

津山中央病院広報誌 「スマイル」

Smile

2022

春号

ご自由におとりください

特集

新年度を迎えて今やるべき感染症対策
新ドクターカー 始動

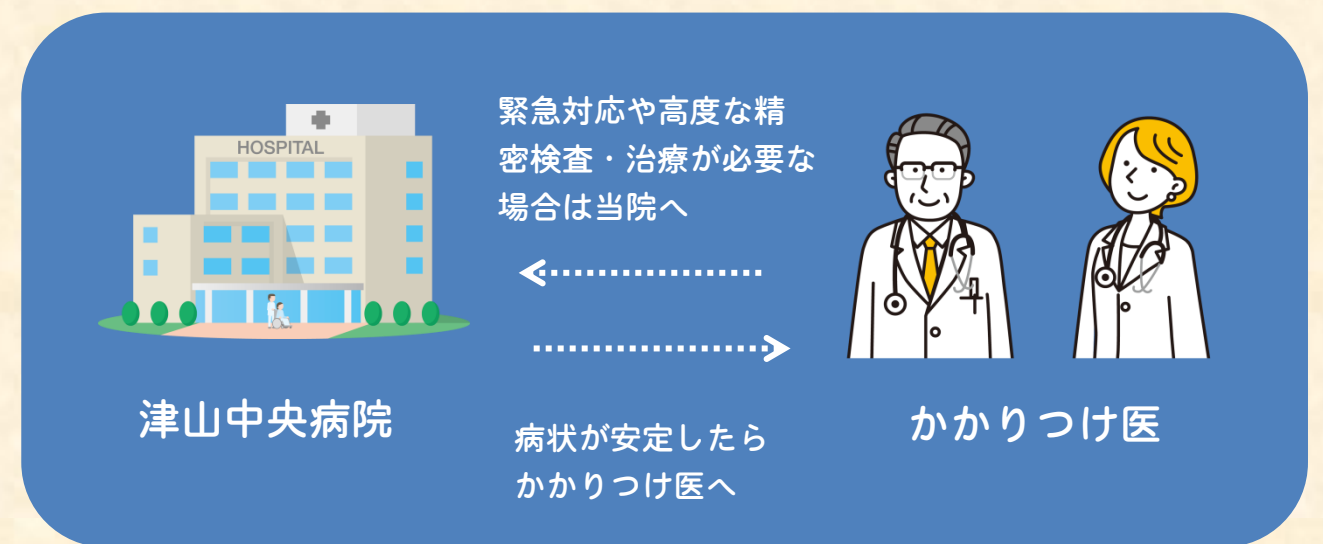


津山中央病院の役割

私ども「津山中央病院」は地域の中核病院として「高度医療の提供・急性期疾患の対応・充実した救急医療の提供」を果たす役割を担っております。この3つの使命は、地域の皆様のご要望とも言うことができ、当院はこれを実現すべく、日夜、研鑽に励んでおります。

また「地域医療支援病院」の認定を受け、緊急対応や高度な精密検査が必要な患者さんなど、地域の医療機関からの紹介があれば迅速に対応できる体制を整えています。

当院の近隣エリアには、回復期リハビリテーション病院やかかりつけ医として日常的な診療や健康管理を行う診療所など、それぞれの特長を活かした医療機関があります。地域内での機能分化を進め、適切な場所で患者さんに最良の医療を受けていただけるよう、地域の医療機関との密な連携に取り組んでいます。



かかりつけ医をもちましょう

かかりつけ医とは、日常の健康管理を行う近所のお医者さんです。あなたに気になる症状があればすぐに相談でき、万が一、専門的な検査・治療が必要となれば、当院を紹介してもらうことができます。

2022年4月

新ドクターカー 始動

2004年より津山圏域消防組合と合同で運用してきたドクターカー。新たな方法で、岡山県北地域の救急医療体制を充実させます。



ドクターカーとは

ドクターカーは医療器具を載せた専用車両に医師、看護師、病院救命士が乗り込み、救急現場もしくは患者さんを搬送している救急車へ向かい、治療を早期に行うための仕組みです。

通常、患者さんは救急車で運ばれ、病院到着後から医師による診断、治療が開始されます(図1)。しかし重篤な状態である場合は、病院到着前に状態が悪化し命を落とす事も少なくありません。ドクターカーにより病院に到着前に診断、治療を行えることで救命率の向上、後遺症の軽減が見込まれます(図2)。

