



秋元病院だより

00026 2007年2月号

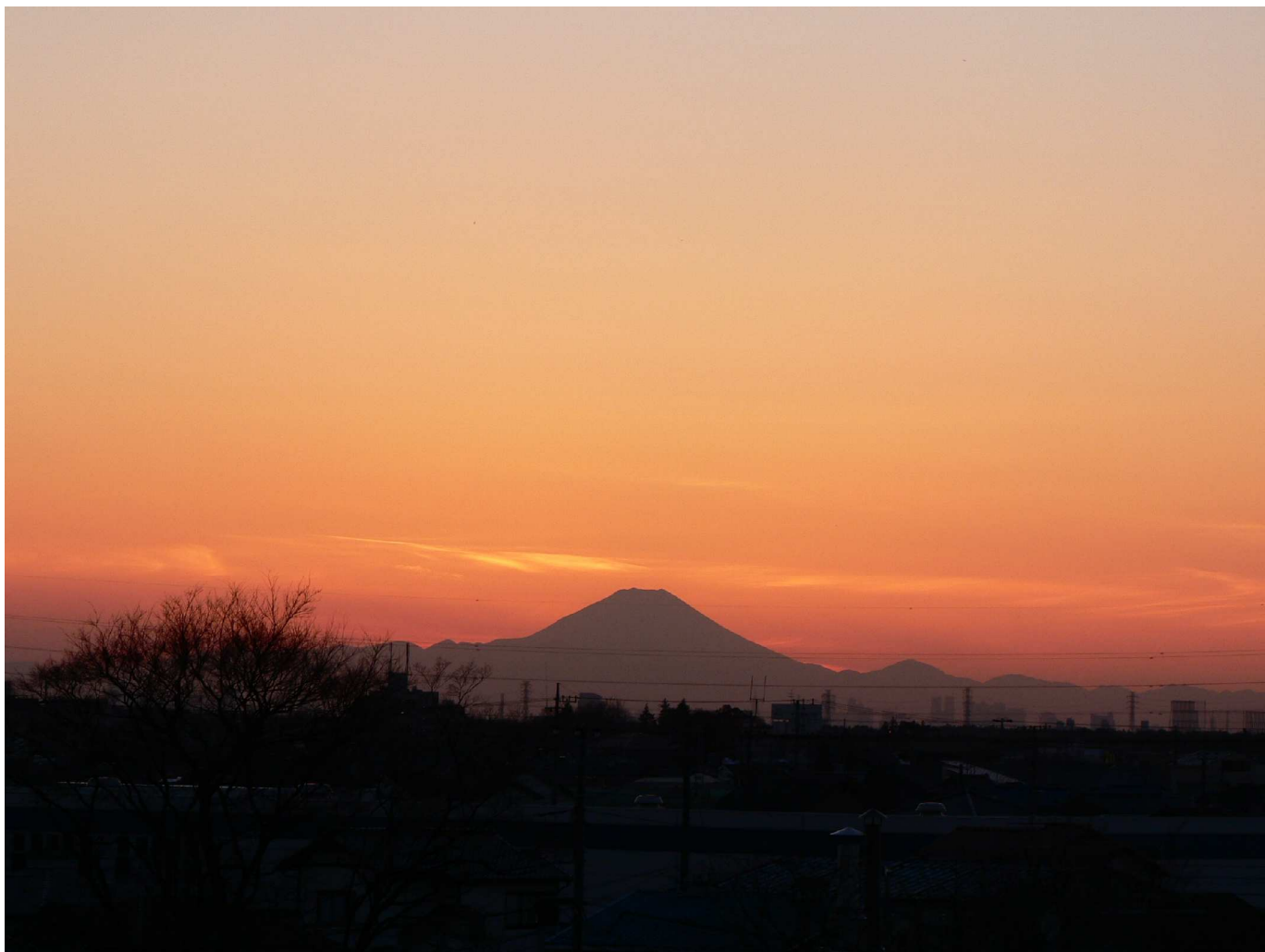
発行 医療法人梨香会秋元病院
〒273-0121 千葉県鎌ヶ谷市初富 808-54
TEL 047-446-8100
FAX 047-446-8101
<http://www.akimoto-hospital.com>

