

加古川市民病院機構から地域の皆さまへ、
親しみを込めてお届けする広報誌

11

2013
Tsutsuji

シリーズ対談

枝川潤一 × 宇高 功

一般社団法人加古川医師会 会長

加古川市民病院機構 理事長

つつじNEWS

新統合病院のご案内

「歩く」健康法のすすめ

教えて先生！「ピロリ菌って、ほんとに悪者ですか？」

お手軽！健康レシピ

「周産母子センター」ってなんですか？

加古川西市民病院 副院長 産婦人科主任科部長
周産母子センター長

房 正規



地方独立行政法人

加古川市民病院機構

<http://www.kakohp.jp>

かかりつけ医と病



Junichi
Edagawa

一般社団法人加古川医師会 会長

枝川潤一

1976年3月長崎大学医学部卒業。同年12月京都府立医科大学第3内科、1983年4月公立湖北総合病院内科での勤務を経て、1991年2月枝川内科胃腸科医院を開設。1998年4月加古川市加古郡医師会理事に就任後、副会長を経て、2012年6月加古川医師会(4月に名称変更)会長に就任し、現在に至る。

理事長(以下、理)「加古川市では、2025年には2010年比で65歳以上の高齢者が30%増え、75歳以上の高齢者が80%も増加するという超高齢社会が進行中です。それに伴い、がん、心臓病、脳卒中が30～60%増えることが予想されています。国家レベルでも医療や介護の在り方が色々と議論され、方向性が示されていますが、加古川地域ではどのように対応していくべきでしょうか」

医師会長(以下、医)「中長期的には重要な問題が3つあると思います。一つ目は病気を如何に治療するか。二つ目は高齢者や介護が必要な方を地域で如何に支えるか。三つ目は看取りの問題です。様々な地域差がありますので、画一的ではなく、それぞれの地域の実情に合わせたきめ細かな対応が望まれます」

理「国も限られた社会保障費を有効に活用するために、社会保障審議会等で議論された結果を指針

として公表し、大きく分けて二つのポイントを挙げています。まずは、急病なら病院で素早く治療、安定すればかかりつけ医で治療を継続するという入院と外来の機能分化と連携。もう一つは、在宅医療の充実です。この指針を受けて、医師会としては今後どのような対応を考えておられますか？」

医「今後はこうした指針に沿って、医療と介護のスタッフがしっかりと連携して患者さんを支え、ケアしていくことが大切です。加古川医師会では、行政を含めた多職種の方々に参加していただいて会を設け、連携を深めているところです。また、在宅医療でも新たな取り組みを始めています。そして、住民の皆様方に地域完結型の医療提供体制をきちんと理解してもらいつつ、かかりつけ医を持って健康への意識を高めていただくように啓発しているところです」

理「在宅医療について、具体的にはどのような取り組みを行っておられるのでしょうか」

医「宝殿、加古川、東加古川、土山のJR4駅を目安に地域分



院の親密な連携を。



古川中央市民病院には、我々地域の医療従事者は大きな期待を寄せています。データ共有システムの整備などかかりつけ医と基幹病院が一体と

けを行い、医師会員がグループを構成して在宅患者を複数の医師で支える取り組みが具体化しつつあります。少なくとも、1人の医師が不在の場合に、他の医師が確実に対応する体制を構築したいのです。もちろん、十分な在宅医療介護ケアを行うには、訪問看護スタッフやケアマネージャーなど多職種が連携して包括的に支援していくことが欠かせません」

理「超高齢社会のあるべき姿を見すえて、地域医療介護ケアの充実に積極的に取り組んでおられることは心強いですね。我々病院側も、お互いに連携して急性期医療の役割をしっかりと果たしていかなければなりません。今後、更に増加する急性期疾患に迅速かつ適切に対応すると同時に、患者さんの退院後にも関心を持ち在宅医療と情報交換しながら、在宅での急変時にはしっかり対応していきたいと思います。安心して在宅医療が行なえるようバックアップするのは、病院の大きな役割の一つです」

医「そういった意味では、2016年秋にオープンする(仮称)加

古川では、医師会が中心になって様々な研修会やセミナー等を開催し、医師だけに留まらない医療・介護関係者による顔と顔のつながりで大きな輪が出来つつあります。(仮称)加古川中央市民病院もこの輪の一員であることは言うまでもありません。病院の立場から、地域の方々に安心して暮らしていただくための医療のセーフティネット機能をしっかりと果たしていく所存です」

