

# びなっ

2023 VOL. 61  
春号



医療法人 創造会



メデイカルプラザ広報誌 びなっ VOL.61 2023年3月1日発行

2022年10月  
我孫子市・我孫子医師会・平和台病院 合同救護所訓練の様子

特集

CT装置・MRI装置について  
～新しい撮影技術のご紹介～







# Medical Plaza

医療法人社団 創造会  
メディカルプラザ

## CONTENTS

- [特集]**  
04 **CT装置・MRI装置について**  
～新しい撮影技術のご紹介～
- 01 **巻頭言**  
創造会 理事長 土井 紀弘
- [対談]**  
02 **地元から広がる活躍の輪**  
NECグリーンロケッツ東葛 細田選手をお招きして
- 10 **医療の輪**  
耳鼻咽喉科 久家 純子 医師 **新任**
- 12 **スタッフ紹介**  
救急救命科の取り組みと展望
- 13 **リハビリノート**  
ロコトレ
- 14 **Repoter for knowledge**  
入院に関するアンケート集計結果
- 16 **ちよっと一息**  
・子育て中の職員に癒しのひと時を…  
夏のハーバリウムワークショップ開催  
・手作りアロマワークショップ2022開催  
・辻井看護師のワンポイントアロマレッスン
- 18 **書籍紹介**  
バビロン大富豪の教え
- 19 **第7回・年金保険働き方コラム**  
現役世代が大きく関わる健康保険の財源  
重くなる高齢者世代への負担、その対策とは？
- 20 **ぷらざ**  
一病息災



介護老人保健施設エスパーロ



介護老人保健施設クレオ



ケアプラザ柴崎



ケアプラザ寿



サービス付き高齢者向け住宅 アビーサあらかぎ野

## 巻頭言

「びびりなつつ」読者の皆様、謹んで初春のご挨拶申し上げます。

2020年初頭から続く新型コロナウイルス感染症は、丸3年の月日が経とうとしています。現在のところ第8波にもやつと収束のきざしが見えてきています。ウイルスの振る舞いも変容し、感染症法上の位置づけは5月連休あけから「2類感染症」からインフルエンザなどと同等の「5類感染症」に緩和されますが、今後もその動向を注視する必要があります。

この間、平和台病院では新型コロナウイルス感染症の予防と検査および治療に職員が一致協力して努力してまいりました。新型コロナウイルス接種数は、今までに約10万回の接種を当院で行いました。また、発熱外来の患者数は累計1万5200人、コロナ専用病棟の入院患者数は合計151人(令和5年1月現在)となりました。5月から5類へ移行し、発熱外来の設置は解除される予定ですが、今後も新型コロナウイルスやその他のワクチン接種などは重要な役割を担うと考えており、引き続き地域のご要望に対応してまいります。

昨年、平和台病院では「総合内科・漢方科外来」に高木医師と、「耳鼻咽喉科」に久家(くや)医師の二人の専門医を迎えました。総合内科・漢方科では首や肩の痛み、腰痛などの様々な痛みを和らげる筋膜リリース外

来を開設し、耳鼻咽喉科では、補聴器相談医・適合判定医の資格も持つ久家医師が、子供から大人まで幅広く対応いたします。

健康診断・人間ドックなどを行っている予防医療センターでは、最近トピックとなっている「腸内フローラ検査」や「線虫NONOSE検尿検査」、「マイナITCHンゲール検査」を導入し、がんの早期発見や、健康状態の維持にお役立ただけです。

私どもは、地域に密着した医療機関として予防医療、救急医療、急性期医療、リハビリテーション医療、緩和ケア、がん治療を中心とした専門診療、および透析医療、在宅診療、訪問リハビリ等を行っています。そして介護部門では、「2つの老健施設(「エスパーロ」、「クレオ」)、地域密着型介護を担うケアプラザ(「ケアプラザ柴崎」、「ケアプラザ寿」)、より自宅に近い形での介護を行う「アビーサあらし野」の各施設が、少しでも地域の皆様のお役に立ちますよう、職員ともども努力してまいります。

今年も、医療・介護サービスのさらなる向上を図り、地域の信頼される医療・介護施設となれますよう努力してまいります。どうぞ宜しくお願い致します。

創造会理事長 土井紀弘



【新年特集／新しい地域のかたち】

# 地元から広がる活躍の輪

NECグリーンロケッツ東葛 細田佳也選手をお招きして

【医療法人社団 創造会／理事長】

土井 紀弘  
Norihito Doi

土井紀弘理事長（以下、土井）——平和ムとなりました。

台病院や福祉施設のある地元・我孫子にプロスポーツチームがあるというのは非常にうれしいことです。市民の皆さんをはじめ我々も心から応援しています。

細田佳也選手（以下、細田）——ありがとうございます。NECグリーンロケッツは、東葛8市（我孫子市、柏市、松戸市、野田市、流山市、鎌ヶ谷市、白井市、印西市）をホストエリアとして連携協定を結び、新リーグ発足に向けてNECグリーンロケッツ東葛に変更しました。ホームスタジアムは柏市にある柏の葉公園総合競技場です。東葛地域を代表するラグビーフットボールチームとなりまして。

土井——前回のNECグリーンロケッツの試合成績はどうでしたか？

細田——前は、なんとかディビジョン1への残留を決めることができました。ジャパンラグビーリーグワンでは、ディビジョン1には12チームが所属し、ディビジョン2には6チーム、ディビジョン3もあつて5チームが所属しています。チームが複数あることで、入れ替え

方式が導入されて、成績によってチームが各ディビジョンを移動します。前回の試合結果によりチームの入れ替えが行われているため、今回は少し相手が違ってきています。

NECグリーンロケッツ東葛のいま



細田佳也選手



土井紀弘理事長

## 地域を彩る人の活躍

土井 —— 細田選手は長野県の飯田高校の出身だそうですね。私の知り合いが同じく飯田高校の卒業生で親しくしていました。その方がよく西駒（地元こしやまの伊那谷では、木曾駒ヶ岳を西駒と呼び、甲斐駒ヶ岳を東駒と呼ぶことがある。）のことを話してくれました。登山のために訪れる人も多いですね？

細田 —— そうだと思います。中学生の頃には、学校の行事で木曾駒ヶ岳まで登山をしました。山で一泊して、翌朝下山するのですが、とても大変でした。

土井 —— 中央アルプスの最高峰ですからね。

長野県ではラグビーは盛んなのですか？

細田 —— そうであれば良かったのですが、残念ながらあまり…。ラグビー部員が集まらず、いくつかの高校の選手を集めて合同チームを結成して大会などに臨んでいるそうです。また、地元には中学生を対象にしたラグビースクールがあるので、優秀な選手は全国的に強い高

