

泌尿器科診療が拡充しました

泌尿器科部長 松本太郎医師

2017年4月より南大和病院では泌尿器科診療の実施日を拡大致しました。泌尿器科も常勤体制を立ち上げ、診療を開始しています。一口に泌尿器科疾患と申しましても、排尿障害・結石疾患・尿路感染症（膀胱炎・尿道炎・腎盂腎炎・前立腺炎）・悪性疾患（前立腺癌・膀胱癌・腎癌等）・不妊・ED（勃起障害）等、その内容は多岐にわたります。特に高齢者が増加するにつれて増加する、排尿障害・前立腺癌に関する相談が多い印象です。当院の泌尿器科では特に排尿障害の治療に力を入れております。頻尿・尿排出困難・尿失禁がこれにあたります。診断・治療につき全般的に対応できるよう、新たに超音波検査・尿流測定・残尿測定の実施が可能な機器と最新の内視鏡検査を泌尿器科外来に整備致しました。排尿障害の中でも60歳過ぎの男性に多い前立腺肥大症については、内服治療から内視鏡による新しい手術治療まで行います。おしっこの出具合が弱くなったと感じてもこれが病気の自覚症状とは考えない方が多いです。



苦痛を伴う症状は、余程症状が悪化して全く尿が排出できない状態（尿閉）となるまで出現しません。

高齢の男性に多い病気です。前立腺という臓器がなぜ肥大するのかの詳細な原因は不明なのですが、加齢とともに大きく腫大する方は少なくありません。尿の勢いが弱くなるのは、安直に「年齢のせい」とするのではなく「加齢によって排尿に関係する臓器に何かが起こったため」と解釈します。そして、どの部位に異常を来しているのかの原因検査こそが検査です。診察室でお顔を拝見するだけですべて了解できればこれに勝る診療なしというところですが、実際には十分検査を行った上での診断となります。また悪性疾患につきましては昨年日本人男性の癌罹患率1位となった前立腺癌が泌尿器科の担当疾患です。当院で前立腺生検を施行しております。麻酔下に施行して、痛みを感じないよう配慮しております。短期入院が必要となりますが、いまのところ前立腺生検が前立腺癌を発見する唯一の方法と言っても過言ではありません。

また一方、頻尿の相談でお越しになる女性も少なくありません。近年脚光を浴びている過活動膀胱も泌尿器科で診療しております。有病率はこちらも高く、やはり十分に検査をして頻尿の訴えを種類毎に分別したうえで、それに合った治療を提案させていただきます。当院には各種画像診断の機器

診察室が増えました！



泌尿器科診察室内

（超音波・CT・MRI）も配備しておりますので尿路全体にわたる検査が可能です。血尿の精査に始まり、尿路結石の診断、腎癌・膀胱癌・尿管がんの精査も可能です。気になることがございましたらお気軽にご相談ください。



（文・緩和ケア認定看護師 鈴木夏樹）

緩和ケアは、看取りに限定される訳ではなく、ご自身の病気が診断された時から始まるケアなのです。病気になる、心や身体に不調が出てきた時、何となく気分が優れない時などありませんか？私は緩和ケア認定看護師として、その感じている不安が少しでも軽くなるよう関わらせて頂いています。

当院は、緩和ケア病棟などの専門病棟はありませんが、緩和ケアチームとして、医師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、ソーシャルワーカーと共にチーム全員で入院中の患者様に携わってまいりました。また、地域の中での活動として、訪問看護も同行させて頂きました。小さな病院だからこそ、顔の見える関係を大事にしたいと考えています。そして最後まで、住み慣れた街で過ごすお手伝いをしたいと思っています。

今後は、どなたでも気軽に相談して頂ける様に準備を進めていますので、よろしくお願ひします！（文・緩和ケア認定看護師 鈴木夏樹）

南大和グループ広報誌

MINAMIYAMATO PRESS

vol.60 2017年 秋号

トピックニュース

- PICKUP 居宅介護支援事業所の活動について【2面】
- 南大和グループの取り組み【2面】
- AEON 大和店にて 大盛況のうちに!!! 『第4回くらしの健康相談会』【2面】
- リハビリ部 膝痛体操【3面】
- 新コーナー 働くお母さんが作る 簡単オススメレシピ【3面】
- リレーエッセイ(56)【3面】 ○新入職員のご紹介【3面】
- Doctors 地域のお医者様 高座渋谷 ひょうどう耳鼻咽喉科 俵道 淳先生【4面】

