



新渡戸記念 中野総合病院 だより

Nitobe Memorial Nakano General Hospital

9月号

平成30年9月1日号

東京医療

住所 東京都中野区中央四丁目59番16号

TEL 03-3382-1231 (代) 夜間受付 03-3382-9991

ホームページ <http://www.nakanosogo.or.jp> E-mail soumu@nakanosogo.or.jp

第351号

発行人/理事長 入江 徹也

発行責任者/総務課長 横井 悟

地域の皆さまの“^{いき} ^{いき}息息”とした生活を サポートします

呼吸器内科 内科主任医長 山崎 智久

我々呼吸器内科では、生命維持に必要不可欠な「呼吸器」に関する疾患を担当しております。ひとくちに呼吸器疾患と言っても、感染症・気道閉塞疾患・間質性肺炎・アレルギー性肺炎疾患・腫瘍性疾患等と多岐にわたり、内科系のあらゆるタイプの疾患が含まれるため、内科の中でも最も「総合内科」的な力が必要な領域と言えます。特に高齢の患者様は呼吸器疾患以外にもさまざまな合併症を持っていらっしゃる事が多く、呼吸器内科医の総合内科力が試される機会が多いと実感しております。

さて、現在当科には3名の常勤医師が在籍しており、いずれも東京医科歯科大学呼吸器内科の医局員であり、かつ日本呼吸器学会呼吸器専門医の資格を有しております。比較的大学卒業年度が近い3人で緊密な連携を取りながら診療を行っております。

当科の基本的な診療方針は「新渡戸記念中野総合病院にお越しいただいた患者様に損をさせない医療を提供すること」と考えております。これは我々3名の恩師であり、元東京医科歯科大学呼吸器内科教授で現在同大学学長である吉澤 靖之先生の「医師は自分の患者様に損をさせないように、日々精進すべし」という教えによるところです。常

に患者様にとって最善の方法は何かを考えながら、可能な限り心と体にやさしい検査・治療を考えていきます。

また当科では東京医科歯科大学呼吸器内科の関連施設として、学術的なレベルの維持にも努めており、昨年度も2編の原著論文を医学雑誌に投稿し、掲載されております。

咳・痰・息切れ・胸痛・いびき等のさまざまな症状に対応させていただきますので、これらの症状でお悩みの際には、どうぞお気軽にご相談ください。



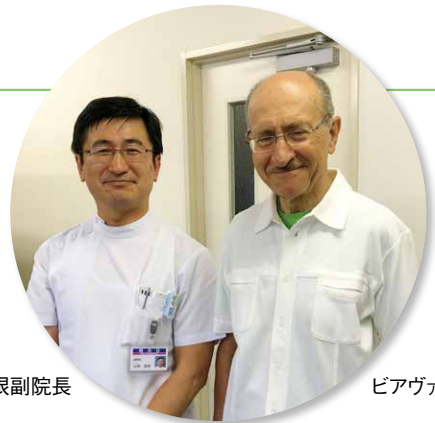


フランチェスコ・ビアヴァーティ先生が表敬訪問されました

イタリア全国家庭医組合の名誉理事長の Francesco Biavati(フランチェスコ・ビアヴァーティ)先生が、地域医療連携室(5月より「患者支援センター」)を介し、中野区医師会の中村 洋一 Dr.のご紹介で、平成30年6月14日(木)に当院を表敬訪問されました。

循環器内科の案内で心臓カテーテル検査室を見学されたあと、山根副院長と通訳の方を介して面談しました。ビアヴァーティ先生はとても誠実な方で、イタリアではコミュニティー病院に心臓カテーテル室はなく、大きな病院と家庭医との繋がりも殆どないとお話でした。