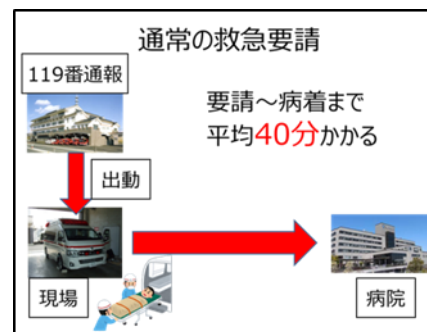


図1

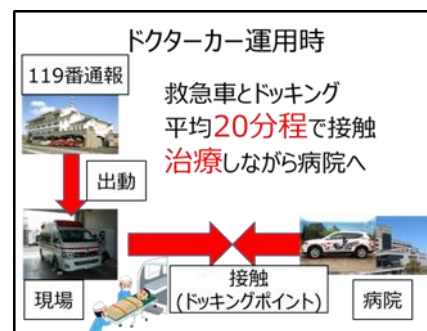


図2

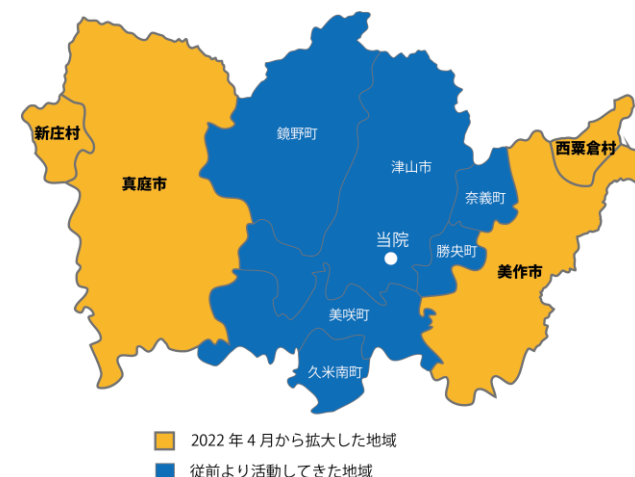
当院は、2004年より津山圏域消防組合と合同でドクターカー事業(平日9～17時)を行って来ましたが、岡山県で救急医による常設のドクターカー運用を行っている病院は津山中央病院しかありません(2022年2月時点)。主に津山圏域消防組合の活動エリア(津山市、鏡野町、勝央町、奈義町、久米南町、美咲町)で事業を行っており、年間約200件出動しています。

活動範囲と運行日数が拡大

この度ツタダ産業株式会社様の御厚意により新しいドクターカーをご寄贈頂きました。また当院でドライバーも確保し病院単独で事業を行うことになりました。これにより活動エリアが今までの津山圏域消防エリアに加えて美作市・西粟倉村・真庭市・新庄村と岡山県北全体へ広がります。そして運行日数も年間180日であったものが250日へ拡大します。

新事業に伴い、ドクターカーと救急車が合流する場所(ドッキングポイント)も新設致します。多くは主要道路沿いの広い場所を指定しており、地域の方々のご理解とご協力をお願いしたい次第です。

より多くの方にドクターカーの恩恵を受けて頂き、岡山県北にお住まいの皆様の安心安全に繋がるよう、これからも地域救急医療のより一層の充実を図ってまいります。



特集

新年度を迎えて 今やるべき感染症対策

藤田 浩二

総合内科・感染症内科部長



新型コロナウイルス感染症（以下COVID-19）のパンデミックと向き合い約2年が過ぎましたが、未だにパンデミックが終息する気配はありません。年明けからオミクロン株による第6波が始まり、2月中旬頃からピークを過ぎた様にも見えましたが、年度末そして新年度に入り感染の波は再度悪化を見せ始めています。

なぜ感染者数がまた増えている？

この理由としては、（１）年度末から新年度にかけて人の動きと接触の増加、（２）デルタ株とは異なりオミクロン株に対するワクチンの感染予防効果の低下（ただし、感染しても重症化は防ぐ効果は高いです）、（３）普通の風邪や花粉症と区別がつかないため油断してしまうこと、の3つが挙げられます。

