

広報 HEART

心とこころを繋ぐ病院だより

やりがいを感じます

深く関われることに

患者さんの人生に



contents

- 02 不妊症のコト
- 06 リハビリテーション室の紹介
- 08 渥美病院を支える人たち
- 10 おすすめレシピ

／ 知って備える ／

不妊症のコト

今回、産婦人科の矢吹医師に、不妊症についてお話を聞きました。

不妊症って？

不妊症とは生殖年齢の男女が妊娠を希望し、ある一定期間避妊することなく通常の性交を行っているにもかかわらず妊娠の成立をみない場合を指すとされ、一定期間について例外はあるものの1年というのが一般的です。

2022年4月より不妊治療が保険適用となったことはまだ記憶に新しいと思います。実は今や日本で生まれた赤ちゃんの12人に1人が生殖補助医療によって誕生しています(2021年度)。このように不妊治療はどんどん身近になってきており、その流れは今後も続いていくと思われるます。

しかし実際に不妊治療に興味があっても治療のイメージがつきづらく敷居が高いと感じてしまう方もいると思います。



不妊治療について

不妊治療とは一般不妊治療と生殖補助医療(ART)に分けられます。

一般不妊治療には、エコーで卵胞の発育を確認し、排卵に合わせてタイミングをとってもらうタイミング法や調整した精子を子宮内に直接注入する人工授精があります。卵胞を育てる薬剤や排卵誘発剤を投与することもあります。

生殖補助医療は、採卵手術により卵巣から採取した卵子を体外で精子と受精させて受精卵(胚)をつくり、その後力テールを用いて子宮内に胚を移植します。



[産婦人科]

矢吹 淳司

不妊のリスクについて

アメリカ生殖医学会 (ASRM) では、以下の4つが重要な不妊因子とされています。

① 体重異常(肥満・やせ)

② 喫煙

③ 性感染症

④ 加齢

体重異常や喫煙などは、男女問わず不妊症のリスクにもつながりますので、生活習慣にも注意が必要です。



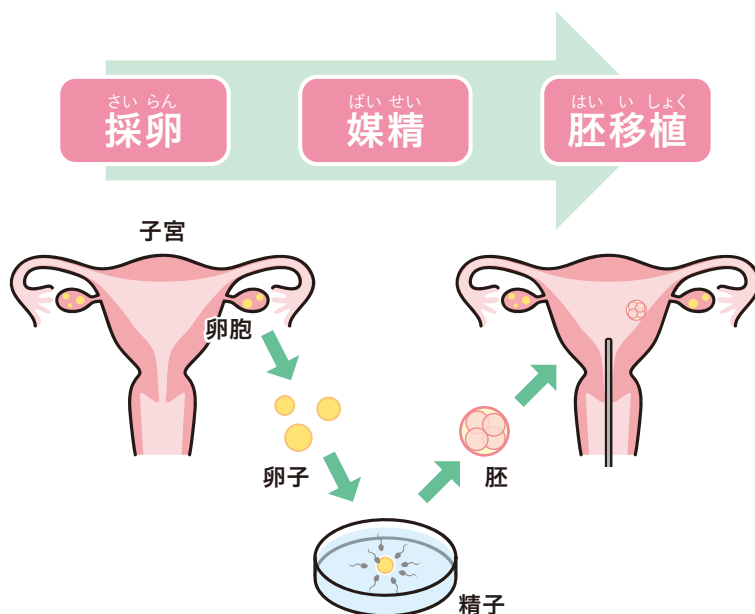
不妊治療の流れ

- ① 不妊治療を希望される患者さんにはまず是不妊因子を調べるためにスクリーニング検査を受けて頂きます。
- ② 不妊症の原因を調べると男性側の約1/2、女性側の2/3に何らかの原因が見つかります。そのためスクリーニング検査は男性と女性同時に進めていくことが望ましいとされています。
- ③ 一般不妊治療でなかなか妊娠に至らない場合、あるいは器質的な異常があって一般不妊治療では妊娠が困難な場合(両側卵管閉塞など)は生殖補助医療を行います。

