地域に根差す、足利赤十字病院の広報誌

風流鯨

ーかぜながすくじらー

ご自由に
お持ち下さい
Take Free

2013.07 Vol.2

●診療科紹介 ー心臓血管外科ー
●カーボンニュートラル大賞受賞

TOPICS
- ●マイチャレンジ
- ●栄養課の窓
- ●活動報告&お知らせ
- ●玄関ボランティア
- ●おくすり豆知識
- ●外来診療のご案内

駐車場～玄関間の送迎サービスを提供しています。(午前中のみ)

日本赤十字社 Japanese Red Cross Society 足利赤十字病院

診療科紹介

心臓血管外科

Cardiovascular Surgery

第一心臓血管外科部長 **堤　浩二**

心臓血管外科副部長 **岡本 雅彦**

心臓血管外科副部長 **加島 一郎**

患者様を第一に、質の高い シームレスな外科治療を行っています。

当院の心臓血管外科は昭和51年（1976年）の開設以降、延べ5,000例以上の手術を実施してきました。主な手術内容としまして、心筋梗塞・狭心症に対する冠動脈バイパス術、弁膜症に対する弁置換術・弁形成術、大動脈瘤（胸部、腹部、胸腹部）に対するステント治療（血管内ステントグラフト〔胸部・腹部〕内挿術）及び人工血管置換術、末梢血管疾患（閉塞性動脈硬化症など）に対する手術、不整脈に対するペースメーカ植え込み術、慢性腎不全に対する内シャント作成術などです。また急性大動脈解離等、緊急手術が必要な症例には24時間365日対応しております。

手術前には、医師・看護師・臨床工学技士等と綿密なカンファレンスを行い、患者様・ご家族の方々に疾患・手術の内容を納得いただくまで説明させていただいております。開心術後には、専門的知識を有した心臓リハビリテーション指導士のもと、リハビリにも力を入れております。退院後、状態の安定した患者様につきましては、年に数回程度の定期診察を当院で受けて頂き、お薬の処方などは地域のかかりつけ医の先生にお願いをしております。

▼手術前カンファレンスの様子

第1回カーボンニュートラル賞

大賞受賞

新病院建築関係者と記念撮影

建築設備技術者協会が創設した「カーボンニュートラル賞」の記念すべき第1回大賞に足利赤十字病院が選ばれました。

カーボンニュートラルとは、エネルギー需要を抑えると同時に必要なエネルギーを再生可能エネルギーで調達し、二酸化炭素（CO_2）収支がゼロになる状況、または他の取り組みによる削減量と組み合わせてCO_2排出収支がゼロになる状況と定義されています。

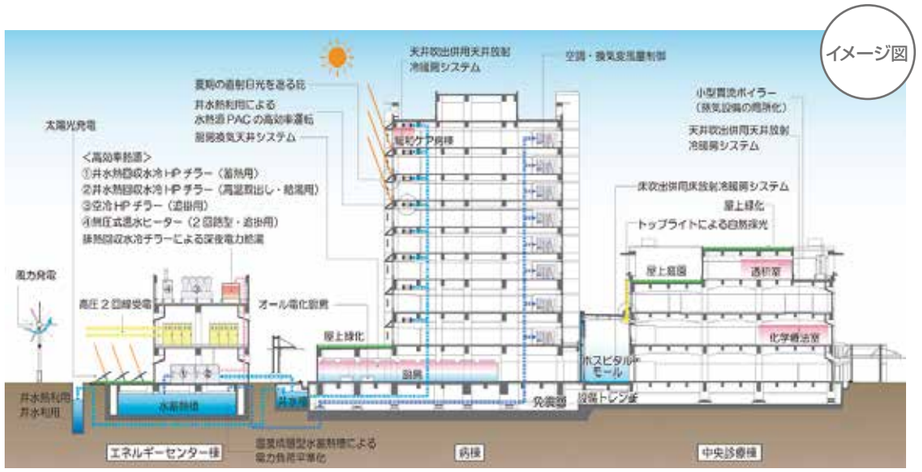
「カーボンニュートラル賞」は、建物からのCO_2排出をできるだけゼロに近づける取り組みや仕組み、工夫や実績等を選考委員会が審査し、優秀な技術やプロジェクトに対し、それに係わった関係者の努力を評価することで、このような取り組みを世間に広め、地球温暖化防止に貢献することを目的として設立されました。

