

あ ば し ABA知り通信



ACTIVE・BROAD・AREA



J A 北海道厚生連

網走厚生病院広報誌

Mar 2022 Vol.71



鱒浦港からのオホーツク海

「様々な課題の克服に尽力していきます」

網走厚生病院 内科・消化器内科 主任部長／阿部 暢彦



昨年中も皆さま方には多方面におかれましてお世話になり誠にありがとうございました。引き続き本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

令和4年最初のABA知り通信巻頭言を担当させて頂くことになりましたので月並みにご挨拶からはじめさせて頂きました。

昨年から相も変わらず新型コロナウイルス感染症が猛威をふるう状況が続いておりますが地域のみなさまが安心して病院利用できますように一同が気を抜かずに感染症対策に取り組んでおります。年明けから世界では感染力の高い新型コロナウイルス変異種のオミクロン株の「津波」が急拡大し各国で新規感染者が過去最多を記録しております。国内でも新規陽性者が急拡大しデルタ株からの置き換わりが起きているようです。現時点で若い人への感染が多くほとんどが軽症もしくは無症状であるようですが今後高齢者に広がった場合に重症化する可能性があることが懸念されています。WHOでも症状の深刻さは低いようだが世界中で医療システムがひっ迫しており決して軽症と分類すべきではないとの声明を発表しています。

「かぜ」に近いと表現される一方で高い感染力から圧倒的な患者数の増加をもたらすことから地方でも医療のひっ迫の可能性があります。改めて感染症対策の徹底が必要だと感じています。

この一年も新型コロナ対応の継続に尽力致しますがこのほかにも現場が抱える様々な課題の克服にもち力の限り尽くしていきたいと思っております。不安な状況が続く中ですがこんな時だからこそ、この一年を明るく充実した毎日にできるように願っております。今年もよろしくお願い致します。

病院にゆ〜す

新型コロナウイルス関連情報

令和4年1月28日改正の厚生労働省より発表された新型コロナウイルスに関する情報です。

陽性となった皆様をお願いしたいこと

～陽性となった方の対応の流れ～

- ① 職場や学校などに連絡をお願いします。
- ② 発症の前後に会った方（感染の可能性がある方）に連絡をお願いします。（同居のご家族は除きます）

②の場合

あなたが接触した〇〇さんの感染の可能性は？

① あなたはいつ発症しましたか？ 令和 年 月 日

※無症状の場合、検査を受けた日

② ①の2日前の日付は？

令和 年 月 日

③ 〇〇さんと最後に会った日は？ 令和 年 月 日

この日付が大事！

③の日付は、②よりも前ですか？後ですか？

前です

感染の可能性は低いです。

↓ 後（又は同じ）です

いいえ

以下 の接触をしていると「感染の可能性」があります。

- ☐ 陽性者がマスクを着用せず、手が触れる距離（1 m程度）で15分以上会話した。
例）食事やおやつを会話しながら一緒に食べた、マスクを正しく着用していない等

↓ はい

〇〇さんは感染の可能性あります。

〇〇さんに連絡をお願いします。
〇〇さんに、感染の可能性があることをお伝えください。

北海道

J A北海道厚生連の理念

J A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、J Aとともに保健福祉・J A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。

陽性となった皆様をお願いしたいこと

～陽性となった方への対応の流れ～

新型コロナウイルス感染症については、いつ、だれが、どこで感染してもおかしくない状況です。親しい友人・知人など身近な方やご自身への感染を防ぐために、日ごろからの感染対策が重要です。

このリーフレットは、ご自身が「新型コロナウイルス感染症と診断された」ときに、お願いしたいことについてまとめたものです。

ご自身や大切な方の健康を守るために、ご理解とご協力をお願いいたします。



Q 1 新型コロナウイルス感染症と診断されたら…

A 1 次のとおり「感染の可能性のある方」（同居のご家族を除く）がいないか確認し、該当する方に連絡をお願いします。

◆確認する事項

✓ご自身の検査日

✓ご自身の発病（症状が出た）した日

✓発症した2日前から**共に行動した方**を確認する。※無症状の方は検査日の2日前から

◆Q 2 の感染の可能性のある状況に該当する方に連絡し、感染の可能性があると伝える

Q 2 感染の可能性のある状況とは？

A 2 次のような状況を参考にしてください。

◆陽性者と、感染可能期間中（発症した2日前から入院や自宅待機開始までの期間）に、**マスクをしないで（アゴにずらして）**会話をした人です。

◆目安は「**対面で話す**」、距離は「**1メートル以内**」、時間は「**15分以上**」です。

◆このほか、「咳やくしゃみをしていた」「換気が悪かった」「大きな声をだした」場合は、感染の可能性があると考えましょう。

参考：国立感染症研究所

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/diseases/ka/corona-virus/2019-ncov/2484-idsc/9357-2019-ncov-0.2.html>

北海道

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. 個人として、常にその人格が尊重される権利
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。
4. 健康増進法に基づき、利用者の方々の健康維持と受動喫煙防止を目的に敷地内全面禁煙としおりますので、ご協力をお願いします。

