

# はばたき

## 【理念】

「地域に密着した医療を提供し、  
安心して暮らせるまちづくりに貢献します。」



～表紙の紹介～

「椿(才布)」（さいふ）

椿は多くの種類がありますが、これは1600年代、古くからある品種です。濃紅色地に白斑が入ります。日陰でも綺麗な色の花をつけることからか、赤の椿の花言葉は「謙虚な美德」「控えめな素晴らしさ」です。



編集・発行／河北中央病院 広報アピール委員会 発行月／平成28年1月

〒929-0323 石川県河北郡  
津幡町字津幡口51番地2

TEL 076-289-2117 (代) FAX 076-289-5462  
E-mail : [hospital@town.tsubata.lg.jp](mailto:hospital@town.tsubata.lg.jp)

# 地域に密着した医療を提供し 安心して暮らせるまちづくりに貢献したい

河北中央病院 院長 寺崎 修一



新年あけましておめでとうございます。

昨年の漢字は「安」でした。安全保障関連法案、テロや異常気象、くいのデータ改竄など、国民が「不安」な気持ちになるできごとが多かったためだとされています。河北中央病院の理念「地域に密着した医療を提供し、安心して暮らせるまちづくりに貢献します。」にも「安心」の「安」があります。みなさまにとって今年が「安心」の一年になることを願っております。

河北中央病院では、昨年4月からは外科外来の再開、呼吸器外来を開始し、より一層、みなさまのお役にたてる診療体制にすることができました。「広報つばた」に医療記事「赤ひげ通信」の連載を始めました。是非、ごらんになってください。骨密度を正確に測定できる装置を導入し、地域の先生方とともに骨粗鬆症による骨折予防に取り組み始めました。

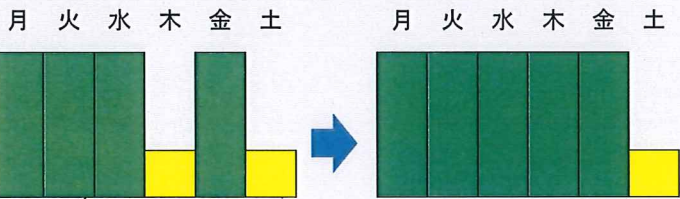
本年は病院ホームページのリニューアルを予定しています。地域のみなさまに役立つ情報を発信し、親しみやすい病院でありたいと思っております。今年もよろしくお願いいたします。

## 今年度後半・来年度に向けての取組み

### ■外来診療日変更のお知らせ

＝4月から外来診療日が変わります＝

従来、木曜日の午後を休診日としてまいりましたが、「切れ目のない入院診療、診療所との外来機能分担」を更に進めるため、今年4月から下記のとおり、当院の外来診療日が大幅に変わるようになりました。



- ★木曜日…毎週午後休診 ⇒ **毎週午後も診療します。**
- ★土曜日…毎週午前診療 ⇒ **第2・4土曜日の午前のみ診療します。**

◎各科の隔週土曜日（第2・4）午前の診療

- ★内科 通常通り診療します。
- ★外科 紹介患者のみ診療します。
- ★整形外科 休診（※4月より金曜日・全日休診）
- ★眼科 9月末まで通常通り診療します。
- ★健診 休診（ただし、個別健診の内視鏡検診のみ行ないます）

※なお、変更の詳細な事項については、町広報紙や病院内に「診療日の変更」についてお知らせをしておりますので、ご理解をお願いいたします。

### ■病棟からのお知らせ

＝地域包括ケア病床数6床⇒12床に増床＝

当院の地域包括ケア病床を昨年12月より、6床から12床に増床いたしました。

若い人であれば一般病床から早期回復、早期退院も一つの方向ですが、地域の高齢者をサポートする当院としては、リハビリ、退院支援が必要な患者さんは積極的にケア病床への転床を行い、無理な早期退院にならぬよう、円滑な在宅や施設への移行を行なってまいります。ご理解をお願いいたします。

											6床
H27.11月まで	一般病棟(急性期病床) 54床										
	↓										
H27.12月から	48床									12床	
										地域包括ケア病床 ↑	

