



緑陽

財団法人同友会 藤沢湘南台病院
 藤沢訪問看護ステーション
 介護老人保健施設藤沢ケアセンター
 在宅介護支援センター
 藤沢湘南台病院居宅介護支援センター
 健康増進施設 ライフメディカルフィットネス
 発行者 財団法人 同友会
 〒252-0802 藤沢市高倉 2 3 4 5
 TEL 0466-44-1451
 URL : <http://www.fj-shonandai.jp/>
 E-mail: shounandai@mvg.biglobe.ne.jp



財団法人同友会
 藤沢湘南台病院
 理事長・院長 鈴木 紳一郎

明けましておめでとございます。早いもので21世紀を迎えて5年、2006年が始まりました。地域の皆様には佳き年をお迎えに、お慶び申し上げます。2005年は同友会にとりましては研修医が2学年に渡り揃い、又理学療法士の卒後研修も始まり、じつくりレベルアップした年でありました。そんな中で、緑陽前号(第109号)で田村副院長が述べているように、急性期病院として当院が充実していくための様々な手段を講じていただきました。一般診療を午前に集約し、午後外来を完全予約制とし、その他の患者様は「救急車で来院の方」、「緊急を要する重症患者様」のみの二次救急対応と致しました(眼科、皮膚科、脳神経外科、形成外科を除く)救急の充実に伴い、夜間勤務体制の強化等々を施行しました。藤沢の基幹病院としての役割を病病・病診連携の中で築いていくこととし、診療所で診ていただけの程度に病状の落ち着かれた患者様にはお近くの診療所へ逆紹介させていただきました。これらにより、いざという時はいつでも万難を排して救急医療、入院治療をさせていただくことができ、これによって病棟診療、検査、手術、救急がより充実しレベルアップし安全な安心しなされるいい病院を目指すことができました。救急においては平成17年4月から医局の先生方と研修医の先生方の努

力によって、毎日の救急カンファランスと週一回のウィークリー救急カンファランスが行われるようになりました。また脳外科の吉田先生と私と日本救急医学会の専門医が2名揃いましたので、2006年1月から日本救急医学会の認定施設となることができました。先に述べました各部門の夜間人的配置のレベルアップがなされ、看護師は2名夜勤体制とし、薬剤師、放射線技師、検査技師は連日当直体制を整備しました。さらに平成19年4月にER化できるよう、救急部(救命センター)創設を目標にこれからも全職員が一丸となつて藤沢の北部を守るために力を注いでいきたいと思っています。そんな中で迎えた2006年は医療情勢がますます厳しくなる中、病病・病診連携の更なる強化 当院の特徴をもっとはつきりさせる 全ての法人施設を満足いただけるよう連携し提供する 全ての職種の連携と各自の能力レベルアップを図ることを目標に頑張っていきたいと思えます。は地域医療連携の強化を図り、地域の診療所の先生方からのご紹介はいち早く予約が取れ、時間的ロスを無くし、いつでもかかれる基幹病院を目指し、は大腸肛門病センター、健康スポーツセンター、乳腺プレスセンター、消化器病センター、救命センター、呼吸器外科センター、脊椎外科センター、リハビリセンター

総合内科、総合外科、総合整形などと組み合わせることにより診療単位の再編成をする。これにより患者様が初めておかりの場合、どこにかければ良いのかが分かりやすくなり、他の専門外来化もスムーズに進むと思われま。は当法人にかかれた、すなわち本院急性期外来、入院、慢性期療養病棟、回復期リハビリ病棟、介護老人保健施設(施設入所、短期入所療養介護、通所リハビリテーション)、訪問看護、在宅包括医療部、居宅介護支援センター、健康増進施設ライフメディカルフィットネスなどでもご利用いただいた地域の方には、全ての施設で責任を持つて色々な病態に対し、また変化する病態に対し当法人の施設とノウハウをもって最高のおもてなしをする。これにより当法人の内容を地域の方々によく理解していただき、地域に住み生きる安心を提供できるかと考えております。そんななかで、は各職種が個々のレベルアップを図り、十分な連携を取れるように切磋琢磨することにより人数以上のパワーを生み、心温かい優しい法人として残っていけることとなります。いつでも頼れる安心感をモットーに「藤沢の北を守る基幹病院、基幹法人としてさらに飛躍ができるよう職員一同力を合わせて今年も十二分に頑張りたいと思います。どうぞ今年もご指導の程、お願い申し上げます。

