



医療法人 聖仁会



# KOBATO

広報誌『こばと』  
Vol.57  
2020年春号



## INDEX

ごあいさつ	…P2	『おうちで腰痛対策！』	…P6
新任医師、新入職員紹介	…P3	リハビリテーション部	
看護部NEWS『看護・介護研究発表会』	…P4	地域連携医療機関のご紹介	…P7
医事課からのお知らせ	…P5	『仙波内科医院』	
『診療報酬改定に伴う窓口負担の変更について』		季節のレシピ	…P8



【院是】

### 病める人に対し良き奉仕者たれ

【基本理念】

倫理心・生命尊厳を重んじ「全人的な医療」を提供する  
誠心誠意医療・介護を実践し「安心と満足」を提供する  
地域の皆様と共存・発展し「喜びと幸せ」を共有する



# ご挨拶

桜満開の季節に今年も新入職員を迎え、気がつくと若葉が芽吹く季節となりました。

人生100年時代を迎え益々医療や介護の重要性が増してきます。新入職員の皆さんにおいては、これから医療人として自覚と誇りを持って育ててほしいと願っています。

さて、新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっており、世界的大流行「パンデミック」が宣言されました。私どもの病院では疾病を持たれた多くの患者様をご入院しており、入院患者様の安全と、従事する職員の健康保持を最優先に考えております。

国の示す基本方針に沿って、職員の健康管理と標準予防策を徹底し、感染予防に努めておりますが、このウイルスは感染力も強く人的に制御するには限界があるのも事実です。当院は新型コロナウイルス感染症に対応する指定病院ではないため、PCR検査をはじめ、診断や治療行為はできません。疑いのある患者様におかれましては、帰国者・接触者相談センターにご連絡いただき指定医療機関のご受診をお願い致します。

誰もが安心して医療を受けていただくためにも、入院患者様の面会制限や受診される際のマスクの着用、手指消毒などの感染防止にご理解ご協力をお願い申し上げます。



医療法人聖仁会  
西部総合病院・  
西部在宅ケアセンター  
西部総合病院健診センター  
理事長 西村 直久

陽春の候、皆様にとり新年度を迎え、何かと高揚した気分浸っている方も少なくないのではないのでしょうか。私はこの季節を迎えると、不思議と米国の実業家・詩人であるサミュエル・ウルマンの「青春の詩」の以下の有名なフレーズを思い起こします。

## “Youth is not a time of life; it is a state of mind”

(青春とは人生のある期間を指すのではなく、心の持ち方を指すものである)

確かに季節の“春の到来”は私達の気持ちを明るくしますが、心の青春を持ち続けることは更に貴重なものであることを痛感します。

さて、昨今の世の中はCOVID-19感染症騒動の渦に巻き込まれており、産業界、観光業界、飲食業界などは大変な損益を被っております。医療業界もその例外ではなく、当院としても感染拡大防止に向け、医療面、衛生面で可能な限りの対策を講じ、実践しております。他方、私達もCOVID-19に打ち勝つ様、適度な栄養（過度では困りますが、）、を摂り、過労を極力避け、強靱な免疫力をつけることも大切です。兎に角、一刻も早く“ウイルス終息宣言”が発せられることを願っております。

今年度も地域に愛されるケアミックス型病院の実現を目指しており、皆様のご協力を大いに期待しております。



医療法人聖仁会  
西部総合病院  
院長 犬飼 敏彦

本年度は医師3名と21人の新入職員（既卒を含む）を迎えました。どうぞよろしくお願い致します。

4/1~

## 新入医師・新入職員を迎えました!

内科 成瀬 里香 医師



令和2年4月に獨協医科大学埼玉医療センターより参りました成瀬里香と申します。大学卒業後17年間同病院の糖尿病内分泌・血液内科に勤務しておりました。糖尿病専門医として糖尿病を中心に甲状腺などの内分泌疾患、血液悪性腫瘍などの診療にあたりました。

今後はこれまでの臨床経験を生かし様々な内科疾患の患者さんの診療にあたらせて頂きます。地域の皆様の健康維持のお役に立てるように研鑽に励んでまいりたいと思います。宜しくお願い申し上げます。