全国からの多数の応募に対し、関東から2件、北海道・東北・中部・近畿・中国・四国・九州の各支部からそれぞれ1件、合計8件の「カーボンニュートラル賞」が選定され各支部で表彰式が開催された後、更に、8件の中から最も高い評価を得た1件のみが「カーボンニュートラル大賞」として頂点に立ち、改めて表彰されることとなりますが、この大賞に足利赤十字病院が選ばれました。

足利赤十字病院が実現した次世代型グリーンホスピタルは、病院の全面移転を機に足利の豊かな自然を活かした環境にやさしい病院づくりを目指して、設計から建築、運用に至るまでエコを意識して取り組んできました。井水を利用した水蓄熱、深夜電力給湯による高効率熱源、高効率個別空調、風力・太陽光発電、換気変風量制御、BEMSによるエコの見える化、屋上緑化や職員教育などにより、従来の病院と比較し約46%の大幅なCO_2削減を実現し、医療だけでなく建築や設備業界からも高い評価を得ております。

今回、当院のハードとソフト、そしてこれまでの取り組みが高く評価され、見事カーボンニュートラル大賞に選定され、6月14日に明治記念館で開催された表彰式では、小松本院長が表彰状を受け取りました。カーボンニュートラル大賞の受賞には、新病院の建築に係わった関係会社にもそれぞれ表彰状が渡されることから、苦労を共にした関係者全員で喜びを分かち合うことができました。

環境にやさしい職員を育成することで、人にやさしい医療人を育てるという当初の目的を達成するためにも、今後も省エネ・省CO_2に積極的に取り組んでいきたいと思います。



豊かな自然を活かした環境に優しい病院づくりで大賞に選ばれました。

市内中学校第2学年生徒による
「マイ・チャレンジ」（社会体験学習）
を受け入れました

患者さまの搬送や誘導を体験

平成25年5月29日（水）～31日（金）に山辺中学校第2学年生徒5名による社会体験学習を実施しました。

体験学習は、初日に病院内各部署の見学から始まり、西4階回復期リハビリテーション病棟で看護師の仕事、薬剤部では全自動散剤分包機による散薬の分包体験、検査部では生理検査、病理検査など、全ての部署を周りました。放射線科部では放射線治療用装置や最新型CT撮影装置などを見学し、画像をみるなど、普段みられないようなところを見学することができて生徒は皆、驚きの声を上げていました。

また、玄関ボランティア体験では、当院のボランティアとして活動されている方々のご指導の下、実際に車椅子で患者さまを搬送したり、誘導したりと活発に活動をしました。

生徒たちは、普段慣れない仕事を体験したこともあり疲れていましたが、毎日頑張っているお父さんやお母さんの大変さが理解できたことと思います。

今回の「マイ・チャレンジ」社会体験学習が、生徒たちの将来の生き方や進路選択の参考となることを願っています。

日赤同窓の会
会員の皆さまによる
玄関ボランティア
活動報告

玄関ボランティア

皆さまは玄関ボランティアで活躍されている方々をご存知でしょうか?背中に大きくボランティアの文字をあしらった青いベストを着用している方々です。

実は、今回ご紹介する玄関ボランティアの方々は当院を退職された諸先輩方なのです。

毎日、日赤同窓の会会員有志26名を輪番制にして病院正面玄関と北玄関に一人ずつ、病院開庁日の朝9時から11時30分までの間、主に外来受診に来院された方々向けに再来受付機の使い方や外来案内などの活動をしていただいています。

平成25年6月1日（土）には平成25年度の日赤同窓の会総会が開催されました。これからも同窓の会の皆さまには当院と関わりを持っていただき、来院される方々のためのボランティア活動などにご協力いただきますようお願いいたします。

健康レシピ紹介

栄養課の窓

適度なお酒と良質なおつまみで
暑い夏を乗り切りましょう!

