

風と光

医療法人豊田会 刈谷豊田東病院
〒448-0862 愛知県刈谷市野田新町1丁目101番地
TEL (0566) 62-5111 FAX (0566) 62-5258
URL: <https://www.toyota-kai.or.jp/> E-mail: EB@toyota-kai.or.jp

No.97

編集：東病院広報委員会
発行：令和6年 7月31日

ご自由に、
おとりください。

● ● ● ● ● 巻 頭 言 ● ● ● ● ●



診療技術室室長
杉浦 充

診療技術室はリハビリテーション科・栄養管理グループ・放射線技術科・臨床検査科・臨床工学科・薬剤科で構成され医療や看護・介護サービスをサポートしています。

みなさんの幸せを感じるときって、どんなときですか？

「幸せを感じるときって、どんなときですか」で検索してみるといろいろな答えが出てきました。

- 美味しいものを食べているとき ●新たな知識を得た時・自分の知識を深めたとき ●趣味のことをしているとき ●目覚めがとてもスッキリしたとき ●寒い日に、暖かい便座に座ったとき
- 家族一緒に食事をするとき ●健診で体重が減っていたとき ●赤ちゃんの笑い声を耳にしたとき
- 恋人と話しているとき ●何かを達成したとき ●トイレで坐るや否や、スカッと出て身も心も軽くなった様な気持ちになるとき などなど

幸せを感じる時は人それぞれですが、これらのことは全て、ささやかなことばかりですよね。

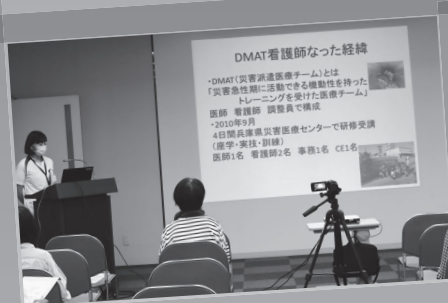
しかし、このささやかなことを、幸せと感じるかそれに気づかないでいるかによって、人の人生は随分と違ったものになっていくのかも知れません。

ささやかな幸せのメモを作って、それを眺めて振り返ってみると幸せな気持ちを感じたりするかもしれません。ささやかな幸せの積み重ねによって、人生は、より豊かになっていくのだと、つくづく感じています。

◆ 目 次 ◆

トピックス 「健康セミナー」開催	2
医療福祉室だより 介護予防・生活支援サービス事業をご存じですか。	3
ケアのお話あれこれ 熱中症の予防・対策	4
透析センター通信 臨床工学技士のお仕事紹介	5
コメディカルリレー 薬と食べ合わせ	6
医局室だより	6
新入職紹介	7
お知らせ	7

「健康セミナー」開催



2024年5月18日(土)に令和6年度健康セミナーを開催いたしました。メインテーマを「災害と看護」として、①災害への備え、②災害時における感染対策、③令和6年能登半島地震における災害支援活動の報告について講演を行いました。

元旦に起きた能登半島地震は記憶に新しく、13年が経過したとはいえ東日本大震災の恐怖も記憶に残っている中で、近いうちに発生するといわれている南海トラフ地震のこともあり、来場者の方々には真剣に聴いていただき、質問なども多く寄せられていました。

災害への備えでの質疑の中で、排水の問題が取り上げられました。水は支給されても、排水を流す場所がないという問題が過去の地震でも取り上げられており、対策について考える良い機会になりました。感染対策は「グーチョキパーのでなにつくろう?」の手遊び歌に合わせて手指衛生の歌を歌いながら手指消毒の手順を学びました。災害支援活動の報告では、被災地を見た生の声が聞けるとあって、興味をもって耳を傾けられていました。

今回のセミナーでは、多くの資料もお持ち帰りいただき、お家でもお役にたてただけなことかと思えます。参加者からは高評価のご意見も頂くことができました。本年度は9月にも広報委員会の催しを予定しており、次回も多くの方に参加していただける企画をたてていけるよう努力してまいります。

診療放射線技師 杉浦 広晃

医療福祉室だより

介護予防・生活支援サービス事業をご存じですか。

介護予防・生活支援サービス事業とは、「掃除や洗濯などの家事をすることが大変になってきたので、ホームヘルパーを利用できないかな」「最近家にこもりがちなので、デイサービスセンターに行ってみようかな」と思われた時に、利用が検討されるサービスです。特徴としては、要介護認定の申請を行わなくても利用できることです。

