



新渡戸記念 中野総合病院だより

Nitobe Memorial Nakano General Hospital

理念

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

基本方針

- ① 安全で質の高い医療の推進
- ② 急性期医療の充実
- ③ 地域医療の拡充と
地域医療連携の強化
- ④ 臨床研修指定病院としての機能の充実
- ⑤ 災害時医療の拠点病院としての機能の充実
- ⑥ 職員の教養・知識・技術の向上と待遇改善
- ⑦ 経営の安定化

50歳を過ぎたら帯状疱疹の予防接種が受けられます

皮膚科 部長 大井 三恵子

体の左右どちらか一方に、ピリピリした痛みが突然に現れ、それに続いて赤い斑点、小さな水ぶくれが集まって出てくる病気、それが帯状疱疹です。原因は幼少時にかかった水痘(水ぼうそう)のウイルスで、水痘にかかった後に体内に潜んでいたウイルスが、免疫力が落ちた時に再活性化し、神経に沿った皮膚の症状と痛みを引き起こします。高齢の方に多い病気で、特に症状が顔面に出ると、目や耳の神経が障害され、視力低下や顔面神経麻痺などの重い後遺症を残すこともあります。またその他の部位でも傷んだ神経の痛みが残り、生活の質を低下させてしまいます。

帯状疱疹はこれまで夏に多いと言われていましたが、コロナ禍で通年性に増加していることが指摘されています。新型コロナウイルス感染による免疫システムのダメージ、新型コロナウイルスのワクチンによる免疫の修飾、またコロナ禍での心理的ストレスなどの原因が挙げられており、夏に限らず、また必ずしも高齢の方に限らず増加しています。

治療は帯状疱疹ウイルスの増殖を抑える薬剤を内服、もしくは重症な場合には点滴にて投与します(点滴治療の場合には入院となり、約1週間の入院期間です)。しかし、かかってしまうと後遺症を

起こす可能性があり、予防が大切となります。

前回、昨年1月に、新しい帯状疱疹ワクチン(シングリックス®)について、この病院だよりにてご紹介いたしました。その後ご覧になった方、またテレビのCMなどを通じてのご希望の方など、当科に絶え間なくいらしております。新しいタイプのワクチンは、2020年1月に発症と重症化を予防するために開発されたものです。従来帯状疱疹の予防として使われていた水痘ワクチンによる予防効果よりも初発・再発とも有効性が高く、効果の持続時間も長くなりました。また不活化ワクチンのため、従来の水痘ワクチンが使えない方(免疫療法中の方など)にも接種できます。欠点としては従来のワクチン接種が1回なのに比して2回の接種が必要なこと、接種時の疼痛、発熱などの副反応の発生率が若干高いこと、接種費用が高額なこと(税込み22,000円×2回)です。

水痘ワクチン、新しいワクチンともに50歳以上の方が適応となっております。ご希望の方がいらっしゃいましたら、一度皮膚科をご受診いただきご相談ください。

※令和5年3月1日より、中野区に住民票のある方は帯状疱疹任意予防接種費用の一部助成(水痘ワクチンは4,000円、シングリックスは1回につき10,000円)が始まる予定です。詳しくは中野区のホームページをご参照ください。

永年勤続功労者が表彰されました

当生協では毎年1月、永年勤続功労者が表彰されます。今年も当生協を永年に亘って支えてくださった永年勤続職員の方々(勤続40年2名、35年3名、30年4名、25年8名、20年9名、15年7名、10年9名、合計42名)が表彰され、理事長より賞状と記念品が授与されました。



令和4年度病診連携をすすめる会が開催されました

令和4年12月15日中野区医師会主催の「令和4年度病診連携をすすめる会」が開催されました。当院をはじめ入院病床を有する中野区の8病院が中野区医師会館に集まり、中野区医師会会員の先生方へ向けてWEB配信にて新型コロナウイ

ルス感染症の現状・取り組み等を報告しました。

多くの医療機関の方々と意見交換が出来、大変有意義な時間となりました。今後も中野区内の医療機関との連携を密にして診療に取り組んで参ります。

薬のまめ知識

薬剤師の仕事

薬剤科長 高松 登

病院では多くの職員が働いています。なかでも医療職は医師、薬剤師、看護師、臨床検査技師、診療放射線技師、理学療法士など多くの資格を有する職種がその専門性を活かしてチーム医療に関わり、一人ひとりの患者さんの治療を支えています。今回からシリーズで、薬剤師の専門性についてご紹介しましょう。

① 薬剤師になるには

6年間薬学部で学びます。5年生の時に実務実習として薬局、病院の順に各11週間の体験を経て

卒業したあと、国家試験に合格することで薬剤師として働くことが可能になります。

② 薬剤師の専門性は

薬の専門家として薬の特性を理解したうえで、適正で安全に薬を提供するための確認を行い、必要に応じて医師に疑義照会や提案を行い、より患者さんに有益な薬物療法の提供ができるよう努めています。

次回以降は具体的に行っている仕事の内容をお伝えしましょう。

病院からのお知らせ

マイナンバーカードの健康保険証利用について

当院はマイナンバーカードを健康保険証として利用できる「健康保険証オンライン資格確認^{*}」の導入準備を進めております。マイナンバーカードに健康保険証を紐づけている方は、マイナンバーカードを受付窓口のカードリーダーにかざすことで、当院での受診が可能となります。