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

- 1.精神疾患及び その身体的管理の治療に日々精進する
- 2.早期社会復帰への支援活動に日々精進する
- 3.疾病予防対策を重んじた活動に日々精進する



新棟屋上から夕富士

先月、文化庁が世界文化遺産候補として「富士山」を国連教育科学文化機関（ユネスコ）に提出しました。6月のユネスコ世界遺産委員会で暫定リストへの掲載が正式に決まりますが、各国提出のリストがそのまま認められるのが通例だそうです。いよいよ日本の「富士山」が世界遺産に！ が、「世界一ゴミの多い山」という事実も我々日本人は忘れてはいけません。文学者太宰治の『富嶽百景』には

「富士には月見草がよく似合ふ」 の一節があります。

自然景観を濁す「ゴミ」。

まずは身の回りのゴミを片付ける事から始めてみることにします。

渉外部 加藤直樹



「何もない・・・」

精神科医 前田 博道

何もない空間について考えてみた事がありますか。例えば、真空の宇宙空間には本当に何もないのでしょうか。本当にそうなら少し寂しい気がしませんか。でも、私達が真空と呼んでいる空間にも、真空のエネルギーというものがあるのです。私達の宇宙も、私達の銀河も、そして私達自身も、その真空のエネルギーから生まれたのです。そして今でも何もない真空の宇宙で、粒子や仮想粒子が出来ては消える事を繰り返しているのです。

私達も同じです。何も無い様に見えていても、本当は苦しんだり、悲しんだりしているのです。思い込みが人間の目を曇らせることがあります。たまには、考えにとらわれずに、何かを見る必要があるのかもしれないね。

インフルエンザ

看護師 石井 裕子

インフルエンザ予防の基本はワクチンです。当院の医療従事者は自分を守るためにも、又罹患すると重症化する危険性の高い患者さんを守る意味からもシーズン開始前の11月頃までに予防接種を受けております。

インフルエンザの流行時期は我国では例年11月下旬から12月上旬頃に始まり、翌年の1~3月頃に患者数が増加し、4~5月にかけて減少するというパターンですが、流行するウイルスの型は毎年変化しています。

インフルエンザ流行による罹患患者数は幼児、学童に多いのですが、死亡者数は高齢者層に多く流行に伴って、インフルエンザ死亡数が顕著に増加し、更には循環器疾患をはじめとする各種の慢性基礎疾患を死因とする死亡も増加し、結果的に全体の死亡数が増加することになります。感染経路は感染した患者からの飛沫感染、接触感染により通常は1~3日の潜伏期を経て突然の高熱と全身倦怠感、筋肉痛などの全身症状を伴って発症し、これらの症状と同時にあるいは若干遅くても鼻閉、咽頭痛や咳などの呼吸器症状が現われてきます。10~40年周期で新型ウイルスが人間界に出現し、パンデミック（汎世界流行）を引き起こして世界中に甚大な被害を及ぼします。20世紀における1918年スペインフル、1957年アジアフル、1968年香港フルが記録されており、スペインフルでは全世界で4000~5000万人が死亡したと考えられています。香港フルから約39年が経過し昨今の鳥インフルエンザの勃発も併せて再びパンデミックが起こることが懸念されています。

甲状腺疾患度チェック

40ポイント以上 危険 24~10ポイント 不安
39~25ポイント 要注意 9~0ポイント 安全

項目	はい	どちらでもない	いいえ
最近、運動してはいるのに動悸がする。	3	1	0
首が太くはれている。	3	1	0
イライラすることが多くなった。	3	1	0
声がかすれている。	3	1	0
眉毛が抜け、頭も脱毛が多くなった。	3	1	0
首の太さに左右差がある。	3	1	0
自律神経失調といわれた。	3	1	0
脈拍が速いと感じる。	3	1	0
毎日の疲れがとれない。	3	1	0
肝臓が悪いといわれたことがある。	3	1	0