### ■リハビリ療法士の増員

＝8人から13人に増員し、機能強化を図ります＝

急性期医療を中心に人的・物的資源を投入し、入院期間を減らして早期の家庭復帰・社会復帰を実現するためや地域包括ケア病床に入院中の患者さんの在宅医療をサポートするため、リハビリ療法士を5名増員することといたしました。また、昨年9月より開所した通所リハビリステーション「つばさ」の充実を図っておりますので、ご理解をお願いいたします。

# 肺がこわれて息苦しくなっていく病気

## COPDが増えています



「あんなに苦しい思いをするんだったら、もう吸わない方がいい。」笑点の司会でおなじみの桂歌丸師匠の言葉です。和田アキ子さんは「このままでは歌えなくなる」と医師に告げられ、禁煙を決心しました。お二人が患っているのは COPD という病気です。

### COPD とは

COPD（慢性閉塞性肺疾患）は有害な粒子やガスの吸入によっておこる肺の慢性的な炎症で、命を脅かす病気です。かつては肺気腫、慢性気管支炎と呼ばれていました。別名、タバコ病ともいわれ、原因の90%以上は長期の喫煙です。喫煙者だけではなく間接喫煙も COPD の原因になります。

タバコは肺がん、食道がんなどの悪性腫瘍や、心臓病、脳梗塞などの血管病の危険因子ですが、COPD を発症するのは喫煙者の 15-20%とされています。つまり、COPD になりやすい喫煙者となりにくい喫煙者がいます。これはタバコ感受性、つまりタバコによる肺の壊れやすさの違いによるものと考えられています。COPD になる喫煙者は、COPD にならない喫煙者に比べて死亡率が 10 倍高いとされています。

COPD は全身の病気です。肺でおきた炎症が全身に拡がり、体重減少、筋力の低下、心臓病、脳卒中、骨粗鬆症、糖尿病、うつ病を合併します。

### COPD の症状

COPD の症状は、初期にはせき、たん、階段での息切れなどで始まりますが、「長引く風邪」や「年のせい」と思い、早期発見が遅れやすい病気です。そのまま放置すると、息切れがひどくなり、やがて着替え、入浴、食事をするだけでも息が苦しくなり、酸素吸入が欠かせなくなります。肺炎を合併すると「陸で溺れるような息苦しさ」と言われるように呼吸が苦しくなります。COPD の方は呼吸に 10 倍のエネルギーが必要となり、やせて足腰が衰え、寝たきり状態になります。最終的には呼吸不全、肺がん、心臓疾患などにより命を奪われます。

### COPD をみつけましょう

次の年齢・喫煙など、症状があてはまる場合は COPD が疑われます。できるだけ早めに医療機関で検査を受けましょう。



### COPD チェック

#### <年齢>

- 40 歳以上

#### <喫煙など>（下記のいずれか）

- タバコを吸っている、または以前吸っていた。
- 家族に喫煙者がいる、交通量が多い場所に住んでいる、仕事で化学物質を扱っている。

#### <症状>（下記のいずれか）

- しつこく続く「せき」や「たん」がある。
- 階段をのぼると息切れがする。

※出典（グラクリ・スミスクライン(株)「copd-goodday.jp サイト」

### COPD の検査

診断にはスパイロメトリーという呼吸機能検査を行います。肺活量を測ることと似たことをします。COPD では、肺の中で空気の流れが徐々に閉塞していくため、早く空気を吐けなくなります。1 秒間にはき出せる空気の量（1 秒量）が 70%以下に低下すると COPD と診断されます。普通のレントゲン検査では進行しないと異常はできません。肺の CT スキャンを行うと肺の壊れ具合（気腫性変化）がわかります。

空気の吐き出せる速度は、加齢により少しずつ減少するため、スパイロメトリーで「肺年齢」を知ることができます。

### COPD の治療

タバコなどによって壊れてしまった肺を元に戻すことはできませんが、治療により進行を抑えることができます。治療の第一は禁煙です。COPD になってからも喫煙を続けると、さらに肺は壊れ続けます。自力で禁煙がうまくいかない場合には、禁煙外来で禁煙補助薬を使った治療を保険診療で受けることができます。薬物療法としては気管支を拡張させる吸入薬などがあります。リハビリテーション、栄養療法により、悪循環による体力の低下を予防ができます。COPD の人が肺炎にかかると重症化しやすいので、インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンによる肺炎予防をお勧めします。

