

● 目次 ●

- シリーズ医療人⑩ p 2
- 地域連携室をご存じですか
糖尿病のある生活をサポートします . p 3
- インフルエンザ予防接種
産科セミオープン p 4

峡南医療センターだより

秋極まる

富士川町池の茶屋から観た秋の風景です。

黄金色に紅葉したカラマツ林が遠くに見える富士山を更に美しく演出しています。日本の標高第1位～3位の富士山・北岳・間の岳を一度に望むことができる絶景ポイントです。秋のドライブにいかがでしょうか。

峡南医療センターは、地域の皆様の健康を演出できる医療群を目指しています。病気のこと、健康にかかわること、介護のことなど何でもご相談下さい。

医療人 理学療法士 相田 和博さん



住民の皆さんに峡南医療センターを身近に感じていただきたく、現場で働く職員を紹介しています。

第10回目はサンビューふじかわ、理学療法士の相田和博さんです。

インタビュアーは、作業療法士の保坂洋子さんです。

Q これまでの経歴を教えてください。

A 専門学校を卒業後、リハビリ病院へ就職しました。老健や在宅でのリハビリに興味を持ち、縁あってサンビューふじかわで働かせて頂いています。

Q サンビューふじかわの印象はどんな感じですか。

A 職員が明るく元気で活気のある職場だと思います。また、リハビリ室も広く、リハビリをする環境が整っていると感じました。

Q 理学療法士（PT）として力を入れていることがありますか。

A 地域や老健でのPTとしての知識を深めるため、7月に愛媛で行われた全国老健大会に参加し、勉強させていただきました。ご家族や利用者さんの在宅復帰に対する不安を取り除くため、入所初期からご家族と多職種との密な連携を取り、在宅生活を想像してもらうことが重要だと改めて認識しました。今後の仕事に生かしていきたいです。

Q どんな時にやりがいを感じますか。

A 利用者さんの身体機能や日常生活の向上が図れ、笑顔が見られた時です。また、在宅に帰っていただいた時に元の生活を送れる支援が出来た時にもやりがいを感じます。



Q 趣味は何ですか。

A 趣味は色々ありますが、今は1歳半の息子の成長を見るのが一番の楽しみです。週末は育メンです。最近は仕事と子育てでなかなか参加できませんが学生時代はバスケットボールのサークルに入っていて今でも当時のメンバーとプレーしています。以前は試合にも出ていました。また冬になるとスノーボードもやります。

Q 休日の過ごし方は。

A 子どもと公園や子育て支援センターに行き、家族の時間を楽しんでいます。至福の時間です。

Q これからのサンビューふじかわに期待することは何ですか。

A これから更に高齢化社会が進む中で、峡南地域の第一線で活躍できる施設になれるよう、職員一丸となって頑張っていきたいです。



地域連携室をご存知ですか？

富士川病院 地域連携・相談室 市川紀代美

富士川病院の地域連携・相談室は、社会福祉士2名、看護師1名の3名が在籍しています。主な活動は、紹介患者さんの受入れ、入院されている患者さんの退院支援など地域の医療機関や介護福祉施設とのスムーズな連携・調整や、在宅復帰へ向けて行政機関、往診医、訪問看護ステーション、ケアマネージャーなどへとつなぐ橋渡しの役割を行っています。また、医療費や生活費など経済的問題の調整や介護保険・福祉制度の説明など療養上の様々な悩みや不安なども関係機関と連携を図り、不安感がなくなるように支援をしています。また、地域医療・介護関係者の方々と直接情報交換したり地域住民の健康



教室にも関わっています。

私は地域連携・相談室に4月から異動となりました。

ここ数ヶ月あまりではありますが、相談を解決するために各機関、職種間等との調整のため院内外の医療関係者や市町村の福祉・保健指導担当者等と会い、関わるのが、重要な役割になっていると感じています。

患者さん・家族が、地域での生活に「その人らしく」安心して過ごせるようにサポートできればと思っています。病院

会計窓口の奥に地域連携・相談室があります。お気軽に声をかけていただき、悩みや心配事などへの相談に対応させていただければと思います。



糖尿病のある生活をサポートします

富士川病院
内科外来看護師・糖尿病療養指導士

私たちは糖尿病療養指導士の資格を持つ看護師です。当院には糖尿病学会から任命された7名の指導士が所属しており、その中には管理栄養士や臨床検査技師も在籍しています。糖尿病の患者さんは年々増加していますが、糖尿病は、運動不足やストレス、飲酒や外食の習慣、車社会などの生活習慣などが誘因となり、さらに加齢により発病するいわゆる「生活習慣病」と言われています。