変異株だから対策も変える？

では、変異株に対して何をすればよいのでしょうか？実は感染対策の基本は何一つ変わっていません。ウイルスの侵入門戸は一貫して『目、鼻、口』だけであり、いかにこの侵入経路をブロックするかが最も重要です。つまり、マスク（必要に応じてアイガードも）、手指衛生、3密の回避を徹底することだけなのです。

今一度気を引き締めて

一日でも早いCOVID-19の終息のために、今一度気を引き締め、一人ひとりの感染対策の徹底を頑張りましょう。引き続きONETEAMで力を合わせて行きましょう。

感染しても軽症だから大丈夫？

皆さんは直感的に『オミクロン株に感染しても軽症が多いから問題ないでしょ？』と思うかもしれませんが、確かに、軽症が多いですがこの考えは落とし穴があります。感染者数がどんどん増えると結局は重症者が増えることとなります。

仮に死亡率が0・01%（10,000人に1人）としたらどうでしょうか。もしも岡山県民1,868,369人が感染したら186人が亡くなることになり、その背後にはもっとたくさんの重症者がその背景に発生しています。残念ながら数百人単位の重症者をまとめて引き受けられるようなベッドは岡山県にはありません。

もしも、それをなんとかカバーしようとすると一般の医療、特に救急診療を大幅に削ることになり、結局誰かが医療を受けられなくなるのです。ですから、とにかく、COVID-19の患者数を減らすことが目の前の一番重要な課題なのです。

新型コロナウイルス感染症 重症者対応ベッド数 （2022年4月1日現在）

岡山県	68 床
広島県	46 床
鳥取県	47 床
香川県	30 床

2022年版

新型コロナウイルス

感染拡大防止へのご協力をお願いします

ワクチン接種後も、「マスクの着用」や「手洗い」、「3密（密接・密集・密閉）回避」などを徹底してください。

正しく使おうマスク！

ポイント

会話時は必ず着用！

・鼻出しマスク× あごマスク×
・着けたら外側は触らない
・ひもを持って着脱
・品質の確かな、できれば不織布を

①

鼻の形に合わせ
すき間をふさぐ

②

あご下まで伸ばし顔に
密着させる

こまめにしよう
手洗い・手指消毒！

こんなタイミングでは必ず！

・共用物に触った後
・食事の前後
・公共交通機関の利用後 など

ポイント

指先・爪の間・指の間や手首も
忘れずに洗いましょう！

目指そうゼロ密！

一つの密でも避けましょう！！

密接

マスクなし× 大声×

密集

大人数× 近距離×

密閉

換気が悪い× 狭い所×

▶ 体調不良時の出勤・登校・移動はお控えください。 ▶ ワクチン未接種の方は接種をお願いします。

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省

新型コロナウイルス等
感染症対策推進室

新型コロナウイルス
感染予防のために▶
(厚生労働省HP)