話題は当院の歴史から始まり、創立86年を迎えた当院の初代理事長は国際連盟の事務次長を務め



山根副院長

ビアヴァーティ先生

た新渡戸 稲造博士であり、地方(地域)を大切にしていた新渡戸博士が当院に託した医療への想いを受け継いでいること、また臨床病理検討会では近隣の診療所(家庭医)と病院との垣根をなくして活発な議論が行われ、最近も共同演者として学会発表が行われるなど交流が盛んであることが話題に上りました。

いきいき体操

ストレッチ: 体幹編①

リハビリテーション室 技師長 柳澤 正也

最近、運動を行う時間がなかったり、行うことが面倒だったりしませんか。若い頃を思い出して、体を動かす習慣をつけましょう。

今回のテーマは、ストレッチです。少しずつでも筋肉や関節の柔軟性を回復させてリフレッシュしましょう。

自宅で行える運動です。簡単でも無理せず、勢いつけず、呼吸を止めずに「ジワー」といった感じでソフトに伸ばしましょう。「過度なストレッチは逆効果」、まずは1日3回、1回の目安は5分程度から体をならします。例えば、朝は日常生活で体を動かした後、昼は空き時間、夜は就寝前などと日課として時間を決めると習慣になり、継続しやすいです。

背中や腰のストレッチ①

5回×1セット



片方の膝を曲げ、もう一方は脚を伸ばします。両膝を抱えて胸に近づけます。

伸ばしたほうの脚が浮かないように!

背中や腰のストレッチ②

5回×1セット



仰向けに寝て両膝を曲げます。両手で膝を抱えて、腰を丸めます。

頭が浮かないように!

ご注意!

- ストレッチしてもいいかな、と心配のある方は、必ずかかりつけ医または当院整形外科に受診してから行いましょう。
- 運動を行っている最中または運動後に、以下のような症状が見られた場合には運動を中止してください。
 - ① 胸の痛みや息苦しさを感じたとき
 - ② 強い動悸や脈拍の乱れを感じたとき
 - ③ めまいやふらつきを感じたとき
 - ④ 関節や筋肉に強い痛みを感じたとき
- 運動を行う際には、息を止めたりいきんだりせず、平常どおりの呼吸を心がけてください。
- 力を入れるときは、息を吐きながら、または声に出して数をかぞえながら行いましょう。

第19回 新渡戸記念中野総合病院 区民健康講座のお知らせ

テーマ **高齢者の貧血について**

日時 平成30年9月29日(土) 午後2時～3時

講師 新渡戸記念中野総合病院 血液内科部長 秋山 秀樹

場所 東京都生協連会館3階会議室(中野区中央5-41-18)

定員 50名(定員になり次第、申し込みを締め切らせていただきます)

参加申し込み先 患者支援センター 連携担当 ☎03-3382-1231(内線211)
または総合受付④番窓口



第19回 抒情コンサートを開催いたします

例年、敬老の日に因み開催しております“抒情コンサート”は、今回で19回を数えることになりました。本年も下記の日時に開催いたしますので、抒情曲をお楽しみにお越しくださいますよう、ご案内申し上げます。

記 日時 平成30年9月15日(土) 午後3時～4時
会場 新渡戸記念中野総合病院 1階内科外来待合室

9月の小児救急体制

新渡戸記念中野総合病院では、中野区並びに中野区医師会のご協力を得て、小児の初期(1次)救急として「**準夜間小児初期救急医療**」を救急外来で実施しています。

一般診療所の診察時間が終わった後、お子さまが急病の際には、下記の**夜間受付電話**にご連絡のうえ、ご来院ください。15歳以下のお子さまを対象に、小児科医が診療を行います。

***血液検査、点滴等の処置、入院等を必要とする場合は他病院を紹介します。**

9月1日から30日までの準夜間小児初期救急医療体制は下記の通りです。なお、都合により医師の変更もあり得ますので、ご了承ください。ご不明な点は、下記夜間受付にお問い合わせ願います。

