

# いわせ ほっとニュース



[公立岩瀬病院の基本理念]  
患者さん中心の医療を実践し、  
地域の皆さんに信頼される病院をめざします。



**公立岩瀬病院**

<http://www.iwase-hp.jp/>

**Vol.87**

2019.11.29 発行

# 第16回「公立岩瀬病院フェスティバル」開催

令和元年10月5日(土)10時～15時

テーマ

「時代は令和！今、地域と生きる」

～時代を超えて共に歩むいわせ病院～



公立岩瀬病院フェスティバルは地域住民の皆様には病院を開放し、病院職員とふれあい、当院を身近に感じていただくことを目的に開催しております。今年も10月5日(土)に『時代は令和！今、地域と生きる』～時代を超えて共に歩むいわせ病院～というテーマを掲げ、開催しました。病気を治すだけでなく「命をつなぐ・人をつなぐ・地域と共に」をモットーに健康長寿日本一を目指し、地域全体の健康を願い、スタッフ一同、イベント・講座を企画しました。

イベントでは三浦院長自らが担う『タッピングタッチ』体験講座を行い、皆様と一緒にふれあい・癒しのケアを体験していただき、お互いに明日への活力を共有することが出来ました。健康講座では、順天堂大学病院 森博威先生より『食べて動いて健康に 長寿のひけつ』、当院外科 月田茂之先生より『令和元年、岩瀬の外科』をテーマに講演を行いました。

外部からの出展としてアクアマリンふくしまから“クラゲの展示”、足の歩行測定・脈波、肌年齢・血管年齢、はたけんぼによる販売コーナーなど、たくさんのイベントにご協力いただきました。

院内からの出展としては、各部署がそれぞれブースを設けさまざまなことを体験できるコーナーとして、内視鏡手術体験、マンモグラフィ体験、救急車搭乗体験、子供薬局、運動機能チェック、健康相談などを医療専門職として実施しました。また、遊びを取り入れた子供も大人も楽しめるミニ縁日・射的、手作りの皮製品を含むバザー、アロマセラピー、各種医療機器・手作り品展示なども行いました。

今回、改めて公立岩瀬病院はたくさんの方々に支えられ歴史を重ねてきた病院だと実感致しました。これからも地域の方々に愛され親しまれ信頼される病院になれるよう、頑張っていきたいと思っております。ご来場いただきました皆様、ありがとうございました。







小児科医長

佐藤 賢一 医師



「保育園に入ったら風邪ばかりひいている。免疫がおかしいのではないか」という相談を時々受けます。免疫というものは病原体を直接攻撃する細胞性免疫と病原体を排除する抗体が主となる液性免疫に分けられます。この抗体は免疫グロブリンと呼ばれていて、免疫グロブリンG (IgG)、免疫グロブリンA (IgA)、免疫グロブリンM (IgM) の3種類と、アレルギーと関係する免疫グロブリンE (IgE) というのがあります。80%ぐらいの抗体がIgGに乗っていて、妊娠中にお母さんのIgGが胎盤を通過して赤ちゃんに移行しています。これは生後4-6ヶ月頃まで赤ちゃんの体内に残り、赤ちゃんが自分で抗体を作れるようになるまで赤ちゃんを感染から守ってくれます。また、生後3日以内の母乳のことを初乳といい、この中にIgAが多量に含まれており赤ちゃんが飲むことで腸管の表面を覆い感染を防御しています。

赤ちゃんは病気にならない、という言葉は耳にするのは以上のことに由来します。しかし、IgMは赤ちゃん自身で作らねばならず、IgMが担当している大腸菌やブドウ球菌(私たちの皮膚にたくさん付いています)などでは赤ちゃんでも病気になります。ですので、赤ちゃんを見るときは、トイレへ行ったときによく手を洗い、皮膚をきれいにしてください。

