

せいれい 聖隷よこはま



<http://www.seirei.or.jp/yokohama/>

ご自由にお持ちください

診療科
紹介

小児科

浜っ子がすくすく育つ地域の小児科をめざして

特集

薬剤師が分かりやすく解説!

ワクチンの基礎知識

お知らせ

- 第1回 - 認定看護師紹介

建築 NEWS!!

立体駐車場 建築工事
～ダイジェスト版～

最新トピックス

ほっと情報・インフォメーション

今が旬! 栄養レシピ

夏野菜たっぷりトマトカレー



西1病棟近くの
電話ボックスにて
四季折々の作品を
展示中です!
ぜひお楽しみください!

7月の表紙は
「朝顔のパッチワーク」
(縫製ボランティアさん作成)

病院理念

私たちは、隣人愛の精神のもと、
安全で良質な医療を提供し、地域に貢献し続けます

浜っ子がすくすく育つ地域の小児科をめざして
主任医長 北村 勝彦医師



概要と特徴



当院を訪れる患者さまはご高齢の方々が多く、1階の静かな外来待合いの廊下を進むと突き当りからにぎやかな音や声が聞こえてきます。小児科外来はちょっと異種空間かもしれません。熱のある子、咳のとまらない子、おなかを痛がる子、その訴えは様々ですが自分からその症状をすらすらと話してくれる子どもはほとんどいません。小児科の特徴は目の前の子どもが何を訴えているのかを迅速にかつ正確に見極めなければならないことです。その見極めの大きな助けとなるのはやはり日頃そのお子さんを育て見守るお母さん、お父さん、時におじいちゃん、おばあちゃん達です。診察室ではわからない子どもの様子をたくさんお話しくださることで診断に大変助かります。

小児科の上手なかかり方については、当院ホー

ムページにも掲載していますのでご参照ください。基本的にお子さんのことを熟知されている方（主にお母さん、お父さん、祖父母など）が同伴されることをお願いします。母子手帳は出生時の状況や予防接種、健診などの記録の宝庫ですので受診の際は必ずご持参ください。また、お子さんが内服、外用されている薬の記録（お薬手帳）も大変役立ちます。具合の悪いお子さんは吐いたり、おもらししたりすることも多いです。換えのおむつや着替えもご持参いただくとよろしいでしょう。当院ではおむつ替えベッドや授乳室があります。子どもの病気は感染症など急性疾患が多く、時間外のお子さんの急病への対応はホームページもご参照ください。

<http://www.seirei.or.jp/yokohama/medical/691.html>



↑待合室には
プレイスペースもあります



授乳室



診察室隣には
広々とした授乳スペース



小児科って？



小児科医の守備範囲は生まれたあとの赤ちゃんからと思われがちですが、お母さんのおなかの中にいるころから小児科医がかかわるプレネイタル・ビジット（出産前小児保健指導）という言葉をご存知でしょうか。妊婦さんやその家族に対して、産婦人科医と小児科医が連携し、小児科医が育児指導や育児相談を行うことで、育児不安を解消し、良好な親子関係の育成を目的とする保健指導です。当院小児科では現在このプレネイタルビジットを行うことができませんが、お父さんお母さんの育児不安を可能な限り払拭できる守備範囲の広い小児科をめざして日々診療を行っています。

また、小児科医の役割の一つとして子どもの病気を予防する、あるいは重くしないための取り組みが注目されています。発育発達への不安、食物アレルギーへの不安、予防接種をどうしたらよい？ スキンケアの方法など、不安やわからないことがあったら、小児科医にお気軽にご相談ください。

当院のある保土ヶ谷区は 14 歳以下の子ども人口割合が 11.3%と市内 18 区中ワースト 4 です（2016 年度）。その一方でわずかながら子ども人口増加率はベスト 4 で増加傾向にあります。今後も子育てしやすい街“保土ヶ谷”を支えていきたいと考えています。

診療体制

現在、常勤医師 1 名、非常勤医師 4 名（横浜市立大学およびその関連病院からの応援医師）で診療にあたっていますが原則的には外来診療のみの対応です。診断、治療が困難なお子さんは横浜市立大学附属病院やその関連病院等と連携して対応しています。外来診療の詳細は別表をご参照ください。



