



地域と医療を結ぶ広報誌

風によせて

Shirakawa Kosei General Hospital

VOL.
68

2023.10

KAZENI
YOSETE



八重咲きササリンドウ

CONTENTS

- | | |
|----------------------|-------------------|
| ●病院長挨拶.....2 | ●永年勤続表彰.....6 |
| ●医療連携.....3 | ●病院運営委員会.....6 |
| ●こんにちは！新任です.....3 | ●救急マニュアル研修会.....6 |
| ●特集.....4 | ●健康長寿講演会.....7 |
| ●健康減塩メニュー.....5 | ●無料巡回バスのご案内.....8 |
| ●看護学院オープンキャンパス.....5 | |

特集

細胞診検査について ～細胞検査士をご存じですか？～



JA福島厚生連
白河厚生総合病院



ごあいさつ salutation



病院長
農村健診センター所長
大木 進司



今月の表紙
Cover Story

【八重咲きササリンドウ】

花言葉は「正義感・勝利」リンドウの根が漢方薬になることに由来して「病気に打ち勝つ」という意味合いのようです。

働き方改革と地域医療

今年は全国的に猛暑が続いていましたが、ようやくピークを過ぎ少しずつ秋の気配を感じるようになってきました。各地で米の刈入れも始まりブドウや梨など秋の果樹も最盛期となりまさに豊穡の秋を迎えています。

さて皆さん「働き方改革」という言葉を耳にしたことはありますか？将来の労働力不足を見据え2018年6月に働き方改革関連法が成立し、罰則付きの時間外労働の上限規制が設けられました。ただし医師については、業務の特殊性に鑑みて猶予期間が設けられ、規制の適用は2024年4月からとされました。適用後は、医師の時間外労働は原則年間960時間までとなります。

しかし、病院勤務医の約4割が年960時間超、約1割が年1,860時間超の時間外・休日労働をしているという現状があるなかで、すべての勤務医にこの上限規制を適用すると、地域医療の担い手の確保や、医師個人の希望による集中的な修練等が困難になってしまいます。

勤務医の業務は、外来診療、入院診療が柱となりますが、病院に泊まり入院患者や救急患者に対応する当直という勤務もあります。当直は本来は一定の睡眠時間が確保されていることが前提となっていますが、24時間365日の救急応需体制をとる病院では、救急搬送があれば即座に対応しなくてはなりません。また、病院に泊まらないまでも、呼び出しがあれば即座に病院に駆けつけるオンコールという勤務もあります。外科系医師であれば緊急手術への対応が多発します。加えて、医師は生涯、自己研鑽を続ける職業であり、診療業務の他に学会発表や論文執筆などに係る時間も必要となります。

こうした実態を承知の上で医師という職業を選択していますので、もともと頑張ることが当たり前でそれが過重な労働となっていることに気づかない医師も多いのです。しかしこうした勤務医の努力なくしては、我が国の地域医療は成り立たないという現実もあります。

医師数が多い都市部ではあまり問題になりませんが地方では医師、看護師、その他の医療スタッフも慢性的に不足しています。福島県はもともと人口10万人当たりの医師数は全国42位ですが県南地域はそれをはるかに下回る医師数となっています。

病院勤務医の人数に限られている以上、今後働き方改革が進めば救急患者の受け入れ制限、外来診療の縮小などが引き起こされることが危惧されています。実際、医師の働き方改革に着手した病院では、土曜日の外来診療を限定したり、患者や家族への病状説明を平日の日勤帯のみとするなど、診療体制の見直しが始まっています。

このような現状の中、今後は地域医療を壊さずにどうやって改革を行っていくかということが重要です。ひとつは病院の中で全職種を対象に業務の効率化を図ることで時間外労働を減らすこと、もう一つは地域社会の合意を得ることです。すなわち必要な人に必要な医療を届けるためにはどうすればよいのかを地域全体で考えていかなければならない時代を迎えるということです。

