

Information

メディカルセンターの最新情報をチェック!

ホームページはこちらから!

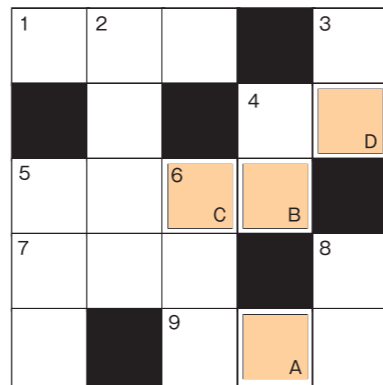


愛知医科大学メディカルセンター

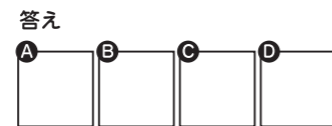
<https://www.aichi-med-u.ac.jp/medicalcenter/>



Crossword
クロスワードパズル



タテ、ヨコのカギをヒントにA~Cの文字を並べてできる言葉が答えです



答えは9ページへ →

- ↓**タテのカギ**
- ② 建物の裏手にある山。
 - ③ 「男心と〇〇の空」意味(男の心は移り気で、その愛は秋空のように移ろいやすい。)
 - ④ 動物が食べたり、声を出したりするところ。
 - ⑤ 蒸気の噴出によって音を出す仕組みの笛。またはその音。
 - ⑥ 月と日。
 - ⑧ 秋に冬の準備、まきを作る時に使う道具。大量に確保しておく。
- ヨコのカギ**
- ① 秋になると必要になる地域が増える。灯火用の油や、暖房用燃料の油。
 - ④ 植物の花や葉を支える部分。
 - ⑤ つかむこと。とらえること。
 - ⑦ 手で巻くこと。手で巻いて作ること。また、そのもの。
 - ⑨ 魚や貝などを干した食べ物。秋に保存食として作ることが多い。

愛知医科大学メディカルセンターの理念

理念

- 地域を守り共に生きる中核病院として、患者本位の医療を目指します。
- 社会の信頼に応える医療機関
- 人間性豊かな医療人を育成できる教育機関

紹介状のご持参がない場合でも、別途、選定療養費はかかりません。 「かかりつけ医」から地域医療連携室を通して事前予約が可能です。当日予約外でも受診可能です。

絵手紙スケッチがかけようになりたい人のためのグループ

絵手紙ボランティア「集まろまい」

簡単なスケッチが描けるようになりたい人、一人ではちょっと...という人が集まり活動しています。



- 開催日 毎月 第3土曜日 (スケッチ先は毎月変わります) 講師はおりません。ご興味がある方は、是非ご連絡ください。
- 会費 年間 1,000円 〆お問合せ先 ☎0564-54-3651 担当者 岩田

病院の表紙に絵手紙が掲載されています。総合受付横にも季節の絵手紙を掲示してありますので是非ご覧ください。

編集後記

「ひいらぎ」第4号を手にとってくださりありがとうございます。本号では、メディカルセンター常勤医師による対談や回復期リハビリテーション病棟入院中の患者さんの一般的な一日の流れをご紹介しますなど初めての試みを掲載しました。ご参考にしていただければ幸いです。引き続き「ひいらぎ」第5号に向けて皆様の作品を募集しています。俳句・短歌・川柳・写真・わたしの〇〇自慢に、奮ってご応募ください。

広報委員会委員長 加藤義郎

■2023年9月発行 ■編集・発行/愛知医科大学メディカルセンター広報委員会

お問い合わせ

愛知医科大学メディカルセンター 事務部 総務課 TEL:0564-66-2826/mc-soumu@aichi-med-u.ac.jp
※皆様からの作品等、ご応募お待ちしております。
ご興味のある方は、是非愛知医科大学メディカルセンター 事務部 総務課までお問合せください。

心に寄り添うふれあい情報誌

ひいらぎ

hiiragi
vol. 4
2023



◎表紙・挿し絵/柿 岡崎絵手紙ボランティア「集まろまい」

特集

内科外科の診療科を超えた対談が実現!



