

すこやか



東濃厚生病院
Hospital public relations magazine
VOL.110

発行者／JA岐阜厚生連 東濃厚生病院
所在地／〒509-6101 岐阜県瑞浪市土岐町76番地 1
TEL／0572-68-4111
FAX／0572-68-8934
URL／http://www.tohno.gfkosei.or.jp

Content

- 医療を伝える
 - 年頭のご挨拶
会長 堀尾 茂之／病院長 塚本 英人
- 知って得する
 - ・スキンケアに紫外線防御をしましょう
- ニュース&トピックス
 - ・インフルエンザ
 - ・新型CT!Aquilion One導入完了!

すこやか 外来診療担当表

2020年1月1日現在

診療科目		月	火	水	木	金
初診	第1・3・5週	猪飼佳弘 (循環器)	舟久保浩 (循環器)	伊藤和則 (腎臓)	宮本陽一 (消化器)	内田元太 代務医
	第2・4週	糸魚川 英之 (呼吸器)	吉田正樹 (消化器)	荒田真子 (消化器)	藤井麻耶 (腎臓)	朱宮孝紀 代務医
内科	3診	野坂博行 (呼吸器)		安藤 操 (内分泌)	野坂博行 (呼吸器)	代務医 (内分泌)
	4診	藤井麻耶 (腎臓)	伊藤和則 (腎臓)	澤崎貴子 (腎臓)	澤崎貴子 (腎臓)	伊藤和則(1・3・5) 藤井麻耶(2・4)
	5診			代務医 8:30～11:30	猪飼佳弘 (循環器)	代務医 (循環器)
	6診	朱宮孝紀 (循環器)	猪飼佳弘 (循環器)	塚本英人 (循環器)	塚本英人 (循環器)	舟久保浩 (循環器)
	7診					
	8診	代務医 (呼吸器)	代務医 (呼吸器)	糸魚川 英之 (呼吸器)	柴田尚宏 (呼吸器)	代務医 (呼吸器)
	9診	吉田正樹 (消化器)	長屋寿彦 (消化器)	吉田正樹 (消化器)	荒田真子 (消化器)	宮本陽一 (消化器)
	10診	長屋寿彦 (消化器)	内田元太(1・3・5) 宮本陽一(2・4)	内田元太 (消化器)		荒田真子 (消化器)
				山瀬裕彦 (2・4午後)	第2午後 血液内科	
	神経内科	代務医 9:30～16:00	加藤秀司	加藤秀司	加藤秀司	加藤秀司
小児科	代務医	代務医	代務医	高田勲矢	佐々木明	
外科	1診	田中健太	安藤修久	大谷 聡	代務医	代務医
	2診	山村 和生 (1・3・5)	代務医	山本希誉仁 (血管外科)	山村和生	大谷 聡
	乳腺	山村 和生 (2・4)			代務医(乳腺外来) 13:30～17:00	
整形外科	1診	代務医(手の外科) 9:30～11:30	佐藤 央	柏原 学	大間知孝顕	杉浦洋貴
	2診	柏原 学	大間知孝顕	大間知孝顕	佐藤 央	平石 孝
	3診	平石 孝	杉浦洋貴	清水光樹	杉浦洋貴	清水光樹
		清水光樹				
脳神経外科				代務医		
				代務医 14:00～17:00		
皮膚科	1診	稲垣克彦	稲垣克彦	稲垣克彦	代務医	代務医
	2診				稲垣克彦	
泌尿器科		代務医		代務医		
産婦人科		石渡寿勝	石渡寿勝	石渡寿勝	石渡寿勝	石渡寿勝
眼科	1診	代務医 9:00～16:00	代務医 9:00～13:00		金田正博 9:00～16:00	代務医 9:00～16:00
	2診				代務医 9:00～16:00	
耳鼻咽喉科	1診	水谷俊太郎	水谷俊太郎	水谷俊太郎	水谷俊太郎	水谷俊太郎
	2診	代務医		代務医 (第4週)	代務医	
放射線科		可児裕介	可児裕介	可児裕介	可児裕介	可児裕介
人間ドック 診察	第1・3・5	山瀬裕彦	野坂博行	山瀬裕彦	安藤 操	柴田尚宏
	第2・4		塚本英人		吉田正樹	安藤修久

