



平成27年1月発行

No.3

# 峡南医療センターだより



市川三郷病院での午後の一コマ。看護師が慌ただしく行き来しています。病院の午後は、検査や手術、翌日の外来診療に向けた準備などで午前中の外来診療と打って変わり静まりかえっています。

4月からは電子カルテが導入され、富士川病院と共通のID番号となりました。

峡南医療センターが開院して初めての新春を迎えました。本年もご支援・ご協力をいただけますようお願いいたします。

発行元 峡南医療センター企業団 山梨県南巨摩郡富士川町鯉沢340-1 富士川病院内  
TEL0556-22-3150 FAX0556-22-3151 URL <http://www.kyonan-mc.jp/>  
市川三郷病院 TEL055-272-3000 富士川病院 TEL0556-22-3135  
ケアセンターいちかわ TEL055-272-5121 サンビューふじかわ TEL0556-22-7301

## 施設紹介 — 市川三郷病院 —



### 市川三郷病院の特徴は…

体外衝撃波結石破碎治療（ESWL）を行っています。  
体外衝撃波結石破碎治療とは、体内の結石に衝撃波を繰り返し当てることで結石を細かく砕き尿と一緒に排泄させる療法です。このため、お腹を切らず体に傷が残りません。

また入院期間も短縮される、副作用や後遺症がほとんどないなどいろいろな利点があります。当院では、25年度に23例を実施しております。

### 介護予防 できじゃん教室

市川三郷町の「二次予防事業対象者・運動機能向上事業」として“できじゃん教室”を開催しています。地域の皆さんがいつまでも元気で楽しく生活していくため、市川三郷病院理学療法士がお手伝いし、介護予防教室を実施しています。お問い合わせは市川三郷町役場福祉支援課まで。



峡南消防本部主催の消火技術競技大会が11月7日に開催されました。峡南地区の各事業所から多数の方が参加しました。峡南医療センター市川三郷病院では消火器の部、屋内消火栓の部へ、富士川病院は消火器の部へ、サンビューふじかわは屋内消火栓の部へ出場し、それぞれ健闘しました。



### 消火技術大会へ出場

### 中学生が職場体験

11月11日、市川中学校2年生が市川三郷病院で職場体験を行いました。風邪が流行り始め、6名の予定が3名となりましたが、元気な生徒たちは病院内の様々な部署を体験しました。未だ将来の予定は決められないけれど、医師、薬剤師、看護師、検査技師、放射線技師、理学療法士等が働く姿を見て、たくさんの驚きに満ちた収穫があったようです。日常にない体験をした生徒たちの表情は明るく輝いていました。



手術室看護師長から説明を受ける生徒たち

### 職員紹介 市川三郷病院

放射線科・診療放射線技師  
市瀬あゆみ

病院勤務は久しぶりなので、一般撮影、透視検査、CT、MRI、ポータブルとまだまだ勉強中の毎日です。高齢者の患者様も多いので安全に検査ができるように、また分からない事は先輩方に教えていただきながら、丁寧に確実な検査ができるように努力していきたいと思っております。

相談・連携室 介護福祉士  
保坂 英臣

平成26年4月から、市川三郷病院相談・連携室に配属となりました。精神科で約10年PSW(精神保健福祉士)として働いておりましたが、30半ばを過ぎて何を思ったか…「MSW(社会福祉士)として働きたい!!」と一念発起、この度転職させていただきました。一般科での相談業務は十数年前の実習以来、色々勉強し直さなければと日々奮闘中です。(汗)。まだまだ勉強不足のアラフォー新人ですが、精神科での経験も活かしつつ頑張りたいと思っています。ご指導の程、よろしくお願い致します。

## ノロウイルス感染症対策

ノロウイルスは幅広い年齢層に感染する胃腸炎の原因となるウイルスです。特に冬場に多発しますが、年間を通して発症しています。感染力が強く糞便1g当たり100万から10億個の大量のウイルスが含まれています。極少量のウイルス経口摂取するだけで腸管内に感染し、ウイルスが爆発的に増えます。

1) **感染経路** ①人の便中のノロウイルス（以下ウイルス）が下水を経て川から海に運ばれ、カキなどの2枚貝に蓄積され十分に加熱しないで食べると感染する。②ウイルスに感染した人が、十分に手洗いをしないでウイルスが手についたまま調理をしてその食品を食べた人が感染する。③ウイルスを含む嘔吐物や便の処理をした後、衣服や髪、周囲の壁などに残ったウイルスが空中に舞い上がり、それを口から取り込んで感染する。



