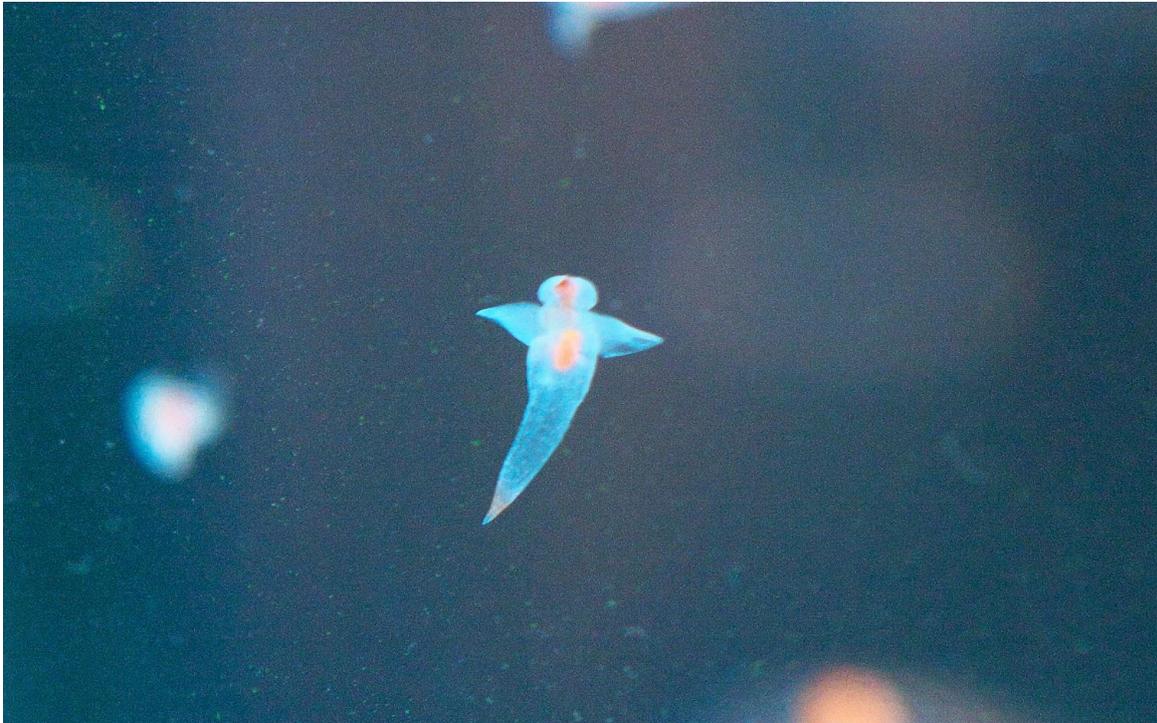


架け橋

～広域紋別病院だより～



目次

1. 表紙
2. 診療部から（消化器内科）
3. 医療技術職（リハビリテーション科）
4. 病院で働く専門職（事務局長よりご挨拶）
5. 看護部から（外来）
6. 健康レシピ（栄養科）
7. クイック健診・肺がんCT検診とお手軽脳ドック
8. 来院前AI問診のお知らせ・職員の募集について編集後記

病院理念

みなさんと心をひとつに、互いに尊敬と感謝の気持ちを共有し、笑顔の医療を提供します。

- ・常に、質の高い医療を安全・確実に提供します。
- ・生命、人としての尊厳を敬い、心のかよう医療を提供します。
- ・人材の育成に努め、働く喜びを共有できる環境づくりを進めます。

診療部から



～ ご挨拶とがん検診のすすめ ～

消化器内科 飯野 年男

2023年7月より消化器内科として赴任しました飯野です。大学卒業後約30年間、関東エリアで消化器外科医として（最後の10年は消化器内科兼務）働いて参りました。内視鏡にこだわりを持っており、また以前より北海道好きで、消化器内科に転科して北海道で働きたいと考えておりました。この度ご縁があり、当院でお世話になることになりました。微力ながら地域医療に貢献したいと考えておりますので、よろしくお願い申し上げます。

赴任するあたり、北海道の医療事情を自分なりに調べさせていただきました。北海道は、全国的に見てもがんによる死亡率がかなり高い自治体です。原因としてあげられているのが、がん検診受診率の低さ、喫煙率の高さです。是非、自治体が行っているがん検診を有効に利用して頂き、早期発見、治療につなげて頂ければと思います。

