

# 陽だまり

2008 47号 春



## コラボレーションで築く手術運営

- 腹腔内に細いテレビカメラを挿入して、小さな傷から臓器（胆嚢、腎臓、大腸、胃など）を取り出す手術が増加しています（表紙写真参照）。高度で稀な手術は、北陸の最先端をいく医師を、金沢大学や福井県からの応援も受け、おこなっております。
- 4月からは不在だった常勤麻酔医が複数体制で確保される見通しもたち、より一層安心・安全な管理に努めます。
- 手術室看護師は、手術中はもとより手術前訪問、術後訪問の場で、患者様・ご家族の方と連携を深めて“安全・安心”に努めています。

# めざす 地域医療連携



## みなさまの「かかりつけ医」ご紹介ガイドブックをどうぞ！

### 電話番号・診療科などお知りになりたいことはこちらから……

当院では、病院と診療所がお互いに連携・協力しながら、それぞれの役割、機能を分担して長所を活かし、より効率的、効果的で継続性のある適切な医療を患者さんに受けてもらう「病診連携」を住民のみなさまに推進しておりますが、この度、七尾市と中能登町の「かかりつけ医」をまとめたガイドブックを作成し、外来受付、各診療科、又連携する医療機関や公民館、各公共機関等にも配布いたしました。

ガイドブックは、A4判、24ページで各医療機関の電話番号や住所、外来受付時間、診療科、所有する医療機器など41の医療機関の特徴を紹介しています。

ぜひ、ご利用ください。



## 七尾鹿島広域圏事務組合 公立能登総合病院職員募集

公立能登総合病院では、現在下記職員の随時募集をしております。

- 薬剤師 ……………1名 } 昭和47年4月2日以降に生まれた者で、現にそれぞれの
- 管理栄養士 ……………1名 } 免許を有する者を受験資格とする。
- 臨床工学技士 ……若干名 } 昭和42年4月2日以降に生まれた者で、現にそれぞれの
- 助産師及び看護師 ……17名 } 免許を有する者を受験資格とする。

募集期間は随時受け付けておりますが、採用者が決定次第、終了とします。随時募集及び臨時職員募集については下記までお問い合わせください。

〒926-8610 石川県七尾市藤橋町ア部6番地4

公立能登総合病院経営管理部総務課職員係

電話 0767-52-8749 (ダイヤル) 0767-52-6611 (代表)

FAX 0767-52-9225

E-mail : syomu@noto-hospital.jp

一足早く春を感じてみませんか。

### 椿(つばき)展 開催案内

○期間 3月18日(火) ~27日(木)

○場所 病院玄関通路



椿名は「小鶴」

ヤブツバキは日本のあちこちで見ることができます。また、椿は品種の多い花です。花色、花形の多彩さ多様さを楽しんでください。

山崎 祐樹 (やまざき ゆうき)  
 「出身地」 福井県  
 「趣味・特技」 (研修医) 体を動かすこと全般(最近  
 は運動してませんが・・・)  
 「抱負をひとこと」  
 一生懸命がんばります!!



新しく赴任しました。  
 よろしくお願ひします。





## 高沢内科医院

院長 高沢 至 先生

今回は、七尾市中島町浜田、熊木川沿いにある高沢内科医院の高沢至先生にお話をお聞きしてきました。先生は昨年、国から旭日双光章を受賞され、その思いも語っていただきました。



### 先生のご趣味はなんですか？

昔は、ゴルフに凝っていました。70才を過ぎた今は、読書ですネ。特に時代小説をよく読みます。佐伯泰英や山本一力などの人情物が好みます。(院長室の書棚の一つには、時代小説が整然と並んでいました)

### 休日はどうにお過ごしですか？

家の雑用に時間を費やし、他に整理、整頓で1日が終わってしまうこ



とも。時には、金沢まで足を運んで映画を見て過ごすこともあります。先生が院長として

### 日頃から心掛けていることは？

(患者さん・職員・家族に対して) 地域のホームドクターに徹してやってきました。いろいろな病状の患者さんにとって一番良いと思うことをやってきたつもりです。今まで長くやってこれたのも妻のおかげですよ。

