

すこやか

VOL. 61
2016.1

INDEX

神戸百年記念病院広報誌
kobe Century Memorial Hospital



当院は平成11年より(財)日本医療機能評価機構の認定を受けております。

日本医療機能評価機構

- 新年のご挨拶
- 人間ドックご優待キャンペーン
- 和漢のはなし「冷えと漢方」
- 名誉院長の眩き
- えべっさん救護所の設置
- 看護日誌●お知らせコーナー
- 診療日カレンダー
- 漢字クイズ



新年のご挨拶



院長 佐野 博志

新年明けましておめでとうございます。本年も皆様にとりまして良い年でありますよう祈念いたします。新しい一年を司る「年神様」を新たな気持ちでお迎えし、祝う行事がだんだんと遠のいていく昨今です。決して懐古趣味というわけではありませんが、幼少期、門松を飾り、鏡餅を準備し、また新年には家族が改まってあいさつを交わすなか、何となく

気恥かしい思いをしたことなどが懐かしく思い出されます。

今年は干支でいえば申年となります。原義は「伸ばす」で「草木が十分に伸びきった時期で、実が成熟して香りと味が備わり固く殻に覆われていく時期」という意味を持つそうです。申年はこれまでの頑張りが形になっていく時期の到来を連想させます。

昨年も異常気象にて日本全国が強い台風や集中豪雨、竜巻などの自然の猛威に襲われた年でもあります。一方、喜ばしかったことは、お二人の方が、それぞれ医学・生理学、物理学の二分野でノーベル賞を受賞したことであります。しかしながら、最近、理科離れの学生が増えたことや理系の海外留学が減少していることなど、科学立国で通してきた我が国の将来がやや懸念されます。

昨年度の本院におけるトピックスを列挙してみます。先ず最初は、一病棟を完全に地域包括ケア病棟に変更したことです。地

域包括ケア病棟の拡充により、今後とも患者さん並びにご家族が安心して在宅に復帰できるよう退院調整を行えるようになるとともに、かかりつけ医を含め近隣の医療機関の後方支援病院の機能も果たすことが可能となりました。

次のトピックスは、健康管理センターの優良施設認定更新についてです。昨年6月、日本総合健診医学会の優良施設認定の更新審査を受け、8月末に正式に更新認定が下りました。今後も更に健診の質を向上し、利用者の方に喜んでいただけるよう研鑽を積んでいきたいと考えています。

ところで、未病という言葉が聞かれたことがあるでしょうか。未病とは病気ではないが健康でもない状態、病気の予備軍的状态と考えられています。未病は二つに大別され、一つは自覚症状はないが検査結果に異常がある場合と、二つ目は自覚症状はあるが検査結果に異常のない場合です。対象となる状態には、境界域高血圧、境界域糖尿病、脂質異常症、肥満、骨粗鬆症、脂肪肝、無症候性脳梗塞などがあります。これからの超高齢社会では現在の社会保障制度の枠内では医療は立ち行かなくなり、できればこの未病のうちに病気への移行を阻止することが大事です。超高齢社会は未病の方の割合が高く、数年前に未病者はすでに5000万人を超えると推定されています。一病息災と言われていますが未病息災のお勧めです。一病ある人も新たな病気の発生を阻止するために未病の段階で合併症を予防したいものです。健診はその意味でも有意義ですね。

連携医療機関の皆様へ

当院での診療を希望される患者さまがいらっしゃいましたら、地域医療連携室へお問い合わせ下さい。

定期的に人間ドックを受診されていますか？



近年はがんの罹患率も上昇しており当健康管理センターにおいても平成25年は27件、平成26年は9件のがんを発見し治療に繋げております。『がんの早期発見』の意義は『治療可能な、早期のがんを見つけること』であります。

また、がんだけでなく生活習慣病予防においても健康状態のチェックや受診者様の生活習慣をベースに日常生活における食事、運動等のアドバイスを受けていただくことは、ご自身だけでなくご家族、友人、まわりの人たちも悲しい思いをしないですむために大切なことです。