内科

血液内科外来
第2週木曜日／午後
CAPD外来
毎週月曜日／午後
フットケア外来
第3週・第4週木曜日／
9:00～16:00(予約制)
睡眠時無呼吸外来
毎週木曜日／
13:00～15:00(予約制)

外科

ストーマ外来
第1木・第3金・第4水／
9:00～12:00(予約制)
ヘルニア外来
毎週月曜日／
8:30～11:30
肛門外来
毎週火曜日
8:30～11:30
乳腺外来
第2・第4月曜日
受付時間 8:30～11:30
・13:30～14:30(両時間
とも完全予約制)
毎週木曜日 受付時間
13:00～15:30(完全予
約制)
※乳腺外来は、完全予約
制となっておりますので、
外科外来までお問い合わせ
ください。

整形外科

スポーツ外来
毎週木曜日／16:00～

脳神経外科

特殊外来
第4木曜日／
13:00～16:00(予約制・
梶田医師)

皮膚科

午後診察
毎週火曜日・木曜日／
14:30～16:30

耳鼻咽喉科

補聴器外来
毎週月・火曜日、
第2・4水曜日／
15:00～(予約制)

看護職員募集

当院では、看護職員を募集しています。現場から長期
に離れた方でも大歓迎です。ご自身の能力を患者さ
んのために役立ててみませんか?お待ちしております。

資格 看護師・看護補助員

連絡先 企画総務課および看護部長室
TEL 0572-68-4111

編集協力／TCKnagoya



東濃厚生病院
TEL 0572-68-4111
FAX 0572-68-8934

JA岐阜厚生連

〒509-6101 瑞浪市土岐町76-1

受付時間 8:30～11:30
休 診 土曜・日曜・祝日
面会時間 13:00～20:00

■健康管理センター(人間ドック)
TEL:0572-68-4426 FAX:0572-68-9458
■訪問看護ステーション あゆみ
TEL:0572-68-8625 FAX:0572-68-8635



岐阜県厚生農業協同組合連合会
経営管理委員会会長
堀尾 茂之

新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましてはお健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、本会事業に格別のご高配を賜り厚くお礼申し上げます。令和2年の念頭にあたり、皆様に「三言」ご挨拶申し上げます。

国は、少子高齢化の伸展による人口減少が深刻となる2040年を見据

え、地域資源を活用しながら地域の実情にあった医療介護の提供体制の整備が急務となっているとし、そのためには、「地域医療構想(2025年を見据えた医療提供体制)の実現に向けた取り組み」「医療従事者の働き方改革」「医師偏在の対策」を三位一体で進める必要があるとしています。

こうしたなか、地域医療構想の議論を進めるとして、令和元年9月、唐突に過去の一時期の診療データ等を基に、病床再編・病院統合の再検討が必要な医療機関として全国で424病院の公立公的病院名が公表されました。全国各地域では病院の廃院に繋がるとして大きな反響となっているところです。本会では、東濃・岐北・西美・濃厚生病院の3病院が対象となりましたが、既に3病院は地域医療構想の策定以前から、各地域で

継続・安定的に医療提供ができる体制構築に向け関係機関等と病床再編や隣接病院との統合等について協議を進めており、既に一部病院では病床再編事業に着手している状況下にあります。

一方、医療現場では、医師確保や長時間労働の是正などが大きな課題となっています。岐阜県では医師確保に向けた地域医療確保計画が本年3月末までに策定される予定ですが、実効性のある計画が望まれているところです。本会では、医師を含めた他職種間等で「タスク・シフティング(業務の移管)」「タスク・シェアリング(業務の共同化)」を推進する一環として、「看護師特定行為研修を修了した特定看護師の養成」「外国人技能実習生(介護分野)の受け入れ」など人的対策に取り組んできましたが、今後はAI等を活用した物的対策も検討していかねばな