また、IgGが担当している麻疹、風疹、溶連菌感染症などは、生後数カ月はお母さんがなったことがあれば、発病を阻止できます。しかし、細胞性免疫機能が感染防御の主体であるヘルペスウイルスや、IgAが担当する百日咳などは防御できないわけです。生後半年ともなると、赤ちゃんの体には自前の抗体だけが存在し、予防接種や新しい感染を受けることで免疫を強化していくのです。保育園は感染症の巣ですから次から次へと病気になりやすいというのはそういう理由です。こうして、免疫が強化され病気に強くなるまでは病院通いが増えますが、成長とともに回数は減っていきます。

しかし、免疫の働きには個人差があり重症化しやすい子もいます。また、予防接種がある程度終わっていない状況でも重症化しやすくなります。お子様に合わせて通園時期を検討していただければ、入院や重症化を防ぐことができます。



## 出産・育児ナビ

当院では、皆様のご協力を得て、産科婦人科開設から2年半を迎えることができ、これまでに1400名を超える赤ちゃんが生まれました。よく赤ちゃんはエネルギーのかたまりと言われますが、お産に立ち会わせていただき、私たちは赤ちゃんから元気をいただいています。



みなさんらしい妊娠生活やお産・育児をサポートするため、今年の4月から助産師外来をスタートさせました。医師の許可のある妊婦さんは利用していただけます。通常の超音波検査や保健指導はもちろん、助産師と気になることや心配なことについて、待ち時間もなくゆっくりお話していただけますので、上のお子さんも一緒にぜひご利用ください。

(産科婦人科)

## 在宅介護のポイント

### 包括支援とは

みなさんは「包括支援センター」という言葉を聞いたことがありますか。包括支援センターでは高齢になっても自分の住み慣れた地域や自宅で、安心して生活が出来るようにお手伝いをしています。高齢者が抱える問題は介護や医療、福祉など実にさまざまです。それらの問題に対応するため職員は保健師(看護師)、主任ケアマネージャー、社会福祉士の有資格者が揃っています。

包括支援センターはどの市町村にも1つ以上あります。もし自分や家族に介護が必要になってからどうしようと慌てることのないように、自分が住む地域の包括支援センターはどこにあるのか確認しておきましょう。分からない方は市役所、役場にご確認ください。(須賀川市西部地域包括支援センター)

## 病院用語ナビ

### ～「届出感染症」について～

届出感染症とは感染症法に基づき、医師が保健所に届けなければならない感染症のことです。全ての医師が届出を行う全数把握の感染症と、指定した医療機関のみが届出を行う感染症に別けられます。全数把握の感染症は1類から5類感染症に別けられます。

代表的な例を上げると、1類感染症では「エボラ出血熱」、2類感染症では「結核」、3類感染症では「腸管出血性大腸菌O-157等」、5類感染症では「麻疹」「風疹」などが上げられます。危険性の程度で1類から5類に分類されています。指定医療機関のみの届出感染症には、インフルエンザなどがあります。届出ることによって感染症の発生や流行を探知することができ、まん延を防ぐための対策や、医療従事者・一般の方への情報提供に役立てられます。

(臨床検査科)

# 公立岩瀬病院附属高等看護学院 令和2年度 一般入学生募集

## 私たちと一緒に看護を学びませんか？

本看護学院は、公立岩瀬病院に将来看護師として勤務しようとする者に、看護師としての必要な知識および技能を習得させることを目的に設置されています



【募集人員】 30名(推薦・社会人入試も含む)

【学科名・課程】 医療専門課程看護学科(全日制) 3年課程

【受験資格】 1)看護に関心を持ち、主体的に学ぼうとする者  
2)高等学校を卒業した者、または令和2年3月に高等学校卒業見込みの者  
3)通常の課程による12年の学校教育を修了した者、または令和2年3月卒業見込みの者  
4)文部科学大臣の定めるところにより、高等学校を卒業した者と同等以上の学力があると認められた者

【出願受付期間】 令和元年12月9日(月)～12月20日(金)必着

【受験料】 20,000円(普通為替証書)