愛知医科大学メディカルセンター

〒444-2148 岡崎市仁木町字川越17番地33
TEL:0564-66-2811 FAX:0564-66-2800
<https://www.aichi-med-u.ac.jp/medicalcenter/>



医
対
談
師



内科外科の診療科を超えた
対談が実現！！

愛知医科大学初の分院である
メディカルセンターへ勤務に
なっただけについて
教えてください。

加藤 メディカルセンターは
2021年4月開院ですが、
2021年1月初めに、メディカ
ルセンターで勤務をとお声がか
りました。糖尿病内科からもう一人
という話があり、患者さん想いで
優秀な速水先生を私の右腕とし
て希望しました。

速水 来年どんな風に大学で研
究しようかなって迷っている時だっ
たので、全く予想してない展開に
とてもびっくりしました。

鈴木 私はメディカルセンター動
務が決まっていた同じ循環器内科
の先輩医師からの声掛けもあり
自ら希望しました。

寺嶋 私はメディカルセンターに
非常勤医師として外来診療をし
ていました。2022年4月にメ
ディカルセンターでもっと手術が
できるようにと、常勤医として声
が掛かりました。大学院2年生で
動物実験が佳境に入っているとき
だったので、当初は大学院の研究
と診療との両立はかなり大変で
した。

メディカルセンターの印象に
ついて教えてください。

加藤 メディカルセンターの職員
はとてもフットワークが軽いのが
特徴です。医師、看護師、その他の
メディカルスタッフ、事務職員と全
ての職種で職員間の距離が近く
て何でも気軽に相談しやすいのが
とてもいいところです。

鈴木 直接対面して職員間で話
をする、話が円滑に進むので、
診療がとてもやりやすいですね。

寺嶋 患者さんの退院支援の時な
ど、すぐに何でも相談が出来るのは
本当に助かります。

メディカルセンターを
受診する患者さんの特徴は
ありますか？

加藤 若い方から高齢の方
まで幅広い患者さんが受診され
ていますが、特に高齢の方が多い
印象です。

鈴木 独り暮らしの高齢者の方
が多いと感じます。入院患者さん
の場合、退院後のご自宅での日常
生活まで考えることが大切なの
で、医療ソーシャルワーカーの方
とよく話をします。

速水 確かに大病院勤務の時

より、医療ソーシャルワーカーと
話をすることが多いです。

加藤 そうですね。私は医師に
なつて20年以上になりますが、メ
ディカルセンター勤務になつてから
医療ソーシャルワーカーと話をす
る機会が本当に多くなりました。

寺嶋 うちの医療ソーシャルワー
カーはとても優秀で困ったことを
相談すると何とかがしてくれる。こ
れは褒めすぎかな？(笑)



Profire
寺嶋 祐貴
疼痛緩和外科
休日の過ごし方
子供とお出かけ

今回のように普段から
診療科の枠を超えて
話すことはありますか？

加藤 大きな総合病院だと診療
科の枠を超えて話をする機会は

それほど多くはないかもしれま
せん。

鈴木 確かに。内科には沢山の診
療科があるので、内科の中でも診
療科の枠を超えて話す機会はそ
れほど多くはなかったかもしれな
いです。

速水 寺嶋先生 僕たちの事知
らなかつたんじゃない？

寺嶋 はい(笑)。
加藤 様々な診療科の医師が話
をよくするのはメディカルセン
ターの大きな特徴の一つと思っ
ます。

鈴木 そうですね。コンサルテー
ションの時とか、手続きなしで、医
局で「ちょっといいですか？」って
気軽に何でも相談が出来るなん
てすごくいいですね。

速水 メディカルセンターでは大
きな総合病院では担当しないよ
うな仕事の経験もあるから医師
としての経験の幅が広がる気が
します。

外来診療で大切にしている
ことは何ですか？

速水 私はいつも患者さんに、日
常生活を良くする道具として私
を使って欲しいって伝えています。
とにかく色々な話をします。一緒に
インターネットでクリニックを探
したりもします。

鈴木 凄い！
速水 私の意見が参考になれば
と思ってやっています。

鈴木 私もなるべく患者さんに寄

り添って話を聞くようにしていま
す。リハビリに来た患者さんを見
かけた話かけたりしています。

寺嶋 僕は外科系ですけど、手術
だけではなく、外来で患者さんと
お話をするのが結構好きです。

速水 鈴木 外来が好きなんだ。
寺嶋 自分が尊敬する整形外科
の先生がいて、その先生を常に意
識しています。意識的に雑談して、
例えば、「ゴルフ最近どう？」とか
その会話の中に、患者さんが目指
すゴールに向けて大切な事が沢
山隠れているので。

