

いわせ ほっとニュース



「当院正面玄関」

[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/>

Contents

企業長紹介	02
新任医師・研修医紹介	02～03
けんこうウォーキング延期のお知らせ ..	04
出産・育児ナビ	05
在宅介護のポイント	05
院内発表会	05
健康運動	06

企業長紹介

宗形 充 (むなかた みつる)



出身大学：東京都立大学 出身地：福島県須賀川市

趣味：ゆったりツーリング

地域の皆さんへ

新型コロナウイルスの流行など、域内においても緊迫した状態が続いておりますが、どのような環境下にあっても、患者さん中心の医療を実践し、継続して安全な医療環境をお届けできるよう、全職員一丸となって取り組んで参りますので、引き続きご指導、ご支援をお願い申し上げます。

新任医師紹介

村川 雅洋 (むらかわ まさひろ)



役職：総院長 専門分野：麻酔科

資格：麻酔科専門医、集中治療専門医、ペインクリニック専門医、ICD

出身大学：京都大学 出身地：大阪府四條畷市 趣味：野球(観戦)、読書

地域の皆さんへ

麻酔科は、手術前後の患者さんの命を守ることが主な仕事ですが、また、様々な病気や手術に伴う痛みを和らげることを目指しています。手術を受けられる患者さんが、少しでも痛みが少なく、心安らかに快適な入院生活を送れるようなお手伝いをします。

石橋 真輝帆 (いしばし まきほ)



診療科：産婦人科 資格：日本産婦人科学会専門医、日本臨床細胞学会専門医

出身大学：福島県立医科大学 出身地：福島県白河市

地域の皆さんへ

昨年12月に成育医療基本法が成立しました。これは子供の健全な成長を後押しするため、母親の妊娠期から切れ目ない医療・福祉の提供を目指すものです。この法律に則り地域の妊産婦の安心・安全な出産のお手伝い、産婦人科領域の疾患をお持ちの学童期のお子さんから、また働く世代や老年期の女性の健やかな生活をサポートできるよう努めて参ります。

鈴木 哲司 (すずき てつじ)



診療科：小児科

出身大学：福島県立医科大学 出身地：神奈川県

地域の皆さんへ

丁寧な診療を心がけていきたいと思っております。よろしくお願ひいたします。



佐藤 秀紀 (さとう ひでのり)

診療科：内科 出身大学：兵庫医科大学 出身地：福島県郡山市
趣味：スポーツ観戦、ドライブ

地域の皆さんへ

地域の患者様によりよい医療を提供できるように精一杯頑張ります。



滝口 和 暁 (たきぐち かずあき)

診療科：外科 出身大学：福島県立医科大学 出身地：福島県
趣味：スノーボード

地域の皆さんへ

須賀川市の皆様に貢献できるよう誠心誠意努めてまいります。
よろしくお願いいたします。

研修医紹介



油 座 碧 玉 (ゆざ びゆ)

出身大学：秋田大学 出身地：神奈川県平塚市
趣味：読書

地域の皆さんへ

お世話になります、初期研修医の油座と申します。
医師としてまだ未熟ですが、一生懸命に学び、精一杯業務に励みますので、何卒
よろしくお願い申し上げます。



橋 本 智 央 (はしもと ともひろ)

出身大学：東邦大学 出身地：東京都豊島区
資格：証券アナリスト、宅地建物取引士、行政書士 趣味：旅行

地域の皆さんへ

私は須賀川に来てから、人の優しさと1人1人の顔を覚えてくれる暖かさに触れて、
公立病院で働きたいと昨年からずっと思っていました。縁あって今年4月から
勤務することになり、感激しています。
地域の皆さんのために少しでも力になれるよう一生懸命頑張ります。



笹 木 彩 華 (ささき あやか)

出身大学：福島県立医科大学 出身地：福島県福島市 趣味：旅行

地域の皆さんへ

須賀川市はまだ来たばかりで全然分からないので、皆様に魅力など教えて頂きながら
詳しく知っていきたいと思っております。
少しでも早くお役に立てるように精一杯頑張ります。



佐瀬 史帆 (さぜ しほ)

出身大学：福島県立医科大学 出身地：福島県会津坂下町

趣味：ゲーム

地域の皆さんへ

はじめまして。初期臨床研修医の佐瀬史帆と申します。
地域の皆様のお役にたてるよう、また皆様に親しまれるよう、一生懸命精進いたします。よろしくお願いいたします。



旗野 将貴 (はたの まさたか)

出身大学：福島県立医科大学 出身地：福島県桑折町

趣味：音楽鑑賞

地域の皆さんへ

はじめまして。この春に大学を卒業したばかりの新米ですが、地域の皆様のお役に立てるよう精一杯努力します。よろしくお願いいたします！

2020楽・楽けんこうウォーキング延期のお知らせ

毎年、6月に開催しております楽・楽けんこうウォーキングですが、このたびの新型コロナ禍に対する感染予防のため延期となりました。新しい開催日時については決まりましたらまた、ポスター、須賀川広報誌などでお知らせいたします。