《専門》 糖尿病内分泌内科

《資格》 日本内科学会認定医  
日本糖尿病学会専門医

内科 佐藤 一美 医師



内科を担当します佐藤一美と申します。専門は循環器内科です。出身は新潟県新潟市で、新潟大学を卒業後、同大学の循環器内科に入局しました。新潟県内で勤務の後、結婚を機にさいたま市に転居しました。その際に、自治医大附属さいたま医療センター循環器内科に入局し、この度、西部総合病院でお世話になることとなりました。まだ子供も小さく、仕事と育児に追われる日々ですが、精一杯診療に臨みたいと思います。今後ともよろしくお願い致します。

《専門》 循環器内科

《資格》 日本内科学会認定医  
日本循環器学会専門医

眼科 山田 裕一 医師



4月1日より眼科の診療を担当しています山田裕一です。埼玉県川越市出身で2000年に獨協医科大学を卒業後、現在の獨協医科大学埼玉医療センターの眼科に入局。2009年に退職後、台東区立台東病院の眼科立ち上げを経てさいたま記念病院に3月まで勤務していました。白内障手術を中心に少しでも地域医療に貢献出来るように頑張っていきたいと思っておりますので宜しくお願い致します。

《専門》 眼科

《資格》 日本眼科学会専門医



(看護部) 小池万智枝・矢作仁・國井楓・古宮まゆこ・片山由乃・定松亮子・芹澤紗世・齋藤瑛・山下貴子  
(リハビリテーション部) 岩田駿也・今別府直仁・内海肯太・川村翔太・千葉匠・久瀬駿人・澤田賢士  
(放射線科) 島田友希 (薬剤科) 海野由希子 (眼科: 視能訓練士) 人見明音 (検査科) 岡村 郁己  
(医師事務作業補助係) 大吉日名子



# 看護部 NEWS

## 看護部長のごあいさつ



西部総合病院 看護部長  
長谷川 啓子

今年の桜は例年より10日も早く咲き始め、満開でなごり雪との素晴らしいコラボレーションを見せてくれました。足早に眺めるだけのお花見に季節が花を添えてくれたのでしょうか。さて、看護部は4月、7人の新人看護師と5名の新たな看護師を迎え賑やかな幕開けです。新型コロナウイルスの影響で歓迎会が延期になるなど少し寂しいところはありますが、今年度は2年目看護師との交流や新しい取り組みも計画し、充実の教育体制になりました。

私たち看護職員を取り巻く環境も社会の変化に伴い複雑化、多様化してきました。地域包括ケアの中核となる当院の看護職員は医療と生活の視点を併せ持ち、地域のキーパーソンとして連携・調整できるよう、地域の多職種の方々からの教えも頂きながら学びを深めていきたいと思えます。

### 第23回看護研究発表会(2/8)

各病棟から、半年間研究を重ねた9題の演題の発表があり、和やかで活発な質疑応答が行われました。研究で終わらせるのではなく、発表で得た知見を、部署の垣根を越えて日々の看護の質の向上に取り組んでまいります。

#### 発表演題

大腿骨転子部骨折の手術における上司固定の改良と工夫	手術室	看護師	大木彩子
環境の整った入院生活の提供とスタッフの意識向上 ～床頭台の整理整頓を通して～	3階西病棟	看護助手	中村祐美
地域包括ケア病棟から施設退院後のケアの継続性の検証 ～看護サマリーの改善を試みて～	3階南病棟	看護師	湯本舞
退院困難と思われた重症患者へのアプローチ ～療養病棟からの在宅復帰を目指して～	2階西病棟	看護師	戸島由美
回復期リハビリテーション病棟における認知症患者への看護 ～個別性に合わせたレクリエーションを導入して～	2階東病棟	看護師	若生智亜樹
外来の中途採用者の自己評価と 看護実践能力及びキャリア形成の支援	外来	看護師	佐藤由佳利
情報共有を図るために行動してみて～新ADL表を活用して～	3階南病棟	看護助手	島田正子
スキンテアの発生の分析と予防の取り組み	3階東病棟	看護師	布谷真由美
入退院を繰り返す患者の実態調査と退院支援における今後の対策	3階西病棟	看護師	浅子喜江



講評  
埼玉大学教育学部  
学校保健講座  
教授 関 由起子 先生

### 2019年度 ナラティブ発表会(3/13)

当院では入職一年の看護師を対象に、それぞれが臨床で行った看護を振り返り言語化し、その出来事や場面を叙述(ナラティブ)するナラティブ発表会を行っています。ふだん実践している看護の内容や自己の看護観を顧みるとともに、他者の発表を聞き、さまざまな体験を共有することが目的です。



