

2021.春  
NO.97

広報

# だより 病院

## CONTENTS.

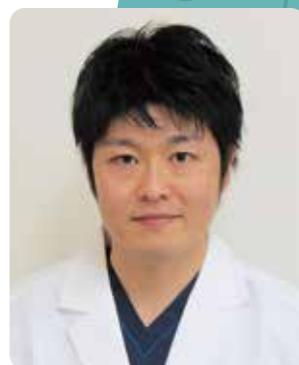
- 02 ● 特集「動脈硬化にご用心」
- 04 ● かかりつけ医を持ちましょう
- 08 ● 短時間デイケアははじめます!
- 10 ● 「人間ドック」で目の病気を早期発見!



「藤棚」 田原市 (写真提供:チーム#つながるつたえる)

# 動脈硬化

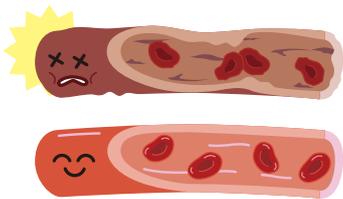
## にご用心



【循環器内科】  
徳田 晃太郎

動脈硬化が進行すると心筋梗塞や脳梗塞などの重い病気を招きます。そうした病気をどれくらい起こしやすいのか、検査を受けることで予測できます。

皆さんが広く受けている健康診断では動脈硬化の危険因子や一部の動脈硬化の進行の確認はできませんが、十分に確認することは困難です。よく耳にするように具体的にはよくわからない、「動脈硬化」について今回はお話しします。

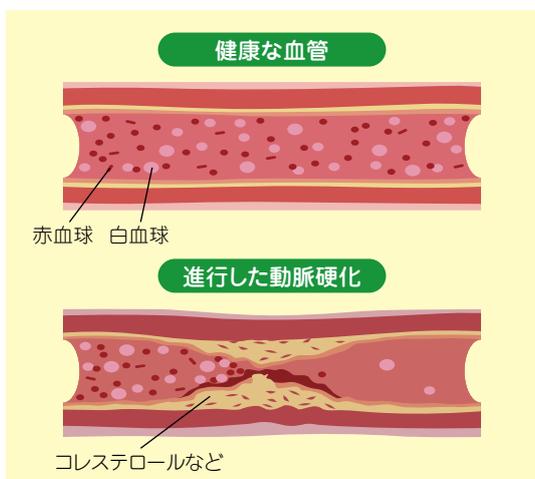


### 「動脈硬化」って？

動脈が硬くなると、血管のしなやかさが失われるために血液をうまく送り出せず、心臓に負担がかかってしまいます。また、動脈が硬くなると、血管そのものが弱くなり、破れやすくなるほか、血管の内側には粥腫（じゅくしゅ：コレステロールや脂肪などと、血中のマクロファージという白血球の一種が沈着したものができてきます）

血管の内側が狭くなると、必要な酸素や栄養が行き渡らず、全身の臓器や組織が正常に機能しなくなりま

す。さらに血管が詰まってくると、ある臓器や組織に血液がまったく届かずに、その壊死を招いてしまうケースもあります。



## 「動脈硬化の危険因子」は？

高血圧、脂質異常症（高脂血症）、喫煙、肥満、糖尿病が動脈硬化の5つの危険因子です。そのほかにも腎不全や年齢、冠動脈疾患の家歴なども心筋梗塞の危険因子として挙げられています。

## どんな検査があるの？

超音波検査によって首の血管（頸動脈）、や心臓の動きを確認できます。また、手足の血圧測定で足の血管の動脈硬化を確認します。

心臓の血管（冠動脈）の検査に関しては、負荷心電図や冠動脈CT、負荷心筋シンチグラフィといった侵襲の少ない検査が当院では可能です。これらの検査で冠動脈の狭窄（きょうさ）…血管が狭くなっている部分）が怪しいと判断した場合はカテーテル検査を行い、カテーテル手術まで当院で完遂することができます。



