

H25. 4 月号

2013.4 発行

空

S o r a

一橋病院 広報誌



彩湖・道満グリーンパーク（埼玉県）

- 『床ずれ』とリラクゼーション
- 特定疾患治療研究事業について
- 自分に合う靴とは？
- 人間ドックのご案内
- ゴールデンウィーク中の診療のお知らせ
- 地域の医療機関の先生方へ
- 外来担当医表



医療法人社団青葉会
一橋病院

TMG Toda
Medical Group

『床ずれ』とリラクゼーション

3階病棟

こんにちは！今年の桜は早咲きでしたね。しかし、桜が毎年咲き、街がピンク色になるこの時期は、新入職員ではなくとも気持ちが引き締まり、また新たな年度に向けてスタートする意欲が出るものです。

さて、今回は「床ずれ」とリラクゼーションについてお話したいと思います。

「床ずれ」は医療現場では「褥瘡（じょくそう）」と呼ばれています。この褥瘡は、同じ姿勢や、長時間身体の一部が圧迫されていると、皮膚が赤くなり、血液の流れが停滞して、うっ血し皮膚に損傷をきたしてしまいます。損傷とは、皮膚が傷ついて、皮がむけてしまうことです。このような状況を回避する為に、病棟では2時間ごとに身体の向きを変えたり、痩せている方ですと、骨と骨があたることで皮膚への刺激になるので、ビーズ入りクッションやタオルなどを挟んで直接あたらないようにしています。私達は、寝ている時でも無意識に寝返りを打ったり、身体の一部が長時間あたっていると痛みなどを感じ動かしたりします。病気や怪我でこのような行動が制限されてしまう場合、看護援助として、身体が楽な姿勢を取れるように、クッションや低反発枕を用いて患者さんがリラックスできる体位(姿勢)へと整えます。この、リラックスできる姿勢を作る事が大切です。

日常生活の中でも、リラックスする姿勢を取る事は心身にとって大切です。横になったとき、今回のお話を思い出して頂き、足の間にバスタオルをくるくるっと巻いて挟んでみたり、横を向いた時に大きめの枕などを抱きかかえてもらおうと筋肉の緊張が和らぎ、リラックスすることができると思います。

踝の後ろから、ふくらはぎにかけてゆっくりマッサージする事も血流を良くし、床ずれを防止しリラックス効果を得られます。是非、お試しください。

特定疾患治療研究事業について

医事課

特定疾患治療研究事業とは、難病患者の医療費助成制度です。
保険診療における自己負担金(1割または3割)の一部を国と都道府県が助成する制度です。
対象は、全身性エリテマトーデス・潰瘍性大腸炎・悪性関節リウマチなど56疾患あります。
(参照：<http://www.nanbyou.or.jp/entry/513>)



①一部負担金の月額限度額（1医療機関につき）

階層区分	入院	外来
A：生計中心者の市町村民税が非課税	0円	0円
B：生活中心者の前年の所得税が非課税	4,500円	2,250円
C：生活中心者の前年の所得税課税年額が5,000円以下	6,900円	3,450円
D：生活中心者の前年の所得税課税年額が5,001円以上15,000円以下	8,500円	4,250円
E：生活中心者の前年の所得税課税年額が15,001円以上40,000円以下	11,000円	5,500円
F：生活中心者の前年の所得税課税年額が40,001円以上70,000円以下	18,700円	9,350円
G：生活中心者の前年の所得税課税年額が70,001円以上	23,100円	11,550円

②特定疾患受給者証の有効期限

原則として、1年間となっております。（一部、6カ月の疾患があります）
毎年9月30日が有効期限となっておりますので、更新の手続きには十分注意してください。

③使用できる都道府県

原則、受給者証を発行した都道府県のみで使用できます。
ただし、事前に医療機関と各都道府県が契約をすれば、他の都道府県でも使用できます。
現在、当院では、「東京都」「長野県」「福井県」の受給者証が使用できます。
東京都以外の受給者証をお持ちの方で、希望される方は受付までお申し出ください。
負担金が軽減され、その他の手続きが不要となります。



