



スウィング
SWING

函館協会病院広報誌

2016. 1. 1 No.25 冬号

■院長のひとり言■

～気のむくままに～



「旅に出ます。 探さないで下さい」

院 長
向 谷 充 宏

新年あけましておめでとうございます。
昨年同様、今年もよろしくお祈りします。
なんて堅苦しい文を読みたくて、このスイングを手に取った訳じゃない
でしょう？

皆さんは、私が外科医として最も活躍していた頃（35-45歳）をご
存じでしょうか。そりゃあ、知りませんよね。大きな手術や難しい手術
をこなす生意気な外科医として、様々な学会でも本音で喋る余り、不遜
な態度だとお叱りを受け、後輩を厳しく指導し「鬼も恐れる怖い先輩」と言われ、「手術は数をこなせば上
手くなる訳じゃない。常に手術の工夫を怠るな」と言い、紙に書かれたもの（論文）を盲信することなく、
想像力を膨らませる事の重要性を説き、手術前に想定手術記録を書かせ、手術をさせ、実
際の手術と術前に想定した手術とのギャップがどこにあるかを考えさせ、そのギャップを
埋める工夫をするように、本当に厳しく指導していたのです。

15年ほど昔、大学勤務時代、手術更衣室で他科の教授に声をかけられ「君は手術が上
手だが、技術だけじゃないんだよ。技術を超越した所に外科医の目標があるんだよ」と言
われたことがあります。当時は、意味がさっぱり分からなかったのですが、「手術が上手」
と言われたことで舞い上がり「はい、分かりました」と元気良く返事をしました。

ほどなく、全国的に購買者の多い、外科系月刊雑誌に依頼された手術原稿を書いた時、
著者自己紹介の欄で「今後の目標」と云う項目に、気軽に「究極の技術の向こう側を見て
みたい」と書いたのです。雑誌が発刊されるやいなや、全国的に名高い教授先生から「青
二才のくせに、なんて生意気な奴なんだ！」とお叱りを受けました。また、これ以外にも、
ここにも書けないような事が様々とありまして、「謙虚」という言葉とはかけ離れた、不
遜な態度の「ワル」でしたので、それは、それは、喧騒な時代を過ごしておりました。

あれから、15年以上の歳月が流れ、昭和31年生まれのが私が還暦を迎える年になります。
そして、今ふたたび「究極の技術の向こう側にあるもの」について考えるようになりました。

手術は執刀医一人が目されがちですが、決して一人でやるものではありませんし、一
人ではできないのです。「患者さんや家族、手術に関わるチームを含めた全ての人達の思
いを背負ってメスを持っているんだ」ということに、この歳になって気が付いてしまっ
たのです。「そんな当たり前なのに、今更、気が付いたの？」と思われるかもしれませんが、
それに気が付くのにあれから15年以上かかってしまいましたよ。

技術だけを追い求めていたのでは、絶対に見つけることが出来ない「技術+ α 」の「 α 」は人間性であり、
仲間意識であり、一言で表現するなら、「愛」だったんですね。

昨日と同じように今朝を迎え、代わり映えしない一日を過ごし、何事もなかったかのように明日を迎える。
誰もが当たり前と思って生きている毎日が、実は当たり前ではない年齢を迎えているから
こそ、気が付いた事なのかも知れませんね。

偉そうにあれこれ恰好つけて書きましたが、「究極の技術の向こう側」にある「 α 」が
「年末ジャンボ10億円」だったら？その時は「旅に出ます。探さないで下さい」という置
き手紙とともに失踪しますので、その時は驚くなり、呆れるなりして下さいね。

そうです、これまでもそしてこれからも、私は皆さんが想像し、期待するような真面目
な院長ではありませんので、老化と共存しながら、熟練、老獪を武器にしながら、これか
ら迎えるであろう、経験したことのない一日一日を、大切に、納得できるように生きてい
きたいと思っております。