介護予防・生活支援サービスは、訪問型サービス・通所型サービスがあります。

訪問型サービス

管理栄養士や療法士などの専門職による短期集中予防サービスを提供。

また、ホームヘルパーによる掃除、洗濯など利用者が自力では困難な行為について、自立のためのホームヘルプサービスを提供。



通所型サービス

デイサービスセンターなどで運動機能の向上や生活機能の維持向上のための訓練や体操などを日帰りで行う。



利用できる方は、次のいずれかに該当する方です。

①要介護認定で要支援1・2を受けた方

②65歳以上で基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方

基本チェックリストとは、25項目の質問に「はい」「いいえ」で答えることで、日常生活に必要な機能が低下していないかを調べるものです。該当者判定までの期間は、即日～3日程度です。そのため、要介護認定を受ける場合に比べて、迅速なサービス利用の開始が可能となります。

ただし、上記サービス以外に訪問看護、福祉用具のレンタル、住宅改修等の利用が必要な場合は、要介護認定を受ける必要があります。

利用を希望される場合は、お近くの地域包括支援センターまたは市役所の窓口にご相談ください。

ケアのお話あれこれ

熱中症の予防・対策

熱中症はいつでもだれでも条件次第でかかる危険性がありますが、正しい予防法を知り、普段から気を付けることで防ぐことができます。熱中症の対策には次の3つがあげられています。

対策
1

暑さに負けない体づくりを続けよう

日常的に生活のリズムを整え、暑さに備えることが大切です。



こまめな水分摂取



程よく塩分摂取

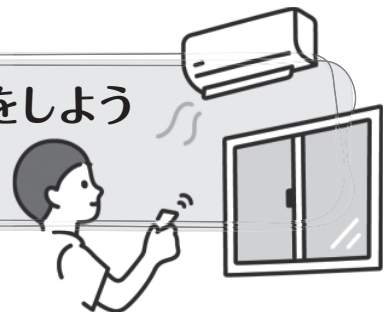


睡眠環境を快適に

対策
2

日々の生活の中で暑さに対する工夫をしよう

暑さ対策として室温を涼しくしたり、日差しを避けたり、冷感グッズを使用して対策を取ります。



対策
3

暑さから身体を守るアクションを

炎天下や空調の整っていない環境での作業は危険です。常に飲み物を持ち歩き、休憩をこまめに取りましょう。その日の気温を気にして活動をしましょう。

特に体温調整能力が十分でない子供や暑さや水分不足に対する感覚が低下している65歳以上の方、症状を訴えることが困難な障害のある方には配慮が必要です。周囲の方がサポートしましょう。

それでも熱中症が疑われたら・・・

涼しい場所へ避難・体を冷やす・水分、塩分の補給などが有効です。

症状が改善しなければ医療機関にかかりましょう。

普段から予防と対策を行い、体調の変化に気を付けて熱中症による健康被害を防いでいきましょう。



看護師 田中 宏治

「厚生労働省 熱中症予防のための情報・資料サイト」より

透析センター通信

臨床工学技士のお仕事紹介

当院の透析センターでは、19名の臨床工学技士が医師や看護師と連携しながら活躍しています。

今回は臨床工学技士の業務についてご紹介したいと思います。



医療機器の高度化・複雑化にともなって医療現場の負担が増加したため、装置を扱う専門職として臨床工学技士が誕生しました。

1987年に制定された、医療職のなかでも比較的新しい国家資格です。

当院の主な業務内容

医療機器管理業務

臨床工学科において定期的に保守点検を行い管理することで適正に使用できるように管理しております。

血液浄化業務

医師や看護師をはじめ他職種と連携して血液透析治療の全般に携わっております。

内視鏡管理業務

医師や看護師と共に内視鏡を用いた検査・治療の介助業務を行っております。

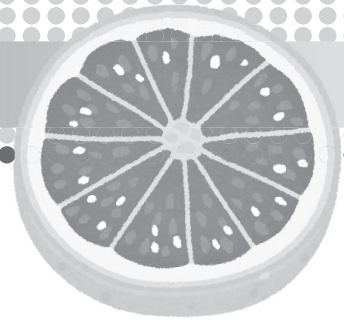
在宅医療機器関連業務

在宅で使用される医療機器が適切な環境で安全に使用されているか、ご自宅へ確認に伺っております。



臨床工学技士 細萱 茉弥

コメディカルリレー



薬と食べ合わせ

暑い日が続いていますね。

そんな暑い日にはさっぱりとしたグレープフルーツを食べたくありませんか？

甘さと酸味のバランスがよく、夏の食欲が落ちがちな時でも、さわやかな味わいで食べやすい、そんな夏にぴったりのグレープフルーツですが、一緒に飲まないほうがよい薬が存在します。例としては、免疫抑制剤、高脂血症治療薬、血圧を下げる薬などです。