校にスカウトされて、地元の高校に進学してくれないという現状があるようです。

土井 —— 地元で選手が育ってほしいですね。ところで、創造会の職員は色々な地域から集まっています。一番多いところは千葉ですが、東京や茨城などの出身がそれに続きます。また、近年は遠くベトナムからの留学生を受け入れています。介護施設や病院で、なくてはならない人材に育ってくれているようです。細田選手が所属するグリーンロケッツのチームメイトにはトンガやニュージーランドからの選手が参加していますね。どういった形で言葉のやり取りをされていますか？

細田 —— 試合の時はルールがあるので、実はあまり言葉がなくても大丈夫なのですが、普段は話すというより英語のキーワードで意思疎通するよな感じでしょうか。それでも、なんとなく伝わります。

土井 —— なるほど。ベトナム人留学生たちはあまり英語を知らないようで、ほとんど日本語でやり取りしています。彼らの努力のおかげですね。今日は色々とお話を伺えて良かったです。今期は、ぜひ優勝をめざしてがんばってください。

ださい。活躍を期待しています。

細田 —— ありがとうございます。私たちが加盟している『ジャパンラグビーリーグワン2022-2023』が昨年の12月からスタートしました。我孫子の皆さまにはせっかくですからホーム試合を観戦してラグビーの迫力を感じていただきたいですね。さらには、ラグビー日本代表選、ワールドカップというより大きな目標もありますので、ぜひ注目してください。



### <試合日程>

会場：柏の葉公園総合競技場

02月5日(日) 14:30~

vs 埼玉ワイルドナイツ

03月4日(土) 12:00~

vs リコーブラックラムズ東京

03月12日(日) 14:30~

vs 東芝ブレイブルーバス東京

03月26日(日) 14:30~

vs 東京サンゴリアス

04月9日(日) 14:30~

vs 横浜キャノンイーグルス

04月16日(日) 14:30~

vs クボタスピアーズ船橋・東京ベイ

【特集】ページ／平和台病院 新規装置の導入

# CT装置・MRI装置について

新しい撮影技術のご紹介

【診療技術部 画像センター／統括係長】

田中 望生

Nozomu Tanaka



新規導入されたCT装置

14名のスタッフ（診療放射線技師13名、助手1名）が所属する平和台病院画像センターでは、院内の各診療科からの依頼に的確に応えるべく精度の高い臨床画像の提供に取り組んでいます。今年度は最新のCT機器とMRI機器を導入しました。

## 2つの装置の違いとは？

普段、いつものように検査をしていると患者さまから『CTとMRIってどう違うの？』とか、『あれ？この間、MRI撮ったと思ったけど、それはCTだったんだね。似てたからわからなかったよ。』などといったお声をいただくことがあります。どちらの装置も見た目や検査の方法、さらには検査により得られる画像も一見すると非常に似ています。皆様は両者の違いをご存じでしょうか。その撮影原理などには、どのような違いがあるのでしょうか。

## ●CT（X線コンピュータ断層撮影）

CT（シーティー）の正式名称は



です。日本語ではコンピュータ断層撮影、  
厳密にはX線コンピュータ断層撮影とい  
います。CT検査は、X線を用いて身  
体の中を輪切りにした画像を得る検査方  
法で、照射して身体を通り抜けてきたX  
線の量をデータとして集めて装置内で画  
像処理し、体を輪切りにしたような画像  
が得られます。

ところで、CT装置の開発は、今から遡  
ること50年前の1972年にイギリス  
人の電子技術者であるゴッドフリー・ハ



CTが開発された当時は、音楽コンテンツのほとんど  
がLPレコードやカセットテープの時代でした。1962  
年デビューのビートルズは、1965年にアメリカで大ヒット  
を記録してから、これまでに累計で10億枚以上の  
アルバムを売り上げたと言われています。その後、ビ  
ートルズは1968年にアップル・レコードを設立します。  
期間は短いかもしれませんがCTの開発に貢献してい  
たのかもしれないね。

ンスフィールド氏とその同僚らによつて

発表されました。ハンスフィールド氏ら  
は、当時イギリスに存在した大手レコー  
ド会社であるEMI社の中央研究所に所  
属していました。あの有名なビートルズ  
が所属するレコード会社だったことから、  
『ビートルズの売上金のおかげで、CT  
を開発することができた。』という逸話  
も生まれたそうです。

●MRI（磁気共鳴画像法）

MRI（エムアールアイ）の正式名称は  
マンティック・レゾナンス・イメーシング  
Magnetic Resonance

Imagingのことで、磁気共鳴画



MRIの開発までに、いくつかの発見がノーベル賞  
に選ばれました。1944年にノーベル物理学賞を受  
賞したイジドール・イザーク・ラービによる原子  
核の磁氣的性質を測定する共鳴法の発見や、2003  
年に核磁気共鳴画像法（MRI）の開発を可能にする  
発見をした化学者のポール・ラウターバーとビー  
ター・マンズフィールドにノーベル生理学・医学  
賞が贈られました。

像法という名前です。MRI検査は非常

に強い磁場を発生させて、そこに電磁波  
（ラジオで使う電波に近いもの）を用い  
て人体に数多く存在している水素原子の  
密度と状態を画像化する検査です。撮影  
システムは非常に複雑ですが：

①人体を強い磁場の中に入れる

②磁場の中の人体に電磁波をあてる

③電磁波を止めると画像の元となる信号  
が得られる

④その信号をコンピュータで計算し、画  
像を作る、という流れになります。

すでにMRI検査を経験された方はご存  
じの通り、撮影の際に非常に大きな音を  
体験された事と思います（※検査時は耳  
栓か騒音対策用ヘッドフォンを使用しますの  
でご安心ください）。この大きな音はど  
うして来ているのでしょうか？ その答え

のヒントは、MRI装置本体がひとつの大きな磁石だから、というものです。MRIは磁場を発生させるために電流を流しますが、磁場が発生すると同時に、磁力（ローレンツ力）も発生します。MRIが発生させる磁力は非常に強く、本体の骨格や周辺装置をわずかに歪ませています。まっすぐです。電流を止めるとすぐに歪みは元に戻ります。撮影中はこれを高速で繰り返しているため、装置が振動することによって大きな音が出ているのです。