### COPD の予防

有害な粒子であるタバコの煙を避けることです。喫煙をしている方は肺が壊れてしまう前にできるだけ早く禁煙しましょう。タバコを吸わない人もタバコの煙を避けるように努めたほうがよいでしょう。

# ご協力ありがとうございました

## =入院・外来の患者さまの満足度調査=

当院では、昨年10月～11月にかけて、入院・外来の患者様の満足度調査（アンケート）を行いました。本広報誌の紙面により一部調査結果を掲載いたします。

皆様方からの貴重なご意見を病院運営に活かし、愛され地域には無くてはならない病院となるよう職員一同取り組んでまいりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

### 【入院患者さま】

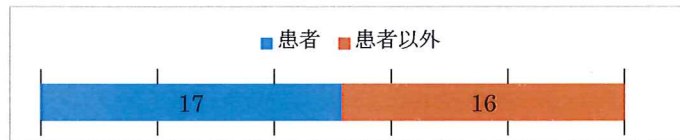
■ アンケート期間 平成27年10月5日（月）～11月6日（金）の1ヶ月間

■ アンケート依頼 対象者75人、回答者33人  
回答率44.0%

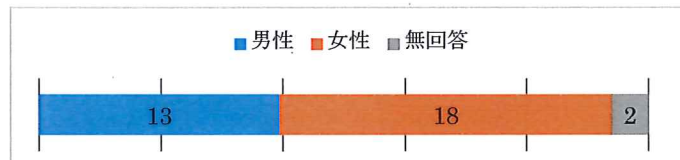
※無回答については一部除いてあります。

#### 1. 基本情報

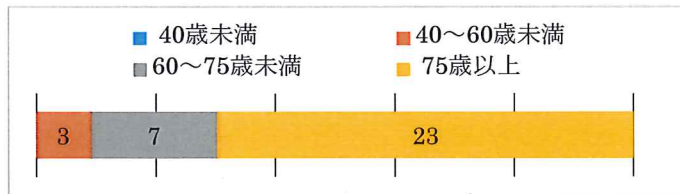
1) ご記入される方はどなたですか。



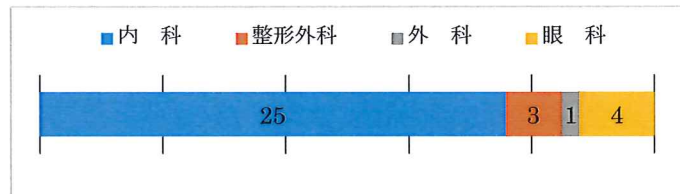