なぜ一緒に飲んではいけないかというと、グレープフルーツに含まれるフラノクマリン類という成分が、薬を分解するCYP3A4という酵素の働きを阻害して、薬の効果を強めてしまったり、副作用が出やすくなってしまうためです。

さらにこの作用は、グレープフルーツを食べた日だけではなく、2～4日続く場合もあるとされているので注意が必要です。

しかし、グレープフルーツと同じ柑橘類でも、みかん、オレンジ、レモンは薬の分解に影響を与えにくいとされています。普段から柑橘類を食べられる方は、お気軽に薬剤師へ相談してくださいね。

薬剤師 田島 菜月

医局室だより

我が国は、2025年には65歳以上のうち5人に1人が認知症になると言われています。

今回は、そんな認知症の予防法についてご紹介したいと思います。

まずは食事と運動です。食事は、量・質ともに満たされたバランスの良い食事、色々な食品を摂取する事が重要です。運動は1週間に3回以上行うと良いでしょう。

社会参加では、仕事やボランティア、趣味、スポーツなどを通じて、自分自身の役割を持つことは、認知機能の維持のためにも有効です。外出は最低でも週に1回以上、できれば毎日行うと良いです。

また、娯楽目的や補助的に脳トレに取り組んだり、楽器の演奏、歌を歌う、絵、書道、創作などを、1人ではなく演奏会や合唱、展覧会など通して仲間で行うことも有効です。

さらに、生活習慣病・肥満の予防や治療、禁煙、飲酒は適度な量に留め、適切な睡眠を確保することにも認知症の予防効果があります。

医師 市川



新入職紹介

New Face

4月から刈谷豊田東病院で働かせていただくことになりました、渡邊元気と申します。

出身は熊本で土地勘もなく、仕事も覚える事が多く毎日ドキドキしながら一生懸命頑張っています。これから多くのことを学び患者さんから信頼される臨床工学技士になれるように励んでいきたいと思ひます。

趣味は、美味しいものを食べる事です。よろしくお願ひします。

臨床工学科 渡邊 元気



New Face

4月から刈谷豊田東病院で働かせていただくことになりました、梶野孝介と申します。

親が医療従事者ということもあり、小さいころから病院で働きたいと思っていて、それが実現出来てとてもうれしいです。わからないこともたくさんありますが、先輩たちに学ぶことによって成長していきたいと思ひます。

趣味は、卓球とスキーです。よろしくお願ひします。

臨床工学科 梶野 孝介

New Face

4月から東棟3階に介護福祉士として入職した服部航介です。

高校・専門学校・大学と『介護・福祉』について学びを深めてきました。しかし、医療的な視点から患者様を捉える機会は少なかったです。そのため、介護ケアに必要な医療知識を身につけることで、より質の高い介護ができると考え刈谷豊田東病院に入職しました。

介護福祉士の強みは患者様の想いに沿った支援をしていくことができることです。だからこそ、様々な視点から患者様を捉えその人に合った介護実践をしていきたいと考えています。また、働く中で『病院で働く介護福祉士の専門性はなにか』を考えながら日々の業務を行い、学びや考えを深めていきたいと思ひます。

今後ご指導のほど宜しくお願ひ致します。

介護福祉士 服部 航介



お知らせ

刈谷市住民健診のご案内

- がん検診は令和7年2月28日まで行っております。予約制となっておりますので、電話でご予約ください。

0566-62-5111(代表)※

※音声ガイダンスのあと胃カメラ検診をご希望の方は[1]をそれ以外の健診ご希望者は[2]をプッシュしてください。

- 二次検診も行っております。

健診の結果、要精密検査の指示がある方はご相談ください。

0566-62-5120

6	9	1	5	8	7	3	2	4
8	3	5	6	4	2	7	1	9
4	7	2	1	9	3	6	8	5
3	6	7	9	2	5	8	4	1
2	4	8	3	6	1	5	9	7
5	1	9	8	7	4	2	3	6
9	8	3	4	5	6	1	7	2
1	2	6	7	3	9	4	5	8
7	5	4	2	1	8	9	6	3

