地域と医療を結ぶ広報誌

風によせて

Shirakawa Kosei General Hospital

VOL. 67
2023.7
KAZENI YOSETE

山稜に咲く

CONTENTS

●病院長挨拶……2
●医療連携……3
●看護部より……3
●特集……4
●農村健診センター、在宅診療の3つの特徴……5
●学生募集……6
●院内ニュース……7
●「心理カウンセリング」のご案内……8

特集　食事で元気に暑さを乗り切ろう！

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

「アフターコロナかウィズコロナか？」

今年は全国的に梅雨入りが早く、じめじめした暑い日が続いており、野外ではマスクが苦しくなる季節がやってきました。

ご存知のように５月８日に新型コロナウィルス感染症は２類相当から５類に変更となりさまざまな法的規制が緩和されました。5類に変更となって何が変わるのか?ご存知の方も多いと思いますが、日常的には行動制限が無くなる、マスク着用は個人の判断、海外渡航の制限緩和、イベントの開催制限もなくなるなどこれまでの不自由さはだいぶ緩和されました。一方医療の面ですが、まず外来ではこれまで自己負担に相当する額を公費で支援してきましたが、他の病気と同様保険診療（自己負担あり）となり、新型コロナ治療薬の処方も薬剤費の公費支援は 9 月までとなります。入院ではこれまで全額が公費支援されていましたが新型コロナ治療薬の薬剤費以外は自己負担が生じるようになりました。受診できる医療機関は幅広い医療機関での受け入れが可能になるよう段階的に移行しており、最終的にインフルエンザと同等の対応が可能になるよう行政と医療機関が協力して取り組んでいます。

病院の対応も少しずつ変わってきました。当院も入院される患者さんの PCR 検査は全例から条件制になり、また面会の制限も段階的に緩和しています。

以前は毎日のように報道されていた感染者数や入院患者数の公表は簡略化され、日々のニュースで目にする機会は少なくなりましたが、5 類移行後少しずつ感染者は増えており完全な終息には至っていません。いまでも入院が必要な患者さんはゼロではありませんし院内で感染がおきればその影響は大きく、受診や入院の制限が必要となるため感染対策は緩和しつつも維持している部分が多いのが現状です。医療機関としては受診される患者さんが安心して医療を受けていただくことができるように慎重に対応して参りますので、いましばらくご協力をお願い致します。

このような現状ではまだアフターではなくウィズコロナなのかもしれません。皆さんもしばらくは意識しすぎること無く、でも頭の片隅に忘れずにというバランスの中で楽しい日常を送っていただきたいと思います。さまざまな病気に打ち勝つ原点であるひとの免疫力は適度な運動、質の良い睡眠、栄養バランスのとれた食事、そしてよく笑うことによって支えられると言われています。「元気があれば何でもできる」という名言がありますが、健康に勝る財産はありません。毎日健やかにお過ごしいただき、すこしでも調子が悪いときはすみやかにお近くのかかりつけ医にご相談下さい。

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、充分に説明をし、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

今月の表紙
Cover Story

【 山稜に咲く 】

展望が広がる稜線歩きは、登山の魅力の一つです。
コロナ禍厳しかった頃でも登山者は多く、那須連峰・朝日岳山頂近くにタデ、シャジンなどの花々が咲きみだれておりました。

医療連携　登録医療機関の紹介　医療法人田中内科医院

当医院は昭和45年5月に現在地の磐城石川駅前に私の父が内科医院として入院施設を兼ね備えた形で開院、父が闘病生活のため平成11年に私が医院を引き継ぎました。平成14年に外来のみの形で改築、現在に至っております。

父の代から通院していただいてる患者さんもまだ多く、多くの疾患を治療したいとは思いますが個人の医院ですから限界があります。最近では時間外や救急の患者さん、入院を必要とする患者さんの対応を迅速に行っていただき、当医院にとっては白河厚生総合病院連携医療機関に加えていただけることに大変感謝しております。言うまでもなく医療分野の今後は難問題も山積みではありますが連携医療機関の連携の強化とお力をお借りし診療してまいりたいと考えて居ります。今後とも何卒よろしくお願いいたします。