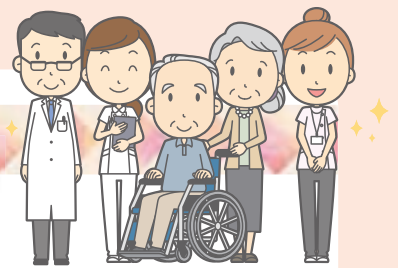
### 2019年度 リーダーシップ研修報告会(3/27)

『チームリーダーとしての役割とリーダーシップ能力を養う』ことを目的として例年行っている研修です。2019年度は、11月に理想のチームリーダー像を検討することから始まり、数カ月及び実践的な研修を通して、それぞれがリーダーとしての役割について理解を深めました。





## 令和2年度 診療報酬改定に伴う 窓口負担金額変更について



令和2年4月1日より国の定めによる診療報酬の改定が行われました。これまでと同じ診療内容でも、患者様にご負担していただく金額が変わる場合がございます。

診療費の領収書及び明細書をご確認の上、ご不明な点がございましたら医事課受付までお問い合わせください。

### 診療報酬改定とは・・・

2年に1度、厚生労働省による診療行為に対する点数（料金）の改定が行われます。医療情勢や重点課題を踏まえて、細かな診療行為の項目毎に点数が見直される仕組みとなっています。

### 診療費の計算・・・

医療機関は、決定された点数により、患者様に対して提供した診療行為を計算し、窓口で患者様にご負担いただく金額をご請求差し上げています。

患者様が窓口でご負担いただく金額は、患者様の年齢や所得などにより異なります。ご加入の保険者から交付される健康保険証をご覧ください、ご自分の負担割合をご確認ください。

窓口でご負担いただいた金額は診療費の全てではありません。残りの診療費はご加入の保険者（健康保険）にご請求させていただいております。

### 診療費が高額になる場合は・・・

ご入院など、診療費が高額になることが予想される場合、「限度額適用認定証」を健康保険証と併せてご提示いただくことで、診療費の窓口負担が軽減されます。軽減される負担金額は患者様の所得等により異なります。

「限度額適用認定証」の申請は、ご加入の保険者（健康保険）でのお手続きとなります。詳しくは、ご加入の保険者（健康保険）にお問い合わせください。

なお、保険外負担分（差額室料や文書料など）や食事療養費については対象外となります。

医療機関は患者様に良質な医療を提供し、その対価として診療報酬をご請求させていただいております。職員一同、日々精進してまいります。これからも変わらぬご愛顧を賜りたくお願い申し上げます。

西部総合病院 医事課

## 行事報告 (2019年12月～2020年3月)

### 院内保育所「さくらの家」



3/23 恒例の消防署の消防士さんに来ていただく避難訓練が中止となったため、保育所の中で通報訓練を行うこととなりました。子どもたちは自分のバックを持って避難をする訓練を行いました。

保育所の庭では開設時に植えた桜が今年も満開になりました。室内では子ども達の共同制作の桜の木が満開で春を満喫しました。

# おうちで腰痛対策!!



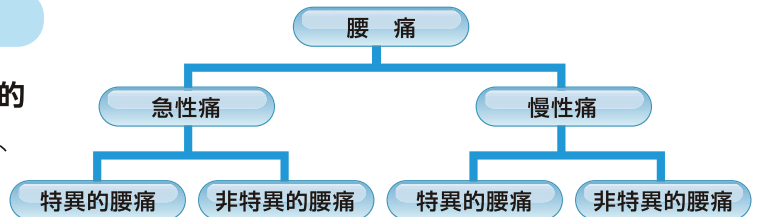
西部総合病院 リハビリテーション部

## 腰痛について

日本においては最も訴えの多い症状となり、国民の80%が一度は「腰痛」を経験していると言われています。しかしながら画像検査など関係性の乏しい腰痛経験者の47%は明らかな問題点が見当たらない（原因がわからない）ものとなります。