項目	はい	どちらでもない	いいえ
少し目が大きく感じる。	3	1	0
慢性胃炎だといわれている。	3	1	0
顔や皮膚に吹き出ものができる。	3	1	0
直系の家族に甲状腺疾患の人がいる。	3	1	0
日常生活が不規則である。	3	1	0
食欲が落ちる。	3	1	0
寝つきが悪く睡眠不足の日が多い。	3	1	0
口内炎が起きやすい。	3	1	0
頸部（のど）が硬く感じる。	3	1	0
性欲がなくなった。	3	1	0

ワンポイントアドバイス

倦怠感、脱力感がいつまでもとれないようだったら検査しましょう。

Gakken Health & Mind シリーズより

“立ち止まって考えること” ～アルコール自助グループについて～

普通に日常生活を営んでいる私たちは、なかなか立ち止まって考えることができません。常識的な日常生活を送ることは確かに大切です。しかし、私たちが暮らしている社会にはさまざまな情報があふれかえっているのです。ともすると、自分の生き方さえ氾濫する情報に流されてしまいがちです。情性的に流されると、自分は今までどんな生き方をしてきて、これからどんな生き方をしたいのか、まるでわからなくなってしまいます。では、人はどんなときに、立ち止まって考えることをするのでしょうか？

アルコール依存症の方の多くは、御自身の生き方の問題と関わってきます。ですので、自分はどんな生き方をしてきたのか、見つめなおすことが必要です。しかし、その人の生き方はその人のものなので、医療スタッフといえども遠慮なく介入することはできません。そこで、アルコール自助グループが大きな意味を持つてくるのだと思います。

アルコール自助グループは気づきの場所です。グループの中では自分のことを語り、他者の話を聞くことが基本となります。その場所で何を語り、何を聞くかはその人の自由です。しかし、その語りの中には、これからどんな生き方をすればいいのか、めざすべき自分の姿の、いくつもの可能性があります。そして、現に回復し、新しい生き方を手に入れている方がたくさんいます。

病気になることは確かに不幸な出来事かもしれません。しかし、アルコール依存症回復プロセスを見ると、そこには私たちにはなかなかできない、“立ち止まって考えること”をやり遂げる大きな力があります。その力は、現在の日本の閉塞的状況を打破するような、力強いものかもしれません。私自身も、日々勉強させていただいています。

入局のご案内



名前：前田 博道(まえだ ひろみち)
出身大学：長崎大学
専門領域：思春期疾患
趣味：コンピュータシステム、カメラ、オーディオ、物理
一言：30年コンピュータに関わってきました。沢山の人にお会いできるネットワークが出来たら幸いです。宇宙の事なら何でもお答えいたします。
「 Je pense, donc je suis 」 (我思う、故に我あり)

新入職員ご紹介

(名前)	(趣味)	(一言)
高橋 律子(クラーク)	読書 料理	精一杯努力し頑張ります！
桜井 真弓(管理栄養士)	スキューバダイビング、ドライブ	健康で栄養豊かな食生活を伝えられるよう頑張ります！
中興 和哉(医療相談室)	ぶらり旅	患者様や病院にとって、かけがえのないスタッフを目指します！

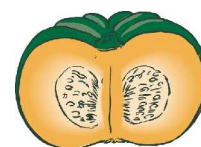


からだの冷えを感じやすくなっていませんか？

からだの冷えを感じやすくなっていませんか？

手足が冷たいのに顔がほてったり、むくみを感じる等は“冷え性”のサインです。冷え性が長く続くことで新陳代謝が低下し、肌荒れや肩こり、むくみなどが生じます。とくに女性は男性に比べ筋肉量が少ないため、熱の生産量が少なく冷え性が起こりやすいのです。

この冷え性を改善するために、かぼちゃやナッツ類に含まれるビタミンEをしっかりと取りましょう。ビタミンEは、末梢血管を広げ血行を促進する効果があります。血行が良くなる事で新陳代謝もよくなり、肌につやも出てくるので女性には大切なビタミンです。また食べ物にはからだを冷やす食品と温める食品があります。ご存知ですか。からだを温める食品には寒い地域で取れる食品や根菜が多く、玉ねぎ、にんにく、生姜、ごぼう、人参などがあります。



