

踏み出そう新たなステージへみんなの力が新渡戸の未来



新渡戸記念 中野総合病院 だより

Nitobe Memorial Nakano General Hospital

3月号

令和4年3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 syougai@nakanosogo.or.jp

第393号

発行人/理事長 入江 徹也

発行責任者/渉外・広報課長 仲田 智

コロナ禍におけるからだの管理について思うこと

呼吸器内科 部長 田中 理子

2019年に中国で始まったCOVID-19の流行は、当初の目論見を外れて世界中を巻き込む事態に発展。私たちの住む日本も、例外なく、ダイヤモンドプリンセス号の寄港を皮切りに、みるみるうちにその渦中にはまり込んでいきました。2020年4月の最初の緊急事態宣言発令後は、日常生活も人とのつながりも今までとはまったく違う、映画や小説の中のような世界が待っていました。COVID-19以前の日常生活がどんなふうであったかは昔話のようになっているのではないのでしょうか。2021年秋から年末までは比較的落ち着いていて、日常生活が少しずつ戻ってきたかのようにでしたが、2022年に入り、信じられないスピードで変異株による新たな波に襲われています。以前と同じ生活ができるようになるのにはまだ時間がかかりそうです。

COVID-19が流行して医療は逼迫し、当院だけではなく全国的な問題として通常診療が通常にできない状態になりました。病院側の受け入れが縮小していることに加えて、感染を危惧して、健康診断なども遅れがちになったり、受診控えで症状があっても我慢したり様子を見たりすることも多くなったり、といったことが見受けられました。私たち呼吸器内科で診る肺癌や肺結核などは、自覚症状が出る前に画像で発見されることも多い疾患で、受診の遅れがその後の経過に大きく影響すること

が多くあります。受診控えなどの影響もあるのでしょうか、COVID-19流行以後はこれらの病気が進行した状態で見つかる症例が多くなっている印象を受けています。

また、COVID-19そのものについても、もともと基礎疾患の有無、また、その基礎疾患のコントロールの状態が予後や経過に影響を及ぼすと考えられています。受診控えによって薬がきれてしまったり、定期検査ができなくなって自己判断でのコントロールになってしまったりといったことによって、もともとお持ちの疾患のコントロールが不良になることで、万一COVID-19にかかった場合の経過に影響が出てくるということになりかねません。

病院の受診という外出自体が感染の機会になるのではという心配もあり、とても困難な状況ではありますが、最低限の受診、検査の機会を逃さないようにすること、服薬などの治療の継続、また自分の持病を軽視せずに向き合い普段から自己管理をしっかり行っていくことが、今私たちが見舞われている非常事態において、とても大切になってくるのではないかと思います。

「備えあれば憂いなし」などともいいいますが、健診や受診を含めて、患者さん皆さんと一緒に普段からの健康管理を行っていけたら、と思います。心配事があったらお気軽にご相談ください。

医師退職のお知らせ



2022年3月31日をもちまして下記の医師が退職となります。

急性期医療、新型コロナウイルス診療にご尽力いただき、大変お疲れさまでした。

新しい職場でのさらなるご活躍をお祈り申し上げます。

内 科	小松 有	医師
	吉嶺 朝陽	医師
	芋野 充紘	医師
	穂坂 伸吾	医師
外 科	村瀬 秀明	医師
	大友 真由子	医師
	塚原 啓司	医師
整形外科	萩尾 慎二	医師
	勝又 豊啓	医師
皮 膚 科	乾 恵子	医師
耳鼻咽喉科	梶野 紘平	医師

脳神経内科	丸岡 浩之	医師
	青山 尚史	医師
	渡邊 由衣	医師
臨床研修医	市川 椋雅	医師
	山本 始	医師
	井口 晋太郎	医師
	太田 哲夫	医師
	川本 脩平	医師
	嶋田 壮太郎	医師
	村上 理子	医師
	三井 康平	医師

2022年4月1日より後任の医師が引き続き診療を担当させていただきます。

薬のまめ知識

薬の正しい使い方④ 薬を安全に正しく使うために

薬剤科長 高松 登

◎有効性以外の副作用にも注意

薬は治療効果を目的として使用しますが、すべての人に同じように効果を発揮するとは限りません。時には期待する効果以外に体質や状況によっては思わぬ副作用が生じることもあります。特に初めて使用する薬には注意が必要です。体調に異常を感じたら、処方医やかかりつけ薬剤師に早めに相談しましょう。

◎かかりつけ薬剤師・薬局を決めましょう

複数の医療機関にかかった場合でも、薬をもらう薬局は1カ所にして、信頼できる薬剤師を決めましょう。

薬の服用歴をもとに併用禁忌や相互作用、重複処方など、飲み合わせの確認がスムーズにできますし、様々な薬の相談や緊急時の対応も可能になります。

◎お薬手帳を上手く活用しましょう

お薬手帳に服用している薬の処方内容や副作用を経験した薬を記録し、医療機関を受診する時や薬局で薬を買ったり調剤してもらう時に必ず見せるようにしましょう。お薬手帳に体調の変化や、検査値などの情報を記録しても構いません。有効に活用しましょう。

病院からのお知らせ

業務災害・通勤災害の 手続きについて

業務中に業務を原因として被った負傷又は病気を発症した場合は**業務災害**に該当し、職場への通勤途中や帰宅途中に負傷した場合は**通勤災害**に該当します。ただし業務中や通勤・帰宅中であっても、私的な行為が要因になる場合や普段の通勤経路を外れた場合は認められないことがあります。

業務災害・通勤災害で診療を受けるときは、健康保険証は使用できず、会社が加入している労災保険を使用します。会社から発行される「療養補償給付たる療養の給付請求書(様式5号※:業務災害)」、「療養給付たる療養の給付請求書(様式16の3号※:通勤災害)」を、病院・薬局にそれぞれ提出することで、自己負担分の支払いが無くなります。また、災害により休業した場合は休業補償の給付を受けることができます。

