

湘南 ホスピタル

vol.100

令和元年10月1日

医療法人
長谷川会

湘南ホスピタル

藤沢市辻堂3-10-2

TEL. 0466-33-5111

発行責任者：有泉 義一



奥志賀高原秋景 撮影：小島 久雄

理念

人を暖かく迎える医療

地域の健康の守り手 高齢者をささえる医療 心を大切にする医療

基本方針

地域包括ケアシステムの一員として
役割を果たす。

- 1 良質な地域包括ケア病床と医療療養病床の提供
- 2 外来機能の充実
- 3 居宅介護支援事業所・訪問看護ステーションの強化
- 4 地域とのつながりの強化

100号内容

発行100号を迎えて

- 湘ホス部署紹介
「リハビリテーション室」
- 特集「アキレス腱が
切れるということ」
- 地域活動報告 など



麗日によせて
院長 木原 明子

麗日は、多くの方々からの寄稿、俳句や短歌の投稿、写真のご提供を頂きながら、第100号の発行に至りました。原稿をお寄せいただいたのは、地域にお住まいの作家、画家、校長先生、患者の皆様、ご家族様、法人の職員など、様々でした。そして、インタビュー形式でお話を伺うこともありました。皆様のご協力に、心から感謝を申し上げます。

表紙の写真は、写真の募集にご応募いただいたり、ご提供いただいた中から、編集委員が、その季節に合った写真を選び、紙面を作成してまいりました。

今後も、医療情報・健康情報、あるいは地域の情報などを多く載せる一方、皆様をほほえませる4コマ漫画や、ほっと一息ついていただけるエッセイなどを織り交ぜ、麗日を皆様のお手元に、また心に、お届けできたらと思っております。

「麗日」100号にあたり

事務部長 有泉 義一

当広報誌「麗日」は、今号で100号の発行となりました。ここまで発行を続けることができましたのは、ひとえに地域の皆さまをはじめ、当院に関わって下さった皆さまのおかげだと思っております。心より感謝申し上げます。

創刊1号の発行は昭和62年。当時はパソコンやワープロは無い時代です。タイプライターで原稿を作り、院内の輪転機を使って印刷していました。B5サイズで、表裏の白黒2ページからのスタートでした。ちなみに「麗日」という名前は、昭和4年開設当時の病院名、麗日荘長谷川病院から取っています。

その後、8ページが標準となり、平成7年に表紙写真をカラー化、平成14年にA4化しました。内容は創刊当時から当院の診療に関する情報をメイン

に掲載しています。個性的なページとしては7ページに掲載している「パズル」。作成は数独で有名な株式会社ニコリ様にお願いし、平成6年から25年間毎号掲載しています。また、4コマ漫画「忠犬ホス」は平成15年から毎号掲載しています。作者は当院スタッフ。先日定年退職しましたが今後も継続します。

今年からは紙面を全面リニューアルしました。以前よりも写真を多く使い、読みやすい紙面を心がけて作成しています。毎号お読みいただいている方だけでなく、初めてお読みいただいた方にもご愛読いただけるような紙面づくりをしていきたいと思いますので、今後も「麗日」をよろしくお願ひします。

入職のご挨拶



3F看護科長
石渡 紀美代

この度、縁あって湘南ホスピタルで働くことになりました。茅ヶ崎在住が長く、辻堂駅南口を初めて利用しました。通勤途中、4月は大きな桜の木が咲き誇り、夏はお祭りの小太鼓の音を聞き、季節を楽しみながら通勤しています。

現在、地域包括ケア病棟に勤務しています。以前、少し地域医療連携に携わり、地域との結びつきの重要性は強く感じています。しかし藤沢地域の事はよく知らず、診療所・施設のこと等、徐々に覚えていこうと思っています。

スタッフは、個性豊かで明るく元気で笑い声が絶えません。互いにその個性を認め尊重しながら仕事をしています。私もその一員になれた事を嬉しく思っています。「心豊かな人材が豊かな仕事を生む」そんな病棟で人々を支えていきたいと思っています。