### 好きな食べ物はなんですか。逆に苦手な物がありますか？

(お酒の方は、どれくらい、どんな所でたしなまれますか?) 食べ物で、好き嫌いはありません。お酒の方は、若いときから付き合い程度かな。

緑茶が好みで、銘柄は「ぐり茶」です。きつかけは、約40年前に伊豆の方へ旅行した時、お店の人に薦められ試飲したのですが、その時の味が忘れられなくてね。現在も通信販

売で取り寄せて飲んでいきます。

### 先生自身、健康の為に何か心掛けておられる事がありましたら

若い頃は、ゴルフですよ。趣味と実益(健康)を兼ねてよく行きました。

最近、少しふとり気味で何か出来ればと思っているのですが、なかなか行動に移せなくてね・・・。時間があれば、家の廻りを散歩するくらいです。

### 最近、世の中の流れで気になる事がありますか？

医療改定は、どうなるのか、何か悪い方向に進んでいるように感じる。これからの心配になってきます。

### これからの地域医療についてどうお考えですか？

地域医療全体が見えてこない。例えば、特定健診が始まるが、この事で患者が少なくなると思えない。官僚に振り回されているように思うのですが・・・。

### 今まで長く医師をされていて、一番の思い出はなんですか？

やっぱり、昨年、国から頂いた「旭日双光章」です。ありがたいと思っています。

頂いた後が大変でしたね。私よりも



周りの方々が喜んでくださって、沢山の祝賀会をして頂き、改めて表彰されたことの重みを感じました。私ごときが何

故? こんな大変な勲章をと思ひ、昔を振り返ると、鉦打地区の診療所へ毎週、月曜と金曜の2回、7年間通ったことや、旧鹿島郡医師会長も長くやらせていただいた事が浮かんできます。

ここまで、医師としてやってこれたのも、沢山の方々に支えられていることであり、皆さんに感謝、感謝の気持ちで一杯ですよ! これからも、体の続く限り、みなさんにお返しができるばと思っています。

長く医師をやってこられて、貫禄充分。しっかりと地元に着した診療をしておられるように感じました。先生いつまでもお元気です!

◎聞き手

地域医療連携室

石垣



# メタボリックシンドロームが注目されています！

## 中高年男性の2人に1人！

現在日本では、メタボリックシンドロームとその予備軍を合計すると約1960万人に上ると推定されます。40〜70歳代の中高年世代に多く、男性では2人に1人、女性では5人に1人が相当します。



## メタボリックシンドロームとは???

メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満（内臓脂肪の蓄積）に高脂血症、糖尿病、高血圧などが加わった状態のことを言います。内臓脂肪が蓄積されると代謝異常などが起こり、様々な病気を引き起こしやすくなります。メタボリックシンドロームに陥ると、動脈硬化の進行が加速し、心臓病や脳卒中といった命に関わる病気の危険性が高まることから、現在最も大きな健康課題とされています。

## メタボの予防・改善には、まず食生活を見直すことが大切です

あなたの食生活は大丈夫？  
思い当たるものをチェック  
してみましょう

- □ 朝食は食べないことが多い
- □ ついつい食べ過ぎてしまうことがある
- □ 外食が多い方だ
- □ アルコールをほぼ毎日飲む
- □ 毎食野菜を食べない
- □ 早食いだ
- □ 手の届く場所にお菓子や酒が常備してある
- □ 夜遅い食事で、食べたらずぐ寝る習慣になっている

このような食生活では、エネルギー・脂質・食塩の摂り過ぎ、野菜不足などが原因で、メタボを引き起こし、生活習慣病の要因となってしまう。1つでも当てはまったら、改善しましょう。

## 朝食・昼食・夕食と1日3食きちんと摂りましょう！

悪い食習慣は、エネルギーの摂りすぎにつながり、肥満を招きます。食事内容はもちろんですが、食べ方や食べる環境にも気を配りましょう。

### 朝食抜き…

食事の回数が減ると脂肪がより合成されやすくなる

### 早食い…

満腹感が得られず過食になりがち



### ながら食い…

他のことに気を取られ、知らぬ間に食べ過ぎてしまう

### まとめ食い…

特に夜のまとめ食いは、体脂肪として蓄積されやすい

### だから食い…

常に食べ物が身近にあると、空腹でなくても手がのびてしまう



## Q おなか引つ込め！ カロリークイズ

えっ！こんなにあるの?!