### 検査内容によっては両方とも

この他にはどのような違いがあるのでしょうか。代表的な項目をまとめた一覧表を



【画像1】

上 ASiR-Vなしの画像。従来このような不要なざらつきを除去するためには高線量を必要とした。

下 ASiR-Vを使用することで、高線量を用いることなく画像ノイズが軽減された高分解能な画像が得られる。



【画像2】

上 歯の詰め元の影響でアーチファクトが発生している様子。

下 SmartMARによってアーチファクトが低減されている。

ご参照ください（9P参照）。較べてみると両者ともに得意な分野と不得意な分野があるため、どちらの検査が優れているということは言えません。どの検査が最適なのかは部位や症状などによって最適な方法があるからです。場合によっては両方を撮影することも少なくありません。

### 新規導入したCT装置の特徴

2022年3月に64列マルチスライスCT『レポリューション マキシマ』（GEヘルスケア社製）を導入しました。この装置では一度に64断面（スライス）のデータを取得することができるため、短時

間で広範囲の撮影が可能となります。

### ①画質を向上させる【ASiR-V】

従来のCT装置では、画像上にあらわれるザラザラしたノイズ（画像1・上）を減らすために照射するX線の量を増やす必要がありました。そうするとノイズの少ない高画質の検査画像を得ることが出来ませんが、X線の量を増やすこと＝（イコール）被ばくが増えることにも繋がってしまいます。この装置には【ASiR-V】という画質向上アプリケーションが搭載され、従来比（GE社比）で91%のノイズ低減が可能となりました。この機能を使うことで少ないX線量のま

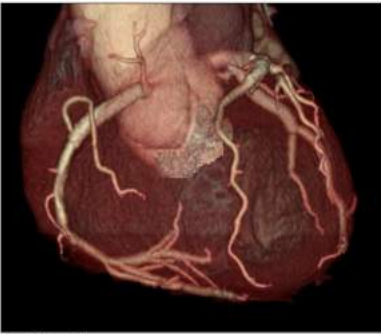


までも良質な検査画像を得ることができ  
ます（画像1・下）。最大で82%の被  
ばくの低減（GE社比）も実現可能です。  
②メタルアーチファクトを低減させる  
【SmartMAR】

CT検査では、撮影目的部位の周辺に義  
歯や人工関節などといった体内金属が存  
在した場合『メタル（金属）アーチファ  
クト』というノイズが出現し、目的部位  
の観察が困難になってしまいます（画像  
2・上&画像3・上）。このメタルアー  
チファクトは、ヘアピンやピアスのよう  
な小さな物でも影響が出てしまうため診



【画像3】  
上 SmartMARなしの画像では人工関節の影響で見えなくなっている。  
下 SmartMARを使用後の画像



【画像4】  
Snap Shot Freeze 2で撮影された心臓CT画像

療放射線技師にとっては非常に厄介な存  
在でした。【SmartMAR】は、  
掲載した写真（画像2・下&画像3・下）  
のように、『メタルアーチファクト』を  
低減できるアプリケーションで、精度の  
高い検査結果を得られるだけでなくスタッ  
フの負担も軽減されました。

③心臓CTの精度を上げる【Snap  
Shot Freeze 2 (SS2)】  
今回、新型CT装置への入替えに伴い心  
臓のCT検査が実施可能となりました。  
心臓は休むことなく常に動き続けている  
臓器であり、CT検査の中でも撮影が難

しい部位の一つです。その原因として  
『モーションアーチファクト』という、  
動きによるブレが生じ易いことが挙げら  
れます。この装置には心臓撮影用のアプ  
リケーションである【SnapShot  
Freeze 2 (SS2)】が搭載さ  
れ、動き続ける心臓の画像から動いてい  
る部分を取り除き、明瞭な静止画像を得  
ることが可能となりました（画像4）。  
これにより精度の高い検査を実現します。

#### MRI装置の新しい特徴

MRI装置は、2022年8月にバージ  
ョンアップを実施し『シグナ エクスプロ  
ラー』（GEヘルスケア社製）に更新さ  
れました。こちらも様々な優れたアプ  
リケーションが搭載されています。

①検査時間を短縮させる【Hyper  
sense】

MRI検査の短所は？と問われて、まず  
頭に浮かぶものは『長い検査時間』です。  
その時間を短縮することは患者様の負担

軽減に直結します。【Hyperense】は、圧縮センシング技術を応用し、検査時間の大幅な短縮をすることができ、高速撮像アプリケーションです。圧縮センシング技術は複雑な計算を要するため、従来のコンピュータでは処理が困難でしたが、バージョンアップによるコンピュータの性能向上により、撮像時間の大幅な短縮が実現可能となりました。

※圧縮センシングについて…少ない観測データから元の信号を復元する方法で、名前の由来は観測(センシング)を間引く(圧縮すること)から名前がつけました。MRIに応用することで、従来の撮影と比較して少ない信号から画像の再構成が可能。信号の収集時間が少なくて済みます。ちょっとおかげさ

言ってしまうと、最低限の信号で目的とする画像が得られるので、撮影時間の短縮に繋がります。

### ②画質を向上させる【AIR Recon DL】

【AIR Recon DL】は、画像再構成アプリケーションです。DLとはディープラーニング(深層学習)の略で、従来よりも各段にノイズを抑えたシャープな画像を撮像できます。掲載した写真(図5・下)の通り、画質が飛躍的に向上しています。

※ディープラーニングについて…大量のデータを学習し共通する特徴量を自動で抽出することで、人間の力なしに機械が自動的にデータから特徴を抽出してくれる人工知能の要素技術の一つです。

### ③体動を補正する【PROPELLER MB】

MRI検査は非常に体の『動き』に弱く、検査中のちょっとした動きによって画質への影響が出てしまいます(画像の・上)。CTと同様のいわゆる『モーションアーチファクト』が発生してしまつたためです。

【PROPELLER MB】は、それを制御するアプリケーションです。従来から使用できた頭部以外にも全身に適用範囲が広がりました。また、アーチファクトを抑える性能も飛躍的に向上しています(画像の・下)。

