



新渡戸記念 中野総合病院だより

Nitobe Memorial Nakano General Hospital

8月号

令和6年8月1日号
422号

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
人を真心中で支援する

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

健康診断のすすめ

健康管理科 部長 土肥 まゆみ

中国医学では「未病」という考え方があります。「いまだ病にあらず」という意味で、健康な状態から突然病気になるのではなく、健康と病気の狭間の状態があり、この時期に心身ともにより健康な状態に近づく努力が必要ということです。例えば自覚症状はないが検査項目に異常があり、このまま放置すると病気に進行していく可能性が高いというような場合がこれにあてはまると思われます。この時期に不可欠なのが健康診断です。ぜひ健康診断を受けて「未病」を治しましょう。もちろん明らかに病気と思われる場合は早めの保険診療をおすすめします。

当院健康管理科は正面玄関入って奥左側、階段の裏手にあります。少し見つけにくい場所ですが探したずねていただく価値はあると自負しております。人間ドックをはじめとした様々な企業健診、住民健診、診断書作成等を承っております。当生活協同組合組合員様には人間ドック料金の割引もごございます。コロナ禍以降、密集を避けるため完全予約制とし、可能な限り短時間で受診できるよう努めておりますので、詳しくは病院ホームページの「健康管理科」をご覧ください。

令和6年度の中野区、杉並区の区民健診が6月

1日からスタートしました。受診期間は令和7年2月28日までですが、例年最終日が近づくと大変込み合い、ご希望の日程が予約できない場合があります。早めの受診をお勧めいたします。ご予約の前には区役所から届いた「区民健診の受け方」をご一読ください。受診できる項目は区によって、また個人個人で異なります。受診券シールがなくても受診資格がある場合もあります。逆に受診日に受診券シールをご持参いただけないと健診を受けられません。必ず事前にご確認ください。子宮頸がん検診、乳がん検診、胃がん検診は2年に一回、眼科検診は45歳、55歳、65歳のみ、胃がんハイリスク診査と肝炎ウイルス検査は過去に検査されたことがある方は受けられません。スムーズな予約、受診、結果通知にご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

人生100年時代といわれます。しかし健康寿命が長くなければ100年という歳月に意味はありません。それぞれの年代に応じた「健康生活」を過ごしていただくお手伝いが少しでもできるよう、地域の皆様のお役に立てることを目標に、これからも努力してまいります。



第75回通常総代会を開催しました

2024年6月20日(木)の午後1時半より東京都生協連会館において「第75回通常総代会」を開催しました。総代101名中96名(本人出席53名、書面出席43名)の出席が確認され、本総代会が成立している旨が宣言されました。

はじめに、職員区の須藤 淳二総代が議長として選出され、入江 徹也理事長の開会の挨拶の後、ご来賓の一般社団法人中野区医師会 山田 正興先生、一般社団法人東京都中野区歯科医師会会長 酒井 秀夫先生、一般社団法人中野区薬剤師会会長 小川 達也先生よりご祝辞をいただきました。

続いて、第1号議案「2023年度事業報告及び収支決算報告並びに損失金処理案について及び監査報告」と第2号議案「2024年度事業計画案及び収支予算案について」が入江理事長並びに担当理事から報告・提案され、いずれも承認されました。残る3つの議案も担当理事から提案された後に、いずれも承認されました。

最後に役員選挙管理委員長から「役員改選」についての報告がなされ、15名の理事・監事が選任

されました。

総代の皆様が熱意に満ちた審議を行ない「第75回通常総代会」は午後4時すぎに滞りなく終了しました。

今年度も、総代や組合員の皆様のお力をお借りして一步一步業務に邁進して参ります。どうぞよろしくご支援・ご指導を賜りますようお願いいたします。



検査まとめ知識

便潜血検査について

中央検査科 技師長 須藤 淳二

便潜血検査は、便中に存在する目には見えない微量な血液を検出する検査で、大腸がんや前がん病変である腺腫を非侵襲的に検査できることから、地域検診でも実施しております。

現在実施している免疫法は、ヒトヘモグロビンに対する抗体を用いて潜血の有無を検出するため、食事による影響を受けません。2日間採取する理由は、検出感度、特異度が増加するためです。便は血液や尿などとは異なり、個々の水分や繊維成分などが一定ではありませんし、潜んでいる血液も均一ではありません。内部よりも表面に血液が存在している可能性が多いことから、採取容器のスティックを突き刺すより、まんべんなく表面を擦りとることが