患者様へのお願い

健康保険証・受給者証は、変更のない場合でも毎月確認させていただいております。
月が替わり最初に受診する際は、受付窓口での提出をお願いいたします。
また、変更があった際は、速やかにご提示をお願いいたします。

自分に合う靴とは？



リハビリテーション科

足のサイズにあわせて買っているのに疲れたり、痛かったり・・・。
毎日履くから知っておきたい！靴を選ぶポイントってなんだろう？

～あしの痛み～

足や膝の痛みの原因となる外反母趾や変形性膝関節症などの情報をテレビや雑誌で目にすることがあると思います。これら外反母趾やその他の足の痛み、膝や腰の痛みその原因のひとつと考えられているのが足に合わない靴を履き続けた結果です。

二足歩行する人間の足（足首から指）は唯一地面と接する部分であり、衝撃を吸収し、体重を支え、身体のバランスをとるなど重要な役割を担っています。靴が合わないということはその役割が果たせなくなるといことです。足部が十分に機能するようにサイズの合った靴、正しい履き方をすることが足のトラブルの予防に繋がります。また、子供は合わない靴を履く事で、正常な骨や筋肉の成長を妨げます。すぐに大きくなるからと大きめの靴を履かせるお母さんもいると思いますが、足の成長は半年に5mm程度、サイズに5mmの余裕があれば十分です。

～靴選びのポイント～

《足長》

つま先と靴の間のゆとりであるすて寸は、1cmが理想です。メーカーによってサイズ表記に違いがあるので実際に靴を履いて確かめましょう。

《足幅・足囲》

各サイズに対してA～Fまで2～4Eを含む全9段階(JIS規格)あります。一般的な靴屋さんでは幅広く対応していない事があるのでお店と相談しましょう。

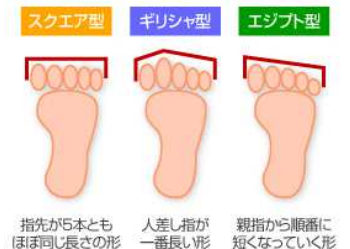


《甲まわり》

ひもやマジックテープ靴など調整可能でしっかりと固定できるものが良いです。パンプス等は固定できないので安定した靴とは言えません。

《つま先のかたち》

スクエア・ギリシャエジプト型とあり、つま先への負担がないかたちの靴を選びましょう。



～靴の履き方～

①踵を踏まないようにしっかり足を入れます



②踵を地面に軽く打ちしっかり踵を入れます



③つま先を上げたまま靴ひもやテープをしっかり結びます



☆ 今回は靴選びのポイントを簡単に紹介しました！
サイズ選びは靴屋さんと相談して自分に合う靴を探しましょう！



人間ドックのご案内

日本の3大死因とされる、癌などの悪性疾患・心疾患・脳卒中のベースとなるものは、生活習慣病であると考えられています。そのほとんどは初期に自覚症状がなく、人間ドックなどの検査で見つかっています。早期発見のためにも自分の身体をよく知り、健康を維持できるよう当院の人間ドックをご案内いたします。

- 完全予約制になっております。お電話でお申込ください。
(平日8:30~17:00 電話042-343-1311)
- 7月~10月は大変込み合いますので、4月~6月に実施されることをお勧めします。
- 検査内容、オプション等はパンフレットをご覧ください。
- 小平市国民健康保険被保険者・後期高齢者医療保険者の方は、人間ドック利用費補助金が市から交付されます。詳細等は小平市健康福祉部保険年金課国民健康保険係までお問い合わせください。



- ☆実施日 月・火・金・土（乳がん検診は金曜日のみ）
- ☆時間 8:30~13:00（約2時間で終了します）※検査内容により前後あり
《お忙しい方でも短時間で人間ドックが受けられます。》
- ☆費用 日帰りドック ¥47,250