部
署
紹
介

リハビリテーション室

日当たり良好！明るく、楽しく、在宅復帰を支援したい！



平成29年4月より地域包括ケア病床が開設し、現在リハビリスタッフは9名（理学療法士7名、作業療法士1名、言語聴覚士1名）で入院生活をサポートしています。



病気、けが、高齢など何らかの原因で「寝返る」「起き上がる」「座る」「立ち上がる」「歩く」などの動作が不自由になると、「ひとりでトイレに行けなくなる」「着替えができなくなる」「外出ができなくなる」などの不便が生じます。また、嚥下機能が低下すると、誤嚥性肺炎などのリスクも高まり、好きなものを食べることができなくなることもあります。

そこで、基本動作や日常生活動作の改善、摂食・

嚥下機能の改善は生活の質を取り戻すための大切な要素になります。たとえ病気や障害があっても住み慣れた街で自分らしく暮らしたいという患者さんやご家族の想いにできる限りお応えできるように、地域包括ケア病床に入院した患者さんの在宅復帰を理学療法、作業療法、摂食機能療法の面からサポートしています。

「リハビリ」ってどんな意味？

「リハビリ」=「きつい、訓練」というイメージを持たれている方も少なくないと思います。いわゆる「リハビリ」は Re-Habilis（リ・ハビリス）が語源といわれ、「復権」「再び取り戻す」などの意味があるそうです。

リハビリテーション室主任
高橋 徹



つまり、「リハビリテーション」=「元の身体機能や能力を取り戻す」「元の生活を取り戻す」「社会復帰」等ということになります。

我々リハビリスタッフ一同は「リハビリの時間が楽しい」と頑張られている姿を励みに、在宅復帰を目標に、患者さんと向き合っています。

リハビリテーション室は、日当たり良好の一等地にあり、いつも笑顔が絶えません。患者さんが笑顔で退院され、元の生活に戻れるように、思いやりを忘れず日々、精進しています。





アキレス腱が 切れるということ

吉田 勇治医師

(整形外科医)

土曜日の午前中の診療を担当しています。骨、関節、筋肉、神経を主に診ています。運動器のお医者さんが一昨年に大きな怪我をし、苦しんだ1年6ヶ月についてお話をしたいと思います。

私の子供が学校のクラブでミニバスケをやっていました。当然いろいろなイベントがあり楽しく参加していたのですが、そのうちのひとつに親子バスケがあります。親と子供が入り乱れてバスケを楽しむのです。年末の夕方のことです。40歳後半になった私は怪我をしないように入念な準備体操のもとバスケットを楽しんでいました。大学時代にバスケットをしていた私にとって久しぶりのバスケットはとても楽しく、そのときが来るまで

生き生きと年柄もなく頑張っていました。親子バスケも終わりかけの頃、軽く走っていたときに左かかとの辺りにバチッと音がしてはじけるような感じの衝撃を受けました。頭の中では“誰だ！足にポールをぶつけやがって！”とぶつぶつ呟きながら走り続けようと左足が蹴れないのに気がつきました。痛みはないのに…です。周りを見回すとボールは遠いところでシュートされていました。このとき初めてやってしまったと整形外科医は認識をしました。そう左アキレス腱の断裂です。一瞬狼狽しましたが1秒もしないうちに今後の仕事や治療の予定について頭の中でグルグル考えるようになりました。近くにいた大人に肩を貸してもらいながらコートの外に出て椅子に座り、自分で触診の後診断が正確であることを確認しました。私の頭の中は意外と冷静で、周りの大人たちにアキレス腱が切れたと静かな声で言ったら、またまた…信じてもらえず、体育館を去るときでもまだ捻挫と思っていた人がいるようでした。

吉田医師の 診察日

毎週土曜日 午前 ※予約制ではありません。
(診察開始時間) 9:00 (受付時間 8:00~11:30)