問い合わせ：046(269)2411
ご予約：046(269)5000

南大和のチーム医療

緩和ケア チームをご紹介します。

はじめまして！南大和病院、緩和ケア認定看護師の鈴木です。

私は、一昨年認定看護師という資格を取得し、現在は外科病棟に所属しながら、緩和ケアチームとしても活動しています。

緩和ケアと聞いて、皆さんはどのようなイメージが浮かびますか？多くの方は、看取りのケアを想像されるのではないのでしょうか。

インフルエンザ

予防接種が

始まりました

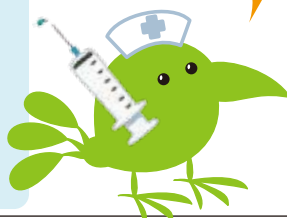
季節性インフルエンザワクチンの有効性は世界的にも認められています。日本においても高齢者の発病防止や、特に重症化防止に有効であることが確認されています。

季節性インフルエンザの流行は毎年11月下旬から12月上旬頃に始まり、翌年の1～3月頃に患者数が増加します。また、接種から抗体の上昇までに2週間程度を要することから、より効率的に有効性を高めるためには、12月中旬までにワクチン接種することが望ましいとされています。当院でも、10月より予防接種を受けられます。詳しくは院内掲示をご覧いただくか受付までお申し出ください。

予約がなくても

受けられます！

10月1日より
実施中！



【インフルエンザ予防接種料金】

一般・・・2800円（税込）
シニア・・・2000円（税込）

※65歳以上の方であれば大和市・綾瀬市以外にお住まいの方でもシニア価格で接種いたします。

※大和市・綾瀬市在住の65歳以上の方は市の制度によって実施いたします。

新コーナー 働くお母さんが作る

かんたんオススメ！レシピ ナスとひき肉のチーズがけ

材料(2人分)



- ナス(斜め薄切り) 3本
- タマネギ(薄切り) 1個
- 豚ひき肉 約200g
- 塩・コショウ 少々
- 大葉・パセリ
- とろけるチーズ (ピザ用チーズ) 100g
- ソース (とんかつ用or中濃) トマトケチャップ 1対1 (味はお好みで)
- オリーブオイル 小さじ1 (炒め用、サラダ油でも可)



時短でパッと作るレシピのため分量は計ったことがないので各ご家庭で調整して下さい。たくさん作って大皿に盛ると見栄えも良いですよ!!

作り方

- ① タマネギと豚のひき肉を炒め軽く塩・コショウをし、トマトケチャップとソースで味を付けお皿に取っておく。
- ② ①で使用したフライパンを少しきれいにしてナスを炒め、お好みで細切りにした大葉を入れ少し火を通す。
- ③ ①の上に②をのせてチーズをたっぷりかけ電子レンジに入れチーズがとろけたら色付けにパセリを散らして出来上がり♪

検査室 主婦代表

リハビリ部より 膝痛体操

膝の痛みを感じることはありませんか？
簡単なストレッチで予防しましょう!!

ストレッチ



1、膝裏伸ばし
椅子に浅く座る。片足を前に伸ばして踵を床につけ爪先を立てる。伸ばした膝を軽く押す。背中を伸ばした状態のままで軽く前へ倒れる。 15秒×2



2、太ももの側面の筋肉のストレッチ
仰向けで寝る。90°程度に片方の股関節、膝関節を曲げる。少し体をねじり反対側へ足を出す。反対側も同じように行う。10秒×3

筋トレ



1、パテラセッティング
(太ももの前面、大腿四頭筋)
両膝を伸ばし膝下にタオルを置く。膝を床に5秒間押し付ける。20回×3



2、ボール挟み(大腿内側、内転筋)
ボールを太ももに挟み、ボールが床から浮かないように注意しながら、ボールの中心に向かって両ももで5秒間挟み込む。10回×3



3、お尻あげ(大腿後面)
両膝を曲げる。臀部に力を入れてお尻を上げる。腰の反りすぎに注意します。10回×3

- ・運動やストレッチによって痛みが生じる(増強される)時は速やかに中止して下さい。
- ・運動回数は目安です。その日の体調等により調節して下さい。
- ・痛みが続く場合は医師の診察をおすすめします。