※負傷・病気に対して2か所目の病院での診療の場合は様式が異なります。

入院患者満足度調査 結果報告について

当院は「新渡戸稲造博士の精神(誠意と思いやりの心)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」という理念に基づき「地域の皆様に信頼される病院」を目指して、毎年入院患者さんの満足度向上のためにアンケート調査を実施しています。今年度は2021年11月15日～12月14日に退院された患者さんを対象に行いました。アンケート結果の概要を院内掲示およびホームページで公表する予定です。

皆様から頂いた貴重なご意見・ご要望をもとに、より良い医療の提供に向かって努力して参りますので今後ともよろしくお願い申し上げます。

人気メニューのレシピをご紹介します！

栄養科 病院食通信 ④



【インディアンサラダ】

当院の朝食人気メニュー「インディアンサラダ」です。「インディアン」とはインド風という意味で、カレー粉を使用したホットな料理です。カレー粉を使用することで、塩味を控えることもでき、塩分が気になる方にもおすすめの料理となります。作り方も簡単ですので是非お試しください！

材料 (1人前)

スパゲッティ	10g
人参	10g
胡瓜	30g
玉ねぎ	10g
プレスハム	30g
マヨネーズ	10g
カレー粉	1g

調理方法

- ① パスタを短く折って茹でる。
- ② 人参、きゅうりは、せん切りにする。
- ③ 玉ねぎは薄くスライスする。
- ④ プレスハムは長方形に切る。
- ⑤ マヨネーズとカレー粉をよく混ぜ合わせる。
- ⑥ ①～④の材料をあわせ、⑤で和えたら完成です。

栄養成分表示 (1食あたり)
エネルギー 147kcal / たんぱく質 6.5g / 脂質 9.2g / 炭水化物 11.6g (食物繊維 1.3g) / 食塩相当量 0.9g

ポイント

野菜はカット後に水で洗い、よく水切りをすると、マヨネーズと和えた時にしっかり味が付きます。また、カレー粉はマヨネーズと和えておくと粉っぽさがなく、美味しく仕上がります。

がん哲学外来

休診のお知らせ

1月24日より当院は「緊急事態診療体制」に移行いたしました。これに伴い「がん哲学外来」は現在休診となっています。再開につきましては、誌面・ホームページ等でご案内いたします。

当院ホームページ内【新渡戸稲造記念センター がん哲学外来】に、樋野 興夫センター長による『言葉の院外処方箋』が連載されています。ぜひご一読ください。

ホームページ <http://www.nakanosogo.or.jp/>

ご意見をお寄せください

東京医療生活協同組合は、機関紙「新渡戸記念中野総合病院だより」を通して私どもの活動を皆様にお知らせして、皆様との交流を図って参りました。このたび、この活動をさらに発展させ、皆様からのご意見を積極的に聞き、当生協の運営に役立てることといたしました。

つきましては、当組合に対するご意見、ご要望を郵便、メール、またはFAXにてお送りくださいますようお願いいたします。なお、ご意見をお送りいた

だきます際には、ご氏名に加えて必ず組合員番号（組合員証に第〇〇〇〇〇号と記載されています）をご記入いただきますようお願いいたします。

宛先

東京医療生活協同組合 渉外・広報課

住所 〒164-8607 中野区中央四丁目59番16号

メール syougai@nakanosogo.or.jp

FAX 03-3381-4799

新渡戸 の 言葉



Scouting for Boys (1908)

CHAPTER VII

CHIVALRY of the KNIGHTS

One aim of the Boy Scouts scheme is to revive amongst us, if possible, some of the rules of the knights of old, which did so much for the moral tone of our race, just as the Bushido of the ancient Samurai knights has done, and is still doing, for Japan. Unfortunately, chivalry with us has, to a large extent, been allowed to die out, whereas in Japan it is taught to the children, so that it becomes with them a practice of their life, ...

Robert Baden-Powell 1857-1941

新渡戸 稲造博士の5歳年長でボーイスカウトの創始者である英国のRobert Baden-Powell卿（ベーデン-パウエル、1857-1941）は1908年に『Scouting for Boys』を著しました。B-P亡き後、第二次世界大戦で敵国となった日本に関する記述の多くが削除され、翻訳されている普及版にはありませんが、原著の第七章騎士道では「スカウト運動にて復権を願っている騎士道精神は英国では昔のものとなったが、同じ道徳律である武士道精神は日本では子供へ伝えられ、その人生で今も生きている」と記述されています。皇太子が当時外遊の際、ベーデン-パウエルは「英国のボーイスカウトは日本の武士道の精神を採ったものである」と言上したとボーイスカウト日本連盟初代総長の後藤 新平は述べています。（『先人にまなぶ 歴代総長のおしえ』 ボーイスカウト日本連盟 2015）

災害に対する心得として小池 百合子都知事が「備えよ常に」と報道で述べていたのを聞き逃しませんでした。これはボーイスカウト運動のモットーである“Be Prepared”という言葉。知事は故郷の兵庫で小学・中学時代にガールスカウトをしていたそうです。新渡戸先生の大切な教えの一つ“To DoよりもTo Be”という言葉の意味を考え続けていますが、ボーイスカウトにB-P spiritとして良く知られている“Be”を「常に」と翻訳していることに半世紀を経て気づき、本質を極めた「常に」という名訳に改めて感銘を受けています。コロナ禍の嵐の中、闘いの終わりは見えませんが、スカウトとして自然の中で学んだ感謝とサバイバル精神は今も私の中に生きています。

新渡戸記念中野総合病院副院長 山根 道雄