診療情報

受付時間	月	火	水	木	金	土	日･祝
8:30～11:45	○	○	×	○	○	○	×
14:15～18:45	○	○		○	○	○	

※外来受付時間･内容等について、事前に必ず医療機関に直接ご確認ください。

診療科目：内科･呼吸器科･胃腸科／消化器科･循環器科／整形外科･小児科

●住所／〒963-7817 石川郡石川町立ヶ岡50
●TEL・FAX／0247-26-3333
●理事長／田中　泰洋（たなか やすひろ）

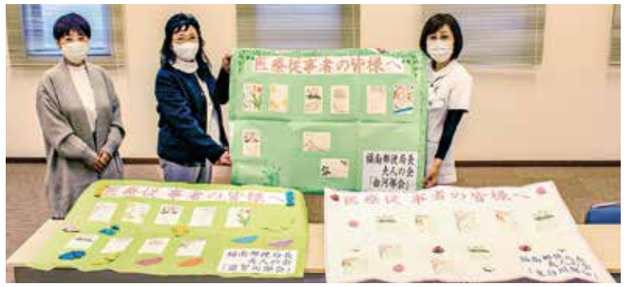
シルバーカー寄付に寄せて

看護部長　鈴木　文子

郵便局長婦人の会からの温かいご支援により、シルバーカーを寄付していただきました。

患者さんの病院内での移動において、シルバーカーは大いに役に立っています。

郵便局長婦人の会の温かいご支援に感謝申し上げますと共に、これからも私たちは、患者さんのニーズに応えるために、より良い医療サービスの提供に努めてまいります。



こんにちは！新任です

第3内科(糖尿病、内分泌)

森谷　千尋（もりや　ちひろ）　【出身地】東京都

趣味・娯楽 ● 宝塚、ダンス
略　　歴 ● 平成22年 福島県立医科大学卒業
資格・専門 ● 糖尿病専門医、NSTコーディネーター

初期研修を行なった思い出深い白河厚生総合病院に再び戻る事ができ嬉しく存じます。当時ご指導下さった先生方に感謝申し上げ、今度は私が後輩指導や白河地域への貢献に頑張りたいです。どうぞ宜しくお願い致します！

Special
特集
feature

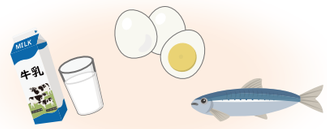
食事で元気に暑さを乗り切ろう!

栄養科　主任　我妻　直美

気温や湿度が高くなる夏場は、暑い、だるい、食欲がない…なんてあっさりした麺のみで食事を済ませたり、※清涼飲料水をたくさん飲んでいませんか？砂糖が多く含まれている清涼飲料水をたくさん飲むと、さらに喉が渇いて清涼飲料水を飲むという悪循環に陥ります。そうすると、体に必要な栄養素が不足し、夏バテを引き起こすことになります。

大切な栄養素

ビタミンB1　効果　疲労回復、食欲増進
代表的な食材：豚肉、うなぎ、ごま、大豆



たんぱく質　効果　疲労回復、免疫力アップ
代表的な食材：肉、魚、卵、乳製品、大豆製品

ミネラル　効果　体の調子を整える
代表的な食材：果物、海藻、緑黄色野菜

1日3食バランスのよい食事から

食事は、主食（ご飯・麺類・パンなど）、主菜（肉・魚・卵・大豆製品など）、副菜（野菜・海藻類・キノコなど）をそろえて食べましょう。もし麺類なら、たんぱく質と野菜類をプラスしてみましょう。