働き方改革の意味するところは単に医師の労働環境の改善だけではなく、今後の地域医療はどうあるべきかという根幹的な問題を問われています。

当院は医師の働き方改革を進めながら、これまでどおり、地域住民の皆さんが安心して暮らしていけるよう良質な医療の提供を目指していきます。

白河厚生総合病院について

基本理念

地域を守り地域の皆様に
愛される病院を目指します

基本方針

私たちは

- 一、医療、保健、福祉事業を通して地域住民の健康を守り、豊かな暮らしに貢献します
- 一、県南の中核病院として関係機関との連携を深め、地域医療の向上に努めます
- 一、患者さんを全人的に理解し、優しさと思いやりをもって接します
- 一、十分に説明をし、患者さんの意志を尊重した医療を実践します
- 一、使命を自覚し、たゆまず研鑽を積んで医療の質の向上と人材の育成に努めます

生まれは猪苗代町の沼尻硫黄鉱山の麓で、兄が1歳の時に急性消化不良で急逝したため、医師を志しました。自治医大を卒業後、南会津で12年間地域医療に携わり、20年前、無医町の危機に直面した古殿町に、公設民営という珍しい形で開業しました。専門は、内科一般、消化器内科です。

町で唯一の医療機関なので、かかりつけ医としての役割を果たしながらも、できるだけ高度な医療サービスを提供できるように心がけています。入院を必要とする患者さんや専門医の診察が必要な患者さんは、白河厚生総合病院に紹介することも多く、困った時に迅速な対応をしていただき、大変心強く、ありがたく思っております。

また、長男が研修医2年目としてご指導いただいております、あわせて、今後ともよろしくお願いいたします。

診療情報

時 間	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:30~12:00	○	○	○	-	○	-	-	-
15:00~18:00	○	○	○	-	○	-	-	-
8:30~11:30	-	-	-	○	-	○	-	-

※8:30~12:00、15:00~18:00、木・土曜11:30まで 臨時休診あり

※変更などにより診療時間・休診日等が記載と異なる場合がございますのでご注意ください。

診療科目

内科・消化器科・循環器科・小児科
呼吸器科・リハビリテーション科

- 住所／〒963-8304 福島県石川郡古殿町大字松川字林 14-1
- TEL／0247-32-1114 FAX／0247-32-1113
- 理事長／佐々木厚博



こんにちは!

新任です



白河厚生総合病院では、新しい先生が新任、転任されました。

脳神経外科

眞野 唯 (まの ゆい)
【出身地】長野県



趣味・娯楽 ● 読書、ジョギング、酒
略 歴 ● 平成20年 東北大学卒業
資格・専門 ● 脳外科専門医、脳血管内治療専門医、脳卒中専門医、ISLSコーディネータ、脳血管障害、脳外科一般

至らぬ点が多々ありますが御指導宜しくお願い申し上げます。

小児科

齋藤 康 (さいとう やすし)
【出身地】福島県



趣味・娯楽 ● スポーツ観戦、ゴルフ、麻雀
略 歴 ● 平成23年 福島県立医科大学卒業
資格・専門 ● 小児科専門医・指導医、小児救急・集中治療

地元である県南の小児医療に貢献したいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

腎臓内科

岩崎 剛史 (いわさき つよし)
【出身地】福島県



趣味・娯楽 ● 外食、旅行
略 歴 ● 平成26年 福島県立医科大学卒業
資格・専門 ● 認定内科医、腎臓専門医、ネフローゼ、糸球体腎炎

地域の腎臓病患者さんの腎予後を改善できるよう努めます。よろしくお願いいたします。

総合診療科

町田 萌子 (まちだ もえこ)
【出身地】埼玉県



趣味・娯楽 ● 甘いもの
略 歴 ● 平成31年 福島県立医科大学卒業
資格・専門 ● 内科(専攻医)

患者さんに寄りそった全人的な診療を目指します。よろしくお願いいたします。

産婦人科

辛 俊幸 (しん としゆき)
【出身地】東京都



趣味・娯楽 ● サッカー、アイスホッケー、サウナ
略 歴 ● 令和2年 東海大学卒業
資格・専門 ● 産婦人科(専攻医)

1年間よろしくお願い致します。

麻酔科

郡司 瑞樹 (ぐんじ みづき)
【出身地】福島県



趣味・娯楽 ● サウナ・キャンプ
略 歴 ● 令和3年 福島県立医科大学卒業
資格・専門 ● 麻酔科(専攻医)

