



vol.30



病院機能評価  
Ver.5.0 認定病院

**<病院の理念>** 医の倫理を守り、親しまれ信頼される病院をめざします。

**<患者様の権利と義務>**

- ・当院は患者様の「基本的人権」を尊重します。
- ・良質で適切な医療を平等に受ける権利があります。
- ・診断、検査及び治療法について十分な説明を受ける権利があります。
- ・受けた説明に対してご自身で治療を選択する権利があります。
- ・診断及び治療法についてセカンドオピニオンを求める権利があります。
- ・ご自身の診断記録の開示を求める権利があります。
- ・個人情報にかかるプライバシーは守られる権利がます。
- ・医療従事者と協力してよりよい医療を受けられるよう積極的に医療に参加する権利があります。
- ・当院に対して正確な情報の提供をしていただくこと及び治療に関しての指示は守っていただく義務があります。

## Contents

名誉院長より「生活習慣病について」	P.2～3
特集①「救急の日」	P.4
特集②「放射線科の検査」について、医事課よりお知らせ	P.5
栄養教室のお知らせ、グリーンハウス宏喜苑より	P.6
広島東洋カープ応援ツアー、ふれあい看護体験・ふれあい見学会、二上りおどり大会	P.7

## 生活習慣病について

名誉院長 品川 晃二

わが国では近年急速な経済機構の変遷により益々第三次産業を中心とした社会構築となり、国民は慢性的な運動不足と過食・美食の習慣が進み、疾病の種類も大幅に変化し、各人が色々な病気の原因となる危険因子を多く抱えるようになりました。又、かつての成人病の発症が段々低年齢化して子どもの成人病という言葉も出てくるようになり、今まで進められて来た疾患の早期発見・早期治療を目指した二次予防の医療から病気を未然に防ぐ一次予防の必要性が強く認識されてくるようになりました。そこで日常生活の中で偏った食習慣、運動不足、遅い就眠時間、喫煙、飲酒等のいわば**生活の悪習慣**がその発症、進行に関与する疾患群を 1996 年当時の厚生省が生活習慣病と命名しました。従ってこれはもともと医学用語ではなく行政用語なのです。

病気として高血圧、II型糖尿病、肥満、高脂血症、高尿酸血漿、循環器疾患、大腸癌、アルコール性肝炎、肺癌、歯周病等があり、日常生活習慣の中でも特に現代の食事の悪習慣が原因となることが多いのです。現在我が国の疾病は3位の肺炎を含め4大死因となっており、脳卒中、心疾患などを始め生活習慣病が大半を占めており、生活習慣病がG N Pよりも高率で上がり続けている医療費高騰の原因ともなっています。ここで大事な事は、**生活習慣病は沈黙の病気・沈黙の殺人者**といわれるように、かなり進行するか又は合併症を引き起こすまでは殆ど自覚症状がないという事です。しかし逆に、悪い生活習慣を改めればこれらの致死的疾患を減らし、健康に長寿を全うできる、即ち自分自身で予防出来る病気であるということでもあります。生活習慣の全てが悪いわけではなく、生活の中で悪い習慣により発症する病気ですから私はかねがね生活習慣病というより**生活悪習慣病**といった方がよいのではないかと言っています。

米国では既に50年前の1965年、カリフォルニアで一次予防として生活習慣と病気との関係の調査が行われ始めており、①適正な睡眠時間を取る、②喫煙をしない、③適正な体重を維持する、④過度の飲酒をしない、⑤定期的に運動をする、⑥朝食を必ず摂る、⑦間食をしない、の7項目の内、実行している項目数が多いほど全年齢層に互り病気に罹りにくく、寿命も長い事を見出しています。我が国で生活習慣病が国民的問題となっている現在、50年前のアメリカの項目に付け加えるのは食事の脂肪制限だけです。アメリカ、イギリスで活躍し欧米で最も信頼されてきたカナダ人の医師William Osler (1849~1919) は「**動物と違い、人間は習慣を変えることが出来る。人間には選択の自由があり、意志と努力によって新しい自己を形成することが出来るのだ**」と述べています。しかし現実にはこのような選択肢を選んで実行できる人はごく一部です。