### 私たちの取り組み

これまでご紹介してきた機器のほかにも、



【画像5】  
上 AIR Recon DLなしの膝の画像。  
下 AIR Recon DLによってノイズが抑えられてシャープな画像となっている。



【画像6】  
上 ちょっとした動きによって画質は大きく影響を受ける。  
下 PROPELLER MBによって体動補正された画像。



	CT (Computed Tomography) ⇒コンピュータ断層撮影	MRI (Magnetic Resonance Imaging) ⇒磁気共鳴画像法
撮影時間	比較的短い (単純撮影は2～3分程度だが造影撮影は準備も含めて20分程度かかる)	比較的長い (30分程度で終わることが多いが特殊な場合1時間近くかかることも)
対象疾患 (例)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●脳出血</li> <li>●肺炎などの呼吸器疾患</li> <li>●尿路結石</li> <li>●腸炎や腸閉塞</li> <li>●骨折</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●脳梗塞</li> <li>●脳腫瘍</li> <li>●前立腺疾患</li> <li>●婦人科系疾患</li> <li>●骨軟部腫瘍</li> <li>●椎間板ヘルニア</li> </ul>
長所	<ul style="list-style-type: none"> <li>●撮影時間が比較的短い。</li> <li>●3D画像を容易に作成できる。</li> <li>●脳出血の描出に優れる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●放射線による被ばくがない。</li> <li>●造影剤を使用せずに血管影が得られる。</li> <li>●急性期の脳梗塞を描出できる。</li> </ul>
短所	<ul style="list-style-type: none"> <li>●放射線(X線)による被ばくがある。</li> <li>●造影剤を使用しないと、明瞭な血管影を得られない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●検査時間が長い。</li> <li>●撮影時の音がかなり大きい。</li> <li>●ペースメーカー(※)を埋め込んでいる時や、体内金属がある場合で金属の素材によっては検査ができない。</li> </ul> <p>※MRI対応のペースメーカーの場合、施設によっては撮影可能です</p>

私たち診療放射線技師は、予防医療センターにおいて胃バリウム検査やマンモグラフィの撮影、心臓カテーテル室や手術室などで透視装置を操作し、医師の診断や治療のサポートを行っています。

**患者さまへ向けて**

私たちスタッフ一同が心掛けているのは、撮影する際に、常に患者様と密にコミュニケーションを取り、気軽に話をしやすい場を作ることです。また検査が怖いと感じていた患者さまが、無事検査を終えてホッとしてくれたり、喜んでくれるととても嬉しくなります。

『検査をしてくれる技師の方がいい人だったから、次の検査もまた平和台病院へ行こう』と想像していただけたら、仕事をすることでこれ以上の喜びはありません。

検査で疑問に思ったことがありましたら、いつでも気軽に画像センターにお立ち寄りください。スタッフ一同お待ちしております。

## 耳鼻咽喉科

くや じゅんこ

## 久家 純子

耳鼻咽喉科 部長

## ●専門分野

日本耳鼻咽喉科専門医・指導医、補聴器相談医・  
適合判定医、医学博士

## ●所属学会

日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会、日本耳科学会  
など

## はじめに

二〇二二年九月より耳鼻咽喉科部長を拝命いたしました久家（くや）純子と申します。

少し自己紹介をさせていただきます。二〇一一年に出身地である鳥取県の鳥取大学医学部を卒業後、同大学附属病院に勤務していましたが、二〇一八年より日本医科大学千葉北総病院にて主に耳科疾患治療、補聴器診療などに従事してまいりました。現在、1歳児・保育園年長組・小学一年生の3人を子育て中の元気が取り柄のママドクターです！

## 耳鼻咽喉科の取り組みについて

ここからは耳鼻咽喉科のご紹介となりますが、当科がカバーする範囲は首から上の脳と眼球以外で、扱う疾患は多岐に渡ります。

急性疾患としては突発性難聴や顔面神経麻痺、扁桃周囲膿瘍・急性喉頭蓋炎などの感染症があります。が、平和台病院にて対応が可能な場合は外来通院での治療や内科と連携しての入院加療を行います。詳しい検査や高度な治療が必要と判断した場合や慢性中耳炎、慢性副鼻腔炎（蓄膿症）、習慣性扁桃炎など、手術加療が必要となる疾患については治療適応を判断のうえ、高次医療機関へ紹介とさせていただきます。当院では準備が



整い次第、慢性中耳炎に対して局所麻酔下での鼓膜再生治療を開始する予定です。

### 補聴器相談の実施にあたり

当院では補聴器相談も実施しておりますので、少しでも難聴が気になりだしたら早めに当科でご相談ください。補聴器はメガネのように聴力を測って買ってすぐに使えるというものではありません。きちんとした説明を受けずに買ってしまったりと上手に装用ができず、「ないよりはまし」な補聴器になってしまいません。決して補聴器は安価なものではありません。せつかく購入される

のであれば適切な耳に、適切な方法で装用し、「なくてはならない」補聴器を目指しましょう！

### 小児の診察にも対応

当院は小児科医が不在のため、小児の患者さんが受診されることが少ないのですが、当科では小児の診察も可能です。中耳炎やアレルギー性鼻炎だけでなく、耳掃除のご依頼なども、当科での受診をお勧めします。いびきが気になる場合もぜひご相談ください。『耳鼻科の診察』は子供にとっては怖いものですが、上手に診察が受けられるようになるまで、ゆつくりと成長のサポート

トもさせていただきますので気軽にご相談いただければと思います。

### 結びにかえて

当院はこれまで耳鼻咽喉科の常勤医が不在でご迷惑をおかけしておりましたが、今後は微力ながら地域の皆様のお役に立てるよう努力していきたいと思っておりますので、お困りの患者さんがおられましたらぜひ当科へご相談ください。地域の開業医の先生方におかれましては今後ともご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



## 救急救命科の取り組みと展望

——2022年4月1日、平和台病院に救急救命科が設置されました。現在の状況など教えてください。

**榎原** — 現在、救急救命科では主として発熱外来の対応に取り組んでいます。

救急救命科の所属スタッフは7名で、全員が救急救命士です。

以前の救急救命士では、救急車内や病院に搬入するまでの範囲でしか医療行為に携わることができませんでしたが、2022年10月1日より病院に入院するまで、もしくは退院して帰宅するまでの間、医師の指示に基づいて

点滴・気道確保・薬剤投与などの医療行為ができるように範囲が広がりました。それを受けて当院でも救急救命科が発足されました。この新型コロナウイルス感染症の流行が落ち着く頃には、

救急車の受入れがメインになるのではないかと思います。今のところは消防署からのホットラインの受け取りを行っているような状態です。今後は、救急

の受入れ・容態観察・バイタル測定・医師の医療行為の介助、検査周りのサポートなどを担当することになりますので、

院内の研修体制の準備を進めています。

——新しい部署としての意気込みはどうですか？

**榎原** — 私は6月1日に救急救命科長に着任しました。救急救命士を目指したのはシンプルに困っている人を助けたいと思ったからです。これまで消防署の救急隊員としても働いてき

ました。救急救命士という職種にはすでに30年以上の歴史がありますが、病院内にいる患者さまには、我々のことを看護師だと思ってもらえる方もいらつしやるかもしれませんね。徐々に知名度が上がっているというふうに思います。

——これからの目標は？

**榎原** — 今後は、患者さまやスタッフからの信頼を得て、病院内での活躍の場を拡げていきたいです。また、いずれは夜間当直を救急救命科に任せていただけるというですね。夜間の救急車が増えてくれば当直を救急救命士2名体制にするなどして、患者さまや当直の看護師をしっかりとフォローができればと考えています。



救急救命科科長 榎原章弘





# 「ロコトレ」

ロコモティブシンドローム(ロコモ:運動器症候群)は、加齢に伴う筋力の低下や関節や脊椎の病気、骨粗しょう症などにより運動器の機能が衰えて、要介護や寝たきりになってしまったり、そのリスクの高い状態を表す言葉です。

予防としては、「ロコトレ」を続けることが重要!今回はロコトレを紹介します!!