循環器内科

今村 萌子
【専門領域】
循環器一般



循環器内科

松浦 秀樹
【専門領域】
循環器一般



小児科

奈良井 哲
【専門領域】
小児科一般
【専門医】
日本小児科学会専門医
日本周産期・新生児医学会
周産期専門医



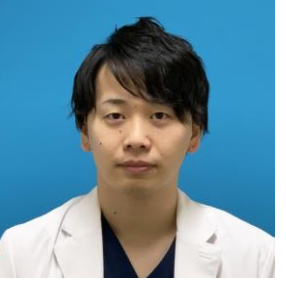
小児科

中島 由希子
【専門領域】
小児科一般



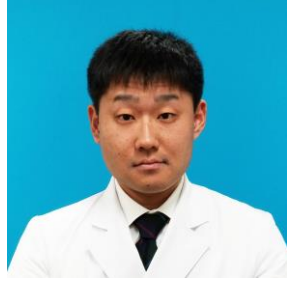
整形外科

出宮 光二
【専門領域】
整形外科全般・外傷
【専門医】
日本整形外科学会専門医



整形外科

安藤 輝彦
【専門領域】
整形外科全般



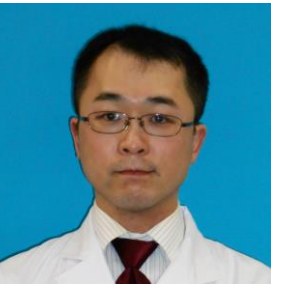
整形外科

須江 崇彦
【専門領域】
整形外科全般



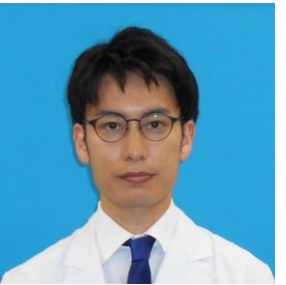
皮膚科

水田 康生
【専門領域】
皮膚科全般



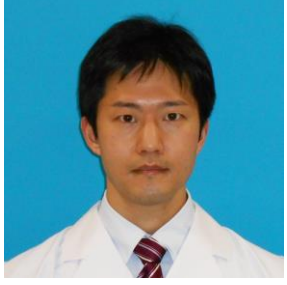
病理診断科

柴田 嶺
【専門領域】
病理組織診断



放射線科

岡本 聡一郎
【専門領域】
画像診断、IVR
【専門医】
日本医学放射線学会画像診断専門医
日本インターベンショナルラジオロジー
(IVR) 専門医



救急集中治療科

笹井 史也
【専門領域】
救急全般
【専門医】
日本救急医学会救急科専門医
日本内科学会認定医



救急集中治療科

濱崎 健太郎
【専門領域】
救急全般
【専門医】
日本救急医学会救急科専門医
日本内科学会認定医



救急集中治療科

竹内 研一
【専門領域】
救急全般



救急集中治療科

山内 優那
【専門領域】
救急全般

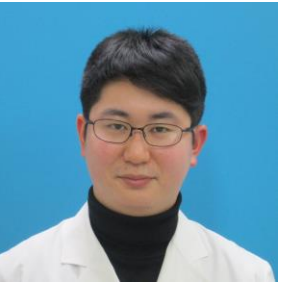


新任医師のご紹介



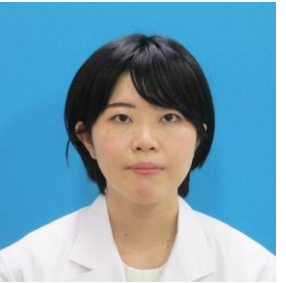
内科

小川 泰司
【専門領域】
消化器内科
【専門医】
日本消化器病学会消化器病専門医
日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医
日本内科学会認定総合内科専門医



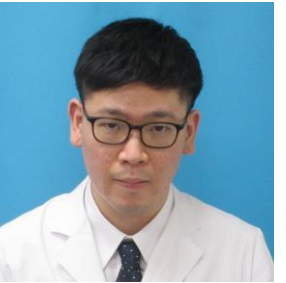
内科

吉川 知輝
【専門領域】
内科一般
【専門医】
日本内科学会内科専門医



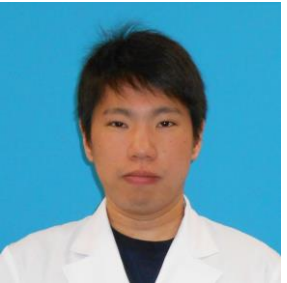
内科

西尾 綾乃
【専門領域】
内科一般



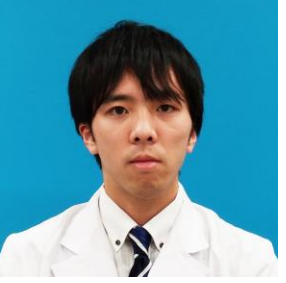
内科

井上 省吾
【専門領域】
内科一般



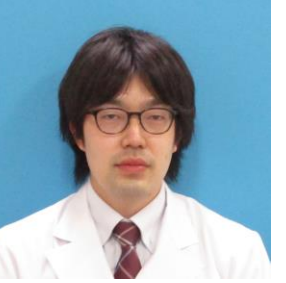
内科

香川 大樹
【専門領域】
内科一般



内科

松原 弘樹
【専門領域】
内科一般



外科

成田 周平
【専門領域】
消化器外科



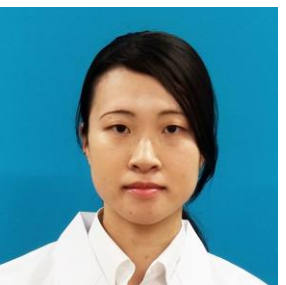
外科

吉岡 遼
【専門領域】外科一般
【専門医】
日本外科学会専門医
日本乳癌学会認定医・専門医



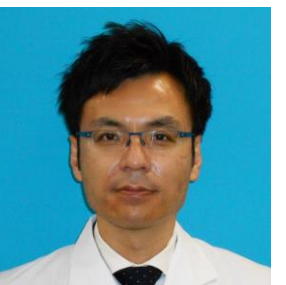
外科

遠藤 福力
【専門領域】
外科一般



外科

脇 葵
【専門領域】
外科一般



循環器内科

久保 元基
【専門領域】循環器内科一般
不整脈・心臓リハビリテーション
【専門医】
日本循環器学会専門医
日本不整脈心電学会不整脈専門医
日本内科学会総合内科専門医