### 腰の痛みの種類

右図のように分類としては原因のわかる「特異的腰痛」と、ぎっくり腰のように原因のわからない、「非特異的腰痛」に分類されます。



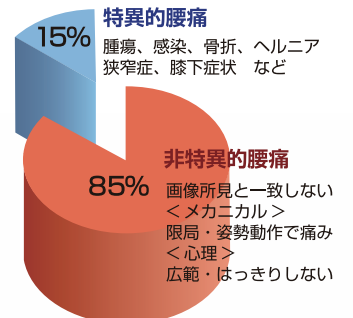
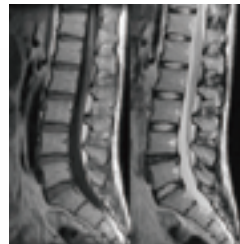
### 腰痛とその原因

#### 原因のはっきりしている「特異的腰痛」

- 腰痛症のうち、レントゲン写真やMRI画像などで原因部位がはっきりしている腰痛を「特異的腰痛」といいます。
- 具体的には、脊椎分離すべり症、椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症等があります。

#### 原因がはっきりしない「非特異的腰痛」

- 腰痛のうち、ぎっくり腰のように原因がはっきりしない腰痛を「非特異的腰痛」といいます。
- 過度の不安や安静は腰痛を長引かせ、再発の原因にもなると言われています。



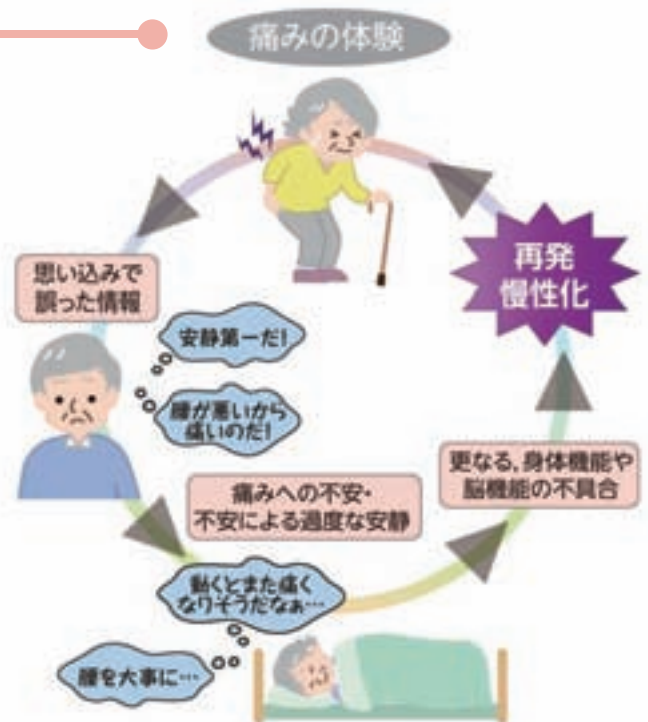
(出典: Deyo RA, JAMA. 12:268(6):760-5. 1992)

### 過度の安静は慢性化させます

どうしても痛みがあると必要以上に安静を保ってしまうことが多くなりますが、過度の安静は腰痛とは関係のない機能も低下させることになり、身体機能の低下による再発慢性化に繋がってしまいます。

### 安静・心配しすぎは痛みの敵

腰痛の原因が分かっている時は、痛くても無理に運動することはせず、安静や医師の指示に従う必要があります。しかし、その後過度な安静や痛みへの不安を抱えてしまうと、腰痛慢性化の原因になります。



今回は腰痛予防の体操についてお話しします!

当院は、地域を担う近隣医療機関と積極的に病診連携を図り、切れ目のない医療を目指します

## 医療法人仁仙会 仙波内科医院 (さいたま市中央区)

院長 仙波 邦博 先生  
仙波 宏章 先生  
仙波 枝里子 先生



### 診療科目 ▶ 内科、小児科

所在地：〒338-0005  
埼玉県さいたま市中央区桜丘1-6-21  
TEL：048-854-2712

診療時間

診療	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	—
PM 4:00~ 6:30	○	○	—	○	○	—	—

休診日 水曜午後、土曜午後、日曜、祝日



病院外観

### Q1. 貴院の特徴

地域に根ざしたいわゆる家庭医として、中央区（旧与野市）桜丘に開院し、早いもので40年以上が経ちました。  
開院当時、当院の周囲はまだ田畑が多く見られる環境でしたが、現在は多くの方が住まれる住宅街となり、ご来院されるかたも多様化しています。  
また現在は、院長の監督指導のもと、次世代の医師2名が診療にあたらせていただいております、新たな活気ある雰囲気が生まれています。