受付時間 毎日午後**6時30分**～午後**9時45分**

診療時間 毎日午後**7時**～午後**10時**

夜間受付 ☎**03-3382-9991**



9月準夜間小児初期救急担当医

日	月	火	水	木	金	土
						1 保崎 明
2 右田 王介	3 小須賀 基通	4 由良 明彦	5 宇都 ちひろ	6 堤 範音	7 清水 泰岳	8 亀井 宏一
9 亀井 宏一	10 小須賀 基通	11 山田 正興	12 小池 林太郎	13 木村 将裕	14 小須賀 基通	15 清水 泰岳
16 清水 泰岳	17 右田 王介	18 高梨 栄	19 久利 由美	20 堤 範音	21 右田 王介	22 亀井 宏一
23 亀井 宏一	24 清水 泰岳	25 細谷 直人	26 宇都 ちひろ	27 木村 将裕	28 右田 王介	29 右田 王介
30 清水 泰岳						

新渡戸記念を支える

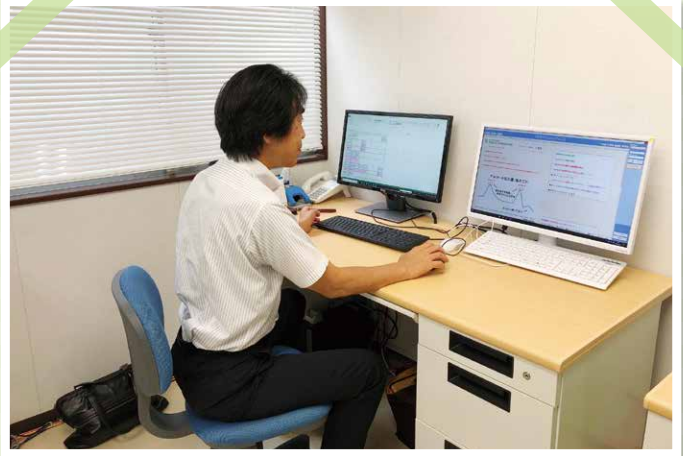
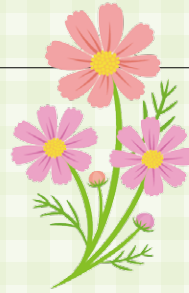
職場紹介

病院のさらなる発展に向けて有益な資料を提供 経営調査課

経営調査課課長 波多野 吉治

経営調査課は用度課に協力し、診療材料や薬剤の購入にかかわる業務を主に行っています。その他にも東京医療生活協同組合が引き続き質の高い医療を提供し、患者さんや地域から選ばれる病院として益々発展していくための業務も推進しています。

東京医療生活協同組合のビジョンである「新渡戸 稲造博士の精神(誠意・思いやりの心)を基にした医療を誠実に実践し、疾病を抱えた人を真心で支援する」と、ミッションである「①急性期医療の質の向上 ②真の地域医療を実践する ③職員の待遇改善 ④経営の安定 ⑤新病院建設」の実現の一助となるよう、東京医療生活協同組合の内外に存在する有益なデータを資料に加工して、適宜提供しています。



新渡戸 の 言葉

今夏は西日本豪雨や東から西に進む迷走台風12号など本当に異常気象が続き、また命に関わる酷暑のために多くの熱中症患者が搬送・入院されました。気象災害に遭われた方々には心よりお見舞い申し上げます。

9月24日は十五夜(中秋の名月)です。右は新渡戸先生が好んで色紙に書かれた古歌で、元水戸藩士鈴木 弘恭すずき ひろやすの作とされ、明治の『小学唱歌』にある「四季の歌」としても知られていました。後世、その生き様から親友の内村 鑑三は太陽に、新渡戸 稲造は月に例えられました。新渡戸家の家紋は月と星。新渡戸先生にとって月は崇拝する特別なものであったのかも知れません。

新渡戸記念中野総合病院副院長 山根 道雄

見る人の
心ごころに
まかせおきて
高嶺に澄める
秋の夜の月

(鈴木弘恭)

新渡戸 稲造