循環器内科

吉野 智博
【専門領域】
循環器内科一般
【専門医】
日本内科学会認定内科医

2021 年度 患者満足度調査結果（外来部門）

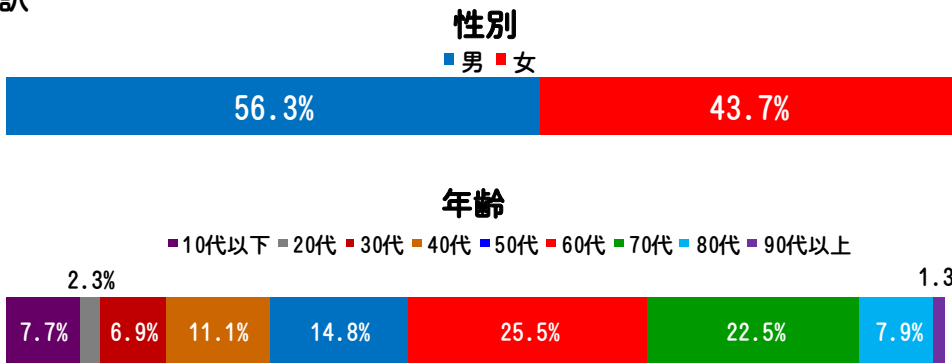
当院では、2022 年 2 月の 6 日間（2/2～2/4、2/7～2/9）外来受診をされている患者さんを対象に患者満足度調査を実施致しました。調査にご協力頂きました皆様に改めて御礼を申し上げますと共に、ここに調査結果の概要(一部抜粋)をご報告致します。