今年も宜しくお祈り申し上げます、……、ね。



新任医師のご紹介



せき であ やす ろう
関 寺 恭 朗

- 診療科目 療養病棟担当
- 経歴 北海道大学医学部 卒業
北海道大学病院 第一外科
関寺外科小児科胃腸科
日本健康倶楽部 北海道支部

10月5日より4東病棟でお世話になっている関寺です。
“なでしこジャパン”を率い、惜しまれつつ現役引退の澤穂希選手は悔いのないサッカー人生をやりきったと笑顔で話す。それにひきかえ彼女の〇倍の年齢でまだまだ人生を楽しもうと厚かましく、しかも職場では美しい女性に囲まれ楽しんでいる一人の医師です。

ますます高齢社会が進む中で医療界は厳しさが増し私たち医療人もしっかりシナクチャ。がんばろうネ。
どうぞ宜しくお願いします。



あ だ ち ま き
足 立 真 紀

- 診療科目 皮膚科
- 外来診療担当日
毎週月曜日 受付時間 午後12:45～ 3:30
毎週金曜日 受付時間 午前 8:15～11:30
午後12:45～ 3:30
- 経歴 弘前大学医学部 卒業
市立函館病院
弘前大学附属病院
北海道大学病院
市立釧路病院
北見赤十字病院

この度、皮膚科で週2回勤務させていただくことになりました。よろしくお願いいたします。



ます だ とも ゆき
増 田 智 幸

- 診療科目 歯科・歯科口腔外科
- 外来診療担当日
毎週月曜日・火曜日
受付時間 午前 8:15～11:30
午後12:45～ 5:10
毎週金曜日 受付時間 午後12:45～ 6:30
土曜日(1/3/5週目)
受付時間 午前 8:15～11:30
- 経歴 岩手医科大学歯学部 卒業
岩手医科大学付属病院 歯科医療センター

皆様のお役に立てるよう頑張りたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。





肺炎予防と口腔ケア

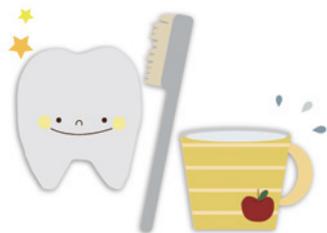
歯科・歯科口腔外科

歯科口腔外科部長

みさわ

はじめ肇

寒さが厳しくなって来ましたが、風邪などひいていませんか。風邪をこじらせ肺炎になったら、死亡の危険性もあります。肺炎は、がん、心臓病に次いで、日本人の死亡の3番目に多くなっています。1年間に約12万人の人が肺炎で亡くなっていて、そのほとんどが65歳以上の高齢者がしています。国においても、平成26年10月1日から高齢者を対象とした肺炎球菌ワクチンの公費一部負担を実施し肺炎の減少に取り組んでおります。高齢者の肺炎の多くは誤嚥性肺炎と言って、飲食物や口腔内の唾液や細菌が誤って気道に入り込むことで起きる肺炎です。私たちは食事をするとき、飲食物や唾液は、のどから食道を通過して胃へと送られます。喉頭蓋（こうとうがい）が嚥下したとき気管に入らないようにふたを反射的に閉じます（嚥下反射）。しかし、高齢者や脳機能障害の人はその機能がうまくいかず、また、誤って気管に異物が入っても、せき込んで排除する（咳反射）機能が低下することからおこります。肺炎が起こると、発熱、倦怠感等の全身症状や咳、痰、呼吸困難等の呼吸器症状が現れますが、高齢者では発熱や咳などの症状が現れないことがあり、症状が進行していることが多くあります。また高齢者は不顕性誤嚥といって睡眠中に唾液と一緒に口の中の細菌を飲み込んで起こすことが、非常に多くあります。この誤嚥性肺炎の予防には口腔ケアが大切です。う蝕や歯周病の細菌、プラーク中の細菌、舌苔（ぜったい）の中にある細菌、入れ歯の洗浄不足であると口の中の細菌が増殖して肺炎にかかり易くなります。ある報告によると口腔ケアを実施した人たちと、しなかった人々を比べると肺炎の発生率は40%以上口腔ケアをした方が減少する効果があると報告しております。適切な口腔ケアは口腔や咽喉の細菌数を減少させ、食欲も増進させ、栄養状態が改善し免疫力をあげ誤嚥性肺炎の予防につながります。是非口腔ケアをしっかりと、誤嚥性肺炎の予防をしましょう。



