

おひさま ニュース

2019

春

号

4月15日発行



ホームページ

〒294-0014 千葉県館山市山本1155番地 TEL:0470-25-5111 <http://www.awairyo.jp/>

発行責任者：福内正義 編集責任者：根本達也

房総メディカル アライアンス

院長 福内正義



2018年4月の院長の就任から一年が経過しました。年齢を重ねるほど一年が短く感じられるというフランスの哲学者ポール・ジャネが考案したジャネーの法則があります。実感する一年は60歳の方は60分の1、20歳の方は20分の1に感じるのです。年をとるほど短く感じるというものです。私にとってこの一年は、この法則に反して前年より長く感じた一年でした。初めての職に就き、新しいことを色々経験させていただいたお蔭と感じています。

昨年12月に、全国で7番目、関東地方で初となる地域医療連携推進法人「房総メディカルアライアンス」を設立しました。今回はあまり聞き慣れないこの法人について説明いたします。

地域医療連携推進法人とは、地域において良質かつ適切な医療を効率的に提供することを目的とした制度です。超高齢化にも耐えうる医療提供体制を構築する地域医療構想を達成するための選択肢として設けられ、2017年4月から施行されました。簡単にいうと「地域医療のことは地域の方がわかっているでしょうから地域医療を安定的に提供し続けるために、複数の医療機関が連携してもよいですよ」という感じでしょうか。別法人の医療機関が連携して一つの法人を作ることで、人材交流や物資の共同購入、病床の適正配分等もできるようになります。

このたび、南房総市(南房総市立富山国保病院、以下富山国保病院)と社会福祉法人太陽会(安房地域医療センター)でこの法人を設立いたしました。当院は救急医療を中心とした急性期の病院として診療を継続し、富山国保病院は療養型の病棟を地域包括ケア病棟に変更していくことになりました。地域包括ケア病棟とは、急性期病院での治療がある程度進み、自宅退院や施設入所までの間、リハビリや療養で最大60日間まで入院でき、この間での退院を目標とします。急性期病院と自宅退院の間の療養の場所の選択肢の一つと言えます。

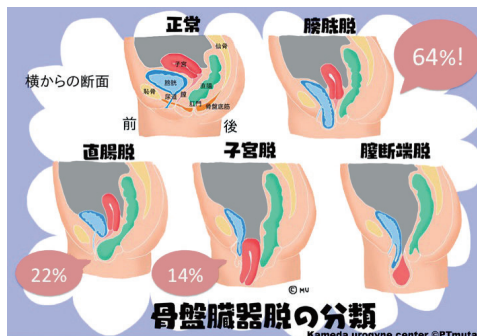
当院は365日24時間の救急医療を行っており、しばしば病床が満床になることがあります。特に冬期は入院される患者さまも増え、満床が理由で救急車の受け入れが困難な場合があります。時には館山市内の患者さまを県北の病院まで転送せざるを得ないこともあります。入院中の患者さまの中には急性期の治療がひと段落し、次の病院や施設への入所の待機をしている方もいらっしゃいます。また、あと少しのリハビリで自宅に帰ることができる患者さまもいます。今後はそういった方に対して、今まで提携していた回復期リハビリ病院や施設に加えて地域包括ケア病棟への転院を提案することが可能となりました。

地域医療を衰退させないための取り組みです。みなさまのご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。



診療科のご紹介	総合診療科	消化器科	循環器科	腎臓内科	糖尿病甲状腺 内分泌内科	脳神経内科
	小児科	リウマチ・膠原病・ アレルギー内科	膠原病内科	呼吸器科	皮膚科	腫瘍内科
	外科	肛門科	整形外科	スポーツ整形	形成外科	乳腺科
	救急科	透析科	泌尿器科	甲状腺外来	リハビリ テーション科	

泌尿器科(女性泌尿器科)



今回は、女性泌尿器科のお話です。

年齢を重ねると、色々な部位にゆるみやたるみが気になる方が多いと思います。骨盤底も同様に、女性ホルモンが減り始める50歳頃から支えが弱くなり始めます。50歳以上女性の約半数は多かれ少なかれ骨盤臓器脱(膀胱、子宮、直腸などが下がる)があると言われています。これは、骨盤底を支える筋膜や靱帯の中にあるコラーゲンなどで形成される組織が弱くなるためと考えられます。「骨盤臓器脱」とは聞き慣れない単語かも知れませんが、弱った骨盤底に過度な力が加わり、骨盤底が破けてしまう骨盤底のヘルニアです(床が抜けたような