しかし受診費用も高額なため、殆どの方が健康保険組合やお勤め先の費用補助を利用してご受診いただいております。退職され補助を受けられない方の受診機会が少なくなっている現状があるのではないのでしょうか？

そこで当健康管理センターではそのような方を対象にできる

だけ多くの方に受診していただけるよう優待期間特別コースを実施させていただきます。

通常期間の人間ドックとの違いは、割引料金によるご提供、またこの期間は受診者の方が比較的少ないこともあり、ゆっくりと落ち着いた雰囲気の中でご受診いただければ幸いです。

この企画は毎年継続的に実施いたします。年一回貴方のお身体の定期点検日を設けて頂き、ご自身の安心、そしてご家族、友人、まわりの人たちの幸せのお手伝いをさせていただきたいと考えております。

健康管理センター一同、皆様のご受診を心よりお待ちしております。ご予約、お問合せはお電話にて承ります。

人間ドックご優待キャンペーン

人間ドックへのご予約は 神戸百年記念病院 健康管理センター

人間ドックは健康への近道

078-652-4163

受付時間(月～金 9:00～16:30)
(第2、4土曜 9:00～12:00)



3h
男女共通
短時間ドック
お忙しい方のために
1日ドックから診察
昼食を除いたプランです
特別価格 **35,000**円 (税別)

1日 + **消化器**
男女共通
**1日ドックと
消化器がんセット**
通常期間 49,500円
特別価格 **45,000**円 (税別)

1日 + **婦人科**
女性限定
**1日ドックとマンモグラフィー
婦人科がんセット**
通常期間 52,500円
特別価格 **47,000**円 (税別)

1日 + **前立腺MRI**
男性限定
**1日ドックと
前立腺MRIセット**
通常期間 70,000円
特別価格 **63,000**円 (税別)

※各種健康保険組合、その他企業団体よりの補助等での申込は、対象外とさせていただきます。

和漢のはなし 「冷えと漢方」

東日本大震災の際、東洋医学による医療活動を行なった先生がいました。彼は適切な漢方薬を用いることで、急激に体温が改善した症例を報告しています。

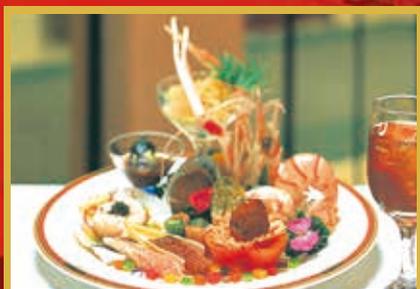
88歳の男性。自宅で被災し津波で溺れかかったが、家族に助けられて命からがら避難所にたどり着いた。体は芯から冷えて、徐々に体力が低下して食欲もない。倦怠感も強く、教室の隅で横になっていた。体幹・手足ともに非常に冷えていた。食欲がなく、倦怠感が強いので、身体を中から温めて元気にする目的で

人参湯、手足の循環を改善して冷えをとる目的で当帰四逆加呉茱萸生姜湯をお湯に溶いて内服してもらった。30分後、体の冷感が緩和、活力がわいてきた。その日は、自分で歩いて給食の食事をもらいに行き、摂取することが出来た。

冷えの原因として、1つ目は熱産生能力の低下があげられます。胃腸虚弱や老化が原因となります。蒸したショウガ(乾姜)でお腹、トリカブト(附子)で体全体を温めたりすると元気も出てきます。2つ目は、産生した熱を体に運べないこと。当帰や桂枝は血管を広げて四肢を温める効果があります。

和漢診療科医長 堀江 延和

CHINESE RESTAURANT



北京料理 神戸飯店

〒653-0036 神戸市長田区腕塚町5丁目5-1

(アスタくにつか1番館)

☎(078) 642-4839 (代)