まだまだ寒い日が続きますので、これら食品を使ったシチューやスープを食べて、軽い運動をして筋肉量を増やし、熱の生産を高めて冬をのりきりましょう。

管理栄養士 若林 ゆう

外来診療体制表

H19.1.27 現在

	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	田中(良) 安東 太田	北林 中尾	林 (第2.4) 中尾 前田	中尾 岩瀬	明石 五木田 竹内 (第3) 中尾	安野 北林 明石	林 田中(良) 中尾	中尾 岩瀬	林 森(秀) (第2.3.4.5) 前田	安東 森(秀) (第2.3.4.5) 太田	山本 小林 竹内(第1) 前田	北林 小林 前田
心療内科											小林	
内科	篠崎 米谷 葛谷 渡辺	篠崎 米谷 渡辺	篠崎 葛谷	米谷	財津	米谷 財津 葛谷 平泉 (第1.3.5)	篠崎 米谷 財津	財津	米谷 財津 平泉	河本 菅野	河本 金子 (第1.3.5) 土肥	河本 金子 (第1.3.5) 土肥
内視鏡	葛谷		葛谷(午前のみ)		石丸							
整形外科			川北									
皮膚科			田中(10:00~17:00)									
歯科	庄司(要予約)		庄司(要予約)		庄司(要予約)		庄司(要予約)		加藤(要予約)		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) 田中Dr(皮膚科) 太田Dr(精神科)

病院概要

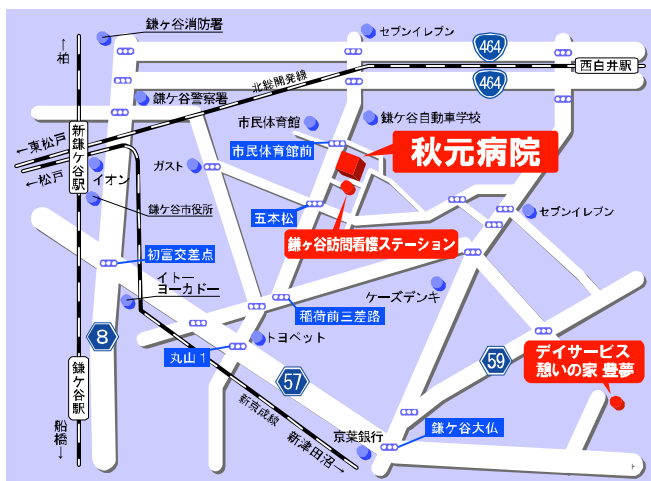
- 診療科目 精神科/神経科/ 心療内科/内科/ 整形外科/リハビリテーション科/放射線科/ 皮膚科/歯科 曜日指定有り
- 許可病床数 精神科 285 床/内科 70 床
- 診療日時 月曜日～土曜日 午前 9:00～12:00 午後 13:30～17:00 (日曜日・祝祭日は休診、但し急患は随時受付)

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 18 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/医療安全対策加算
 栄養管理実施加算

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 12 人に 1 人以上の看護補助で構成
 精神科病棟 入院患者 18 人に 1 人以上の看護師と 48 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
 【新京成線・東武野田線・北総線】
 新鎌ヶ谷駅経由
 【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

デイサービス 憩いの家 豊夢
 〒274-0807
 千葉県船橋市咲が丘 4-2-1
 047-440-2081

鎌ヶ谷訪問看護ステーション・ヘルパーステーション鎌ヶ谷
 居宅介護支援事業所・デイケア 憩いの家 ゆたか
 〒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・ヘルパーステーション北松戸
 居宅介護支援事業所
 〒273-0064
 千葉県松戸市上本郷 2089
 047-364-1712

第 26 号 平成 19 年 2 月発行 / 次号 H19.3 月初旬 編集担当 医療連携局 渉外部(秋元病院)

後記：「一富士 二鷹 三茄子」は初夢の縁起物ですが、これには続きがあります。「四扇(おうぎ) 五多波姑(たばこ) 六座頭(ざとう)」と続くそうです。