健康管理センターのご案内

健康管理センター 医師 住吉 右光 ゆうこう

昨年3月に、15年間健康管理を中心に産業医をしておりまして、いすゞ自動車(株)藤沢工場診療所を退職し、5月から当院の健康管理センターに勤務し始めました。これ迄、いすゞ自動車(株)を含めて上場企業4社で40年以上産業医として、働く人達の健康管理をしてきました経験を活かして、心機一転当健康管理センターをより良い施設に育てて行きたいと思っております。よろしくご指導下さいます様お願い申し上げます。



当センターは、平成15年5月に病院の診療部門から分離開設され、医師1名・看護師3名・事務職3名が中心になって運営されていて、業務内容は下図の如くです。現在、健康診断用の機器（CT・超音波・内視鏡等）は十分整備されていますが、検診の項目によっては病院の診療部門をお願いしている関係で、受診者に余分な移動の負担がかかってしまうことがあります。いずれ集中化されると思いますが、それ迄は受診者の受入能力に限界があるのが悩みの種になっています。

当センターの仕事の中心は、広い意味での健康診断ですが、健康診断はごく簡単な医療行為と考えられがちですが、実は大変神経を使います。一人の受診者を問診、診察、検査して、その結果を総合判断して「健康又は異常なし」「少し異常があるが経過観察で良い」「精密検査をしたほうが良い」「病気が考えられるので治療が必要」等の判定には段階がありますが、その結論に至るまでには、その受診者の年齢、性別、職業、生活習慣等できるだけ多くの情報を考慮した上で検査結果を判断し、検査数値の個人差も考えた上で「異常なし」等の判定を下します。諸検査の異常値の見落としは、疾病の早期発見の遅延に繋がりますので、勿論あってはならないことですが、軽度の異常値を単に「疾病の兆し」として受診者に通知して、心配の種を作らない様にすることも大切な事です。その辺の境界域の判断には大変苦労致します。一般外来診療では受診者が頭痛、咳、腹痛等の訴えで来院しますので、診断に関して50%のヒントに従って診察や検査を進めて行き、その結果診断治療がなされます。一方健康診断では、一見正常で健康そうに見える受診者の限られた検査結果を基に判断しなければならない難しさが在ります。いったん異常と判定しますと、その事が疾病に繋がりがあのかないのか精査して再判定するには、時間と医療費と受診者の負担が大変かかります。「異常なし」「異常あり」の判定は微妙で勇気ある決断が必要です。僅かな異常値で半健康や半病人と思いついて悩んでいる人達を多く見受けれます。大変不幸な事であらうと思つておられる事です。

最近国の方針で当院の診療部門は、一般診療所（開業医）の診療の二次的部分（精密検査・高度医療等）を担当する事になり、地域医療の1つの核とならなければならなくなっていますが、当健康センターも地域住民の健康管理の中核に成るよう育てて行きたいと考えております。

受診者に満足して頂ける様な健診やドックを進めて行きたいと思っております。

健康管理センター業務

通年

人間ドック
健康診断（受験、就職等）
企業定期健診（特殊健診も含む）
健康保持増進（THP）、産業医・労働衛生コンサルタントの派遣

5～7月

藤沢市基本健康診査・60歳以上

9～10月

藤沢市基本健康診査・40～59歳

10～1月

インフルエンザ予防接種

予約申し込み並びに問い合わせ

月曜日～金曜日 9:00～16:00 土曜日 9:00～12:00
藤沢湘南台病院 健康管理センター 0466-44-1451(代表) 0466-41-3055(直通)

