

あ ば し ABA 知り通信



ACTIVE・BROAD・AREA



JA 北海道厚生連
網走厚生病院広報誌

Jul 2020 Vol.65



「新しい生活様式」

事務部長／井田 和宏



新型コロナウイルス感染症が発生以降、マスク等の不足する医療物資や支援金など多くの皆様から大変たくさんのご支援をいただき感謝申し上げます。これらのご支援や励ましのお言葉は新型コロナウイルス感染症の最前線で勤務している職員にとって大変励みになるものであり、この場をお借りして厚く御礼申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症との戦いが長期化する中、引き続き感染拡大防止対策に向けた取り組みとして「新北海道スタイル」が発表されました。（内容は以下の通り）

『私たちは、国が示した「新しい生活様式」の北海道内での実践に向けて、ライフスタイル、ビジネススタイルを変革しなければなりません。

北海道に関わるすべての方々の知恵を集め、取組を可視化し、道民と事業者が連携しながら、北海道全体で感染リスクを低減させる、そして、事業継続やビジネスチャンス拡大につなげていく。それが「新北海道スタイル」です。道民の皆様が心を一つに、コロナと共存する新たなステージの北海道を目指しましょう。』としております。

北海道は新規感染者数等の減少を受け、6月以降段階的（ステップ1.2.3）に「外出の自粛、施設の使用制限、イベント等の開催宣言」等が緩和されております。少しずつではありますが正常な日常の回復へ向け動き始めたところです。今後は新しい生活様式【距離・手洗い・咳エチケット・換気・3密・テイクアウトやデリバリー・オンラインの活用】を心掛け、新北海道スタイルの実践が必要と考えます。

当院では現在も継続した感染防止対策を実践しております。対策の中には利用者の皆様に大変ご不便をお掛けする内容も含まれております。しかしながら、それら全ての対策は感染防止対策として必要不可欠な対応となっており、完全な終息に至らない現況を踏まえるとまだまだ慎重な対応が望まれるところです。今回、北海道が示した「新北海道スタイル」をアフターコロナの新しい生活様式とし受け入れ、次の波への備えとし、このスタイルが感染拡大防止に繋がり少しでも大きな波にならないかと願うばかりです。

当院を取り巻く環境はコロナ対応をはじめ非常に厳しい状況が続きます。このような環境ではありますが、地域で求められる医療機能を継続し安定的且つ永続的に質の高い医療体制の構築へ向け診療機能の維持に努めていく所存です。今後につきましても「最も信頼され選ばれる病院」となるべく努力してまいりますので、ご支援・ご協力をお願い致します。

新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルス感染症による自粛が徐々に解除され、6月19日からは都道府県をまたいだ移動自粛が緩和されました。皆さまはどのように過ごされておりましたか？私は病院と自宅を往復する日々でした。

周知の事実ですが、新型コロナウイルス感染症は昨年12月、中国・武漢から始まり、3月11日にはWHO（世界保健機関）がパンデミック（世界的大流行）と認定し、6月29日現在で1000万人超の感染者が発生しています。日本国内では6月29日10時現在で、感染者18,476人、死者972人となっています。

「自粛疲れ」により、羽を伸ばしたいと思っている方はたくさんいらっしゃると思いますが、油断は禁物です。どんな感染症でもいつ・どこで感染するかわかりません。これは、新型コロナウイルスにも当てはまります。新型コロナウイルスに感染した人を責めるのはもってのほかですが、感染しないために対策を行うことも大切です。対策の一例をまとめてみましたので、参考にいただくと嬉しく思います。



1. マスクの着用

マスクは、飛沫を飛散させないため・吸い込まないために着用を推奨します。公共交通機関やスーパーなど不特定多数が入り出る場所では、特に着用されると良いと思います。夏場は熱中症に注意するため、意識的に、こまめに水分補給をしてください。



マスクをしよう

2. 手洗いの実践・手指消毒薬の使用

手に付着したウイルスを体内に侵入させないために手洗いや手指消毒薬の使用を推奨します。明らかに手が汚れている時には手洗いをし、ハンドソープを使うとより効果的です。

手指消毒には、アルコール濃度70～80%の手指消毒薬が最適です。液体製剤はアルコールがこぼれる位、ジェル製剤は500円玉大位に消毒液を取り、手全体（手～手首まで）に乾燥するまで擦り込んで下さい。量が少ない・擦り込みが不十分な場合は、アルコールの効果が発揮されない事があります。



手を洗おう

3. 物品の消毒・清掃

物品を介してウイルスが手に付着することがあります。効果のある消毒・清掃方法は、「熱水」、「アルコール」、「次亜塩素酸ナトリウム」、「界面活性剤」があります。「次亜塩素酸水」も一部有効性が認められています。具体的には次ページのように使用します。