2) 入院されている方の性別を選択してください。



3) 年齢を選択してください。



4) 入院されている診療科を選択してください。

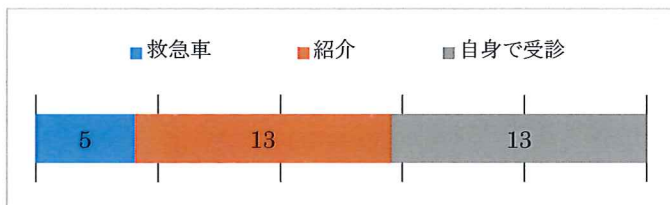


5) 入院は何回目ですか。

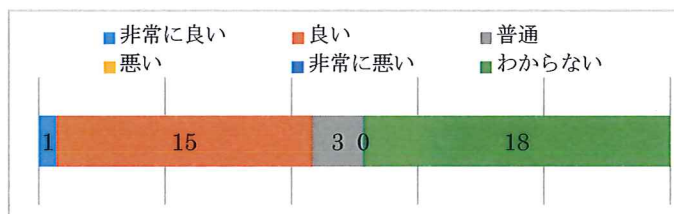


2. 当院に入院された理由をお教えてください。

- a 救急車で搬送された
- b かかりつけの病院・医院からの紹介
- c 自分で当院の外来に受診し、診察や検査の結果入院となった。



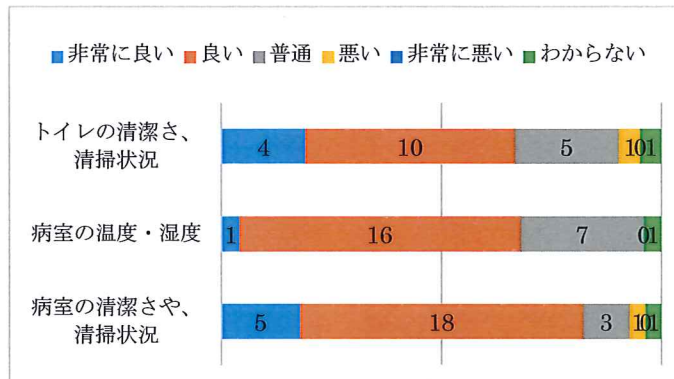
3. 食事の味はいかがでしたか。



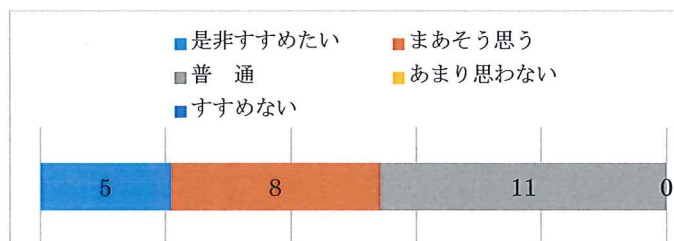
4. 食事の量はいかがでしたか。



5. 施設や療養環境はいかがでしたか。



6. お知り合いの方が入院される時に当院をお勧めしたいと思いますか。



## 【外来患者さま】

■ アンケート期間 平成27年11月16日（月）～11月21日（金）の1週間

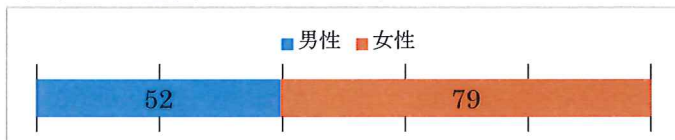
■ アンケート回収 回答者131人  
※無回答については一部除いてあります。

### 1. 基本情報

1) ご記入される方はどなたですか。



