

# スイング SWING



函館協会病院広報誌  
2016.7.1 No.27 夏号

## ■院長のひとり言■ ～気のむくままに～



# 『りんくう7 Day 2016』

院 長  
向 谷 充 宏

2016年6月4日、大阪府泉佐野市にある「りんくう公園」にマツダのスポーツカーRX-7が250台集合し「りんくう7 Day 2016」が開催されました。え、何それ？決して怪しげな集会ではありません。お互いの車を見たり、見せたり、話をしたり、懇親を深めることができます。たったそれだけ？はい、そうです。北は北海道、南は九州から「りんくう公園」を目指して何時間、何十時間もかけて、片道1,000km以上も走ってくる参加者もいるのです。その姿は、まるで幾年月を経て再び生まれた川に遡上する鮭のようです（笑）。可笑しいでしょ？それだけRX-7という車のことが大好きな仲間達なのです。



これまで一度は行ってみたいと思っていたけれど、雑誌の記事かインターネットでしか見たことのない「セブンデー」は7月7日を中心に全国各地で開催されます。その中でも、「りんくう公園」で開催される「りんくう7 Day」が国内外最大規模とされています。それじゃあ何故7月に開催しないの？それは、「とても、とて一も」暑いからなのです。寒冷地仕様の北海道民の私達には到底理解は出来ませんが、気温35度以上の酷暑、アスファルトの照り返しによる熱気の中で5時間も立ち話をするなどという事は不可能なことらしいのです。

世の中、いろいろと不思議なことが多いけれど、何故？私が「りんくう7 Day 2016」実行委員会の会長になるわけ？まあ、その話はまた別の機会にでもしますが、一言でいえば主催者の中村さんに「手伝って～」と頼まれたから。昔から「医者・芸者・役者、声をかけられるうちが華」という言葉が好きで、思わず引き受けてしまったけれど、一度も参加したことないイベントの会長って、普通はやりませんよね。まあ、そこが私の普通じゃないところなのです（笑）。

去年は340台集まったそうですが、これまでの楽しいあるいは苦い経験を踏まえ、場内の混乱を避けるために参加台数を250台に制限、事前登録制を導入、警察署にも警備員にも協力してもらい、時間を区切って会場へ誘導入場となりました。ここに至までの経過の詳細を書き始めると1冊の本が出来るくらいの糸余曲折を経て、無事開催に漕ぎ着くことができました。また、このRX-7というスポーツカーを世に送り出した小早川隆治様には「ル・マン24時間レース優勝の秘話」、貴島孝雄様には「RX-7開発秘話ゼロ作戦」のご講演を、マツダが大好きという写真家の麻生祥代さんにたくさんの写真を撮影して頂きました。（文中の写真は全て麻生祥代さんが撮影したもので掲載許可を得たものです）

はい、びっくりしました。開発に携わった小早川、貴島様のRX-7にかけた情熱、参加した皆さんの熱気、一台として同じ仕様のないドレスアップされたRX-7達の迫力に驚きました。また、会場に集まった全員の「心の底からRX-7が好きだ」という気持ちがビンビンと伝わってきました。実行委員会の会長としても、ちょいちょいは頑張りましたけど、なにせ還暦直前ゆえに肉体労働は全くもって無理かつ邪魔。若きスタッフ達は、ほぼ徹夜で準備をしました。幸い、怪我や事故もなく、笑いあり、涙あり、私ですら思わず目頭が熱くなるほどの感動の中、大盛況で「りんくう7 Day 2016」を終えることが出来ました。そしてまた同時に、来年開催に向けての課題もまた多く見つかりました。



え？来年？そうです、これからも毎年この時期に「旅に出ます。探さないで下さい」という置き手紙とともに、「りんくう7 Day 2017」に行くことになってしまいました。会場で函館協会病院の名前を連呼しますので許して下さい（笑）



主催者、中村屋社長中村英孝氏とともに



小早川隆治氏、貴島孝雄氏とともに



2代、3代目RX-7  
開発主査、小早川隆治氏



ロードスター、RX-7  
開発主査、貴島孝雄氏



# 歯周病と全身疾患

歯科・歯科口腔外科

歯科口腔外科部長

三澤  
みさわ

はじめ  
肇

歯周病とは、歯周ポケット（歯と歯肉の境目）のプラークに含まれる歯周病菌によって、口臭がしたり、歯肉が腫れたり、出血したり、進行すると歯を支えている骨がとけて、歯が抜けてしまう病気です。痛みなどの自覚症状がなく進行するのが特徴です。歯科疾患実態調査の結果によると、歯周病は45歳で半数以上、高齢になるにつれて増加するとされています。つまり生活習慣病の1つです。この歯周病がいろいろな病気と関係があることが知られています。