注意点

私は現在、ソフトボールチームに所属しています。社会人2年目になり、仕事とプライベートの両立がようやく出来るようになってきました。やりたいことは沢山あって、スノーボードにサーフィン、スキューバダイビング、スカイダイビング、パング、スノーボードなど。スノーボードとサーフィンは既に数回行き、ウェアを揃えてしまおうと夢中になっています。ずっとやりたいとは思っていましたが、始めるきっかけも、一人でやる勇気もなく行動できずにいましたが、スポーツジムに通い

始めてからアクティブな友人が増え、色々な事に挑戦するようになりました。スポーツジムに通おうと思ったきっかけは、仕事の都合上ソフトボールの練習に参加する事が難しくなり、体力だけでも落とさないように！と思い入会しました。仕事帰りは毎日通い、休日は気付けば7時間いることもあります。毎日メニューは自分で決め、走るか筋力トレーニング、たまに気晴らしでエアロビクスやヨガ、FIGHT DOに参加しています。中でも『FIGHT DO』はとてもお気に入り、家でもユーチューブを見ながら動いてしまふのです。

『FIGHT DO』とはキックボクシング、ムエタイ、マリーシャルアーツの動きをベースに、有酸素運動と無酸素運動を組み合わせたスポーツエクササイズです。繰り返して行うことで、全身の筋力持久力、俊敏性、柔軟性が向上するそうです。トレーナーさんから聞いた話だと45分間のレッスンで800カロリー程消費するそうです。

次回の執筆者は
医師部の
川崎 由季さんです。
お楽しみに！



こんにちは。医事部の飯島です。私の趣味は体を動かす事と食べる事です。最近趣味が増え、何を書くか迷いましたがスポーツ全般について書きたいと思っています。

56番目は、医事部の飯島 利恵さんです。

リハビリテーション



あねがわ あさみ
姉川 麻美
看護師
① 佐賀県
② 楽しく外食、子供と遊ぶ
③ 元気に明るく
かっこよく



おくつ ようこ
奥津 陽子
准看護師
① 新潟県
② 温泉
③ 明るい



わたなべ かずゆき
綿貫 和幸
介護助手
① 神奈川県
② ドラゴンクエスト
③ うるさい



やまぐち はるな
山口 榛菜
看護師
① 長崎県
② 犬と遊ぶ
③ 心配性



たむら いずみ
田村 泉
事務
① 長野県
② ライブ
③ マイペース



むらた みな
村田 美奈
事務
① 神奈川県
② 特になし
③ マイペース

新入職員のご紹介

- ① 出身地
- ② マイフォームは？
- ③ 自分を一言で表すと？

南大和グループの取り組み（活動報告）

「介護保険」を「存じますか？」高齢化社会を迎え、介護を必要とする人は年々増加していきます。その一方で少子化による家族の減少や高齢世帯の増加で個人では介護を支えきれなくなってしまう。そこで、医療保険と同様に社会全体で介護を支える仕組みとして介護保険制度が平成12年に始まりました。65歳以上の人および40歳から64歳の人で、特定疾病と言われる16の病気にあつた時に申請ができます。市町村が、審査・判定を経て要介護状態区分が認定されます。

では、どんなサービスが利用できるのでしょうか。大きく分けると自宅生活を支える方のサービス、施設で生活される方のサービスがあります。私たち南大和クリニックのケアマネージャーは主に自宅で生活する方の介護保険サービスの利用・調整のお手伝いをしています。介護保険サービスを利用するためには、居宅介護支援事業所との契約が必要となります。担当を決め、ご利用者やご家族と相談をさせていただき、希望に沿ったケアプランを作っていきます。ケアプランは、ご利用者がこんな生活をしていきたいという意向や目標、サービス内容などを書いた計画書です。私たちケアマネージャーは、住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らしていけるように、ご病気があつてもいきいきと暮らしていけるようにお手伝い、手助けができればというのをモットーとしています。