消毒しよう

JA北海道厚生連の理念

JA北海道厚生連は、組合員ならびに地域住民の皆様の生命と健康を守り、生きがいのある地域作りに貢献してまいります。

基本目標

1. 私たちは、地域のニーズに応じた診療機能の充実と利用者サービスの向上に努め、「地域から最も信頼され選ばれる病院」の実現に努めます。
2. 私たちは、JAとともに保健福祉・JA配置薬事業を通じ組合員・地域住民の健康管理に努めるとともに、地域における保健衛生の向上、高齢者の自立・生きがいづくりの支援に努めます。
3. 私たちは、地域活動を積極的に推進し、地域の信頼を高め地域連携に努めるとともに、健全な経営・運営に努めます。

- ・「熱水」は80℃以上の温度で10分以上物品と接触させます。
- ・「アルコール」は、アルコールが含有されたクロスなどを使用して拭きます。アルコールは揮発し、効果がなくなる事があります。クロスが湿っているか注意をしてください。
- ・「次亜塩素酸ナトリウム」は、塩素系ハイターが代表的です。0.05%以上の濃度に希釈し、クロスなどに染みこませて拭きます。手荒れしますので、手袋の着用をお勧めします。商品によって濃度が違いますので、薄める前に濃度やボトルに記載されている希釈方法を確認してください。
- ・界面活性剤は、食器用洗剤が代表的です。有効な成分は現在9種類あります。詳細は、厚生労働省のホームページをご参照ください。



4. その他

- ・国や北海道が示している、新しい生活スタイルを目指す。
- ・自宅にウイルスを持ち込ませないため、帰宅後すぐに入浴やシャワー浴をする。
- ・体調が良くない時には、無理して出勤しない・仕事をしない。

新型コロナウイルスの正式な名称は「SARS-CoV-2」と言います。2002年に発生した「SARS」に近いウイルスです。この時は封じ込めに成功し、2004年以降はほとんど「SARS」を聞かなくなりました。

今回は世界中に広がり、世界中のどこかでウイルスが人に感染し続ける状況が続くことが考えられます。新型コロナウイルスとの共存が必要になるかもしれません。そうなった場合、人類は生存するためにワクチンや治療薬の開発が必要になり、世界各国が国を挙げて行っています。いずれ安心して生活や旅行が出来ることを祈りながら、今は感染対策にご協力ください。よろしくお願ひ致します。

当院へ来院される際、以下の事をお願いしております。 ご理解・ご協力をお願いします。

- ・マスクを着用し来院してください。
- ・発熱や風邪症状がある場合は、受診前にお電話をいただくか、各科受付で申し出ください。
- ・原則として入院患者への面会禁止としております。面会が必要な場合はナースステーションでご相談ください。



(文責：感染対策科 感染管理認定看護師／有本 良夫)

網走厚生病院の理念と基本方針

住みやすさを支える最良の地域医療を目指して、生命への尊厳と人間愛を基本とした、《最も信頼され選ばれる病院》となるよう努めます。

基本方針

1. 受診者の権利を最優先とした医療を実践します。
2. 救急医療体制の充実に努めます。
3. 地域における保健・福祉活動との連携を推進します。
4. 医療連携により、地域医療の向上に努めます。
5. 医療の質の向上をめざし、職員の研鑽に努めます。
6. 働きやすい職場を目指し、職場環境の充実に努めます。
7. 経営基盤の安定に努めます。

患者様の権利

私たちは、患者様の権利を尊重いたします。

1. 人権の尊重
2. プライバシーの保護
3. 信頼に基づく医療を受ける権利
4. セカンドオピニオンを求める権利
5. 納得のいく説明と情報提供を受ける権利
6. 自らの意思で検査・治療などを選択あるいは拒否する権利

患者様へのお願い

1. 病気に対する正確な情報をお知らせください。
2. より良い医療環境を維持するため、病院の規則をお守りください。
3. 患者様と信頼関係を築けるよう職員一同努力しますので、ご協力をお願いします。

<網走厚生病院の健診事業について>

日本の3大死因である、がん・心臓病・脳卒中には生活習慣病が深く関わっています。これは当院においても例外ではありません。初期症状のないものが多いため健康と思っていても、年に1度は健診を受けることをお勧め致します。当院における健診事業をご紹介します。

健診の種類別	実施日	時間	定員
①日帰りドック	男性日:月・日・木曜日 女性日:水・金曜日	7:30~15:00頃	男性:最大24名 女性:最大21名
②宿泊ドック	火~水曜日 木~金曜日	8:30~翌日15:00頃	火~水曜日:最大2名 木~金曜日:1名のみ
	特徴:胃内視鏡検査と大腸CT検査に加えて、日帰りドックではオプション項目となっている、腫瘍マーカー検査など検査項目が充実しており、4つのコースからお選びいただけます。 【ベーシックコース】【ベーシック+脳コース】【ベーシック+心臓・肺コース】【フルコース】 ホームページからも予約可能です。個室を準備しており、最大2名までご宿泊できますので、ご友人やご夫婦の受診が可能となっております。詳細はホームページをご覧ください。		
③巡回健診	不定期 (年度毎に調製が必要)	要相談	巡回ドック:40名 定期健診等:50名 【参考値:バス1台当たり】
④外来における健康診断	平日 婦人科は月・火・木曜日	8:30~12:00頃	一日最大:9名 その内、胃バリウムは5名まで