大事なポイントです。溝に埋まる程度採取することで定量性が担保できていることとなりますので、多くの便は必要ありません。

採取したあとの注意点として、高温下で長時間放置すると血液成分が変性、失活して偽陰性の可能性があるため、冷蔵保存が望ましいですが、抵抗感があるという意見もあるようです。近年は緩衝液が改良され、5日程度であれば失活は最小限と言われていますが、今年の夏も暑くなりそうですので、採取後はひんやりとした場所で保管し、速やかに提出をお願いします。

参考資料：日本消化器がん検診学会：
大腸がん検診マニュアル 2021 年度改訂版

病院からのお知らせ

外来患者満足度調査実施について

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」を目指しています。皆様からの貴重なご意見・ご要望をお伺いするために、毎年外来患者満足度調査を実施しています。調査にご協力いただきました皆様に心より感謝申し上げます。調査結果をもとに、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。

※調査結果は、院内掲示およびホームページで公表する予定です。

当院はマイナンバーカードを利用した「オンライン資格確認」を行っています

「オンライン資格確認」は健康保険証利用の登録をしているマイナンバーカードを読み込むことにより、患者の皆様の資格情報等（加入している医療保険や自己負担限度額等）をその場で確認できる仕組みです。2024年12月2日から現行の健康保険証の新規発行は終了します。今後、保険証利用には、マイナンバーカードが必要になりますので、まだお持ちでない方は、マイナンバーカードを取得して健康保険証利用登録を行ってください。

※公費医療証は引き続きご提示いただく必要があります。
※12月2日時点で有効な健康保険証は最大1年間有効です。

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 33



【冷や汁】

当院の夏の季節食、暑い夏にぴったりの冷や汁を紹介します。冷や汁は即席のかけ汁で、暑く湿気の多い宮崎県の平野部に根付いた郷土料理。当院では旬の野菜である茄子ときゅうりを使用し、冷たくさっぱりといただきます。茄子やきゅうりにはカリウムが豊富に含まれ、ナトリウムを排出する作用があります。血圧が気になる方にもおすすめです。

材料 (1人前)

きゅうり …… 20g
茄子 …… 20g
かいわれ大根 …… 5g

① 出汁 …… 60ml
薄口醤油 …… 2g
みりん …… 0.5g
塩 …… 少々
白ごま …… 2g

調理方法

- ① ①の調味料を加熱後冷まし、白ごまを混ぜておく
- ② きゅうりは細切り、茄子は半月切り、かいわれ大根は2cmの長さに切る
- ③ きゅうりと茄子は熱湯で30秒程茹でる。冷水で冷まし、絞って水気を切っておく
- ④ ③の具材にかいわれ大根を混ぜる
- ⑤ 器に④の具材を盛り、①の調味料をかけたら完成

栄養成分表示
(1食あたり)
エネルギー 22kcal / たんぱく質 1.0g / 脂質 1.1g / 炭水化物 2.5g (食物繊維 1.0g) / 食塩相当量 0.6g

「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 8/5(月)、8/6(火)、8/7(水)
8/19(月)、8/27(火)、8/28(水)
1回約50分(1日4組まで)

樋野興夫センター長による「言葉の院外処方箋」はこちら▶



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

今夏も酷暑とともにオミクロン株変異型KP.3による第11波が猛威を振っています。今月号は新渡戸博士の私淑したトーマス・カーライルが崇拝するゲーテの言葉で、毛筆による新渡戸博士の書の複製が盛岡先人記念館の展示室にも飾られています。

それは秋の夕方であつた。農学校の寄宿舎の、今でもよく記憶してゐるが、薄暗い小さな新聞閲覧所で、一冊の米国の古い週間雑誌なにごころを何心なく読んでゐる際、カーライルの一句が目に触れた。之を見ると我輩の心の有様を写真にとつた如く云い現はしてある。シテ見ると我輩と憂を同ふせるものが世にあるものだ、あるどころでなく、恐らく此心を懐かぬものはなからうとまで思ふ。さて我輩はそれからカーライルの著書を頻りに求めたが、如何せん農学校の図書館には一冊もなかつた。……日本には彼の書物が一冊も渡つてゐない頃に、我輩が彼の恩沢に浴したことは自分に取つて甚だ幸福であつたと、今も尚感謝してゐる。(『東西相触れて』より)



Haste not Rest not
(急がず 休まず)

新渡戸 稲造

2020年春より丸1年ワクチンもなく新興感染症と最前線で闘った当時の心構えは、山登りのように自分達のルートを自分達のペースで、急がず休まず、遠くまで縦走のように歩いてゆくことでした。COVID-19の本邦死者数は4年間で10万人を超えています。引き続き油断のない手指衛生や三密対策が望まれています。

新渡戸記念中野総合病院 病院長 山根 道雄