“ロコモ”って知っていますか？

日本が「世界一の長寿社会」と言われる理由は平均寿命約80歳、高齢化率や高齢化スピードが世界一だからです。近年、治療を受ける必要がある運動器障害が増加しており、運動器を健康な状態に維持するのが困難であることを示しています。そこで、日本整形外科学会では、運動器の障害による要介護の状態や要介護リスクの高い状態を表す新しい言葉として“**ロコモティブシンドローム**：「運動器症候群」」（以下「ロコモ」）を提唱しました。

運動器の障害のために移動機能（立つ・歩く・走る・座るなどの移動に関わる機能）の低下をきたした状態を**ロコモ**といいます。

進行すると日常生活に支障が生じ、介護が必要になるリスクが高くなります。健康な状態から要支援・要介護に至るまで移動機能は少しずつ衰えていきます。



● 7つのロコモチェック ●

以下の質問からロコモの危険性を自己チェックできます。

1. 家の中でつまずいたり滑ったりする
2. 階段を上るのに手すりが必要である
3. 15分くらい続けて歩けない
4. 横断歩道を青信号で渡りきれない
5. 片足立ちで靴下が履けない
6. 2kg程度の買物（1Lの牛乳パック2個程度）をして持ち帰るのが困難である
7. 家のやや重い仕事（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）が困難である

上記7項目のうち、一つでもあてはまれば「ロコモ」が疑われます。

年齢にかかわらず、思い当たる習慣・症状があれば、生活習慣を見直す事や運動習慣を身につける、医療機関を受診するといった適切な対処が必要となる可能性があります。

ロコモ対策

ロコモを予防していくには適度な運動習慣と骨や筋肉の素となる栄養を食事から摂る事が大切となります。加齢に伴って、筋肉、骨、関節、脊椎などの運動器全体は関連して弱くなっていくものです。それに加えて、野菜中心の食事を好むようになり、食事の量も少なくなってきました。すると、肉や魚、乳製品などを食べる機会も減ってしまい、筋肉をつくるために大切なタンパク質や、骨をつくるために必要なカルシウムが不足しがちになります。特に、動物性タンパク質には体内で合成できない必須アミノ酸がバランスよく含まれていますので、日常的な摂取が欠かせません。

日頃から、運動や食事に気を配ることが予防に繋がります。

看護部の取り組み

中学生の職場体験

今年も中学生の職場体験が2校ありました。

10月8日函館ラ・サール中学校2年生8名、
11月5日日本通中学校2年生7名の生徒さんが医療現場で見学・体験をしました。

将来希望とする職業では、医師・獣医師・薬剤師・看護師などで、きっかけとなる動機は、「自分自身が病弱なので」「優しい看護師さんに出会って自分もなりたい」「親の病気を治してあげたい」「父親の後を継ぎたい」等、とても頼もしい意思表示をされていました。