その方の状態に合わせてよりよいと思われる検査を医師が選択し提案します。

## なんともないと思っても

動脈硬化は症状なく進行していきます。特に糖尿病の方や、高齢者は痛みをはじめとした症状に鈍感になるため自覚症状としては表れにくくなってきます。

動脈硬化によって引き起こされる病気は、突然発症が多く死亡率も高いのが現状です。また、発症することで今までの生活を維持できなくなることも少なくありません。そこで早期発見することにより、臓器機能の保持や健康寿命を延ばすことも可能となります。

動脈硬化の危険因子をもっていて自分がどうなのか気になる方は、かかりつけの先生に相談の上、当院循環器内科にお気軽にご相談ください。



# “かかりつけ医”を持ちましょう

あなたや家族が気軽に相談できる医師を決めておきましょう



Q

”かかりつけ医”って、何？

健康に関することを何でも相談でき、必要なのは専門の医療機関を紹介してくれる、あなたにとって身近で頼りになるお医者さんのことです。

Q

インターネットがあるのに”かかりつけ医”を持つ必要があるの？

最近では、インターネットで病気や症状、治療法などを調べる人も多く、情報量も豊富ですが、もし自己判断で間違った対応をすると、かえって重症化する心配もあります。

そんな時、”かかりつけ医”がいれば、的確な診断やアドバイスしてくれます。

また、”かかりつけ医”を持つことは、病気の予防や早期発見・早期治療にもつながります。

Q

”かかりつけ医”は内科の医師や診療所でないといけないの？

内科医が”かかりつけ医”と思われるがちですが、どの診療科でも”かかりつけ医”になれます。家族が診てもらっているお医者さんでも、あなたの健康を相談できるのであれば、”かかりつけ医”と言えます。もちろん、診療所に限らず、当院の医師も”かかりつけ医”と言えます。