理「身が引き締まる思いです。地域医療は、急性期病院、慢性期病院、かかりつけ医、地域包括ケアスタッフ等、あらゆる医療・介護関係者の連携と協力があってこそ成立します。加

Isao
Utaka



地方独立行政法人
加古川市民病院機構 理事長

宇高 功

1972年3月神戸大学医学部卒業後、1979年3月同学部大学院博士課程修了(医学博士)。同年5月三田市民病院内科医長、1981年4月より神鋼加古川病院内科医長、副院長を歴任し、1994年10月院長に就任。2011年4月地方独立行政法人加古川市民病院機構設立とともに理事長に就任し、現在に至る。

つつじNEWS



こちらのコーナーでは、加古川西市民病院と加古川東市民病院から、市民の皆さまへ新しいサービスやニュースをお伝えしていきます。

新統合病院の概要が見えてきました。

この度、平成 24 年 12 月から進めてきました(仮称)加古川中央市民病院の基本設計※¹が完了しました。

平成 28 年秋の開院を目指す(仮称)加古川中央市民病院は、

- ① 急性期総合医療※²、救急医療を提供する機能
- ② 患者支援に配慮した温かみのある療養環境
- ③ チーム医療※³の推進に向けた職場環境
- ④ 将来の高度医療導入可能な可変性、拡張性
- ⑤ 働きやすく、学べる病院としての環境
- ⑥ 自然災害時にも機能維持できる設備
- ⑦ 医療安全、防犯、セキュリティの確保

の7つの整備方針の下に、患者さんにとっても職員にとっても満足度の高い急性期病院を目指して、現在実施設計※¹に取り組んでいるところです。本年度中の着工を予定し、竣工は平成28年6月を予定しています。

【補足】

※¹ 基本設計とは、基本的な設計方針と諸条件に従って概略を決める設計であり、今後、部分的な変更を伴う詳細な実施設計を行います。

※² 急性期総合医療とは、急性疾患や慢性疾患の急性増悪などで緊急・重症な状態にある患者に対する入院・手術・検査など高度で専門的な医療のことです。

※³ チーム医療とは、異なる診療科の医師や、看護師・薬剤師・理学療法士・栄養士・医療ソーシャルワーカーなどが一緒になって行う医療です。



加古川西市民病院
加古川東市民病院
統括院長

大西 祥男



各フロアのご紹介



最上階

ヘリポート

11階

機械室

6階

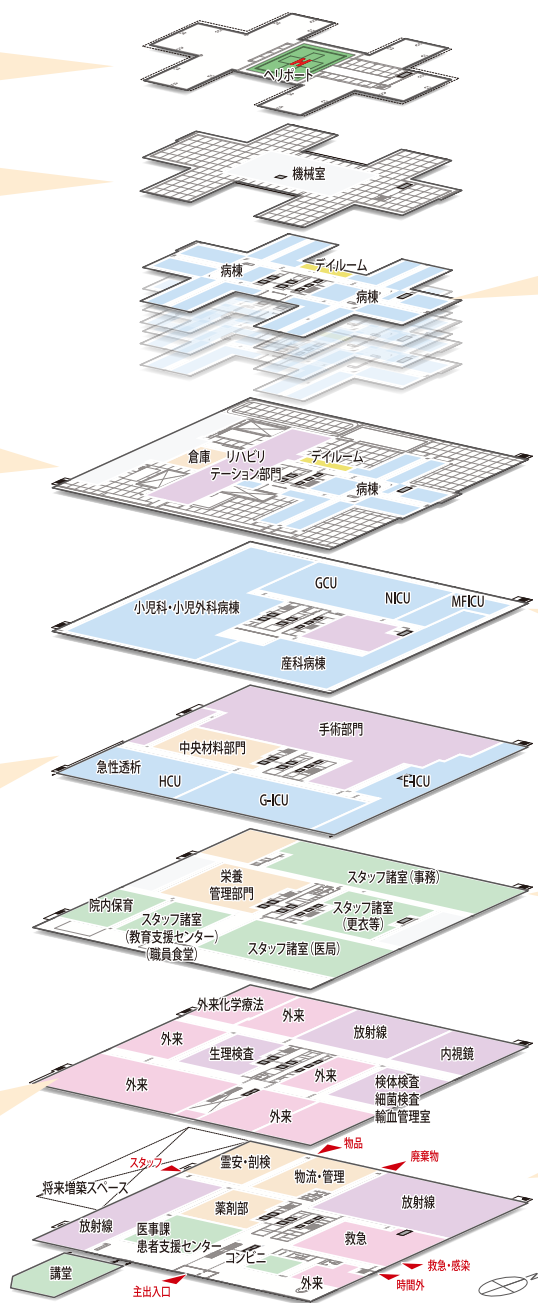
リハビリテーション部門
整形外科病棟 (43床)