●腰や関節の痛み、手足のしびれ等の症状の方

少しして車で迎えに来てもらい、帰宅した後風呂に入り、晩御飯を食べた後(やること全てしてから)私の勤務する病院に出向き、当直のドクターに左脚一本ギプスを巻いてもらいました。午後9時過ぎのことです。いきなり上司がやってきてギプスを巻くように言われたドクターはさぞ緊張したことでしょう。ギプスが巻き終わり帰る段になって車に乗ろうとしたのですが、なんとギプスの足を車に入れるのがとても難しいのです。膝と足首を固定しただけなのに簡単なことが出来なくなりました。階段も上れない、寝転がった状態から立つこともひと苦労、様々なことが出来なくなり、妻の車による送迎が仕事のうえで必要になりました。えらいことになったなあというのが実感です。

ギプスは3週間で膝が動くギプスへ、その後2週間で装具へと進化しました。そして装具を着けた状態でリハビリを開始しました。足首が動かず、下肢の筋力もかなり低下の状態です。再び切れる恐怖と闘い



ながらのリハビリです(整形外科医が再断裂させるわけにいかないという緊張感もありました)。装具は5週間使用しました。1年半たった現在でも足首は普通に動かせるのですが、筋力などは8割程度の回復です。日常は問題ありませんが、縄文杉は見に行けないでしょう。

せっかくつらい治療を経験するのだから、1ヶ月ごとにMRIを撮って腱の状態を確認して今後の診療に役立てようと考えました。結論から言うと腱が画像上しっかりとつながるのは3ヶ月必要でした。2ヶ月だと完全についておらず、しっかりとリハビリをするのはまだ怖いと思われました。

アキレス腱断裂は手術と手術無しと治療法は2種類ありますが、2日以内にギプスを巻いて治療を始めればまず手術は必要ないといわれています。今回も手術無しで問題なく腱はついてくれました。少し大変ですがメスを入れない治療も悪くないですよ。



ふるせ えりこ
古瀬 領人 医師

●出身地／栃木県

専門科・得意分野・認定医等 循環器内科 心臓カテーテル
所属医療機関 日本医科大学武藏小杉病院
趣味・マイブーム サッカー観戦(Jリーグなど)
診察日 水曜日 午前 ※予約制になります

「わかりやすい診療をこころがけます」



外来新任医師ご紹介



すずき としひこ
鈴木 俊彦 医師

専門科・得意分野・認定医等

循環器内科 経皮的冠動脈形成術

診察日 木曜日 午後 ※予約制になります

「普段通りやるだけです」



地域活動報告

今年も辻堂駅前子供会の山車がやってきました！



7月27日(土)午後、辻堂駅前子供会の山車が当院駐車場にやってきました。多数の入院患者さんと共に山車を出迎えました。とても暑い中でしたが、30分近くほぼノンストップで笛と太鼓のお囃子を演奏していただきました。同時に、当院スタッフが病院前道路を通行される住民の方々に、経口補水液と塩飴を100セット配布し、熱中症予防を呼び掛けました。

一日看護体験を行いました

7月31日(水)、高校生や一般の方を対象に一日看護体験を行い、今年は11名の方が参加されました。これは、神奈川県看護協会主催の「かながわ看護フェスティバル」の一環として毎年実施しており、看護や介護に対する理解を深め、看護を身近なものに感じてもらう事を目的としています。

当日は専門職としての心構え、看護者の倫理綱領についての話の後、病院内の見学を行い、いよいよ看護体験です。



採血、血圧測定、心臓や呼吸の音を聞く聴診、車いすやストレッチャー(寝台車)の乗車や移動の介助方法、治療食の試食体験などを行いました。

看護主任 中里 恵子



オムツの選び方、正しいはき方についてやAEDの講習会にも参加していただきました。「病院にはたくさんの職種の人がいて一人ひとり患者さんを支えていると感じた」「今日の体験を通じて看護師になりたいという思いが強くなった」などなど沢山の嬉しい言葉をいただきました。