安全な麻酔を行えるよう頑張ります。

早く白河での職務に慣れるよう精一杯頑張りますので、よろしくお願いいたします。

細胞診検査について ～細胞検査士をご存じですか？～

検査科 細胞検査士 松木 浩子

細胞診検査とは

身体から採取された細胞を、スライドガラスに塗りつけ、それを染色して見やすくした後、顕微鏡で観察し、細胞が正常か悪性なのか、また、感染症の有無などを判定する検査です。子宮がん検診や肺癌検診にも細胞診検査が含まれています。

細胞の採取方法

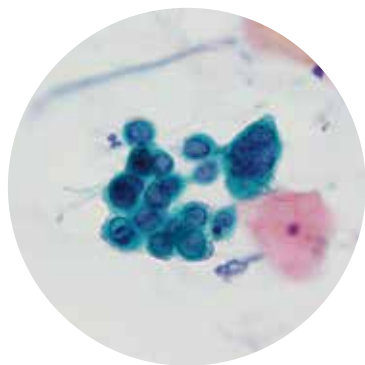
剥離細胞診：尿、痰、胸水、腹水、胆汁、髄液など身体から剥がれ落ちた細胞を集めて検査する方法です。

穿刺吸引細胞診：甲状腺や乳腺、リンパ節などにできた腫瘍に針を刺して、細胞を吸引して採取する方法です。

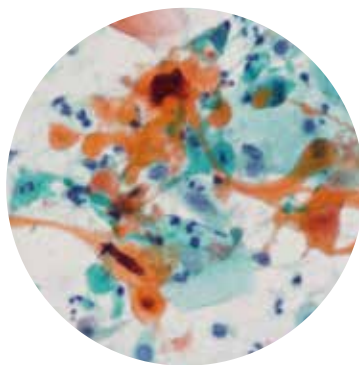
擦過細胞診：子宮頸部や気管支、口腔内の細胞を綿棒やブラシ等で擦って細胞を採取する方法です。

細胞検査士とは

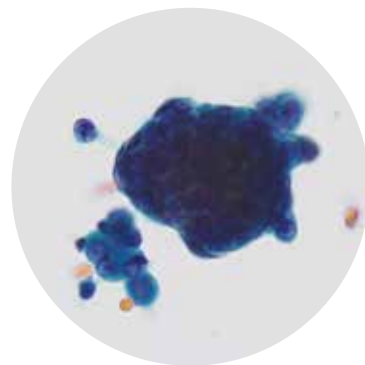
細胞検査士とは、臨床検査技師の国家資格を有し、『細胞検査士資格認定試験』に合格した細胞診検査を専門的に行う技師です。日本では約6000人が資格を有しており、国際免許も取得できる職業ですが、人数が少ないのが現状です。現在、当院には、国際免許を有する細胞検査士が2名おり、年間約3200件の患者さんから採取された細胞の検査を行っています。



ヘルペス感染細胞
(痰)



肺 癌
(痰：扁平上皮癌細胞)



乳 癌
(胸水：腺癌細胞)

病院長
おすすめ!

健康減塩メニュー



天ぷら盛り合わせ

天ぷらは、魚介類や野菜、植物性油を使った和食で、良質な食材で構成されています。ただ、エネルギーが高くなりやすいので、今回は少し小ぶりに仕上げました。添えの「もみじおろし」は大根おろしに唐辛子を加えたものですが、さらに人参おろしも加えて彩りとビタミンAを補給しました。(食塩 0.8g)

手作り!ミルクわらび餅

わらび餅粉にモチモチ感のあるくず粉を加えました。カルシウム源の牛乳と、大豆きな粉が入った栄養豊富なデザートです。(食塩 0g)

雑穀ご飯

玄米・麦・豆入りご飯。(食塩 0g)

エネルギー 725kcal、脂質 20.2g
たんぱく質 27.0g、炭水化物 106g
食物繊維 7.0g、カルシウム 192 mg
鉄 3.5 mg、**食塩相当量 2.5g**

～料理長からのお願い～

「健康メニュー」は、調味料の計量に注意しながら、減塩で美味しくなるように丁寧に調理しています。卓上調味料は使わずに、お料理の味をお楽しみください。



豚の生姜焼き

たっぷりの玉ねぎをすりおろして生姜焼きのタレを作りました。豚肉は不足しがちなビタミン B1 の宝庫で、疲労回復に効果があります。玉ねぎの甘みが効いた一品に仕上げました。(食塩 0.6g)