りません。

以上述べましたとおり、今後の医療情勢下における地域医療の経営環境は、今後ますます厳しくなることが予測されることから、地域医療提供体制の在り方について、本会としても県や地元行政等と協力し進めていきたいと考えています。また、地域に必要な医療を継続的かつ安定的に提供できるよう地域の中核病院として、「組合員並びに地域住民から信頼され、必要とされる病院づくり」を目指し役職員丸となって取り組む所存です。

最後になりましたが、本年が皆様にとりまして幸多き年となりますよう心よりご祈念申し上げますとともに、引き続き、本会事業にご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



東濃厚生病院
病院長
塚本 英人

新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましてはお健やかに新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。また昨年中は何かとお世話になり誠に有難うございました。本年も引き続き宜しくお願い申し上げます。昨年はラグビーワールドカップ日本大会に日本中が熱狂と感動にあふれました。日本代表の大活躍もさることながら、多くの参加チームの戦いや、ノーサイドの精神、試合外での交流、外国人訪問客の対応など多くの面で大成功に終わったと思います。また各試合前に黙とうが捧げられたように、昨年も各地で台

風や洪水等により甚大な被害にみまわれました。10年に一度の災害が毎年起こるようになってきており、災害医療について早急に対応しなければならぬと改めて感じました。昨年9月に厚労省より病院の統合・再編が望ましい病院名の公表があり、当院もそのリストに載ってしまい、皆様にはご心配とご迷惑をおかけ致しました事をお詫び申し上げます。国は地域医療構想のもとで病院機能の再編、病床の削減を検討してまいりました。東濃地区におきましても同様ですが、当院は土岐市立総合病院との統合、一病院化を以前より計画しており、地域医療構想の先を行っているような状況にあります。本年4月より土岐市立総合病院は岐阜県厚生連の指定管理となり一病院化までの期間、機能分担を行うべく準備を進めております。新病院の場所、規模、機能等につきましては、瑞浪市、土岐市、厚生連の三者で検討を重ねており、経過等に関しましては随時、ご報告をし

ていく予定であります。当院では昨年より血管外科の新設により大血管を含むステント治療が可能となりました。また不整脈のカテーテルアブレーションも数多く施行できるようになり、高い成功率を得ており、其々診療の幅が増えてまいりました。一病院化になれば更に高度で質の高い医療を提供できるものと考えております。一方診療圏が瑞浪、土岐、恵南を含む東濃中部の広域となる為、病院までの距離が拡大致します。現在、釜戸、陶地区において巡回診療を行っておりますが、遠隔診療や訪問看護のサテライト等、遠方となる地区や通院困難となる皆様に対し医療の質が落ちない様、同時に検討してまいりますのでご理解、ご協力の程何卒宜しくお願い申し上げます。最後になりましたが皆様方のご多幸とご健勝を心より祈念申し上げます。迎春とさせていただきます。



行動目標

1. 私たちは日々研鑽に励み、患者さんの立場にたった質の高い医療の提供に努めます。
2. 全職員が患者さんの窓口となり、真心と笑顔で患者さんに接します。
3. 患者さんの言葉を最後まで聴き、患者さんが理解できるよう分かりやすい言葉で説明します。

病院の理念

歩みいる者にやすらぎを、
去り行く人に幸せを

私たちは地域の皆様に愛され、
親しまれ、そして信頼される病院
を目指します。

分けられます。UVBの一部とUVCは地表10から50km上空にあるオゾン層に吸収されるため、地表には届きません。一方で、オゾン層を通過するUVAとUVBの一部が地表に届きます。

UVBはレジャー紫外線ともいわれます。やけどをしたように肌が赤くなるサンバーンや、メラニン色素が沈着して肌が黒くなるサンタン、シミそばかすの原因になります。高齢者の顔などにできる脂漏性角化症(しろうせいかくかしょう)という良性のいぼや、有棘細胞癌(ゆうきょくさいぼうがん)などの皮膚癌も発生させます。一年で見ると、春から夏にかけて強くなります。一日で見ると、朝9時を過ぎると急速に量を増やし、正午がもっとも強く、午後3時を過ぎると量が減ります。

