

季刊  
SAY 和

[せいわ]

医療法人 誠和会

倉敷記念病院  
倉敷第一病院  
介護老人保健施設 福寿荘  
有料老人ホーム せいわ  
誠和会在宅センター  
グループホーム コージー  
小規模多機能 和

ワンポイントリハビリ

今回の  
テーマ 「夏バテ予防」

○誠和会ニュース・地域交流イベント

- 2/9 (火) 倉敷市新型コロナウイルス感染症対策基金へ寄附
- 2/13 (土) あたたかいメッセージをいただきました
- 4/1 (木) 医療法人誠和会 入職式
- 4/19(月)・20(火)、5/10(月)・11(火)  
新型コロナワクチン接種
- 4月 各施設の行事 お花見
- 5/12 (水) リハビリテーション部ホームページを作成しました!  
病院玄関の開錠と外来の受付開始時間 変更のお知らせ

特集

医療法人 誠和会

「新院長就任・新任医師紹介」

医療法人 誠和会

部署紹介 倉敷記念病院 検査科



# 「新院長就任・新任医師紹介」特集

## 新院長が就任しました



おかざき もりひろ  
岡崎 守宏 院長

### 自己紹介

令和3年4月から院長に就任しました。

内科一般が担当分野です。地域の皆さんのお役に立てるように頑張ってまいりたいと思います。

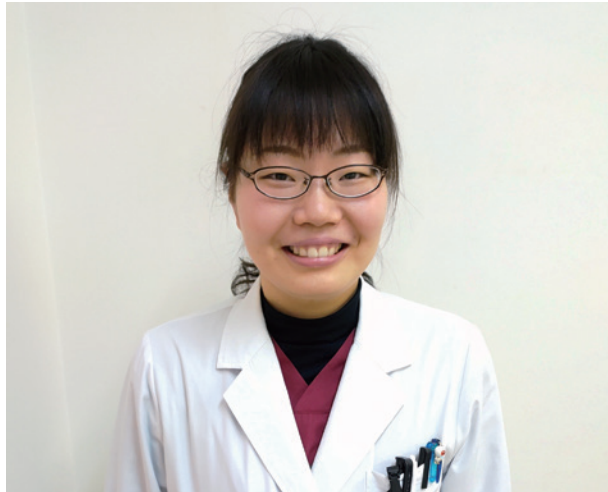
やはり今避けては通れないのはこの話題です。およそ1年前に始まった新型コロナウイルス感染症の流行は、冬季の第3波を乗り切ったものの、まだまだ予断の許さない状態が続いています。世界的には、ワクチン接種が進んでいるイスラエルや英国ではかなり感染者数が減ってきており一定の効果がでているようです。日本はまだワクチン接種が始まったばかりで、効果が期待できるようになるにはまだ数か月はかかりそうです。

私は昭和55年に大学を卒業して医師になりもう40年になりますが、この間に一度も経験したことのない世界的な異常事態が続いていると思います。この3月まで勤務していた病院では、1年間にたくさんの感染患者さんが入院してこられました。たとえ命は助かって後遺症が残ったりなかなか退院できなかったりと皆さん大変な思いをされていると思います。

改めて申し上げるまでもないのですが、やはり自分が濃厚接触者にならないように日常生活に気をつけることが一番大切です。皆さんのご努力で時間はかかってもいつかきっと以前の楽しい日常生活が送れるようになると思っています。



## 新任医師紹介



呼吸器内科

さわ き      せい か  
澤木      聖佳 医師

### 自己 紹介

令和3年4月より呼吸器内科を中心に内科一般の診療を担当します。倉敷に来てまだ間もないので、素敵な場所や美味しいものについて教えていただけると嬉しいです。



皆さんは大久野島という島をご存じですか？大久野島は広島県竹原市の忠海港の沖合3km、瀬戸内海に浮かぶ島です。最近では700羽以上のアナウサギが生息する「うさぎ島」とも呼ばれ、沢山の観光客で賑わっています。

この島には「毒ガス島」と呼ばれていた過去があります。昭和4年、日本陸軍が毒ガス工場「東京第二陸軍造兵廠忠海兵器製造所」を作ったのです。ここではイペリットやルイサイト、青酸ガスといった毒ガスが15年間に約6616tも作られました。今でも残る毒ガス貯蔵庫や砲台の跡は廃墟と化し、かわいいうさぎ達とのギャップに驚かされます。

