



宝福寺：土居 照子 作

◆ Dr.だより 健康の神さま、ヒュギエイア
健康管理センター 森尾 眞介 先生

◆ お知らせ 餅つき大会
健康長寿教室 開催します

◆ KRHニュース J.M.S終了しました!!
JFEフェスタ参加してきました!!

◆ KRHニュース
糖尿病フェスタinリバーサイド開催しました



理念と基本方針

<理 念> 私たちは医療の担い手としての責務を自覚し研鑽を重ね、「人と人とのふれあい」を大切にし、地域の人々に一層の信頼を得られる医療を提供し地域社会に貢献します。

<基本方針> 1. 患者さんの立場を尊重し、納得と同意に基づく医療を実行します。
2. 医療技術と知識の習得に努め、良質で安全な医療を提供できるよう努めます。
3. 地域の人々の診療、健康保持・増進に努めます。

Dr. だより 健康の神さま、ヒュギエイア

わが国には八百万の神さまが居られると言います。では、地球上にはどの位の神さまが居られるのでしょうか。キリスト教、イスラム教、仏教、道教、ヒンズー教、ラマ教などなど。神さまに数学が適用できると仮定すると、神さまの数の方がわが国の人口より多くなるかも知れません。・・・禅の書物によると、仏さまには数学が適用できそうにはありませんが。

紀元前のギリシャにも沢山の神さまが居られました。恋の神さま：エロス、祝宴の神さま：バックス、美の神さま：ビーナスなどの名前を聞いたことがあると思います。医療の神さまはアスクレピオスと言われます。ヒゲを生やした年をとった神さまです。蛇の巻きついた杖を持っています。蛇は生命の源であり、この杖で死者をも蘇らせることが出来る神さまだそうです。医療の神さまの娘の一人に健康の神さまが居られます。その名前をヒュギエイアと言います。若い女神であり、やはり、生命の源である蛇を両手で持っています。



健康管理センター
部長：森尾 真介



健康の神、ヒュギエイア



ヒュギエイア像との記念写真
(米国疾病管理センター(CDC)、ジョージア州アトランタ)

医学部学生時代、学年が進み、医療（臨床医学）の授業が始まると、その理論の複雑さや知識の膨大さに付いて行けず、臨床医学の道を歩むのに疑問を持ち始めました。その頃、衛生学の授業で健康の神さまヒュギエイアの話を知りました。臨床医学も大切だが、健康を守る（予防医学）も大切だと言う話でした。授業では、アスクレピオスとヒュギエイアの写真を見せながら、臨床医学と予防医学の関係が話されました。この時、臨床医学よりは予防医学に興味を持ちました。・・・高校時代、男子だけのクラスで過ごしたため、単に、優しい顔の女神に惹かれただけかも知れませんが・・・その後、クリミア戦争での、敵味方を区別しない看護活動で有名なフローレンス・ナイチンゲールが、戦争後は予防医学（衛生統計、環境衛生、医療行政など）の活動に専念したことを知りました。彼女の活動を知り、そして予防医学の大きさを知り、予防医学の道を歩む決心をしました。

今、他の人から、あなたの専門は何ですかと質問されると、予防医学です、医師と保健師の中間的な仕事をしていますと答えるでしょう。

皆さん、予防医学で働く医師、またはその仲間求められることは何だと思いませんか。私が考えるには、①人々の健康を阻害する因子を見つけること（疫学、衛生統計）、②その因子を避ける方法確立すること（環境衛生、労働衛生、地域保健）、③その方法を実施、指導すること（医療行政、健康管理、病気の早期発見、社会復帰）だと考えます。そして、それぞれ働いている立場で、PDCAサイクル理論（Plan：計画、Do：実行、Check：評価、Act：再実行）に従い、仕事を続けることではないでしょうか。

現在、生活習慣病の予防が大きな問題となっています。健康管理センターなどで、予防医学に従事する医師、またはその仲間が行う生活習慣病の予防の仕事は、何でしょうか。それは、施設の利用者に対し、健康診断結果に基づいて、健康管理や病気予防の方法を指導することでしょう。