UVAは生活紫外線ともいわれ、雲や窓ガラスを通過して肌の奥まで届きます。肌のハリを保つコラーゲンなどにダメージを与えるので、シワやタルミの原因となります。一年で見ると、4から9月までがUVA量の強い時期ですが、**冬でも夏の1/2から1/3量もあります**。一日で見ると、朝から徐々に増えて、正午がもっとも強く、夕方になっても減りません。一年中そして朝や夕方でも降り注ぐ紫外線です。地表に届く紫外線の9割をUVAが占めています。

日焼け止めクリーム

衣服やサングラスなどで被覆できないところは、日焼け止めクリームを塗って紫外線防御をしてください。

日焼け止めクリームには紫外線防御効果の目安を示す2つの表示があります。SPFは短時間で肌が赤くなり黒化につながるUVBを防ぐ効果指数です。UVBによる炎症をどれくらい長い時間防止できるかを1から50+までの数値で表示し、数値が大きいほど防御効果が高いです。PAは長時間かけて肌の弾力を失わせるUVAを防ぐ効果指数です。4段階の+マークで表示され、+の数が多いほど防御効果が高いです。海山でのスポーツやレジャー、日差しが強い屋外作業などでは、SPFとPAの表示が高いものを選んでください。

日焼け止めクリームの使用時には、塗る量が少ない、塗りむらがある、擦れや汗などでクリームが落ちることがあるので、注意してください。手のひら全体ではなく指全体で塗ると、手へのクリーム残りが減り、肌へ均一に塗ることができます。クリーム落ちによる効果低下を防ぐため、2または3時間おきにつけ直すといいです。しっかり外用したい場合には、二度塗りをしてください。

おわりに

皮膚癌発生率が高いオーストラリアでは紫外線防御への意識が高く、「**長袖**

シャツを着よう、日焼け止めクリームを塗ろう、つばの広い帽子をかぶろう、日陰を探そう、サングラスで目を守ろう。」というスローガンがあるそうです。紫外線防御によりシミ・シワ・タルミを起こす光老化と皮膚癌発生などを抑え込み、10または20年後の自分の肌を見て後悔することがないようにしたいものです。



はじめに

すこやかに皮膚を保つためには、毎日のスキンケアが大切です。スキンケアには大きく分けて紫外線防御、保湿、清潔の3つがあります。私たちは生きていくうえで太陽からさまざまな恵みを受けていますが、紫外線をたくさん浴びてしまういろいろな悪影響を受けてしまいます。そこで今回は、スキンケアの一つである紫外線防御について説明します。

自然老化と光老化

年齢とともにシミ、シワ、タルミが増えることを肌老化と呼びます。皮膚が硬くなる薄くなる、乾燥が進む、キメが粗くなる、くすみなどの皮膚症状もそれに当たります。肌老化には加齢による自然老化と長期間の紫外線ダメージの蓄積による光老化の2種類がありますが、肌老化の8割が光老化によるものと考えられています。例えば、紫外線にあたることの少ないお尻の皮膚など衣類下着に常に隠れている所には、シミやシワはほとんど見られません。紫外線を長期にたくさん浴びることによる悪影響の代表例が光老化です。

皮膚癌

皮膚癌発生も紫外線による悪影響の一つです。皮膚癌は顔などの露出部、太陽光が強い赤道地域、地表が高い高地山地、屋外で働く人、太陽光に弱い色白肌に発生しやすいことが統計学的に分かっています。

紫外線(UVBとUVA)

