

そよかぜ

第45号

発行：令和5年 月 日

発行責任者：病院長 安藤秀男

編集：中津川市民病院広報委員会

新年度となりまして

総合病院中津川市民病院 病院長 安藤 秀男



新緑の候となり、過ごしやす季節となりました。また3年におよんだ新型コロナウイルス感染症との対応も大きく変わることとなりました。

「オミクロン株はインフルエンザ並みの致死率であり、あまり心配するようなウイルスではない。」とよく言われております。確かに致死率や重症化率はアルファ株に比べ格段に低下をしています。また治療や診断も進歩しています。これらから新型コロナウイルス感染症の扱いが変わることは当然と言えます。

しかし高齢者が多い病院や施設となると少し話が違ってきます。高齢者の方はコロナにかかると、もともとの持病が悪化し生命にかかわることがまだまだあるからです。免疫的に脆い高齢者や妊婦さんや小児の新型コロナウイルスの感染はまだまだ侮れないものがあります。

コロナ関連死亡者数は、第5

波、第6波、第7波、第8波と増加を続けています。これは致死率・重症化率の低下よりも感染者の増加が上回っているのが原因です。つまりどんどん感染しやすくなっているということです。第9波、第10波とまだまだ感染の流行はあります。

新型コロナウイルス感染時に症状のある方はわかりやすく対策も立てやすいのですが、第8波のように無症状の感染者の増加が、病院内へのウイルスの持ち込みの増加につながっていきます。無症状の方への対策の決め手がなく、まだまだ油断のできない状況がつづいています。ほとんどの感染者が無症状から軽症で済んでも、免疫的に脆い方たちへ感染させないという配慮は大切です。このため来院される方々にはマスクの着用を強くお願いいたしています。

さて当院では、4月より院内の外来・入院の患者さん向けのWiFiを整備しました。使用できる時間帯等に制限がありますが、ご利用いただければ幸いです。特に入院中ご家族との面会ができない方、ご家族が遠方の方

などのオンライン面会などにご利用いただければと考えています。当然ですが他の患者さんのご迷惑になつたり、治療の妨げにならぬようルールを守ってご利用をお願いします。

わたくしは、今年も病院長として微力ながらも中津川市民病院の運営に全精力を注いで行く所存でございます。これからも御理解と御協力をいただけますよう、よろしくお願いいたします。



 新入職員です。よろしくお願いします。 



新入職員

心理相談室よりこんにちは!

—「老いる」とはどういうことか 河合 隼雄著—

新年度になりました。就職・退職など様々な人生の岐路に立つ時期かもしれません。私は最近、若い心理士たちと業務を共にする中で、自分の老いを感じるようになりました。

ということで今回は「老い」について書かれた河合隼雄さんの本を紹介します。河合さんは心の様々な側面を本にされている臨床心理学者の大家です。この本は、文字も大きく、見開き2ページでまとめられた読みやすいエッセイ集です。

さて、老いを感じた際に、価値観、人生観の変化に迫られる事があります。若い時では「自分とはなにか?」(アイデンティティ)について、自身の可能性など、どちらかというプラスとなる面に目を向けられる事柄が多いかもしれません。一方で、老いを自覚する際には己のマイナス面に直面する事態が多くなるのではないのでしょうか。

自我を考えて、混乱して辛い状況を心理的危機と言います。思春期・青年期には精神的な不安定さから精神疾患等が生じる事が知られています。実は老いを感じ始める「中年期」も同様に心理的危機なのです。

河合さんは老いを自覚し悲観する事へ、「いままでの人生の中で、これからの人生で活かしていく事ができる宝物の種は心の畑の中に掘り出してある。これからどれが発芽して、育っていきそうなのか、見定めてそれを育てる事を、今後していくのです。」と述べています。

この文に出会い、老いに対して“蓄積してきた能力から、今から使えるものを活かしていけばいいのだ”、とずいぶん安堵した事を記憶しています。能力の限界に直面し、己を知るという点では老いは老化ではなく、成長なのかもしれません。

これは新しい場所に挑まれる皆さんも例外ではありません。自分の至らなさから限界を感じた時こそ、また一つ自分が大人になったと捉えてよい機会ではないのでしょうか?では、ご武運を!

