



NHO Shibukawa Medical Center

# ウイズ

— No.91 —

平成 30 年 7 月 (2018 年)

編集発行

独立行政法人 国立病院機構 渋川医療センター

電話 0279-23-1010

FAX 0279-23-1011

E-mail:shibukawamc@hosp.go.jp

https://shibukawa.hosp.go.jp

## 渋川医療センター 広報誌



渋川市役所通りの平沢川沿いにある『小野池あじさい公園』。6月中旬から7月中旬にかけてアジサイの花、約20種類8000株以上が咲き誇り、来園者に憩いのひとときをもたらしています。

### 基本理念

北毛地域の基幹病院として地域の医療機関と連携しその役割を果たします。

### 基本方針

1. 患者さんの気持ちに寄り添った医療を実践します。
2. 十分な情報を提供し、共に考える医療を行います。
3. がん・呼吸器疾患・重症心身障害児(者)の専門病院として社会に貢献します。
4. 地域医療支援病院として、救急医療を含め地域の医療機関と連携し地域医療に貢献します。
5. 生命の尊さと人権を尊重し、安全な医療を提供します。
6. 教育・研究事業に積極的に取り組み、質の高い医療を常に目指します。
7. 良質な医療を継続的に確保するため、健全な経営と適正な運営に努めます。

### 目次

看護の日のイベントに参加して .....	1
～ボランティア活動紹介～緩和ケア病棟ボランティア .....	2
ふれあい看護体験について .....	3
ナースアシスタント(看護助手)の仕事について .....	4
医師事務作業補助者の仕事について .....	5

### シリーズ

●患者さんにとって耳寄りな情報	
「COPD をご存知ですか？」 .....	6
「ワクチンのお話」 .....	9
「血糖コントロール②」 .....	12
●外来診療担当医表 .....	13
●セカンドオピニオン担当表 .....	15



# 「看護の日」のイベント



## 「看護の日」のイベントに参加して

手術室看護師 **吉野 美美**

平成30年5月11日に道の駅こもちで「看護の日」のイベントを開催しました。イベントでは血圧測定、血管年齢測定、脳年齢測定、活力測定、健康・栄養・お薬・運動相談を行いました。

普段から道の駅こもちを利用している地域の方や県外から旅行の途中で立ち寄られた方など、平日にも関わらず154名と多くの方にご参加いただきました。また、10歳代～90歳代と幅広い年齢の方がおみえになり、病院ではなかなか測定できない血管・脳・活力測定に関心を持っていただきました。参加された方は健康に対する意識が高く、生活習慣病についても「食事に気をつけている」「運動をするように心掛けている」という声が聞かれました。また、実際の測定値を見て「自分の体について知ることができて良かった」「病院があまり好きじゃないから行かなかったけど健康相談をして一度行ってみようと思った」とのご意見もあり、少しでも健康について考えるお手伝いができたのではないかと感じています。

渋川医療センターが開院して3年目となり、イベントに参加した方からは病院内では何うことのできないさまざまな声を聴くことができ、自分たちの看護を振り返る良い機会になりました。

「毎回、楽しみにしているよ」と声をかけていただき、看護の日のイベントを通して、渋川医療センターと地域がさらに密着し、住民の皆さんと共に健康について考えることができれば良いと考えます。10月28日の県民の日もイベントを予定しております。こちらも多くの方に参加していただけるようなイベントにしておりますので、ぜひご利用ください。





# ～ボランティア活動紹介～

## 第3弾

## 緩和ケア病棟ボランティア

緩和ケア病棟ボランティアコーディネーター 土屋 徳昭

私たちは、毎週水曜日を活動日とし、10時から15時まで緩和ケア病棟屋内外で活動しています。主には、①患者さんの散歩介助やお話し相手として。②病棟での月行事の企画と運営。③病棟前庭園の整備。総勢10数名です。

とりわけ庭園花壇の整備には大勢の労力と時間を費やしています。

2年前、移転の後、この地面に花は育ちそうもないと思わせるほどの石ころだらけの「荒野」でした。そこに患者さんが車椅子で周回できる「小道」の整備を管理課にお願いし、その周囲にお花畑を作り始めました。埋め立てされた岩、石を掘り返し、培養土に入れ替える苦難の作業の繰り返しでした。

翌年、フクジュソウ、スイセン、チューリップなどの宿根草、球根類が芽を出し、花を咲かせました。一年がかりでようやく花壇作りへの見通しが立ちました。

「きれいですね!」「良く手入れされてますね!」緩和の患者さんやご家族の皆さんばかりでなく他病棟の患者さん、外来で来られた方も垣根や境界を乗り越え「進入」し、見学に訪れるようになり労いのお言葉もいただいています。

東病棟5、6階からは、天空からこの庭園が見学でき、お花好きな入院患者さんの心の安らぎに一役買っているともお聞きしました。

真夏や厳冬季の草むしりなどの地道な努力で維持管理している花壇です。これからも、病院の「オアシス」として年間を通し可憐な花が見られるよう、メンバー力を合わせて頑張りますが、これだけ広い花壇を雑草から守るには相当な人材パワーが必要です。花壇維持のため、一緒に「草むしりボランティア」して見ませんか。応援メンバー募集です。水曜日(活動日です)、緩和ケア病棟前庭においで下さい。



高校生

# ふれあい看護体験について

副看護部長 武藤 真理

「ふれあい看護体験」とは、保健医療福祉施設である病院、老人保健施設、特別養護老人ホーム、訪問看護ステーション、保健所が市民に向け、見学や簡単な看護体験を通し関係者と交流などをするイベントです。市民の方が医療・看護・介護関係者と一緒にこれからの保健医療福祉について考えたり、実施施設にとっては地域とのコミュニケーションや情報提供の、貴重なきっかけとなっています。