この島で毒ガスを製造したり、毒ガスを港まで運搬したりしていた方々は皆、毒ガスによる慢性気管支炎を来しています。更に肺癌や舌癌、皮膚癌などを起こした方も大勢おられます。

私は、こうした毒ガス被害者の方々の救済医療機関である呉共済病院忠海分院で4年間働いていました。私は広島市の出身で、幼い頃から原爆については折に触れて学んできました。しかしこの病院に赴任するまで、大久野島の存在すら知りませんでした。毒ガス被害の患者さんは高齢化が進み、一番若い方でも88歳です。これらの患者さんがご存命の間に、沢山の当時のお話をお聞きできたことは私にとってかけがえのない財産となりました。

この度倉敷記念病院に赴任することになり、倉敷の皆さんに大久野島のことを知って欲しいと思い、記事にさせていただきました。倉敷からは車で2時間程です。機会があれば是非訪れてみてください！



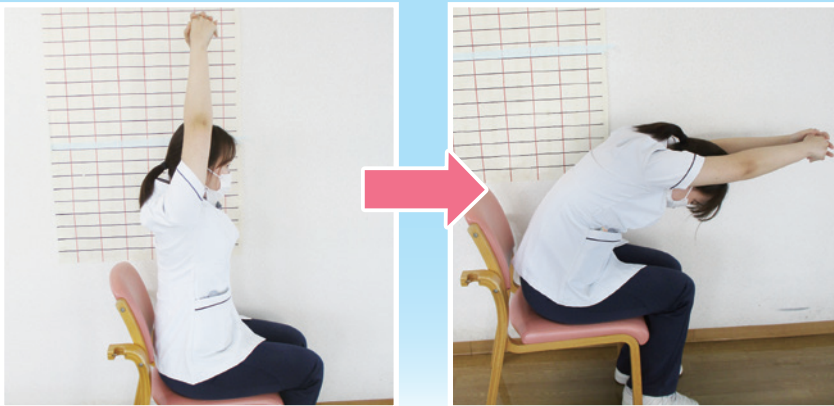


# 今回のテーマ「夏バテ予防」

夏バテ予防として簡単に座ったままできるストレッチをご紹介します。ひねり運動には内臓を刺激して腸の蠕動運動を活発にする効果、大きく呼吸をすることは脳まで酸素を十分に行き渡らせて眠気を解消する効果があると言われています。朝行くと体がほぐれるだけでなく、気持ちもスキッと前向きに過ごせるようになります。

## 夏バテ予防のストレッチのやり方

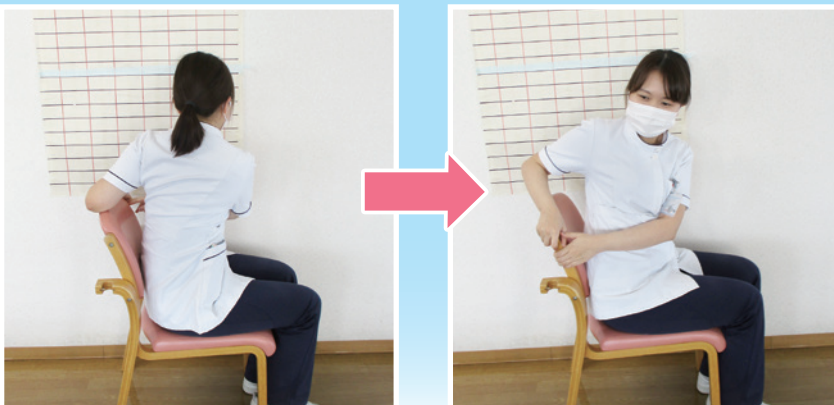
### ① 腕と背中を伸ばす



### ① 腕と背中を伸ばす

両手を組んで頭上に上げます。大きく息を吐き、その後はリラックスした状態で呼吸しながら15~20秒程度伸ばします。今度は組んだ手を前方へと突き出すようにして同じく15~20秒程度伸ばします。