【試験日】 令和2年1月9日(木)

【受験科目】 現代文B 数学I・A コミュニケーション英語I・II 面接

【卒業後の資格】 1)看護師国家試験の受験資格  
2)専門士(医療専門課程)の称号  
3)大学編入、保健師学校、助産師学校、養護教諭課程等の受験資格

※詳細は本学院HPをご覧ください。 [http://www.iwase-hp.jp/institutions/high\\_school/](http://www.iwase-hp.jp/institutions/high_school/)

## 「中学生の職場体験」の受け入れ

看護部では、毎年、中学校の総合学習「職場体験」を受け入れています。

当院を選んだ中学生は、「医師・看護師になりたい」「医療関係の仕事につきたい」と意識も高く頼もしく感じます。プログラムに沿って職場体験をすすめています。希望を聞いて、興味のある職種の職員に直接インタビューする機会も設けています。「どうして、〇〇になろうと思いましたか?」「勉強はどのくらいしましたか?」「やりがいはなんですか?」など核心をついた質問もあり、職員にとっても職業選択の原点に戻ることができる貴重な機会となっています。

最後のカンファレンスでは「医師や看護師以外にも事務や栄養師などいろいろな仕事があることが分った」「〇〇の方と話せてよかった」など意見も活発で、働くことの喜びや苦労を実感してくれているのが伝わります。今後も将来の職業選択になる、「中学生の職場体験」の受け入れに尽力したいと考えております。中学生のみなさん「是非、公立岩瀬病院にきてくださーい」。 (看護部)



Vol. 1



# 健康運動



## 【ロコモティブシンドローム】

ロコモティブシンドローム(ロコモ)という言葉をご存知でしょうか?ロコモとは骨や関節、筋肉などの運動器と言われる部分の衰えて「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態のことを言います。原因としては ①運動器の疾患(変形性膝関節症、腰痛、骨折など) ②加齢による運動器機能の低下(筋力や体力が落ちた、関節が動かしにくいなど) の2つがあげられます。

特に高齢の方では外出機会の減少など、普段の活動が少なくなることで筋力やバランス能力の低下が起こりやすいと言われます。筋力やバランス能力が低下すると転倒や骨折が起こりやすく、歩行やトイレなどの日常生活動作が困難となり介護が必要となる恐れがあります。また若い世代の方においても車やエレベーターの利用で足腰を使う機会が減っており将来的なロコモに注意が必要です。

下記のロコモチェック1つでも当てはまればロコモの心配があります。

- ①片脚立ちで靴下がはけない      ②家の中でつまずく、すべる
- ③階段を上るのに手すりが必要      ④家のやや重い仕事が困難である
- ⑤2kg程度(1Lの牛乳パック2個程度)の買い物をして持ち帰るのが困難
- ⑥15分くらい続けて歩くことができない      ⑦横断歩道を青信号で渡り切れない。

1つでも当てはまる項目があれば、ロコモーショントレーニング(ロコトレ)で「バランス能力」と「下肢の筋力」向上を目指してみましょう。



### スクワット (下半身の筋力をつける)

肩幅より少し広めに足を広げて、背筋を伸ばしたままゆっくりと腰を下ろします。難しい方はテーブルに両手をついて行うと良いです。

※注意点  
かんだ時に両膝がつま先よりも出ないようにします。安全のため必ず椅子などの前で行いましょう。



### 片足立ち (バランス能力と筋力をつける)

背筋を伸ばして真っ直ぐ立ちます。床に付かない程度に片脚を上げます。

※注意点  
転倒しないように必ずつかまるものがある場所で実施しましょう。



## 公立岩瀬病院

### 【編集・発行】

公立岩瀬病院 広報委員会 (広報誌発行部会)

〒962-8503 福島県須賀川市北町20番地  
Tel 0248-75-3111 Fax 0248-73-2417  
E-mail koho@iwase-hp.jp