南大和グループの特徴として、南大和病院・南大和クリニック・南大和高度クリニックといった医療サービスと訪問診療・訪問看護・訪問リハビリ・栄養ケア・通所リハビリテーション・デイサービス・老人保健施設といった介護保険サービス事業所があります。



(文 居宅介護支援事業所 所長 阿野 浩子)

●ご相談は居宅介護支援事業所まで
お気軽にご連絡ください。
046-268-6013

新入職オリエンテーションフォローアップ研修

「新入職オリエンテーションフォローアップ研修」を行いました。先日、今年度4月に新卒として就職した職員を対象として、「入職後3か月フォローアップ研修」を行いました。今回のこの研修は、看護師・理学療法士・栄養士・社会福祉士・医療事務の5職種が集まり、1つのテーマについてディスカッションを行いました。

今回のテーマは、「入職前・後のギャップ(生活、時間、仕事など)、大変だと感じたこと、それをどのように克服していくか」を3グループに分かれ、事前をお願いしたアンケートをもとに、それぞれ話し合いました。慣れないメンバーに戸惑いながらも、研修の終わりにはグループの結束もでき、活発な意見が飛び交っていました。

入職後、他部署の職員同士が交流でき、部署は違っていても同じ悩みを抱えていることがわかった、安心感にもつながります。とても貴重な時間を過ごせたと思いました。

県央地区PADセミナー

7月20日に県央地区PAD*セミナーが東京都町田市のラポール千寿閣にて開催され、当院の山本雪子看護部長と本間喜行臨床工学部長が座長を担当しました。講演者には、当院総合腎臓病センターの三浦国男技士と川上崇志技士、湘南鎌倉総合病院の愛甲美穂先生(日本フットケア学会評議員)と清湘会記念病院の古屋良紀先生をお迎えし、県央地区の医療関係者が多数参加する盛況なセミナーとなりました。*PAD: Peripheral Arterial Disease(末梢動脈疾患)



「やまとAEDステーション」

認定事業所として
南大和クリニックが
標章を交付されました!!



フットケア指導士

リハビリテーション部の高原基樹が日本フットケア学会によるフットケア指導士認定試験に合格し、フットケア指導士として認定されました。近年、「足」のケアの重要性が認識され、足病変だけでなく、全身の病気の予防や治療につながる場合も少なくありません。そのため、医療スタッフが専門知識と技術をもって足のケア(フットケア)に関わるため、日本フットケア学会よりフットケア指導士が認定されています。当院ではリハビリテーション部の鈴木比子に続く、2人目のフットケア指導士となります。

高校生が臨床工学技士の仕事を見学

夏休み期間を利用しての高校生による職業見学がありました。当院では初めての臨床工学技士の職業見学になりました。臨床工学技士は医療機器のスペシャリストで、その業務は医療機器を介した呼吸・循環・血液浄化・保守点検・手術・内視鏡など様々ですが、一般的にはあまり知られていない職業です。当日は、臨床工学技士からの説明を熱心に聞く様子が伺えました。本間臨床工学部長は「見学で臨床工学技士という職業に興味を持ってもらい、将来の選択肢の一つにして下さい」と述べました。

AEON 南大和病院「くらしの健康相談会」



イオン大和店で
盛況のうちに
終わる!!

平成27年7月14日～16日にかけての3日間、イオン大和店で、「くらしの健康相談会」を開催しました。イオンでの相談会はこれで4度目になりますが、今回はこれまで以上に在宅の視点でご相談に乗れるよう、当院の居宅介護支援事業所も参加し、ご来場いただいた方の対応をいたしました。70代、80代の方のご来場も多く、この街で多くの方の健やかな日々を寄与したいと改めて思いました。

地域のお医者様
Doctors

高座渋谷

ひょうどう
耳鼻咽喉科
俵道 淳 先生

地域連携室より近隣のお医者様をご紹介するコーナー「ドクターズ」。
今回は、高座渋谷に開院して3年半、地域のかかりつけ医として既に
ご存知の方もいらっしゃると思いますが、あらためてご紹介いたします。
ひょうどう耳鼻咽喉科院長の 俵道 淳先生です。



―平成26年3月、ここに開業したんですが、初めてこの駅に来た時は再開発が始まったばかりで、駅の西側は少しずつ綺麗になってきました。でも東口はこれからという感じでした。ちょうど耳鼻咽喉科もこの街になかったというところで縁もあり決めました。加えて、もとの赴任先も比較的近く、その頃の患者さん、この沿線にいらつしやるというのも理由の一つですね。