イメージです)。このようにならないために、弱った骨盤底に負担をかけない日常生活動作や日頃から骨盤底筋を鍛えることが重要です。骨盤底筋の鍛え方はなかなか紙面や映像ではわかりにくいので、予防に興味がある方や症状が軽度の方は、亀田クリニックの骨盤底リハビリトレーニングを受けられることをお勧めします。また、ペッサリーで帯下が増えている方や、頻尿症状、咳・くしゃみでの尿もれ、尿がなかなか出せないような方は手術による根治療法が良いかも知れません。骨盤臓器脱の治療前と治療後では精神的なストレスや、生活の質が大きく改善されることがわかっています。症状がひどい方はあまり我慢されずに安房地域医療センター 女性泌尿器科外来にご相談ください。

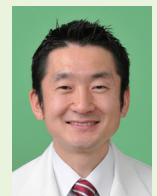
あべ ひろかず
安倍弘和

出身地：京都府

趣味：テニス、ゴルフ、唄

房総の好きなところ：

人が温かいところ



シリーズ 睡眠時無呼吸症候群

その3 睡眠時無呼吸症候群(SAS)の検査について

医療技術部 佐藤潤一

前回のコラムでいびきの予防策を紹介いたしました。今回は睡眠時無呼吸症候群(SAS)の検査についてご紹介いたします。

まずは問診や自覚症状でSASの特徴的な症状をチェックします。検査は簡易検査と精密検査(PSG検査)に分かれています。簡易検査は日常生活にはそれほど影響がなく、自宅で使える機器で普段通りに寝ている間にできる検査です。手の指や鼻の下にセンサーをつけ、いびきや呼吸の状態からSASの可能性を調べます。当院では外来や健康診断で実施しています。

医師の診察や簡易検査で疑いが強い場合は精密検査(PSG検査：ポリソムグラフィー)を実施します。この検査は専門の医療機関へ入院して行う検査です。

が、当院では仕事への支障を少なくするため、夕方に来院していただきます。食事や身支度を済ませ、寝ている間に検査を行い、翌朝に帰宅していただく1泊のスケジュールになっています。SASを放置することで、様々な合併症・眠気による集中力低下・交通事故等を起こす危険があります。ご心配な場合は、当院かかりつけ医師にご相談又は下記にお問い合わせをお願いいたします。

外来受診 予約センター ☎ 0470-25-5121

平日 8:30~17:00 土曜 8:30~12:00

健康診断 予約窓口

☎ 0470-25-5120

平日 13:00~16:00

訪問看護ステーション おひさま

訪問看護ステーションおひさま 鈴木健一
所長

「訪問看護ステーションおひさま」とは

2018年12月1日に開設された、看護師7名、事務1名で構成された小さな事業所で、一軒家を事務所にして活動しています。【おひさま】と聞いて、みなさんはどんなことをイメージしますか？ 明るい・暖かい・晴れてると何だか嬉しい・輝いている等でしょうか？ 私たちは、関わる全ての人たちが、そのような気持ちや状態になれるよう、また、私たち自身もそんなイメージでいられるよう、今後も地域に根差した活動に精進していきたいと思っています。

訪問看護って何？

「ピンポン」と玄関の扉を開けたら訪問看護の始まりです。扉の先では様々な人生が展開されています。笑顔で迎えてくれる老々介護の方、家族と看護師が協力してお風呂に入る方、酸素

チューブをつけながらも一緒に庭先まで散歩する方、呼吸器（自分で呼吸ができない方の呼吸を助ける機械）をつけた小さなお子さん、自宅で最期を迎えようと残された時間を家族とゆっくりと過ごしている方などなど。地域には実に様々な方が生活しています。

「こんな状態で帰れるの?」「次の外来まで様子が心配」「どうしても家で過ごしたい」そんな声に応えるのが訪問看護です。定期的な訪問で状態を観察し、医師やケアマネジャー（介護支援相談員）等の関連職種と連携しながら、その人に必要な看護を提供していきます。もちろん「24時間365日」臨時の対応もしています。そんなサービスがあるなら使ってみてみたいと思われる方は、主治医やケアマネジャーにまずはご相談ください。

私たちは「おひさま」の看板を背負った白い軽自動車地域を回っています。それでは今日も行ってきました!