老健におけるリハビリテーション

藤沢ケアセンター 作業療法士 井上 あゆみ

財団法人 同友会介護老人保健施設 藤沢ケアセンターは介護を必要とする高齢者（以下、要介護者）に対し、施設サービス（長期入所）、短期入所療養介護、通所リハビリテーションを提供する介護保健施設です。その役割は 医療サービスと生活援助サービスを総合的に提供して自立を支援する、 家庭復帰を目指し支援する、在宅生活を支援する、 地域に開かれた施設として地域ケアの拠点となる、の4つがあります。医師、看護師、理学療法士（以下、PT）、作業療法士（以下、OT）、言語聴覚士（以下、ST）、介護福祉士、管理栄養士、支援相談員等がチームとなって要介護者の生活機能再建・自立を支援しています。

さてそのような介護老人保健施設（以下、老健）では、全職員がリハビリテーション（以下、リハビリ）を生活の中で実践する担い手ですが、その中でPT、OT、STはより専門的なリハビリを行なっています。要介護者の持つ残存機能を最大限に引き出し、生活機能の自立にできる限り近づけるという役割を持っています。病院（急性期・回復期）におけるリハビリが急性期治療および身体機能の回復を大きな目的としているのに対し、老健では主に維持期・慢性期の方が対象であるため目的が少し異なります。心身機能の回復には限界があり、足や手が思うように動かず不自由さが残ってしまうことがあります。そのような場合でも日常生活動作（食事・排泄・更衣・整容・入浴）はできるだけ自分で、あるいは少ない介助で行なえる方法を身につけることが老健のリハビリの大きな目的となります。また高齢者は短期間の入院や自宅療養でも、活動量の低下により筋力低下や認知症の進行等、心身機能の低下を招くことがあります。そのような方の身体的・精神的活動性を向上させ、生活機能の再建・自立へつなげていくことも重要です。

当施設ではPT 2名、OT 1名、ST 1名、リハビリ助手 2名でその業務にあたっています。具体的には身体機能・生活機能を高めるための筋力トレーニング、体力トレーニング、歩行訓練、日常生活動作訓練に加え、精神



活動を高めるためのレクリエーション、手工芸、学習療法等も行なっています。また言葉に障害のある方の言語訓練、食べることに支障のある方の嚥下・摂食指導も積極的に行なっています。これらは施設生活の中で活かし、在宅へつなげられるよう看護師、介護福祉士、管理栄養士と連携をとりながら行なっています。

リハビリは、機能回復訓練のみを指すのではなく、心身に障害を持つ方々の「人間らしく生きる権利の回復」、「全人間の復権」を理念としています。老健のリハビリは様々な側面から要介護者を支援し、「全人間の復権」を目指しています。

アロマセラピーコラム

風の予防編

看護師 アロマセラピスト 和泉 美英

風邪は、普通、多くがウイルス感染源といわれ人から人へと感染してしまいます。特に空気が乾燥し気温の低い冬は、ウイルスが活発になり感染しやすい環境にあります。インフルエンザは感染力の強いインフルエンザウイルスが感染源で、飛沫や接触により感染していきます。普通の風邪に比べて高熱など症状も重く全身に影響を及ぼします。体調のすぐれない時、子供や高齢の方は、肺炎や脳炎等の合併症を起こす心配も。この冬も感染を予防するためにできることから取り入れてみましょう。

インフルエンザには予防接種と自己管理、風邪にも生活習慣が予防につながります。日頃から1日数回のうがい、できる人は鼻洗いも（3回以上が効果的といわれています。うがいは鼻やのどの粘膜に付着したウイルスを早期に洗い流すこと、粘膜を乾燥させないことを目的に行います）手洗い（石鹸と流水で最低30秒程度の丁寧な手洗い又はアルコール系消毒薬の使用。手は特に指の間や親指側は洗い残しが多いところ）等を習慣づけること、感染の可能性のある外出はマスクを使う、良質な睡眠、栄養バランスのとれた食事も体の免疫力を高め感染予防につながります。また、室内環境は適度な温度と湿度がウイルスの活動を抑えます。たびたび新鮮な空気の入れかえもしましょう。