今回の調査結果を通じて、皆様から頂きました評価、ご意見、励ましのお言葉等を全職員で共有し、今後もより良い病院づくりに取り組んでまいります。

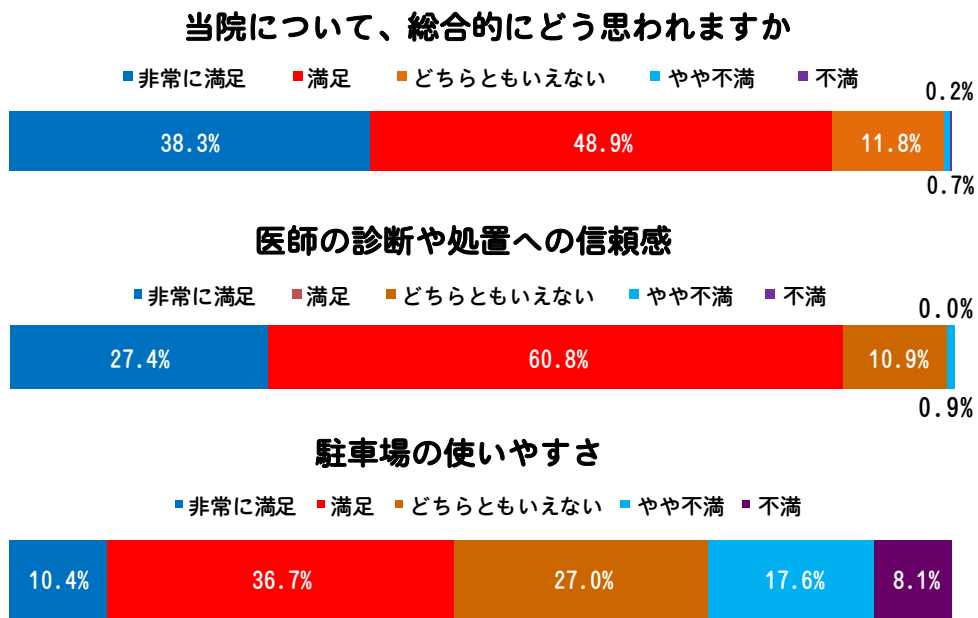
○実施期間・配布数・回答数

実施期間	配布数	回答数（率）
2022 年 2 月 2～4 日、7～9 日（6 日間）	600 枚	487（81.2 %）

○回答者の内訳



○設問（一部抜粋）



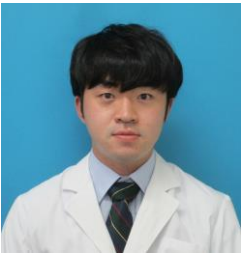
○お褒めの言葉、ご意見（一部抜粋）

- ・小児科（理学療法士、作業療法士）の療育の充実がとても助かりました。県南に行かなくていい。
- ・県北の総合病院としてさらに発展してください。
- ・トイレの洋式の個数が少ない。
- ・サービスを十分心掛けていると思うが、アンバランスが見られる。言葉遣いが荒い人もいる。
- ・駐車場が少ない。ルールを守らない人がいて迷惑。
- ・会計でクレジットカード使用できるようにしてほしい。
- ・対応できる人員が少ないため少々時間かかるのはわかるが、途中で一言声かけて頂くとありがたい。

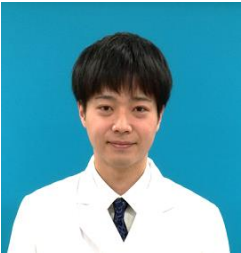
研修医のご紹介



大内 智貴
＜岡山大学＞



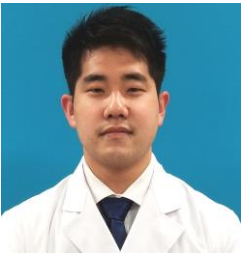
児玉 悠暉
＜鳥取大学＞



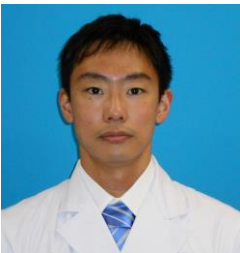
只野 正幸
＜自治医科大学＞



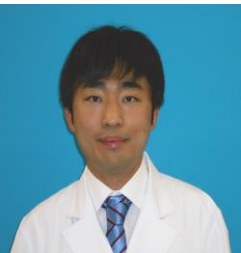
立花 和典
＜岡山大学＞



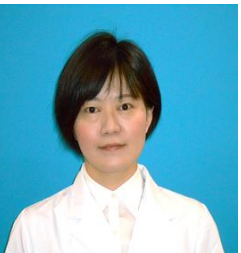
濱口 侑永
＜岡山大学＞



久次 康樹
＜岡山大学＞



鱒淵 明
＜獨協医科大学＞



横溝 加奈子
＜島根大学＞



若山 太一
＜岡山大学＞



藤井 直人
＜島根大学＞



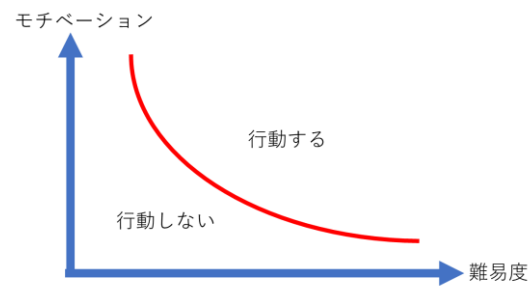
よろしくお願いお願い致します！

★ 退職医師一覧 ★

- 【内科】岡本 雄貴、神尾 知宏、石田 正也、宮本 和也、福島 伸乃介
- 【循環器内科】水野 智文、諸国 元太郎
- 【放射線科】川端 隆寛
- 【小児科】藤森 大輔、松浦 宏樹、大塚 勇輝
- 【整形外科】岡崎 勇樹、國富 康資
- 【皮膚科】谷本 尚吾、横田 雄也