加藤 痛みで困っている患者さん
を診る先生の疼痛緩和外科では、
確かに患者さんとの話はとても
大切だと思います。

Profire
加藤 義郎
副院長(糖尿病内科)
休日の過ごし方
1日2回(早朝と夜)
の愛犬との散歩



鈴木 最近は外来患者さんが増
えて一度の外来で沢山の患者さん
を診察する必要があるからゆつ

り話が出来ない時もあつて、申し
訳なきを感じる時もあります。

加藤 そうですね。私は糖尿病内
科だから日常生活、間食、運動に
ついてなどの話を聞くようにして
います。ただ、沢山の患者さんを
診察する事も大切な事だからそ
の兼ね合いが難しいです。

メディカルセンターの最大の
特徴は何ですか？

Profire
速水 智英
糖尿病内科
休日の過ごし方
家族サービス



速水 同規模の他の病院と比べ
ると、圧倒的に専門医の数が多
いことだと思います。

加藤 なかなかこういった病院は
ないですね。

寺嶋 総合診療科外来が窓口にな
つて、その後、必要があれば、メ
ディカルセンター内で適切な専門
外来を受診してもらうことが出
来るのは、当院の大きな特徴だと

思います。またその後、詳しい検
査や特殊な治療が必要な場合に
は、愛知医科大学病院と連携を
しながら更に専門的な医療がご
提供できるので、患者さんも安心
できるのではないかと思います。

加藤 そうですね。私自身も当
院を受診した方で愛知医科大学
病院との連携で検査をし、治療を
進め成功したという経験を何度
もしています。なかなか体調が良
くならなくて、メディカルセン
ターの総合診療科を受診した方
で、その後、私の専門外来へ紹介とな
った方がいます。原因の病気が判明
して、愛知医科大学病院で手術
をすることになりました。患者さん
は凄く喜んでくれていて、私も
医師としてとてもうれしく感じ
ました。

鈴木 私も経験があります。自
分が総合診療科外来を担当した
時に、弁膜症と心不全が見つか
った方がいました。高齢で認知症
がある患者さんでしたので、治療
となると受け入れ先を見つけるこ
とがなかなか難しい状況でしたが、
愛知医科大学病院で手術をする
ことが出来ました。患者さんの一
命を取り止めることが出来たの
で本当によかったです。

加藤 それはよかったですね。鈴
木先生の情熱の賜物ですね。

鈴木 愛知医科大学病院と連携
をいつでも取ることが出来るとい
うのは、メディカルセンターに勤務
する医師としてとても安心です。
今後も患者さんのお役に立てる

ように頑張りたいと思います。

Profire
鈴木 麻友
循環器内科
休日の過ごし方
美味しいごはん
を食べること



最後に一言

代表して加藤先生

愛知医科大学メディカルセンタ
ーは、診療科の枠を超えて、地域の
皆様の悩みに誠実に向き合い、よ
り良い医療を提供致します。どの
診療科を受診してよいかかわら
ない場合には、総合診療科をご受
診ください。必要な場合は、当院
の適切な専門外来を紹介させて
頂きます。また、さらに専門性の
高い検査や治療が必要な場合に
は愛知医科大学病院と連携して
診療を進めてまいります。愛知医
科大学メディカルセンターは、地
域に密着した多機能な病院とし
て長く皆様の生活を医療面から
サポートしますので安心してご相
談ください。

ある患者さんの 一日の流れ

One Day

Good Morning



6:00
起床



回復期リハビリテーション
病棟に入院中の一般的な
流れをご紹介します。
(各病棟によって異なる
部分がございます。)



8:00
朝食



看護師

入浴は9時頃から
順番に入って
いただきます



9:00
更衣・リハビリ



Lunch



12:00
昼食



管理栄養士

基本的に毎日
食堂で食べて
いただきます



13:00
リハビリ



全身状態の観察
としてリハビリ前
までに検温を
行います



看護師

患者さんやご家族の
抱える悩みを解決します



医療ソーシャルワーカー

リハビリテーション室



21:00
就寝



19:00
就寝準備



18:00
夕食



16:00
たちあがり訓練・更衣



リハビリは体調などを
確認しながら行います



15:00
リハビリ



理学療法士

Rehabilitation

病院での生活全てが
リハビリです
リズムの整った生活を
していただいています



医師

みんなのひろば

Information

旬を味わえる 季節の病院食

季節を感じ楽しい食事時間をお届けします

治療やリハビリを行う入院生活の中で患者さんにとって食事時間はひとときの安らぎの場所。そんな時間を少しでもお届けできるよう、行事食や季節メニューなども取り入れ、長期入院の方でも飽きの来ない工夫をしています。また、メニュー毎に食べ物の硬さや大きさなど一人ひとりに合わせることでたくさんのお患者さんに楽しい食事を提供できるよう心がけています。