### Q2. 貴院での地域医療への取り組み

お子様の予防接種から、成人の健康診断、ご高齢なかたの慢性疾患まで、地域の皆さまの健康管理に幅広く関わらせていただいております。  
2世代・3世代にわたって通院しているご家族も多くおられ、親子・孫子での通院の様子などを見ますと家庭医冥利につきます。  
今後もお一人お一人に合った診療を心がけ、ご家族で安心して受診していただけるような医院を目指してまいります。

### Q3. 今後の西部総合病院に期待すること

当院は、院長が与野医師会長の在任中から病診連携（病院と診療所との連携）が大切だと考え、その充実に尽力してまいりました。  
とくに西部総合病院様には、当院からのアクセスがよいこともあり、ご開設当初から大変お世話になっております。  
地域医療のさらなる発展のため、今後もスムーズな病診連携にご協力いただければと願っています。

### Q4. その他

高齢化にともない、高血圧、糖尿病、骨粗鬆症の患者さまはますます増えています。  
当院の医師はそれぞれ循環器、糖尿病・骨粗鬆症を専門としておりますので、「血圧がなかなか下がらない」「家系的に糖尿病が気になる」「健診で骨粗鬆症を指摘された」など、ご心配の際はいつでもお気軽にご相談ください。



## 春のおすすめメニュー!

たけのこ、アスパラなど旬の野菜がたっぷり食べられるメニューです。今回はこの1台分で約300gの野菜を使用しています。キッシュの土台はパイ生地代わりに食パンを使い、ご家庭でも作りやすいレシピになっています。

# 『春野菜のパンキッシュ』

【栄養量(1/3切あたり)】エネルギー370kcal たんぱく質18.6g 塩分1.8g 食物繊維5.3g



### ○材料

(20cmタルト型1台分 2~3人前)

- ・食パン…2~3枚
  - ・たまねぎ…1/2こ
  - ・ゆでたけのこ…140g
  - ・ベーコン…40g
  - ・マッシュルーム…3こ
  - ・塩コショウ…少々
  - ・コンソメ顆粒…小さじ 1/2
  - ・卵…2こ
  - ・牛乳…150ml
  - ・ビザ用チーズ…30g
- 【飾り用】
- ・アスパラガス…2~3本
  - ・ミニトマト…3こ



### ○作り方 下準備：オーブンを190℃に予熱しておく。

- ① たまねぎはみじん切り、たけのこはマッシュルームは薄切りにする。ベーコンは食べやすい大きさに切っておく。アスパラガスは下の硬い部分を切り落として下から約3cmの皮を薄くむき、食べやすい大きさに斜め切りにして電子レンジで600W 1分半加熱しておく。ミニトマトは半分に切る。
- ② 食パンは麺棒でうすくのばし、型に合わせてしきつめて器をつくる。  
※焼くと少し縮むので型から少しはみだすくらいが調度よいです。
- ③ 土台の食パンを190℃のオーブンで10分焼く。
- ④ たまねぎ、たけのこ、ベーコン、マッシュルームを分量外の油で炒め、塩コショウ、コンソメで味をつける。
- ⑤ ボウルに卵を溶きほぐし、牛乳と合わせる。
- ⑥ 焼きあがった土台に④をしきつめ、⑤の液を流しいれる。
- ⑦ チーズをちらし、アスパラとミニトマトを飾り190℃のオーブンで25~30分焼く。



## ~ポイント~

### 「野菜は1日350g以上を目標に」

野菜は、ビタミン、ミネラル等の重要な供給源であり、食物繊維が豊富な食材です。食物繊維は食後血糖値を抑えるうえでも役立ちます。

厚生労働省が推進する健康作り運動「健康日本21」では、健康増進の観点から1日350g以上の野菜を食べることを目標にしていますので、主菜のボリュームアップに使ったり、もう1品ほしいときの副菜としてプラスしたり、積極的に活用しましょう。

○参考 SARAYA おいしく食べてエネルギーダウン

厚生労働省 健康日本21 栄養・食生活 ([https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21\\_11/b1.html#A15](https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21_11/b1.html#A15))

### マスク寄贈について

2020.4.3

埼玉大学に4月から留学される中国人学生さんが、報道等で病院が大変だということを知って、マスクやゴーグルを寄贈してくださいました。温かいお心遣いに職員一同感謝申し上げます。