「知人が陽性」その時どうする？

～新型コロナウイルス感染症への備え～

Q 1 知人から「新型コロナウイルス感染症と診断された」と連絡が来たら？

A 1 次の項目について、陽性者に確認してください。

◆陽性者に確認する事項

✓検査日 ✓発病（症状が出た）した日

✓発病した2日前から**共に行動した日**を確認する。※無症状の方は検査日の2日前から

◆ご自身の体調を確認し症状がある場合は受診する。

◆感染の可能性がある状況か確認する。

Q 2 感染の可能性がある状況とは？

A 2 次のような状況を参考にしてください。

◆陽性者と、感染可能期間中（発症した2日前から入院や自宅等待機開始までの期間）に、**マスクをしないで（アゴにずらして）**会話をした人です。

◆目安は「**対面で話す**」、距離は「**1メートル以内**」、時間は「**15分以上**」です。

◆このほか、「咳やくしゃみをしていた」「換気が悪かった」「大きな声をだした」場合は、感染の可能性があると考えましょう。

参考：国立感染症研究所

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/diseases/ka/corona-virus/2019-ncov/2484-idsc/9357-2019-ncov-0.2.html>

Q 3 「陽性者」にならないためには？

A 3 次のことに注意しましょう。

陽性者となると、外出自粛など社会活動が大きく制限されてしまいます。日ごろから感染対策を行い、新型コロナウイルス感染症を予防しましょう。

1. 換気の徹底

2. 手洗い・手指消毒

3. マスクは正しく着用

4. 友人などと集まりたい時は、オンラインで行うなど工夫を

5. 体調不良時は仕事や学校を休む

6. 食事、おやつ、歯磨きなど、マスクを外す場面では会話をしないなど、**飛沫に注意**

7. 目や鼻など首から上を触らない

症状がある場合は……

※健康観察期間中に症状が出た場合も同様です

①かかりつけ医にご相談ください。

受診する際には、事前に電話し、「陽性者と接触があった」ことを伝えてください。受診にかかる費用は医療機関にご確認ください。

②かかりつけ医がない場合は、次のいずれかに電話相談ください。

・北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター

フリーダイヤル／0120-501-507（24時間）

・最寄りの診療・検査医療機関



診療・検査医療機関
北海道ホームページ

○抗原検査キットを使うときは？

薬局等で「医療用」として販売されているものを使いましょう。「陽性・高リスク」と判定された場合、①・②の対応をお願いします。なお、無症状者の使用は推奨されていません。

北海道

北海道のホームページに掲載されている「知人が陽性になった場合」のリーフレットを一部を抜粋したものです。詳細は厚生労働省または北海道ホームページをご覧ください。

外来診療担当医表

令和4年1月31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 野澤 西田	米谷 - -	更科 阿部 米谷	- - -	阿部 野澤 -	西田 - -	更科 米谷 西田	野澤 - -	阿部 野澤 -	更科 - -
呼吸器科	7:45~11:00	休診	-	-	鈴木(夕) 出張医 (不定期)	-	鈴木(夕) 出張医 (不定期)	-	鈴木(夕) 出張医 出張医 (第4のみ)	-	出張医 (第2のみ)	-
循環器科	7:45~11:00	休診	佐藤	-	谷口(治)	-	谷口(治)	-	今	-	谷口(治)	-
			今	-	鈴木(伸)	-	谷口(真) (出張医)	-	鈴木(伸)	-	今	-
			鈴木(伸) (新患・予約外)	-	佐藤 (新患・予約外)	-	今・鈴木 (新患・予約外)	-	佐藤 (新患・予約外)	-	谷口(真) (出張医) (新患・予約外)	-
外科	7:45~12:00	12:30~15:00 (水曜日のみ)	中野	-	松澤 松澤 (予約)	-	-	宮岡	中野	-	横山 横山 (予約)	-
整形外科	7:45~11:00 (木曜日は休診)	14:30~16:30 (木曜日 予約のみ)	後藤	-	後藤 西池 出張医 (不定期)	-	後藤	-	-	後藤 (予約)	後藤 出張医 (第2・4)	後藤 (予約)
		13:00~15:30 (金曜日 予約のみ)			出張医 (不定期)							
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	寺尾
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)	13:00~14:30 (月・火・木曜日のみ)	鈴木	鈴木	鈴木	鈴木	鈴木	-	鈴木	鈴木	鈴木	-
	7:45~10:00	※第1月曜日は休診									出張医	
皮膚科	7:45~11:00 (金曜日のみ)	休診	-	-	-	-	-	-	出張医 (第1・2・3・4)	-	出張医 (隔週)	-
泌尿器科	7:45~11:00 (火・水・金曜日のみ)	13:00~15:30 (水曜日 予約のみ)	望月 出張医	-	望月 出張医	-	望月	望月 (予約)	望月 (予約) (第1・3)	-	望月	-
	7:45~10:30 (月曜日のみ)											
	9:30~11:00 (木曜日のみ)											
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	12:30~15:00 (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）は不定期に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木曜日の診察になります。

※循環器科／水曜日の新患・予約外来は今医師または鈴木医師のいずれか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。

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

※整形外科／木曜日の午後からの診察は予約のみとなり、診察開始時間は15:00からになります。

金曜日の午後からの診察は予約のみとなり、診察開始時間は13:30からになります。

※小児科／火曜日・木曜日の午後は梶野・佐々木（吉）・寺尾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／金曜日の出張医は、不定期のため窓口等でご確認ください。第1月曜日の午後は、手術のため休診になります。

※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／診療開始時間は9:00からとなります。第1月曜日以外の月曜日のみ診療開始時間は8:30からとなります。

月曜日は新患以外の診察になります。

■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。

編集後記

去年の12月初旬頃は雪があまり積もらず、今年の冬は雪が少ないのかと思っていましたが、連日の雪かきで全身が筋肉痛です。運動不足を痛感致しました…。

更に寒さが厳しくなっています。最近暖房の前から動けず…（そして真冬のアイスを食べる）。

感染対策も大切ですが防寒対策もしっかり行い、風邪を引かないように気を付けてお過ごしください。（M.F）

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



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