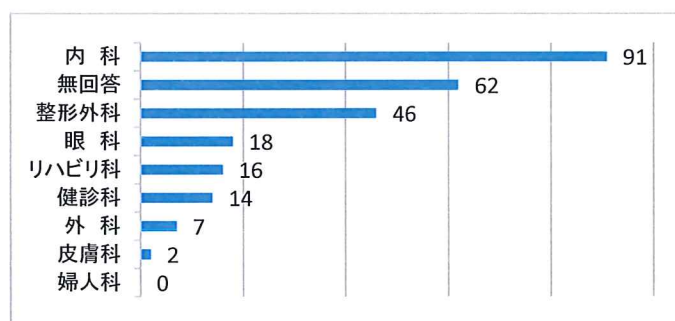
2) 性別を選択してください。



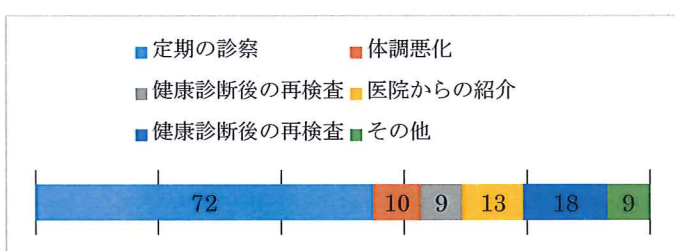
3) 年齢を選択してください。



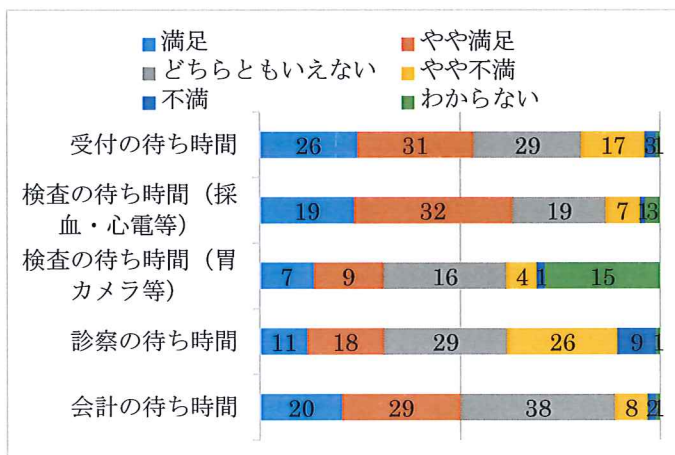
4) 受診する診療科をお教えてください。（複数可）



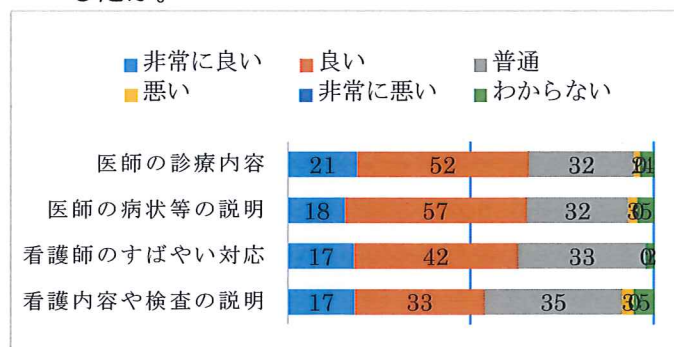
1. 来院された理由をお教えてください。



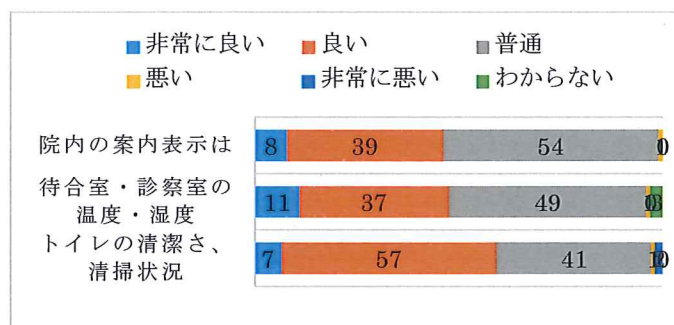
2. 待ち時間について



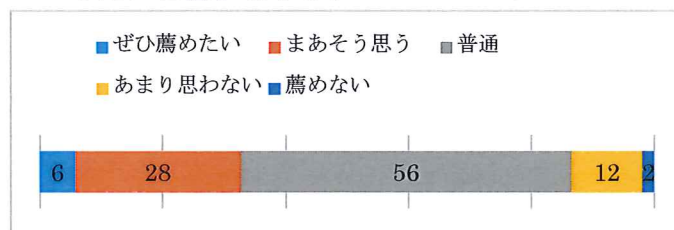
3. 診療内容や診療・検査に関する説明はいかがでしたか。



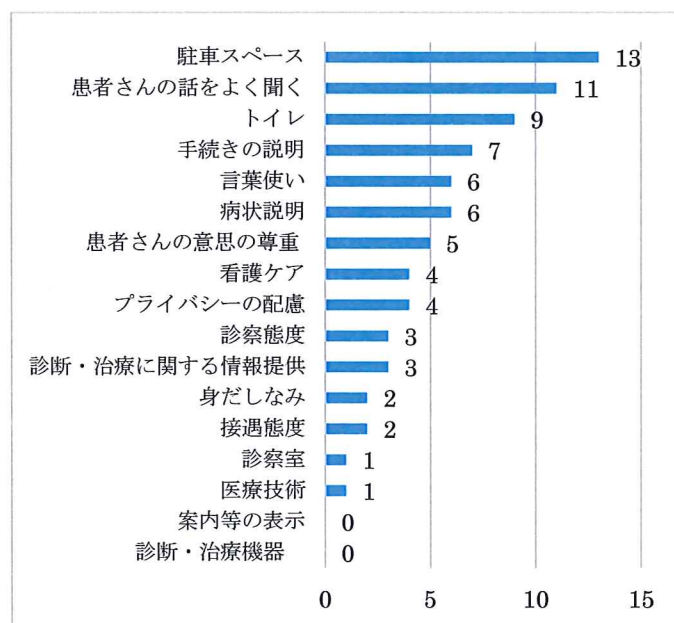
4. 施設などの環境はいかがでしたか。



5. お知り合いの方が入院される時に当院をお勧めしたいと思いますか。



6. 当院について「特に改善が必要」と思われる項目はなんですか。（複数可）



※改善すべき事項については、今すぐ対処しているところですが、施設面の改善については多額の費用が必要とする事項もありますので、計画的に対応してまいります。ご協力ありがとうございました。