症状がないから大丈夫なのではなく、深く静かに進行してくる糖尿病。血糖が高くても症状が乏しく、サイレントキラー（静かな殺し屋）ともいわれる病気です。

糖尿病を悪化させないためにもこの病気とうまく付き合わなければなりません。私たちは糖尿病の患者さんが日々の生活を上手く過ごすコツを提供しています。合併症を防ぐためには、食事療法、運動療法、薬物療法の3つをうまく組み合わせることが大事ですが、患者さんのライフスタイルにあった生活習慣相談や情報提供をしています。

〈日常生活の注意点の一例〉

食事療法: 血糖を下げる薬を服用すると血糖が下がってきますが、下がり過ぎると低血糖を起こし、ひどい場合は意識を失うこともあり危険です。低血糖を起こさないためには何

を注意すべきか?起こしてしまったら、どのように対処すべきかをご説明しています。

運動療法: 多忙で運動ができない方には、愛車の洗車や庭の草取りなどで、米飯1杯分のカロリー消費が期待できます。主婦には雑巾を使った拭き掃除を勧めています。

フットケア(足の手入れ): 糖尿病では足の血行障害や神経障害がおこりやすく、気がつかないうちに傷口が化膿することがあります。そのため、毎日の足の手入れが大切です。入浴時の足の洗い方や、鏡を使った足裏の観察方法などを指導しています。巻き爪は傷口から化膿しやすく危険です。巻き爪や変形した爪の正しい切り方をご指導しています。また、爪に水虫が感染している時も変形するので注意が必要です。

以上は、外来で指導しているほんの一例ですが、糖尿病があっても安心できるような生活指導を提供しています。

健康診断で血糖値やHbA1cが高いと指摘された方や、生活習慣病が気になる方はお気軽にご相談ください。





インフルエンザ予防接種のご案内



毎年冬になると猛威を奮うインフルエンザ、予防するにはワクチンを接種するのが一番です。

予防接種をしてもインフルエンザにかかる場合がありますが、多くの場合症状は軽くなるので、予防が重要になってきています。受験生のみなさん、抵抗力の弱い幼児（富士川病院のみ）やお年寄りの方など予防接種をお勧めします。

※接種については、予約が必要になります。例年、富士川病院では10月上旬、市川三郷病院は10月下旬より予約受付を開始しますが、ワクチンの入荷時期によっては、予約及び開始時期が変更される事がありますので詳細については、お問い合わせください。

4 婦人科



近くで妊婦健診が受けられます「産科セミオープン」

市川三郷病院では妊婦健診と出産を病院間で役割分担する「産科セミオープンシステム」を導入し、妊婦健診を行っています。

このシステムでは、妊娠16～33週程度までの妊婦健診を市川三郷病院で行い、以降分娩まで山梨大学医学部附属病院で行います。

【対象】

妊娠経過が順調と担当医が判断した妊婦の方

【概要】

出血、腹痛などの緊急時は山梨大学附属病院が対応します。

健診ごとの診療情報は、山梨大学附属病院に伝達されます。

以前、利用された妊婦さんからも好

評をいただいています。

尚、婦人科の外来診療は毎週、月・水・金曜日の午後2時～3時まで、完全予約制で実施しています。

また、平成30年1月まで子宮がん検診を毎週木曜日の午後2時～3時まで完全予約制で実施しています。

お気軽にお問い合わせください。



新任医師紹介

どうぞよろしく
お願いいたします。



着任日	平成29年7月1日
診療科	市川三郷病院 泌尿器科
職氏名	医長 望月 勉
出身大学	防衛医科大学校
卒業年度	平成6年3月卒業
専門領域	排尿障害

診療モットー

—「おしっこの悩み」
を解決します。—
お気軽にご相談下さい。



峡南医療センターだよりをご覧いただきありがとうございました。

読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋。皆さんはどの秋を堪能されていますか。

朝晩めっきり涼しくなって参りました。体調管理に気を付けて素敵な秋をお過ごしください。