Q

専門外のことは分からないのでは？

”かかりつけ医”は、必要に応じて適切なお医者さんを紹介してくれます。

そのとき、症状や経過など治療に役立つ情報を添えて紹介状を書きますので、紹介先では、それらを参考にして診断・治療をすることができま

す。このように、”かかりつけ医”をもっていれば、もしものときに安心です。

Q

”かかりつけ医”はどうやって見つければいいのか？

退院後に近所のお医者さんに”かかりつけ医”になってもらいたい場合、あなたに合った信頼できる”かかりつけ医”を一緒に探します。



Q

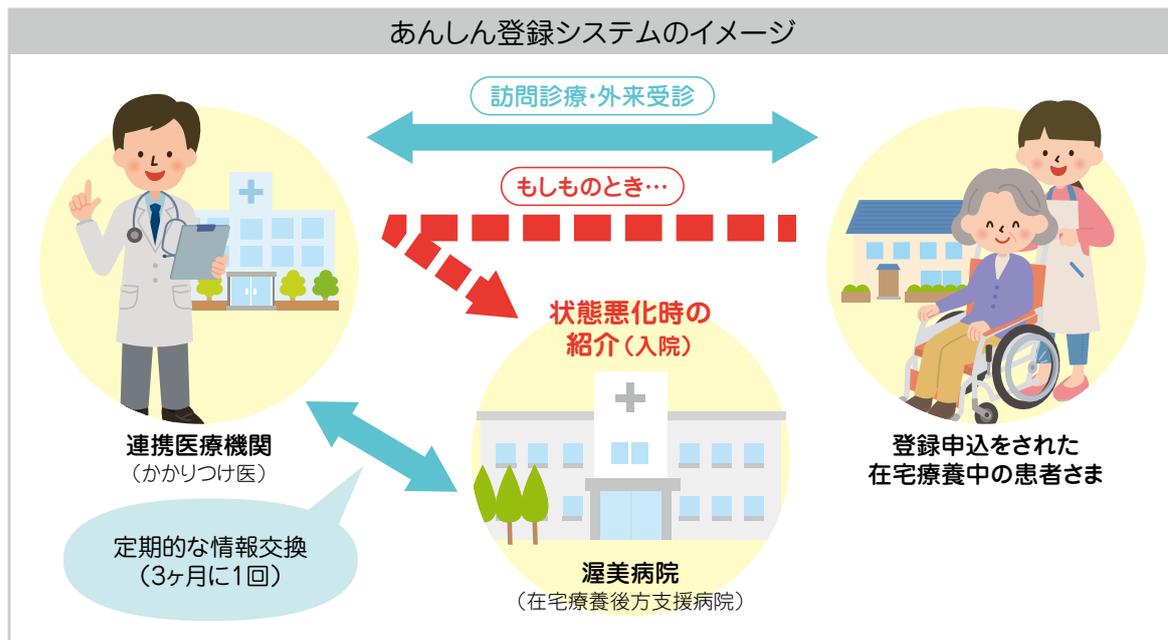
”かかりつけ医”の診療時間外や休日が心配、どうすればいいの？

「あんしん登録システム」をご存知ですか？  
渥美病院は地域の医療機関と共に、もしものときの”あんしん”を提供する仕組みをつくりま

Check!

## あんしん登録システムとは

ご自宅や施設で療養されている患者さまやご家族に安心していただけるように、連携医療機関と渥美病院が、あらかじめ情報を共有しておくことで、状態が悪化した時に渥美病院をスムーズに受診(必要に応じて入院)できる仕組みです。



### 登録することができる方

もしものときに渥美病院での入院を希望されるご自宅等で療養中の患者さま

- 連携医療機関(診療所)をかかりつけ医として療養中の患者さま
- 施設に入所しながら診療所をかかりつけ医として療養中の患者さま



### あんしん登録システムをご利用できる“連携医療機関”(五十音順)

#### ■ 田原市内

あつみメディカルクリニック、おかだクリニック、河合医院、川瀬医院、北山医院、北山クリニック、朽名医院、國見医院、昭和医院、第2国見医院、田原市赤羽根診療所、津金医院、富永医院、永井医院、菜の花内科クリニック、藤岡医院、ふれあいばし診療所、丸山医院、宮木内科

#### ■ 豊橋市内

白井メディカルクリニック(田原市内障がい者施設 施設医)

(2021/4現在)

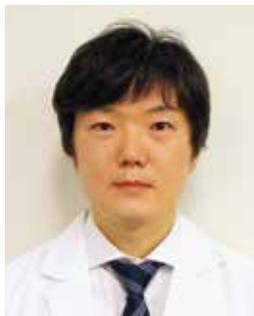
### 登録を希望される方へ

上記“連携医療機関(かかりつけ医)”または渥美病院 地域連携室にご相談ください。

渥美病院 地域連携室 担当:地域医療連携課長 電話:0531-22-2131(代表)

Doctor

# あつみでがんばります



外科

さわ き こう いち

澤木 康一

▶患者さまへの一言

胃がん、大腸がんを中心に消化器系疾患を専門としております。地域医療に貢献できるようがんばります。

出身地 ▶ 丹羽郡扶桑町

前勤務地 ▶ 名古屋大学医学部附属病院

趣味 ▶ ゴルフ



外科

つぼ い たく ま

坪井 拓磨

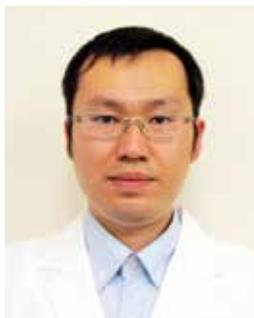
▶患者さまへの一言

4月より渥美病院に赴任いたしました。外科医として地域の皆様の健康をサポートできるよう診療に励みたいと思います。何卒よろしくお願いいたします。

出身地 ▶ 名古屋市

前勤務地 ▶ 公立陶生病院

趣味 ▶ バスケットボール、釣り



整形外科

おお みち とし ふみ

大道 俊文

▶患者さまへの一言

どうぞよろしくお願いいたします。

出身地 ▶ 兵庫県

前勤務地 ▶ 名古屋大学医学部附属病院

趣味 ▶ バイク、ネコ



脳神経外科

しみず だい き

清水 大輝

▶患者さまへの一言

名古屋大学医学部附属病院から参りました清水と申します。少しでも渥美半島の医療に貢献できるよう頑張りたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

