抑えるためには上記の生活習慣や食事に留意しながら、社会貢献を継続していくことも大事であると感じました。

健康管理センターより人間ドックのご案内 ~人間ドックを受けて自分の健康チェックをしましょう?

近年、医療で注目されているのは病気の予防、早期発見です。 生活習慣病と言われている脂質異常症、糖尿病、高血圧症、脳 卒中やがんなど、多くの病気は初期には自覚症状はほとんどあり ませんが、病気が進行すると様々な合併症を引き起こします。自 分は健康だと思っていても、身体の中は気付かないうちに異変が 起こっているかもしれません。特にがんは自覚症状が現れた段階 では治療が困難な場合もあります。健康寿命を延ばすためには、 定期的に人間ドックを受け病気の早期発見や早期治療に繋げるこ とが大切です。

またここ数年、新型コロナウイルスの流行により多くの人々の 生活習慣が悪化し、運動不足などから気付かぬうちにメタボリック シンドロームを抱えている方が増加しています。検査結果で生活





習慣の改善が必要と判定された方には、保健師・栄養士による特定保健指導も行っています。この機 会に人間ドックを受け、ご自身の健康を見直してみてはいかがでしょうか。

射水市民病院 人間ドックコース (※人間ドックは全て予約が必要です。)

1日コース	男性 34,680 円 女性 41,590 円	日本人間ドック学会が定めた標準的なコースです。 女性の方は乳がん・子宮がんの検査も行います。
1 日コース +脳ドック	男性 57,620 円 女性 64,530 円	1日コースに脳ドックのメニューを加えたコースです。 女性の方は乳がん・子宮がんの検査も行います。
脳ドック	32,160円	脳梗塞、脳腫瘍、脳動脈瘤などの早期発見のため、 頭部 MRI,MRA 検査などを行います。
心臓血管ドック	41,070円	心筋梗塞、狭心症、心臓弁膜症等の有無を調べる ため、心臓超音波、頸動脈超音波、心臓 CT 検査な どを行います。

※他にオプション検査もありますので、申し込み時にお問い合わせください。

※人間ドックには助成制度があります。(射水市国民健康保険・後期高齢者医療保険ほか) 詳しくはご加入の健康保険の窓口にお問い合わせください。



お申し込み・お問い合わせ 健康管理センター TEL 82-8100 代

射水市民病院外来診療案内

令和5年4月1日~

		-			_	str.	-1.		_
	1	区	分		月	火	水	木	金
				A1 (初診·再診)	西水	堀幹	能登	原田	高川
			A2	_	波部	西水	堀幹	堀宏	
	午		8:15~11:30	A3	堀幹	中條	木戸	猪又 (呼吸器)	-
	前	診察	8:45∼	A5	_	_	_	_	今西 (呼吸器)
				A10	高川	能登	原田	高川	能登
				A11	原田	中川 (禁煙外来)	_	能登	田尻
			受付 12:45~16:00 診察 13:30~		の患者さんのみとなり	つます。			
	午	受付		A2	_	_	_	山谷	
	後			A5	林 (神経内科)	_	波部	道具 (神経内科)	_
				A10	_	_	高川	_	原田
		受付	受付 8:15~11:30 診察 8:45~	B8	島多(乳腺) 要予約	島多(乳腺) 要予約	_	島多(乳腺) 要予約	_
	_	診察		B11	土屋	大村	土屋	大村	太田 太田
	午			B12	_	_	太田	_	_
外 科	前		8:15 ~ 10:45 9:00 ~	心臓血管外科 B12	-	深原 (第1·第3週)	_	-	-
			8:15 ~ 11:30 9:00 ~	形成外科 B8	_	_	佐武 (第3週)	_	-
	午	受付	受付 12:30~16:00	DH センター外来*	_	_	_	_	土屋
	午後		12:30~		B12				
	7	四付	8:15~11:30	<u> </u>	毛利	三上	毛利	毛利	三上
整形外科	午前		8:45~	C3 · C5	竹本	竹本	<u> </u>	竹本	竹本
	午前		8:15~11:30 8:45~	C7 · C8	長森	長森	<u>———</u> 長森	長森	釣
				受 付	15:00~16:00	_	12:45~16:00	15:00 ~ 16:00	15:00~16:00
		診察	^{診察} C7·C8		長森 15∶00~	-	廣野 (循環器) 要予約 14:00 ~	長森 15∶00~	長森 15∶00~
小 児 科	午	予防护		受 付	12:45~14:30	12:45~15:30	12:45~15:30	12:45 ~ 14:30	12:45 ~ 14:30
	後	乳児師	乳児健診	C7 · C8	13:30 ~要予約	13:30 ~要予約	13:30 ~要予約	13:30 ~要予約	14:00 ~要予約
		受付	受付 12:45~16:00	子どものこころ の外来	_	_	_	永井 要予約(第 1·3 週)	_
		診察	13:30~	診療棟2階	_	_	_	宮森 要予約 (第 2·4 週)	_
12. 地 奴 杁 杁	午前		8:15 ~ 11:30 8:45 ~		増田	増田	増田	増田	増田
	午後	診察	12:45 ~ 15:30 14:00 ~		_	富田(黒田)	-	_	_
滋 昆 瞿 科	午前	※予約	8:15 〜 11:30 りが無い場合〜11:00 8:45 〜		萩中	萩中	萩中	萩中	萩中
泌尿器科	午後	診察	12:45 ~ 16:00 13:30 ~ 14:00 ~		萩中	萩中	_	富山大学から	萩中
皮膚科	午前	受付 診察	8:15~11:30 9:00~		古川	_	要藤	片岡	木村
婦 人 科	午前	受付 診察	8:15~11:00 8:45~		山川	山川	山川	山川	山川
	午前	※ (z	8:15~11:30 k) 8:15~10:30 8:45~		舘野	舘野	舘野	舘野	舘野
眼 科	左		5 N 5 N 5		木曜日の午後は手術を行				
	午後				検査・処置 (予約)	検査・処置 (予約)	手術 検査(予約)	検査・処置 (予約)	検査・処置 (予約)
耳鼻咽喉科	午前		受付 8:15~10:00 参察 8:30~		山本	山本	加藤	山本	山本
	午後	受付 12:45~14:30 診察 14:30~			山本	-	山本	補聴器外来	-
歯科口腔外科	午前		8:15~11:30 8:45~		本保 要予約	本保 要予約	本保 要予約	本保 要予約	本保要予約
	午後	受付 12:45~16:00 診察 14:00~		本保 要予約	本保 要予約	本保 要予約 定梶 手術·要予約	本保 要予約	本保 要予約	
麻 酔 科	_		14:00 診察のみ		 澁谷	 澁谷	世界	 澁谷	 澁谷
им <u>ы</u> т мт	1.80	ם ליפו ניויו	シボツツ		加口	/此口		/皿口	