地域の先生方へ

1 小児てんかん外来開設のお知らせ

2017 年 6 月から毎月第 3 月曜日午後（祝日の場合は、第 4 月曜日）に小児神経専門医（聖隷浜松病院てんかんセンター長 榎日出夫医師）による小児てんかん外来を開設することになりました。地域の先生方の中で、小児のてんかんを診察されお困りの症例がございましたら、ご相談ください。なお、発作時の救急には対応できませんのでご了解ください。詳細は、小児科外来までお尋ねください。

2 常勤医師 1 名のため、患者さまをご紹介いただく際はあらかじめご連絡いただくと大変助かります。マンパワー不足でご迷惑をおかけしますが、精一杯対応させていただきます。

外来診療担当表

2017 年 7 月現在

	月	火	水	木	金	土
午前外来	北村・*蒲	北村	北村	大杉・交替制	北村	北村
午後予約外来	慢性疾患 北村	—	慢性疾患 第 1 福山	慢性疾患 交代制	慢性疾患 北村	—
午後専門予約外来	小児てんかん外来 第 3 榎	7ヶ月、1歳健診 予防接種 北村	予防接種 北村	—	予防接種 北村	—

※小児てんかん外来：第 3 月曜日が祝日の場合は、第 4 月曜日

特集

薬剤師が分かりやすく解説！

ワクチンの基礎知識



ワクチンとは？

人の体はウイルスや細菌などの異物が入ってくると、それを排除しようとリンパ球や白血球などが働き、抗体が作られます。一度抗体が作られると、次に同じ異物が入ってきたときには抗体やリンパ球がただちに働き、すぐに排除しようとします。これを「免疫」とよびます。異物である病原体の毒性を弱めたり、無毒化して人に刺激を与えて免疫を作り出し、病気にかかったときに、無症状もしくは症状が軽く済むようにすることを目的として作り出されたものがワクチンです。ワクチンは、「生ワクチン」、「不活化ワクチン」、「トキソイド」の3つに分けられます。「生ワクチン」は、ウイルスや細菌の毒性を弱めて

病原性をなくしたものを原材料として作られ、体内で増殖して免疫を高めていくので、接種の回数は少なく済みます。

「不活化ワクチン」は、細菌やウイルスを殺して感染力を無くしたり、必要な成分だけを抽出して作られたワクチンです。生ワクチンよりも免疫の出来方は弱いので、免疫力を高めるために数回の接種を行ったり、免疫に刺激を与えるため追加接種が必要です。

「トキソイド」は、細菌の毒素だけを取り出して無毒化し、免疫を作る能力は残したままワクチンにしたものです。不活化ワクチンと同様に、複数回の接種や、追加接種が必要です。



ワクチンの種類

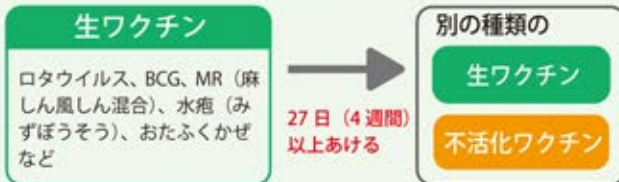
一般的に使用されているワクチンには、表のような種類があります。

ワクチン	生ワクチン	ウイルス	MR (麻疹風疹混合)、麻疹 (はしか)、風疹、おたふくかぜ、水疱 (水ぼうそう)、黄熱、ロタ
		細菌	BCG (結核)
	不活化ワクチン	ウイルス	日本脳炎、インフルエンザ、狂犬病、A型肝炎、B型肝炎、ヒトパピローマウイルス (HPV)、ポリオ
		細菌	DPT (三種混合：ジフテリア・百日せき・破傷風) 肺炎球菌 (23 価多糖体・13 価結合型・10 価結合型) インフルエンザ菌 b 型 (Hib)、髄膜炎菌
		ウイルス・細菌	DPT-IPV (四種混合：ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)
	トキソイド	毒素	ジフテリア、破傷風、DT (二種混合：ジフテリア・破傷風)

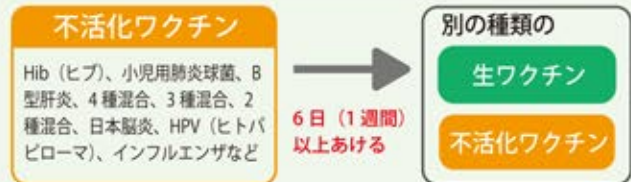
異なるワクチンの接種間隔

2種類以上のワクチンを別々に接種する際、通常生ワクチンの場合は、27日（4週間）以上の間隔を空けて次のワクチンを接種します。また、不活化ワクチンの場合は、6日（1週間）以上の間隔を空けて次のワクチンを接種します。