生活習慣病の予防に関しても、熱心に努力する人、意欲のない人、意志の弱い人の三種の人があり、後二者に対しては医師や行政、社会の介入が必要なわけです。そこでいち早く米国では健康寿命を延長し、国民の健康格差をなくし、予防のためのサービスが受けられ、健康を守り、医療費を節約して社会に活力を与えるために一次に予防を中心とする「ヘルシーピープル 2000」と呼ばれる健康栄養政策を 1987 年に 319 の項目設定で、夫々に目標値を定めて達成度を公表しながら推進してきました。その内、48%で前進・改善があり、要介護高齢者数が予定よりも 120 万人減ったといわれます。それに力を得て「ヘルシーピープル 2010」を設定しましたが、目標が理想的過ぎて僅か 19%しか出来ませんでした。

そこで現在進行中の「ヘルシーピープル 2020」では現状に即した目標設定となっています。例えば肥満を 25%から 15%が、逆に 33.9%に増えており、2020 年版ではこれを 30.6%と高値に設定しており、禁煙についても 2010 年版では 18 歳以上の喫煙者を 12%の目標にしましたが、実際には略不変であったことから 20 年版でも同じ目標値に設定しています。

米国のこの健康政策に習い、日本でもやっと 2000 年 3 月「**21 世紀における国民健康づくり運動**」(健康日本 21)が策定され、2010 年までに各項目で夫々達成すべき目標が定められ、健康寿命を延ばし、生活の質を向上させる取り組みが行われましたが、2011 年 3 月の最終評価では 59 項目中達成は僅か 10 項目、16.9%に留まっており、変わらない項目は自殺者減、多量飲酒、メタボリック症候群の該当者と予備軍、高脂血症など 14 項目で 23.7%、逆に悪化しているのが歩数の減少、糖尿病の合併症の増加など 9 項目 15.3%もありました。そこで 24 年 7 月から「**健康日本 21**」(第 2 次)を設定、平成 25~34 年度に 5 分野 53 項目の目標が設定され、健康寿命の延伸と健康格差の縮小などが盛り込まれ始動しています。**是非とも目的により近づくようお互い努力しましょう。**



# 特集① < 救急の日 >

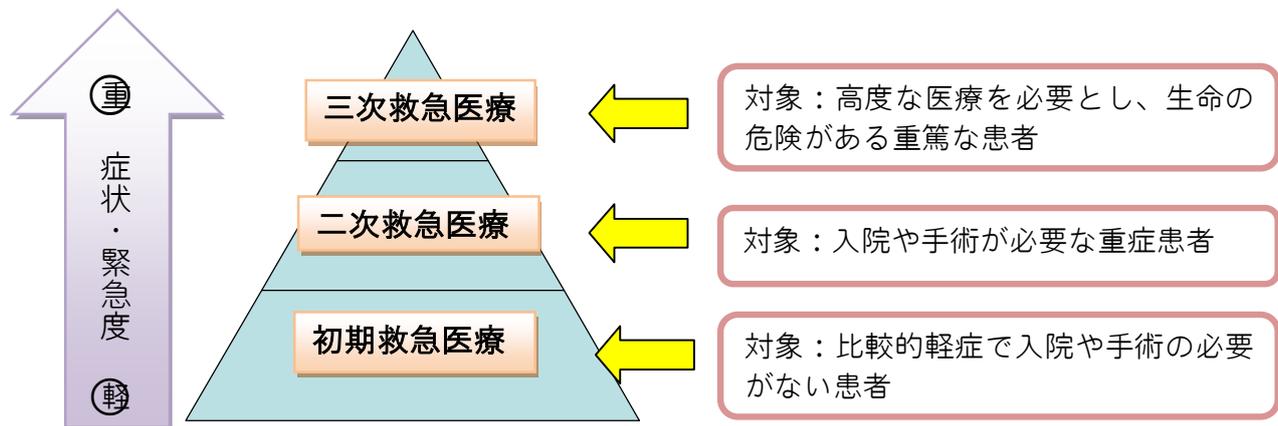


皆様は「救急の日」をご存知ですか？聞きなれない方もいらっしゃるかと思いますが、9月9日は「救急の日」、9月9日～15日は「救急医療週間」とされています。これは、救急医療及び救急業務に対する正しい理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的として設けられています。