## ① 片脚立ち

回数

左右共に1分間で1セット  
1日3セットをめどに

方法

転倒の危険性があるため、必ず安定したものに掴まる



床につかない程度に  
片脚を上げる!

痛みのある方は  
無理のない範囲で  
行いましょう

## ② スクワット

回数

5回で1セット  
1日3セットをめどに

方法

- ①足を肩幅に広げて立つ
- ②お尻を後ろに引くように  
2~3秒かけてゆっくりと  
膝を曲げ、ゆっくりと元に戻す



※膝がつま先より前に出ないように!!



## ポイント

- 呼吸を止めないように注意!!
- 楽にできる人は適宜回数を増やして下さい
- 無理のない範囲で行うことが継続のポイントです!

教えてくれる人



小原 雄真  
理学療法士



平野 彩希  
理学療法士

# 入院に関するアンケート集計結果

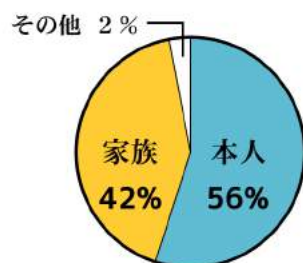
アンケート実施期間は、2021年3月～2022年2月までを計上しております。アンケート対象者は、実施期間中入院した全ての患者様およびご家族を対象に実施しております。

## ○アンケート回答者の属性について

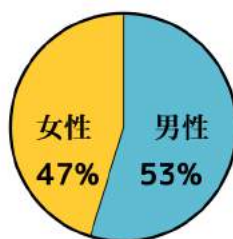
・アンケート回答者の年齢分布（人）

10歳代	0	60歳代	50
20歳代	0	70歳代	72
30歳代	2	80歳代	36
40歳代	16	90歳代	4
50歳代	34		

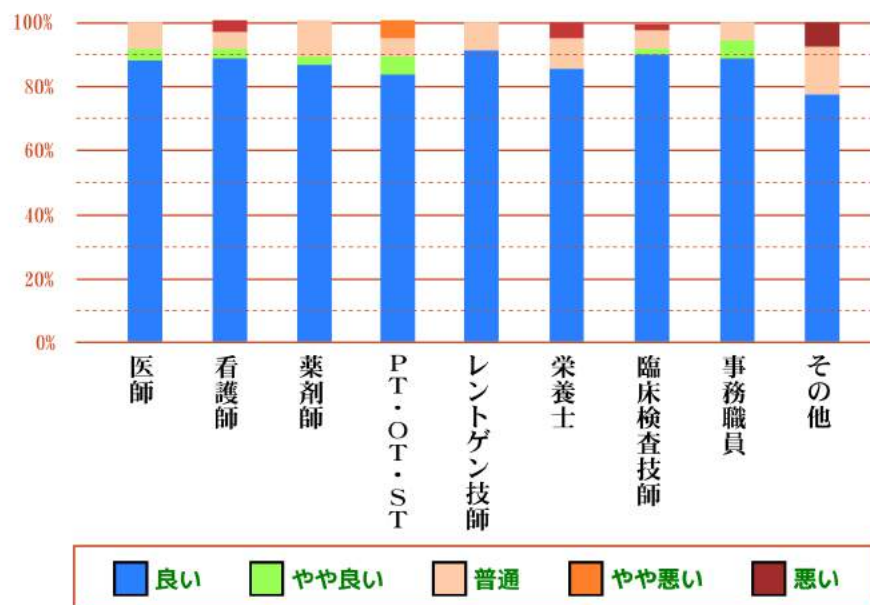
・回答者と入院患者との関係



・性別の割合

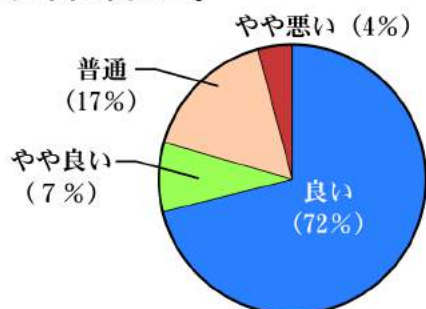


## ○接遇に関して職員の対応はいかがでしたか？

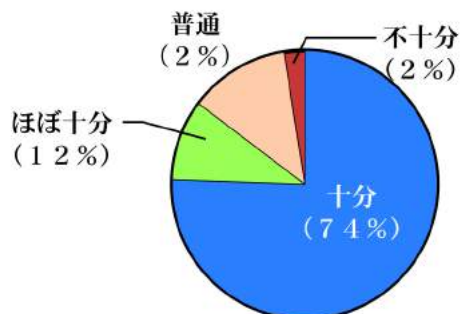




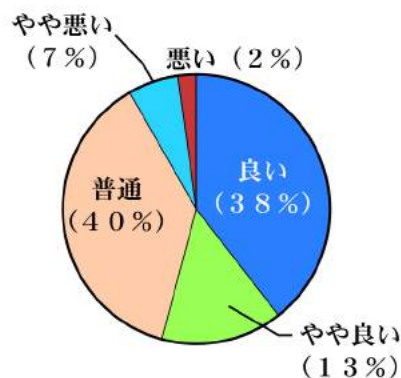
○病室（病棟）の環境はいかがでしたか？  
（騒音、臭い、プライバシーの保護、安全面に関して）