★生ワクチンを接種した場合



★不活化ワクチンを接種した場合



定期接種と任意接種

予防接種には、法律に基づいて市区町村が主体となって実施する「定期接種」と、希望者が各自で受ける「任意接種」があります。定期接種は公費補助が出ます（一部自己負担あり）。任意接種は原

則として自己負担となりますが、地域によっては公費で補助をしているところもあるので、実施している予防接種の種類や補助内容の詳細については市区町村などに確認しましょう。

定期接種ワクチン	任意接種ワクチン
Hib、小児用肺炎球菌、B型肝炎、4種混合、BCG、MR、水痘、日本脳炎、HPV、インフルエンザ（高齢者）、肺炎球菌（高齢者）	ロタ、おたふくかぜ、インフルエンザ、A型肝炎、髄膜炎、狂犬病

ワクチンによる副反応

予防接種はメリットが高いものですが、リスクもゼロではありません。ワクチンを接種したことによって生じる不快な反応、異常な反応を「副反応」といいます。多くの場合は接種した場所が痛い、赤くはれる、熱が出るなど、1～3日程度でおさまりますが、ごく稀にショック症状やけいれんなどの重篤な副反応が出る場合があります。予防接種後に体に異常が見られた場合には、必ず医師に相談しましょう。

予防接種に原因があると強く考えられるものに対しては救済制度があり、定期接種による健康被害においては、後遺症が残った場合や死亡した場合、予防接種法にもとづいて医療費などが支払われる「予防接種健康被害救済制度」があります。任意接種の場合は薬による副作用と同じ扱いとなり、独立行政法人医薬品医療機器総合機構法（PMDA）による救済制度があります。

安全にワクチン接種を受けるために

副反応をできる限り避け、安全に予防接種を受けるためにも、予診票は正しく記入し、医師に体調等をよく伝えることが大切です。また、薬によってはワクチンが使えない場合もあるので、日常的に使用している薬があれば、スタッフへ伝えるようにしましょう。



\\ 専門・認定・診療看護師 \\

当院のスペシャリストナースをご紹介します！

- 第1回 -



外来 救急看護認定看護師
福田 安津子



救急看護認定看護師の役割

患者さまが、心疾患や脳疾患、あらゆる臓器からの出血などで緊急度・重症度が高い生命危機にあるとき、救命と次いで後遺症や合併症を最小にし、苦痛を最小限にできるように支援します。急変を予防するために病棟スタッフと連携し協力することも大切な役割です。また、急なけがや病気で受診される患者さまとご家族へは、帰宅後にご自宅で適切な手当てを行い、再

受診の必要性を判断できるよう説明し、回復の促進や重症化を予防できるように支援します。

東日本大震災や熊本地震以後、関東への地震が起こる可能性は高まってきています。災害発生時に危険の予測と素早い判断で被害を最小に抑えるよう災害看護を行うことも担っています。



活動内容

- ・ 普段は、救急外来に勤務しています。
瞬時に全身状態を観察し、処置や治療の予測、準備や調整、診療の補助を行います。
- ・ 病院内で急変が起こったときは駆けつけます。
入院中の患者さまや一般外来へ受診に来た方が急に具合が悪くなり連絡がきたときには、現場に急行し救急処置や応急処置を行います。
- ・ 病院スタッフへ勉強会を開催しています
BLS(一次救命処置)や急変予防と急変対応、様々な疾患の観察や評価のポイント、災害時の対応などの座学やシミュレーションを通じた勉強会を行っています。



認定看護師として、大切にしていること

患者さまが、「何を求めているのか」をよく聞き「必要なことは何か」を考え「行うべきことは何か」を予測し、看護師として「何ができるか」を計画し実践するようにしています。救急では、患者さまの生活状況や健康管理に関する情報を限られた時間で把握し、効果的に介入を行なう必要がありますが、一方的に必要な情報を提供するだけでなく、その人がみずからの生活に適用させ実行できるような健康管理のご説明を心がけています。



災害医療・看護セミナー
(院内)