今年度は、人気の献立を少しずつ取り入れて、両方楽しめる一食にしました。主菜には肉と魚介類、副菜には豆腐と乳製品を取り入れ、各種たんぱく質が盛りだくさん。野菜の量は 190g と 1 日必要量 350g の半分以上が充足されています。一つ一つのお料理に日頃不足しがちな栄養素をしっかりと摂れるように工夫しました。このお食事が、皆様の栄養バランスを考えるきっかけとなりますようお願いしております。



献立作成・監修 管理栄養士
今本 美幸 先生

サラダ (蜂蜜ドレッシング)

ドレッシングの材料を混ぜ合わせ、食べる直前に野菜を和えて盛り付けます。味が均一に絡んで食べやすくなります。野菜サラダのヘルシーな食べ方をお試しください。(食塩 0.4g)

《蜂蜜ドレッシング (1人分) の作り方》

- 酢 小さじ 1
- オリーブ油 小さじ 1/2
- 蜂蜜 小さじ 1/3
- 塩 ひとつまみ

豆腐の銀あんかけ汁

だし汁にうす口醤油とみりんを加えて片栗粉でとろみをつけたものを「銀あん」と言います。とろみは塩分を濃く感じる効果があります。今回は植物性たんぱく質の多い豆腐と、カルシウムが非常に多い小松菜を椀種に、汁物に仕上げました。(食塩 0.7g)

¥1,000 (税込)

※数に限りがありますのでお電話予約の上ご利用ください。

ご予約お電話番号 : 0248-22-2211 内線 : 2850

白河厚生総合病院 8F
レストラン そら

オープンキャンパス・学院祭を開催しました

専任教員 芳賀 洋平

令和5年7月23日(日)にオープンキャンパス・学院祭を開催しました。進学希望者・保護者65名の方々にお越しいただきました。

第1部の学校説明会では、学校紹介・令和6年度入試概要や学院生活について、教員及び各学年の代表者が説明しました。ハンドベルサークルによる演奏発表では、素敵なメロディが奏でられました。

第2部の学院祭は、4年ぶりの開催となりました。各教室において学習成果物の紹介や看護クイズなどを行いました。看護実習室では、フィジカルアセスメントや注射法などの看護技術を3年生が参加者に説明し、体験してもらいました。

進路相談では、先輩となる在校生に学習方法などについて熱心に話を聞いている参加者の姿がありました。来場者を迎えたオープンキャンパス・学院祭は学生にとっても大変充実した時間となり、本学院の魅力を十分にPRすることができました。



NEWS

01

永年勤続表彰式

総務課 本柳 直樹

令和5年8月10日(休)、会議室にて永年勤続30年及び20年功労職員表彰式を行いました。出席された表彰者に大木院長より表彰状が手渡され、長年に渡り厚生病院の為に尽力されたことに感謝の言葉をかけられました。

表彰者からは、『これからも、地域の皆様のために尽力していきたい。』とお話を頂きました。



NEWS

02

病院運営委員会

総務課 鈴木 伸英

令和5年8月4日(金)、白河厚生総合病院会議室にて病院運営委員会を開催いたしました。

この委員会は、JA夢みなみ、JA東西しらかわ、当会の代表者、白河市、矢吹町、西郷村、泉崎村、中島村、那須町の首長を中心とする委員各位の参加を頂き、当院の運営に関して、重要事項を審議し、協力援助を確認するとともに、地域の要望を病院に反映させ、地域医療の確保と農村地域の健康増進を図ることを目的としています。

議題については、令和4年の決算概況等の事業報告を行い、併せて令和5年度の事業計画を説明し、満場一致の承認を頂きました。

NEWS

03

救急マニュアル研修会

総務課 本柳 直樹

6月より3か月にわたり、救急医療マニュアル研修会を開催しました。救急マニュアル研修会とは救急時の患者対応を学ぶ研修会で、研修医や看護師に限らず、全ての職員と救急隊員の方々を対象に、毎年開催されています。

様々な救急患者に対する研修会ではBLS(1次救命処置)についても行い、AEDの使用方法から心臓マッサージの方法などの詳しい説明と、身近な場面を想定した実技を行いました。救急対応のスキルや知識が向上することで、全職員が対応可能になることを目指しております。