今回は、駅から4分という近さにありますが、広々としたスペースと明るさが印象的なひょうどう耳鼻咽喉科の俵道淳院長にお話を伺いました。

―まずは趣味など身近な話題からお話しいただけますか？

―趣味は、山登りです。屋久島丹沢など行きました。最近はお山と行けてないですけどね。山にテントを持って行って泊まったり野菜など持っていく料理をして食べるのが最高にいいですよ。大抵他の人と休みが合わないのでも一人でやってます。最近ではなかなか時間が作れなくて行けません、その分ジョギングをして体を鍛えています。

―どんな経緯から高座渋谷にクリニックを開設されたんですか？

―先生が耳鼻咽喉科医を目指した理由は？

―耳鼻咽喉科医を目指した理由は、大学時代サッカークラブで先輩や憧れのOBがいたことで親しみが持てた事、他に、診療の領域が内科、外科、脳神経外科、小児科、精神科などと重なり、実は結構広範囲を診るという事に惹かれました。

―先生が日々の診療で大切にしていることをお聞かせください

―受診後に笑顔になってお帰りがたかく為に様々な工夫をしています。

耳鼻咽喉科の患者さんの多くはお子さんです。ですから安心



―なるほど、確かにクリニックに入ると明るい色の絵や可愛いものが目に飛び込んで来てホッとしますし、携帯電話で予約できるのも助かりますね！

―そして来てもらえるように明るい雰囲気作りを大事にしています。具体的には、診察室やエブリザーの前には沢山ぬいぐるみを置いて楽しみながら治療ができるようにしたりですとか、待合にはのびのびできるプレイルームを設置しています。
他に、地元の人を大切に、通いやすい雰囲気作りのために話をよく聞き、分かりやすく説明を心がけています。治療もできる限りするよう勤めています。お車での受診もしやすいよう、駐車スペースも広くとっています。

―地域との連携への要望や当院へのご要望がありましたらお聞かせください。―

―子供が怖い、行きたくない、痛い、といった先入観を持たれないよう、治療には細心の注意を払っていますが、同じくらい雰囲気作りにはこだわっています。治療に通うの大変なことです。からね。なのでお子さんの患者さんで、鼻吸ってほしいと自分から言う子が来てくれる時は嬉しいですね。



高座渋谷 ひょうどう耳鼻咽喉科

住所：〒242-0024 神奈川県大和市福田 1965-2
電話：046-279-5333

診療時間：

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~12:30	○	○	○	-	○	◎	-
15:00~18:30	○	○	○	-	○	-	-

◎・・・9:30～13:30

休診日：木曜、土曜午後、日曜祝日

駐車場：駐車場 12台有



駐車場もゆったり、たくさん

―地域連携室が間に入り患者さんの受診や紹介、検査等の橋渡しをきちんとやってゆき、地域の医療がよりスムーズになるよう努めて参ります。―
(編集：地域連携室)



南大和グループ広報誌 MINAMIYAMATO PRESS
60号 (2017年秋号)
発行者：南大和病院
発行責任者：南大和病院長 藤井真
編集責任者：広報委員長 中根孝司
住所：〒242-0015 神奈川県大和市下和田 1331-2
電話：046(269)2411 (代表)

南大和グループ

南大和病院
南大和クリニック
南大和高座クリニック
南大和老人保健施設
南大和訪問看護ステーション
南大和デイサービスセンター

編集後記

秋！何かを始めたいですねって毎年思っているような。思うだけで毎年秋は過ぎて行く。中根
・気候変動の影響ででしょうか。増測
お陽さまのない夏でした。金子(俊)
・スポーツ、食欲の秋。そして健康について考える時、がん検診を受けて健康寿命を延ばしましょう。
・スポーツの秋！食欲の秋！さて今年はどうしようかな？長田
・過ごしやすい季節になりました。たまには運動したいと思います。原田
・スポーツの秋！涼しくなってきました。ランニングでも始めよう！飯島
・息子と娘、それぞれ最後の運動会。成長した姿を見ると、嬉しさと寂しさを感じます。蝦名