食事に合わせて、季節のカードを添えて…。
まめ知識など管理栄養士からのコメントがあるときも。

<p>Spring</p>  <p>6月8日 梅の日</p>	<p>5月5日 こどもの日</p> 	<p>Summer</p>  <p>9月19日 敬老の日</p>	<p>7月7日 七夕</p> 
<p>Autumn</p>  <p>12月24日 クリスマス</p>	<p>10月30日 ハロウィン</p> 	<p>Winter</p>  <p>3月3日 ひなまつり</p>	<p>1月1日 元旦</p> 

食事が待ち遠しくなるおたのしみ選択食 Select Menu

または



選択食 チンジャオロース
選択食 白身魚のみぞれ鮎かけ

他にも



患者さんにもありますが、毎日メインのおかずを選べるお楽しみメニュー。その他、モーニング、洋食・中華の日、年越しそばなどもあります。わたしたち栄養室は、これからは患者さんが笑顔になる食事を提供していきます!



冬です、体をあたためよう

「手足の冷え」や「寒くて眠れない」など、冬になると体の冷えが気になってきますね。体を冷やす事によって腰痛、しびれや不眠など、さまざまな体の不調が出現することがあります。今年の冬は身体を温めやすくする食事、運動を取り入れ、去年よりもあたたかい冬にしてみませんか。

簡単 あったまるメニュー

栄養室

おぼろ豆腐(和風)とシェントウジャン(鹹豆漿)

豆乳は「にがり」を入れると固まって豆腐になりますが、「酢」でも固まる性質があります。その性質を利用して、簡単おぼろ豆腐やシェントウジャン(台湾風豆乳スープ)を作ってみましょう。



作り方

- A:豆乳(無調整)をどんぶりにいれて電子レンジ500Wで2分程度加熱する。(沸騰寸前くらいに温める)鍋で温めてもよい。
※豆乳は必ず「無調整」を使用する。(調整豆乳では固まらない)
- B:酢(黒酢または酢+しょうゆ)を計量して①の加熱した豆乳(無調整)に入れ、箸またはスプーンで2-3周混ぜる。
※豆乳と酢やポン酢を先に混ぜて加熱しない。
※混ぜすぎると分離してしまう。でも、これもおいしい!
- おぼろ豆腐にはC:ネギと削り節をかけて、シェントウジャンにはC:各種をトッピングして完成。

材料

- | | |
|------------------|-------------------------------|
| ● おぼろ豆腐(和風) | ● シェントウジャン(鹹豆漿) |
| A:豆乳(無調整※)…200ml | A:豆乳(無調整※)…200ml |
| B:ポン酢…10ml(小さじ2) | B:黒酢または酢…10ml(小さじ2) |
| C:ネギ…お好みの量 | B:しょうゆ…5ml(小さじ1) |
| C:削り節…お好みの量 | C:干しエビ(乾煎り)…お好みの量 |
| | C:ザーサイ…お好みの量 |
| | C:青ネギ…お好みの量 |
| | C:その他トッピングに香菜(パクチー)・ラー油・ごま油など |

寒い時期にオススメ 冬です、エクササイズ

リハビリテーション室

スクワット運動で体を温めよう

スクワットは大腿四頭筋(ふとももの前側にある筋肉)、大殿筋(お尻にある大きな筋肉)を鍛えることができる運動です。また、脚の筋肉は衰えやすい筋肉で、脚力の低下は寝たきりにまで悪化する場合があります。これらの筋肉を動かし筋力を維持・向上させることで、全身の血行が良くなり体が温まりやすくなります。継続すれば生涯歩ける体を作ることにつながります。ここでは簡単にできるスクワットの方法をご紹介します。



①基本姿勢

両足を肩幅程度に広げ、つま先は正面を向く。目線は前を向く。



②膝屈曲時

お尻を下ろすイメージで、ゆっくりと両膝を曲げる。膝を曲げる角度は、無理のない範囲で実施する。



運動中に転ばないように、手すり等の支えになるものを持ちながら実施してください。膝を曲げるときに、膝が前に出すぎないようにしましょう。





冬だけじゃない! 肌乾燥

＼おしえて、先生!／

皮膚科 野尻 万紀子



乾燥肌とは?