生活習慣病のPDCAサイクル



指導を受ける人々に生活習慣病の予防を成功させるためには、まずは自らが生活習慣病の予防を実行することが重要だと考えます（Professional Obligation：プロフェッショナル・オブリゲーション）。個人主義が発達している欧米では、人々を指導する者は、このプロフェッショナル・オブリゲーションを強く求められるようです。

ヒュギエイアは誇り高い女神とされています。自分は非健康的生活を送りながら、他の人々に健康を説くのは、ヒュギエイアへの「〇〇〇または△△△△」でしょう。ヒュギエイアの怒りを招くかも知れません。今まで、女神の怒りを招いたとは思えない、気の毒な結果になった何人かの方々を知っています。

お互い、若いも若きも、男も女も、医療関係者も一般の方々も、ヒュギエイアの怒りに注意して、日々の生活を送りましょう。・・・「〇〇〇または△△△△」に入る言葉は、その人の生活習慣によって様々です。答えはありません。



餅つき大会

日時

12月9日(土)
午後2時より(約1時間)

場所

倉敷リバーサイド病院
1階中央ホール

今年も恒例の昔懐かしい杵と臼を使った「餅つき大会(参加無料)」を開催します。お餅はその場で、お召し上がり頂けます。
また、**ちびっ子**には**くじ引き大会**も行います。
地域の皆さまとの親睦を目的としており、どなたでも自由に参加できます。
皆さま是非おいで下さい。



健康長寿のための食事教室のご案内(平成29年度)

下記の通り、開催いたします。

どなたでもお気軽にご参加ください。

日時: 毎月第2木曜日 14時~15時

開催場所: 5階病棟カンファレンス室

* 筆記用具、食品交換表を
お持ちの方はご持参下さい

* 申込み不要



多職種による糖尿病予防のための豆知識ミニ講座も開催中です。

問い合わせ先: 倉敷リバーサイド病院
栄養治療室 448-1111 内(6316)



12月14日

「年末年始の過ごし方」

~誘惑に負けないコツ~

ミニ講座: 12月はお休み

血糖値の気になる方必見!



H30年1月11日

「外食について」

~外で食事をするときのポイント~

ミニ講座: 理学療法士による「正月太りに効く?運動」



H30年2月8日

「間食&飲み物の上手なとり方」

ミニ講座: 歯科衛生士による「お口を知ろう!!」

注意

ご存じですか?

全国的に女性の梅毒感染者が増加中!

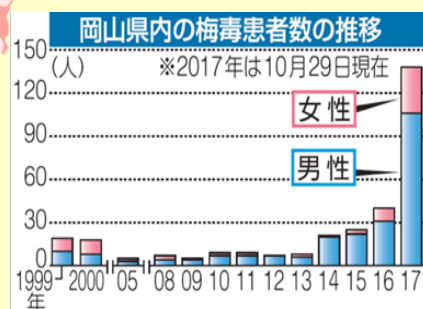
梅毒は性感染症の1つです

国立感染症研究所の全国統計では、第3四半期の人口100万人当たりの届け出数が、1位 東京都、2位 岡山県、3位 大阪府、4位 香川県と5位広島県の順です。大都市だけでなく、地方にも広がっている実態がうかがえます。

梅毒は、感染している人との性行為など粘膜や皮膚の直接接触で感染する性感染症の1つで、早期発見・早期治療が肝要です。終生免疫ができず何度でも感染します。早期の薬物治療で完治可能ですが、無症状の場合、治療が遅れ、脳や心臓に重大な合併症を起こす場合もあります。また、妊婦が感染している場合、胎盤を通して胎児に感染し、先天性梅毒となる危険があります。胎児は死産や早産のほか、重篤な異常を来す場合もあります。

感染拡大の背景には、初期症状である局所性の赤いしこりの症状が軽く、すぐ消えること、その後生じる、全身性の発疹も、数週間から数か月で症状が消えることから、症状が軽い場合感染に気付かず他者にうつしていると考えられています。

早期発見し、きちんと治療するため、感染が心配な方は、恥ずかしがらずに受診し検査をしましょう!