このような生活習慣と自己管理ともに、アロマセラピーを感染予防に役立てることができ、アロマセラピーは芳香植物（ハーブ）から抽出したオイル（精油）を使う植物療法です。このエッセンシャルオイルの芳香分子の中には、抗菌作用、抗ウイルス作用、免疫賦活作用を持つものが多くあり、芳香分子を拡散することで空気中の病原菌、ウイルスに吸着し活動を抑え、ウイルスの漂う空気を清浄にしてくれます。この冬、同友会施設内では、藤沢ケアセンター、健康管理センター、外来一部ブース、職員保育室等で施設内の感染予防対策のひとつとしてアロマセラピー（芳香拡散）を行っております。風邪やインフルエンザ予防のための芳香拡散には主に、ティートリー、ユーカリ、ラビントサラ、レモン、パインの精油等を使います。これらの芳香分子の中には風邪をひいてしまったときに、症状を緩和してくれる働きもあります。精油は芳香拡散のほかうがい、入浴、マッサージオイルなどにも使うことができます。どのような使い方で体内に吸収されます。そのため、安全で効果的なアロマセラピーを行うために良質な精油を用い、使用方法をかならず確認してから使用しましょう。

新年も寒さが続いています。風邪を予防し元気に過ごしたいですね！当院では12月15日～2月28日まで【咳エチケットキャンペーン】-病原体を広げないためのエチケット-を実施中です。どうぞ院内掲示をあわせてご覧いただき、ご協力をお願いいたします。

外来診療予定表

平成18年 1月現在

科目	月	火	水	木	金	土		
内科	午前	消化器科	山本所	藤田古出	高橋	藤田	所古出	高橋山本衛藤
		循環器科	西尾井上	杉山後藤	武居	西尾住田	杉山	武居西尾
		呼吸器科	●	●	天野	天野	●	●
		糖尿病外来	天門	天門	天門	天門	●	●
		消化器科	高橋古出	山本所	川名	高橋衛藤	藤田松田	●
	午後	循環器科	武居	石上	杉山	杉山	武居	●
		在宅包括医療 入所前健診	●	●	●	深野分部	●	●
		一般外科	田村副院長	深野熊切	鈴木院長 田村副院長	鈴木院長 深野	蘆田	鈴木院長 田村副院長
		大腸肛門科	●	深野	鈴木院長	鈴木院長	●	鈴木院長
		がん相談 食道疾患外来	●	●	●	小泉名誉院長 第3週は休診	●	●
甲状腺外来	●	●	●	●	●	佐々木 (第1・3・5週のみ)		
午後	【予約のみ】						●	
形外科	午後	●	●	●	広富	●	●	
泌尿器科	午前	諏訪	諏訪	小宮	諏訪	小宮	諏訪 又は小宮	
午後	【予約のみ】						●	

科目	月	火	水	木	金	土	
眼科	午前	仙田	日比伊藤	堀永野	日比永野	仙田	堀永野
	午後	堀	日比	堀永野	永野	仙田	●
皮膚科	午前	大岡	渡部	渡辺	菅	村上	●
	午後	大岡菅	渡部	渡辺	菅	村上	●
脳外神経科	午後	吉田	数野	吉田	吉田	市川	●
ペインクリニック	午前	新井	新井	●	新井	宮下	宮下
整形外科	午前	齊藤副院長 高尾大沢	福田小椋川口	齊藤副院長 高尾大山小椋	大沢大山	福田小椋川口	齊藤副院長 大沢大山川口
		●	●	●	高尾	●	●
健康スポーツ部	*初予約も制	午前	●	●	●	高尾	●
	午後	高尾	齊藤副院長 高尾福田	齊藤副院長 高尾	●	福田	●