消化器内科は、白田先生と私の2名で外来診療、病棟管理、内視鏡検査を行っております。ここでは近年増加傾向著しい大腸がんの内視鏡検査についてふれたいと思います。

大腸がんはすべてのがんの中で罹患者数が最も多く、近年、女性のがんにおいては死亡者数1位となっています。

男性の10人に1人、女性の13人に1人が生涯に1回は大腸がんを発症する計算になります。大腸がんは早期に発見して治療をすれば、約90%が完治できるといわれています。早期発見のカギは検診です。

40歳以上の方には、大腸がん検診として便潜血検査が推奨されています。身体への負担はほとんどありません。便潜血検査で陽性（要精検）と判断された場合には、大腸内視鏡検査を受けるようにしてください。

大腸内視鏡検査は準備の必要な予約制の検査で、1日かかりのものと考えてください。ご希望の方には鎮静剤を使用しての検査を行っておりますので、予約の際にお伝えください。また遠方にお住まいの方、ご高齢の方などに安心して検査を受けていただけるように、入院しての検査が可能となっておりますので活用していただければ幸いです。



〈新職員が加入しました！〉

皆さんこんにちは。

当院リハビリテーション科は広域紋別病院理念「みなさんと心をひとつに互いに尊敬と感謝の気持ちを共有し、笑顔の医療を提供します。」をもとに様々な疾患や障がいを持つ患者様のご要望に応えられるよう、日々リハビリテーション業務に励んでいます。



〈プロフィール〉

小川 魁人

2000年3月18日生まれ。興部町出身。令和4年3月、北海道文教大学 人間科学部 理学療法学科卒業後、当院リハビリテーション科に入職。

趣味：サッカー。ライブ鑑賞。スノーボード。ゲーム。

意気込み：まだまだ経験は浅いですが、地域の方々のADL向上をお手伝いできるよう、努力していきますのでよろしくお願いいたします。

～リハビリテーション豆知識～

「肩が痛い。」「腕が上がらない。」「夜になると肩が病んで眠れない。」こんな症状がある人は…

○肩関節周囲炎(凍結肩 五十肩) ○腱板断裂

…かもしれません！



肩関節周囲炎とは…

「既知の疾患には該当せず、明らかな誘因がなく、肩関節の痛みと拘縮をきたす疾患」と定義されています。

典型的な凍結肩は炎症期・拘縮期・回復期の3つの時期からなり、1年ほどの経過で治癒するとされています。

腱板断裂とは…

肩関節を安定させるためにある4つの筋から連なる腱(腱板)のどこかが損傷している状態とされています。

断裂の主な原因は加齢による腱の変性や外傷など様々な要因が重なり、発症するとされています。

事務局長よりご挨拶

事務局長 富樫 豪志

7月1日付けで広域紋別病院企業団の事務局長を拝命してから、あっという間に4か月余りが過ぎ去りました。まだまだ戸惑うことも多いですが、当院を取り巻く課題も少しずつ見えてきました。本より微力ではありますが、前職の市保健福祉部長としての経験を生かし、仕事に励んでまいりたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願いします。

さて、広域紋別病院は、「地域の命は、地域で守る」という宮川紋別市長（当院企業長）の熱い想いの下、西紋地域のセンター病院として誕生し、地域の皆様に愛され、育まれて、今日の姿があります。平成23年4月に、北海道から移管されて12年が経ち、この間、複数医師の同時退職や新型コロナウイルス感染症に伴う混乱など、ご心配をお掛けする場面もありました。しかし、当院では、新病院の建設や最新の大型医療機器、医療情報システムの導入にとどまらず、曾ヶ端院長を先頭に、医師や看護師などの医療スタッフから事務職員に至るまで、一人ひとりが日々発生する多様な課題に立ち向かい、全力で病院運営を支えるとともに、課題の解決と医療機能の向上に日夜奮闘されております。そこには、「当院がこの地域にとってなくてはならない病院である」という病院職員の患者本位の確固たる姿勢とチームワークがあり、その心が一つとなって、必ずや「持続可能な地域医療の構築」につながっていくものと確信しております。

