

私たちの窓は、いつもみなさまに開かれています

February

2

2019年  
2月1日発行  
No.464

今月の色：節分

# 特集 わが街で健康に暮らす 8 人とつながると、健康になる? P-1

- インフォメーション P-4
- 診療科・センター紹介 リハビリテーション科 P-5
- 診療を支えるスペシャリスト  
摂食・嚥下障害看護認定看護師 P-6

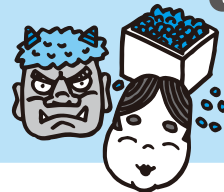


**病院理念** 私たちは利用してくださる方ひとりひとりのために最善を尽くすことに誇りをもつ



社会福祉法人 聖隷福祉事業団  
総合病院 聖隷浜松病院

## 人となつなると、健康になる?



超高齢社会になった今では、地域で暮らす一人一人が健康意識を持つ必要があります。このシリーズでは、毎回健康に関するキーワードを取り上げ、住んでいるこの場所で健康に暮らすための方法を、一緒に考えていきます。

## 健康の社会的決定要因とは

病院で患者さんに接していると、医療では解決できない問題に触れることがあります。たとえば、経済的問題があると、ストレスにさらされ、さまざまな疾患を引き起こします。これらの問題が健康に及ぼす影響を、医療者は肌では感じているものの、どうすれば良いか、わからないのが現状です。



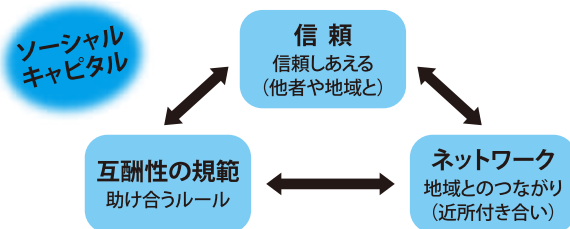
このような、人が生まれ、教育を受け、働き、年をとる過程で、健康に影響を与える要素を、「健康の社会的決定要因」といいます。すなわち、遺伝子にとどまらず、健康政策、ライフ・スタイルという人生すべてが、健康の社会的決定要因といえます。

## ソーシャルキャピタルを活かした健康づくり

近年、子どもの貧困問題などがメディアで取り上げられ、健康の社会的決定要因が注目されています。では、その要因に対して、どのように対処すればよいのでしょうか。

一つとして、ソーシャルキャピタルを活用することが考えられています。実は、WHO（世界保健機関）や健康日本21でも、健康の社会的決定要因に上手に介入するために、ソーシャルキャピタルを活かした健康づくりを推奨しています。

キャピタルとは資源のことで、ソーシャルキャピタルとは、道路などのハードな社会資本ではなく、人間関係、グループ間の信頼や規範、ネットワークといったソフトな社会資源のことです。



つまり、人のつながりによって得られる資源です。個人レベルで友達や家族からサポートを得られているか、地域レベルで交流があるか等でソーシャルキャピタルを測定し、研究に役立てます。

## 健康に生活するには…

電車で小学生が一人で通学できるのは「治安が良い」のではなく、「他人を信頼できる社会であり、ソーシャルキャピタルが高いからである」と考えます。大きな災害が起こると、海外では略奪が起こることがありますが、日本では列を作って待っています。このような協調行動は、「ソーシャルキャピタルが高い」ことで説明できます。さらに、国として高いソーシャルキャピタルを保持していることが長寿の理由とも考えられています。健康に生活するには、医療だけでは十分ではありません。地域の活動に参加することも、個人の健康に影響しています。

たとえば、地域のイベントに参加してみるのはどうでしょう。参加することでソーシャルキャピタルの強化につながり、地域・個人の健康につながるかもしれません。

文責：総合診療内科 主任医長 本間 陽一郎

次回、わが街で健康に暮らす9は「生活習慣を、どうすれば改善できるか」です。

## インフォメーション

イベント情報

参加無料・申込不要 お気軽にお越しください!

### 《第4回》がんに関する市民公開講座

テーマ：知っていますか? 小児がんと子宮頸がんワクチンの現状(予定)

- ▶ 日 時 …… 2019年3月9日(土) 13:00~14:50
- ▶ 場 所 …… 大会議室(医局管理棟B1階)
- ▶ 問い合わせ …… がん診療支援センター

TEL 053-474-2614 (平日 8:30~17:00)

FAX 053-474-2615

### 《第9回》ホス地下 2階に あがりました!

患者さんやご家族を対象とした、病気や予防法についてのミニ講座です。どなたでも参加可能です。お気軽にお越しください。

内 容：たばこ、栄養・食生活・飲酒、動脈硬化

- ▶ 日 時 …… 2019年2月28日(木) 11:30~12:00
- ▶ 場 所 …… 飲食休憩コーナー(B棟2階)
- ▶ 出演者 …… 慢性心不全看護認定看護師  
脳卒中リハビリテーション看護認定看護師  
摂食・嚥下障害看護認定看護師