4階

手術部門
E-ICU (12床)
G-ICU (14床)
HCU (16床)
急性透析部門
病理検査部門
中央材料部門
臨床工学部門

2階

外来部門
放射線部門
(一般撮影・透視・乳房撮影)
中央臨床検査部門
内視鏡部門
外来化学療法



10階

脳神経外科・耳鼻いんこう科・
眼科・皮膚科病棟 (45床)
糖尿病代謝内科・腎臓内科・
神経内科・総合内科病棟 (45床)

9階

呼吸器内科・呼吸器外科・
口腔外科病棟 (45床)
泌尿器科・婦人科・放射線科・
一般内科病棟 (45床)

8階

【消化器センター (90床)】
消化器内科病棟 (45床)
消化器外科病棟 (45床)

7階

【心臓血管センター (90床)】
循環器内科病棟 (45床)
循環器内科・心臓血管外科・
形成外科病棟 (45床)

5階

産科病棟 (48床)
MFICU (6床)
小児科・小児外科病棟 (56床)
NICU (15床)
GCU (30床)

3階

スタッフ諸室
(教育支援センター・職員食堂・事務・医局・更衣等)
栄養管理部門
院内保育

1階

救急部門
放射線部門 (CT・MRI・アンギオ)
外来部門
医事課・患者支援センター
霊安・剖検部門
物流・管理部門
コンビニ
講堂

新統合病院の概要

(1) 病床数: 一般600床

救急病床 14 床、E-ICU 12 床、G-ICU 14 床、HCU 16 床、NICU 15 床、
GCU 30 床、MFICU 6 床を含む

(2) 予定診療科: 28 診療科

内科、消化器内科、循環器内科、呼吸器内科、糖尿病代謝内科、腎臓内科、
神経内科、小児科、外科、消化器外科、心臓血管外科、呼吸器外科、小児外科、
整形外科、形成外科、リハビリテーション科、眼科、耳鼻いんこう科、皮膚科、
産婦人科、泌尿器科、脳神経外科、放射線科、麻酔科、精神・神経科、
歯科口腔外科、病理診断科、救急科



「歩く」健康法のすすめ



健康維持のために、運動が大切だとはわかっているけど、なかなか続かないもの。けれど、毎日の生活の中で意識的に「歩く」だけでも大きな効果が望めるのです。

生活習慣病の療法としても評価される運動

健康にとって、運動の大切さはよく知られた事実です。健康な人に対しては、体力をつけ、内臓、四肢にも良い影響を与えるのみならず、壮年期以降の老化を遅らせる効果もわかっています。最近、病気によっては、運動が治療法の一つになることもわかってきました。中でも、生活習慣病の代表

である糖尿病、心臓病、高血圧などで、運動療法の役割が大きく評価されています。

「牛乳は飲む人より、牛乳を配達する人の方が長生きをする」というドイツの古いことわざは、健康と運動の関係をよく表しています。

無理をせず、ニコニコペースで歩く

運動のやり方ですが、運動は「いつでも、どこでも、ひとりでも」できる運動「歩く」ことが基本です。

歩き方のポイントとしては…

- ①多少は息がはずむくらいの速歩きで、隣の人と楽に会話できるくらいの「ニコニコペース」、脈拍数でいえば1分間120ぐらいが一つの目安

です。

- ②歩く時間は少なくとも30分、歩数としては1日6000～8000歩は必要です。

- ③みんなそれぞれ体力が違いますから、決して無理をせず、疲れの残らないゆっくりとしたペースから始めましょう。慣れてきたら少しずつ距離、スピードをアップしてください。