○治療の説明および同意については 十分配慮がなされていましたか？



○当院の食事はいかがでしたか？



○再度、入院が必要となった場合には、積極的に入院施設としてご検討いただけますか？



○「あなたの大切な人」に当院をすすめようと思いますか？



※各アンケートの設問の集計において、未回答分を除いて表示しております。

※信頼性向上のため、入院アンケートにご協力ください。

# ちよつと一息

「ちよつと一息」は、平和台病院、そしてメディカルスラザ各施設で行われた出来事をご紹介します。

子育て中の職員と過ごすおひらき時を…  
夏のイベント企画開催



完成したハーバリウム

昨年の夏、教育研修グループでは、職員向けに「ハーバリウム作り体験」ワークショップを開催しました。子育て中の職員に一息つける場を…と企画しました。「ハーバリウム」は、ブリザーブドフラワーやドライフラワーを様々な形のガラス容器に入れ、専用のオイルに浸したインテリアフラワーです。花や緑、様々な小物が立体的な姿となることで一味違った魅力があります。参加された皆さんは、海岸の砂、貝殻やビーズなどを組み合わせ、爽やかな色使いで涼しげな作品に仕上げ、楽しんでいました。素敵なハーバリウムで日頃の疲れをいやしていただけると幸いです。



未来館2階では参加した皆さんが、和気藹々とハーバリウム作りを楽しみました☆



## 手作りアロママスクジェルとNONN開催

前回、大好評だったアロマのマスクスプレー作成に引き続き、当院 看護師の辻井涼子さんのご指導により、手作りのアロマジェルクリームを調査しました。

アロマは癒しのみならず、その有効成分を活かしてメディカルにも活用できるなど、その効用が知られています。今回は、成分を生かした美容ジェル、抗炎症ジェルを作りました。会場内はアロマの香りに包まれ、自分の好きな香りと出会うことができ、参加された皆さんは、終始リラックスしながら取り組んでいたようです。

### 辻井看護師の

### アロママスクジェル

アロマセラピーで用いる精油にはたくさんの有効成分が含まれており、フランスでは薬局に置かれていたほどです。

日本でもメディカルアロマセラピーが活用され、施設や病院に普及してきています。では、同じでついで、ぜひ活用できるアロママスクジェルをご紹介します。



### 簡単！便利！薬用アロマジェルの作り方

(材料・ティートゥリー精油、ジェル又は乳液)

☆ジェル又は乳液に精油を数滴入れます。目安は5ミリリットルに対して10滴程度。

☆ニキビや吹き出物に塗布して◎。

白癬や口唇ヘルペスにも◎。

(※個人差があります)

☆ティートゥリー精油はスプレーにして、マスクやお部屋に使い、感染症対策にも。

☆また、コップの水に1滴垂らし、ガラガラうがいブクブクうがいをして、喉の痛みや口内炎にも。

ぜひ活用ください。

※ティートゥリー精油：フトモモ科の植物の葉から抽出される精油。抗菌・抗ウイルス・抗真菌、抗炎症、免疫調整などの作用があり、感染症対策に使われることも。



監修 教育研修グループ 宮本 治男  
看護部 辻井 涼子



Title: 書籍紹介

スタッフのおススメ!



# バビロン大富豪の教え

ジョージ・S・クレイソン (著)  
坂野 旭 (画)  
文響社

今回ご紹介する書籍は、1926年にアメリカで出版された『The Richest Man In Babylon (バビロンいちの大金持ち)』を原作にした作品です。原作は約100年前に出版された、いわばお金に関する本の『古典』とも言える世界的なベストセラーです。世間には、お金に関する本はたくさんあるため

- たくさんありすぎて、どれを読んだらいいかわからない。
- 文字ばかりで内容も難しいのでは？

といった方もいらっしゃるかと思います。

本著は漫画版ということもあり、どんな方にも読みやすい作品となっています。

詳細な内容についてはこちらに記載できませんが

- お金を貯めることは目的ではなく手段である。
- お金よりも大事なことはある。

ということを教えてくれる内容となっています。

ぜひ一読して、今一度お金というものを見直してみませんか？

図書館委員会 田中 望生



お知らせ  
イオンモール  
千葉ニューター  
ウン店のデジ  
タルサイネー  
ジに平和台病  
院の15秒C  
Mが放映され  
ています。機  
会があります  
たら是非ご覧  
ください。

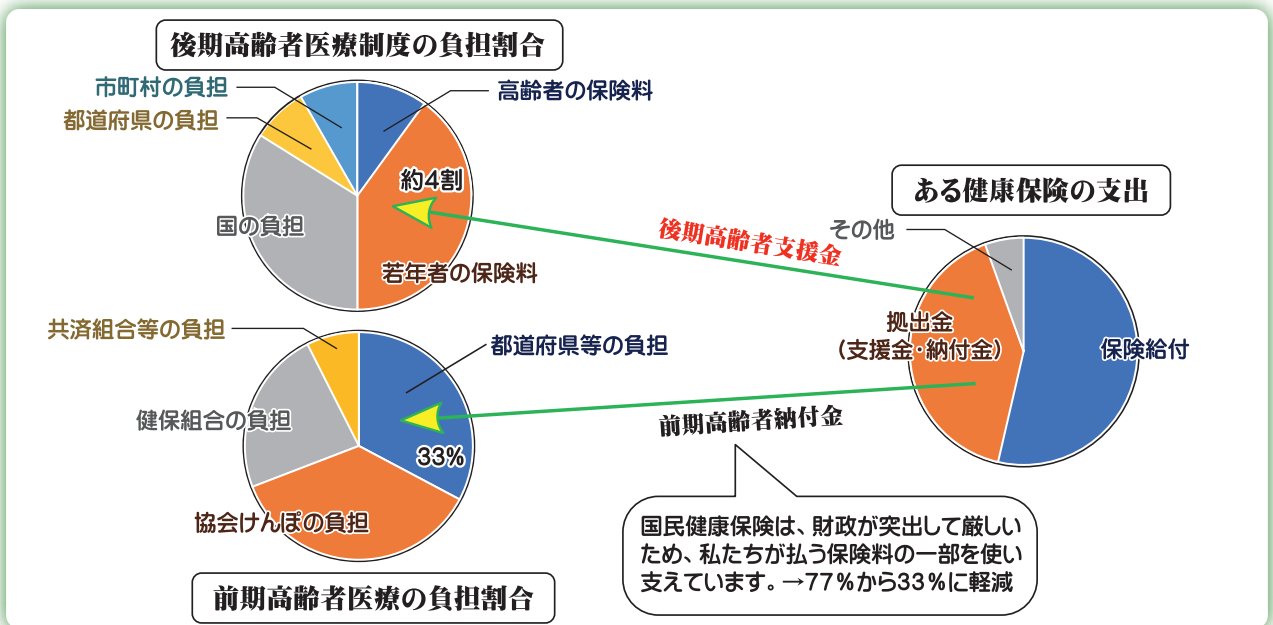


前回のコラムでも取り上げさせていただきましたが、総務省から2022年度の高齢者(65歳以上)に関する統計が発表されました。日本の29%が高齢者ということです。また、昨年(2021年)の10月から75歳以上の医療費(後期高齢者医療)が、1割負担から2割負担となる方がいらっしゃいます。なぜ高齢のみなさんの負担を重くしなければならないのでしょうか?それは、現役世代のみなさんが大きく関わっているからです。