医師の都合により休診となる場合がありますので、事前に電話での確認をお願い致します。 **TEL(0766)82-8100** 射水市民病院ホームページ(http://hosp.city.imizu.toyama.jp/)でも確認できます。



地域連携室

地域連携室は市民病院と他病院や診療所のかかりつけ医との橋渡しをしています。病院や診療所との連携を密にして、どの地域の患者さんも安心して切れ目のない医療を受けられるよう活動しています。診療所からの、1) CT やMRI などの高度医療機器による検査、2) 専門医による診断・治療、3) 手術や入院治療などの紹介やセカンドオピニオンにも迅速に対応しています。また診療所への紹介も積極的に行っております。地域連携に関するご質問がありましたら、地域連携室(TEL: 0766-82-8136)までご連絡ください。



病院への応援 ありがとうございます!

令和4年11月、新型コロナウイルス感染が拡大し、 長期化するなか、励ましのお言葉とともに、ご寄附をい ただきました。心温まるご支援に深く感謝しますとともに、 引き続き感染予防の徹底に努めてまいります。

団体名 富山総合ビルセンター株式会社 様 寄贈品 車いす3台、荷物カート5台

部但邓尔



澁谷 伸子 (しぶゃ のぶこ) 麻酔科医師 【専門】麻酔科

【資格・学会】 日本麻酔科学会専門医・指導医、医学博士 【一章】

ひとりひとりの患者さんの身になって安全な手術が遂行できるよう、 努力してまいります。



竹本 直起 (たけもと なおき) 整形外科医師 【専門】整形外科一般

【資格・学会】

日本整形外科学会、日本骨折治療学会、日本股関節学会、中部 日本整形外科災害外科学会

【一言)

精一杯がんばります。

CT 装置を更新しました!



2009年から長年にわたり画像診断で使用してきたCT装置は、3月28日にシーメンス社製高性能CT装置へと新規更新しました。この装置は先進的画像再構成システムに加え、新たに患者認識用3Dカメラや操作用タブレット端末を搭載し、①感染対策、②安全性の向上、③検査時間の短縮といったこれまで以上の医療サービスの提供を可能とします。高度医療機器の更新により地域医療を引き続き支えてまいります。

NEWS!

医療安全推進カレンダーを作成しました!