例えば心筋梗塞は、歯周病に罹患している人は正常の人の約3.6倍かかりやすいという報告があります。また脳梗塞においても2.8倍かかりやすいという報告があります。これらの原因は、歯周ポケットのプラークに含まれる歯周病菌が歯肉の毛細血管から入りこみ、動脈硬化を誘発する物質を出して血管内にアテロームプラーク（粥状の脂肪沈着物）を作り血管を細くしたり、またアテロームプラークが血管壁から剥がれて血栓を作り詰まらせたりすることから起きると言われています。

がんにおいても同様です。歯周病のある人は、がんの可能性が全体的に14%高いという報告があります。食道がんや大腸がんの細胞から歯周病菌が高い割合で検出されている事実もあります。この原因是歯周病菌によって炎症が起き、それが持続することで正常細胞のDNAが障害をうけ最終的に発がんに結び付くという可能性が考えられています。

このほかにも、歯周病があると、糖尿病がさらに進行することや、誤嚥性肺炎が増加すること、早産、低体重児のリスクが7.3倍に増加する報告などいろいろな病気と関係があるのです。

歯周病のケアは歯磨きが1番です。歯周ポケットのプラークを除去することが1番大切なのです。プラークが石灰化して歯石になってしまふと、自分で取ることが出来なり、歯科医での専門的治療が必要です。そうなる前に毎食後、自分にあった歯ブラシや歯間ブラシを使用して歯周病を予防し、歯や口の健康を守るのみならず、全身の健康も守り、いろいろな病気を予防しましょう。

## 第48回

# 市民のためのリレー講座を開催しました

平成28年4月16日(土) 三澤 肇歯科口腔外科部長によるリレー講座を開催しました。

今回は、「口は健康のもと」と題して、唾液のちから、歯周病と全身疾患、口腔ケアと肺炎、口腔がんの4つのテーマから、口腔内の環境悪化により起こる可能性のある様々な病気や、予防策である日頃からの口腔ケアの重要性について講演されました。

当日は、100名近くの方々にご参加いただき本当にありがとうございました。

今後も当院では、地域住民の皆様の期待にしっかりと応えられるような活動に取り組んで参りますので、次回講座もご期待ください！





# お 薬 の 話



## "おくすり手帳"をお持ちですか？

病院や医院の処方箋で薬を調剤する保険薬局で、「お薬手帳をお持ちですか？」とたずねられたことはありませんか？

処方薬品名や用量など記載したり、アレルギーなどを記録します。



## お薬手帳とは

お薬手帳は、あなたが処方されたお薬の名前や飲む量、回数、飲み方、注意すること、そして過去に経験した副作用やアレルギーなどを継続的に記録に残すための手帳です。

お薬を処方する時に、とても有効な情報となるだけでなく、あなた自信もお薬について把握しておくために、とても役に立ちます。また、今までと違う医療機関へ行くことになっても、安心してお薬を服用することができます。

## お薬手帳の活用

### <お薬の飲み合わせのチェックに活用>

複数の病院などから処方されたお薬や、街の薬局で購入したお薬を飲んでいる場合は、お薬の飲み合わせによっては効果が強く現れて副作用が出たり、逆に効果が弱まってしまうことがあります。これを防ぐためにお薬手帳を見せて、医師や薬剤師にお薬の飲み合わせをチェックしてもらいます。

### <以前、飲んで合わなかったお薬のチェックに活用>

お薬を飲んだときに副作用が出たり、合わないと感じることがあった場合、そのお薬とその時の症状などを書き込んでおきましょう（もしくは、書いてもらいましょう）。いつもと違う病院や薬局でお薬手帳を見せて、あなたに合わないお薬を事前にチェックすることができます。

### <症状の変化のチェックに活用>

お薬を飲んだときの症状の変化を記入しておきましょう。例えば、「このお薬を飲んだら良く効いて楽になった」「だるくなった」「のどが渴くようになった」「眠くなった」など、まめに日記のように書いておきましょう。また、次回受診するときの相談したい内容を書いておきましょう。