# 職員からのお話

～ 当院職員がリレー形式でお伝えします ～



## 私の癒やしと笑顔の源

看護師

加納 薫



猫1匹とオカメインコ2羽と同居しています。猫は雑種で名を「みーこ」といい、推定13歳、オカメインコは「オカメ」と「ぴかり」といい、それぞれ20歳と15歳

です。

知人から捨て猫だった「みーこ」を譲り受けました。室内飼いで外には出せません。臆病で来客があると部屋の隅に隠れてしまいます。食用旺盛で、酷いときには、うっかり置いてあった菓子パンの袋をバリバリ破って食べてしまうので要注意です。ご飯をくれる私の事が我が家の家の中では一番好きなようで、よくなつており隙あらば膝の上に乗っかかってきます。呼べば返事もします。

オカメインコは雄雌夫婦になる予定が、新入りの「ぴかり」がなんと雄だった為（幼鳥の頃はプロでも区別がつきにくいそうで）、悲しいことに雄同士ケージの中で不仲です。それでも機嫌がよいと「オカメちゃん、ぴかりちゃん、ホーホケキョ」とおしゃべりもします。

日中3匹で過ごしていますが、案外猫は賢く、教えれば鳥を襲ったりしません。帰宅すると玄関先でチャリチャリ鍵の音がするだけで、ピーピー大騒ぎの音が聞こえます。玄関のドアを開けると、猫がニャーニャー走ってきます。3匹とも喜んでくれるようです。

心身共にへとへとになって帰る時、この3匹が私の癒やしと笑顔の源です。限られた命であり別れのつらさも想像しますが、少しでも長く、毎日の時間を大切に一緒に生きていけたらと思っています。



## 病院での業務で、日々思うこと

医師事務作業補助員

大川 奈美



私は、平成26年4月より医師事務作業補助者として河北中央病院に勤務しています。

毎日たくさん受診される患者さまのために、忙しく診療している医師のお手伝いをさせて頂いております。

主に外来で医師の隣に座り、事務作業補助の仕事をさせて頂いていますが、待ち時間が長くなってしまった時でさえも、「ありがとね」と声をかけて頂いたり、また診察で「良くなったわ」と話される姿に、患者さまから、かえって心癒やされることが度々あります。

病院に来られる方々は、様々な症状や病気を抱えておられます。私は医師のように治療を行ったり、看護師のようにケアやサポートを直接行うことは出来ませんが、医師事務作業補助者として患者さまのために何が出来るのか、日々考えながら、また少しでも病院に来られた方の不安を和らげるように接することを心がけ、これからも頑張っていきたいと思っております。

＝テーマ「知ろう！測ろう！体験しよう！」＝

## 健康まつりに当院も参加

昨年の10月18日（日）健康まつり2015が福祉センターを主会場に開催され、ボランティアの方々や関係機関が健康の大切さを伝えました。

生活習慣病予防のための血糖値や血圧のチェック、ミニ体力測定、めった汁に含まれる塩分量チェックなどが行われ、来場者の関心を集めました。

当院からも医師をはじめいろいろな職種の職員が参加し、「健康相談」「血糖測定」「ピロリ菌検査」「緑内障検査」「ハンドマッサージ」「リハビリ体験」「乳房視触診体験」などを担当しました。

会場には子供連れの家族やご夫婦での参加が目立ち、普段の健康管理について興味深く数々の体験をされていました。

## ニューフェイスの紹介

6つの質問に答えていただきました！

- ①趣味は？
- ②幸せを感じる時は？
- ③将来の夢は？
- ④当病院のイメージは？
- ⑤この病院でやりたいことは？
- ⑥意気込みを一言！

＝数傷病者受け入れ訓練＝

## 地域の皆さんが安心、安全に 過ごせるよう努めます

昨年11月19日（木）当院1階外来部分を使用し、多数傷病者受け入れ訓練を実施しました。

この訓練は、大規模災害時に発生する多くの傷病者の受け入れや救護活動に重点を置き、本院の災害対応能力の向上を目的とし、年に1回実施しています。

今回の訓練では、病院近隣の道路で観光バスと自動車の接触事故が発生し、多数の傷病者が出たとの想定で訓練を行いました。当日は医師、看護師、技師、事務職員など職員約50名と、患者役としてボランティアの方など15名が参加しました。



（トリアージで傷病者を振り分けている様子）

模擬患者が到着するとすぐに職員によるトリアージが行われ、搬送係のスタッフが重症度別に救護エリアに移送します。すぐに治療にとりかかりますが、次々に運び込まれる患者に対し、適切に処置や検査を行うには、実際は多くのマンパワーを必要とします。自動車事故ではどのようなケガをしてきて、どのような治療が必要になるのか、普段とは違う災害医療対応に、緊張感の中、職域を超えた救護活動が行われました。