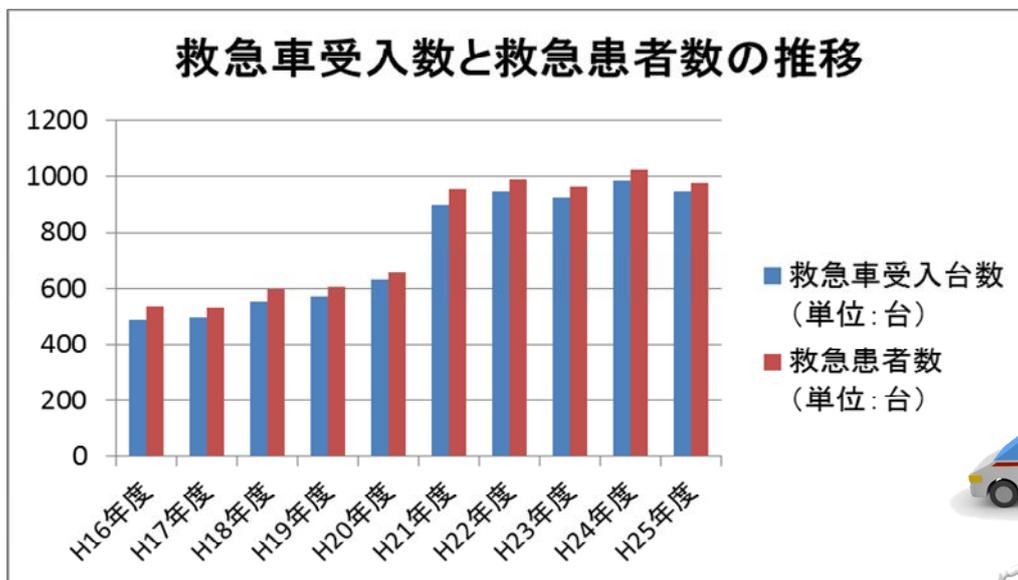
< 福山市の救急医療の体制について >

福山市の救急医療は患者の状況に応じて次の3つの体制がとられています。

当院は重症患者様も受入可能な**二次救急病院**に指定されています。



下記のグラフは当院の近年の救急車受入数と救急患者数の推移を示したものです。このグラフからも見て取れるように、当院の救急車受入数と救急患者数は多少の増減はあるものの増加傾向にあることから、今後も救急医療の重要性を個々が再認識していくことが大切であると言えるでしょう。



当院においても、毎年「救急の日」にちなんだ講習会を開催し、AED(自動体外式除細動器)を使用した救急時の心肺蘇生法などをスタッフが学んでいます。

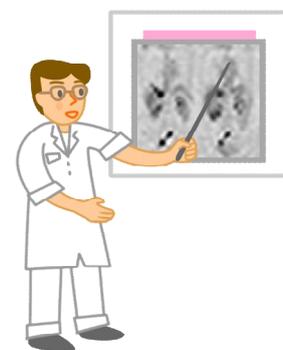
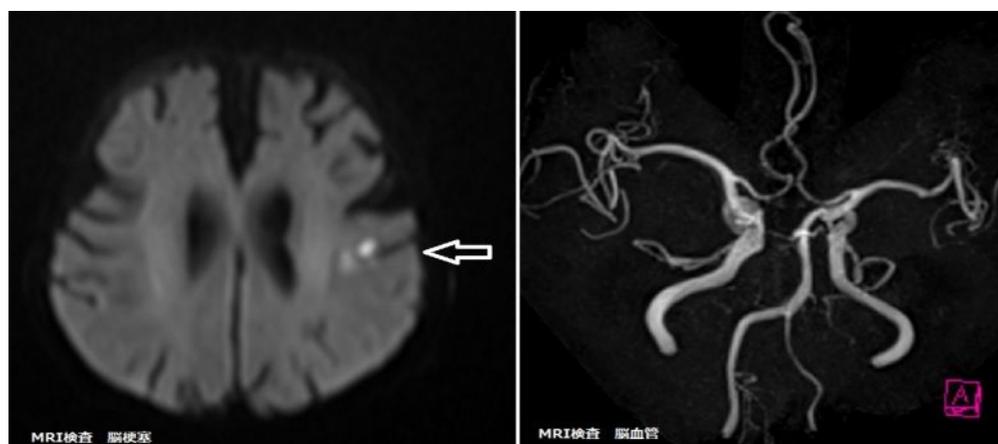
参考：福山市保健所総務課ホームページ  
<http://www.city.fukuyama.hiroshima.jp/soshiki/hokensyosomu/206.html>

## 特集②放射線科の検査

### CT 検査と MRI 検査の役割の違い

頭部の CT 検査では脳の出血や血腫（血だまり）をいち早く確認することができます。撮影時間は約1分で終わります。CT 検査は頭蓋骨折やくも膜下血腫、急性期の硬膜下血腫、硬膜外血腫などの診断に適しています。ただし、発症から6時間以内の初期の「脳血管の詰まり（脳梗塞）」を見つけるのは難しいとされています。脳梗塞の早期診断においてはMRI 検査が適しています。