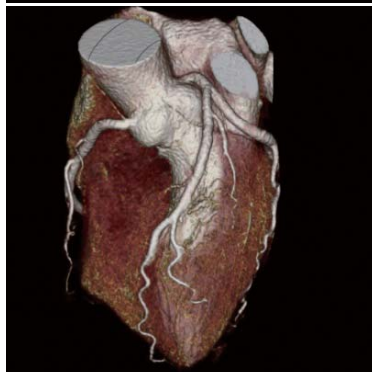
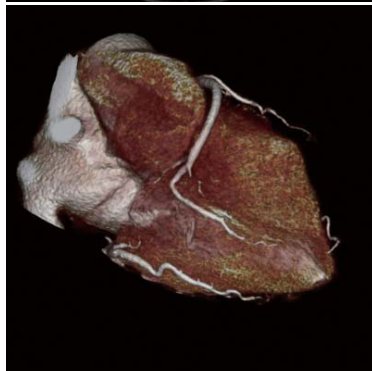
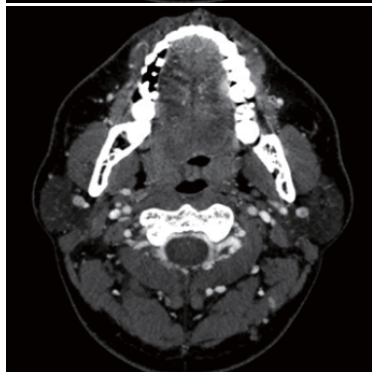
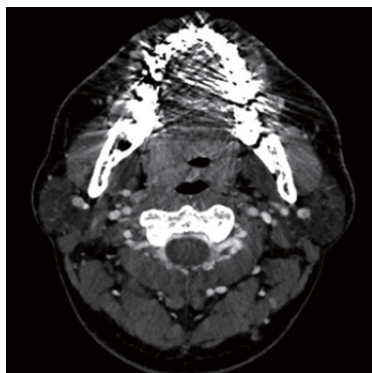
太陽光には目に見える可視光線のほかに、目に見えない光線があり、その中の一つが紫外線です。紫外線は波長により、A紫外線UVA、B紫外線UVB、C紫外線UVCの3つに

みなさまに身近な健康にまつわる選りすぐりの情報をお伝えします!





平成から令和への移り変わりとともに、当院では最新鋭のCTを導入しました！
今までのCTと何が違うのか？何ができるのか？
今回は新型CT Aquilion One（アクイリオンワン）について紹介します。
CT撮影について



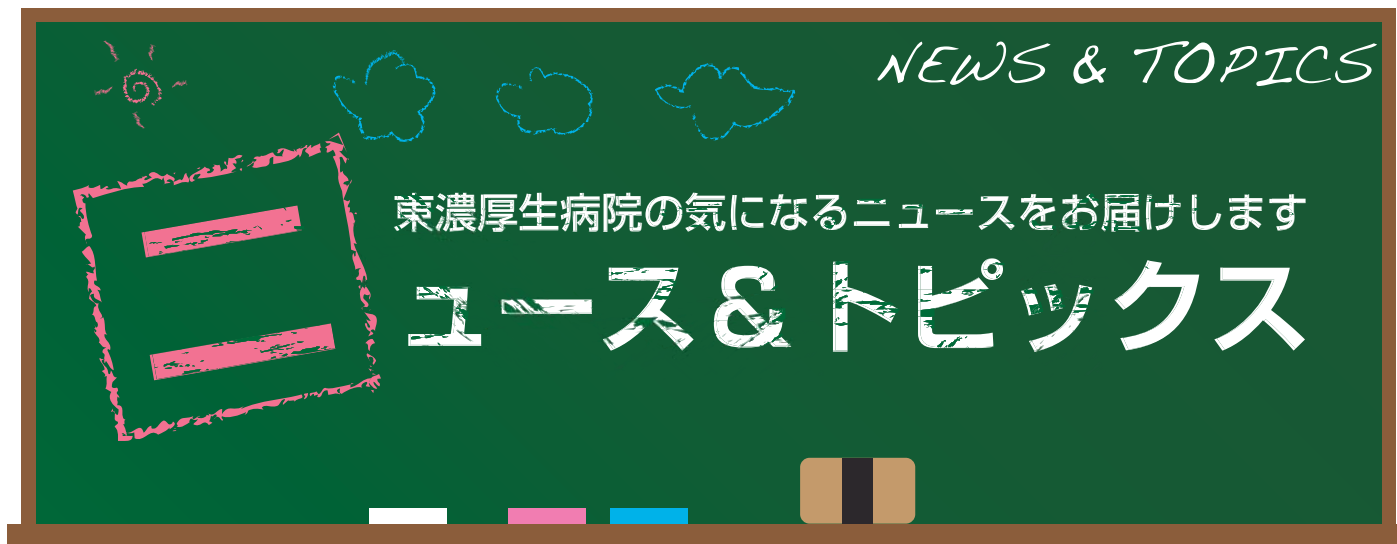
新型CTと旧型CT何が違うの？
一番の違いはエックス線検出器の大きさにあります。旧型では64列（32mm）、新型では320列（160mm）と5倍の大きさを誇ります。列数が多いほど、一度に撮影できる範囲が広がり、目的の場所を早く撮影することができ