- 乾燥肌とは、別名『ドライスキン』とも呼ばれ、肌の水分や皮脂が不足することによってうるおいがなくなった肌の状態を指します。
- ドライスキンになると、全身がカサカサする、洗顔後に肌がつっぱる、粉をふく、痒みが出る等様々な症状を引き起こします。
- 特に乾燥しやすいのはもともと皮脂の分泌が少ない部分で顔では頬や目、口の周りなど、身体では脛、肘、膝、足の裏等が挙げられます。
- 乾燥肌を放置していると、皮膚のバリア機能が低下し、少しの外的刺激でも痒みや湿疹など皮膚トラブルが起きやすくなります。

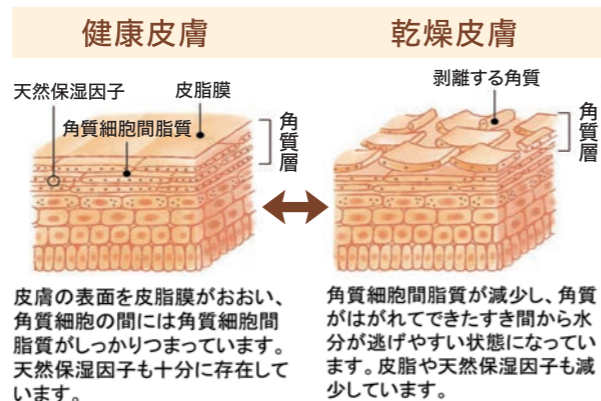
乾燥肌の原因

- 肌のターンオーバーの乱れ、紫外線、冷・暖房の長時間利用による空気の乾燥、肌の洗い過ぎ、栄養不足、寝不足、加齢に伴う皮脂分泌量の減少など。

なぜ肌のバリア機能が低下するのか?

健康な皮膚には角層のバリア機能があり、水分の蒸発や外からの刺激を防いでいます。しかし肌にもともとある保湿成分(皮脂・天然保湿因子・角質細胞間脂質)が不足してこの角層のバリア機能が低下すると皮膚の中に水分をとどめておくことができなくなり、『乾燥肌』となるのです。

肌のバリア機能を低下させないために必要なことは、何より乾燥を防ぎ保湿を行うことが大切です。保湿剤は皮膚の水分が逃げないようにふたをしたり皮膚に水分を与えたりする役割を持っています。健康な皮膚を守るために毎日、保湿剤を塗ってスキンケアをしましょう。ただし、乾燥が強く激しい痒みを伴う場合は他の皮膚疾患である可能性があります。自己判断せず皮膚科を受診しましょう。



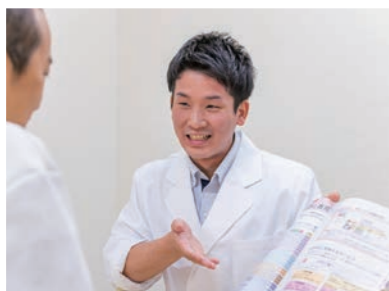
出典:東京女子医科大学 名誉教授 川島眞先生

保湿剤の基本的な塗り方・工夫

- 入浴後5分以内に塗るのが効果的です。
- 手のひらを使って、こすらずに、優しく塗り広げましょう。
- 水や化粧水で湿らせておくのが効果的です。
- 季節に関係なく続けることが大切です。
- 軟膏は寒い時期は硬くなるので温めましょう。



職場紹介 医療福祉相談室 Check!



医療福祉相談室では、当院に通院・入院されている患者さんとご家族が安心して療養していただけるよう、相談員(医療ソーシャルワーカー)が様々なご相談をお受けしています。

例えば

- 急な入院で医療費や入院中の生活費が心配。
- 障害が残ってしまい、これからどうしよう。
- 自宅での介護は何をしたらいい?
- 介護施設ってどんなところがあるの? など

その他にもご相談をお受けしています。お困りごとがありましたらお気軽にご相談下さい。ご相談の秘密はお守りします。

私達が相談をお受けします!!