渋川医療センターでは毎年、高校生を対象にした「ふれあい看護体験」を行っています。

当院は、群馬県北毛地区の基幹病院として、地域がん診療連携拠点病院、地域医療支援病院、救急告示病院、緩和ケア医療、災害拠点病院、結核拠点病院、重症心身障害児〔者〕医療などを行っている地域の基幹病院です。

地域の方のお役に立てるよう救急患者も受け入れる一方で、がんの医療に力を入れ積極的治療から緩和ケア医療まで幅広い分野の医療を行っています。

高校生の皆さんには看護体験を通して、看護の仕事や医療の分野に興味を持っていただき、将来を考えるお手伝いができればうれしいと思います。

体験では、白衣を着て看護師と一緒に患者さんの車いすを押したり、お話をしたり、看護師の体験ができます。





# ナースアシスタント(看護助手)の仕事について



副看護部長 武藤 真理

渋川医療センターでは、ナースアシスタント（看護助手）を募集しています。

当院は、群馬県北毛地区の基幹病院としてがんの診療や救急医療に力を入れています。災害拠点病院としての役割や地域医療支援病院としての役割も担う地域に根ざした病院です。



また、重症心身障害児（者）の入院病棟をもち一般にはない医療の提供もしています。

ナースアシスタントの主な仕事は、患者さんの身のまわりの環境を整えたり、お食事のお手伝いをしたり、リネン交換など主に看護師の助手としての仕事をお願いしています。また、入退院の時のご案内や書類に確認など事務的な仕事もあります。

どちらの仕事も経験のない方も、大歓迎です。

はじめは看護師や先輩と一緒に行動していただき、丁寧な指導を行います。

仕事をしながら役立つ知識や技術も学ぶことができます。

さらにスキルアップを目指したい方は、働きながら介護士や介護福祉士、准看護師などの資格取得を目指すことも可能です。

また、経験のある方は経験を生かし、やりがいを持って働いていただけます。

勤務時間は、週32時間以内です。おひとりおひとりのご希望に添えるよう相談させていただきます。週30時間以上であれば、賞与などの支給があります。また、条件により通勤手当の支給もあります。

医療に関わる仕事は、2025年問題に向かいさらに社会に求められています。

渋川医療センターで、1歩を踏み出してみませんか。



興味を持っていただけたら、職場体験も可能です。

是非、お問い合わせください。



# 医師事務作業補助者の 仕事について



医事係長 鈴木 彰康

平成30年6月1日時点で、当院には16名の医師事務作業補助者が勤務しています。他の医療機関では、MA（メディカル・アシスタント）という名称で呼ばれることも多い職種ですが、医師の指示の下、事務処理を代行する役割を担う職種であることから、当院ではDA（ドクター・アシスタント）と呼称しています。

当院のDA業務は、大きく分けて外来業務、病棟業務、医局業務の3種に分かれており、それぞれ異なった業務ですが、各分野で大きな役割を果たしています。

外来業務を担うDAは、医師の診察補助を主な業務としており、電子カルテの代行入力や患者への書類・診療説明、患者の予約変更、書類作成等の業務を日々行っています。最近では、診察室の他に内視鏡室でも代行入力や書類記載の業務を代行しており、当院の外来診療において、多大な貢献をしています。

病棟業務を担うDAは、医師が記載する文書の作成代行を主な業務として行っています。医療現場において、作成すべき文書は膨大であり、DAが文書作成を行うことで、医師の事務処理負担を軽減し、重視すべき診療に集中できるようになります。DAは、より質の高い医療を患者さんに提供するため、当院において重要な役割を担っています。

医局業務を担うDAは、医局に常駐し、データ収集や疾患登録、台帳作成、医師事務手続代行、カンファレンス・医局会議の準備等、医師の事務的業務に関する要望に対応しております。医局という医師にとって身近な場所で業務を行うため、高い質が求められます。当院のDAは日々医師の求めに対応し、医師の負担軽減に努めています。

ここまでDAの業務について簡単に紹介しましたが、当院では更にDAの活躍の場を広げたいと考えており、当院と一緒に仕事ができるDAを募集しています。医師事務作業補助者としての経験や病院での勤務経験は問いませんので、興味のある方は当院までご連絡ください。ご応募お待ちしております。

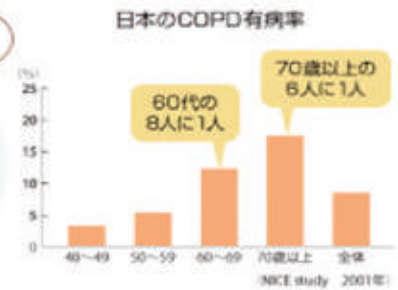
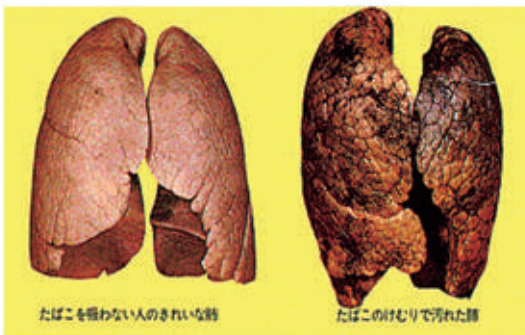