お申し込み・お問い合わせ

訪問看護ステーション おひさま

〒294-0051 千葉県館山市正木1314-1

電話 0470-29-7868

FAX 0470-29-7865

2019年度の検診日程について

特定健診

	実施期間	
館山市	5月8日～6月10日	27日間
鴨川市	6月13日～7月1日	15日間
南房総市	8月20日～10月6日	25日間
鋸南町	10月10日～10月17日	6日間

乳がん検診

	実施期間
館山市	6月1日～2020年1月31日
鴨川市	6月1日～2020年1月31日
南房総市	6月1日～2020年1月31日
鋸南町	5月20日～2020年1月31日

子宮がん検診

	実施期間
館山市	6月3日～2020年2月28日
鴨川市	6月3日～2020年2月28日
南房総市	6月3日～2020年2月28日
鋸南町	6月3日～2020年2月28日

本年度も病気の予防、早期発見、早期治療を目的として地域住民のみなさまを対象に、5月から住民検診を実施いたします。

また、各種がん検診につきましても下記日程にて実施を予定していますので、詳細な日程、お申込み等につきましては、お住まいの行政機関へお問合せください。

大腸がん検診

	実施期間
館山市	10月16日～18日・10月23日～25日・10月28日～11月1日
鴨川市	11月19日～21日・11月26日～28日・12月2日
南房総市	6月4日～6月6日・6月10日～13日・6月18日～20日 6月24日～26日・7月1日・7月3日
鋸南町	7月23日・7月24日・7月31日・8月1日

骨粗鬆症検診

	実施期間
館山市	7月17日～7月19日
鴨川市	4月16日～4月18日
南房総市	10月10日、10月11日、10月15日、10月16日
鋸南町	7月11日



トピックス

ゴールデンウィーク期間中の
診療態勢について

連休による診療への影響等を考慮し、**4/29(月)～5/1(水)の3日間、予約・当日受付を半分程度に抑えて外来診療を行います。**また、4/28(日)は休診となりますが、安房地域全体の救急診療態勢を踏まえ、小児科・整形外科・総合診療科の医師を増員し救急診療に対応いたします。詳細はホームページや院内掲示をご覧ください。(4/27は通常の土曜診療)

○: 通常どおり △: 予約を縮小して診療 ×: 休診 ▲: 救急増員

4/27(土)	4/28(日)	4/29(月) 昭和の日	4/30(火) 祝日法による祝日	5/1(水) 新天皇即位の日
○	△	△	△	△
5/2(木) 祝日法による祝日	5/3(金) 憲法記念日	5/4(土) みどりの日	5/5(日) こどもの日	5/6(月) 振替休日
×	×	×	×	×

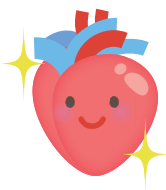
※救急は通常通り診療いたします

心臓血管センター

1月から心臓血管センターを新設し、岩塚良太循環器科部長がセンター長に就任しました。

当院では、心電図やレントゲン、採血等の基本的検査や、冠動脈CT、心臓MRI、負荷心筋シンチグラフィーなど、高度な検査機器を揃えほぼ全ての循環器疾患に対応しています。また、心臓や動静脈に対するカテーテル治療、不整脈に対するアブレーション(心筋焼灼)治療、ペースメーカー手術等も行っています。

心臓血管センターでは、検査や手術枠の更なる拡大、医師や関係スタッフの充実を図り、他科や各医療機関との連携を密にし、今後も安全で質の高い医療の提供に努めて行きます。

房総メディカル
アライアンス情報

昨年12月1日に地域医療連携推進法人「房総メディカルアライアンス」(詳細は1面で紹介)が設立され、医師や各職種の職員の派遣や研修、医薬品や医療機器の共同購入、円滑な患者さまの紹介、病床の融通や調整などが期待されます。南房総市立富山国保病院では、今年度リハビリ職員を増員し、本格稼働が開始されました。

みなさん
こんにちは! 館野小3年生

1月31日、当院の堀切伸一業務担当部長が、館野地区で働いている「すごい人」6人の中の1人として館野小学校の総合学

習に参加しました。対象は3年生のみなさんで、「すごい人」は、交通指導員、郵便局長、とうふ店経営、園芸の仕事、美容院のディレクターと地域で活躍されているさまざまな職種の方々です。6つのブースに分かれ、参加児童から直接インタビューを受けるという形式で、どんな病気が多いの? 救急車はどうして来ることがわかるの? 薬は病院で作っているの? などたくさんの質問が投げかけられました。館野小学校3年生のみなさん、楽しい時間をありがとうございました。

編集
後記

おひさまニュース
バックナンバー

平成も残りわずかです。昭和から平成に移った時のことよりも、皇太子ご夫妻の結婚式の日をよく覚えています。当時は亀田総合病院勤務で、国民の休日にもかかわらず当番で出勤しましたが、結婚式の様子が気になり、終業後テレビのある救急センターに行きました。どういう訳か救急車も

患者さまの来院もぱったり止まり、待合室には誰もいません。テレビには、パレードで馬車に乗り手を振る皇太子ご夫妻のお姿が映っていて、日本中が幸せに包まれていました。5月1日は皇太子さまが新天皇に即位されます。日本に再び祝賀の瞬間が訪れます。



じゅんべりい