



# 秋元病院だより

00018 2006年6月号

発行 医療法人梨香会秋元病院  
〒273-0121 千葉県鎌ヶ谷市初富 808-54  
TEL 047-446-8100  
FAX 047-446-8101  
<http://www.akimoto-hospital.com>

## 基本理念

患者様のために家族や仲間たちのために己のために  
地球のために未来のために子供たちのために  
私たち梨香会の職員は日々学び、『We are a family』の精神で医療を提供し夢のある健康社会の実現に向けて貢献して参ります。

## 基本方針



## 部署紹介

経営企画室・経理部・人事部・庶務部

私たち秋元病院のジムスタッフは質の高い医療をご提供するために、

患者様が安心して治療(療養)できる環境作り 現場のスタッフが医療を提供しやすい環境作り

「人・物・金」を財とし、管理し育む 「情報」をつかみ「情報」を流す

以上4つの点を常に考え、現場の裏方として病院運営を支えております。

医師や看護師と違い、直接患者様と接する機会が私たちにはあまりありませんが、裏方としてどのようなサービスが患者様にご提供できるか日々考えております。

最近では患者様にアンケートのご協力をいただいたり、様々なご意見をいただいたりしております。その中でも建物の老朽化、トイレ等の衛生面、設備の充実化、災害時の対応、等々については大変に多くのご意見、ご要望をいただきました。

また、院内情報の宣伝やアピールの不足といった多くのご指摘もございました。このあたりを解決することが私たち裏方としての今後の課題であると認識し、一つ一つ出来ることから早急に取り組んでゆきたいと考えております。

どうぞ今後もお一人でも多くの患者様のご意見、ご要望をお待ちしております。お気軽に私たちジムスタッフまでお声かけ下さい。また、外来、病棟にあるご意見箱もお気軽にご利用下さい。

事務局長 秋元 伸夫

# 医局

## 雨の日に

6月に入り、雨の続く日々となりました。とかく、この季節は心が沈みがちですが、雨の音を聴きながら好きな本や音量を引っ張り出すのも楽しみです。「驟雨は日を終えず＝激しい雨が一日中降り続くことはない」とは老子の言葉。雨と同じように、激しい感情（怒りやうつなど）は一時的なものなんだよ、ということです。梅雨の日に心がじめじめするのも一時的なこと、むしろ雨を楽しむことで心を楽しむことができるのではないのでしょうか。

雨の日もまた善し

最後に、古代中国の賢人、荘子の言葉

ながき生命を善しとし

愚かなる己れを善しとし

貧しき己れを善しとし

短き生命を善しとする

醜き己れを善しとし

病多き己れを善しとする

「荘子」(福永光司 / 中公新書より)

老子……中国の春秋時代の思想家。姓は李、名は耳とされ、唐の皇帝から宗室の祖と仰がれた。

荘子……中国の戦国時代の宗国（現在の河南省）に産まれた思想家

精神科医 北林 和夫



私立 PDD 図書館より

# 看護

## 精神科における鍵の必要性

～精神科には何故鍵が必要なの？～

精神保健福祉法第 36 条において「精神病院の管理者は、入院中の者につき、その医療又は保護に欠くことのできない限度において、その行動について必要な制限を行うことができる」とされています。患者さんの行動の制限に際し、鍵の管理は最も重要な事項の一つです。鍵は閉鎖病棟のシンボルです。それは患者さんを安全に保護するという積極的な一面と、患者さんの意思に反して閉じ込めているという消極的な一面を持ちます。鍵は医療者としての責任の象徴であり、決して権威を振りかざすものではありません。従って施錠に伴う留意事項は遵守しなければなりません。特に閉鎖病棟においては、その患者さんの表出している精神症状や精神症状による様々な自傷、他害などの問題行動を受け止め、患者さんの人格や社会生活上の問題から保護する環境を作ります。医療者は常に鍵を掛けられる患者さんの気持ちに心を馳せて勤務しておりますので、どうか皆さんの御理解と御協力をお願い致します。