	外来・バス		バス	施設内	
	健	予	巡	人	宿
	康	生	回	間	泊
	診	活	ド	ド	ド
	断	習	ッ	ッ	ッ
	断	慣	ク	ク	ク
主な検査項目	断	診	ク	ク	ク
尿・便検査	○	○	○	○	○
血液検査	○	○	○	○	○
胃部X線		○	○	○	
(胃内視鏡)	○				○
胸部X線	○	○	○	○	○
心電図		○	○	○	○
腹部エコー		◆		○	○
眼底検査		◆	○	○	○
大腸CT					○
オプション	脳ドック			○	○
	肺ドック			○	○
	心血管ドック				○
	乳がん検診		◆		○
	子宮がん健診		◆		○

★ 感染予防対策 ★

～安心してご来院いただくために～

- ①従業員の体調管理(検温)・手指消毒の徹底
- ②常時マスクの着用(受診者、スタッフ共に)
- ③施設内の定期的な換気
- ④手すりなど不特定多数の方が触れる部分の消毒
- ⑤間隔確保のための座席指定
- ⑥飛沫感染防止対策
(透明な遮蔽版やカーテンの設置)
- ⑦呼吸機能検査については当面の間中止
- ⑧受診前2週間の行動歴と健康状態の記録

※指定医療機関として慎重に対応しておりますので、ご理解とご協力をお願い致します。(6月22日現在)



ご不明な点がございましたら、健康推進課までお問い合わせください。

(文責:健康推進課/稲玉 健史)

理学療法技術科・作業療法技術科の紹介

今回はリハビリテーション部門の紹介をしたいと思います。

当部門は理学療法士9名、作業療法士1名、言語聴覚療法士1名、医療助手1名の12名で日々業務に励んでおります。病気や怪我などで何らかの障害を負ったり、入院によって活動性が低下した患者様など診療科に関係無く対応しています。患者様が再びその人らしい生活に戻れるように機能的な回復のみに留まらず、他職種とも連携し地域社会において可能な限り生活が送れるようになる事を意識し日々患者様と関わっております。

当部門における理学療法、作業療法、言語聴覚療法を紹介したいと思います。

理学療法

理学療法は病気や怪我などによって運動機能が低下した状態にある方に対して運動機能の維持・改善を目的に運動、温熱や電気など使用した物理療法などを用いて患者様にリハビリを実施しております。

当院では以前から整形外科の術後、心疾患などの循環器科、様々な病気で入院された外科や消化器内科など、診療科に関係なく患者様の筋力体力の向上、生活に必要な様々な動作の獲得などを目的に介入しております。

今年からは脳神経外科開設による脳血管障害の患者様に対しても、積極的な介入を発症直後から行っており、機能的な回復や日常生活動作の再獲得などを目指してリハビリを実施しております。



作業療法

作業療法=Occupational Therapy (OT) とは、『身体または精神に障害のある人に、体の機能回復・維持が出来る様に作業活動を通じて治療・訓練・指導および援助を行います』。

当院にて対象となる患者様は主に整形外科疾患です。日常生活中での転倒や事故、仕事やスポーツ中の事故などによる肩・腕・手首・指の骨折や、筋、腱、神経損傷に対応しています。

また今年から脳神経外科が開設され、身体機能回復や日常生活に必要な動作訓練、自宅退院するための福祉用具選定や他職種と共同での家屋調査なども行っております。



言語聴覚療法

言語聴覚療法は、加齢や病気により飲み込みやコミュニケーションが、困難になった方や高次脳機能障害（記憶や注意力など）が発症した方への評価や訓練を中心に行なっております。

今年から脳神経外科開設に伴い、脳血管障害による嚥下障害や失語症に代表される様々な高次脳機能障害に対応し、患者様が安全に生活出来る様にリハビリを実施しております。

また脳神経外科以外でも加齢に伴う飲み込みの悪さや認知機能低下により食事が困難になった方、嚥下機能やコミュニケーションに問題を抱えた方などの評価、訓練やご家族への指導なども行っております。



(文責：理学療法技術科 技士長代理/田中 茂樹)

Web 病院ホームページのお知らせ

網走厚生病院では、広く皆様により詳しく当院を知っていただけるようホームページを公開しています。病院の理念、各診療科や人間ドックで紹介・病院の歴史等情報が盛りだくさん。