カードリーダーの利用開始日については、改めてお知らせいたします。

注意1: マイナンバーカードの登録は必須ではありません。

マイナンバーカードがなくても、これまでと同じように保険証を提示して受診することができます。

注意2: 公費負担医療制度をご利用中の方は、各種証書のご提示は引き続き必要となります。

^{*}医療機関や薬局では、患者が加入している医療保険を確認する必要があります。この作業を「資格確認」と呼び、窓口でマイナンバーカードを顔認証付きのカードリーダーにかざすことで、本人確認及び資格確認を行います。

選定療養費改定のお知らせ

令和5(2023)年4月より初診にかかる選定療養費を2,200円から**3,300円**に改定いたします。

選定療養費とは、「初期の治療は地域の医院・診療所などで、高度・専門医療は病院(200床以上)で行う」という医療機関の機能分担の推進を目的として厚生労働省により制定された定額負担制度で、「紹介状なしに200床以上の病院を受診した場合に保険適用の初診料とは別に負担いただく費用(療養費)」です。ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

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 15



【あんかけ焼きそば】

今回は腎臓病食で提供している、あんかけ焼きそばをご紹介します。腎臓病食とはエネルギーを確保し、たんぱく質を制限したお食事です。麺は通常量よりやや少ないですが、あんかけにすることで、満足感を得られます。

材料 (1人前)

蒸し中華麺……120g
鶏モモ小間肉… 40g
人参 …………… 10g
白菜…………… 30g
ピーマン ……… 10g
なると………… 10g
サラダ油………… 適量
練り辛子………… 2g

【合わせ調味料】

④
ガラスープ 5ml
水……………50ml
醤油……………5g
塩こしょう… 少々
酒…………… 1g
本みりん…… 1g
片栗粉………… 適量
ごま油……… 少量

調理方法

下処理

- ・人参は短冊、白菜は3cmの四角、ピーマンはせん切りにする
- ・なるとは5mmの半月切りにする

調理

- ① 麺は約7分間蒸し、油を敷いたフライパンで焼色をつけておく
- ② 別のフライパンで鶏肉、人参、なるとを炒める
- ③ ②に④合わせ調味料を入れ、ひと煮立ちさせ、次に白菜、ピーマンを入れて加熱する
- ④ 全体に火が通ったら、水溶性片栗粉でとろみをつける。最後にごま油を少量入れる
- ⑤ 麺の上に④をかけ、お好みで練り辛子を添えて完成

栄養成分表示 (1食あたり)

エネルギー 386kcal / たんぱく質 14.6g / 脂質 14.7g / 炭水化物 53.7g / 食塩相当量 1.9g

ポイント

麺を蒸した後、軽く焼くことで、余分な水分が飛び、香ばしさが出て、食感と風味が良くなります。

「がん哲学外来」のご案内

当生協「新渡戸稲造記念センター」の樋野興夫センター長が全国に展開している「がん哲学外来」が当院でも開設されています。「がん哲学外来」は「がん」にまつわる様々な悩みを樋野興夫センター長との対話を通して解消する外来です。東京医療生活協同組合の組合員（ご家族）の方ならどなたでも無料で予約できます。

お電話で予約申し込みを受け付けています

電話 03-3382-1507
9時～16時30分（日曜、祝日を除く）

開催予定日 2/1(水)、2/2(木)、2/15(水)、2/16(木)
2/20(月)、2/21(火)、2/22(水)
1回約50分（1日4組まで）

ご意見をお寄せください

東京医療生活協同組合は、皆様のご意見を当生協の運営に活用させていただいております。皆様のご意見は右記宛先までお送りいただき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

戦闘の続くウクライナもコロナ禍の日本も、今も共に有事が続いています。

自らを深く掘り下げてゆく『修養』とともに、塵界にあって品性を磨く『世渡りの道』は50歳目前の新渡戸 稲造先生の名著です。処世術とは異なり、俗世と親しく交わりながら人の「道」を究めるロングセラーでした。序文では「人間が此世に生れた以上は、…終始他人の世話を受け、又は他人の手を煩さないで、全く独立し或は孤立しては何事をも為し得ぬものであると信じている。…古人は云ふ、大隠は朝市に隠れ、小隠は山林に隠ると。」と記され、「山深く何か庵をむすぶべき心の中に身は隠れけり」の歌が添えられています。「水鳥の水中を潜りながら、尚其羽毛の濡れぬ様に、世の塵を被りてみながら、尚其垢に染まぬ心が尊いのである。これが世を渡る心得の尤なるものと思ふ。普通に世渡りといへば、世の汚泥に染み、而も其汚泥を舗ひ、其泥中に潜ぐり込む如きものと心得るものがある。併し斯の如きは人生の真意を解さぬものと思ふ。厭までも気は高く心は潔く、世の毀誉褒貶をも顧みず、心の正しきと思ふ道を辿り行く所に世渡りの真味は存すると思ふ。」と続く序文の末尾は次の古歌で終わります。「映るとは月も思はず映すとはみづも思はぬ広沢のいけ」

今この人との付き合い方の極意が、新渡戸先生の月のような言葉を介して、時空を越えてさざ波立つ水の私の心に映っています。

新渡戸記念中野総合病院副院長 山根 道雄



『世渡りの道』第五章

(二) 動機測知の方法

新渡戸 稲造

故に人の動機を測り判断するには、活眼を以て観るを要する。……之に就て僕に一の考がある。極めて平凡な考であるが、頗る安全で間違のない方法である。それは人の批評を為さないことである。