枝豆ともやしのピリ辛煮

夏はやっぱりビールがおいしい季節ですよね!
今季号の栄養課の特集は『**適正飲酒を目指そう!**』です。

材料［1人前］
枝豆(さや無し)……30g　豆もやし……40g
A〔麺つゆ小さじ1杯強　酢小さじ1杯強　唐辛子少々〕

作り方
1. 枝豆は塩を適量入れ、色よく茹で、さやから出す。
2. 豆もやしはさっと茹でる。
3. Aを沸騰させ1･2を加え、絡めるように煮る。

お酒を飲み始めたら、肝機能を活性化させるため、**高たんぱく質**で**高ビタミン**のおつまみを食べましょう。また、**脂っこくない料理にすることで、膵臓や肝臓の負担が軽くなります。**

良質なたんぱく質の食品…肉･魚･卵･大豆製品
ビタミン豊富な食品……野菜･果物

エネルギー60kcal たんぱく質5g 塩分相当量0.7g

アルコールの適正量を知ろう!

多量飲酒（純アルコールにして1日60g）を続けると、脂肪肝や肝炎などの肝障害、咽頭･食道癌のリスクを高めます。1日に飲む量は純アルコールで20g程度が適量です。適量を守れば、おのずとアルコールから摂取するエネルギーも適正な範囲におさまります。

※アルコールやお菓子などの嗜好品からの摂取エネルギーは1日200kcal程度が望ましいと言われています。

お酒の種類と量	ビール	日本酒	ワイン	焼酎（25度）	ウイスキー
	中ビン（500㎖）	1合弱（160㎖）	グラス2杯（200㎖）	半合強（100㎖）	ダブル1杯（60㎖）
エネルギー（kcal）	200	172	146	146	142

※尿酸値が高い人にはプリン体の少ないビールも市販されています。

週に2日程度休肝日をもうけましょう。

管理栄養士　宮下 恭子

おくすり豆知識

かかりつけ薬局とお薬手帳

皆さんは病院･クリニックなど、いくつかの医療機関にかかって、お薬は各医療機関や門前の保険薬局でもらっている事が多いと思います。

ある医療機関で処方された薬は、他の医療機関との薬の重複を完全に防ぐことは難しく「お薬手帳」が有用となっています。お薬手帳は、処方されたお薬の名前･飲む量･回数･飲み方･注意すること等を記載するための手帳です。これによって同じ薬が重なっていないか、不都合な飲み合わせはないかなど確認することは出来ます。しかし、患者さん個人の薬についての情報、薬剤アレルギーなども含め薬をもらう保険薬局を1つに決めておき、情報管理を行うことにより、より安全な薬物治療を受けることができ、このような保険薬局を「かかりつけ薬局」と呼んでいます。自宅の近くにあれば薬剤師に薬の相談がいつでも出来る事になります。

お薬手帳に貼るシールを貼らずにお持ちの方も多く見られます。ぜひ貼っていただき他医療機関受診の際は忘れずに持って行くようにしましょう。

活動報告&お知らせ

活動報告 もうご覧いただけましたか？
当院ホームページを全面リニューアルしました。

当院の公式ホームページはデザインやページ構成を見直し、平成25年5月8日に全面リニューアルを行いました。

患者さまや医療関係者の皆さまへ向けて、見易く、わかりやすいホームページを提供するため、内容の充実を図ってまいります。また、「タイムリー」な情報発信にも努め、皆様のお役に立てるホームページとなるよう取り組んでまいりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。（http://www.ashikaga.jrc.or.jp/）

活動報告 おめでとうございます！
永年勤続表彰式が行われました。

平成25年度の永年勤続表彰式が、平成25年5月9日（木）講堂において行われ、39名の対象職員に院長より表彰状と記念品が授与されました。

【勤続10年以上】
桐山岳、齋藤敬子、竹内史子、中野勝也、中村浩、野本千登勢、長谷川雅史、長谷川奈緒子、森友紀恵、小野操、粕川久子

【勤続20年以上】
岩戸みや子、潮田隆一、大川公利、大木啓子、小此木徹、川岸いずみ、黒田則之、後藤英司、坂田光利、鈴木篤子、田野道子、玉谷圭子、中村雅哉、中山千穂、奈良部真由美、廣瀬芳江、若林正貴