現在、当院での不妊治療開始に向けて準備を進めているところです。不妊相談は可能ですので、お悩みを抱えている方はお気軽にご相談ください。



生殖補助医療の流れ

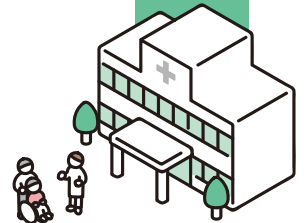


次のページでは矢吹医師へのインタビュー記事を掲載しています

Doctor's file

産婦人科

矢吹 淳司



患者さんと向き合って、
丁寧に話すことを
心がけています

YABUKI ATSUSHI

平成23年 豊橋市民病院
令和2年 名古屋大学医学部附属病院
令和6年 JA愛知厚生連渥美病院
専門は産婦人科

ご出身はどちらですか？

出身は大阪で、大学卒業までいました。豊橋市民病院で臨床研修を行い、そのまま10年以上豊橋で生活しています。

何故、産婦人科を選ばれたのですか？

産婦人科は、手術等の外科的治療と不妊治療などの内科的治療の両方が経験できるというのがありますし、また分娩という医療の中でも特殊なことに携われることも大きいです。

診療をするうえで日々心がけていることはありますか？

患者さんの話を聞く時もこちらから伝える時も、患者さんと向き合って、目を見て話すことを心がけています。特に、産婦人科では人に聞きづらい不安や心配を抱えている患者さんが多いため、できるだけ、悩みを聞き疑問が解消されるように努めています。

今後、より専門性を高めていきたい分野・取り組みたい内容などがありますか？

当院でも不妊治療ができる環境を整備していきたいと考えています。大学院での研究も不妊に関すること専門としており、以前の病院でも不妊治療に携わっていました。現在、

Private



生殖医療専門医認定資格の取得を目指して勉強中です。

プライベートでの趣味は？

最近は忙しくてなかなか活動できていませんが、昔から音楽が好きで、高校生・大学生の時は軽音部でドラムを叩いていました。今はアーティストのライブやピアノのコンサートなどに行ったりしています。

地域の方に向けて一言お願いします

将来にわたって活気ある地域であるためには、若い方が増えることが非常に重要なことであると考えています。今後も地域で分娩ができる環境を維持し、未来に向けて少しでも地域のために貢献できるように努めていきます。

チョコキン(貯筋)ノススメ 第2弾

使えば使うほど溜まる筋肉…毎日コツコツ体を動かし、
元気な体を作りましょう！

●地味だけど効果はバツグン:カーフレイズ

下肢の筋肉の中でもふくらはぎは第2の心臓と呼ばれ、足先につながった血液やリンパの流れを心臓に押し戻す働きをします。

足指に力を入れるようにすると、歩く際に足で地面をけり返す力が働くようになり、歩くスピードや姿勢も良くなります。



力の弱い人は
手すりなどに
つかまりながら
行いましょう



- 足を肩幅に開き、踵をゆっくりと上げましょう
- 親指の付け根(拇指球)で地面を押し上げるイメージで！

使う筋肉を意識すると効果的です

- 下腿三頭筋(ふくらはぎ)
- 長母趾屈筋(つま先)
- 長趾屈筋(つま先)



10回×2～3セットから
慣れてきたらテレビの
すきま時間にでも



リハビリテーション室 の紹介

リハビリテーション室では、急性期から生活期・維持期さらには終末期まであらゆるライフステージを対象に、患者さん一人一人に合わせたリハビリテーションを提供しています



住み慣れた地域でその人らしい生活が送れるように、理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、言語聴覚士（ST）がそれぞれの専門性を活かしながら、院内外の多職種と連携し患者さんへ関わっています。

また、関連施設の介護老人保健施設あつみの郷や訪問リハビリテーションにもリハビリスタッフが配置されています。そのため、退院後もリハビリが必要な方の情報共有を細やかに行うことができ、安

心してリハビリを継続できる体制となっています。

現在、病院スタッフとしてPT 14名、OT 8名、ST 8名、補助スタッフ2名が所属しています。

リハビリテーション室では、疾患別にリハビリチームを編成し、より専門性を活かした訓練を行えるよう取り組んでいます。今回は、それぞれのチームの特徴を紹介していきます。

運動器疾患チーム

骨折や筋断裂、変形性関節症など様々な運動器疾患を対象にリハビリを行っています。機能回復、痛みの軽減、日常生活に必要な動作の獲得が出来るよう、専門スタッフが患者さんに合わせた筋力訓練や関節可動域訓練などを行っています。



脳血管疾患チーム

脳卒中発症後、早期よりリハビリを実施しています。手足が動かしにくい、歩けない、飲み込みや言葉が不自由な患者さんに対して、電気療法や装具療法などを駆使し、機能訓練や歩行訓練を積極的に行っています。



生活総合リハチーム

地域包括ケア病棟に専属のリハビリスタッフを配置し、退院に向けてより生活に即したりハビリを病棟内で提供しています。必要に応じて退院前に患者さんとご自宅へ伺い、実際の生活環境を確認した上で福祉用具の選定やリハビリ内容の検討を行っています。