☎(078) 642-0155

●http://www.kobehanten.co.jp ●定休日/水曜日



名誉院長
の
呟き

大学勤務も終り、先輩の斡旋で神戸百年記念病院に勤務し、地域医療を担当させて戴いて、漸く時間的ゆとりが出来てきた時、若い医師を対象に日常臨床に役立つ知識を、色々の分野の権威による講義の場を設けたいと思いました。そこで神戸大学の生化学の教授で、後に神大学長、そして定年後は成人病センター長として活躍された西塚先生と相談し、勉強会を「六翻会」と名付け、定期的に開催しました。この六翻の名前の出典は、中国の故事にある「鴻鵠一挙して千里なれど、待むところは六翻のみ」によりました。本来翻とは鳥の羽の基本単位で、昔はペン先を支える役目を持っていました。一回の羽搏で千里を飛ぶという想像上の大きな鳥(鴻鵠)も、僅か6枚の翻に頼っているのだという意味で、君主は多くの家臣を有しているが、役に立つのは僅かな家臣のみであると。多くの患者さんの頼り甲斐のある臨床医になって戴きたいという意味で六翻会と名付けたのです。

毎年、新年にはその年の干支を漫画にしておりますが、今年は申年で、王衣をまとった猿の王様が翻で作ったペンを握って、理想の社会の為の政治を如何にすべきか考えている漫画にしました。謹賀新年、本年も何卒宜しくお願い申し上げます。



「えべっさんの救護所を
設置します」

当院看護部は例年“柳原えびす”開催時に、救護所でお手伝いしています。救護所ブースにて看護師1名が滞在し、その場で処置ができる軽症から、救急隊の協力も得て当院の医師と連携した救護まで、参拝者の方の急な治療に携わっています。また、体調不良の為休憩の必要な方に滞在して休んで頂いたり、インシュリンを打つ場所がないとお困りの方には場所の提供をしています。

今年の開催時期は、週末と重なり、また最終日の“残りえびす”は神戸市の成人式と重なりますので、大勢の人出が予想されます。あらゆる場面を想定して、救護所での迅速な救急対応と、当院内での休日診療体制との連携を強め、兵庫区最大のまつりに貢献できますよう万全の体制をもって努める所存です。



迅速な救急対応と、当院内での休日診療体制との連携を強め、兵庫区最大のまつりに貢献できますよう万全の体制をもって努める所存です。

看護部看護部長室 中尾 百合子

看護日誌

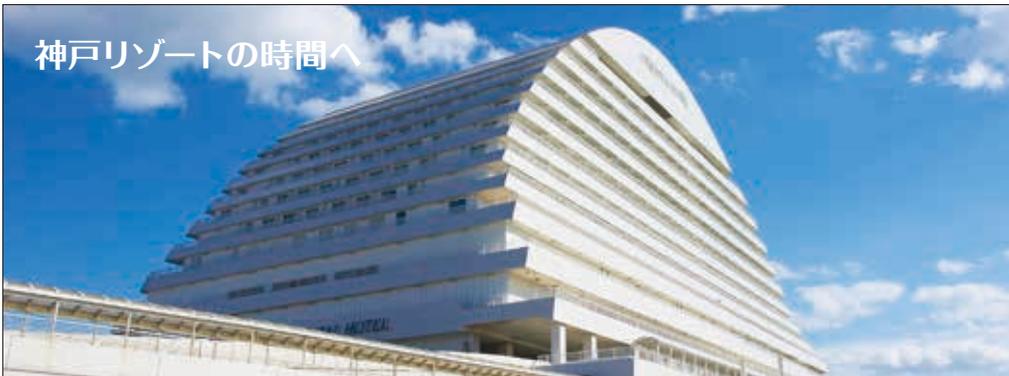
7F病棟師長 白井 ゆりか

ナイチンゲールの「看護覚え書」には、「看護とは、新鮮な空気、陽光、暖かさ、清潔さ、静かさなどを適切に整え、これらを活かして用いること、また食事内容を適切に選択し、適切に与えること。—こういっただことのすべてを、患者の生命力の消耗を最小にするように整えること、を意味すべきである。」とあります。