# —患者さんにとって耳よりな情報—

## COPDをご存知ですか？

慢性呼吸器疾患看護認定看護師 石田 ゆかり

### Chronic Obstructive Pulmonary Disease 慢性 閉塞性 肺 疾患



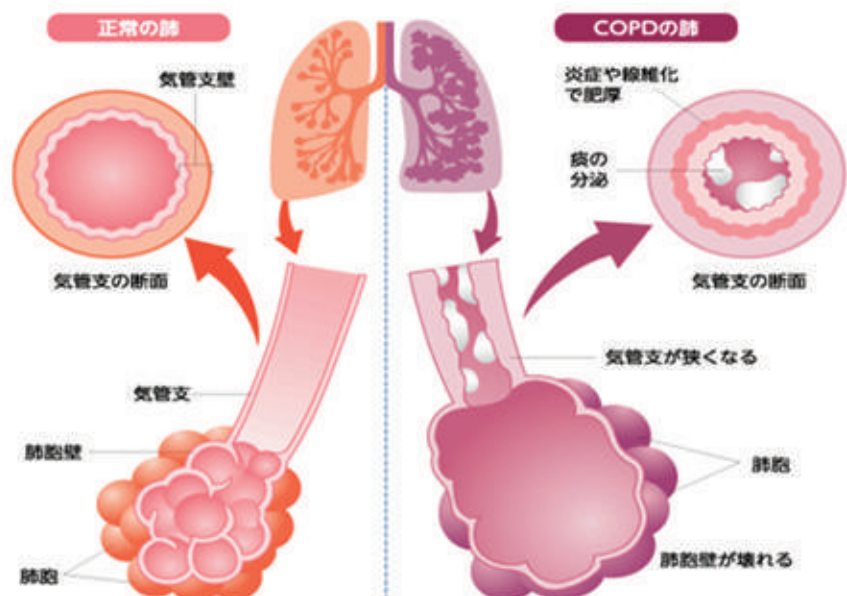
COPDは、肺の生活習慣病と言われており、主に長期間による喫煙が原因で、肺に炎症が起こり、息が吐きにくくなる病気です。(COPD=慢性閉塞性肺疾患)

40歳以上の8.6%、約530万人以上の患者さんがいると言われてています。

しかし、実際治療に取り組んでいるのは、1割にも満たしません。COPDは、早期発見・早期治療が大切です。その為、まずはCOPDを知ることが大切です。それでは、一緒に学んでいきましょう。

#### <ポイント①>

- ・ COPDは、長年喫煙習慣が主な原因の肺の生活習慣病です。
- ・ 70歳以上の6人に1人がCOPDと言われるほど、よくある病気です。
- ・ 早くつけて治療することが大切です。



## COPD ってどんな病気？

COPDは、タバコの煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし、呼吸がしにくくなる病気です。

- ・ 肺の中にある肺胞は、酸素と二酸化酸素の交換を行っています。
- ・ COPDでは肺胞が壊れて弾力性を失い、また、気管支に炎症が起こり、気管支の内腔が狭くなります。その結果、空気がうまく吐き出せなくなります。

## 他にどんな影響がありますか？

- ・ 全身にさまざまな病気を引き起こす可能性があります。

COPDは肺の病気ですが、肺ばかりでなく、虚血性心疾患・骨粗しょう症・糖尿病など全身にさまざまな病気を引き起こします。また、COPDの人は、そうでない人に比べ同じ量タバコを吸っていても、約10倍肺がんになりやすいと言われています。

## COPDかも…。どうしたらわかりますか？

医療機関で肺を検査して診断します。

- ① 問診→①肺機能検査→②画像検査など

※COPDと似た症状を起こす病気

- ①喘息 ②閉塞性再気管支炎 ③気管支拡張症 ④肺結核 ⑤塵肺症 ⑥うつ血性心不全 ⑦間質性肺疾患 ⑧肺がんなどがあります。

## COPDにはどんな治療法がありますか？

薬物療法や運動療法などの総合的な治療（呼吸リハビリテーション）を継続的に実践します。

### 「COPDの管理目標」

- ① 症状と生活の質（QOL）を改善する。
- ② 運動能力や身体能力を向上させる、または維持する。
- ③ 増悪を予防する。
- ④ 疾患の進行を抑制する。
- ⑤ 全身併存症や肺合併症を予防する。
- ⑥ 寿命を延長する。



## <ポイント②>

COPDは、日頃のセルフマネジメント（自己管理）が最も重要です。

病気を理解し、禁煙を行い、運動療法、薬物療法、栄養療法など様々な管理が必要となります。まずCOPD質問票で17点以上だった場合、早めの受診をお勧めします。

## かかりつけ医に設置されている問診用のCOPD 質問票

COPDの疑いがあるかどうか、試してみましょう。下の各質問であてはまるものを1つ選んでチェックし、最後にポイントを足し算してください。

質 問	☑ チェック!!	ポイント
あなたの年齢は？	<input type="checkbox"/> 49歳以下	0
	<input type="checkbox"/> 50～59歳	4
	<input type="checkbox"/> 60～69歳	8
	<input type="checkbox"/> 70歳以上	10
一日に吸うタバコの本数（喫煙者は以前から吸っていた本数）と喫煙年数から計算すると？ <small>一日のタバコの本数÷20本(1箱の本数)×喫煙年数</small>	<input type="checkbox"/> 0～14	0
	<input type="checkbox"/> 15～24	2
	<input type="checkbox"/> 25～49	3
	<input type="checkbox"/> 50以上	7
あなたの体重と身長から肥満度(BMI)を計算すると？ <small>体重(kg)÷(身長(m)×身長(m))</small>	<input type="checkbox"/> 25.4未満	5
	<input type="checkbox"/> 25.4～29.7	1
	<input type="checkbox"/> 29.8以上	0
天候によりせきがひどくなる？	<input type="checkbox"/> はい。天候よりひどくなることもある	3
	<input type="checkbox"/> いいえ。天候は関係ない	0
	<input type="checkbox"/> せきは出ない	0
かぜではないのに、たんがからむ？	<input type="checkbox"/> はい	3
	<input type="checkbox"/> いいえ	0
よく、朝起きてすぐにたんがからむ？	<input type="checkbox"/> はい	0
	<input type="checkbox"/> いいえ	3
よく、息をするときにぜん鳴（ゼーゼー、ヒューヒュー音がする）がある？	<input type="checkbox"/> いいえ	0
	<input type="checkbox"/> 時々もしくはよくある	4
現在もしくはこれまでにアレルギー症状がある？	<input type="checkbox"/> はい	0
	<input type="checkbox"/> いいえ	3