出身地 ▶ 北名古屋市

前勤務地 ▶ 名古屋大学医学部附属病院

趣味 ▶ ゲーム、野球観戦

# 新入職員紹介

この春から渥美病院で働く職員をご紹介します！



薬剤師 伊藤 匠

想いやりのある  
薬剤師

今春から地元の渥美病院で働かせていただくことになり大変光栄です。薬剤師としての重責を担いながら仕事をするに身が引き締まる思いです。病院実習では自身の未熟さを痛感しつつも、他職種と連携しながら患者様に関われることにやりがいを感じました。薬剤師として求められる役割を十分に果たせるように精進していきます。薬に対する不安や疑問にしっかりと耳を傾け、安心して治療が受けられるように患者様やご家族の方に向き合いますのでよろしくお願いいたします。



看護師 清田 みず希

新たなスタート

看護師になって、生まれ育った地元に戻ってきました。コロナ禍の学校生活は思うように実習ができず様々な葛藤がありました。その中でも先生をはじめたくさんの方に支えられて、ここにいます。支えて頂いた全ての方々への感謝を忘れずに、患者様とご家族に寄り添える看護師を目指し努力します。新たなスタート地点に立ったばかりですが、渥美病院の一員として貢献できるよう努めていきますので、ご指導の程よろしく申し上げます。



調理師 彦坂 聖羅

調理師として

4月から渥美病院で調理師として働かせていただきます。3年間学校で調理を学び3年間を通し人に食べてもらう嬉しさを感じるようになりました。そこで地元である渥美病院で働けることをとても嬉しく思います。まだ技術は足りませんがいち早く調理師として患者さんに信頼され、美味しい料理を提供し喜ぶ顔が見たいです。精一杯頑張りますので、ご指導のほどよろしくお願いいたします。



事務一般職 小久保 茜里

事務職員として

4月から渥美病院の事務員として、地元である田原市の医療に携われることを大変嬉しく思います。事務員として少しでも患者さまの不安を取り除くことができるように、明るい声や笑顔で接することを心がけていきたいと思っています。社会人として働くことに不安がありますが、日々努力し、一日でも早く信頼される事務員になれるように頑張ります。至らぬ点が多くあると思いますが、精一杯努力しますので、ご指導の程よろしくお願いいたします。



## 発信あつみの郷

### 短時間デイケア(リハビリ)はじめます!

ご自宅まで送迎に伺う、通所系の介護サービスです。一般的なデイケアは朝から夕方までかけて食事・入浴・リハビリを行います。今回始める短時間デイケアは、1回1時間程度でリハビリだけを行います。



#### こんな方にオススメ!

- 食事や入浴はいらないので、リハビリだけをしたい
- 初めての介護サービスなので、短時間から慣らしたい
- 病院でのリハビリは終了したけど、リハビリを続けたい など

#### 特長

- スタッフ全員が国家資格持ちの“リハビリ専門職”です!
- あなただけのリハビリメニューを作成します!
- 機器も充実、短時間でも効果的なリハビリが可能です!

#### サービスの流れ

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 10:00～      | ● お迎え       |
| 10:20～11:30 | ● リハビリテーション |
| 11:30～      | ● お送り       |



“担当ケアマネジャー”または“あつみの郷”へご相談ください。  
ご利用には介護認定が必要です。

JA愛知厚生連あつみの郷 ☎0531-22-0283

### 介護食教室のご案内

参加費  
無料

日時 令和3年6月12日(土)

午前10:00～11:30頃

場所 あつみの郷 大会議室

定員 5名程度

持ち物 筆記用具、マスク



申し込み先 JA愛知厚生連あつみの郷 ☎0531-22-0283

※今回はたはら健康マイレージの対象です。  
また、感染対策のため講義と試食会のみとし、参加人数は制限させていただきます。





今月の  
メニュー

## おからハンバーグ



### 材料(2人前)

おから……………70g	ポン酢しょうゆ…小さじ5
木綿豆腐…………100g	① かつおだし(顆粒)…少々
玉ねぎ……………60g	水……………40cc
にんじん…………10g	水溶き片栗粉…大さじ1と1/2
たけのこ水煮…30g	大葉……………2枚
しいたけ…………1枚	<b>【付け合わせ】</b>
片栗粉……………大さじ1弱	サニーレタス…2枚
マヨネーズ…大さじ1弱	ミニトマト…4個
油……………小さじ2	