肺炎にかからない、 かかっても治る体の作り方

～高齢者のための肺炎退治の虎の巻!～



肺炎で**危険**なのは、
肺炎にかかりやすい体と
治りにくい体を持つことです



健康長寿講演会

日時

令和5年 **12月16日(土)** 午後1時30分から3時30分

場所

tette (テッテ) 須賀川市民交流センター
須賀川市中町4-1

限定**200**席

*事前申し込みが必要です。
*満席になり次第、締め切ります。

対象

会場視聴は**60**歳以上の須賀川市民 *当日はLINEから**生中継** (60歳未満の方や、白河市民の方も視聴可能)

司会

福原 俊一 先生 京都大学 名誉教授、福島県立医科大学 副学長

演者



濱口 杉大 先生
福島県立医科大学
総合内科 教授 (医師、医学博士)
英国ロンドン大学で
感染症学を学ぶ

ポイント

- 肺炎はなぜ生じるのか?
- 高齢者の肺炎の特徴は?
- 肺炎にかかると
危ない人はどんな人?
- 肺炎にかからないように
するには
- 肺炎にかかっても
治る体にするには

お申し込み方法: LINEまたはメールにてお申し込みください。電話での受付はしていません。



LINEでお申し込みの方

参加ご希望の方はLINEで友だち登録をお願いします!

- ・LINEアプリで友だち登録し、メッセージ内の講演会申し込みURLよりお申し込みください。ご本人が無理な場合は、ご家族の登録でも構いません。
- ・すでにLINE友だち登録済みの方は、LINEにて申し込み案内をお送りします。
- ・オンラインでの講演会の視聴もLINEでのご登録が必要です。

LINEで
のお申し込みは
こちらから



メールでお申し込みの方

右記のQRコードをスマホで読み込み、氏名(漢字・カナ)・住所・電話番号・生年月日・メールアドレス・参加形式を入力して送信してください。

●メールでのお申し込みはこちらから
shirakawa_qol_touroku@shirakawa-ac.jp



【お申し込み 第一次締め切り】

令和5年 **11月10日(金)**まで

【お問い合わせ】 須賀川市健康づくり課 TEL: 0248-88-8122

主催

須賀川市、福島県立医科大学 臨床研究イノベーションセンター

共催

白河市

詳しくは
こちらを
ご覧ください。



白河厚生総合病院 無料巡回バスのご案内

白河厚生総合病院から新白河駅間の往復で無料の巡回バスがご利用頂けます。



白河厚生総合病院 バスコース



※病院の休診日(日曜日、祝祭日、第1・3土曜日、お盆・年末年始)は運休します。
 ※土曜診療日の運行は7便までとなります。
 ※停留所の標識はありません。

白河厚生総合病院無料巡回バス 時刻表

停 車 場 所		1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便	8便	9便
行	新白河駅(東口)	7:35	—	9:30	—	11:00	12:00	—	14:45	—
	福島銀行白河支店(新白河)	7:40	—	9:35	—	11:05	12:05	—	14:50	—
	白河柏屋向かい側(昭和町)	7:43	—	9:40	—	11:10	12:10	—	14:55	—
	白河駅	7:50	8:35	9:45	10:15	11:15	12:15	12:45	15:00	—
	ヨークベニマル横町店向かい	7:53	8:38	9:48	10:18	11:18	12:18	12:48	15:03	—
	小峰大橋 田町側	7:55	8:40	9:50	10:20	11:20	12:20	12:50	15:05	—
	白河厚生総合病院	8:15	9:00	10:00	10:30	11:30	12:30	13:00	15:15	—
帰	白河厚生総合病院	—	9:00	10:00	10:30	11:30	12:30	14:15	15:15	15:45
	小峰大橋 田町側	—	9:10	10:10	10:40	11:40	12:40	14:25	15:25	15:55
	ヨークベニマル横町店前	—	9:13	10:13	10:43	11:43	12:43	14:28	15:28	15:58
	白河駅	—	9:15	10:15	10:45	11:45	12:45	14:30	15:30	16:00
	白河柏屋前(昭和町)	—	9:20	—	10:50	11:50	—	14:35	—	16:05
	福島銀行白河支店(新白河)向かい	—	9:25	—	10:55	11:55	—	14:40	—	16:10
	新白河駅(東口)	—	9:30	—	11:00	12:00	—	14:45	—	16:15

【おしらせ】・交通や天候の事情により、出発時間、到着時間が遅れる場合がございます。予めご了承ください。