【勤続30年以上】
内田光美、大澤祥子、川瀬由紀、川田幸典、田沼一子、勅使河原由江、中村恵美子、中山浩美、松村幸子、簾谷和男、鎌倉和子

※敬称略

活動報告 例年以上の大盛況
5月7日（火）～10日（金）「日赤健康週間」を開催しました。

5月12日の「看護の日」にちなんで当院の講堂において「日赤健康週間」を開催しました。今年は「体脂肪測定」「血圧測定」「体力測定」に加えて「血管年齢測定」のコーナーが新設されました。栄養課の減塩食の試食会や認定看護師コーナー・緩和ケアコーナーなどもあり、参加人数も例年を上回り、延べ1,768名と盛況でした。また、同時に世界赤十字DAYコンサートも開催され「マリンバ演奏」が大変好評でした。来年度も、さらに趣向を凝らして喜んでいただける内容にしていきます。

活動報告 いざという時に備えて
大規模自然災害を想定したトリアージエリア設置訓練を実施しました。

平成25年5月18日（土）14時から茨城県を震源とするマグニチュード8の地震が発生して当院に42名の傷病者が搬送されることを想定した大規模自然災害訓練を実施しました。

赤十字病院は、災害が発生した時には、いかなるときでも被災者の救護にあたらなければならない重要な責務を有しています。また、当院は、災害拠点病院栃木県地域災害医療センターに指定されており、大規模災害多数傷病者の受け入れ訓練を行う必要があります。今回の訓練目的は、各トリアージエリアの設置場所（赤・黄・緑・黒）の検証と受け入れをした傷病者のスムースな搬送・誘導を確認することでした。

訓練当日は、本番さながらの緊迫感のある中、大規模災害の対応について、参加した約130名の職員と共通認識できたことは大変意義のある訓練となりました。

活動報告 チーム一丸となって
野球部が軟式野球の最高峰、天皇賜杯へ出場決定！

平成25年5月24日から神奈川県厚木市で開催された第35回東日本軟式野球大会（一部）に栃木県代表として出場しました。3回戦までは順調に勝ち進みましたが、準決勝で札幌市消防局（北海道南代表）に3−1と敗退してしまいました。

気を取り直して臨んだ天皇賜杯第68回全日本軟式野球大会の県予選では、1回戦で1点を与えた以外は2回戦、3回戦、準決勝と全て完封で勝ち進み、6月22日の関西ペイント（鹿沼）との決勝戦では先発した新藤将照（しんどうまさてる）投手がノーヒットノーランの快挙を達成。初出場・初優勝で9月13日から島根県で開催される全国大会への出場権を獲得しました。

軟式野球の最高峰である天皇賜杯。一つでも多く勝ち進むことができるよう、選手達はさらに練習に励んでいきますので、今後も熱い応援をよろしくお願いいたします。

活動報告 笑顔でリフレッシュ!!
第1回 職員運動会を開催しました。

平成25年6月9日(日)、新たな院内スポーツイベントとして、職員運動会を開催しました。当日は、合計332名もの職員が、赤（医局長チーム）、オレンジ（副院長チーム）、青（院長チーム）、黄（看護部長チーム）、緑（事務部長チーム）の5チームに分かれ、熱戦を繰り広げました。

ムカデ競走、玉入れ、綱引きなど、「これぞ運動会!」という競技が中心でしたが、参加した職員は勝敗がつくたび、日頃の鬱憤（？）を晴らすかのように異様なまでに盛り上がりました。結果、黄チームが栄えある第1回の優勝チームとなりましたが、参加者は皆、日ごろ感じることのできない職種の枠を超えた連帯感や運動後の爽快感に包まれ会場を後にしました。

お知らせ 地域医療連携に向けて
地域医療連携ネットワークシステム とちまるネットに参画します。

▲「とちまるネット運用講習会」

栃木県では、県内の地域医療における病診（病）連携を促進するために、病院・診療所間でネットワーク回線を使用し、処方・注射・検査・画像データ等を閲覧できるネットワークシステム、「とちまるネット」を促進しております。

県内の中核病院としては、当院が初めて「とちまるネット」を稼働させることとしており、今後この「とちまるネット」を有効活用することで、地域の診療所をはじめ各医療機関と連携を深めていく予定です。

お知らせ 看護への理解と関心を高める機会に
7月22日（月）・25日（木）・29日（月） 高校生対象の「ふれあい看護体験」を開催します。

ふれあい看護体験は、看護師と一緒に仕事の経験をしたり、それを通して患者さまと話をしたり、病院に勤務する職員と交流したりと、様々な体験ができます。
「自分はこういうことがしたいな」「自分もああなりたいな」と考えることのできる大変貴重な機会です。

各日とも20名の参加者を募集しています。詳細については当院ホームページをご覧のうえ、奮ってご応募ください!