看護師 石井 裕子

## 動脈硬化度チェック

項目	はい	どちらでもない	いいえ
高血圧といわれている。	3	1	0
総コレステロールの値が常に高いと指摘されている。	3	1	0
中性脂肪の値が高いと指摘されている。	3	1	0
善玉コレステロール(HDL-C)が40mg以下である。	3	1	0
悪玉コレステロール(LDL-C)が150mg以上である。	3	1	0
境界域、あるいはすでに糖尿病を指摘されている。	3	1	0
尿酸値(痛風)が高いといわれたことがある。	3	1	0
心臓の薬を飲んでいる。	3	1	0
狭心症、心筋梗塞の既往がある。	3	1	0
四肢の末端が冷たいことが多い。	3	1	0
下肢の静脈血管が浮き出ている。(静脈瘤がみられる)	3	1	0
顔面や下肢がむくみやすい。	3	1	0
三度の食事時間は不規則である。	3	1	0
イワシなどの青背魚はあまり食べない。	3	1	0
タバコを吸う。	3	1	0
ケーキ類の間食が多い。	3	1	0
塩分制限には気を使っていない。	3	1	0
野菜は嫌いであまりとらないほうである。	3	1	0
睡眠不足のことが多い。	3	1	0
ストレスをためやすい性格である。	3	1	0

40ポイント以上 危険  
39～25ポイント 要注意

24～10ポイント 不安  
9～0ポイント 安全

## 動脈硬化を予防する10か条

- 1 中性脂肪が高ければアルコールや甘いものをひかえよう**  
アルコールや甘いものは中性脂肪の数値を高める元凶。
- 2 肥満を改善し、予防しよう**  
肥満は高脂血症につきまとう症状みたいなもの。
- 3 糖尿病をチェックしよう**  
高脂血症を引き起こす糖尿病のチェックは血糖値検査
- 4 タバコはやめよう**  
タバコは動脈硬化を引き起こす最大の危険因子だ。
- 5 肉類を減らして魚を食べよう**  
LDL コレステロールの値を上げる原因は動物性脂肪の過剰摂取。脂肪分は魚に含まれている脂肪で補給しよう。
- 6 週3回程度の軽い運動をしよう**  
週3回、1日に30～60分くらい速歩やサイクリングなどの軽い運動は、血清中の脂質を低下させ、動脈硬化を予防する。
- 7 野菜や海藻を食べよう**  
野菜や海藻に多く含まれているビタミンやミネラルなどは動脈硬化を防ぐ。
- 8 ストレスを解消しよう**  
ストレスは正常な代謝機能を乱す元凶。
- 9 薬物療法を試そう**  
食事療法や運動療法で動脈硬化が改善されなければ、医師の指導のもとで薬物療法をためよう。
- 10 高血圧をチェックしよう**  
高血圧も動脈硬化につきまとう危険因子の代表だ。

# 血液検査の正常値

病院でうけた血液検査では、測定された検査値が高値か低値か正常範囲内かの判定が求められますが、その判定基準として、「正常値」や「基準値」があり、「正常値より少し高いから悪い」、「ヘモグロビンが少し低いから貧血なのかしら」等、正常値を基準に考えられがちです。健康者でも驚いたり運動したりした後、体温や血圧が高くなり脈拍が早くなると同様、血液や尿中の物質濃度も刻々と常に変化し、体内物質もまた一時的に有意の変動を示すことなどもあり、わずかな異常では検査値から病気の人と健康な人を判別できるものではないのです。

誰もが1回は医療機関を受診し、検診等で検査を行い、検査報告書を頂いて検査の報告書を御覧になった事があると思いますが、報告書上の項目ごとにある一定の検査値幅が印刷されています。この数値幅は、通常、20～60歳辺りの多数の健康者の測定値を集め、その内の約95%の人が入る枠内で設定されます。言い換えますと5%の人は健康でありながら、この基準値幅から外れていてなんの問題もなく生活をしているのです。又、この5%の人たちが正常値になったら普段の値ではなくなって変動してしまった異常値を表しています。(普段から高めの値の人が、正常になったら低くなっています。逆に普段から低い人が正常値になったら高くなっているのを表していると考えられます。)

