

JAとりで通信

第337号

2018年10月30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 E-mail: toride@medical.email.ne.jp 発行人 新谷 周三
TEL 0297(74)5551 (代) URL http://www.toride-medical.or.jp/

第67回日本農村医学会学術総会・ 第20回国際農村医学会学術総会を開催

東京都明TFTHホールで初の合同開催

高齢化の中で、国内外の地域医療を見据えて

10月10日～12日の3日間、第67回日本農村医学会学術総会と第20回国際農村医学会学術総会が東

京都府明のTFTHホールで開催され、日本で初めての試みである合同開催となりました。両学会の参加者は



合同学会の開会式



日本農村医学会会長の羽田先生



国際農村医学会会長の新谷院長（左端）

約1000名で、世界11か国からの参加があり国際色豊かな農村医学会でした。日本農村医学会の学会長は千葉大学大学院医学研究公衆衛生学の羽田教授、国際農村医学会の学会長は当院の新谷院長が務めました。

「高齢化・生産人口減少社会の中で地域医療」がテーマの報告があり、医療基盤に係る大きな課題について討議が行われました。国際農村医学会のメイン会場では同時通訳を介しての意見交換も行われ、農村医療・地域医療を世界的な視点で考える良い機会となりました。

次期の日本農村医学会は北海道厚生連・帯広厚生病院の菊池英明院長が学会長となり、国際農村医学会は2020年にハンガリーのペーチ市、2021年にはセルビアのベオグラード市で開催される予定です。学会にご参加、ご協力頂いた皆様有難うございました。

病棟運動会を開催

回復期リハビリ病棟



10月6日、新棟6階の回復期リハビリ病棟のホールで病棟運動会が開催され、患者さんご家族を含め50名以上が参加しました。

「玉入れ」では、輪の中に入ったスタッフから患者さんにボールが渡されると、楽しそうにカゴ目掛けてボールを投げていました。

「綱引き」ではリハビリテーション部のスタッフが、女性チームと男性チームに分かれて対戦。患者さん大きな掛け声をかけて応援し、勝敗が決まると大歓声に包まれていました。

病棟運動会に参加したご家族の方からは「盛り上がった運動会でスタッフの皆さんの笑顔を見え、家族としても心が温まり安心しました」といった声が聞かれました。

インフルエンザの予防策

医療安全室

感染管理認定看護師

主任 藤原文子



猛暑と言われた夏も過ぎ、気が付けば肌寒い季節となりました。寒い季節の「厄介者」と言えば感染症を思い浮かべる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。冬場に流行る感染症のナンバワンはインフルエンザだと思えます。

感染した1人の方から平均2～3人へうつると言われており、感染者が増える冬場にはあつという間に大流行となってしまうます。学級閉鎖など子供たちへの影響も大きく、医療機関でも毎年のように院内感染が騒がれています。今回はこのインフルエンザの予防について説明します。

「マスク」「換気」「手洗い」で 身を守りましょう

インフルエンザウイルスは感染した方の咳やくしゃみの際に出るしぶきの中に隠れており、他の人に伝播することによって感染が広がります。このしぶきに隠れたウイルスから身を守るには「マスク」と「換気」と「手洗い」です。

マスクはガーゼタイプのものでなく、一般に市販されている不織布タイプのマスクでないと効果がありません。なぜか

というガーゼタイプではしぶき（水）に弱く、中まで浸透してしまう恐れがあるからです。しぶきは大体2メートルほど飛びますので、感染している方と2メートル以上の距離を避けることも効果的です。ただし同じ空間に換気もせずにいると、空気中のインフルエンザウイルスの濃度が濃くなり、2メートル離れていても感染することがあるため、定期的（1～2時間に1回）な換気も重要



な予防策です。

またインフルエンザウイルスは環境に付着した後、場所によって最長48時間程度は感染力を保っています。そのため、くしゃみなどのしぶきが付着した場所を触った手で目や口、鼻の粘膜に触れると感染します。ですから手を洗うことが予防につながるといえます。