お世話になりました！

「習慣力」を使って運動をはじめよう



それを継続させるにはコツがあります。それはこの記事をみて、カルヴァータにくるといふ行動にも少し繋があればまたお話をさせていただきます。

めてみましょう！

気分が乗ったときはそのまま家に帰らず三十分歩くといいかもしれません。行動が積み重なると習慣となります。毎日できる簡単なことから初めてみましょう！

例えば、三十分のウォーキングをしようと考えるのであれば、今の習慣から「家に着いたとき」をきっかけに「車から家にいく前に、庭を一周あるく」から始めましょう！

×「モチベーション」×「難易度」で決まります。

例えば、三十分のウォーキングをしようと考えるのであれば、今の習慣から「家に着いたとき」をきっかけに「車から家にいく前に、庭を一周あるく」から始めましょう！

例えば、三十分のウォーキングをしようと考えるのであれば、今の習慣から「家に着いたとき」をきっかけに「車から家にいく前に、庭を一周あるく」から始めましょう！



フィットネスクラブ
CARVATA
カルヴァータ

「カルヴァータ」で検索！
TEL: 0868-21-8181

カルヴァータ 理学療法士 中川 昌幸

乳がん検診を受けましょう



マンモグラフィーは、乳がんの死亡率を減少させることが科学的に証明されている唯一の検査です。四十歳以上の女性で、二年に一度の定期的な検査が推奨されています。

乳房を片方ずつプラスチックの板で挟んで撮影することで、小さな「しこり」や「石灰化」を見つける検査です。乳房が圧迫されるため多少の痛みや不快感を伴うこともありますが、圧迫時間は数十秒ほどです。また放射線被ばくによる健康被害はほとんどありませんのでご安心ください。

さらに近年では、乳腺超音波検査を併用することで乳腺密度の高い人や若い人の乳がんの発見率を向上させることができる可能性があります。あると言われています。

当院では、乳がん検診におけるマンモグラフィー撮影および乳腺超音波検査は全て女性技師が行い、乳がんの早期発見・早期治療によって「乳がんで苦しむ人や悲しむ人をなくしたい」といった思いで取り組みしております。準備が不要な検診です。どうぞ、お気軽にご相談ください。



放射線技術部

免疫力を高める！

発酵食品って？



発酵食品とは、微生物の働きによって大豆や米などの原料を発酵することでできた食品です。免疫力を高める効果や、整腸作用、栄養をスムーズに吸収させる効果、コレステロール値を低下させる効果、美肌効果など様々あります。発酵食品は私たちにとても身近な食品であり、手軽に取り入れる方法を紹介します。



管理栄養士 森山 沙紀

病院のグルメ

本館2階にありますレストラン シャロンは、2018年から当院で営業しています。

シャロンは大阪をメインにレストランを経営しており、岡山空港でも営業しています。特に肉料理に定評があり、大阪では大きな鉄板で、目の前でステーキを焼いてくれる鉄板焼きもしています。

津山中央病院店の人気メニューは生姜焼き定食。やわらか豚ロースが特製の自家製ソースで香ばしく焼かれ、しょうがの香りが食欲をそそる一品です。肉料理以外にも、アジフライ定食も肉厚で評判です。他にもうどんや雑炊、デザートなどメニューは豊富です。是非一度お立ち寄りください。



生姜焼き定食



レストラン シャロン
本館2階エスカレーターすぐ
営業時間 9:00~14:15
定休日 第2、4土曜、日曜
祝祭日

ドリンク一杯無料券



店内でお食事を注文の方にお好きなソフトドリンクを1杯プレゼント1枚で1グループ様ご利用できます。

有効期限：2022年9月30日迄

GRAND
Chalon
RESTAURANT

津山中央病院 2階エスカレーターすぐ



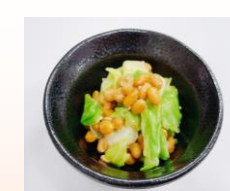
《ワカメのキムチ和え》

発酵食品×食物繊維は最強の組み合わせ！さっと和えるだけで簡単！最後にごま油を加えると風味がよくなり更においしくなります。



《具たくさんみそ汁》

みそには、「乳酸菌」「麹菌」「酵母菌」といった腸を整える三種類の「善玉菌」が含まれています。さらに具沢山のみの汁にすれば、こうした「善玉菌」のエサとなる「食物繊維」が豊富に摂取できます。



《納豆とキャベツのボン酢和え》

納豆は「最強の発酵食品」！春キャベツは葉がやわらかく、みずみずしいのが特徴なので、サラダにして食べるのがおすすめ！



私たち津山慈風会は、
地域の皆さんにやさしく寄り添います

一般財団法人津山慈風会

津山中央病院

〒708-0841 津山市川崎1756
TEL.0868-21-8111 (代表) FAX.0868-21-8200
<http://www.tch.or.jp/>



ホームページ



津山中央病院
公式YouTube
チャンネル