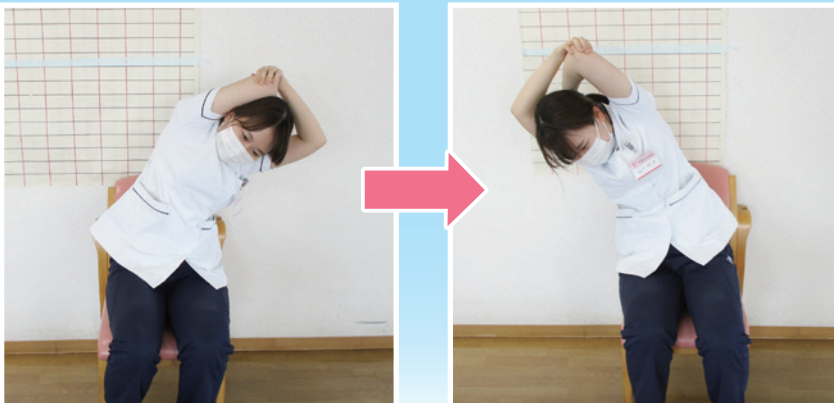
### ② 椅子をつかって体をひねる



### ② 椅子をつかって体をひねる

座った状態で椅子の縁を離床して体を反転させひねります。この状態を15~20秒程度キープしたら、反対側にひねって同様に実施します。捻り運動を行うときは腹部を意識して行うと、腸への刺激となり便秘解消にも役立ちます。

### ③ 身体を左右に倒す



### ③ 身体を左右に倒す

右手で左肘を抱え、右側に体を倒して左わき腹~腕にかけてのストレッチを行います。15~20秒程度行ったら今度は反対側も同じように行います。

☆自宅内で行える運動で夏バテの予防を行ってみてはいかがでしょうか。



検査科は8名のスタッフが在籍しており、様々な検査を通して医療を支えるために日々努力をしています。



## <業務内容>

臨床検査全般を幅広く担い、病気の早期発見・治療・治療効果の評価に貢献しています。

患者さんから採取された血液や尿などに含まれる成分や細胞を分析する検体検査と心電図や超音波など患者さんの体から直接得られるデータを解析する生理検査、加えて輸血に関わる検査及び血液製剤の保管業務を担当しています。

感染対策や栄養治療、医療安全等チーム医療にも尽力しています。

## <最近の取り組み>

### その1.『共用基準範囲』を採用しました(2021年4月)

全国で推奨されている『共用基準範囲』を採用することにより採用施設ではどの医療機関で検査しても同じ物差しで評価されます。

### その2.ALP、LDの測定方法が変わりました(2021年4月)

JSCC法(JSCC:日本臨床化学会)から  
IFCC法(IFCC:国際臨床化学連合)へ変更しました。

これにより日本国内の測定値は海外の測定値と互換性を持つことになり、検査のグローバル化が進みます。

2021年4月1日検査実施分より

## 基準範囲が変わりました

一部、検査項目名称・単位も変更

検査室

従来、基準範囲は病院ごとに独自の基準範囲を使用していることがほとんどでしたが、今回、『共用基準範囲』が設定され、全国の病院での採用が推奨されていることから当院も『共用基準範囲』を採用することとなりました。

一部の検査項目については臨床判断値（動脈硬化性疾患予防ガイドライン2017年版、高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン第3版）を使用していきます。

- ◆ 同じ結果値であっても、今までは基準範囲内であった値が異常値となったり、またその逆となることがあります。
- ◆ 今回の変更によって現在受けておられる治療方針が変更になることはありません。

**例** 今までは基準範囲内ですが、2021年4月以降は基準範囲外となり結果値右横に「H（高い）」がつきます。

<div style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 2px; font-weight: bold;">今まで</div> <p><b>AST 35U/L</b></p> <p style="color: #0070C0;">基準範囲内</p> <p style="font-size: 8px;">(正常とは限りません)</p>	➔	<div style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 2px; font-weight: bold;">4月1日より</div> <p><b>AST 35U/L H</b></p> <p style="color: #0070C0;">基準範囲外</p> <p style="font-size: 8px;">(異常とは限りません)</p>
--	---	---

※検査結果の解釈は様々な結果をもとに「総合的な判断」により行われます。



# 誠和会ニュース・地域交流イベント

## 2月9日(火) 倉敷市新型コロナウイルス感染症対策基金へ寄附

医療法人誠和会は、株式会社百十四銀行様とともに「倉敷市新型コロナウイルス感染症対策基金」への寄附を行い、2/9(金)の贈呈式にて、伊東市長へ目録をお渡しいたしました。微力ではありますが、このたびの寄附金が新型コロナ対策の一助になれば幸いに存じます。

現在誠和会では、老朽化した倉敷記念病院の建て替えを計画いたしております。この新築事業にむけて発行した「SDGs医療機関債」を百十四銀行様にお引き受けいただき、発行手数料の寄附贈呈先として、「倉敷市新型コロナウイルス感染症対策基金」を指定させていただきました。いつまでも住み続けたい街・倉敷に向け、健康と福祉の充実に貢献できるよう邁進してまいりますので、今後とも皆様方からのご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