手術室の見学では、手術室に入り医師から機械の説明を聞き、実際に触れる事で驚きや感動が沢山ありました。

看護体験では、正しい手洗い・血圧測定・聴診（胸・腹）をおこない、最後には白衣に着替え写真撮影で楽しみました。

他には、薬剤科・臨床工学室・栄養管理室担当スタッフからの説明も受け、短い時間ではありましたが、医療現場の一部を体験しました。

毎年行われている「中学生の職場体験学習」では、体験することで自分の将来像がプラスに考えられ、迷いから意志決定に繋がっていると喜びの感想をいただきました。

これからも協会病院は次世代の育成を応援し協力していきます。



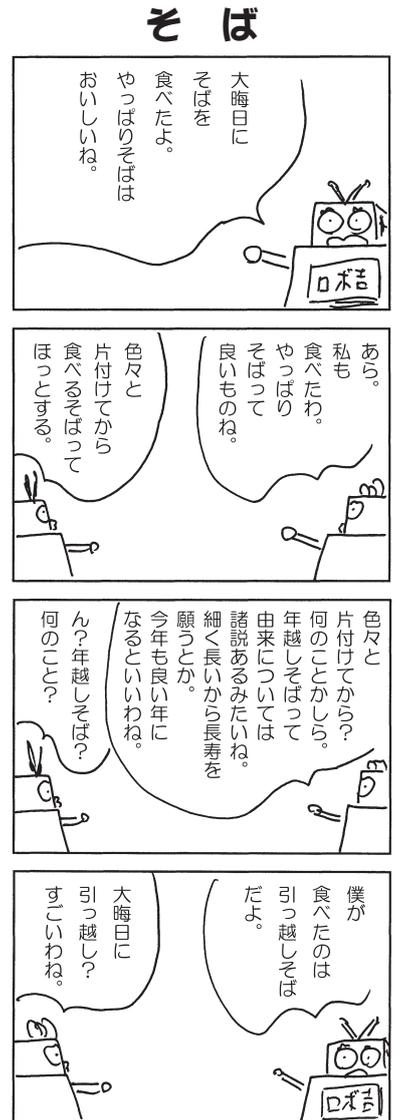
職員対象院内研修会

11月18日(水)、院内の医療安全対策委員会主催の接遇研修を実施し今年度2回目となる今回は「クレーム対応と患者様対応」と題して東邦ホールディングス(株)経営企画本部研修担当 安達 博先生にご講演いただきました。

講演ではクレーム発生の大きな要因の1つとして「医療従事者の慣れ(組織内の問題やコミュニケーション不足)」が挙げられておりました。当院でもこの実態を真摯に受け止め、今後、改めてコミュニケーションスキルや接遇向上に取り組んで参りたいと考えております。



そば



年越しそばも引越そばも
どちらもこしがあります。
柳生十兵衛

院内

クリスマスコンサート

平成27年12月19日(土曜日) 午後1時30分より、当院1階エントランスホールにて院内クリスマスコンサートを開催致しました。

今年で3回目となる今回のコンサートは、ききょう幼稚園の可愛らしい園児たちによる元気いっぱいの「よさこい」と「クリスマスソングの合唱」を披露していただきました。

当日は約50名の参加をいただき、短い時間ではありましたが楽しい時間を一緒に過ごすことができました。今後も当院では、地域の方々や病院での生活を楽しんでいただけるような企画を用意して参りますので開催の際には是非お立ち寄りください。