### 作り方

- ① 豆腐はキッチンペーパーに包み、よく水切りしておく。
- ② 野菜をすべてみじん切りにし、電子レンジで1分ほど加熱する。
- ③ おから、水切りした豆腐、②の野菜をよく混ぜて、片栗粉とマヨネーズを加え、4等分にして形を整える。
- ④ フライパンに油を熱し、③を並べ入れて中火で焼く。焼き目が付いたら崩れないように裏返し、蓋をして弱火で蒸し焼きにする。
- ⑤ ①の調味料を小鍋で合わせて火にかけ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑥ 皿に盛りつけ、⑤のあんをかけて千切りにした大葉のをせる。サニーレタスとミニトマトを添える。

### 血糖値をコントロールするために！

#### 食事は1日3回規則正しく食べましょう！

規則正しく食べることで、暴饮暴食を防ぐことができます。また、よく噛んで食べることで、満腹感が得られやすくなり、過食を防ぐことに繋がります。

#### 野菜や海草類をしっかりとりましょう！

野菜や海草類、きのこなどに含まれる食物繊維には糖質やコレステロールの吸収を緩やかにしてくれる働きがあります。ただし、いも類やかぼちゃ、れんこんは、炭水化物の量が多い食品なので、とり過ぎには注意しましょう。

#### お菓子は控えましょう！

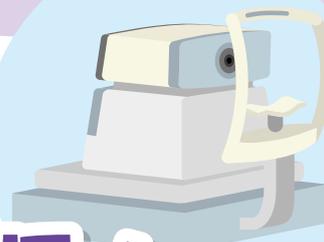
菓子類は炭水化物や脂質が多く、エネルギーの高い食品です。血糖コントロールを乱すだけでなく、肥満や中性脂肪を上昇させる原因にもなるため注意しましょう。

1人あたりの栄養素

●エネルギー **175kcal** ●たんぱく質 **7.0g** ●脂質 **9.3g** ●塩分 **1.3g**

あなたの目は大丈夫ですか？

# 「人間ドック」で 目の病気を早期発見!



目の病気には、緑内障や白内障、糖尿病網膜症、加齢性黄斑変性など様々な病気があります。ほとんど自覚症状がなくゆっくり進行し、急激に視力が低下することもあります。こうした病気でも定期的な「眼科検診」で早期発見が可能で初期の段階でしたら進行を止める・ゆるやかにする治療が可能です。

症状がなくても目の病気のリスクが上昇し始める40歳を過ぎたら、人間ドックで「眼科検査」を受けましょう。

## 眼科検査

検査項目	検査方法
眼底検査	眼に光をあてて眼底の写真撮影をします。血管、網膜、視神経などを調べて、病気の程度や進み具合を調べます。
眼圧検査	目に風をあてて眼球内圧を測定します。緑内障やその他の疾患の診断・治療の目安となります。



協会健保加入の中で40歳と50歳の方は、一般健診に加えて「付加健診」を受けられます。この機会に人間ドックで目のチェックをしてみたいかどうか。

## お問い合わせ先

渥美病院健康管理センター ☎0531-22-9698(直通) / 受付時間 ● 平日13:30~16:00

電話が混雑しつながりにくい場合がございます。ご迷惑をおかけ致しますがご了承ください。  
ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

## 健診センターの営業日について

**営業日** 平日  
第1・3土曜日(6~12月、午前のみ営業)

**休業日** 土(1~5月)、日、祝日、創立記念日(8/15)  
年末年始(12/30~1/3)

▶ 職種紹介

# 病院を支える こんな職種

## 薬剤師

### 「薬剤師ってどんな職業？」

#### Q 薬剤師とは

**A** 薬剤師は薬を取り扱う専門職です。

薬には、医師の処方箋にもとづいて薬剤師が調剤する医療用医薬品と、処方箋なしで手に入る一般用医薬品（OTC医薬品）の大きく2種類があり、医療用医薬品の服薬指導や情報提供、OTC医薬品に関する相談対応といった業務を行います。