## 2月13日(土) あたたかいメッセージをいただきました

倉敷市立西中学校の生徒さんより、模造紙いっぱいの「YELL&THANKS」のメッセージをいただきました。院内に掲示したところ、職員が皆立ち止まって見入っていました。温かい応援メッセージに勇気づけられます。倉敷市立西中学校の皆様、本当にありがとうございました。



## 4月1日(木) 医療法人誠和会 入職式

福寿荘ホールにて「令和3年度 医療法人誠和会 入職式」を行いました。今年度は新卒入職者8名に辞令が交付されました。皆医療人としての第一歩に目を輝かせていました。この後は、入職オリエンテーションに続き、配属部署での新人研修が始まりました。



## 4月 各施設の行事 お花見

桜の季節には、数人ずつでのお花見をしました。桜を眺めながら桜茶とお菓子を楽しんでいたたり、散歩をしたりしました。参加された皆さんはとても喜ばれていました。



## 4月～ 新型コロナワクチン接種

4月19日、20日、5月10日、11日に福寿荘利用者様の新型コロナワクチン接種が行われました。医師の問診後にワクチンが接種され、接種後は体調が悪くないか職員が確認を行いました。

職員のワクチン接種も始まりました。岡山県は感染拡大傾向にあり、他施設内で感染拡大している様子も見受けられ、油断ならない状況が続いています。利用者様には安心・安全に生活を送って頂けるように、感染対策を徹底し、職員一同身を引き締めていきます。以前のように、季節ごとの行事で盛り上がり、利用者様の笑顔が見られる日が訪れることを願っています。





## 5月12日(水) リハビリテーション部ホームページを作成しました！

この度、誠和会リハビリテーション部(以下、リハ部)は、我々の特徴と魅力を多くの方により知って頂くため、院内外への情報発信の要として、リハ部のホームページを一新しました。当法人のサービスを受けられるあらゆる患者／利用者さまや、医療／介護の職を目指している学生、また全国の同職種を含めた医療従事者の方々など、様々な方に当リハ部の理念やビジョンと、それに基づいた取り組みを知って頂けると期待しています。

このホームページは広報活動の一環として、リハ部全職員の一体感・帰属意識、また部内の良き風土・文化の醸成に貢献し、組織全体の活性化・意識改革・モチベーションの向上をもたらすことと思います。また今回の刷新にて、我々の部署を俯瞰し、さらなる改革へとつなげる貴重な機会ともなりました。まだすべての項目が完成してはいませんが、残りのページも鋭意準備していきます。ご協力頂きました皆様に心より感謝致します。



## 病院玄関の開錠と外来の受付開始時間 変更のお知らせ

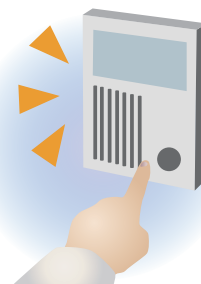
感染症対策のため、病院玄関の開錠と外来の受付開始時間を変更いたしております。皆様のご理解の程、よろしくお願いたします。

### 病院玄関の開錠時間・外来の受付開始時間

7:00 → 7:30

施錠時に御用の方はインターホンでお呼びください。

【お問い合わせ】倉敷記念病院 医療事務部 医事課 TEL:086-465-0011



## 中止のお知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大を踏まえまして、健康づくり教室・糖尿病教室の開催を、当面の間中止いたします。楽しみにしておられる皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。再開の折には、改めてお知らせいたします。

## 健康づくり教室

毎月第4木曜日／午後1時30分～1時間程度

「健康作り教室」は、健康にかかわる役立つ情報を月に一回、発信する場です。地域の方をはじめ、どなたでもご参加いただけます。

- 事前申込 不要
- 参加費 無料
- 会場 福寿荘1階 多目的ホール

お問合せ先:医療法人 誠和会 各施設の受付



## 糖尿病教室

毎月第3水曜日／午後1時～1時間程度(食事会の日は12時～)

月に一回、糖尿病に関する正しい知識、予防や治療についての必要な情報をわかりやすく提供していきます。日頃の診療や相談において十分に解決されていない疑問点についてもお答えできる良い機会と考えています。一緒に学習して、正しい自己管理を身に付けていきましょう。