新型CTでなにができるようになったの？
大きく二つあります。一つ目は心臓CT検査です。旧型CTでは撮影困難であった（高心拍、不整脈患者様も検査が可能となりました。二つ目は体内金属（インプラント、ボールなど）の影響を最小限にするもので

す。
障害陰影を減らすことで、今まで観察困難だった部位も観察可能になりました。
最後に
新型CTについてご紹介しましたが、まだまだ新しい性能、機能がたくさんあります。これら全てを駆使して最良な画像を提供していきます。検査に対する不安や心配事がありましたら、お気軽にお声かけください。



新型CTーAquilion One導入完了！



インフルエンザについて

インフルエンザは、インフルエンザウイルスによって引き起こされる感染症です。毎年秋から冬にかけて流行し、我が国では毎年二千万人が感染しています。岐阜県内では、11月21日にインフルエンザが流行期に入つたと発表されました。これは、昨シーズンより3週早い流行入りで、今後患者数が増加すると考えられます。
★インフルエンザの症状は？
インフルエンザの主な症状は、悪寒、発熱、頭痛、全身倦怠感、関節痛、咽頭痛、鼻水などがあり、腹痛や下痢などの胃腸症状を伴う場合もあります。また、普通の風邪とは異なり、脳炎や肺炎のような重い合併症を引き起こす場合があります。抵抗力の弱い小さなお子さんや、高齢な方は特に注意が必要です。
★インフルエンザはうつってうつるの？
・飛沫感染
感染した人の咳やくしゃみなどにより発生した、ウイルスを含む飛沫を吸い込むこ

とにより、ウイルスが体内に入り込む。
・接触感染
感染した人がくしゃみや咳の際、手で押さえた後、ドアノブやスイッチ等に触れる。別の人がそこに触れ、その手で口や鼻に触れることにより、粘膜からウイルスが入り込む場合がある。
★インフルエンザにかからないためには
①手洗い
帰宅時や食事の前にはしっかりと手を洗いましょう。また、くしゃみや咳で口元を手で押さえた後も手を洗いましょう。アルコール性手指消毒剤を擦り込むことも有効です。
②マスクの着用
飛沫の侵入を防ぐため、込み合う場所ではマスクを着用しましょう。マスクは鼻までしっかりと覆ってください。また、咳などの症状がある時もマスクを着用しましょう。
③予防接種を受ける
インフルエンザワクチンを接種すること

で発症をある程度抑えたり、重症化を防ぐ効果があると言われています。ワクチン接種では、ごくまれに副作用が出る場合があります。心配な方はかかりつけ医師にご相談ください。
注ワクチンを打ついてもインフルエンザにかかる場合があります。
④体調管理
免疫力が低下しないよう睡眠を十分にとる、バランスのとれた食事摂取など日頃から体調管理に心がけましょう。
※東濃厚生病院では、入院患者さんをインフルエンザから守るため、インフルエンザの流行期（12月～3月）は、ご家族の面会の際にマスクを着用して頂きます。マスクが正しく着用できないお子様や、学校や職場でインフルエンザが流行している方は、面会をご遠慮ください。また、お見舞い等もご遠慮頂きます様お願いします。

