

JAとりで通信

第330号 2018年3月27日



発行 JAとりで総合医療センター

〒302-0022 茨城県取手市本郷 2-1-1
TEL 0297(74)5551 (代)

E-mail: toride@medical.email.ne.jp
URL: http://www.toride-medical.or.jp/

発行人 新谷 周三

がん患者さんを リハビリで支援

リハビリテーション部
理学療法士 甲高 亮 さん

わたしの 近未来

私は3年ほど前にがん患者さんのリハビリについて研修を受け、それから血液内科や呼吸器内科のがん患者さんのリハビリ（がんリハ）を担当させてもらっています。がん患者さんの場合、骨転移などがあると病的骨折の危険性もあるので、あまり積極的なリハビリは行われてきませんでした。最近では活動性を上げるリハビリを行っている病院もあり、学会では

安静度を
検討するチームを
立ち上げたい

フロアチャートも提示されてきています。がんリハはもちろんセラピスト一人では出来ません。今、緩和ケア委員会の活動にも参加させてもらっています。内科や整形外科、放射線科、そして看護師さんなど病院全体として取り組まないとできないと思います。



患者さんの 言葉の背景を 考えながら

がんリハの目的は、患者さんがどうなりたいか、どうされたいかを援助することです。そのため、患者さんの気持ちや考え

を尊重することから始まり、患者さんとの信頼関係を築くことが必要です。態度や視線など、患者さんの話を聴く準備がこちらにあることを、患者さんに感じてもらうような聞き方をするようにしています。また、患者さんが話される内容を、聴く側の世界や前提に当てはめないで、患者さんの言葉の背景に何があるのかを考えるようにしています。

私は実家がいわき市ですが、できれば最後までこの病院で勤め上げたいと思っています。患者さんに当院で治療してもらって良かったと思ってもらえる病院、胸をはって「いい病院だろう」と言える病院に行きたいです。

がん患者さんが今後どうされたいのかをうまく引き出してあげられたら、悔いのない生き方を少しでも支援できるのではと考えています。

第18回JAとりで総合医療センターフォーラムが2月23日に当院の講堂で開催され、コメディカル部門から4題（放射線部、健康管理センター、5階西病棟、リハビリテーション部）医師部門から4題が発表されました。SPECT-CTを導入したことによる検査制度の向上について放射線部の根元寛信技士が報告し、健康管理センターの酒巻助産師からは、胃内視鏡検査時における咽頭麻酔



最優秀演題賞の山田研修医（右側）と新谷院長

第18回

JAとりで総合医療センター
フォーラムを開催
山田研修医が最優秀演題賞を受賞

の効果的な量について発表されました。最優秀演題賞には、「死後CT検査（A-i）で死因究明可能な心肺停止（CPA）症例の抽出に有用な患者背景

第77回

茨城県厚生連 病院学会

当院から医師等
9名が発表

3月3日、第77回茨城県厚生連病院学会がつくば国際会議場（エポカルつくば）で開催されました。当院からは医師2名、看護師4名、放射線技師

1名、理学療法士2名が発表しました。特別講演では、東北大学大学院医学系研究科 外科病退学 消化器外科学分野 東北大学病院 胃腸外科 特命教授 内藤剛先生が「糖尿病を手術で治すー減量・代謝改善手術の効果と機序」について講演されました。



茨城県厚生連病院学会の様子

認知症患者さん、登録制度のご利用を

行方不明時の迅速な保護のため

認知症患者さんが行方不明になった場合の捜索や身元確認に役立てるため、取手市医師会と取手警察署が「認知症安心医療登録」取手プロジェクトを昨年2月に始めました。

病院に登録保管し、カードの複写は自宅に保管します。行方不明の際に警察がそのカード情報を元に捜索を開始し、行方不明者の身元確認にもその情報を活用します。

ご不明な点や登録を希望される場合は、主治医までお申し出ください。



院内保育所から お誕生日おめでとう

大山 結咲 (おおやま ゆえ) さん

5さい

平成25年3月20日生まれ



最近のマイブームは、製作と絵を描くことです。時々、大人がびっくりするようなものを作ったり描いたりします。5歳のお誕生日おめでとう。あと1年で小学生だね。これからも元気に大きくなってね。
・・・お母さんより