何年後かに看護職として一緒に働く事を願っています！

小学生と一緒に楽しんじゃいました！／ メディカルキッズ体験 初開催！



8月3日(土)小学生向け病院体験イベント「湘南ホスピタル夏休み企画 病院のお仕事を知ろう！ メディカルキッズ体験」を、当院としては初企画・実施しました！ まずは、受付後、ナースワンピース、スクラップ、ケーシーなど希望のユニフォームに着替えます。着替えただけで気分はもう医療従事者。開会式では病院で働く職業の紹介を行い、初めて聞く職業もたくさん。さて、いよいよグループに分かれ体験ブースへ。

体験は「看護師体験」「薬剤師体験」「検査技師体験」



「高齢者・リハビリ体験」「AED体験」と盛りだくさん。当院には小児科がないので、普段業務で小学生と接する機会はありません。どんな体験が小学生の感動ポイントになるのか？ どうしたら安全に楽しんで、かつ勉強になるのか？ など各ブース担当者、考えに考えて企画を練りました。2時間の体験時間もあつという間に過ぎ、閉会式では木原院長から修了証書を頂きました。最後に書いてもらった感想文が嬉しいこと嬉しいこと！ 来年も是非、開催したいと思います！ お楽しみに！

パズルのじぶん

数 独

根気と注意力がモノをいうパズル「数独(すうどく)」をお楽しみください。
同じ列、同じブロックに、同じ数字は入らないというシンプルなルールです。

問 題

ルールに従い、全てのマスをうめたと
き、二重枠(二つあります)に入った数
字の合計はいくつになるでしょうか?

3	1			7	9
	8		4		6
5		7	3		
9		3		2	<input type="text"/>
6	<input type="text"/>				5
	2		5		8
	7	2			6
2		8		1	
5	1		7		8

ルール

② ①

まだ数字の入っていないマスに1から9までの数字のどれかを1つずつ入れます。0(ゼロ)は使いません。タテ列(9列あります)、ヨコ列(9列あります)、太線で囲まれた3×3のブロック(9つあります)のどれにも、1から9までの数字が1つずつ入るようにします。

解き方

《易しい例題》

初めての人は、まずルールをよく読み、例題で解き方のコツをつかみましょう。

1	6		4	2		
8		1	5		4	
2			△		7	
6		9	4	8		1
	3	9		○	8	2
4	☆	2	7	3		5
1					9	
2		1	9		8	
	5	6		3	1	

例題では、まず1に注目してみましょう。☆のある3×3のブロックで1の入る場所を探してみます。4と6の間の空きマスは下(タテ列)に1があるのでダメ。3の上と下の空きマスも、上(タテ列)に1があって入れられません。

例題の答え

5	1	6	7	9	4	2	8	3
8	7	3	1	5	2	9	4	6
2	9	4	8	3	6	1	5	7
6	5	2	9	4	8	7	3	1
7	3	9	5	6	1	8	2	4
4	8	1	2	7	3	6	9	5
1	6	8	3	2	5	4	7	9
3	2	7	4	1	9	5	6	8
9	4	5	6	8	7	3	1	2

パズル制作／ニコリ

応募方法

答え、住所、郵便番号、氏名、フリガナ、年齢、電話番号をはっきり書いて、待合室横の投書箱に入れるか、ハガキで送ってください。
ハガキの場合の宛先は当院「麗日編集部」まで。1人1枚に限ります。