今号の表紙
玄関案内・送迎係のメンバー
左から：石原敦子、仁木恵美、藤本美幸、福地克夫、田中和一

外来診療のご案内

平成25年7月1日現在

診療受付時間 8:45～11:30

休診日:日曜日、祝日、第2･4土曜日、7/1(創立記念日)、12/29～1/3(年末年始)
※当院を受診される際には必ず紹介状をご持参願います。

診療科		月	火	水	木	金	土(1･3･5)
内　科	◆紹介初診	平野(景)	伊澤	五十棲	岡本	小池	輪番制
	午前	村岡(ﾘｳﾏﾁ･膠原病) 五十棲(神経) 紀(消化器) 小池(消化器) 亀山(呼吸器) 菅谷(仁)	建部(ﾘｳﾏﾁ･膠原病) 予約制 岩波(神経) 小松本(神経) 赤羽(血液) 予約制 大塚、岡田(呼吸器) 本島(糖尿病)、菅谷(仁)	二井谷(糖尿病)、大内(神経) 小松本(神経) 高橋(血液) 予約制 宮崎(呼吸器) ★中元(腎臓)11時終了 池田(呼吸器)、渡邉	平野(景)(腎臓) 今(ﾘｳﾏﾁ･膠原病) 予約制 富永、菅谷(武)(消化器) 平野(俊)(一般) 藤澤(一般) 菅谷(仁)	伊澤(神経) 岡本(消化器) 中村(血液) 予約制 是木(神経) 菊池(糖尿病) 菅谷(仁)	小池(消化器) 菅谷(武)(消化器)
	午後	後藤(維持透析、CAPD) 陣内(消化器) 亀山(呼吸器) 菅谷(仁)	建部(ﾘｳﾏﾁ･膠原病) 予約制 岩波(神経)、大塚(呼吸器) 岡田(呼吸器)、吉沢(腎臓) 菅谷(仁)	五十棲(神経) 二井谷(糖尿病) 大内(神経)、紀(消化器) 宮崎(呼吸器)、池田(呼吸器)	平野(景)(腎臓) 今(ﾘｳﾏﾁ･膠原病) 予約制 富永(消化器)、浅原(一般) 菅谷(武)(消化器)	伊澤(神経) 岡本、小松原(消化器) 菊池(糖尿病) 馬場、菅谷(仁)	
循環器内科	午前	髙橋･山﨑	髙橋(紹介患者のみ)	沼澤	髙橋	髙橋(紹介患者のみ)･工野	元田
	午後						
心臓血管外科	午前	休診	堤、加島	休診	休診		
	午後		ペースメーカー外来			堤、加島	
小児科	午前	小林、津久井、冨永	小林、市橋	小林、津久井(7/24,31冨永)	小林、冨永	小林、市橋	小林 市橋 津久井
	午後	★予防接種 ★藤野	★乳児健診 ★予防接種	★乳児健診 ★嶋田(血液) ★肥沼(呼吸器)	★小林(神経) ★福島(心臓) ★粟津(腎臓) ★長谷川(内分泌)		
神経精神科	午前	久松 船山、高次脳、伊藤(心理)	高田 柳川(心理)	船山、高次脳、メモリークリニック 伊藤(心理)	船山 伊藤(心理)	久松、船山、高次脳 鵜飼(心理)10:30～	久松 船山、高次脳 高田
	午後	船山 伊藤(心理)	高田 柳川(心理)	船山、高次脳 伊藤(心理)	船山、高次脳 伊藤(心理)	船山、久松、是木 高次脳、鵜飼(心理)	
外　科	午前	平畑(胃) 戸倉(乳腺)	髙橋(胃一般) 尾之内(大腸･肛門) 松田(一般)	藤崎(食道一般) 平畑(胃) 瀧川(肝･胆･膵)	髙橋(胃一般) 尾之内(大腸･肛門) 瀧川(肝･胆･膵)	藤崎(食道一般) 戸倉(乳腺) 瀬尾(大腸･肛門)	輪番制 乳がん検診 予約制
	午後			乳がん検診14:00～15:30 ★志関(小外)			
呼吸器外科	午前	中山	山本	手術	手術	検査	輪番制
	午後	中山	山本	手術	中山	山本	