毎日の生活に歩行運動を取り入れる

とは言っても、毎日忙しくて、歩く時間がないと言われる方が多いと思います。そんな方は、ちょっとそこまで行く時に、車や自転車に乗らず、歩くようにしたり、毎日の通勤で、一つ先の停留所まで歩いて乗るようにしたり、会社でエレベーターを使わずに、階段を利用するといった具合に

できると思います。「歩く」という運動は、人間の最も基本的な動作ですから、ちょっとした工夫や努力で、毎日の生活に取り入れ、健康づくりに役立ててください。

加古川市民病院機構 理事長 宇高 功



A. 悪者です。胃がんの犯人ですから。

今ではピロリ菌は「見つけしだい退治」という考え方が主流です。胃がんはピロリ菌に感染している人から発生するからです。また、ピロリ菌を除菌すれば、胃がんになる可能性が約3分の1程度にまで低下することもわかっています。ちなみに、ピロリ菌に感染していない人の胃は生涯にわたってずっと10才台の方と変わりません。

ピロリ菌の除菌は若い時のほうがより効果的ですが、成人の方はもちろん、高齢の方でもある程度の胃がん予防効果がありますので、放置しないで相談してください。

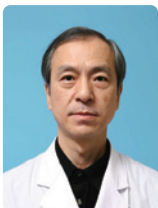
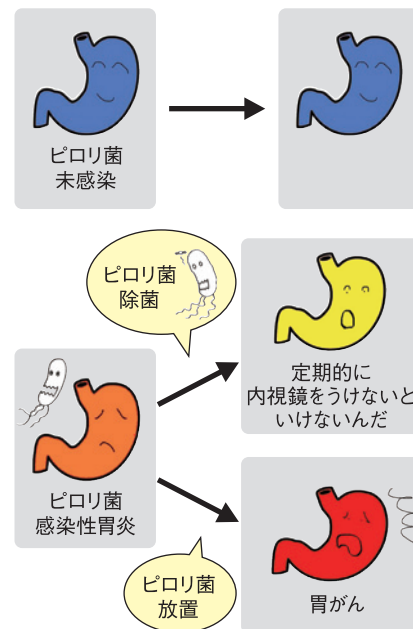
その前にまず、ご自分の胃にこのピロリ菌がいるかどうか知っていま

すか? 意外と知らない方が多いのです。血液、尿検査、便などのいずれかの検査でピロリ菌の有無は簡単にわかります。当院でバリウムや内視鏡検査をうけた方ならそれだけでもピロリ菌がいるかどうかすぐお伝えすることができますので気軽にご相談ください。くれぐれも、「胃は丈夫だからピロリ菌はいない」なんて思わないでください。ピロリ菌を持っている大部分の方は無症状です。

「いる」とわかれば除菌です。でもその前に、もし内視鏡検査がまだならそれをうけて胃がんがないかどうか確認してください。除菌の薬は1週間3種類の薬を飲んでいただきます。そして2-3月してから除菌がうまくいったかどうか確認する検査を受けて頂きます。尿素呼気試験という方法などでこれも簡単です。

もうひとつ、とても大切なことがあります。ピロリ菌退治が成功した

からといって、「もうこれで胃がんの心配なし!」と思わないでください。先ほど述べましたように、除菌に成功すると胃がんになる可能性は3分の1に減りますが、ゼロにはなりません。ですから、ピロリ菌を退治したあとも、定期的に内視鏡検査はうけてください。



加古川西市民病院
副院長
消化器内科統括部長
消化器内視鏡センター長
寺尾 秀一



お手軽! 健康レシピ

当院の人気メニュー

「ヘルシーかつめし」

加古川名物かつめしをエネルギーや脂質を控え目にアレンジしました。

作り方

1. キャベツをざく切りにし、ラップをして電子レンジで加熱する。(ゆでてもよい)
2. パン粉にオリーブ油をかけ、軽く混ぜておく。
3. ☆をあわせ、軽く混ぜておく。
4. テフロンのフライパンを加熱し、鶏もも肉を色よく焼く。
5. 4.をそぎ切りにし、耐熱皿にのせ、2.のパン粉を上につけ、トースターで表面に焦げ目がつくまで加熱する。
6. 器にご飯を盛り、1.のキャベツ、5.の鶏肉を盛り付け、3.のソースをかける。

材料《2人分》

鶏もも肉	1枚
パン粉	大さじ2
オリーブ油	小さじ1
☆ デミグラスソース	70g
☆ ウスターソース	大さじ1
ケチャップ	大さじ1/2
キャベツ	60g程度
米飯	340g