## 私たちが払う保険料は何に使われるのか？

下の円グラフを見ると、単に医療保険の支出が増大しているから私たちの保険料が上がるという理由のみではないことが分かります。例として、右のグラフは、ある健康保険の支出を表しています。健康保険のおさいふには、私たちが納める保険料、国からの補助が入ってきます。この例ですと、それら収入の半分を少し超えたぐらいが、私たちの病気やけが、お薬などの医療費として健康保険のおさいふから出ていきます。

普通に考えますと、その残りが、健康保険の蓄えとなるのでは?といたいところですが、もうひとつ大きな支出があります。それが、「前期高齢者納付金」「後期高齢者支援金」です。



## 現役世代は高齢者に対する医療を支えている

左上のグラフは、75歳以上の方が加入している後期高齢者医療制度のおさいふです。そのおさいふの中の約4割が、現役世代(若年者)の負担によって成り立っていることが分かります。高齢の方が増えると、どうしても医療費が増大します。それに比例して若年者の負担も重くなるのです。賃金が上がらない現状、いよいよ若年者も保険料の負担に悲鳴を上げ始めています。

## 若いうちから適切な健康管理を

健康であれば、高齢であっても長期的な治療や服薬をすることは減り、医療費を抑えることにつながります。しかし、若いうちから生活習慣病などの治療が始まってしまうと、歳を重ねる前からずっと薬を飲み続ける、通院するということになってしまいます。現役世代のみなさんは、年齢を問わず健康・病気の予防(早期発見・早期治療)についてしっかりと考えていく必要があります。

平和台病院には、予防医療センターという健康診断ができる施設がございます。人間ドッグ・脳ドッグ・特定検査・がん検診など幅広い内容を取り扱っております。地域のみなさま、いちど受診されてみてはいかがでしょうか。自分の健康を考える良いきっかけになるはずですよ。



# 一病息災

一病息災とは「持病が一つくらいあるほうが、無病の人よりも健康に注意し、かえって長生きできるということ」(広辞苑)

「そのぐらい知っている」と皆さんおっしゃると思います。本当ですか？行動に現れて初めて知っているということになると思います。(医者でもないのに偉そうなことを言ってしまうありません。)

恐縮ですが、自分の体験を披露します。もともと胃腸が弱く、便が緩くなることが時々あります。海外旅行中に食べたものが悪かったのか、その時もそうでした。いつものことだからと気にもしていませんでしたが、帰国しても症状が治りませんでしたので、受診しました。その時のドクターの言葉、今でも感謝しています。「食あたりはほとんど治っているけど、血糖値が高いよ。すぐ糖尿病外来を受診しなさい。」

年1回の健康診断は定期的に受けており、【医師の所見】欄で、「糖代謝障害です。専門医の受診を勧めます」と確かに書いてありました。自覚症状ありませんので「べつに」と無視をしていましたが、ドクターに直接言われると、さすがに応

えました。早速受診し、今では定期的な受診・管理栄養士による栄養指導を受けております。おかげさまで、2019年5月に空腹時血糖 192、HbA1c 8.3でしたが、今年の4月では

空腹時血糖 128、HbA1c 6.1 とかなり落ちてきました。

残念なことに、一度糖尿病になると、治ることはないそうで、一生その病気と付き合わなければいけないそうです。その時出会ったのが表題の「一病息災」で救われました。

外山滋比古氏の心に響く言葉より一節をお伝えします。

【これは、ある学校の同窓の話である。90歳を迎えたクラスが同窓会

を開いた。出席した人のひとりがおもしろいことを発見した。生き残って出席しているのが、申し合わせたように、その昔、在学当時、病弱で体操や教練を“見学”していたようなものばかりだったのである。病気をしたことがないという強いものは、みんなお先に失礼してしまった。スポーツで体をきたえていたものも案外早く亡くなった。病気の問屋だと

いわれ、かげで、いつまで生きられるかと案じられた連中が、ゆうゆうと90に達して、なお、かくしゃく、クラス会に出席している。どうして健康だったものより、病弱だったものの方が長生きをするのか、より健康になったのか。決して、弱いものが強い、といった単純なことではない。弱いのは弱いのである。強い仲間に対して、意識しないところで、劣等感をいだいているのであろう。それをなんとかはね返したくて、健康者のしない努力をする。それで少しずつ健康になる。そしてついには、自然に健康であったもの以上に健康になってしまふ。強くなりたいという願望と心掛で、大健康を手に入れることになったのである。】