同時に、当地域におきましても人口減少と高齢化が同時進行し、今後の医療需要にも変化の兆しが見られます。急性期・回復期・療養期に対応するための医療機能の分担や、医療と介護の連携体制の構築など、将来に向け、地域の保健・医療・福祉の各関係機関が連携・協力し、地域包括ケアシステムを構築することが急務と思われれます。

これらのことに対応していくため、今般、当院が中心となり、西紋5市町村の行政や医療機関などにより構成される「地域医療連携推進法人 オホーツク西紋医療ケアネットワーク」を設立したところであり、このことは、この地域の「あるべき医療の未来」を構築していくための土台 となる組織として不可欠と考えております。

今後とも、当院は、地域の皆様の命と安全・安心な暮らしを支える病院を目指し努力してまいりますので、皆様の変わらぬご理解とご協力を宜しくお願い申し上げます。

こんにちは、外来です

外来では今年度糖尿病重症化予防のためのフットケア研修に看護師2名が参加してきました。皆さんは糖尿病と聞いて、足が意外なほど強い関係があるとは思わないのではないでしょうか。

血糖値が高い状態が続くと神経障害、動脈硬化などによる血流障害が起こりやすく、細菌などの感染に対する抵抗力が低下します。神経障害があると痛みが鈍感になるため、怪我に気が付かず、悪化させてしまうことがあります。



高血糖が続けば抵抗力が弱くなるので、足にできた小さな傷も化膿しやすく、治りづらい状態となります。

感染を伴うと重症化し足切断に至る場合もあり、生命がおよびやかされる危険性があります。

足病変のきっかけは生活の中にあります。靴擦れや低温やけどなど非常に些細なことがきっかけとなります。足を守ることはそんなに難しくはありません。普段から、足をお湯につけて自分の指で傷をつけない程度に指の間や足の裏を洗いましょう。また、爪を鋭角に切らない、靴擦れをおこさないように足に合った靴を選ぶことが大切です。日頃から足を大切に手入れすることで、足病変の発生の予防と早期発見・早期治療により重症化を防ぐことができます。

当外来では医師の指示の元、専任の看護師が患者さんとともに足を確認し、生活に取り入れられる予防方法やケアの方法を一緒に考えています。

★以下のような足の状態はありませんか？

- 巻き爪はないか？
- タコやウオノメ、水虫はないか？
- 痛みやしびれ、知覚障害はないか？
- 足の形に変形はないか？
- 浮腫みや腫れたりしていないか？
- 悪臭はないか？



異変を見つけた、気になる事などがあれば主治医にご相談下さい。

紋別のホタテは生も玉冷もおいしい！地元のホタテを堪能しよう！



栄養価(1人分)	
エネルギー	152kcal
たんぱく質	7.6g
脂質	10.5g
食塩相当量	0.6g

ホタテのカルパッチョ

材料	分量(4人分)	下準備
ホタテ貝柱	8～10個	○ホタテ貝柱は水洗いして水気を拭き取り、厚みを2～3等分に切り、レモン汁、塩コショウを振り掛けて冷やしておく。
レモン汁	1/2個分	
塩	少々	
こしょう	少々	
赤パプリカ	1/4個	○赤パプリカはヘタと種を取り、細かなみじん切りにする。
玉ねぎ	1/4個	○玉ねぎは細かなみじん切りにして水に放ち、布巾で包んで水気をしっかり絞る。
かいわれ大根	6g	○かいわれ大根は半分に切る。
<ドレッシング>		◇玉冷の解凍方法：ボールに解凍するほたてと同じくらいの量の氷を入れて、塩を小さじ1杯(氷250gにつき)氷にふりかける。ボールの中に、凍った状態のほたて貝柱をそのまま入れてラップをかけ、常温で3時間～5時間ほど置き解凍する。
レモン汁	1/2個分	作り方
オリーブ油	大さじ3	
塩	少々	
ブラックペッパー	少々	
		1. <ドレッシング>を混ぜ合わせ赤パプリカ、玉ねぎを漬けておく。
		2. 器に貝柱を盛り、1を全体に掛け、かいわれ大根を散らす。

昨今は中国による水産物輸入禁止措置の影響で、道産ホタテは在庫が増えていて、新たな販売ルートの確保が課題となっています。紋別のホタテは稚貝(一年貝)を放流してから4年間流氷や水温の低い荒波の中で遅く育つ為、旨味が凝縮されており食感も良いと評判です。また、ふるさと納税で全国から大人気の玉冷は、季節を問わず新鮮でプリプリの食感が味わえるので家庭用でも贈答用でも重宝します。

地産地消の意識を持ち、地元のおいしいホタテを堪能して『食べて応援!』をしましょう!