当院には、2 領域の専門看護師、7 領域の認定看護師が在籍しています。さまざまな活動を展開し、看護の質の向上に取り組んでいます。今回は救急看護認定看護師・認知症看護認定看護師の2人を紹介いたします。

認定看護師とは 特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識があると認められた看護師のことをいいます。



西 3 病棟 認知症看護認定看護師
新城 佑樹



認知症看護認定看護師の役割

認知症を患っている患者さまやそのご家族に対して、「認知症があるから入院が難しい」や「入院しても暴れてしまい治療の継続ができないので退院してもらおう」といったことが無いよう、個人を尊重し安心かつ安全な療養生活を起こることができるように調整を行っています。



活動内容

昨年 7 月より活動をさせていただきまもなく 1 年になろうとしています。活動内容は主に、毎週火曜日に病院全体の認知症の患者さまや認知症を疑うような症状をもつ患者さまに対し、具体的なケア方法を病棟スタッフと共に考え提供しています。また認知症による症状なのか、そうでは無いかという鑑別のために認知機能テストも実施しています。ご家族に対しても認知症による症状の関わり方や社会資源の活用方法などアドバイスを行っています。火曜日以外は西 3 病棟（心臓血管センター、腎臓内科）のスタッフとして働いています。その中で、認知症の有無に関わらず、すべての患者さまが安全に治療を受けることができるように個別性のあるケアや関わりを行っています。



認定看護師として、大切にしていること

これから高齢化は進み、高齢化が進むことでますます認知症を患う人は増えていくと思います。認知症というとネガティブな印象ばかりが浮かんできてしまいますが、認知症という言葉に左右されるのではなく一人の人として療養生活を安心に行えるように関わっていくことを大切にしています。

ほっと情報

Information

このページは、健康や医療にまつわる最新情報、その他興味深いホットな情報をお届けします。知って得するお話です。

1 『骨密度検査』をご存知ですか？

放射線課 診療放射線技師 一木 俊介

骨密度検査は、骨の中のカルシウム量など（骨量）を測定し、骨の強度を調べる検査です。定期的に骨密度を調べることで骨粗鬆症（こつそしょうしょう）の診断や骨折のリスクを評価することが可能です。当院ではガイドラインに沿って、腰椎（腰の骨）と股関節（太ももの付け根の骨）を用いて撮影を行っています。私たちの骨は、古い骨を壊し新しく骨を作る作業を繰り返し、健康な骨を維持しています。この過程を骨代謝といいます。腰椎は、骨代謝が盛んな海綿骨を多く含むため、骨密度の変化を顕著に捉えることができます。一度、骨密度を調べてみてはいかがでしょうか。検査に対する質問などがございましたら、ご相談ください。



正常な骨



骨粗鬆症の骨

2 TIA（ティー・アイ・エー）って知ってますか？②

西1病棟 看護師 小林 希和

前回、TIAは一時的に脳に血流がまわらなくなる発作であるとして説明しました。この発作は意識消失、手足の脱力などの症状が消えても、また繰り返し起こることで脳梗塞を起こす恐れがあるので、脳梗塞の危険信号と考えられています。

日々の気温差や室内外の温度差などにより、からだの調節機能がダメージを受けやすくなります。「冷え症だから」、「運動不足だから」と安易に判断せず、以下の図の項目に心当たりがあれば、症状が消えた後でもすぐに脳神経外科を受診しましょう。

1. 普段から血圧が高い
2. 60歳以上である
3. 糖尿病がある
4. 手足の麻痺やしびれがはつきり出た
5. しゃべりづらい、ろれつが回らない
6. こうした症状が10分以上続いた

3 リウマトイド因子

西2病棟 看護師 田口 和美

健康診断を受ける機会が増えてきています。そこで、一つ豆知識！健康診断で「RF リウマトイド因子」の検査があります。関節リウマチの診断に用いられる値ですが、実は基準値より高いからと言って関節リウマチとは限らないのです。RFは、健康な人でも5%の割合で高値になることが知られています。（実は私もリウマチ内科の1先生も基準値より高値でした。）また関節リウマチ以外での病気（ウイルス性肝炎やその他の膠原病）でも高値を示すことがあります。関節がはれたり、痛みやこわばりがある場合には関節リウマチの可能性があるので、リウマチ・膠原病内科に相談してみてもいいでしょうか。関節の症状がない場合でも他の病気の恐れもあるので、当院のリウマチ・膠原病内科の医師もしくは看護師に気軽にご相談ください。