国際部 元部長

広報・企画室 元室長

山本 弘之



# 2023年 3月 外来診療担当表

午前	受付 8:30~11:30	診療開始 9:00~
午後	受付 13:30~16:30	診療開始 14:00~

※★女性医師です。 ※上記以外の診療受付時間は枠内に表示。 ※休診日：日曜・祝祭日・年末年始（12/30~1/3）・開院記念日（7/1）

診療科目		月	火	水	木	金	土	
午前	内科	大塚 <small>一般内科・内分泌・糖尿病</small>	大塚 <small>一般内科・内分泌・糖尿病</small>	土井 <small>一般内科</small>	中田 <small>一般内科</small>	土井 <small>一般内科</small>	橋本 <small>呼吸器・一般内科</small>	
		本間 <small>一般内科</small>	山本 <small>一般内科・呼吸器・消化器</small>	大塚 <small>一般内科・内分泌・糖尿病</small>	山本 <small>一般内科・呼吸器・消化器</small>	橋本 <small>一般内科・呼吸器</small>	山本 <small>一般内科・呼吸器・消化器</small>	
		高橋 <small>一般内科</small>	橋本 <small>一般内科・呼吸器</small>	菊地 <small>一般内科・消化器</small>	平島 <small>一般内科・循環器</small>	★延島 <small>一般内科・循環器</small>	中田 <small>一般内科</small>	
		平島 <small>一般内科・循環器</small>		中町 <small>一般内科 消化器 本館10診</small>	井上(恵) <small>一般内科・呼吸器</small>		菊地 <small>一般内科・消化器</small>	
	初診外来		八木 <small>一般内科 本館7診</small>			本間 <small>一般内科</small>		
	循環器内科	平島	*予約制 田中		平島	★延島		
	脳神経内科	吉田 <small>一般内科・脳神経内科</small>		*完全予約制 第1・3・5 渡邊(禮)	吉田 <small>一般内科・脳神経内科</small>			
	呼吸器内科				井上(恵)			
	総合内科・漢方	高木						
	糖尿病内科			*完全予約制 ★平石				
	生活習慣病外来						第2・3 ※予約制 多田	
	脳卒中外来		大橋					
	外科・消化器科	井上(弘)	加瀬	井上(弘)	宮内	加瀬	宮内	
	肛門科		加瀬			加瀬		
	整形外科	林	池田	林	林	大津	林	
		池田 中村(周)	★久	三宅 池田	第1・3・5 松倉 第2・4 熊木		大島 池田	
	脳神経外科					阿部 <small>*診療日毎月待合室に掲示</small>		
	耳鼻咽喉科			★久家	水上			
	乳腺科					*完全予約制 京田		
形成外科						江口 <small>*診療日毎月待合室に掲示</small>		
メンタルヘルス科		*完全予約制 池森		*完全予約制 池森				
ペインクリニック科				本間 新館				
泌尿器科		木村						
内視鏡	安達(哲)	宮内			菊地	中町		
午後	午後総合診療	中町 <small>一般内科・消化器</small>	診療開始 14:15 坂本 <small>一般内科</small>	岡本 <small>一般内科</small>	★中山 <small>一般内科 14:15診療開始</small>	★延島 <small>一般内科・循環器</small>	第1・2・3・5 ローテーション 第4 光永	
	内科系専門外来	総合内科・漢方		高木				
		糖尿病内科			★平石 <small>*予約制(再診のみ)</small>			
		呼吸器内科	井上(恵)					
		脳神経内科					*予約制 吉田	
		消化器・肝臓内科			*予約制 佐藤			
		呼吸器消化器内科				*完全予約制 山本 *完全予約制 第3週 平島		
	ペースメーカー外来(循環器内科)							
	腎臓内科	佐中 第2 *完全予約制	★林(陽) 第2週以外					
	整形外科				三宅		整形外科・脊椎外来 *予約制 下出 受付13:30~16:00 診療開始14:00~	*予約制 大島
								*完全予約制 谷口 *診療日毎月待合室に掲示
	脳卒中外来・脳神経外科		15:00診療開始 大橋		纈 纈			
	メンタルヘルス科		*完全予約制(再診のみ) 池森		*完全予約制(再診のみ) 池森			
	眼科 受付13:30~16:00 診療開始14:00	大久保	手術日	日本医大		日本医大		
	耳鼻咽喉科	★久家		★久家		★久家	ローテーション 診療開始 14:30 受付 14:00~16:30	
	補聴器外来			★久家 *完全予約制				
	腎泌尿器科	伊藤(文)	受付13:30 ~16:00 木村		合谷			
	皮膚科	*予約制 長久		*予約制 遠藤				
	内視鏡	安達(哲)	宮内	井上(恵)	安達(世)	中町		

## 創造会理念

- 私たちは患者さまと地域の方々に求められ、望まれる医療と福祉を真摯に行います。
- 私たちは医療と福祉を通じて人のために尽くすということが私たち自身の喜びとなるような創造会にします。
- 私たちは、常に、私たちの可能性を信じ新たなものに挑戦していきます。



日本医療機能評価機構認定病院

### 平和台病院

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1111(代表)

### 腎・泌尿器・透析センター

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1111(代表)

### 予防医療センター

千葉県我孫子市布佐834-28 04-7189-1119

### 在宅センター

千葉県我孫子市布佐834-28

【訪問診療室】 04-7189-1121  
【訪問看護ステーションふさ】 04-7189-1114  
【在宅介護支援事業所ふさ】 04-7189-1113  
【在宅介護支援事業所けやき】 (クレオ内) 04-7179-7755

我孫子市病後児保育所

### こどもテイルームみらい

【院内保育所みらい】  
千葉県我孫子市布佐834-176 04-7189-1783

介護老人保健施設

### エスピー口

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1112

### ケアプラザ柴崎

#### デイサービス柴崎

千葉県我孫子市柴崎121-3

04-7181-3100

グループホームヴィスタリオ

千葉県我孫子市柴崎121-3

04-7181-3900

サービス付き高齢者向け住宅

### アビーサあらし野

千葉県我孫子市新木野2-1-48

04-7188-7222

【訪問介護ステーションアビーサあらし野】

04-7188-6377

【アビーサあらし野クリニック】

04-7188-7222

介護老人保健施設

### クレオ

千葉県我孫子市我孫子1855-4

(我孫子市役所北側)

04-7179-7700

【クレオ保育所きぼう】

04-7184-4820

### ケアプラザ寿

小規模多機能型介護

#### ケアプラザ寿

千葉県我孫子市寿2-16-5

04-7179-6600

#### グループホーム寿

千葉県我孫子市寿2-16-5

04-7179-6600

介護福祉士実務者研修校

### 創造会ケアカレッジ

千葉県我孫子市布佐834-28

04-7189-1236

# 平和台病院 予防医療センター

## ★人間ドック・脳ドック・健康診断・各種がん検診・各種予防接種

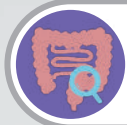
謹んで初春のお慶びを申し上げます。旧年中は大変お世話になり誠にありがとうございました。  
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

### 新オプション検査のお知らせ



#### マイナイチンゲール (採血検査)

血液健康スコア(ナイチンゲールヘルススコア)と、生活習慣病の将来リスクを見える化するサービスです。健康診断や人間ドックだけでは分からない将来の生活習慣病のリスクも評価できます。



#### 腸内フローラ検査 (検便検査)

日本人に特化したデータベースを用いることにより、ご自身の腸内フローラと疾患との関連性まで検査することが可能です。国内有数規模の日本人腸内フローラデータベースを用いた検査サービスです。



#### 線虫N-NOSE検査 (検尿検査)

嗅覚に優れた「線虫」が、尿に含まれるがんのにおいを検知。ステージ1の早期がん、自覚症状のないがん、全身15種類のがんを一度に判定できるがんリスク検査です。※部位の特定はできません。

詳しくは平和台病院 予防医療センターまで

お問合せ TEL.04-7189-1119 【受付時間】 平日 9:00~16:30



医療法人 創造会 メディカルプラザ <https://www.medicalplaza.or.jp>

〒270-1101 千葉県我孫子市布佐834-28 04-7189-1111(代)

編集・発行責任者 広報・企画室 小野

● 広報・企画室へのお問合せ 04-7189-1250(直通)

● 発行日 2023年3月1日

平和台病院アプリ…診療情報・休診情報・医師紹介・バス時刻ガイドはこちらから  
<https://sozokai-app.com/heiwadaaiapp/>