(山陽新聞より)

KRH NEWS

■J.M.S 終了しました！！

10/15はJ.M.S（ジャパン・マンモグラフィー・サンデー）の日でした。

当院でも、乳がん検診を実施し、28名の方にご参加いただきました。

受診された方から「平日は仕事があり、日曜日であれば受診できるので、今後もこのような機会があれば良い」といった声を伺いました。

当院では今後も、乳がん検診を受けやすい環境の整備に取り組んでいきます。

～～来年もお待ちしてます～～



J.M.S って、なあに？

「ジャパン・マンモグラフィー・サンデー（JMSプログラム）」は2009年より開始した、子育て・介護・仕事など多忙な平日を過ごす女性のために、認定NPO法人 J.POSH（日本乳がんピンクリボン運動）が全国の医療機関や自治体の検診担当部門に呼びかけた、「10月第3日曜日に全国どこでもマンモグラフィー検査が受診できる環境作り」への日本で初めての取り組みです。

■JFEフェスタ参加してきました！！

11/3に開催された、JFEスチール株式会社西日本製鉄所（倉敷地区）で開催された、「2017秋JFE西日本フェスタinくらしき」に当院の健康管理センターのスタッフが出店・参加してきました。

健康診断のご相談・ご案内や体脂肪測定コーナー、磁石やクリップを紐の先につけた釣竿を用いての魚釣りゲームなど、地域の皆様に楽しんでいただきながら、健康診断についての情報提供を行いました。

初めての出店で、どれくらいの人数の方にお立ち寄りいただけるか不安でしたが、私たちの予想を上回る数のお客様にお越しいただき、用意していたパンフレットや景品もあっという間になくなりました。

次回はもっとたくさんの方々に楽しんでいただけるような企画を考えて出店いたしますので、ぜひお立ち寄りください！！

（健康管理センター：武良 清）

当日の様子です！！



KRH NEWS

糖尿病フェスタを開催しました

現在、世界の糖尿病人口は3億8700万人に上り、2035年には約6億人に達すると試算されています。特にアジア・太平洋地域の患者数の増加は深刻です。国際連合は、2006年に「糖尿病の全世界的脅威を認知する決議」が採択されると同時に11月14日を「世界糖尿病デー」として世界各地で糖尿病の予防、治療、療養を喚起する啓発運動推進を呼びかけています。日本でも毎年日本糖尿病学会、日本糖尿病協会が中心となり、各地で著明な建造物をブルーにライトアップし、街頭での啓発活動が実施されています。

鈴木Dr

当院でも糖尿病委員会主催で10月18日に『第5回 糖尿病フェスタ』を外来1階フロアーで盛大に開催いたしました。午前中は各種測定コーナー、専門職によるフットチェックや相談コーナー、展示などを行い、午後から「糖尿病食体験会」「糖尿病専門医による講演会」を開催しました。糖尿病食体験会ではメニューを参考にしたいなど大変好評でした。糖尿病専門医 鈴木先生の講演会では「健康長寿のための食生活」と題して、糖尿病治療は合併症の予防が大切、そのためには、肥満、アルコールの過剰摂取、運動不足などに気を付けて健康的な食生活を送ることが大切と話をされました。食事では飽和脂肪酸のとり過ぎが冠動脈疾患や糖尿病を招く可能性があること、不飽和脂肪酸は生活習慣病予防に役立つ様々な働きがあることなど、最近の話題を盛り込み、分かりやすくお話下さいました。また「時間栄養学」について、人間は「朝の光を浴びること」「朝食を摂取すること」で生体リズムのズレを自分の身体の中で修正していることなど、生活習慣と食事のかかわりがいかに大切かをお話頂きました。講演後に「勉強になった」、「また参加したい」などのご意見を頂き、糖尿病の予防や治療継続の重要性について周知する良い機会となりました。

講演会の様子と糖尿病食



専門職による各コーナーの様子



糖尿病を発症すると骨量が減少しやすいと言われています。「骨密度測定」を担当し、実際に測定をすると低いデータ値の方が多い印象を受けました。骨量を増やす方法や転倒予防に関して、来られた方のお話をじっくりと聞いて、詳しく説明を行いたい気持ちもありましたが、時間の制限もあり難しく、残念に思いました。今後、このような機会があるときには腰を据えてじっくりと患者さんの話しをお聞きし、糖尿病を患っていても健康に長生きできる工夫を一緒に考えていきたいと思いました。