#### Q どんな仕事をするの

**A** 病院薬剤師の仕事は、薬の調剤、服薬指導、抗がん剤調製などを行うほか、薬の在庫管理・品質管理を行っています。

調剤とは、医師の処方箋を基に、錠剤や散剤、外用剤などを調製することです。患者さまに薬を安心して安全に服用していただくために、適切な薬の説明も行っています。積極的に治療に取り組んでいただけるように、患者さまの気持ちに寄り添った服薬指導を心がけています。

薬を有効かつ安全に使用するために、特定の医薬品の血液中の薬の濃度を測定し、患者さん個々に適した投与量や投与方法を決定する、薬物治療モニタリング(TDM)や、市販されていない薬を院内で製剤したりといった業務を行うこともあります。

#### Q 薬剤師になるには

**A** 薬剤師は、人命に関わるような重責を担うため、国家資格が必要になります。六年制大学の薬学部を卒業し、国家試験に合格することで薬剤師になることができます。

#### Q 薬剤師の活躍の場は

**A** 薬剤師といえば、病院よりも調剤薬局の薬剤師を思い浮かべる方が多いと思います。調剤薬局に勤め、かかりつけ薬剤師、学校薬剤師として働くことや、その他にも、ドラッグストア、血液センター、製薬会社や大学、バイオビジネスの研究所などで働く薬剤師もいます。また、国や都道府県の職員として、産業廃棄物処理施設などの事業の許認可や土壌・水質検査、薬品検査、有害・有毒物質の検査などを行う方もいるため、薬剤師には様々な働き方があります。

#### Q これから薬剤師を目指す方へメッセージ

**A** 薬の幅広い知識が求められる仕事で、自分の知識不足を感じることもあります。やりがいのある仕事です。

病気を治療していくために、薬物療法は重要な治療の一つであり、患者さま

まの中には、ご自身の薬に不安を抱えて、相談をしてくださる方もいます。そんな方々とお話しすることで安心した、相談してよかったなど言ってもらえることもあります。

また、自分なりの専門性を高めていくなど、様々な働き方があります。ぜひ興味を持っていただけたらうれしいです。





# 読者プレゼント企画

アンケートに答えると抽選で図書カード2,000円分が5名様に当たる!

スマートフォンやはがきを使って、病院だよりに対する意見・感想をお聞かせください。ご応募いただいた方の中から抽選で5名様に、「図書カード2,000円分」を進呈します。



## 応募方法

### ●スマートフォン・パソコンの場合

以下のURL又はQRコードから回答してください。

<https://forms.gle/QqvX2nCXDRKjn5e46>



渥美病院

検索

### ●はがきの場合

住所、氏名、年齢、電話番号、病院だよりに対する意見・感想をご記入の上、下記の宛先へお送りください。

〒441-3415 田原市神戸町赤石1番地1 渥美病院 企画室 行

※回答期限は、2021年5月31日(必着)です。

※当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

## JAから野菜をいただきました!

JA愛知みなみ様は、平成13年のJA田原町、JA赤羽根町、JA愛知渥美町の合併から20周年を迎えられました。これを記念して、2月16日、当院をはじめ田原市内の医療、福祉の現場へ野菜・鉢物を寄付していただきました。寄付していただいた野菜は、2月の入院食として患者さまへ提供し、鉢物はエントランスホールに飾りました。JA愛知みなみ様、ありがとうございました。



鈴木組合長(右)より目録を受け取る長谷病院長(左)



寄贈していただいた野菜を使用した入院食



## Wi-Fiが使えるようになりました!

周囲の迷惑にならないよう、マナーを守ってスマートフォンをご利用ください。

## 渥美病院 ● 診療日カレンダー / 2021.5月 ▶ 2021.10月

□は休診日です。[土、日、祝祭日]

5月							6月							7月							8月							9月							10月							
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
.	.	.	.	.	.	1	.	.	1	2	3	4	5	.	.	.	.	1	2	3	1	2	3	4	5	6	7	.	.	.	1	2	3	4	.	.	.	.	.	.	1	2
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	.	.	.	25	26	27	28	29	30	31	29	30	31	.	.	.	.	26	27	28	29	30	.	.	24	25	26	27	28	29	30	