2) **症状** ①潜伏期間：24～48時間 ②症状：激しい下痢 嘔気 嘔吐③症状は3日以内に回復する（しかし、ウイルスは感染後1週間以上便中に排泄される）。

3) **治療は、ワクチンはなく対処療法。**

4) **消毒は、加熱では85℃1分以上、洗浄消毒は次亜塩素酸ナトリウム液（ハイター等）を使用。**

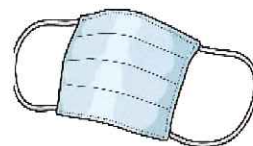
### 〈感染予防のポイント〉

1) 吐物や便の処理後の手洗いを十分に行う。調理や食事の前の手洗いを丁寧に行う。

2) **吐物や便の処理時の注意点** ①吐物処理時は0.1%次亜塩素酸ナトリウム液を使用。②使い捨て手袋（無い場合はビニール手袋：使用後はよく水洗いをして次亜塩素酸ナトリウム液で消毒する）、マスク（処理時に吐物などを介したウイルスの飛散や処理中に手で口元を触ったりすることから自分を守る）、ティッシュペーパーや捨ててよい布きれ、ビニール袋を用意する。③処理中は自分の髪の毛や衣服を触らない。④症状のある人や処理した人が触った場所や物をよく観察し（机、いす、引出の取手、車椅子の押手、おもちゃ等）、清掃や洗濯をおこなう。



3) **清掃方法** トイレは、ドアノブ、便座のフタ、便座、水栓バー等、汚染された場所を0.02%次亜塩素酸ナトリウム液を浸すように清掃する。次亜塩素酸ナトリウム液は金属を腐食するので、清掃後10分程度後に水拭きをする。洗濯は、吐物や便を十分に落とした後0.02%次亜塩素酸ナトリウム液に30～60分浸し最後に洗濯してください。



### ※ 0.02%次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

市販の漂白剤（塩素濃度約5%）を250倍希釈して作ることができます（例：5Lの水に漂白剤を20ml入れる）。塩素系の漂白剤（商品名：ハイター等）を使用する際は、使用方法を守り、塩素系のものと酸素系のものを混ぜたり（有毒ガスが発生）、熱湯を使わない（消毒効果が低下します）ようにします。

## 血糖とHbA1c(ヘモグロビン・エーワン・シー)のお話し

血糖はグルコースとも言います。

字のごとく血液中の糖の値を表し、空腹時血糖値は70～109mg/dℓです。

空腹時血糖とは「いただきます」と箸をとってから10時間後以降の事を指します。「ごちそうさま」から10時間ではないので注意してください。前日20時に夕食が始まった場合、翌日の6時以降が「空腹時」になります。血糖値は高すぎても、低すぎても危険です。

特に、血糖値が70mg/dℓ以下になると、低血糖症状（動悸、冷汗、脱力感など）が出現し、30mg/dℓ以下になると、痙攣発作、低血糖昏睡に至り、治療が遅れると死に至ることがあります。低くても良いことではありませんので、基準範囲内の血糖コントロールが必要になります。

HbA1c(ヘモグロビン・エーワン・シー)はグリコヘモグロビンとも言います。

赤血球が造られる時に一緒にできるもので、過去1～2カ月間の平均血糖値を推定することができます。長期の血糖コントロール状態が判断できます。基準範囲は、4.6～6.2%です。6.5%以上であれば糖尿病型となります。糖尿病の判断基準には、早朝空腹時血糖値が126mg/dℓ以上・HbA1cが6.5%以上だと糖尿病と判断できます。健診、来院時などの採血結果を見て、ご自身の健康状態を把握して、健康に気をつけて生活を送ってください。

## ■ 峡南医療センター・相談室から…

## 「相談連携室」から医療費のお話〈その2〉

前号では医療費は国が決める「公定価格」であることを紹介しました。今回はその性格のお話です。健康保険での「医療サービス」は「現物給付」という形を取ります。病気や怪我等の快復のための治療を、医師及び医療スタッフと患者さんの協同で必要なだけ行うことを言います。

患者さんは受診すると医療費の「一部負担金」(1割、2割または3割負担)を医療機関の窓口を支払います。それは「診療の対価」として支払っていただくものではありません。本来なら被保険者(=患者さん)から保険者(=健康保険組合、協会けんぽ、市町村等)に支払うべき性格なのです。医療機関は、保険者が受領すべき「一部負担金」を保険者に代わって受領し、この「一部負担額」を控除した「公定価格」診療報酬として保険者に請求する形なのです。患者さんは「現金」で「医療サービス」を購入するわけではないのです。そのような仕組みにしたら、それこそ莫大な自己負担になります。その意味では医療の「現物給付」は「サービス」ではなく「基本的人権」に位置付けられます。

次回に続く。

## ■ トピックス

▶ 昨年の大雪の時、真先に来院し、病院敷地内を除雪して下さったことに感謝状を贈呈(小林富士川病院長から柳沢建設さん)。



▶ もしもに備えて防災訓練



(10月28日 富士川病院)

## 富士川病院 診療のご案内(受付時間:午前11時30分まで)

	月		火		水		木		金	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	○	○	○		○	○	○	○	○	○
消化器	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
循環器	○		○		○					○
内分泌					○		○	○	○	○
外科	○	○	○	○	○	○	○	○		○
整形外科	○		○		○		○		○	
小児科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
特診	○	○		○		○	○			

※内科・小児科の午後の診療は電話でのご確認をお願いします。

※外科・整形外科は午後の診療はありません。

## 編集後記



新年あけましておめでとうございます。

医療センターのオープンから駆け足で過ぎた9ヶ月間。医療センターだよりでは各施設を少しずつ紹介してまいりました。まだまだ、よちよち歩きの医療センターではありますが、広報を通して種々お知らせしてまいりたいと思います。本年もよろしく申し上げます。 編集委員一同