公認心理師、臨床心理士
山崎 美紀



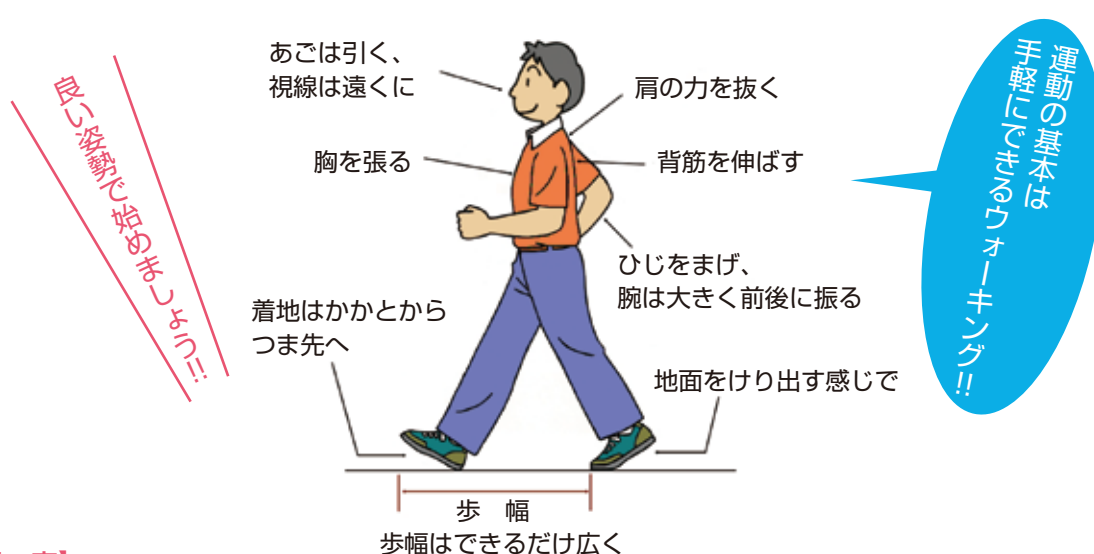
運動療法

糖尿病委員会

★なぜ運動がよいのか？

食後に運動をすると、筋肉でブドウ糖や脂肪の利用が増加するため、食後の血糖上昇の改善が期待できます。また、運動を続けることによってインスリンの利きが良くなって血糖値のコントロールが良くなります。体重の減少や肥満の防止にもつながります。さらに、中性脂肪は低下し、善玉コレステロール (HDL-C) は増加し、血圧が高い場合は血圧も下がるなどの効果もあります。

加齢や運動不足による筋肉の衰え防止、骨粗しょう症の予防なども可能です。



【頻 度】

1週間に3～5日を目標。できれば2日間以上あけない。

【時 間】

1週間の合計が150～300分を目標。できれば1回10分以上を3回に分けて行う。まずは3～5分程度から開始し、休憩をはさみながら小分けに実施してみるとよい。

【強 度】

中等度の強さ、「楽である～ややきつい」と感じる程度。

【時間帯】

食後30～60分経過後の血糖値が上がる頃です。この時間帯に運動を行うことで、食後2時間経過した時点での血糖値（食後2時間値）のコントロールが良くなります。さらにHbA1C値が良くなるともいわれています。