1人分の栄養量 (ご飯170gを含む)

エネルギー	470kcal
タンパク質	22g
脂質	8.5g
塩分	1.4g

加古川東市民病院 栄養管理室

「周産母子センター」ってなんですか？



加古川西市民病院 副院長
産婦人科主任部長 周産母子センター長

房 正規

1983年3月神戸大学医学部卒業、
1988年3月神戸大学医学部大学院医学研究科博士課程修了(医学博士)。
その後、米国ワシントン大学医学部薬理学教室研究員、
淀川キリスト教病院医員、神戸大学医学部附属病院周産母子センター産科病棟主任、鐘紡記念病院医長を経て、2001年4月より加古川市民病院産婦人科に勤務し現在に至る。

お母さんと赤ちゃんのすこやかな門出をお手伝いするのが周産母子センターです。

当院は宝殿病院に始まる諸先輩方のご努力により、早くから産婦人科、新生児集中治療室を開設し、平成12年から東播磨地域の周産母子センターとして活動しています。今回は周産母子センターの役割について、産科医の立場からお話しさせていただきます。

多くの皆様は、妊娠出産は病気ではなく生理的な営みであるとお考えのことでしょう。無事に終われば確かにそのとおりです。しかし正常と思われた妊婦さんでも、胎盤早期剥離などで突然容態が変化し母子の生命に危険が生じることがあります。その場合、治療は一刻を争うことが多く、遠方への救急搬送は可能な限り避けたいものです。地域毎に周産母子センターが必要な第一の理由が、産科救急疾患へ迅速に対応するためです。

第二に、合併症を持つ妊婦さんや高齢妊娠の方、不妊治療等で多胎妊娠となった方へ、院内の様々な診療科と協力して、早期から対応するためです。長期にわたる入院の上、待望の赤ちゃんを抱っこする方も、少なくありません。

第三の重要な役割は、お母さんが

スムーズに母乳育児ができ、健やかな親子関係を形づくるためにお手伝いをすることです。当院は母乳育児を推進する取り組みが評価され「赤ちゃんにやさしい病院」として兵庫県下で最初にユニセフ、WHOの認定を受けています。

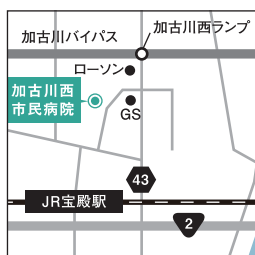
新しい統合病院では、さらに安全、快適を目指し、産科集中治療室、緊急手術に対応した分娩室、陣痛分娩回復まで過ごせるLDR室や院内助産院等、その妊婦さんの状況、要望にあった適切な対応のできる設備を計画中です。私が加古川市民病院に赴任してまいりました平成13年当時は、産婦人科医師4名でこれらの課題に立ち向かっておりました。現在は実働7名で診療にあたっておりますが、ハイリスク妊娠の増加と周辺病院の産婦人科閉鎖による患者さんの集中等で、これまで以上に多忙です。

今後も私たちの使命は何であるかを常に考え、限られた人的資源をより生かせればと思っております。皆様のご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

加古川西市民病院

〒675-8611 兵庫県加古川市米田町平津384-1
TEL:079-432-3531(代)

- ◎車……………加古川バイパス加古川西ランプ下車 南側すぐ
- ◎JR……………JR宝殿駅下車、北へ徒歩約8分
- ◎神姫バス…JR加古川駅より西牧行き
「加古川西市民病院」下車
JR宝殿駅よりJR加古川駅行き
「加古川西市民病院」下車
山電高砂駅より細工所北口または北条営業所行き「加古川西市民病院」下車



加古川東市民病院

〒675-0115 兵庫県加古川市平岡町一色797-295
TEL:079-437-2515(代)

- ◎車……………加古川バイパス加古川東ランプ南へ約10分
- ◎JR……………JR東加古川駅より徒歩約15分
- ◎神姫バス…JR東加古川駅より宮西宮前行き
「南芳苑」下車約5分
- ◎加古川市ゾーンバス(かこバス)…
JR加古川駅よりJR東加古川駅行き
「加古川東市民病院」下車
JR東加古川駅よりJR加古川駅行き
「加古川東市民病院」下車
- ◎山陽電車…別府駅より徒歩約25分