内部疾患(心臓／呼吸リハ)チーム

心疾患のある患者さんに対し、再発予防のための生活習慣指導や心機能訓練を入院・外来患者さんに提供しています。また、呼吸器疾患のある患者さんに対しても、呼吸訓練や排痰訓練、呼吸に合わせた生活動作の指導等を行っています。



小児チーム

発達がゆっくりなお子さんに対し、STによる言葉の訓練や、OT・PTによる運動面の訓練を行っています。数年前に言語訓練室と運動用のプレイルームを増設し、遊びの中で楽しみながら発達を支援できるように関わっています。



がんチーム

手術を受けた患者さんに対して、術後の合併症や体力低下の予防目的で歩行や筋力訓練などを行っています。また、緩和期の患者さんに対して苦痛の軽減やトイレ・食事動作などについても関わっています。



渥美病院を支える人たち

Pick up!

こばやし きよ か
小林 聖佳

令和4年 JA愛知厚生連渥美病院
令和5年 がんのリハビリテーション
研修修了



“

患者さんの人生に
深く関われることに
やりがいを感じます

”

member.

09

作業療法士

小林 聖佳

KOBAYASHI KIYOKA

作業療法士を目指したきっかけはな
んですか？

祖母が膝の手術をした際にリハビリを
専門的に行う仕事があることを知りまし
た。その後、自分の進路として調べていく
なかで、リハビリの中でも、作業療法士と
いう資格について興味を持ちました。

理学療法士と作業療法士の違いを教
えてください

一般的にリハビリは「歩く」「機能訓練を
する」といったイメージが強いと思いま
す。その中でも理学療法士は、「立つ」「座
る」「歩く」といった基本動作の回復を目
指す療法士です。

一方、作業療法士は運動機能の回復を
目指すことはもちろん、「食事をする」「入
浴をする」「仕事をする」「余暇を楽しむ」
といった日々の生活に必要な応用的動
作・社会適応能力の回復を目指します。

作業療法士の魅力を教えてください

患者さんが過ごしていた生活や大切な
作業をもとに目標を決め、一緒に頑張れる

ことです。日常生活動作や趣味活動、復
職に向けて関われることもあり、患者さん
の人生に深く関われることにやりがい
を感じます。

印象に残っている患者さんとのエピソード
はありますか？

入院当初は寝たきりだった患者さんが、
身のまわりのことを自分でできるよう
になりご自宅へ帰られたことです。「慣れ親
しんだ家で過ごしたい」という希望が強く
あり、退院時には涙を浮かべお礼を言っ
ていただいたことは今でも鮮明に覚えていま
す。改めて生活に即したリハビリを行い、
希望する作業を再獲得することで患者さ
んの役に立てていることを実感しました。

当院の良いところを教えてください

変化に気づき、親身に話を聴いてく
れるスタッフが多いと思います。病院は
「痛い」「怖い」というイメージを持つてい
る人も少なくないと思うので、患者さん
の不安に寄り添い、信頼していただける対
応が出来るのは強みだと思います。

今後の目標について教えてください

身体のことはもちろんですが、家族や
病前の生活など患者さんを取り巻く環
境、思い通りに動けないことに対しての精
神的苦痛などにも目を向け、関われる作
業療法士になることです。

地域のみなさまにひとこと

気さくに話しかけてくれる方も多く、
こちらから元気をもらっています。少しでも

my favorite

サクラカフェ

田原市豊島町にある焼きたてワッフルとスペシャリティ
コーヒーがおすすめのカフェ。カフェ内では北欧などの
雑貨販売もしています。



体調の変化があれば、気軽に受診・相談し
てください。

趣味や休日の過ごし方を教えてください

映画を観ることが好きで、多いときは
週1で行くこともあります。最近観た映
画では「アバウト・タイム」という映画がお
すすめなので是非観てみてください。



1人あたりの栄養素
 エネルギー…138kcal
 たんぱく質…14.8g
 脂質…5.6g
 食塩相当量…2.0g

Recommended Recipe

管理栄養士監修 おすすめレシピ

「豆腐団子の中華スープ」

【材料】2人前

鶏ひき肉 …… 100g	にら …… 2束 (20g)
木綿豆腐 …… 50g	エリンギ …… 1本 (40g)
A	B
おろし生姜 …… 小さじ1/2	水 …… 400mL
醤油 …… 小さじ1/2	鶏がらスープの素…小さじ2
塩、こしょう …… 各少々	醤油 …… 小さじ1
白菜 …… 150g	塩、こしょう …… 各少々
人参 …… 1/3個 (50g)	