COPD 診断と治療のためのガイドライン 第4版 COPD 質問票より作成

17ポイント以上であれば、医療機関に相談してみましょう

参考資料：環境再生保全機構

健康・体づくり事業財団

COPD情報サイト(一般財団法人GOLD日本委員会)

COPD診断と治療のためのガイドライン第4版

# ワクチンのお話

副薬剤部長 蟻川 勝

ワクチンそのもののお話の前に、4月頃から麻疹（はしか）の感染患者が沖縄で急増し、他の地域でも感染患者の報告が増えたとのニュースは記憶に新しいことだと思います。

沖縄での感染の元は台湾からの旅行者が感染源となって感染は広がったと言われています。

麻疹は高熱、全身の発疹、咳、鼻水、眼球結膜の充血等を特徴とし、空気感染を主たる感染経路とする感染力の非常に強いウイルス感染症です。麻疹に対する免疫がない人が感染した場合、100%発病します。典型的な臨床経過としては10～12日間の潜伏期を経て発症しますが、発症者に対する特異的な治療法はなく、咳、鼻水、眼球結膜の充血等（カタル期）（2～4日）と発疹期（3～5日）を合わせると1週間以上高熱が続き、たとえ合併症がなくても入院が必要となることが少なくありません。また、麻疹にはさまざまな合併症が30%程度におこると言われています。その約半数が肺炎で、頻度は低いものの脳炎の合併例もあり、特にこの二つの合併症は麻疹による二大死因となり注意が必要です。さらに、よりまれではありますが、麻疹に罹患した後 7～10年を経て亜急性硬化性全脳炎（SSPE）という特殊な脳炎を発症することがあり、発症者の大半は知能障害や運動機能障害が進行した後、数年以内に死亡します。

感染力が強い麻疹の有効な予防法は、ワクチンの接種によって麻疹に対する免疫を獲得することであり、2回のワクチン接種により、麻疹の発症のリスクを最小限に抑えることが期待できます。

日本では、定期予防接種の制度の基で予防接種を実施したことにより、2015年3月に国内における麻疹の排除状態を維持していると国際的な認定を受けています。

麻疹の例のように、予防接種は感染症を防ぐ大きな役割を果たしています。麻疹以外にも法律に基づいて市区町村が主体となって実施する定期予防接種には以下のようなものがあります。

ワクチンの種類	予防できる感染症
Hib(ヒブ)ワクチン	Hib (ヒブ) 感染症 (細菌性髄膜炎、喉頭蓋炎等)
小児用肺炎球菌ワクチン	小児の肺炎球菌感染症 (細菌性髄膜炎、敗血症、肺炎等)
B型肝炎ワクチン	B型肝炎

## —患者さんにとって耳よりな情報—

4種混合ワクチン	ジフテリア、百日せき、破傷風、ポリオ
BCG	結核
MR(麻しん風しん混合)ワクチン	麻しん、風しん
水痘(みずぼうそう)ワクチン	水痘(みずぼうそう)
日本脳炎ワクチン	日本脳炎
HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチン	HPV感染症(子宮頸がん)
インフルエンザワクチン(高齢者が対象) <sup>※</sup>	インフルエンザ
成人用肺炎球菌ワクチン(高齢者が対象) <sup>※</sup>	成人の肺炎球菌感染症

※年齢や疾患等により対象とならない場合があります。

ワクチンの接種は、種類によって接種年齢や接種間隔が異なります。特に、定期接種が義務づけられているワクチンは、乳児期から小児期に接種するものがほとんどであるため、子供をもつ方は接種漏れがないよう注意することが大切です。

国立感染症研究所から公表されている日本の定期／任意予防接種スケジュール表をお示ししますので、接種の対象となる方が家族におられる場合は、確認しておかれるとよいと思います。

定期予防接種は自治体からの助成がある場合もあるので、助成についてや接種漏れがある場合などは、住所のある自治体の窓口にご相談されるのもよいと思います。

ほとんどの方は定期予防接種を受けていると思われるので、例えば、麻しんが流行の兆しがあるからと言って慌てるのではなく、まずは予防接種が行われているかどうかを母子手帳等で確認してください。

また、医療機関で抗体価を測定し、抗体価が低い場合は追加のワクチン接種を行うかどうかを医師と相談してください。

ワクチン接種は、感染症を防ぐ非常に有効な手段であり、法律で義務づけられたものもありますので、この機会にワクチンの接種歴を確認されてはいかがでしょうか。



ワクチン名	出生時	生後2か月	3か月	6か月	9か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20歳	50歳	60歳	65歳	70歳	75歳	80歳	85歳	90歳	95歳	100歳	
Hib (インフルエンザ菌b型)*1																																				
肺炎球菌 (13価結合型)*2																																				
B型肝炎*3																																				
ロタウイルス	1価 5価																																			
DPT-IPV (4種混合)*4																																				
DPT (3種混合)*5																																				
IPV (不活化ポリオ)*6																																				
DT (2種混合)																																				
BCG																																				
麻疹・風疹混合 (MR)																																				
麻疹 (はしか)																																				
風疹																																				
水痘*7																																				
おたふくかぜ (流行性耳下腺炎)																																				
日本脳炎																																				
HPV (ヒトパピローマウイルス)	2価 4価																																			
インフルエンザ*8																																				
肺炎球菌 (23価多価体)*9																																				
A型肝炎																																				
破傷風トキソイド																																				
髄膜炎菌 (4価結合型)*10																																				
黄熱*11																																				
狂犬病																																				
成人用ジフテリアトキソイド																																				