■ 枠の診療は予約制とさせていただきます。

は休診とさせていただきます。

内科・外科・泌尿器科・整形外科の午後外来診療は完全予約制とさせていただきます。「一般診察(新患・予約外)」の他、「お薬」・「注射」等も受付できませんのでご注意ください。

受付時間

月曜日～金曜日 午前 8:30～11:00 (診療開始 9:00)

午後 12:00～3:00 (診療開始 1:30)

土曜日 午前 8:30～12:00 (診療開始 9:00)

* 土曜日午後・日曜・祭日・年末年始は休診です。

シャトルバス時刻表

平成18年 1月現在

	上土棚団地行				藤沢湘南台病院行				
	藤沢湘南台病院発	長後駅西口着	蓮光寺着	綾南会館前着	綾南会館前発	蓮光寺発	長後駅西口発	藤沢湘南台病院着	
8	15	22	27	30	8	30	32	37	44
9	45	52	57		9				
10				00	10	00	02	07	14
11					11				
12	15	22	27	30	12	30	32	37	44
13	45	52	57		13				
14				00	14	00	02	07	14

	上飯田・いちよう団地行				藤沢湘南台病院行				
	藤沢湘南台病院発	児童公園前着	いちよう団地着	集会場前着	集会場前発	いちよう団地発	児童公園前発	藤沢湘南台病院着	
7					7	45	48	52	56
8					8				
9	00	04	08	12	9	12	15	19	23
10					10				
11	30	34	38	42	11	42	45	49	53
12					12				
13	00	04	08	12	13	12	15	19	23
14	30	34	38	42	14				

同友会ニュース


かんたんライフ講座
心筋梗塞と運動

期日:平成18年 1月29日(日)
時間:11:30～12:30
場所:ライフスタジオ

内容:
・心筋梗塞とは?
・どうして心筋梗塞になるの?
・ライフでできることは?
・Q&A など

参加費:無料
定員:25名
受付:ライフフロントにて
電話でのお申し込み可(TEL0466-46-3000)
担当:吉江 ライフトレーナー


全ご登録者様がご参加可能です。
また、来場登録者様にもご参加いただけます。
登録のご参加を心よりお待ちしております。



知って納得!! ～かんたんライフ講座のご案内～

腰痛・膝痛・肩こりなどの整形外科疾患、また高脂血症・糖尿病・高血圧などの内科疾患などについて皆さんはご存知でしょうか?
「知っているようで、実は知らない...」という方もいらっしゃるのでは?
そこでライフでは、これらの疾患について地域の皆様にもっと広く知っていただく為に、「分かりやすく、楽しい」かんたんライフ講座を定期的に開催しております。
今回は「心筋梗塞と運動」と題しまして、1月28日(土)11時30分よりライフにて講座を開きます。当日はライフにご登録いただいている方もご参加いただけます。
参加をご希望の方はライフメディカルフィットネス(0466-46-3000)までご連絡下さい。ぜひ、地域の皆様のご参加をお待ちしております。

TEL.0466-46-3000 FAX.0466-46-3077
URL http://www.fj-shonandai.or.jp/life/
E-mail life@fj-shonandai.or.jp
営業時間 月～木・土 9:00～22:00
日・祝日 11:00～19:00
金 休館日



公開講座のお知らせ

「藤沢市北部の医療を考える」
- 地域における医療・保健
福祉の連携 -

平成18年 2月18日(土)
14:00～15:30
長後市民センター 3階ホール

駐車場が狭いので車でのご来場はご遠慮ください。
問い合わせ先:同友会在宅介護支援センター
☎0466-45-5005

編集後記 寒い冬は下を向いて足早に歩きがちですが、たまには、上を向いて空を眺めながら歩いてみませんか? 気分を一新して爽やかな気持ちで新年をスタートしましょう。