是非一度、網走厚生病院のホームページにアクセスしてみてください。

<http://www.dou-kouseiren.com/byouin/abasiri/> 検索

編集後記

7月に入り、暑い日も多くなってきました。夏に向けて開放的な気分になりますが、感染症予防対策をとりながら楽しめると良いですね。傘を使用すると自然にソーシャルディスタンスが保たれると言われております（相合傘は別ですけど♡）。熱中症の予防にもなるので、日傘の使用がおススメです！（今は男性も日傘をさす人が多くなってきているそうです）

(R.K)

外来診療担当医表

令和2年7月1日現在

診療科	受付時間		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科 消化器科	7:45~11:00	12:30~15:00	更科	早坂	更科	-	阿部	西田	更科	田中	阿部	更科
			田中	-	阿部	-	早坂	-	早坂	-	田中	-
			西田	-	田中	-	-	-	西田	-	-	-
呼吸器科	7:45~11:00	休診	-	-	鈴木 (出張医 不定期)	-	鈴木 (出張医 不定期)	-	鈴木 (出張医 第4のみ)	-	出張医 (第2のみ)	-
循環器科	7:45~11:00	休診	渡辺	-	谷口(治)	-	谷口(治)	-	渡辺	-	谷口(治)	-
			今	-	小泉	-	谷口(真) (出張医)	-	小泉	-	今	-
			(新患・予約外) 小泉	-	(新患・予約外) 渡辺	-	(新患・予約外) 小泉	-	(新患・予約外) 今	-	(新患・予約外) 谷口(真) (出張医)	-
外科	7:45~12:00	12:30~15:00 (水曜日のみ)	中野	-	相山	-	-	小山	中野	横山	横山 (予約)	
整形外科	7:45~11:00 (木曜日は休診)	12:30~15:00 (木曜日のみ)	後藤	-	後藤 西出張医 (不定期)	-	後藤	-	後藤	後藤 出張医 (第2-4)	-	
小児科	7:45~11:00	12:30~15:00 (水曜日は休診)	梶野	佐々木 (吉)	佐々木 (吉)	(予約)	梶野	-	佐々木 (吉)	(予約)	梶野	伊藤
脳神経外科	7:45~11:00	13:00~15:00 (月・水・木曜日のみ)	泉	出張医	泉	-	泉	出張医	泉	出張医	泉	-
産科 婦人科	7:45~11:00 (金曜日のみ)	婦人科のみ (火・木曜日のみ)	鈴木	-	鈴木	鈴木 (予約)	鈴木	-	鈴木	鈴木 (予約)	鈴木 出張医	-
皮膚科	7:45~11:00 (金曜日のみ)	7:45~10:30	休診	-	-	-	-	-	出張医 (第1・2・3・4)	-	出張医 (隔週)	-
泌尿器科	7:45~11:00 (月・火曜日のみ)	12:30~15:00 (月曜日のみ)	出張医	出張医	出張医	-	-	-	-	-	-	-
耳鼻咽喉科	7:45~11:00 (月・火・金曜日のみ)	14:00~15:30 (月曜日のみ)	出張医	出張医	出張医	-	-	-	-	-	出張医	-
眼科	7:45~11:00	12:30~15:30 (木曜日のみ)	福原 出張医	-	福原	-	出張医	-	出張医	出張医	福原	-

※呼吸器科/鈴木医師の診察(火曜日・水曜日・木曜日)は不定期となりますので窓口等でご確認ください。

出張医については第2金曜日と第4木曜日の診察となります。

※外科/診察開始時間は9:30からとなります。水曜日は午後診察のみとなり、診察開始時間は13:00からとなります。

※小児科/火曜日・木曜日の午後は梶野・佐々木(吉)・伊藤の各医師による予約診療となりますので窓口等でご確認ください。

※産婦人科/第2金曜日と第4木曜日の出張医は、不定期のため窓口等でご確認ください。

※皮膚科/金曜日の出張医は、隔週のため窓口等でご確認ください。

※泌尿器科/予約診療のみとなります。

※眼科/月曜日は福原医師もしくは出張医のいずれかによる診察となりますので、窓口等でご相談ください。

■上記の外来診療担当医表は変更・中止が生じる場合もございます。窓口等でご相談ください。

■ご予約は診療希望日の3日前(土曜日・日曜日・祝日を除く)まで承っております。

お手元に診察券・予約票がございましたらご用意の上、平日14:00~17:00の間にお電話ください。



北海道厚生連
網走厚生病院

〒093-0076 北海道網走市北6条西1丁目9番地

TEL 0152-43-3157(代) FAX 0152-43-6586

E-mail UEB56594@ja-hokkaidoukouseiren.or.jp



発行責任者: 広報誌編集委員長 看護部長/中西 真由美