\*1 接種期間は添付文書の内容を参考に作成しました (一部改変)。  
 \*2 予防接種法に基づく定期の予防接種は、本図に示したように、政令で接種対象年齢が定められています。この年齢以外で接種する場合は、任意接種として受けることになります。ただしワクチン毎に定められた接種年齢がありますのでご注意ください。  
 \*3 なお、↓は一例を示したものです。接種スケジュールの立て方についてはお子様の体調・生活環境、基礎疾患の有無等を考慮して、かかりつけ医あるいは自治体の担当者によく御相談下さい。 © Copyright 2018 IDSC All Rights Reserved. 無断転載を禁ずる。

- \*1 2008年12月19日から国内での接種開始。生後2か月以上5歳未満の間にある者に行うが、標準として生後2か月以上7か月未満で接種を開始すること。接種方法は、通常、生後12か月に至るまでの間に27日以上の間隔で3回皮下接種 (医師が必要と認めた場合には20日間隔で接種可能)。接種開始が生後7か月以上12か月未満の場合は、通常、生後12か月に至るまでの間に27日以上の間隔で2回皮下接種 (医師が必要と認めた場合には20日間隔で接種可能) 初回接種から7か月以上あけて、1回皮下接種 (追加)。接種開始が1歳以上5歳未満の場合、通常、1回皮下接種。
- \*2 2013年11月1日から7価結合型に替わって定期接種に導入。生後2か月以上7か月未満で開始し、27日以上の間隔で3回接種。追加接種は通常、生後12~15か月に1回接種の合計4回接種。接種もれ者には、次のようなスケジュールで接種。接種開始が生後7か月以上12か月未満の場合: 27日以上の間隔で2回接種したのち、60日間以上あけてかつ1歳以降に1回追加接種。1歳、60日間以上の間隔で2回接種。2歳以上5歳未満: 1回接種。
- \*3 2016年10月1日から定期接種導入。2016年4月1日以降に生まれた者が対象。母子感染予防はHBsグロブリンと併用して定期接種ではなく健康保険で受ける。  
 健康保険適用:  
 ①B型肝炎ウイルス母子感染の予防 (抗HBs人免疫グロブリンとの併用)【HBワクチン】通常、0.25mLを1回、生後12時間以内を目安に皮下接種 (被接種者の状況に応じて生後12時間以降とすることも可能。その場合であっても生後できるだけ早期に行う)。更に0.25mLずつを初回接種の1か月後及び6か月後の2回、皮下接種。ただし、能動的HBs抗体が獲得されていない場合には追加接種。【HBIG (原則としてHBワクチンとの併用)】初回注射は0.5~1.0mLを筋肉内注射。時期は生後5日以内 (なお、生後12時間以内が望ましい)。また、追加注射には0.16~0.24mL/kgを投与。2013年10月18日から接種月齢変更。  
 ②血友病患者に「B型肝炎の予防」の目的で使用した場合  
 ③業務外で「HBs抗原陽性でかつHBs抗原陽性の血液による汚染事故後のB型肝炎発症予防 (抗HBs人免疫グロブリンとの併用)」  
 労災保険適用:  
 ①業務上、HBs抗原陽性でかつHBs抗原陽性血液による汚染を受けた場合 (抗HBs人免疫グロブリンとの併用)  
 ②業務上、既存の負傷にHBs抗原陽性でかつHBs抗原陽性血液が付着し汚染を受けた場合 (抗HBs人免疫グロブリンとの併用)
- \*4 D: ジフテリア、P: 百日咳、T: 破傷風、IPV: 不活化ポリオを表す。IPVは2012年9月1日から、DPT-IPV混合ワクチンは2012年11月1日から定期接種に導入。回数は4回接種だが、OPV (生ポリオワクチン) を1回接種している場合は、IPVをあと3回接種。OPVは2012年9月1日以降定期接種としては使用できなくなった。2015年12月9日から、野生株ポリオウイルスを不活化したIPV (ソークワクチン) を混合したDPT-sIPVワクチンの接種開始。従来のDPT-IPVワクチンは、生ポリオワクチン株であるサービン株を不活化したIPVを混合したDPT-sIPVワクチン。
- \*5 2018年1月29日から再び使用可能となった。
- \*6 なお、生ポリオワクチン (OPV) 2回接種者は、IPVの接種は不要。OPV1回接種者はIPV3回接種。OPV未接種者はIPV4回接種。
- \*7 2014年10月1日から定期接種導入。3か月以上 (標準的には6~12か月) の間隔をあけて2回接種。
- \*8 定期接種は毎年1回。化血研、阪大微研、デンカ生研のインフルエンザワクチンは生後6か月以上、北里第一三共のインフルエンザワクチンは1歳以上が接種対象者。
- \*9 2014年10月1日から定期接種導入。年度内に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる者が対象。定期接種として1回接種可能。なお、「2歳以上の脾摘患者における肺炎球菌による感染症の発生予防」の目的で使用した場合のみ健康保険適用あり。
- \*10 2015年5月18日から国内での接種開始。血清型A,C,Y,WIによる侵襲性髄膜炎菌感染症を予防する。発作性夜間ヘモグロビン尿症における溶血抑制あるいは非典型型溶血性尿毒症候群における血栓性微小血管障害の抑制、あるいは全身型重症筋無力症等でエクリズマブ (製品名: ソリス点滴静注) を投与する場合は健康保険適用あり。
- \*11 一般医療機関での接種は行われておらず、検疫所での接種。