4 採血・採尿受付機を導入！

検査課 臨床検査技師 一原 綾花

採血・採尿がある方は、受付機のご利用をお願いします。

- ① 診察券を診察カード入口に入れてください。
- ② 採血のある方は整理券が発行され、尿検査のある方は尿コップが発行されます。
- ③ 採尿がある方は採尿室 54 番へご提出ください。
採血と採尿がある場合は、どちらが先でも構いません。
採尿のみの方は尿を提出後、次の検査や診察へ進んでください。
- ④ 採血案内モニタにお手持ちの整理券番号が表示されましたら、採血室に入ってお待ちください。
- ⑤ スタッフがお名前をお呼びしますので、整理券・診察券・予約券（または案内票）の3点をお渡しください。
生理検査（心電図・肺機能など）は、生理検査室 52 番に直接ファイルをご提出ください。

予約日に変更がある場合や、細菌検査、持参検体がある方、ご不明な点がありましたら検査受付担当者にお声掛けください。



採血案内モニタ
ご案内の準備ができましたら、
整理券番号が表示されます



こちらから尿カップが発行されます

診察カード入口

整理券が発行されます

5 人工透析総合支援システム はじめました。

臨床工学室 臨床工学技士 森田 斗南

血液浄化センターでは、この度人工透析業務総合支援システムを導入いたしました。このシステムは、患者さまの情報や日々の身体の具合、具体的な透析記録などを収集・整理して調べやすくしたり、最新の情報に更新したりして管理する機能と、透析装置、自動血圧計や体重計などと連動し、自動でデータの収集を行い、パソコンで簡単に見ることができる通信管理機能の2つを有したシステムです。電子カルテのような医療情報のデータ化時代に合わせ、各装置との連動による効率化を実現し、複数の個別情報の一元管理が可能となりました。煩雑な情報を自動で纏めてくれるのでスタッフの負担軽減にもつながり、その分、患者さまに費やせる時間の確保ができます。



6 地域包括ケア病棟での リハビリテーションの役割

リハビリテーション室 作業療法士 津藤 祐子

聖隷横浜病院の地域包括ケア病棟は、2015年5月に新設された病棟です。この病棟は地域にお住まいの患者さまが、ご病気を持ちながらも安心して地域で暮らせるように作られました。入室対象者は、



地域包括ケア病棟専従療法士
津藤祐子

- ① 一般病棟で急性期医療を終えた方（院内転棟）、② 在宅サポート入院、③ 急性期治療を終え在宅調整が必要な方（転院）です。

ご病気になって入院された患者さまの治療が落ち着いた後、退院後の生活の準備や調整のために転棟します。

患者さまが『どのくらい動ければご自宅での生活が可能か』を患者、家族、医師、看護師、看護助手、相談員、リハビリ職員が連携をとって検討します。

それらを元にリハビリの内容や負荷を決めて、入院生活を元気に送っていただけるように関わっております。



地域包括ケア病棟の
リハビリテーション室風景

せいいい インフォメーション

Information

① 毎週水曜日は健康講座！

総務課 事務部 畠山 知寿子

毎週水曜午前11時から1Fエレベーターホール前において、心臓血管センター内科の医師による健康講座を行っています。毎週ご好評をいただいているこの健康講座では、心臓血管を中心とした健康維持に役立つ話を聞くことができます。

どのような生活習慣の方が健康リスクを受けやすいのか、病気の早期発見にはどんな検査を受ければいいのか等々、明るく、分かりやすく、丁寧に伝えします。

日頃から健康に不安がある、という方は講座後に診察のご予約もできますので、お気軽にお立ち寄りください。当院の心臓血管センター内科では地域屈指の最新画像診断設備を用いた診断・治療ができ、24時間365日の対応が可能です。また、大変志の高い医師やスタッフが揃っております。受診にあたり不安をお抱えの方は、この講座を通じてご自身の健康を考えるきっかけにはいかがでしょうか。



熱意ある医師が揃っております



健康講座後、丁寧に質問に答える眞壁医師

② 保険証は、月に1度ご提示ください！

医療情報管理課 事務職 當摩 容子

患者さまの医療費（10割）のうち、ご自身が医療機関に支払うのは、それぞれの負担割合（3割など）に応じた医療費の一部です。残り（7割など）は、医療機関から保険者（保険証の発行元）へ請求しています。