整形外科	午前	浦部、家田、福田	岩間、長谷川、川崎舎(ｶﾜｻｷﾔ)	家田、浦部	福田、浦部	長谷川、川崎舎、岩間	輪番制
	午後		手術	検査･ギプス･装具	手術	手術	
形成外科	午前	交代制	梅川、菅	交代制	梅川、菅	交代制	梅川、菅
	午後			手術		手術	
脳神経外科	午前	輪番制	輪番制	輪番制	輪番制	狩野(ﾍﾟｲﾝ外来)･手術･検査	輪番制
	午後		手術		★荻野(てんかん外来) 14:00～	★赤路(脳血管内治療外来) (14:30～) 予約制	
産婦人科	午前	春日、隅田(スダ) 増田、浅原	春日、隅田 浅原、井田	春日、隅田 増田、祝井	隅田、浅原 井田、坂井	春日、隅田 増田、坂井	隅田、増田 髙橋(第1･3) 浅原、井田
	午後	手術	隅田、増田	井田、坂井	手術	浅原、祝井	
緩和ケア内科	午後		田村、恵川(7/2、16～) (14:00～16:00) 予約制		田村、恵川(7/18～) (14:00～16:00) 予約制		
眼　科	午前	加藤、浅原(初診のみ) 藤井	藤井 受付 10:30迄	奥村、加藤、藤井	奥村、藤井 受付 10:30迄	奥村、加藤、藤井	輪番制
	午後	検査	手術	検査	手術	検査	
耳鼻咽喉･頭頸部外科	午前	松本(初)、冨永(1.3.5) 馬場(2.4.5)、佐々木･手術	馬場(初) 冨永、松本	冨永(初) 馬場、佐々木	非常勤医師 受付 10:00迄	輪番制(初) 佐々木･手術	輪番制
	午後	検査、第1音声外来 第1,2,4腫瘍外来 第3乳幼児難聴外来、全予約制	検査	外来手術、検査	手術	手術	
皮膚科	午前	彭(ﾎｳ)、神永	彭	藤平	彭、神永	彭	彭(紹介初診のみ) 注
	午後	手術	彭(15:30～16:30) 予約制	手術	手術	褥瘡回診	
泌尿器科	午前	鈴木(孝)、(中野)	中野、(鈴木(智))	高橋、(大塚／鈴木(智))	鈴木(孝)、(大塚)	高橋、(大塚／鈴木(智))	輪番制
	午後	手術	検査	手術		検査	
麻酔科	午前	(術前診察のみ)有井 11:00迄	(術前診察のみ)坂上 11:00迄	(術前診察のみ)川崎 11:00迄	(術前診察のみ)髙橋 11:00迄	(術前診察のみ)半谷 11:00迄	(術前診察のみ)輪番制 11:00迄
口腔外科	午前	山根(初)、丸山、佐藤	瀧永(初)、手術	佐藤(初)、山根、丸山、瀧永	瀧永(初)、手術	丸山(初)、瀧永、佐藤	丸山(初)、山根 佐藤、瀧永
	午後	山根、丸山、佐藤	瀧永･手術	山根、丸山、佐藤、瀧永	山根、丸山、佐藤、瀧永	丸山、佐藤、瀧永	
放射線科	午前		酢谷　再診のみ			酒寄 再診のみ	
	午後	酒寄(13:30～)初診のみ			酒寄(13:30～)初診のみ		

注)★印につきましては、月により診療日等が変更となります。　◆印につきまして、紹介状なしの患者さまは各曜日の輪番制医師(担当表無記入)となります。

日本赤十字社 Japanese Red Cross Society　足利赤十字病院
〒326-0843 栃木県足利市五十部町284−1
TEL: 0284−21−0121　FAX: 0284−22−0225　ホームページ http://www.ashikaga.jrc.or.jp/
広報誌「風流鯨」Vol.2／平成25年7月5日発行　編集･発行／足利赤十字病院広報委員会