*なお、読者の皆様からお預かりした個人情報は、当院が責任を持って管理いたします。

●賞金

正解者の中から1人に1万円、2人に各5千円、20人に図書カードを抽選で。

●締め切り

12月末日

●発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

6月号の答え 「ハンカチ」

外来診療担当表

赤字 … 予約制 緑字 … 一部予約制

※予告無く変更することがあります。予めご了承ください。

■ 2019.10.1現在

	月	火	水	木	金	土
午前	あんとく やすのぶ 安徳 恒演	あんとく やすのぶ 安徳 恒演	ひろい なあき 廣井 直樹	おだ けんざぶろう 小田 健三郎	まつい かずこ 松井 和子	さはら あさこ 木原 明子
	神経内科	神経内科	糖尿病内科・内分泌内科	糖尿病内科・内分泌内科	内科・神経内科	内科・呼吸器内科
	つつみ なつこ 堤 菜津子	こう れいめい 黄 麗明	ふるせ えりと 古瀬 領人	つつみ なつこ 堤 菜津子	こう セン 黄 沢	たなか ゆうさ 田中 裕規
	内科・消化器内科	内科・消化器内科	循環器内科	内科・消化器内科	消化器内科	内科
	さはら あさこ 木原 明子	まつい かずこ 松井 和子	こう セン 黄 沢	さはら あさこ 木原 明子	よしだ ゆうじ 吉田 勇治	
午後	あんとく やすのぶ 安徳 恒演	さとう しょうぞう 鬼頭 昭三	いしい ひろき 石井 弘毅	さはら あさこ 木原 明子	さとう しょうぞう 鬼頭 昭三	腰や関節の痛み、手足のしびれ等の症状の方
	神経内科	内科・神経内科	精神科	内科・呼吸器内科	内科・神経内科	
	おくの しげこ 奥野 滋子	よしだ けんた 吉田 健太	たなか ゆうさ 田中 裕規	栄養相談	こう セン 黄 沢	
	内科	(第1・3週 14:00~16:00)	内科	管理栄養士	消化器内科	
	ペイン(痛み)の診療も行っています。	さはら あさこ 木原 明子 第3週休み	尿が近い、尿漏れ、残尿感等の症状の方	すずき としひこ 鈴木 俊彦	たなか ゆうさ 田中 裕規	

内科／呼吸器内科／消化器内科／循環器内科／糖尿病内科／内分泌内科／神経内科／精神科



特 殉 外 来	実 施 日	※特殊外来は予約制です。
禁 煙 外 来	火曜(午後)、木曜(午後)、金曜(午前)、土曜(午前)	
もの忘 れ 外 来	月曜(午前/午後)、火曜(午前)	
嚥 下 造 影 検 査	第1・3土曜(午前)	
内 視 鏡 検 査	火曜(午前/午後)、木曜(午前/午後)	
特 定 保 健 指 導	平日 9:00~16:30 土曜 9:00~11:30	

\今年も/
辻堂公民館まつりに出展します!

- 日時:令和1年10月26日(土)27日(日)10:00~15:00
- 場所:辻堂公民館 湘南ホスピタルのブースは2F第2談話室です。

「地域の健康 出張講座」

自治会での福祉事業、地域での勉強会など、ご希望の団体に当院から講師が出張して講座を行います。
ご相談ください。費用は無料です。



藤沢市委託事業「家族介護者教室」先着20名

- 内容:笑いヨガ～笑って元気・リフレッシュ! 笑いの輪でつながろう!～
- 日時:令和1年11月16日(土)13:30~15:30
- 場所:湘南ホスピタル
- 費用:無料【要予約】
- ※左記に関するお問い合わせ・お申込みは「地域連携室」まで

藤沢市高齢者インフルエンザ予防接種のご案内

- 実施期間 …… 令和1年10月15日(火)～令和2年1月15日(水) 【要予約】
- 対象者 ……
 - ・接種日に65歳以上になっている方
 - ・接種日に60歳以上64歳以下で心臓・腎臓・呼吸器等に障がい1級の機能障がいを有する方
- 自己負担額 …… 1,600円 ※生活保護受給者または中国残留邦人の方は自己負担金が免除されます。



HOSPITAL 医療法人 長谷川会

湘南ホスピタル

TEL.0466-33-5111

〒251-0047 藤沢市辻堂3-10-2

休診日 土曜午後・日曜・祝日

ホームページ <http://www.shohos.org>