その他詳細は、健診担当までお問い合わせください。
担当：加藤

ゴールデンウィーク中の診療のお知らせ

ゴールデンウィーク中も内科系・外科系の救急体制で行っております。通常の外来とは異なりますので、診察を希望される方は、必ずお電話にてご確認のうえご来院ください。

- ◆診察範囲外の症状につきましては、診察できない場合がございます。
- ◆救急体制での診療となりますので、お時間がかかる場合がございます。

4月		
26	金	通常診療
27	土	午前 通常診療 午後 救急体制
28	日	救急体制
29	月	救急体制
30	火	通常診療

5月		
1	水	通常診療
2	木	通常診療
3	金	救急体制
4	土	救急体制
5	日	救急体制
6	月	救急体制

《5月7日(火)から通常診療となります。》

地域の医療機関の先生方へ



地域医療連携課

地域医療連携施設懇談会を終えて

平成25年1月24日（木）当院において『地域医療連携施設懇談会』を開催いたしました。近隣の連携施設の先生方・看護職・事務職の方々との懇親を深めることを目的としたこの会も、今年で5回目となりました。

当日は、小平市医師会長の奥村先生をはじめ、**20医療機関27名**の多くの方々にご参加頂き盛大な会となりました。症例発表会においては、当院の医師5名が発表を行い、予定時間を超えるほど活発な意見交換が行われました。懇親会では、和やかな雰囲気の中ご参加された方々と当院職員との懇親を深めることができました。ご参加頂いた皆様、ありがとうございました。

開放型病院について

当院の入院施設並びに、検査機器の利用を地域の先生方に開放し、活用していただくことで、病診連携、病病連携をより一層強化し、地域医療の充実を図ることを目的としています。当院では開放型病床を5床ご用意しております。地域の先生方のご紹介で入院されますと、当院主治医と共同して診療に当たっていただくことができます。また、入院中の状態が把握できるため、退院後の診療にスムーズに移行できます。

登録医について

現在、143施設159名の先生方にご登録頂いております。



登録医になるメリット

- 【その1】登録医療機関からの紹介を優先的にお受けしています。
- 【その2】開放型病院共同指導を行うことができます。
- 【その3】毎月、外来担当医表やお知らせを発信させて頂きます。

ご不明な点は、下記の地域医療連携課までご連絡ください。

担 当 地域医療連携課
TEL：042-343-1311（代表）
FAX：042-347-3307
E-mail：hitotsubashi_renkeishitsu@tmg.or.jp

外来担当医表 (H25.5～)

2次救急指定医療機関 (24時間救急体制)

科目	時間帯	月	火	水	木	金	土	
内科	A M	1診	濱上	北方(非)	松村(非)	丸茂	麻喜(非)	新倉
		2診	青鹿	藤井	丸茂	杉山(非)	新倉	鈴木
		3診			黄川(非)			
	P M	1診		濱上	藤井	青鹿	丸茂	
		2診	浅野(非)	新倉	青鹿	杉山(非)	鈴木	
		3診			黄川(非)			
睡眠時呼吸障害	AM			濱上(予約制)				
外科	AM	山竹	町田(非)(2,4週) 清水(浩)(1,3,5週)	中里(非)	清水(浩)	高安(非)	山竹	
	PM	清水(浩)		中里(非)	山竹	高安(非)		
形成外科	AM	北澤	北澤	塚本	北澤		北澤	
	PM			塚本	北澤	塚本		
乳腺外科	AM					伊坂(非) (予約制) 9:30～		
整形外科	AM	清水(陽) 内田(俊)(非)	渥美(非)	吉田(非)	村木	清水(陽) 矢富(非)	村木 非常勤(隔週)	
	PM	村木15:00～ 内田(俊)(非)14:00～	村木15:00～ 渥美(非)14:00～ (第1・3・4・5)	吉田(非) 14:00～	清水(陽) 15:00～	矢富(非) 14:00～		
脳外科	AM					永根(非) 受付11:30まで		
皮膚科	PM		堀江(非)					
泌尿器科	AM	内田(博)	内田(博)	内田(博)	内田(博)		渡辺(非)	
	PM	内田(博)		内田(博)		内田(博)		