お薬手帳は、何冊も持たずに必ず1冊にまとめておきましょう。

お薬手帳は、あなたの「かかりつけ薬局」で薬剤師に相談すればもらうことができます。

尚、お薬を飲まれている患者さんは、入院される際に持参薬と一緒に“お薬手帳”をお持ち下さい。

# ● ● ● 北海道看護研究学会 ● ● ●

6月26日(日)、札幌コンベンションセンターで北海道看護研究学会が開催されました。

北海道看護研究学会は1年に1度北海道看護協会に加入している看護師が日頃の成果を原稿にして投稿後、その中から口演19題、示説28題が選ばれ発表する場です。

当院看護部は、今回の学会にて口演と示説で発表する機会を得ました。

当日は、発表者や担当病棟長も札幌コンベンションセンターのホールでの発表に緊張した表情でしたが、終了時の表情から発表者は大きな自信を得たと確信しました。

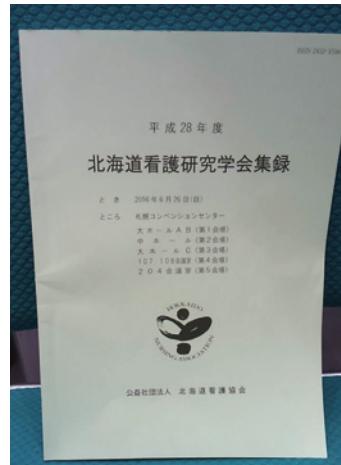
## 発表者

口演：4西病棟 准看護師 笹木絵里子

「遷延性意識障害患者に関わる看護師  
の心理変容過程と職業意欲の関連」

示説：3東病棟 看護師 中谷 真維

「回復期リハビリテーション病棟にお  
ける転倒の要因」



## ● 看護部教育委員会から ●

### リフレッシュ研修実施



6月24日(金)、今年度入職した看護職員を対象にリフレッシュ研修を実施しました。

平成28年度に採用された新人看護師12名は、それぞれの病棟で勤務し始めてから3ヶ月が経過しました。いろいろな悩みを抱えながら、日々頑張っている新人看護師の為に当院では毎年リフレッシュを兼ねた研修を取り入れています。

今年は、西部地区散策をしました。普段は着ないようなドレスを着たり、ゆっくりカフェでお茶をしたりと楽しんでくれていたようです。

きっとこの研修が明日からの活力に繋がってくれているでしょう！



# ・1・日・消・防・官・

平成28年4月20日、函館市消防本部が主催する春の火災予防運動の一環として実施された、「1日消防官」へ当院看護師2名が参加しました。

本年4月1日から病院および有床診療所に対するスプリンクラー設備等の設置基準が一部見直されたことに伴い、そこへ従事する職員を対象とした活動として、当日は消防業務等の一端の体験や各施設での防火安全対策について消防職員の方々からの指導を受け、職場における防火・防災に対する理解を深めることができました。



## 函館マラソンに参加しました

6月26日(日)に開催されました函館マラソンへ当院スタッフがランナーとして8名参加しました。

今年よりフルマラソンとハーフマラソンの同時開催となり、昨年の2倍にあたる8,000人が参加した大会は強風＆時より小雨が降るといったあいにくの天候の中、苦戦を強いられたようですが、全員大きなケガもなく、走りきることができました！



また、同大会には医療・救護スタッフとして当院から4名が参加し、大会に協力しました。



# 出前講座

## 平成28年6月8日出前講座を開催しました

この度は宝来町会様で毎月2回開催されている「健康づくり教室」にお招きいただき、当院理学療法士による「ロコモティブシンドローム」をテーマとした出前講座を実施しました。宝来町会様では昨年の6月・9月の開催に続き、3回目となりました。

当日は、ロコモティブシンドロームについての解説やロコモ度テストとして、「立ち上がりテスト」「2ステップテスト」を体験していただき、予防策となるトレーニング方法についての実演も行いました。今回も多くの方々にご参加いただきましたこと、厚く御礼申し上げます。