MRI 検査には拡散強調法という画像で上記の急性期の脳梗塞を効果的に発見することができます。脳血管の撮影も体内に薬（造影剤といいます）を注入することなく撮像することができます。MRI 検査においては、強力な磁気を使う検査の性質上、安全のために体内金属やペースメーカーの確認が必須です。また、撮影に要する時間はCT 検査よりも多くの時間を必要とします。その分だけ豊富な撮影方法でCT 検査よりもさらに多くの情報を得ることができます。



左の画像では急性期の脳梗塞を発症している脳の一部分が白く光っています。このような初期では小さな梗塞でも放置していると危険な症状を引き起こすようになるので本人や家族の方が様子に異常を感じるがあれば早めの検査が重要になってきます。右の画像は MRI 検査による脳血管撮影です。血管が狭まり血流が乏しくなった部位や動脈瘤などもこのような画像から診断することができます。

脳ドッグでは上記のような脳の検査を行っていますので、頭痛やめまいが続くなど頭に違和感を感じるようなことがあればそのまま放置せず早期の検査をお勧めします。

**詳しくは当院の医事課（☎084-923-0516）へお問合せください。**

### 医事課よりお知らせ

受付機でカードが通らない方は、2ヶ月以上の保険証確認ができていない状態となっていますので、受付カウンターまでお越しください。  
※カードの磁気がこわれている場合も通りませんので、受付カウンターまでお越しください。



# 栄養教室のお知らせ

## ☆栄養教室を開催しています☆

当院では、6月から入院・外来患者様対象に定期的に栄養教室を開催しています。

初回内容は糖尿病の食事についてでした。糖尿病が強く疑われる成人男女が約950万人(2012年国民健康・栄養調査結果)と年々増加傾向にあり、国民病とも言われています。糖尿病の方にとって食事療法はとても大事なものです。今回は、食事療法のポイントをお話ししました。食事療法は無理なく、継続して行うことが重要です。この栄養教室を通して、食事面のアプローチ・サポートをしていきます。



今後も定期的に栄養教室を開催予定です。

随時、当院の掲示板にてお知らせさせていただきます。

ご興味のある方は総合受付またはお電話にてお問合せください。

電話 084-923-0516 (担当 管理栄養士 藤井加奈)



## <介護老人保健施設グリーンハウス宏喜苑より>

まだまだ暑さが続いています。この暑さも、もう少し?の辛抱であってほしいと思う、今日この頃でございます。さて、グリーンハウス宏喜苑におきましては、先月8月5日に納涼会を開催いたしました。

かき氷、たこ焼き、フライドポテト、スイカやヨーヨー釣りなどなど…夏祭りの風物詩が出揃いました。



おいしいかき氷を作っています!



ヨーヨー釣り(竿を使いました!)



新入職員の歌声を披露しました!

会場は盛り上がり、楽しい時間は、あっという間に過ぎ去りました、最後は職員全員で「炭坑節」を踊って、締めさせていただきました。このように宏喜苑では、様々なイベントを行っております。ご見学は随時していただけるようにしております。お気軽にお声かけください。



## 広島東洋カープ応援ツアー

(平成26年7月5日開催)



昨年に引き続き、2回目の「広島東洋カープ応援ツアー」に行ってお参りました。それぞれ暑さ対策を万全にして出発しましたが、曇天となり、野球観戦には丁度良い凌ぎやすいお天気に恵まれました。行きのバス車中では応援歌の練習に余念がなく、既にカープ応援モードでした。試合は接戦の後、結果は広島3-4ヤクルトとなり、まさかの敗戦となってしまいましたが、子どもたちもカープ女子達♪も皆大満足の日となりました。

## ふれあい看護体験・ふれあい見学会

今年も市内の中学生・高校生を対象とした日本看護協会主催の「ふれあい看護体験」(平成26年7月22日~8月8日 計6日間 開催)、そして地域の子どもたちを対象とした「ふれあい見学会」(平成26年7月25日開催)を開催いたしました。例年より多くの皆様に参加していただき、有難うございました。



血圧測定を体験中!



こんにやく  
蒟蒻を使って縫合を体験中!