講評で院長は「昨年よりもスムーズに進んだが、新しく取り組むべき課題も見つかった。職員で協力し、



理学療法士

齋藤 速

- ①バレーボール  
（最近はしてないですが）
- ②大好きなお肉料理と第七餃子が食べれた時。
- ③子供をいっぱい産んで、大家族になること。
- ④地域に密着した病院。
- ⑤他職種と連携しながら、患者の心に寄り添ったリハビリを提供したい。
- ⑥一生懸命頑張ります。よろしくお願いします。

さらに適切な対応を短時間で行えるように努力して行きましょう。」と話しました。

当院ではこのような災害時に備えた実施訓練を毎年積み重ね、地域の皆さんが安心、安全に過ごせるよう努めてまいります。

### \*災害医療とは

地震、津波などの自然災害、毒物、放射物質や生物化学剤などで災害が起きたとき、一度に多くの死傷者が生じる場合がある。このような場合、通常医療では対応が困難となる。災害医療では、一人でも多くの命を救うため、集団にとって最善の方法は何かを最重要視している。

## 認知症についての理解深める

＝第1回 介護者教室＝

昨年12月12日（土）、当院にて“認知症”をテーマに第1回介護者教室が開催されました！

当日は津幡地区から50名もの参加があり、認知症についての知識や、普段の生活の疑問や悩みについて話し合う機会となりました。

講師は当院の作業療法士の市川が勤め、楽しみながらも、真剣に認知症について考える場となりました。参加者の方からは、「勉強になった」、「また参加したい」といった感想もいただきました。



（熱心に講義に耳を傾ける参加者）

# 受付・診療案内

平成 28 年 1 月現在

## 《 受付時間 》

午前 8:30 ~ 11:30 (再診受付機は 8:00 より受付できます)

午後 1:00 ~ 4:30 (木曜日・土曜日の午後は休診です)

## 《 診療時間 》

午前 8:45 ~ 12:00 (婦人科は 9:30 ~ 12:00)

午後 2:00 ~ 5:00 (眼科は 1:30 ~ 5:00)

## 《 休診日 》

木曜日・土曜日の午後、日曜日、祝祭日、年末年始(12月29日~1月3日)

		月	火	水	木	金	土	
内科	午前	①	寺崎 (初診・健診)	寺崎 (初診・健診)	寺崎 (初診・健診)	梶 (初診・健診)	—	
		②	原田	原田	原田	—	原田 (初診・健診)	
		③	山村 (初診・健診)	宮川	宮川 (初診・健診)	宮川	加藤 (循環器)	宮川
		④	—	梶	米田 (呼吸器)	梶	宮川	梶
		⑦	—	石田 (神経内科)	—	—	金大医 (糖尿病)	—
	午後	診察	原田	宮川	宮川	休診	梶	休診
外科	午前	表	表	表	検査日※2	表	表	
肛門外科	午後	手術日※1	表	手術日※1	休診	検査日※2	休診	
整形外科	午前	青木	青木	青木	※4	青木	青木	
	午後	青木	手術日※1	回診日※3	休診	手術日※1	休診	
眼科	午前	太田	太田	太田	太田	太田	太田	
	午後	手術日	太田	太田	休診	太田	休診	
皮膚科	午前	—	—	渡部	—	八田	—	
婦人科	午前	—	笹川	—	—	—	—	

※1 手術日のため休診ですが、手術がない場合は診察します。事前にご確認ください。

※2 木曜日の午前、金曜日の午後は検査のため、休診です。

※3 水曜日の午後は病棟回診のため、午後1:00~3:15までの受付です。



今シーズンの冬は、暖冬ということで余り雪が降らないと油断していたところ、やっぱりドサッと降り積もりました。雪かきは辛いですが、少しは雪が降ったり積もったりしないと北陸の冬ではないようで…ただ、程度はありますが……。

さて、当院のホームページをリニューアルし、今年4月スタートを目指し、地域の皆様に役に立ち、分かりやすく、親しみやすいホームページとなるよう取り組んでいます。どうぞ、楽しみに待っててくださいね。  
(広報アピール委員会)