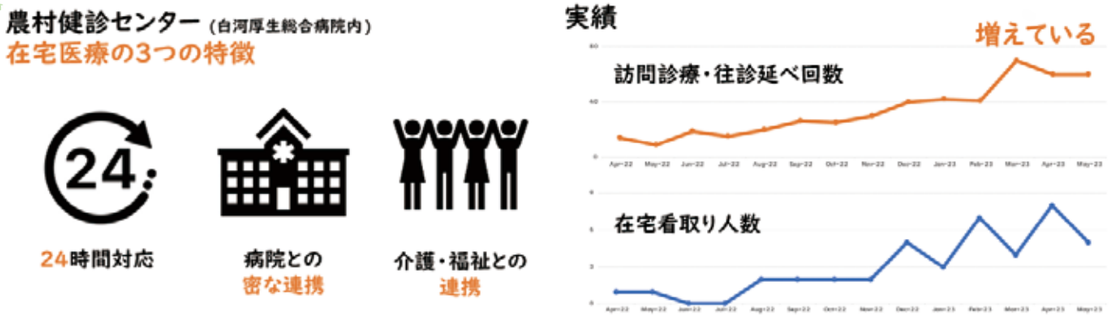
こまめな水分補給

のどが渇く前に水分補給をしましょう！（特に起床時、入浴時、運動時）普段は水かノンカフェインや無糖の麦茶・お茶がおすすめです。スポーツドリンクは糖分・塩分が多いので、汗をたくさんかいた時や激しい運動をした時にしましょう。

※清涼飲料水・・・炭酸飲料、果実飲料、コーヒー飲料、茶系飲料、野菜ジュース、豆乳など

農村健診センター、在宅医療の3つの特徴

白河厚生総合病院　総合診療科　小坂　明博



在宅医療を希望する場合は…
- 一般の方 → かかりつけ医に相談を。
- 院外の医療関係者の方 → 総合診療科宛に紹介状を。
- 院内の先生方 → 総合診療科外来にお電話を。

一般国民の69.2%が、最期を迎えたい場所として「自宅」を選んでいることをご存じでしょうか。一方、実際に自宅で亡くなる人の割合は、比較的高い東京でも23%、全国では17%、白河市では16%に過ぎません[1]。なぜ、自宅で最期を迎えることが難しいのでしょうか。

1つ目の理由は、医療資源の不足です。医師やスタッフの不足、訪問時間の確保困難、医師の高齢化等が在宅医療を行う壁となっています[2]。2つ目の理由は、患者さんが、ご家族の介護負担を心配し、自宅療養をためらうためです[3]。自宅以外での医療・療養を希望した人の53.2%が、家族の介護負担をその理由に挙げました。

このような潜在的なニーズに答えるため、農村健診センターは、令和4年度から在宅医療を始めました。昨年度は、自宅でお看取りした方が29人、訪問診療・往診の延べ回数は351回でした。今年度は、4、5月の2ヵ月のみで、自宅でお看取りした方が13人、訪問診療・往診回数が120回でした。

当施設の訪問診療の3つの特徴をご紹介します。1つ目は、当施設が在宅療養支援診療所であり、患者さんの急な変化に24時間対応していることです。4名の常勤医師が連携を取り合い、24時間体制を実現しています。2つ目は、白河厚生総合病院との連携が密であるということです。訪問診療を担当するのは、白河厚生総合病院総合診療科の医師です。そのため、在宅では対応が難しくなった場合、円滑に入院治療へとつなぐことができます。また、退院して在宅医療に戻る場合も、退院前会議に在宅医が出席し、情報を引き継ぎます。3つ目は、介護・福祉との連携です。情報通信技術を使い、在宅医、訪問看護師、ケアマネージャー、訪問リハビリ技師等の関係者で、患者さんの情報交換を頻繁に行っています。

最後に、よくある質問に答えます。①訪問診療を受けるには、特別な病気や重い病気にかかっていなければならないのか。訪問診療の対象は、「主治医によって通院が難しい」と判断された方です。つまり、難病や癌の終末期の方だけが対象ではありません。実際、膝が悪くて動けず、通院が難しいという理由で、訪問診療を受ける方もいらっしゃいます。②訪問診療は高額なのではないか。確かに外来通院よりは高めの金額となりますが、入院治療を受けるよりは安価です。各種保険が適応されるため、うまく制度を利用して負担を軽減することができます。③在宅医療は、家族に負担がかかるのではないか。介護保険や医療保険により、各種サービスを導入することにより、皆様が想像している以上に、手厚いサポートを受けることができ、負担を軽減することができます。