- 事前申込 必要
- 参加費 無料(食事会の日は500円必要)
- 会場 誠和会在宅センター

お問合せ先:医療法人 誠和会 各施設の受付

## 医療法人 誠和会 倉敷記念病院は、患者さまの権利を確認し尊重します。

### 患者さまの権利

患者さまには

1. 十分な説明を受けた後、医療・看護を「受ける」あるいは「受けない」という選択をする権利があります。
2. 自分の診療情報および個人情報を保護される権利があります。
3. いかなる状況においても人間の尊厳を尊重されて、その生を全うする権利があります。
4. いかなる差別もなく、平等な医療・看護を受ける権利があります。
5. 自ら受けている診療について、情報の提供を受ける権利があります。
6. 医療費の明細、医療費の公的援助について、その情報を受ける権利があります。

## 編集後記

毎日、暑い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか。マスクをつけての夏の生活は息苦しく、より暑さを感じると思います。熱中症対策も行いながら、コロナ渦の夏を乗り切りましょう！  
広報委員 宮本



# Information

## 倉敷市民の皆様へ「倉敷けんしん」のご案内

「けんしん受診券」(郵便はがき)が届いたら…  
生活習慣病予防健診・がん検診を受けましょう!  
毎年の「生活習慣病予防健診」「がん検診」があなたの健康管理に役立ちます。  
ご家族・お友達とお誘い合わせの上、お気軽にご利用ください。



倉敷記念病院 健診部 直通TEL: 086-460-3277

### 倉敷記念病院 診療担当表 (2021.6.7改訂)

診療時間 9:00~12:00 / 14:00~17:00 (土曜は午前のみ) (初診受付) 平日:16:30まで / 土曜:11:30まで

電話予約の受付時間 月~金: 8:30~17:00 土: 8:30~11:00

診察予約の取得・変更・取消はこちらまで。 ☎086-465-0011

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
総合内科 (予約外)	当番医										
内科 (予約)	櫻井	大野(第1-3)5 西本(第2-4)	小出	林	矢野	林	吉田潤	岡崎 大野(第1-3)5	櫻井	吉田潤	矢野(第1-3)5 小出(第2-4)
	林	矢野 三宅	澤木	三宅	川崎医大 富山	三宅(第2-4)	西本	櫻井(第2-4) 林	林	矢野	西本(第1-3)5 三宅(第2-4)
脂肪肝外来						三宅(第1-3)5					
脳神経内科	安田		安田				安田	安田	安田	安田	安田
物忘れ外来										安田	
整形外科	川崎医大 河本 日野		川崎医大 佐藤 日野	日野	日野		日野		日野	日野	日野
リハビリ			伊勢 (リハ室)					平岡 (VF)			
耳鼻咽喉科	森田	森田	森田	嚥下外来 (手術)	森田	森田	手術	嚥下外来 (手術)	森田	嚥下外来 補聴器外来	森田
眼科			川崎医大 平岡				楠				
腎・泌尿器科	岡大 丸山	岡大 丸山					門田	門田			
皮膚科		澤田	澤田	澤田	澤田	澤田	澤田		澤田	澤田	澤田
訪問診療	櫻井・小出・林・仁科・澤木 (医師が定期的に訪問し、診療、薬の処方、療養上の相談、指導等をいたします。)										

※状況により変更する場合がありますのでご了承ください。※祝日、年末年始(12/30午後~1/3)は休診です。

医療法人 誠和会 倉敷記念病院 〒710-0803 岡山県倉敷市中島831 TEL:086-465-0011 FAX:086-465-9199  
倉敷第一病院 〒710-0826 岡山県倉敷市老松町5-3-10 TEL:086-424-1000 FAX:086-421-4254

介護老人保健施設 福寿荘・有料老人ホーム せいわ・誠和会在宅センター・グループホーム コージー・小規模多機能 和

### バス(両備バスを利用)

JR倉敷駅バス停 水島方面行き②番のりば  
「四十瀬・小溝経由」乗車で約10分 ⇒  
「穴場神社・倉敷記念病院前」下車

### お車

- 国道429号線(旧国道2号線)中島交差点を水島方面へ600m
- 国道2号線バイパス側道の中島南交差点を北へ200m

### 鉄道(水島臨海鉄道を利用)

JR倉敷駅より水島方面行きで約8分 ⇒  
2つめの『西富井駅』下車 ⇒ 徒歩約5分



わが街健康プロジェクトの  
共催病院として参加しています



晴れやかネット

晴れやかネット  
(医療情報ネットワーク岡山)の  
開示・閲覧病院です