【作り方】

- 1 豆腐はキッチンペーパーで水気を切っておく。
- 2 白菜は一口大にざく切り、人参は半月切り、にらは3cm幅に切る。エリンギは石づきを切り落とし、短冊切りにする。
- 3 ひき肉、豆腐、Aをボウルに入れてよく練り合わせ、食べやすい大きさに丸める。
- 4 鍋にBと人参を入れ火にかける。沸騰したら白菜を入れ、白菜の葉がしんなりしてきたら3を崩れないようにそっと入れていく。
※スプーンを使って入れると崩れにくい
- 5 にら、エリンギを最後に入れ、鍋の蓋をして中火で煮る。

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、まとめ食いやどか食い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。

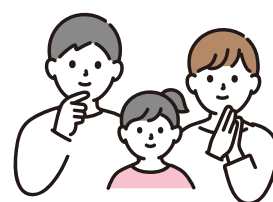
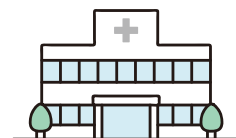
ただし、いも類やかぼちゃ、れんこんは、炭水化物の量が多い食品なので、とり過ぎには注意しましょう。

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。

第15回

病院祭



令和6年10月26日(土)、実に5年ぶりとなる病院祭を開催しました。

『変わりゆく時代に、
変わらぬ想いを』

今回のテーマには、どんな環境変化があっても、渥美病院は「変わることなく、地域のみさんのいのちやぐらし」を守るお手伝いを続けたい」そんな想いを込めました。おかげさまで、多くの方々にお越しいただきました。みなさん、検査や各種イベント、屋台村で楽しんでいただけたことと思います。地域のみなさんと交流を通じて、その想い・絆をより強くできたら幸いです。



▲たこ焼き美味しく焼けました



▲健康についてのパネル展示

寄付のお礼

令和6年5月に、あつみの郷ご利用者様のご家族より、あつみの郷の運営に役立てていただきたいと、多額のご寄付をいただきました。

あつみの郷を利用するようになり、ご家族の笑顔が増えたとのことで、大変感謝をされました。

ご寄付を基に、あつみの郷の入所者が服用するお薬を搬送するための与薬カート2台を購入させていただきました。

また、令和6年9月には、当院で治療をされていた方のご家族から、多額のご寄付をいただきました。いただいた寄付金につきましては、病院運営に有効に活用させていただきます。

今回のご厚意に感謝申し上げます。ありがとうございます。



▲今回購入した与薬カート

病院ボランティアの再開

感染拡大防止のため実施を見合わせていました院内のボランティア活動を9月から再開しました。

まだ、すべての活動を再開したわけではありませんが、移動図書や入院患者さんのリハビリ送迎、車椅子清掃を定期的に実施しています。

病院ボランティアに興味のある方は、地域連携室までご連絡ください。

地域連携室

☎ 病院代表

0531-2212131
内線2812(担当:山内)



職員募集

当院では、現在職員を募集しております。

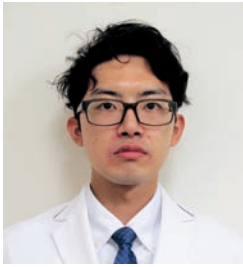
募集職種

●薬剤師 ●看護師 ●調理師 ●介護福祉士等

詳細については、病院ホームページをご覧ください。
不明な点がございましたら、渥美病院総務課までお気軽にお問い合わせください。

新任医師紹介

あつみでがんばります



【整形外科】
下田 敦宏



【脳神経外科】
若林 正浩



【外科】
佐藤 文哉

よろしく
願います。

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2000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、広報誌に対するご意見・ご感想をお聞かせください。皆さまのご応募をお待ちしています。

応募方法

スマートフォン・パソコンの場合

左記URL又はQRコードから回答してください。
<https://forms.gle/BmatWfxzckFvJZq9>

アンケートは全7問、所要時間3分ほどです。

はがきの場合

住所、氏名、年齢、電話番号、広報誌に対するご意見・ご感想を記入の上、左記の宛先へお送りください。

〒441-1341

田原市神戸町赤石1番地1 渥美病院企画課行

※回答期限は、2025年1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。

編集後記

今回はリハビリテーション室について紹介させていただきました。これからも地域の方が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最後まで続けることができるように努めて参ります。

寒い季節となりますが、体調に気をつけてお過ごしください。

休診日

土、日、祝日／8月15日／12月30日～1月3日