基準値は個人個人違うもので血液の値をみるのは検診等をこまめに受けて前回の値を時系列で比べ比較する方が望ましいでしょう。

検査部 大場 雄一



西白井複合センター 研修室にて

## 健康教室

5月12日「ときの会」(1)の皆さんにご招待いただき、健康教室が開催されました。国民健康づくり運動「健康日本21」も折り返し地点を通過し、当院としましても今後ますます地域住民の皆様方と共に「健康づくり運動」に力を注いで参ります。年内の健康教室のご予約はまだまだ受け付けております。どうぞ御利用下さい。

1ときの会…福寿大学10期生の皆さん。

### 新入職員ご紹介

(名前)	(趣味)	(一言)
櫻井勲(看護助手)	スキューバダイビング	早く慣れるように頑張ります!
鶴田登喜子(看護師)	卓球	早くお役にたてるよう頑張ります!
戸城弘美(看護師)	犬を飼うこと	緊張しています。宜しくお願いします!
稲垣りょう子(看護助手)	テニス、手工芸	皆さんよろしくお祈いします!
木原佳代(看護師)	スノーボード	患者様の視点にたった看護ができるよう頑張ります!
高木貴行(看護師)	釣り、ショッピング	早く一人前になれるよう頑張ります!
片岡勝房(看護師)	山歩き、サイクリング etc	新しい分野で働くことを楽しみにしています!
岩城園子(看護師)	音楽鑑賞	一生懸命頑張りますのでよろしくお祈いします。



## タンパク質って??

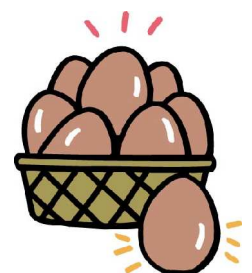


蒸し暑い季節がやってきました。そんな中、4年に1度のサッカーワールドカップが開催されます。スポーツ選手にとって筋肉作りは基本です。その筋肉作りに必要なものは、タンパク質です。よく聞く名前だと思えますが、タンパク質とは、一体何でしょう?

タンパク質は、体内で筋肉や内臓の構成成分として欠かせず、『炭水化物』・『脂質』とならぶ3大栄養素と言われています。毎日必ず食べている肉や魚、卵、大豆製品、牛乳、乳製品に多く含まれています。

タンパク質が不足してしまうと、体力面だけでなく、頭の回転が鈍くなり、記憶力・思考能力が下がってしまいます。また筋肉量が減ってしまうと新陳代謝が悪くなり、脂肪が燃焼しにくく肥満にもつながってしまいます。

食事は組み合わせが大切です。良いと言われるものばかりを偏って食べるのではなく、いろいろな食品をバランス良く取り入れるようにしましょう。皆さんも夏に向けて、タンパク質を摂り、体力アップを目指しましょう。



管理栄養士 若林 ゆう

# 外来診療体制表

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
精神科	比田勝 田中(良)	北林 中尾	安野 中尾 増田 (第5)	比田勝 中尾 増田 (第1.3.5)	比田勝 明石	安野 北林 明石	林 田中(良) 中尾 小牧 (第2.4)	中尾 小牧 (第2.4)	林 森	安野 森	山本 小林 (10:00~)	北林 小林
心療内科												
内科	篠崎 米谷 葛谷	篠崎 米谷	篠崎 葛谷 金子	葛谷 金子	財津	米谷 財津 葛谷	篠崎 米谷 財津	財津	米谷 財津	河本 菅野	河本 金子 (第1.3.5)	河本 金子 (第1.3.5)
内視鏡	葛谷		葛谷		石丸							
整形外科			川北(~15:00)									
皮膚科					二木(14:00~)							
歯科	庄司(要予約)		庄司(要予約)		庄司(要予約)		加藤(要予約) (第4のみ庄司)		庄司(要予約) (第4のみ加藤)		富田(要予約)	