最近ハマっていることを教えてください!

information ご利用案内

相談方法
事前にご連絡ください。
連絡先
0564-64-6579(直通)
受付時間
月曜日~金曜日 8:30~17:00



嘉村 紗也加
スーパー銭湯
でビール



増崎 雄基
ファミリー
キャンプ



長尾 豪太
自然のある
場所へ旅行



角谷 ひとみ
カフェ巡り



行事実施報告 01

転倒予防教室 ~サルコペニアって何?身体評価をしてみよう~



令和5年7月1日 | 参加人数:41名

演者 メディカルセンター 副院長 関 泰輔

「サルコペニアって何?」というテーマで講演を行い、リハビリスタッフにて身体機能の評価・転倒予防体操の運動指導を行いました。



行事実施報告 02

市民公開講座「沈黙の臓器『肝臓』のお話」



令和5年7月29日

参加人数:メディカルセンターで44名, 全体で78名参加

演者 愛知医科大学 肝胆膵内科教授 伊藤 清顕
愛知医科大学 肝胆膵内科助教 坂本 和賢

肝臓のはたらきから肝がんに関するテーマについて、2部構成でお送りいたしました。愛知医科大学病院とメディカルセンター、オンラインの3会場を繋いだハイブリッド方式で実施しました。



今後の予定

様々な行事を企画していきますので、ぜひご参加ください。詳細はホームページや院内掲示物をご覧ください。

Reborn!!

腎臓病センターが新しくなりました

透析センターリニューアル

名称を新たに「腎臓病センター」に変更し、血液透析ベッド数を15ベッドから合計20ベッドへ増やしました。

今回のリニューアル工事により、感染症対策用の陰圧個室を2室完備、腎臓病センター専用受付、システムや機器の整備、既存エリアも含めた一体感のあるデザイン等、患者さんや職員がより快適に利用できる施設へと生まれ変わりました。



腎臓病センター専用受付

当センターでは、血液透析の導入と維持の両方に対応し、外来通院のみならずリハビリテーションや長期療養（透析通院困難例含む）の入院透析も行っています。

シャント管理（PTAおよび手術）、腹膜透析（外来・入院）など腎臓病を幅広く包括した医療体制を提供しています。今後も多職種で連携し腎臓病患者さんが安心して治療を受けられるような体制を整備してまいります。



血液透析ベッド×20ベッド

腎臓病センタースタッフ

- 透析医師 常勤：3名 非常勤：3名
- 看護師 : 8名
- 臨床工学技士 : 4名



※透析中リハビリがある場合、リハビリテーション職員も参加



感染症対策用個室完備×2室

安心のサポート

かかりつけ医ご紹介コーナー



24時間365日の在宅医療チーム

医師たちから成る、

各分野の第一線で活躍する

「僕自身もできるだけ自宅で過ごしたい」「可能なら自宅で最期を迎えたい」これが、僕が在宅診療所を作ろうと思った理由です。在宅診療所として24時間365日対応することで生まれ育った豊田市を「安心して自宅で過ごせるまち」にしていきたいと思っております。

診療科目 在宅医療を行う診療所です

いしぐろ在宅診療所 豊田院

〒471-0869 愛知県豊田市十塚町3丁目36 リーパスビル3階
TEL.0565-47-1496

院長

いしぐろ けんいちろう
石黒 謙一郎 先生



地元で在宅医療に携わりたいと思い、令和元年に開業させて頂きました。僕自身、入院するよりは、できるだけ自宅で過ごしたいと思っています。「最期まで自宅で」という選択肢を提供したいと思い、24時間365日の対応をさせて頂いております。

現状としては、まだまだ在宅医療を知らない方が多い印象です。「1人で通院、帰宅することが困難な方」は在宅医療の適応となる可能性が高いです。ぜひ1度ご検討ください。



<https://ishigurozaitaku.com>



いしぐろ在宅診療所 岡崎院

〒444-0932 愛知県岡崎市筒針町池田103-3
TEL.0564-73-1496

院長

いしぐろ ごう
石黒 剛 先生



令和3年に岡崎市にて開業させて頂き、今年で2年目になります。僕は、Dr.コートー診療所のように「目の前で倒れている人がいれば助けたい!」と思い、医師を目指しました。

救急病院で勤務しておりましたが、その中で、「救急車で搬送となる前に、予防としてできることがあるのでは?」と考えるようになりました。そこで興味を持ったのが、在宅医療でした。在宅医療は、1人で通院することが困難であれば対象になります。例えば、入院中だけれど孫が遊びに来る夏休みの期間だけ自宅へ戻りたいということもできます。末期がんの緩和ケア、自宅での看取り希望、医療的ケア児、認知症も対象です。ぜひご相談ください!



Crossword
クロスワードパズル

答え **A** **B** **C** **D**
モ チ ツ キ

【タテ】2ウラヤマ、3アキ、4クチ、5キテキ、6ツキヒ、8オノ
【ヨコ】1トウユ、4クキ、5キヤツチ、7テマキ、9ヒモノ