ご興味を持たれた場合、下記のことをご検討下さい。
- 一般の方々：かかりつけ医に「通院が大変になってきたので、訪問診療を考えたい」とご相談下さい。かかりつけ医の先生が当院への紹介を検討して下さるかと存じます。
- かかりつけ医の先生方やその他の医療機関の先生方：在宅医療導入をご検討の場合、白河厚生総合病院総合診療科宛に、診療情報提供書をお送りください。
- 白河厚生総合病院内の先生方：自宅退院予定の方で、訪問診療を導入したい場合、総合診療内科外来にお電話(内線2194)でご相談下さい。

1)厚労省 .2022. https://www.mhlw.go.jp/content/10800000/001094335.xlsx
2)厚労省 .2017. https://www.mhlw.go.jp/content/10800000/000341065.pdf
3)厚労省 .2018. https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/saisyuiryo_a_h29.pdf

白河厚生総合病院付属高等看護学院

令和6年度入学生

学生募集

Shirakawa Kosei General Hospital
Affiliated Nursing School

募集定員
30名（推薦入学を含む）

修業年限 3年課程（全日制）

一般入学試験願書受付 令和5年11月1日(水)～11月24日(金)
11月24日消印有効

試験日 令和5年12月1日(金)

受験科目 国語総合、コミュニケーション英語Ⅰ、数学Ⅰ、面接

合格発表 令和5年12月15日(金)

受験資格
1. 次のいずれかに該当する方
(1)高等学校を卒業した方、または令和6年3月に高等学校を卒業見込みの方
(2)文部科学大臣の定めるところにより、高等学校を卒業した者と同等以上の学力があると認められる方
2. 地域の保健・医療・福祉に貢献できる方

卒業後の資格
- 看護師国家試験の受験資格が得られる。また、保健師・助産師学校への進学、大学への編入試験の受験資格が得られる。
- 専門士（医療専門課程）の称号が付与される。

募集要項をご希望の方

当学院ホームページより必要書類をダウンロードするか、下記の方法でご請求ください。

《郵送で請求する場合》
返信用封筒（角2サイズ、140円切手貼付、ご自分の住所・氏名を明記）を同封し、封筒の表に募集要項請求と朱書きし、当学院まで郵送してください。

《来校する場合》
月曜日～金曜日8：30～17：00にお越しください。（祝祭日を除く）お越しの際は、事前にお問い合わせください。

福島県厚生農業協同組合連合会
白河厚生総合病院付属高等看護学院
〒961-0005 福島県白河市豊地上弥次郎2番地1
TEL：0248-23-4081／FAX：0248-23-4136
https://www.shirakawa-kango.jp
Mail: skouseigk@shirakawa-kango.jp
白河厚生 看護 検索

入試案内はコチラから

NEWS 01

第63回 入学式

～白河厚生総合病院付属高等看護学院～

令和5年4月7日

専任教員
芳賀　洋平

令和5年4月7日㈮第63回入学式が挙行され、女性27名、男性4名合計31名の学生が入学を許可されました。在校生を含む150名以上が参加した3年ぶりの盛大な式典となりました。

前原和平学院長が「自分の感情に左右されず、和顔愛語で患者さんと接することができるように優しさの恒常性を獲得してください」と式辞を述べました。また、大野満春JA福島厚生連代表理事常務、大木進司白河厚生総合病院病院長、鈴木文子白河厚生総合病院看護部長からご挨拶をいただきました。在校生を代表して、3年の遠藤由加里さんが「このような時代のため、状況に応じて制約が生じることもあると思いますが、共にできることを考え、協力し合いながら有意義な学院生活にしていきましょう」と歓迎の言葉を述べました。新入生を代表して、野中萌音さんが「相手の立場になって物事を考え、患者さんとそのご家族に寄り添うことができる看護師を目指していきたい」と誓いの言葉を述べました。新入生の眼差しは希望と期待に満ち溢れ、看護の道を歩み始めました。