【函館協会病院外来診療担当表】

平成27年12月1日より

診療科	午前 午後	受付時間	診療時間	月	火	水	木	金	土	備考	
内科 消化器科 (内線 1700)	午前	8:15~ 11:30 (土のみ) 8:15~ 11:00	8:45~	山内 桑島 佐々木	榮浪 白石	佐々木 白石	山内 桑島 白石	榮浪 桑島 佐々木	榮浪 山内 (二次当番日)		
	午後	12:45~ 3:30	1:15~		白石	白石	白石				
外科 (内線 1800)	午前	8:15~ 11:30 (土のみ) 9:00~ 11:30	8:45~ (向谷院長) 9:30~	第1診	向谷	久木田	向谷	久木田	澤田	当番制	※セカンドオピニオン外来の受診を希望される方は、事前に外科外来までお問い合わせください。 ※第2診と第5診は、予約診療のみとなっております。
				第2診	澤田	-	村上	村上	-		
				第5診	-	-	-	ストーマ外来 (認定看護師 福島)	-		
整形外科 (内線 1620)	午前	8:15~ 11:30	8:45~	多田 戸嶋	多田	戸嶋	多田	戸嶋	当番制 出張医 (3週目)		
	午後	12:45~ 3:30	1:15~	手術	多田	戸嶋	戸嶋	多田 戸嶋 (2週目)			
皮膚科 (内線 1900)	午前	8:15~ 11:30	8:45~	眞鍋	眞鍋	眞鍋	眞鍋	足立	眞鍋	※午後2:30~3:00までの間は、処置のため待ち時間となりますので予めご了承ください。(受付は通常どおりです。)	
	午後	12:45~ 3:30	1:15~	足立	手術	眞鍋	眞鍋	足立			
泌尿器科 (内線 1610)	午前	8:15~ 11:30	8:45~	田沼	田沼	田沼	田沼	田沼	田沼	※毎週水曜日の午後2:30以降は、院外往診があるため休診となります。	
	午後	12:45~ 3:30 (水のみ) 1:15~ 2:30	1:15~	田沼	田沼	田沼 院外往診	手術	田沼			
歯科 歯科口腔外科 (内線 1911)	午前	8:15~ 11:30	8:45~	三澤 橋増	三澤 宮増	橋宮 本出 出張医 (2,3週目)	三澤 宮本 出張医	三澤 橋宮	三澤 橋宮 本出	※水曜日と金曜日の午後は、手術のため外来担当医が変わることがあります。 ※水曜日と金曜日は、夜間診療のため午後6:30まで受付を行います。	
	午後	(月・火・木) 12:45~ 5:10 (水・金) 12:45~ 6:30	1:15~	三澤 橋増	橋宮 本出	橋宮 本出 出張医 (2,3週目)	三澤 宮本 出張医	三澤 橋宮			
内視鏡センター (内線 1600)				榮浪	山内	榮浪	榮浪	山内	当番制	※内科又は消化器科を受診してください。	
健診センター (内線 2800)		予約制		大槻	大槻 大間知	大槻	大槻 大間知	大槻	-	※健診希望の方は、医事課までお問い合わせください。	

※第1・第3・第5土曜日は、診療しております。(第2・第4土曜日は、全科休診)
※外来診療が休診の場合でも通院中の方や紹介状をお持ちの方は、電話でお問い合わせください。



交通のご案内

市電

● 深堀町電停 …………… 徒歩5分

函館バス

● 深堀町バス停 …………… 徒歩5分

系統/5, 8, 7, 10, 10-1, 10-6, 14, 21, 41, 112

● 自衛隊前バス停 …… 徒歩5~6分

系統/5

車

● JR函館駅より …………… 約15分

● JR五稜郭駅より …………… 約15分

● 函館空港より …………… 約20分

無料巡回バス

無料巡回バスを運行いたしております。停留所・時間など、詳しくは当院まで、お問い合わせください。

病院理念

地域住民に信頼され、地域とともに歩む病院を目指します

- 社会福祉法人として、医療・福祉の提供を通して社会貢献を行います。
- 病院の能力を結集し、高度医療および救急医療を提供します。
- 病院職員の総合力を生かし、安全な医療・看護を提供します。
- 患者さまのプライバシーを尊重し、思いやりのある医療・看護を提供します。
- 病院職員全員の、医療技術等の向上を目指すとともに次世代の人材を育成します。



社会福祉法人 北海道社会事業協会 函館病院

函館協会病院【略称】

〒042-0935 北海道函館市駒場町4番6号
TEL:0138-53-5511 FAX:0138-51-8421

<http://www.hakodatekyokaihp.com/>

○発行日 平成28年1月1日

2016
25号

○発行責任者 向谷充宏
○編集 固本智典・加藤康次

○印刷所

株式会社 長門出版社印刷部