4階病棟 看護師 楨原 三紗

糖尿病を発症すると神経障害が起きたり、傷が治りにくいことがあり小さな傷でも注意が必要なので、来院された方の足を観察し、それぞれの方に個別性のあるアドバイスを行う「フットチェック&ケアアドバイス」を担当しました。足に傷がないかなどご自身の足にあまり関心がない方が多いと感じました。「足の観察が大事なのですね」「今日から足の観察をします」などの声が聞かれました。

当院の糖尿病療養指導士が患者さんの足をチェックし、ケアアドバイスをしているのを聞いて、私もとても勉強になりました。

5階病棟 看護師 金坂 友香

☆参加された皆さま、ありがとうございました☆

外来診療のご案内

平成29年4月1日改定

科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	○	○	○	○	
	午後 15:00~16:00 (診療開始 15:00~)	○	○	○	○	○	
神経内科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	○			○	○ ※1
	午後 予約制			○			
外科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○		○	○		○
	午後 15:00~16:00 (診療開始 15:00~)		○		○	○	
緩和ケア外来	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)					○	
	午後 15:00~16:00 (診療開始 15:00~)			○			
整形外科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	○	○		○	○
小児科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○ ※2	○ ※2	○	○ ※2	○	○
	午後 15:00~16:00 (診療開始 15:00~)	○	○	○	○	○	
眼科	午前 8:30~11:30	○	○	○	○	○	
リハビリテーション科	午後 14:30~17:00			○			
耳鼻咽喉科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)						○
	夕方 16:30~18:30 (診療開始 17:00~)	○					
歯科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	○	○	○	○	
	午後 13:30~16:30 (診療開始 13:30~)	○	○	○	○	○	

※1 第1・3土曜日、睡眠時無呼吸症候群専門外来（完全予約制）、第4土曜日のみ神経内科外来
 ※2 小児科：発達障害で受診希望の場合は事前予約要

交通アクセス

広域地図



周辺地図



詳細図



※水玉ブリッジラインをご利用の方は最初の信号をUターン右折して側道に入ってください。

交通機関をご利用される方へ

JR「新倉敷駅」より、タクシーで約15分。
 JR「倉敷駅」より、タクシーで約25分。



高梁川より西側の方

- 霞橋を目標にこられる場合
霞橋を渡って水島方面へ左折、鶴の浦西側（高梁川堤防の下）の道を南下してください。
- 水玉ブリッジラインを目標にこられる場合
水玉ブリッジライン水島大橋を出てすぐの信号を右折して側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。
*水玉ブリッジラインが無料になりました。

自家用車をご利用される方へ

山陽自動車道「玉島IC」より、約20分。



高梁川より東側の方

- 霞橋を目標にこられる場合
429号線（旧2号）を橋の手前で水島方面へ左折、鶴の浦西側（高梁川堤防の下）の道を南下してください。
- 水玉ブリッジラインを目標にこられる場合
水玉ブリッジライン水島大橋手前の直前の信号で左側側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。

患者さんの権利と患者さんへのお願い

患者さんの権利

- 当院では、患者さんの相互理解により医療が行われるよう、患者さんの権利を尊重します。
- ひとりの人間として、その人格・価値観は尊重されます。
 - 医療を平等に受けることができます。
 - 説明と十分な理解による同意をもとに、適切な医療を選ぶことができます。
 - 当院で行われたご自身の診療に関する情報の提供を受けることができます。
 - 医療の過程で得られた個人情報厳守され、患者さんの承諾なしには開示いたしません。

患者さんへのお願い

私たちが良質で安全かつ効率的な医療を提供するために次のことをお願いします。

- ご自身の健康に関する正しい情報の提供
 - ご自身の医療への積極的な参加
 - ご自身の治療に必要な診療上のルールの遵守
 - 他の患者さんの診療に支障をきたさないためのご協力
- 患者さんが、私たちと力を合せ、治療に専念され、少しでも早く回復されますよう心よりお祈り申し上げます。

平成28年4月改定

公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構



倉敷リバーサイド病院

〒712-8007 倉敷市鶴の浦2丁目6番11号

TEL 086-448-1111 FAX 086-448-1251

URL <http://www.kchnet.or.jp/krh/>

発行者：島村 淳之輔

編集責任者：山下 伸 治

倉敷リバーサイドのホームページアドレス

<http://www.kchnet.or.jp/krh/>

是非、アクセスして役に立つ情報をGetして下さい。