◆数独の解答◆

数独

ルール

- ①タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1～9までの数字が1コずつ入ります。
- ②太線で区切られた3×3のワク内(マスは9コ)にも1～9までの数字が1コずつ入ります。
- ③従って、タテヨコ、ワク内で、同じ数字が重複して入ることはありません。とにかく算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

下の例題を解いてみましょう。空いているマスのどこからうめてもいいのですが、まず1をどこかにいれてみましょう。盤面の右上、3×3のブロック内(A・B・C・D)に必ず一つ入れなければなりません。この時、B・C・Dでは、ともに下に1があるので入れられず、Aにしか入りません。同様に、左下の3×3のブロックを見ると、F・Hは右に1があるのでダメ、Eも上に1があるのでアウト、だからGに1、と決まります。そう、実に気楽に遊べるのです。

●例題●

1	3	7	4 ^B	8				
	7	4	8 ^A	5 ^C				
8		5	9	3 ^D	2			
	3	5	4	1				
5	9	2	6	4				
	8	1	9	2				
3 ^F	8	1	2	7				
^E 9	^G 3	2	6					
6 ^H	4	5	9	1				

●例題の解答●

1	6	3	2	7	5	4	9	8
9	7	2	4	3	8	1	5	6
8	4	5	6	9	1	3	7	2
2	3	6	5	8	4	7	1	9
5	1	9	7	2	3	6	8	4
4	8	7	1	6	9	5	2	3
3	5	8	9	1	6	2	4	7
7	9	1	3	4	2	8	6	5
6	2	4	8	5	7	9	3	1

●問題●

		1	5	8				
						7		9
4	7		1	9		6		
	6					8		1
	4							7
5					4		3	
		3		5				
						4	5	8
				1			6	

◆解答はP7に掲載しています◆ 問題提供：ナンプレ20 (<http://numberplace.net>)

診療予定表

2024.7.1～

		月	火	水	木	金	土	
外来診療	午前	1診	岩田	岩田	市川	大林	成田洋	【土曜透析当番】 第1 石山 第2 渡辺 第3 渡辺 第4 渡辺 第5 常勤医師 で対応
		2診	金野	骨粗しょう症外来 金野	竹内	荻野	杉浦	
		3診						
		4診	大川内	小山	大川内	千郷	大川内	
		5診	地域包括ケア外来 市川(大川内)	地域包括ケア外来 谷口(市川)	地域包括ケア外来 原田学(小山)	地域包括ケア外来 竹内(原田)		
		6診	仙腸関節外来 原田重	仙腸関節外来 原田重	谷口	原田学	谷口	
	内視鏡	洲崎	溝口		加藤美	竹内		
	午後	1診		大林	大川内	大川内	物忘れ外来 市川	
		2診	成田	谷口	腎不全 佐藤	竹内	山中	
		3診						
		4診	禁煙外来(第1・3) 岩田	膠原病専門外来 小山				
		5診	地域包括ケア外来 大川内(市川)	地域包括ケア外来 谷口(市川)	地域包括ケア外来 原田学(市川)	地域包括ケア外来 竹内(原田)		
6診		仙腸関節外来 原田重	仙腸関節外来 原田重					
透析センター	午前	午前	成田/杉浦/田中	千郷・杉浦	佐藤・千郷	成田・佐藤	千郷・成田	
		CAPD		成田	小山	佐藤	小山	
		病棟	千郷	佐藤	杉浦	成田	成田	
	午後	高浜					佐藤	
		午後	佐藤・杉浦	成田・杉浦	小山/杉浦/成田	成田・佐藤	第1・2・3 小山 第4・5 杉浦/成田/千郷	
		PTA	千郷	千郷・成田	千郷/成田/杉浦	千郷・成田	千郷/成田/杉浦	
		病棟	千郷		千郷		千郷	
		高浜	千郷	成田	杉浦	佐藤	杉浦 佐藤	

外来診療受付時間

- 平日 : 午前 8時30分～11時30分 午後 1時00分～3時00分
- 外来休診日 : 土曜・日曜・祝日

編集後記

今年も暑い夏がやってまいりましたね。夏休みどこへ行こうかなと楽しみな方も多いかと思います。皆さまは既に予定は決まっておりますでしょうか？
遊びに行きたい気持ちはあるものの紫外線が怖いので、屋内で美味しいものを食べて飲んでみんなと楽しめる、そして紫外線もない!この編集を通して私の予定は夏の夜のビアガーデンに決まりました。

広報委員 細萱 茉弥

刈谷豊田東病院
ホームページは
こちらから▼