- ・受付 平日：午前8:30～12:30 午後13:30～16:30
土曜：午前8:30～12:30
- ・都合により外来担当医が変更となる場合があります。
- ・緊急手術などで、外来が休診となる場合があります。
- ・乳腺外科、睡眠時呼吸障害は事前に電話にて予約をお願いします。
- ・火曜日整形外科(渥美)第2週の診察は午前のみとなります。

※赤字は女性医師
※(非)は非常勤医師

病院の理念

患者様一人一人の意思を尊重し、医の倫理に則った、質の高い最善の医療を真心こめて提供します。
地域の皆様を愛し、皆様から信頼され、愛されるような病院を目指します。

病院目標

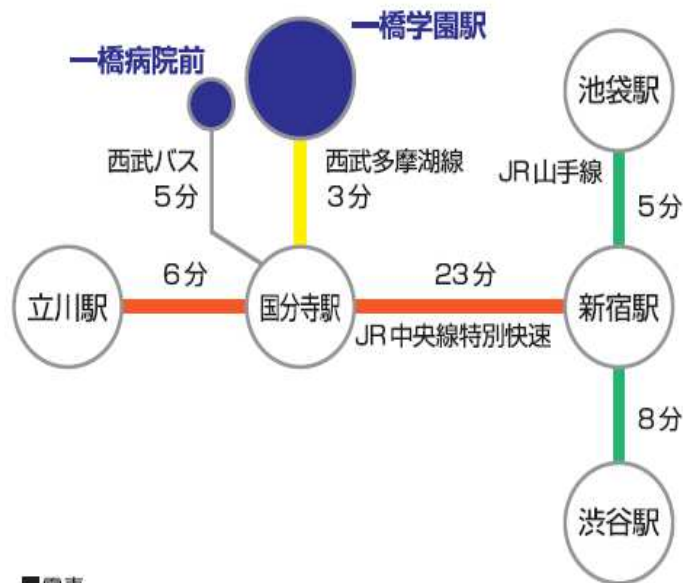
- ①地域のニーズにあった医療を提供し、地域医療に貢献、地域福祉の向上に努めます。
- ②患者様に公正な医療を安全に提供するよう努めます。
- ③医療者による説明と患者様の選択にもとづく医療を安全に進めます。
- ④患者様のプライバシーを尊重します。
- ⑤診療情報を患者様自身にお伝えします。
- ⑥より良い医療が行われるよう研修・研鑽に努めます。
- ⑦患者様の人生がゆたかであるように、患者様の意思を尊重します。

患者様の権利

- ①最善の医療を平等に受ける権利
- ②自分が受けている医療についての十分な説明とその情報提供を受ける権利
- ③治療方法を自分で選択決定する権利
- ④個人のプライバシーが守られる権利
- ⑤診療について情報開示を求める権利

患者様の責務

- ①患者様は、安全で適切な医療を受けるために、自分の健康、病状に関する情報を出来る限り正確に病院職員に提供してください。
- ②患者様は、規律をお守りください。
- ③患者様は、他の患者様の入院生活に支障を与えないよう配慮してください。



- 電車
西武多摩湖線：一橋学園駅南口下車 徒歩5分
- バス
西武新宿線：小平駅南口より国分寺駅北口行き「一橋病院前」下車
JR中央線：国分寺駅北口より小平駅南口行き「一橋病院前」下車



医療法人社団青葉会
一橋病院

〒187-0045東京都小平市学園西町1-2-25
TEL.042-343-1311 FAX.042-342-2006
<http://www.hitotsubashi-hp.or.jp/>

東京都指定二次救急医療機関
日本医療機能評価機構認定病院
日本整形外科学会専門医制度研修施設
日本透析学会専門医制度認定施設
日本リウマチ学会教育施設
マンモグラフィ健診施設画像認定

◆面会時間 平日・土曜日：12:00～20:00
日曜・祝日：11:00～20:00



携帯サイトQRコード

<職員募集>

当院で勤務していただけるスタッフを募集しています。

【募集職種】看護師、准看護師、看護助手、作業療法士、薬剤師、送迎ドライバー

*詳細はホームページ又は、右記までお気軽にお問い合わせください。042-343-1311 総務課