### ハローワーク浜松による就労相談会

毎月第3  
金曜日開催

対 象 がん・肝炎・糖尿病などの疾病により長期療養しながら働きたいという方

自分の症状・体力にあった仕事はあるの?などの悩み・不安にハローワーク浜松の専門担当者がアドバイスします。(無料・予約優先)

- ▶ 日 時 …… 2019年2月15日(金) 10:00~12:00  
2019年3月15日(金) 10:00~12:00  
※詳細は病院ホームページをご覧ください →



- ▶ 場 所 …… 面談室(C棟1階窓口会計横)
- ▶ 問い合わせ …… 患者支援センター  
ご予約

TEL 053-474-1121 (平日8:30~17:00、土曜8:30~12:15)

# リハビリテーション科

入院後すぐに  
リハビリテーションを始めます



リハビリテーション科は、身体、言語、飲み込み（<sup>えんげ</sup>嚥下）、高次脳（記憶、注意など）の機能に障害をきたしている方がより良い状態で家庭や社会に復帰できるよう、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などとチームで取り組んでいます。入院早期からリハビリテーションを実施することで障害が改善したり、自分でできることが増えたり、社会に参加しやすくなったりすることが期待できます。病状の変化を注意深く診て、主治医などと相談して再発などの危険性を考慮した上で実施しています。

当科には嚥下機能について多くの相談があります。嚥下内視鏡検査は年間約700件行っており、退院後も長く食事が続けられるように支援しています。

病気が治癒しても以前と同じような生活ができず困っている方が多数おられます。それらの方が生活しやすくなるように一緒に考えていきます。

文責：リハビリテーション科 主任医長 西村 立（写真左から3番目）

さらに詳しい情報などを、YouTubeの「[聖隷浜松病院チャンネル「白いまど」](#)」で配信しています。



# 摂食・嚥下障害 看護認定看護師

食べたい気持ちを  
支援します



摂食嚥下障害とは、食べ物  
を認識し、飲み込み、胃までの

送り込む過程のどこかで問題が生じることです。摂食嚥下障害になると、低栄養や誤嚥性肺炎のリスクが高まります。近年、肺炎が死因の第5位\*にあげられ、摂食嚥下障害による誤嚥性肺炎が問題視されています。

摂食・嚥下障害看護認定看護師は、摂食・嚥下機能に障害をきたした患者さんに対し、安全に口から食べ続けられるように支援することが役割です。摂食嚥下障害を早期に発見し、嚥下リハビリテーションチームと連携しながら、患者さんにあった食事内容や栄養摂取方法を選択しています。病棟からの食事でもせる・食事の選定などの相談にも応じています。また、患者さんやそ  
のご家族に食事介助指導や退院支援を行っています。

\*平成29年厚生労働省  
人口動態調査より



文責：看護部 西 美保（写真左）、二橋 美津子（写真右）



# 聖隷浜松病院からのお知らせ

## 初診の方へ 紹介状をお持ちください

紹介状及び予約が必要な診療科(紹介予約制)がありますので、事前にご確認ください。なお、当院を受診される際に、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合は、初診に係る選定療養費として5,400円(税込)を別途ご負担いただいております。

また予約時には、原則としてかかりつけ医からご予約をお取りいただくようお願いいたします。

やむを得ず患者さんから予約する場合は診療科・担当医をご確認のうえ、下記までご連絡ください。

▶ **地域医療連絡室(JUNC)** ☎053-474-8801  
(月～金曜 9:00～17:00、土曜 9:00～12:00 / 祝祭日を除く)

## 初診受付開始時間について

2019年1月から、初診受付開始時間が8時になりました。

●月～金曜 8:00～11:30 ●土曜 8:00～11:00

## 再診の方へ 予約変更のご案内

予約変更は、適切な診療提供に支障をきたすおそれがあります。やむを得ず予約変更を希望する場合のみ、下記までご連絡をお願いいたします。

- お手元に診察券・予約券等をご準備ください。
- 時間帯によってはお電話がつながりにくい場合があります。
- 変更の際は医師等に確認が必要なため、お時間や日数がかかります。

▶ **外来受付センター** ☎053-474-0100 (月～金曜 9:00～16:45)

## 面会の方へ

面会時間…月～土曜 14:00～20:00、日曜・祝日 10:00～20:00

- 院内感染予防の目的で、以下の症状がある方には、面会をご遠慮いただいております。  
発熱 / 咳・痰 / 原因不明の発疹 / 嘔吐・下痢

## ご来院の方へ

駐車場の収容台数に限りがあり、大変混み合いますのでなるべく公共交通機関(電車・バス)をご利用ください。



社会福祉法人 聖隷福祉事業団

総合病院 聖隷浜松病院

ジョイント・コミッション・インターナショナル認証  
日本医療機能評価機構認定  
地域医療支援病院

〒430-8558 浜松市中区住吉2-12-12 ☎053-474-2222

発行責任者 院長 岡 俊明