今、当病院では、来年4月末までの予定でバルコニーの改修工事が行なわれています。そのため、外壁にはネットが張られ(陽光は・・・)工事の音も大きく(静かさは・・・)、病棟師長として入院される患者様に最良な療養環境が提供できないことを心苦しく思っております。入院中の患者様は、「どうしようもないからなあ・・・。」「これも必要な事だからなあ・・・。」と我慢してくださっています。でも、「うるさくて休まれへんわ・・・」と思われることもきっとおありでしょう。そんな時、私は、「申し訳ありません。その分私たち看護師の心遣いで少しでも気持ちよくお過ごしになれるよう努力します。」と心の中で誓っています。看護師一同、同じ気持ちで励んでまいります。もうしばらくご辛抱下さい。



神戸リゾートの時間へ



▼ご宿泊予約専用ダイヤル
078-325-8111
(受付時間 9:00~22:00)

▼ご宴会予約専用ダイヤル
078-325-8119
(受付時間 10:00~19:00)

<http://www.kobe-orientalhotel.co.jp>

神戸メリケン 検索



神戸メリケンパークオリエンタルホテル
〒650-0042 神戸市中央区波止場町5-6
TEL.078-325-8111(代表)

お知らせ
コーナー

糖尿病教室 午後3時30分～ 場所:本館3階ロビー

☆参加費用は無料です。どなたでもご自由にご参加ください。

1月22日(金) 合併症3(腎・神経)
～とっても恐ろしい合併症のお話～

2月26日(金) フットケア
～足のトラブルありませんか?～

ミニコンサート 午後4時～ 場所:本館1階ロビー

1月28日(木) 新春コンサート

出演:四季大香

2月25日(木) オカリナコンサート

出演:オカリーナ・アミカ



どなたでもご自由にお越しください。コンサートの日程は都合により変更になる場合がございますのでご了承下さい。

診療日カレンダー

1月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

3月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

：休日

Quiz

漢字クイズ

リストにある漢字を4文字ずつ使い、右の意味に合うようにマス目に入れます。(色の付いたところで、矢印でつながったところは同じ文字です。)最後まで使わなかった(リストに残った)漢字で四字熟語を作ってください。

□ □ □ □

↓

□ □ □ □

↓

□ □ □ □

↓

□ □ □ □

↓

□ □ □ □

- 顔をほころばせて、にっこりと笑うこと。
- 非常にばかげていて、滑稽なこと。
- 決死の覚悟を決めて物事にあたること。また、危険な状態からかろうじて助かること。
- 万物が絶えず変化し、移り変わってゆくこと。
- 迷いを転じて悟りを開くこと。



漢字リスト

転日死一開生
一転笑迷生月
笑万悟歩破止
進千生万顔流

解答記入欄

□ □ □ □

応募方法

はがきにクイズの答えと、郵便番号・住所・氏名・TEL・ご意見・感想をご記入の上、神戸百年記念病院「すこやか編集部」までお送り下さい。抽選で3名の方に図書カードを進呈致します。当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

応募締切り

平成28年1月31日
(消印有効)

前回の答えは「子楽吹衆」でした。多数のご応募をいただきありがとうございました。今回もふるってご応募ください。

編集後記

2016年新しい年のスタートです。皆様、今年の目標はもうお決まりでしょうか。当院では、本年も引き続き“地域になくてはならない病院”をモットーに、スタッフ一同励んで参りたいと思っております。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

医療法人社団 顕鐘会
神戸百年記念病院 すこやか編集部

編集責任者 西岡 昭彦
〒652-0855 神戸市兵庫区御崎町1-9-1
TEL (078)681-6111(代)
FAX (078)681-6118
http://www.kobe-century-mh.or.jp/



PCサイト



スマートフォン

ご宿泊は神戸メリケンパークオリエンタルホテルをご用意しております。



リゾート気分で健康開発

神戸百年記念病院 人間ドック2日コース

検査費用：61,000円(税別)

検査時間：1日目/13時～17時
2日目/ 8時～15時

検査内容:胃内視鏡・腹部超音波・心電図・血液検査・胸部X線・糖負荷検査等
オプション:大腸内視鏡・脳MRI・内臓脂肪・胸部CT等

お申込みはドック予約係へ

TEL:078-652-4163

予約受付時間：月～金：9時～16時半
土(第二・第四)9時～12時