## 福山夏まつり 2014 二上りおどり大会



先日の福山夏まつりでは、昨年に引き続き2回目の二上りおどりに参加いたしました。沿道で多くの皆様からご声援をいただき、楽しい一夜を過ごすことができました。仕事終わりに何度も練習を重ね、昨年よりもより磨きのかかった踊りをご披露できるよう努力してきましたが、当日は会場の熱気と興奮に圧倒されて終盤に少々疲れも見え隠れしてしまいましたが無事に最後まで踊りきることができ、参加者一同笑顔で終わることができました。ご協力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。



## 外来診察担当医師のご案内

診療科		日	月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	寺岡/池田	池田	池田	寺岡	寺岡/ 理事長	池田	午前/ 予約 診療 午後/ 休診
	午後	寺岡	池田	辻	寺岡	池田	池田	
形成外科	午前・午後	衛藤	衛藤	衛藤 午後手術	衛藤	衛藤 午後手術	小野	
脳神経外科	午前	長尾/藤田	長尾	長尾/藤田		長尾	長尾	
	午後		非常勤(午後のみ)					
胃腸内科	午前・午後	切手	切手		切手	切手	切手	
耳鼻咽喉科		田口	田口 (午前のみ)	田口		田口 (午前のみ)	田口	※ 救急 の患者さ まは受け 付けてお ります。
循環器内科	午前・午後			品川			品川	
心療内科	9:00~15:00			西岡	西岡			
神経内科	午後		片山					

※手術・救急・学会などにより担当医師が予告なく変更になることがあります。ご了承ください。

※救急の患者さまは24時間受付しておりますので、病院受付Tel084-923-0516までご連絡ください。

総合案内	TEL <b>084-923-0516</b>	FAX <b>084-932-1178</b>
地域連携	TEL <b>084-920-1020</b>	FAX <b>084-920-1113</b>
診療時間	午前 <b>9:00~12:00</b>	午後 <b>2:00~6:00</b>
病床数	122床	診療科 (13診療科)

一般病床 50床  
 療養病床 36床  
 回復期リハビリテーション病床 36床

整形外科・脳神経外科・形成外科・胃腸内科・耳鼻咽喉科・循環器内科・心療内科・神経内科・リハビリテーション科・リウマチ科・美容外科・麻酔科・放射線科

はやめの健診で安心!!

脳ドックのご案内

Aコース…17,000円(税込)  
 Bコース…31,000円(税込)

お問合せ・ご予約は  
**084-923-0516**

無料送迎バス時刻表				
	病院行き		福山駅行き	
	駅裏発	病院着	病院発	駅裏着
①	9:00	9:15	10:30	10:45
②	10:00	10:15	11:30	11:45
③	11:00	11:15	12:00	12:15
④	14:00	14:15	13:30	13:45
⑤	15:00	15:15	14:45	15:00
⑥	16:00	16:15	15:30	15:45
⑦	17:00	17:15	16:30	16:45
⑧			17:30	17:45

### <編集後記>

今年も福山夏まつりの二上りおどりに参加させていただきました。二上りおどりは300年を超えて故郷福山に受け継がれてきた祖先の霊を慰める伝統のおどりで、上品な音色と所作が特徴です。去年は初出場だったので大変緊張しましたが、今年は昨年よりは楽しみながら笑顔で踊ることができたと思います。伝統ある素晴らしい踊りを体験でき、貴重な経験となりました。これも沿道で多くの皆様が応援してくださったお陰です。有難うございました。残暑が厳しいですので皆様どうぞご自愛くださいませ。

### 地域の医療に貢献する宏仁会(こうじんかい)

### 関連施設

#### 居宅介護支援事業所 宏喜苑

要介護状態と認定された方に対し、ケアマネジャーが、本人の状態や家族の意見を踏まえて、それに応じた適切なサービスを提供できるように、介護保険施設等と連絡調整を行います。

福山市南本庄 3-1-52  
 寺岡整形外科病院 管理棟 1F  
 TEL 084-920-8143

#### 介護老人保健施設 グリーンハウス宏喜苑

要介護状態と認定された方に対し、その能力に応じた自立した日常生活が営まれるようご自宅における生活への復帰のため、リハビリを中心とした支援・介護を提供いたします。

福山市南本庄 3-8-17  
 TEL 084-920-8111

#### 福山市 地域包括支援センター南本庄

地域で暮らす高齢者やその家族のために介護、健康、医療などさまざまな面から総合的に支える中核機関としての事業を実施しております。

福山市南本庄 3-1-52  
 寺岡整形外科病院 管理棟 1F  
 TEL 084-920-8161

#### 介護老人福祉施設 幸楽園

生活機能の回復と維持を目的に、食事・入浴・排泄等の日常生活における介護と支援を提供いたしております。入園を希望される方には、相談員・ケアマネジャーとの相談を行っております。

福山市蔵王町 159-14  
 TEL 084-947-3111