クイック健診のお知らせ

パンフレットは1階ロビーにも
ございます！ご自由にお取り下
さい！

検査の種類は8項目あります

- | | |
|------------------------|----------------------------------|
| A 貧血（貧血の有無、程度がわかります） | B 肝機能（肝臓の働きがわかります） |
| C 腎機能（腎臓の働きがわかります） | D 脂質（コレステロールのバランスがわかります） |
| E 血糖（血糖値や血糖状態がわかります） | F 肺機能（肺年齢がわかります） |
| G ピロリ菌（ピロリ菌感染の有無を調べます） | H エヒノコックス抗体検査（エヒノコックス感染の有無を調べます） |

健診の流れ



各検査「500円(ピロリ菌検査1,000円、エヒノコックス抗体検査2,000円)」となっており、最低1種類、最大8種類の検査を受診される方のご希望でお選びすることができます！

- ※ 実施時間 午前9時～午後5時
- ※ 18才以上が対象です



お問合せ先 広域紋別病院 0158-24-3111

「肺がんCT検診」と「お手軽脳ドック」

1. 肺がん検診（低線量CT検査）

対象：年齢制限なし 料金：6,105円

一般の胸部レントゲン撮影では発見しにくい位置の病変等にも効果的で、通常より低い放射線量に抑えた低被曝のCT撮影なので安心して受けられます。

2. お手軽脳ドック（MRI検査+ABI検査）

対象：年齢制限なし 料金：12,210円

脳梗塞や脳出血の原因となる脳血管の状態や、動脈硬化や高血圧などと関係する身体の血管状態を調べることで予防に役立ち、認知症の兆候を知ることにもつながります。

画像診断は提携している
放射線専門医が診断します！！



※提携先医療機関に読影を依頼しているため、診断結果につきましては2週間程度で郵送されます。

◎検診に関するお問い合わせ、予約申込は広域紋別病院まで

予約専用電話 0158-28-6610（受付時間 9:00～17:00）

紋別市民は一部助成が受けられます！

- | | | |
|--------|----------|--------------|
| ①肺がん検診 | 対象：40才以上 | 助成金額：3,000円 |
| ②脳ドック | 対象：35才以上 | 助成金額：料金の半額助成 |

※脳ドックの一部助成対象は3年に1回となっています。

※助成を希望する場合は事前申込みが必要です。申込み・問い合わせ先：保健センター（TEL24-3355）

来院前A | 問診のお知らせ

対象の方は次のとおりとなります

- 発熱や呼吸器症状のため受診する場合
- 当院に初めて受診する場合
- 今までとちがう症状で受診する場合
- かかりつけ医等からの紹介状をお持ちになり受診する場合

詳細はホームページをご確認ください。

(スマートフォン・タブレットの方は右側QRコードからアクセスできます)



職員の募集について

広域紋別病院では看護師・助産師・薬剤師・臨床工学技士などの専門職のほか、日勤帯や夜勤帯で看護業務を補助していただくアテンダントや介護福祉士等を随時募集しています。

募集要項の詳細は当院ホームページでご覧いただけるほか、紋別ハローワークでも求人票を掲載しています。電話でのお問い合わせは、下記までお願いします。

○お問い合わせ先
広域紋別病院 事務部 総務課 職員係 Tel:0158-24-3111
病院ホームページ: QRコード



編集: 広域紋別病院広報委員会
発行: 広域紋別病院
〒094-8709
紋別市落石町1丁目3番37号
TEL・FAX 0158-24-3111
病院ホームページ: QRコード



編集後記

今号も広報誌「架け橋」をお読みいただきありがとうございます。
今年も雪の季節がやってきてお鍋やおでんがよりおいしく感じられます。
雪が降り始めると 道が滑りやすくなり転倒による骨折が多発しますので、屋外に出る際は十分にお気を付けください。