予防接種法に基づく定期の予防接種は、本図に示したように、政令で接種対象年齢が定められています。この年齢以外で接種する場合は、任意接種として受けることになります。ただしワクチン毎に定められた接種年齢がありますのでご注意ください。  
 なお、↓は一例を示したものです。接種スケジュールの立て方についてはお子様の体調・生活環境、基礎疾患の有無等を考慮して、かかりつけ医あるいは自治体の担当者によく御相談下さい。

## 血糖コントロール②

栄養管理室長 須永 将広

前号では、食生活と血糖値を図にすることで、「規則正しい食事」と「バランスの良い食事」が大切であることを紹介しました。今号では、「血糖値の上がり方」に着目して、食事での注意点を挙げさせていただきます♪

血糖値の急上昇は、血糖値を下げるホルモンである「インスリンの過剰分泌」につながり、将来的な糖尿病のリスクとなることが指摘されていますので、普段から気をつけると良いでしょう。

「血糖値の上昇を穏やかにする」食事のとり方として、

- ①野菜から食べる
- ②食物繊維の多い食事

などが挙げられます。

「野菜から食べる」また、「食物繊維の多い食事」とすると、その後に食べる炭水化物の消化に時間がかかることから、血糖値の上昇が緩やかになります。

逆に、急な血糖上昇を起こしやすい食事として、

- ①炭水化物同士の組み合わせ
  - ②炭水化物単独で食べる
- などが挙げられます。

炭水化物を多く含む食品

には、米、小麦、いも類（かぼちゃも含む）、果物などが代表的です。これらを原材料とした、ご飯、おせんべい、うどん、そば、パン、パスタ、ピザ、クッキーのほか、ポテトフライ、ポテトサラダ、かぼちゃの煮物なども含まれますので、注意しましょう。

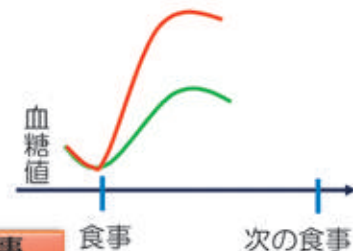
また、炭水化物を単独でとることになる、「お茶漬けのみ」、「菓子パンのみ」のような食事だけでなく、ジュース、加糖コーヒーなども、急な血糖上昇を起こしやすいので、気をつけましょう。

暑い季節となり、熱中症の予防にと、スポーツドリンクばかりを飲んでしまい、血糖値が上昇している方もいらっしゃいますので、水分のとり方にもご注意ください。

### 【血糖値の上がり方を図で表すと・・・】

#### 血糖上昇を緩やかにする食事

- ① 野菜から食べる
- ② 食物繊維の多い食事（野菜の多い食事や玄米など）



#### 急な血糖上昇を起こしやすい食事

- ① 炭水化物同士の組み合わせ  
(ラーメンとライスのセット、ハンバーガーとポテトフライ、ピザとパスタ、ご飯を食べた後におせんべい、など)
- ② 炭水化物単独で食べる  
(菓子パンのみ、お茶漬けのみ、ジュース、加糖コーヒー（微糖も含む）など)