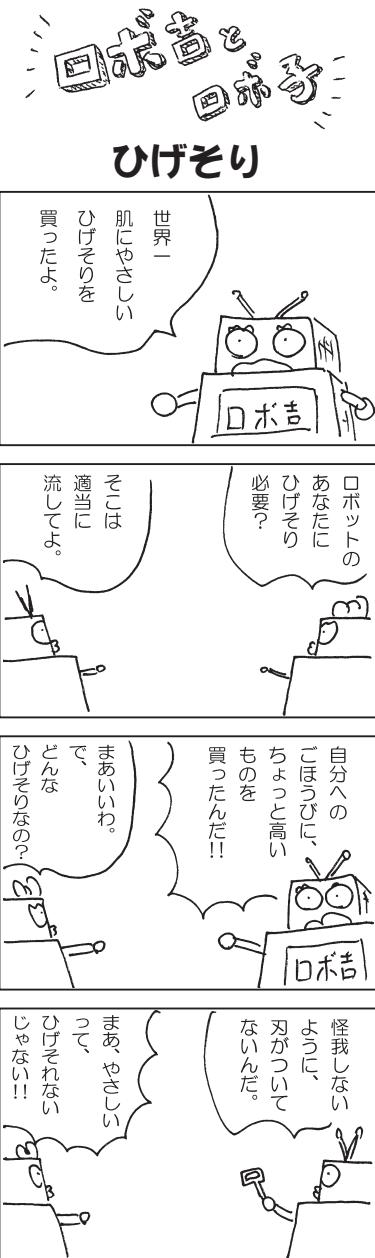
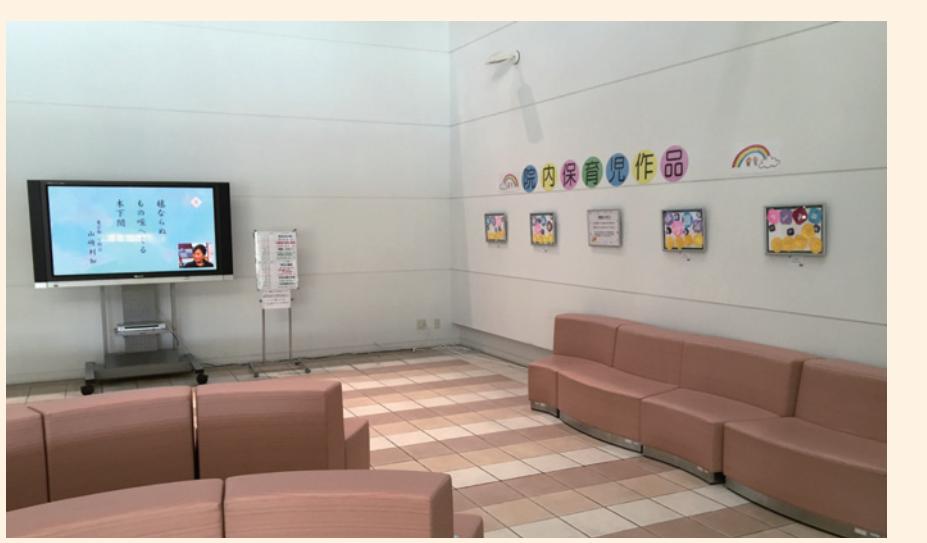
当院の出前講座は、無料にて実施しております。

今後も地域住民の皆さまの期待に、しっかりと応えられるような講座作りに取り組んで参りますので、ご要望等がございましたら、お気軽に当院総務課までお問い合わせ下さい。

TEL 0138-53-5511 担当：固本（かたもと）・加藤

## 院内保育所児童による作品展

6月より、1Fエントランスホールを利用して院内保育所の児童が一生懸命作成した絵や作品を展示することとなりました！今回の展示作品は折り紙で作ったタンポポとアジサイを使った作品で色鮮やかでどの作品も上手です！来院された際には、是非お立ち寄り下さい！



キレイでない。キレイでない。  
柳生十兵衛

# 【函館協会病院外来診療担当表】

平成28年7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	榮白 浪石 國兼	佐々木 白石 國兼	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	村上	澤田	当番制
					第2診 久木田	-	村上	澤田	-	
					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~	多戸 田嶋	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	多戸 田嶋 (2週目)		
皮膚科 (内線 1900)	午前	8:15~ 11:30	8:45~	八木	八木	八木	-	-	-	
	午後	12:45~ 3:30	1:15~	八木	八木	八木	-	-		
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 本原	三澤 本原	橋本 宮出張医 (2,3週目)	三澤 本原	三澤 本原	三澤 本原	※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 本原	橋本 原	橋本 宮出張医 (2,3週目)	三澤 本原	三澤 本原		
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		國兼	大間知	大間知	大間知	國兼	-	※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標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/>

○発行元  
社会福祉法人北海道社会事業協会  
函館病院  
平成28年7月1日

2016  
27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