さて、私たち実行委員会では、このイベントにむけて翠ヶ丘公園内散策や健康クイズ、講話を考えています。この公園内には百本以上の梅の木があります。約30年前に中国から友好の証しとして苗木が贈られたそうです。散策路の傍らには円号「令和」の引用元になった万葉集「梅花の宴」で詠まれた和歌の歌牌があります。

開催日が決まった暁には、また地域のみなさまと一緒に、この公園を健康や歴史の勉強もしながらウォーキングをしたいと思っています。みなさまのご参加をお待ちしております。



出産・育児ナビ



小児の下痢嘔吐時には食事療法が大切です。吐気が落ち着いてきたら、水分を少しずつ飲ませましょう。食事は消化の良いものを与え、便が水のような時は水分を中心に、便がドロドロならドロドロの食べ物を。便が柔らかい程度なら柔らかい食べ物をというように、便の様子をみながら食事内容を決めましょう。ミルクの場合はひとさじ薄め、母乳の場合、下痢がひどい時は普段より短時間の授乳時間とし、回数を多くしましょう。元気が無く顔色が悪い時や唇が渇いておしっこが少ない時は脱水の心配がありますので早めに受診をしましょう。胃腸炎は感染性のものが多く、大人にも感染します。手洗いをしっかり行い感染予防に努めましょう。

(小児科3病棟)

在宅介護 の ポイント

皮膚のカサカサ、かゆみ、気になりませんか？ 肌は一年中乾燥しやすくなっています。

私たちの皮膚の表面は弱酸性の皮脂膜で覆われ、水分を保つことで外からの異物(細菌、アレルギー物質など)の侵入を防ぐ機能があります。これをバリア機能といいます。高齢の方は、皮脂の分泌が減り、皮膚が乾燥しやすく傷や炎症が起こると治りにくい肌になっています。

日常のケアのポイントは3つです。皮膚の清潔(洗浄)、保湿、保護。

1. 清潔…弱酸性の石けんをよく泡立てやさしく洗いましょう。
※ベビー石けんやナイロンタオルは皮脂を取り除きすぎるためお勧めできません。
2. 保湿…入浴後は速やかに保湿剤を塗って潤いを保ちましょう。
3. 保護…ワセリンなど油分を含む製品を使い排泄物などの刺激から皮膚を守りましょう。

皮膚トラブルを防ぎ、健やかに過ごすためにお試しください。(7病棟)

令和元年度 院内発表会 開催

令和2年2月6日(木)17時30分より外来棟3階大会議室にて令和元年度 院内発表会が行われました。

この発表会は教育委員会が主催し、他職種の発表を聴くことで互いに学び合い知識を深めることを目的に企画され、今回が2回目となります。テーマは業務効率化、患者サービス向上、安全・安心の向上、経営改善、実績報告など様々で、今回は、放射線科、薬局、入退院支援室、NICU、看護部2題、医事課、内視鏡看護部、リハビリテーション科、総務課、DMAT隊、検査科の12部署からの発表がありました。最優秀賞は演題名「みんなでなくそう無駄経費」を発表した総務課の栗城延幸さんが選ばれ三浦純一教育委員長より表彰を受けました。



Vol.2



健康運動



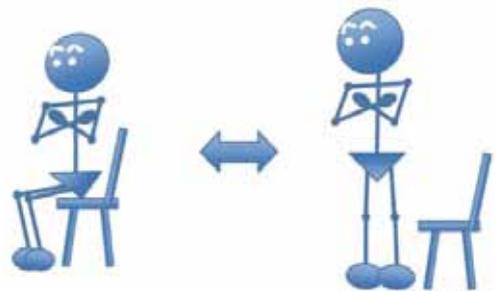
【サルコペニアを予防しよう!】

サルコペニアとは筋肉量の減少を表す言葉で、身体機能や筋力が低下している状態を指します。原因としては加齢が要因となって起こる①原発性のサルコペニアと、加齢以外が要因となる②二次性のサルコペニアがあります。二次性の原因としては低活動、病気、栄養などが挙げられます。今回はサルコペニアのチェック方法をご説明します。

5回立ち座りテスト

- ①両足を腰幅に程度に開き両腕を胸の前で組む
- ②立つと同時にストップウォッチなどで計測をスタート
- ③膝と腰をしっかり伸ばして立ち座りを5回繰り返す
5回目の着座で計測終了

※立つのが難しい場合は膝の上に手を置いて構いません。
座る時に腰を痛めたり、転倒しないように十分注意してください。



図：福島県理学療法士会 介護予防パンフレットより

年代別平均値

年齢(歳)	平均値(秒)
60-69	11.4
70-79	12.6
80-89	12.7

12秒以上…
サルコペニアの可能性あり

14秒以上…
転倒リスクが上昇

サルコペニアの運動としては、軽く息がはずむ程度の有酸素運動(散歩、ラジオ体操、水泳など)や筋力運動(スクワットなど)が効果的です。

頻度としては週3回程度で3か月間の継続を習慣化していきましょう。

指輪っかテスト



図：エーザイ 肝疾患サポートサイトより



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