医療機関は、患者さまの保険証を確認させていただくことで「現在、保険診療を受ける資格があるのか」や、「どの保険者へ医療費を請求すればよいのか」を把握しています。保険証の情報が古かったり、誤っていたりすると、医療機関は医療費請求が正しく行えず、状況によっては、患者さまご自身で医療費の全額をご負担いただくかなくてはなりません。

月の初めのご来院時は、かならず診察受付へ保険証をご提示いただけるよう、ご協力をお願いします。

また、月の途中でであっても、保険証に変更があったときは、すみやかに申し出ください。



当院1階にある診察受付へご提示をお願いします

建築NEWS!!

立体駐車場 建築工事 ~ダイジェスト版~

今回は、2017年4月に運用開始した立体駐車場の工事開始から完成までの道のりや出来事を振り返ります！

2016年5月



立体駐車場 工事スタート！

2016年8月



横浜エデンの園さんのご協力のもと
工事の全体撮影を始めました。

2016年10月



組立工事 開始

2016年12月



着々と駐車場の姿になってきました

2017年2月



内装工事 開始
立体駐車場の完成まであと少し！

2017年4月



立体駐車場 完成・オープン！
ご理解・ご協力ありがとうございました。



2016年8月9日に工事現場にて、防空壕を発見しました。
当院のあるこの地は、戦時中、空襲被害地だったようです。

(開院当初から勤務 職員談)

この建築工事を通して、“聖隷横浜病院”ができる前の歴史を知ることが出来ました。

● 当院をご利用される皆さまへ

立体駐車場の屋上（3階）から当院へお越しの際は、駐車場のエレベーター・階段をご利用いただき、1階へお降りください。当院までは、安全確保のため、歩行者専用のライン（緑色）に沿って移動をお願いいたします。

途中、天井の低い箇所があるため、通行の際は頭上にご注意ください。



今が旬! 栄養レシピ

夏野菜たっぷりトマトカレー

オクラ ~スタミナ野菜の定番~



ネバネバのもととなっているのは食物繊維として働くペクチンと糖たんぱく質のムチン。ペクチンは腸内の善玉菌を増やし、整腸効果や血中コレステロール値を下げる効果があります。ムチンは、人体内では気管や消化器の粘膜を覆って保護する物質になります。胃炎や胃潰瘍の予防、たんぱく質の消化吸収を助けるなどの効果が期待できます。

なす ~皮に含まれる色素成分が血管をきれいに~



紫紺色の皮には、ポリフェノールの一種“ナスニン”というアントシアニン系色素が含まれています。アントシアニンはブルーベリー同様、目の疲労や視力の回復、活性酸素の働きを抑制しガンを予防する、血管をきれいにし動脈硬化や高血圧を予防する、といった効果もあるといわれています。



材 料 (4 人分)

玉ねぎ	1 個
にんじん	1 本
なす	2 本
オクラ	6 本
ピーマン	3 個
オリーブオイル	適量
合いびき肉	300g
トマトホール缶	1 缶
カレールウ	1/4 箱
水	1/2 カップ
塩, コショウ	少々

作り方

- 1 玉ねぎ、にんじん、なす、オクラ、ピーマンを 1.5cm 角のさいの目に切る。
- 2 鍋にオリーブオイルを熱し、玉ねぎをよく炒め、ひき肉を加えて炒める。
- 3 にんじん、なす、オクラ、ピーマンを順に加えて炒める。
- 4 野菜がしんなりしたら、カレールウ、トマト缶、水を加えて、よく混ぜ合わせる。
- 5 蓋はせずによく煮込む。
- 6 塩コショウで味を整える。

栄養量 (1 人あたり)

エネルギー	380kcal
たんぱく質	19.5g
脂質	21.4g
炭水化物	28.0g
カルシウム	90mg
鉄分	3.07mg
塩分	2.5g



社会福祉法人 聖隷福祉事業団
聖隷横浜病院
SEIREI YOKOHAMA HOSPITAL

広報誌「聖隷よこはま」通巻第 117 号 2017 年 7 月 1 日発行
発行責任者 / 院長 林 泰広
〒240-8521 横浜市保土ケ谷区岩井町 215
TEL.045-715-3111 FAX.045-715-3387
<http://www.seirei.or.jp/yokohama/>