診療体制が都合により変更する場合がありますので、来院される際はご確認をお願いします。  
女性医師：田中Dr(精神科) 金子Dr(内科) 庄司Dr(歯科) 富田Dr(歯科)

## 病院概要

**診療科目** 精神科/神経科/心療内科/内科/整形外科/リハビリテーション科/放射線科/皮膚科/歯科 **曜日指定有り**  
**許可病床数** 精神科 285 床/内科 70 床  
**診療日時** 月曜日～土曜日 午前 9:00～12:00 午後 13:30～17:00 (日曜日・祝祭日は休診、但し急患は随時受付)

### 承認施設基準

薬剤管理指導/看護補助加算 /精神科デイケア(大規模)/特別の療養環境の提供/入院時食事療養( )/運動器リハビリテーション /  
 一般病棟 15 対 1 入院基本料/精神科病棟 20 対 1 入院基本料/重症者等療養環境加算/精神科作業療法/居宅療養管理指導

### 看護に関する事項

内科病棟 入院患者 15 人に 1 人以上の看護師と 6 人に 1 人以上の看護補助で構成  
 精神科病棟 入院患者 20 人に 1 人以上の看護師と 6 人に 1 人以上の看護補助で構成



## 送迎バス時刻表

【新京成線】初富駅(大正堂薬局前)  
 【東武野田線】鎌ヶ谷駅(東口ロータリー) 経由  
 【北側交通広場】

秋元病院発	初富駅発	鎌ヶ谷駅発	秋元病院着	秋元病院発	新鎌ヶ谷駅発	秋元病院着
8:10	8:20	8:30	8:40	8:30	8:40	8:50
9:05	9:15	9:20	9:30	9:00	9:10	9:20
9:25	9:35	9:40	9:50	9:35	9:45	9:55
9:55	10:05	10:10	10:20	10:05	10:15	10:25
10:25	10:35	10:40	10:50	10:35	10:45	10:55
10:55	11:05	11:10	11:20	11:05	11:15	11:25
11:25	11:35	11:40	11:50	11:35	11:45	11:55
11:55	12:05	12:10	12:20	12:05	12:15	12:25
12:45	12:55	13:00	13:10	13:05	13:15	13:25
13:25	13:35	13:40	13:50	13:35	13:45	13:55
13:55	14:05	14:10	14:20	14:05	14:15	14:25
14:25	14:35	14:40	14:50	14:35	14:45	14:55
14:55	15:05	15:10	15:20	15:05	15:15	15:25
15:25	15:35	15:40	15:50	15:35	15:45	15:55
15:45	15:55	16:00	16:10	16:05	16:15	16:25
16:25	16:35	16:40	16:50	16:35	16:45	16:55
17:20				17:20	17:30	17:40



### 医療法人梨香会 秋元病院

〒273-0121  
 千葉県鎌ヶ谷市初富 808-54  
 TEL047-446-8100 FAX047-446-8101  
<http://www.akimoto-hospital.com>  
 Email:info@akimoto-hospital.com

北松戸メディカルクリニック  
 〒271-0064  
 千葉県松戸市上本郷 2202-3  
 047-365-7731

秋元クリニック  
 〒273-0002  
 千葉県船橋市東船橋 3-33-3 2F  
 047-422-0221

鎌ヶ谷訪問看護ステーション  
 〒273-0121  
 千葉県鎌ヶ谷市初富 848-103  
 047-445-2402

北松戸訪問看護ステーション  
 〒273-0064  
 千葉県松戸市上本郷 2089  
 047-364-1712

第 18 号 平成 18 年 6 月発行 / 次号 7 月初旬

編集担当 医療連携局 渉外部(秋元病院)

編集後記：第 8 回精神保健福祉士国家試験の合格発表が 3/31 に行われ、当院から利野清(デイケア)さんが合格しました。今後ますますご活躍をされることを期待しております。ちなみに今年の合格率は 61.3%でした。おめでとうございます。

