



# 新渡戸記念 中野総合病院 だより

Nitobe Memorial Nakano General Hospital

12月号

平成30年12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](mailto:soumu@nakanosogo.or.jp)

第354号

発行人/理事長 入江 徹也

発行責任者/総務課長 横井 悟

## 2018年度より補聴器購入に医療費控除が適用されます

耳鼻咽喉科 主任医長 石原 明子

耳鼻咽喉科の常勤医は石原 明子(日本耳鼻咽喉科学会専門医、専門指導医、補聴器相談医)、小山 雄太郎(日本耳鼻咽喉科学会)の2名で、ともに東京医科歯科大学耳鼻科医局員です。非常勤医は、東京医科歯科大学から河邊 浩明(木曜午前)、堤 剛(木曜午後、めまい外来)2名が担当しております。

### ● 難聴と補聴器について

日本では高齢化が進み、加齢に伴う難聴患者が増えています。難聴があると脳に入る聴覚情報が減少し、脳の認知機能にも悪影響を及ぼすことがわかってきました。難聴の患者さんは、早期に適切な補聴器を使用することで、認知機能低下を遅らせることができます。2018年5月より、補聴器購入費用が医療費控除の対象になると決まりました(日本耳鼻咽喉科学会 [http://www.jibika.or.jp/members/iinkaikara/fukusi\\_koujyo.html](http://www.jibika.or.jp/members/iinkaikara/fukusi_koujyo.html))。

### ● 補聴器を希望される方の診察手順

難聴にはさまざまな種類があります。まず耳鼻咽喉科の補聴器相談医を受診し、耳内診察と聴力検査を受けてください。補聴器が必要は患者さんには、補聴器相談医が「補聴器適合に関する診療情報提供書」を作成し、認定補聴技能資格者のいる補聴器店へご紹介します。補聴器購入費用は、確定申告で医療費控除の対象となります。補聴器は購入後も定期点検や音量調節が必要です。

なお、高度難聴で身体障害者(聴覚障害)に該当す

る場合は、聴覚障害手帳・補装具意見書の申請も行います。当院でも対応しておりますので、難聴でお困りの方はご相談ください。

### ● 外来・入院

月曜～土曜の午前は、耳鼻咽喉科疾患全般(予約優先、予約なしでも時間内に受付で受診可能です。予約のない方にはお待ちいただくことがあります)。

月曜～金曜の午後は、頸部疾患・学童・めまい・補聴器・特殊検査の予約専門外来です(救急症例や入院対応あり)。患者さん一人ひとりの状態にあわせて丁寧な診療を心がけております。

### ● 手術

口蓋扁桃摘出、内視鏡下鼻内手術、アレルギー性鼻炎のアルゴンプラズマ下甲介粘膜焼灼、喉頭微細手術、気管切開、頭頸部良性疾患(口腔・耳下腺・顎下腺・甲状腺等)、鼓膜チューブ留置、鼓室形成術などを行っております(小児病棟がないため、小児の入院/手術は医師と要相談)。





## インフルエンザ予防接種を行っています

予防接種はインフルエンザを発症する可能性を減らし、もし発症しても重症化を防ぎます。ワクチン接種から実際に効果を発揮するまで2週間程度かかるため、お早めに接種ください。

当院でのインフルエンザ予防接種は予約制となりますので、ご希望の方は1階④番受付、またはお電話にてご予約を承ります。なお中学生以下の方は小児科でのご予約となりますので、小児科外来までお問い合わせください。

**予約枠** 1日 30名

**日程** 12月27日(木)までの月曜日～金曜日

**受付** 14:30～ 接種 15:00～16:00

**費用** 65歳以上(予診票をお持ちの方) 2,500円  
\*中野区以外の方は住所地の予診票が必要です。  
65歳未満 4,320円(税込)

**電話** 03-3382-1231(代) 予防接種とお伝えください。  
(9:00～16:00/日曜・祝日除く)

\*当院では妊婦の方へインフルエンザ予防接種を行っておりません。かかりつけ医にご相談ください。



## 総代懇談会を開催いたしました

平成30年度総代懇談会を、去る10月25日に東京都生協連会館3階会議室で、開催いたしました。49名の総代の方々にご出席いただき、定刻に開始いたしました。



今回は、従来の総代懇談会と趣を変え「新渡戸記念中野総合病院の最近の活動報告」と題して、最近新装されたリハビリテーション室・心臓カテテル室・電子カルテについての報告や臨床研修の状況について関係部署から報告させていただきました。

続いて、今年度から新たに総代に就任された方々の「自己紹介」をお願いし、最後に事前に寄せられておりました「ご質問・ご意見」に対してのご返答をさせていただきました。あっという間に2時間が経過いたしました。総代の皆さまのご協力を賜り、盛会裏に終了いたしました。