今年はこの3つの対策でインフルエンザから身を守りましょう。

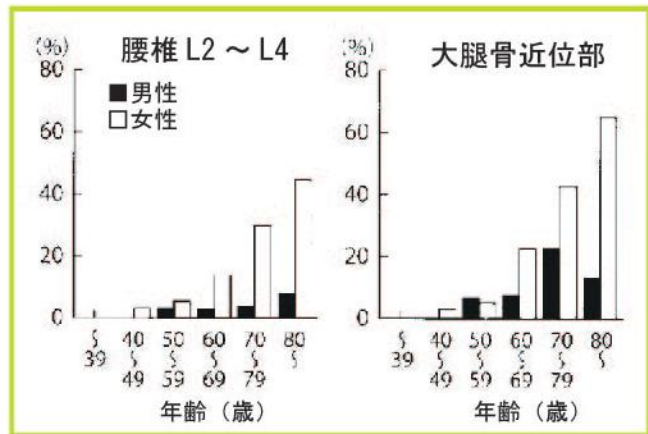


スタッフによる「綱引き」

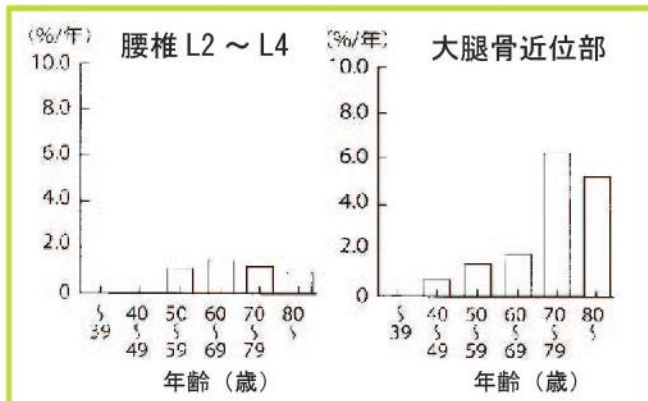


「玉入れ」を楽しむ患者さん

骨粗鬆症の年代別有病率



骨粗鬆症の発生率 (女性)



わ が国においては人口の急速な高齢化に伴い骨粗鬆症の患者さんが年々増加しています。現在日本の骨粗鬆症患者さんは1280万人(男性300万人、女性980万人)います。年々増加傾向にあり、年代別の有病率では女性の方が閉経

すなわち、骨強度(骨密度(7割)(低骨量)+骨質(骨組織の微細構造)(3割))ということです。重要な点は骨の強度は骨密度だけではなく骨質も3割ほど関連しているということです。鉄筋コンクリートを骨に例えれば、鉄が

本日のポイント

骨の強さは
骨密度だけでなく
骨質も大切です

骨粗鬆症と骨折予防(1)

骨粗鬆症の定義、疫学

整形外科部長
鈴木 康司



を契機に増加します。骨粗鬆症の患者さんでは“せぼね”“手くび”“足の付け根”などの骨折が生じやすく、その対策が医療のみならず社会的な重要な課題となっています。

そ れでは骨粗鬆症とは何かといえます。とWHOの定義では“低骨量と骨組織の微細構造の異常を特徴とし、骨の脆弱性が増大し、骨折の危険性が増大する疾患”です。

錆びて“質”が劣化するように骨も“骨質”が劣化します。これから12回に分けて

- 1 骨粗鬆症の定義、疫学
- 2 骨粗鬆症の予防
- 3 診断
- 4 骨折の危険因子
- 5 続発性骨粗鬆症
- 6 予防
- 7 治療…食事 運動指導
- 8 治療…薬物治療
- 9 治療…骨折時の治療
- 10 ヒトの歩行 Part 1
- 11 ヒトの歩行 Part 2
- 12 当院の手術成績(大腿骨頸部骨折)

の予定でお話ししたいと思います。

薬剤部

センパイからの

新人紹介

広田 瑞季

ひろた みずき

★ 薬剤師

★ 趣味

ピアノ



★ まじめ。少しおっとりしていますが、Excel等のPC操作が得意で、早くも頼りにされています。現在は外来調剤、混注業務といった、時間に追われる部門で頑張っています。(田澤匡)



糖尿病

治療食レシピ



つくね焼き

材料

とりひき肉・・・60g
しょうが・・・5g
あさつき・・・5g
みそ・・・3g
砂糖・・・1g
たまご・・・5g
片栗粉・・・3g
ごま油・・・1.5g
パセリ・・・2g

作り方

①生姜はみじん切り、あさつきは小口切りにする。
②ボウルに、とりひき肉と①とみそと砂糖とたまごと片栗粉を入れて混ぜる。
③温めたフライパンに油をひき、②を並べいれて中火で色よく焼く。裏返してふたをして弱火で3～4分蒸し焼きにする。器に盛りパセリを添える。

ざくろの会(糖友会)では、管理栄養士がレクチャーしながら手軽でおいしい糖尿病食の調理実習を定期的に行っています。

インフルエンザ ワクチン接種 10月22日より開始

成人用 予約の必要はありません

- ・ 料金: 4,000 円 (税込)
- ・ 65 歳以上の方は市町村により補助がありますので各保健センターへご確認ください。
- ・ 受付時間 平日 9 時～11 時 土曜日 9 時～10 時 30 分

小児用 当院へ電話予約して下さい

- ・ 予約受付時間 平日 14 時～16 時 30 分
- ・ 料金: 6 カ月～12 歳 1 回目: 4,000 円 (税込) 2 回目: 3,000 円 (税込) 13 歳以上 4,000 円 (税込)
- ・ 市町村からの補助がありますので各保健センターへご確認ください。

成人、小児用ともワクチンなくなり次第終了となります

人の動き

採用 (9 月)
池田 稔美 看護部