【令和4年度患者満足度調査（調査期間：7/1～7/30）】

PS（患者満足度）向上委員会

令和4年7月に患者さまを対象としたアンケート調査を実施しました。

アンケートにご協力いただきました皆様、誠にありがとうございました。

患者満足度調査では、貴重なご意見もたくさんいただきました。PS向上委員会ではいただいたご意見をもとに、さらなる満足度向上に努めて参ります。

	回答件数	とても満足・やや満足の割合
入 院	215件	約63.2%
外 来	1,755件	約52.2%

中津川市民病院各科診療担当医表

令和 5 年 5 月 1 日現在

		月	火	水	木	金	土
内 科	一診（循環器）	古田	林	古田	松下	林	
	二診（消化器）	中野	西尾	物江	中野	西尾	
	三診（腎臓・他）	寺岡 (循環器)	西尾 (腎臓)	寺岡 (循環器)	田邊 (腎臓)		
	四診	佐々木 (血内 PM)		ペースメーカー 外来 (第1・2・3)	鈴木 (血内 AM)	大竹 (内分 泌 AM)	
	五診（呼吸器・他）	前田 (呼吸器)	糸魚川 (呼吸器)			牛嶋 (呼吸器)	
	六診（内分 泌・他）			上田 (内分 泌)	鈴木 (内分 泌)	北原 (循環器)	
	七診（消化器）	山下			安江	物江	
	八診（内科総合）			春原 (腎臓)			
	内視鏡 AM	西尾 安江・物江	中野 物江・安江	加納・中野・西尾 安江・山下	西尾・物江 山下	山本・中野 安江・山下	
	内視鏡 PM	竹内・西尾 安江・物江	山村・中野・物江 安江・山下	加納・中野・西尾 安江・山下	西尾・物江 山下	山本・中野 安江・山下	
透 析	血液浄化センター	西尾・田邊	西尾・田邊	西尾・田邊	西尾・田邊	西尾・田邊	西尾・田邊
脳神経 内 科	一診	橋詰	今村	岸本	植松	前田	
	二診		平賀				
小 児 科	一診	江崎		木戸	安井 (アレルギー)		
	二診	成瀬	木戸	加藤 (循環器)	成瀬	木戸	
	三診	鈴井 (神経)	江崎	小島 (勢)	森島	江崎	
	午後 一診	予防接種		乳児健診	安井 (アレルギー)		
	午後 二診	予防接種	成瀬			木戸	
	午後 三診			江崎	予防接種		
外 科	一診	奥村	伴	奥村	橋本	伴	
	二診	宇野	橋本	宇野	関谷	青木(9:00~10:30) 関谷(11:00~)	

※担当医は予告なく変更する場合がございますので、予めご了承ください。

※受付時間

8:15~11:30

この色表示の氏名は、非常勤を示しています。

		月	火	水	木	金
脳神経 外 科	一診	大竹	吉本	平賀	石崎	
	二診		布施	永田		伊藤
歯科口腔 外 科	一診	齊藤	水野	澤木	(第1・3・5)水野 (第2・4)齊藤	佐々木
	二診	水野	齊藤	宮本 (麻酔科術前)	(第1・3・5)齊藤 (第2・4)水野	宮本 (麻酔科術前)
	三診	AM 澤木 PM 澤木(麻酔科術前)				
泌尿器科	一診	田中		田中	田中	田中
整形外科	一診	丸山		丸山	丸山	前川
	二診	徳武	田中	高橋	高橋	飯田
	三診	田中	前川	井戸	田中	高橋
	四診	AM 前川 PM 石塚		矢野		竹上 (第一週のみ)
形成外科	午後 2 時			高橋		
産婦人科	一診	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
	二診	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
眼 科	一診	岡田	岡		岡田	岡
	二診	松高	松高	松高	岡	松高
	三診	岡				
耳鼻いん こう科	一診	岡野	稲田	加藤	伊藤	加藤
	二診	加藤	加藤			
	午後			CPAP外来		
皮 膚 科	一診	片山	片山	室	片山	松井
	二診	後藤	後藤		後藤	
検査科 (病理)		岩田	岩田	岩田	岩田	岩田
		平岩	平岩	平岩	平岩	平岩
			豊國		岡崎	
心理相談				山崎	山崎	
健康管理 センター		三竹	榊間	亀山	亀山	亀山

数字で見る 1 年間

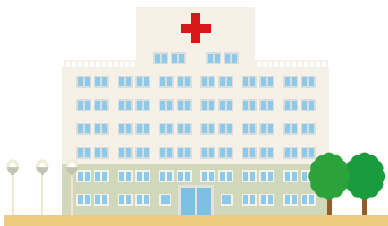
令和 4 年度

外来患者数	175,677 人
初診患者数	17,258 人
紹介患者数	9,115 人
入院患者数	80,268 人
手術件数	2,608 人
健診者数	11,522 人
出生者数	79 人
透析延患者数	4,564 人
時間外患者数	5,476 人
時間外救急搬送患者数	1,770 人
院外処方箋発行枚数	79,208 枚
放射線検査治療件数	78,613 件
検査件数	285,965 件
リハビリ件数	69,222 件
栄養指導件数	542 件

わたくしどもの理念

患者さまの立場を十分理解し
質の高い医療を目指します

1. 地域医療における役割強化に努めます。
2. 患者さまの権利を尊重し、満足度向上を進めます。
3. 知識や技術向上のための教育強化に努めます。
4. 協働意識の醸成やコミュニケーションを図ります。
5. 健全経営を確立します。



中津川市民病院広報委員会

TEL (0573) 66-1251(代)

FAX (0573) 65-6445

<http://nakatsugawa-hp.jp/>