# 渋川医療センター外来診療担当医表

診療科	時間帯	月	火	水	木	金
総合診療科	午前	アクザワ ノブヒロ 阿久澤 暢洋	アクザワ ノブヒロ 阿久澤 暢洋	アクザワ ノブヒロ 阿久澤 暢洋	アクザワ ノブヒロ 阿久澤 暢洋	アクザワ ノブヒロ 阿久澤 暢洋
	午後 (予約)	アクザワ ノブヒロ 阿久澤 暢洋				アクザワ ノブヒロ 阿久澤 暢洋
呼吸器内科	午前	オオサキ タカシ 大崎 隆	イジマ ヒロノブ 飯島 浩宣(七日市)	オチアイ マイ 落合 麻衣	ジングウ アスカ 神宮 飛鳥	クワコ トモヒト 桑子 智人
	午前	ヨシイ アキヒロ 吉井 明弘	オオサワ ショウ 大澤 翔	ツチャ ユキコ 土屋 友規子	サクライ レイコ 櫻井 麗子(群大)	ワタナベ サトル 渡邊 寛
	午前	サイトウ リュウセイ 斎藤 龍生	スナガ ノリアキ 砂長 則明(群大)	サイトウ リュウセイ 斎藤 龍生	マスタ トモミ 増田 友美(群大)	オノ アキヒロ 小野 昭浩
	午前		オチアイ マイ 落合 麻衣			
	午前					オチアイ マイ 落合 麻衣
内分泌・代謝内科 内 科	午前	カサイ ユウコ 笠井 裕子(群大) (内分泌・代謝内科)		オオサキ アヤ 大崎 綾(群大) (内分泌・代謝内科)	カワシマ チエコ 川島 智恵子 (内 科)	ヨシノ サトシ 吉野 聡(群大) (内分泌・代謝内科)
循環器内科	午前	ヤマギシ トシハル 山岸 敏治	イワサキ トシヤ 岩崎 俊弥(北関) (第2,4週)	ミキ ユウコ 三樹 祐子(心血セ) (第1,3,5週)	★熊倉 久夫(北関) (第1週 13:30~)	ヤマギシ トシハル 山岸 敏治
	午後			クハラ ジュン 栗原 淳(心血セ) (第2,4週)	★中島 邦喜(北関) (第3週 13:30~)	
神経内科	午後			ヤナギサワ タカユキ 柳澤 孝之 (第1,3,5週13:30~)		
小児科 (重心のみ・予約制)	午前		イシキタ ナオユキ 石北 直之(重心)	イシキタ ナオユキ 石北 直之(重心)	イシキタ ナオユキ 石北 直之(重心)	
	午後			シミズ ノブソウ 清水 信三(重心)		
血液内科	午前	ミハラ マサヒロ 三原 正大	イソダ アツシ 磯田 淳(予約)	マツモト モリオ 松本 守生	マツモト モリオ 松本 守生	ミハラ マサヒロ 三原 正大
	午後 (予約)		オガワ ヨシユキ 小川 孔幸(群大) (第2週)			
	午前	イソダ アツシ 磯田 淳	タハラ ケンイチ 田原 研一	タハラ ケンイチ 田原 研一	イソダ アツシ 磯田 淳	アカシ ナオキ 明石 直樹
	午前	オオサキ ヨウヘイ 大崎 洋平(群大)	サワムラ モリオ 澤村 守夫	ミハラ マサヒロ 三原 正大	タハラ ケンイチ 田原 研一(予約)	
消化器内科	午前	ナガジマ ヨシミ 中島 良実(群大)	ナガシマ タモン 長島 多聞	ヤマザキ ユウイチ 山崎 勇一(群大)	アライ ヨウスケ 新井 洋佑	フルヤ ケンスケ 古谷 健介
	午前		カナヤマ ユウキ 金山 雄樹(群大)	ウエハラ ダイスケ 植原 大介(群大)	カキザキ サトル 柿崎 暁(群大)	アダチ タクヤ 安達 拓也
緩和ケア科 (予約制)	午後	コバヤシ ゴウ 小林 剛		コヤ ヒロコ 小屋 紘子	コヤ ヒロコ 小屋 紘子	コバヤシ ゴウ 小林 剛
精神腫瘍科 (予約制)	午後	マジマ タケヒコ 間島 竹彦	マジマ タケヒコ 間島 竹彦		マジマ タケヒコ 間島 竹彦	
放射線治療科 (予約制)	午前	ナカムラ ユウジ/マツウラ マサナ 中村 勇司/松浦 正名	ナカムラ ユウジ 中村 勇司	マツウラマサナ/クワコケイコ 松浦正名/桑子慧子	ナカムラ ユウジ 中村 勇司	ナカムラユウジ/クワコケイコ 中村勇司/桑子慧子
	午後		マツウラマサナ/クワコケイコ 松浦正名/桑子慧子		マツウラマサナ/クワコケイコ 松浦正名/桑子慧子	
麻酔科	午前		ウチハン ヨシタカ 内橋 慶隆			ウチハン ヨシタカ 内橋 慶隆

外来受付時間 8時30分～11時00分 注) 担当医変更の場合もございますので、予めご了承ください。

※整形外科は初再診にかかわらず、原則完全予約制です。(平成29年5月25日より)