NEWS 02

初期研修医の採血OSCE

インジェクショントレーナー　看護師長
根本　由利子

令和5年4月22日㈯に初期臨床研修医6名の採血OSCE（客観的臨床研修試験）を実施しました。当院の看護基準に則った採血技術が、感染予防対策に留意しながら、安全・安楽に実施できているか評価しました。研修医同士で何度も練習を重ねた成果がみられ、6名全員が無事合格することができました。この経験を通じて、採血技術の向上と臨床業務への準備が進められたと思います。フィードバックを受けながら反省点を改善し、将来の実践に役立てていってほしいと思います。

NEWS 03

新人看護職員研修

新人教育担当　稲川　恵子

今年も明るく元気な新人看護職員24名が私たちの仲間に加わりました！

看護部では、新人看護職員ガイドラインを基に院内教育プログラムを作成し、専門的な技術や知識を提供するための新人研修を実施しています。集合研修のほか、職場で実際に上司や先輩看護師の助言を受けて業務を実行しながら能力を磨いていくOJT学習も取り入れ計画的に新人看護職員を指導しています。

先日6月21日、3ヶ月振り返りと夜勤・交代制勤務の研修が行われました。振り返りでは、グループごとにテーマを決め、『成長したことと今後の課題』や『ストレス発散法』などについて意見交換しました。3ヶ月間で経験した患者との関わり方や看護技術、病棟の特徴を共有し、また、積極的に質問して疑問を解決するなど、とても充実した時間となりました。

まだまだ緊張感がある中、一人ひとりが、一歩一歩を大切に歩んでいる姿があり、心強く感じました。これからも研修に携わりながら全力でサポートしていきたいと思います。

「心理カウンセリング」のご案内

【例】
- 漠然としている不安感や無気力、落ち込みなどの気分を改善したい
- 自分自身のことをもっとよく理解したいなど、性格的なことを何とかしたい
- 友人や職場などの人間関係やコミュニケーションの問題を相談したい
- 家族関係について考えたい
- 子育ての悩みを話したい（例：発達障がい児など）
- 学校の適応や不登校などで悩んでいる
- アフターコロナでストレスを感じている　など

＊秘密厳守なのでプライバシーが守られます。
※心理カウンセラー（臨床心理士）がお話を伺います。お薬の処方はありません。

開室時間

平　日	9：00～12：30　14：00～17：00
土曜日（第2・4・5）	9：00～12：30

休診日　日曜、祝日、第1・3土曜日、お盆（8/16）、年末年始（12/30～1/3）

料　金　初回 80分 8,000円（税込）
2回目以降 50分 5,000円（税込）
（予約日前日と当日のキャンセル時には、キャンセル料が発生します）
＊医療機関ではありますが、健康保険適用外であり自費になります。

申込み方法

1. 当院通院中の方：主治医へご相談ください。
2. 当院通院中でない方：電話及びメールにて心理カウンセラーへご連絡ください。

① 予約電話番号 0248-22-2211（代表）　受付時間 9：00～12：30
オペレーターに「心理カウンセリング　ろここ」とお申し付けください。
＊心理カウンセラーが電話を取れない場合、申し訳ございませんが、おかけ直しください。

②メールでのご連絡先
skgh.counselor1@shirakawa-kosei.jp

風によせて | 2023.7 VOL.67
編集発行 福島県厚生農業協同組合連合会 白河厚生総合病院

▮住所／〒961-0005 福島県白河市豊地上弥次郎 2-1
▮HP／https://www.shirakawa-kosei.jp
お問い合わせ ●TEL (0248) 22-2211 ●FAX (0248) 22-2218
●E-mail info1@shirakawa-kosei.jp

VEGETABLE OIL INK
この広報誌は環境に配慮した植物油インクで印刷しています。