## いきいき体操 4

### ストレッチ:背中～肩甲骨編

リハビリテーション室 技師長 柳澤 正也

背中にある筋肉のストレッチをしましょう。腕を動かすために、その付け根にある肩を動かすために、その土台となる肩甲骨の動き自体を良くするために、肩甲骨周囲の筋肉をストレッチしてやわらげることが大切です。

椅子に正しい姿勢で腰かけて行います。肩甲骨を大きく動かしているイメージで、ゆっくり行いましょう。

自宅の床や椅子で行える運動です。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。

**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。

### 背中ストレッチ

20回×3セット



手を前で組み、あごを引いて、背中を丸め、膝も軽く曲げます。両腕を前に出したり、胸に引いたりして、肩甲骨を動かします。

### 肩後面のストレッチ

20回×3セット



ストレッチしたい腕を胸の前に伸ばします。反対の手で、胸につくように、抱えます。

身体をねじらないように!

# 第20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 「転倒」～転ばないように日頃から準備できること～

日時 平成31年3月上旬予定

講師 新渡戸記念中野総合病院 リハビリテーション室 技師長 柳澤 正也

場所 東京都生協連会館3階会議室

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



## 12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。**

12月1日から31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**

### 12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 荻原 正明	5 村杉 寛子	6 堤 範音	7 清水 泰岳	8 亀井 宏一
9 清水 泰岳	10 小須賀 基通	11 高梨 栄	12 久利 由美	13 齊藤 直子	14 右田 王介	15 亀井 宏一
16 右田 王介	17 小須賀 基通	18 多田 光	19 細谷 直人	20 堤 範音	21 清水 泰岳	22 清水 泰岳
23 亀井 宏一	24 右田 王介	25 細谷 直人	26 高梨 栄	27 齊藤 直子	28 小須賀 基通	29 右田 王介
30 亀井 宏一	31 清水 泰岳					



## 年末年始の 診療について

年末年始の12月29日(土)～1月3日(木)の6日間は休診とさせていただきます。通常診療は、年内が12月28日(金)まで、新年は1月4日(金)からとなります。詳しくは各診療科外来にてお尋ねください。

新渡戸記念を支える  
職場紹介

## 患者様が不安なく治療を継続できるように！ 外来化学療法室

看護師 谷津 直美 椎原 千鶴

外来化学療法室は、平成26年5月より7床で新設され、平成29年10月より10床に増設されました。外来化学療法の流れは、来院、採血、診察、診察結果により、化学療法治療開始となります。そして、外来治療を終えられた患者様は、自宅での生活が待っています。化学療法を行った後の副作用についても、ご自身で対応しなくてはならなくなり、不安を抱える可能性があります。

化学療法室では、いつでも病院と連絡ができ、不安なく治療が継続できるようにと考え、安全でより快適に外来治療が受けられることを念頭に、各外来、医師、薬剤師と連携し、治療に携わっていきたいと考えています。ご質問のある際は、いつでも化学療法室までお問い合わせください。



## 新渡戸 の 言葉

新渡戸先生の愛読書『サター・リザータス(Sartor Resartus)』の書名は、岩波文庫では『衣服哲学』ですが、元来の意味は「仕立て直された仕立屋」と一寸ユーモラスな題名です。しかし、取り寄せてみると原著はさほど厚い本ではないのですが、悲しいかな私の英語語彙力・読解力のなさもあり、とても難解で、一行読むのも大変骨が折れます。それを新渡戸先生は繰り返し熟読玩味していました。

今回も新渡戸 稲造著『一日一言』からの引用(12月18日付)ですが、カーライルの哲学の片鱗が伺えます。そこには新渡戸先生の作と思われる2つの歌が追記されています。“我が姿醜かりとて恥ぢなせそ ころ言葉清く持てれば” “みめあしく姿に花は咲かずとも 心に実をば結べ世の人”

新渡戸先生は格調高い英文の『武士道』で日本人の心を国際的に紹介する一方、『一日一言』は「人生いかに処すべきか、いかにすれば心乱れることなく、恥じるどころなき人生をおくることができるかを、今度は日本人に向けて著した」(山本史郎)ものとされています。

新渡戸記念中野総合病院副院長 山根 道雄

外に出て見ると、最近流行の晴れやかなる  
衣装の紳士、貴婦人、淑女の行列するが如  
く行くに逢ふ。して、己れの姿はと鏡に写  
して恥かしく思はば、思ひかへして考へよ、  
着物も人にあらず、皮も人にあらず、唯心  
のみ人なることを。

新渡戸 稲造