※原則、午後は予約診察のみとなりますが、★印の診察については受付時間は15:00までとなります。

※(予約)と記載がある場合は、予約患者さんだけの診察となります。

※再診予約の方については16:00まで再来受付機での受付が可能です。



診療科	時間帯	月	火	水	木	金
外科(消化器)	午前	マキタ フジオ 蒔田 富士雄	ヨシナリ ダイスケ 吉成 大介	コバヤシ ミツノブ 小林 光伸	マキタ フジオ 蒔田 富士雄	タナハシ ヨシフミ 棚橋 美文
	午後				スゲガワ シンサク ★助川 晋作 (肛門科・消化器外科) (第1.3.5週 13:30~)	
	午前		タナハシ ヨシフミ 棚橋 美文		タカハシ ケンゴ 高橋 研吾	
外科(呼吸器)	午前	ナガシマ トシテル 永島 宗晃		カワシマ オサム 川島 修		カワシマ オサム 川島 修
脳神経外科	午前	ゴウダ ツカサ 合田 司	タカハシ アキオ 高橋 章夫	ゴウダ ツカサ 合田 司	タカハシ アキオ 高橋 章夫	ゴウダ ツカサ 合田 司
	午後			ミヤギシマ タカアキ ★宮城島 孝昭(群大) 14:00~		イベ ヨウコ 伊部 洋子(群大)
	午前		ヒラト マサブミ 平戸 政史	ヒラト マサブミ 平戸 政史	ヒラト マサブミ 平戸 政史	
	午後 (予約)		ヒラト マサブミ 平戸 政史	ヒラト マサブミ 平戸 政史	ヒラト マサブミ 平戸 政史	
整形外科 (予約制)	午前		イツカ ヨウイチ 飯塚 陽一(群大)		ヤナガワ タカシ 柳川 天志(群大)	
	午後		イツカ ヨウイチ 飯塚 陽一 (群大)	オカムラ コウイチ 岡部 興一(群大) (第1.3.5週) オモダカ タクヤ 面高 拓矢(群大) (第2.4週)	ヤナガワ タカシ 柳川 天志 (群大)	
	午前	カヤカベ マサトモ 加家壁 正知	カヤカベ マサトモ 加家壁 正知		カヤカベ マサトモ 加家壁 正知	
泌尿器科	午前	タムラ ヨシミ 田村 芳美	タムラ ヨシミ 田村 芳美	オカベ カズヒコ 岡部 和彦 (第1.3.5週)	タムラ ヨシミ 田村 芳美	カトウ ハルオ 加藤 春雄
	午後 (予約)	タムラ ヨシミ 田村 芳美	タムラ ヨシミ 田村 芳美	カトウ ハルオ 加藤 春雄 (第2.4週)	カトウ ハルオ 加藤 春雄	タムラ ヨシミ 田村 芳美
	午前 10:00まで	カトウ ハルオ 加藤 春雄	カトウ ハルオ 加藤 春雄	タムラ ヨシミ 田村 芳美	カトウ ハルオ 加藤 春雄	タムラ ヨシミ 田村 芳美
耳鼻咽喉科	午後	マツヤマ トシユキ ★松山 敏之(群大) (14:30~)				
皮膚科	午前	ヤマナカ マサヨシ 山中 正義	ヤマナカ マサヨシ 山中 正義	ヤマナカ マサヨシ 山中 正義	ヤマナカ マサヨシ 山中 正義	アオヤマ クミ 青山 久美
	午前	アオヤマ クミ 青山 久美	キム チャイン 金 滋仁(群大) (第2.4週)	アオヤマ クミ 青山 久美	アオヤマ クミ 青山 久美	
甲状腺科	午前	ヨコタ トオル 横田 徹	ヨコエ タカオ 横江 隆夫	ヨコタ トオル 横田 徹		ヨコエ タカオ 横江 隆夫
	午後 (予約)			ヨコタ トオル 横田 徹		
乳腺科	午前	ヨコエ タカオ 横江 隆夫	ヨコタ トオル 横田 徹	サトウ アヤコ 佐藤 亜矢子		ヨコタ トオル 横田 徹
	午後 (予約)		ヨコタ トオル 横田 徹			ヨコタ トオル 横田 徹
乳腺・甲状腺科	午前	サトウ アヤコ 佐藤 亜矢子	サトウ アヤコ 佐藤 亜矢子	ヨコエ タカオ 横江 隆夫		
眼科	午前	タカヤマ マユコ 高山 真祐子(群大)	タカヤマ マユコ 高山 真祐子(群大) (偶数月担当)	群大 ローテーション		
	午後 (予約)		ムカイ リョウ 向井 亮(群大) (奇数月担当)			
	午前	ムカイ リョウ 向井 亮(群大)				

## セカンドオピニオン担当表 (平成30年7月1日現在)

科 別	予約時間	月	火	水	木	金
呼吸器内科 (肺腫瘍)	午後3時30分～	斎藤 龍生	—	斎藤 龍生	—	—
呼吸器外科	午前中	川島 修	—	—	—	—
血液内科	午後2時～	松本 守生	—	—	磯田 淳	—
乳腺・甲状腺外科	午後2時30分～	横江 隆夫 (午後～)	—	横田 徹	—	—
消化器外科	午後	蒔田 富士雄	—	小林 光伸	—	—
放射線科	午後3時～	—	—	松浦 正名	中村 勇司	—
緩和ケア科	午後	小林 剛	—	—	—	小林 剛
皮膚科	午後	山中 正義	—	—	—	—
泌尿器科	午後3時30分～	—	—	—	—	田村 芳美
脳神経外科	午後	—	—	宮城島 孝昭	—	—

※対象者:原則として患者さん本人、患者さんの同意を得た家族 費用:30分毎に5,400円

※お問い合わせ先:TEL0279-23-0626 地域医療連携室(直通)

### 患者さんの権利

1. 最善の医療サービスを受ける権利
2. 人格・人権を尊重される権利
3. 知る権利
4. 自己決定権
5. プライバシーを保護される権利

### がん相談支援センター

- がんに関するご相談は「がん相談支援センター」でお受けします。  
担当:ソーシャルワーカー(尾方・山田・山浦・落合)  
電話:0279-24-9229(直通)  
(受付時間は平日8:30~17:15です)
- メールによるご相談は、下記にて終日受け付けておりますが、回答は若干の日数を要する場合がございます。  
E-mail:shibukawamc@hosp.go.jp

## 看護の理念 患者さんの立場に立ち、心あたたかく、信頼に応える看護を提供します。

### 看護の基本方針

1. 患者さんの気持ちを大切に、思いやりとまごころ込めた看護を提供します。
2. 患者さんと共に考える看護の実践により患者さんが自ら意思決定が行えるよう支援します。
3. 地域の人々と連携を図ることで患者さんの生活の質の維持向上に努めます。
4. 患者さんの尊厳と権利を尊重した質の高い看護を提供します。
5. 看護の専門性を追求し、根拠に基づいた安全で安心な看護を提供します。

### 編 集 後 記

今年の梅雨明けは早く、渋川市でも猛暑の日が続いています。西日本では記録的な豪雨により甚大な被害となりました。自然現象への備えは、今後想定外を想定内として考えていかなければならないようです。

当院には災害拠点病院としての役割があります。そのため、災害発生に伴う病院機能の維持や傷病者の受け入れなどの実動訓練を今年中に計画しています。先日、前段階として大規模地震を想定した机上での訓練を実施し、訓練の検証を含め、現在、災害時対応マニュアルの見直しや事業継続計画の策定を進めています。今後、当院の災害対応などについてもウィズで発信していきたいと思っております。

これからが夏本番です。こまめな水分補給を行い熱中症などにご注意ください。

(T・K)



独立行政法人 国立病院機構 渋川医療センター

〒377-0280 群馬県渋川市白井383番地 TEL 0279-23-1010 (代) FAX 0279-23-1011

<https://shibukawa.hosp.go.jp>