医療安全推進週間《11月20日(日)~26日(土)》に 病院各部署のスタッフが、各月を担当し、医療安全に関わ るテーマでカレンダーを作成しました。

医療安全推進週間の期間にエントランスホールに展示し、 来院された患者さんに好きなカレンダーにシールを貼ってい ただきました。その結果、地域連携室・手術室が担当した 7月「気をつけて! 伝わらなければ独り言」が1位に選ば れました。1月から各部署に1年間のカレンダーを配布し、 病院スタッフの医療安全の意識を高めています。





〈地域連携室・手術室担当〉

7月「気をつけて! 伝わらなければ独り言」



医療の安全を守るためには、患者さんの協 力も必要です。診察や検査の前には氏名を名 乗っていただきますようお願いいたします。





卒後3年目症例発表会、看護研究・実績発表会を開催しました

令和5年1月18日(水)に卒後3年目症例発表会、看護研究・実績発表会を合同で行いました。 第1セッションは卒後3年目看護師3名が症例を発表し、第2セッションは4名の看護師が看護研 究・実績発表をしました。

卒後3年目症例発表では、それぞれの部署で受け持った患者さんから学んだことや部署での取り組 みについて発表しました。緊張しながらではありましたが3年間の成長が感じられる発表でした。

看護研究・実績発表は、認定看護師の活動報告や、心不全や終末期の患者さんへの看護などの内容 でした。発表後は、質疑応答など活発な意見交換が行われ、実りの多い時間となりました。今後の看 護に役立てていきたいと思います。



卒後3年目症例発表



看護研究発表

新型コロナウイルス感染下における 看護の学びと課題

看護部長 加治江利子



2020年2月に国内で新型コロナウイルス感染が報告されて以来、いつ誰が感染してもおかしくない状況下にあります。入院患者さんにおいては、面会制限に

よってご家族との面会もできず寂しい思いをされていることと思います。また、以前から行っていた健康教室や認知症カフェ等の開催が思うようにできず、地域の方々と触れ合う機会が減っている現状です。

看護職は専門性を活かした質の高い看護をすることが求められています。私たち看護科は、「人を大切にし、常にやさしさと思いやりを持って、患者・家族のその人らしさに寄り添う看護を提供する」を理念に、「射水市民病院に来てよかった」と患者さんやご家族に思っていただける看護を目指して取り組んでいます。しかし残念ながら、新型コロナ感染の拡大・長期化によって地域の施設等やご家族との話し合いの機会が減ったこと、看護職員とその家族に感染が波及し勤務者が不足する事態に陥ったこと等が影響し、患者さんやご家族の思いに沿った看護をしたいと思う反面、そうできていない現実とのジレンマの中、懸命に日々の看護を行っています。

全国的に感染は今も収束していません。今後私たちは、新型コロナと上手に付き合いながら、入院から外来、地域へとつなぐ看護を実践できるしっかりとした看護体制を作り上げ、地域に貢献していきたいと考えています。





部间分一次图分

地域住民の皆さまの健康サポートができるように看護師として努めていきます。

まだまだ看護師として未熟ですので、日々成長できるように 精進していきます。





新型コロナウイルス感染症の流行による 面会制限及び入館制限についてのお願い

当院では、患者さんを感染症からお守りするため、面会・入館を制限させていただいております。 皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

面会制限について

原則面会禁止とさせていただきます。日用品の受け渡しは、当院より来 院をお願いしたご家族(15歳以下のお子様は不可)のみとさせていただ きます。(1回に2名まで)



患者さんやご家族の不安を少しでも軽減できるよう、タブレット端末を使用した オンライン面会を実施しております。(予約制)

入館制限について

皆さまには大変ご不便をおかけ しておりますが、右記のとおり各 出入口の開放時間を変更してお ります。

場所	平日	土日・祝日		
正面出入口	8:00~17:30	終日締切		
時間外出入口	終日締切	終日締切		
西側出入口(売店横)	終日締切	終日締切		

護師 (パートタイム会計年度任用職員) **を募集しています**

1.350 円~ 勤務時間 8:30~17:00 ※相談に応じます

外来、人工透析センター、病棟 勤務場所

(交通費) 最大 9,800 円/月 (防疫作業手当) 4,000 円/日 ※発熱外来、コロナ病棟勤務の場合 手

(処遇改善手当) 約 10,000円/月 ※勤務時間数に応じます

賞 あり ※前年度実績 2.4 月分 ※詳細は、当院ホームページをご確認ください。お気軽にお問い合わせください。

〈企業広告〉

地域社会とともに発展していく

💆 新湊信用金庫

射水市中新湊12-20 TEL.0766-82-8611



射水市東明西町2-2 T E L 0766-86-4498 F A X 0766-86-4494

MAIL oa-cons@nsknet.or.jp





射水ケーブルネットワーク株式会社 10120-82-7320