三上 咲季 (みかみ さき) さん

4さい

平成26年3月14日生まれ



4歳のお誕生日おめでとう。ママのお手伝いをたくさんしてくれて、弟の面倒もよくみてる優しいお姉さん。いつもありがとう。これからも、元気いっぱい、優しい咲季ちゃんいてね。
・・・ママより

梅原 花帆 (うめはら かほ) さん

2さい

平成28年3月28日生まれ



2歳の誕生日、おめでとう!! お母さんは花帆ちゃんのお陰でとても幸せです。甘えん坊で、頑固で泣き虫で、いたずらだけど慎重で、ひょうきんで世話焼きで優しく、音楽大好きな花帆ちゃん、大大大好きです♡
・・・お母さんより

栄養だより (6)

食べていますか?
朝ごはん

栄養技師部長 唯根理子

で、朝ごはんを食べる習慣がなかった方は、この機会に、『朝ごはんを食べる習慣』をつけてみませんか?

朝ごはんを
食べるとよいこと

4月から新年度がスタートします。この時期に、今までの習慣を見直したり、新たに何かを始めたりする方も多いのではないのでしょうか?

朝ごはんは一日の活動源であることは多くの方がご存じのことと思いますが、からだに良いとわかっていても、毎日実行することはなかなか難しい事です。朝起きてすぐには食べられない、食欲がないなど。今ま

1. 脳が活性化して
寝ている間でも脳は動き続けています。朝ごはんをとらないまましていると、エネルギーが足りず思考能力が落ちてしまいます。朝ごはんをとり、脳を活性化させましょう。

2. 活動的になる

朝ごはんをとることによって、からだの活動が活発化しその結果体温が上がります。午前中から体温が上昇するため活動的に動けます。

3. 太りにくくなる

寝ている間でもからだはエネルギーを使い続けるため、朝起きた時には空腹の状態になっています。空腹の時間が長く続くと、食事とったエネルギーは使わずに、からだはエネルギーを脂肪としてため込もうとします。この働きを抑えるためにも、朝ごはんをとることは大切です。

4. からだのリズムが整う

朝目覚めて夜眠くなるというからだのリズムは、体内時計の働きによりま

朝ごはんを決まった時間にとることによって、からだを目覚めさせ、体内のリズムのズレを修正する効果があります。

5. 集中力が高まる

朝ごはんを食べることで、いきいきとさせることが、

集中力を高めることに繋がります。また、しっかりと噛むことで脳の血流がよくなり、脳を活性化すると集中力が高まります

朝に食べると
よいもの

炭水化物 : 脳が必要とするエネルギー源は、炭水化物が分解されてできるブドウ糖です。からだを動かすためにも必要不可欠な栄養素です。



たんぱく質 : 体内時計を正しく働かせたり、体温を上げるために必要な栄養素です。

ビタミン・ミネラル : からだの機能を調節するために必要な栄養素です。



朝ごはんをとり、一日元気に過ごしましょう。

次回は『腸すっきり、便秘解消!』についてお話ししたいと思います。



人の動き

【採用】(3月) 稲見 幸恵

看護部

平成30年度 JA 共済連と JA 厚生連による健康推進プロジェクト

人間ドック 割引 キャンペーン

平成30年4月1日～平成31年3月31日

昨年度に続き、平成30年度も基本料金の割引キャンペーンが実施されます。どなたでも助成を受けて人間ドックを受診でき、自治体の助成制度を利用されると、さらに割引されます。

表は、取手市の国民健康保険加入者(40歳以上)の方の場合です。(税込)

	基本料金	割引後の料金	取手市の方
日帰りドック	41,040	31,040	6,540
脳ドック	43,200	38,200	3,200
日帰りドック+脳MRI	73,440	58,440	33,940
日帰りドック+肺CT	58,540	43,540	19,040