### 1. どっちがカロリー高い？

- a. ケーキと紅茶  
(砂糖1杯、ミルク1杯)
- b. ビールとおつまみ(枝豆)



### 2. カロリー並びかえ！

①菓子パンや調理パン。カロリーが高いのはどれ？

- a. カレーパン(1個95g)
- b. メロンパン(1個55g)
- c. 蒸しパン(1個85g)

②健康によさそうなドリンク類。これが意外と…。

- a. 野菜ジュース(1本190ml)
- b. 乳酸菌飲料(1本65ml)
- c. 調整豆乳(1パック200ml)

答え < <

答え < <

(答えは、7ページ上)

# 予防しましょう

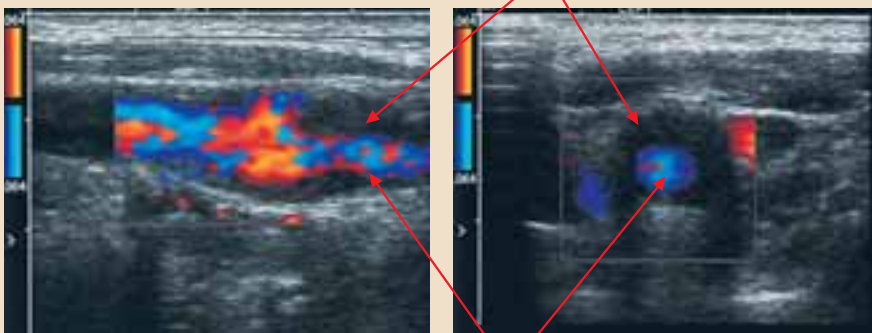


神経内科では脳から脊髄、末梢神経から筋肉まで、ほぼ全身に生じる病気を診療しますが、当院にて入院治療を行う多くを脳血管障害（脳卒中）が占めています。脳血管障害のうち、近年は食生活の欧米化に伴って脳出血が減少し、脳の血管が閉塞することにより生じる脳梗塞がほとんどになっています。脳梗塞では神経細胞が死んでしまうことにより手足の麻痺やしびれにくさ、しびれといった症状が生じますが、いったん壊れた神経細胞はほとんど再生しないとされ、多くの場合何らかの後遺症が必ず生じます。

脳梗塞の治療としては、以前は

症状の悪化を予防することを目的とした点滴または内服薬による治療と機能回復を目的としたリハビリテーションが主でしたが、2005年10月より発症後3時間以内の超急性期のみで使用可能なtPAという薬剤が登場しました。tPAは血管を閉塞した血栓（血液の塊）

動脈硬化の病変



（頸動脈エコー検査）血管が細くなっている

を溶かして血流を再開させる治療法であり、ほぼ完全に症状が消失するといった大きな効果が認められる反面、出血の副作用も比較的多く報告され、使用には十分な注意が必要な薬剤です。しかも発症後3時間以内に治療を開始しなければならぬという厳しい時間的制約があり、脳梗塞の患者さんにおける使用率は約1%に留まっています。今後、tPAの使用例を増やせるように症状が現れた時にはできるだけ早く病院に来ていただくことが重要であると思いますが、tPAを使用しても後遺症が残ることがあること、tPAには比較的重大な副作用があることを考えますと、脳梗塞にならないようにすることの方がより重要です。すなわち、脳梗塞の危険因子である生活習慣病（糖尿病、高血圧、高脂血症）を早期から厳格に治療することが必要です。その他に、喫煙も脳梗塞の重要な危険因子の一つですので、喫煙されている方には禁煙することをお勧めします。



脳梗塞にならないために、まずは生活習慣を見直して（禁煙する、適度に運動する、肥満を改善する）みてください。その上で、急激に麻痺やしびれにくい、しびれといった神経症状が生じたときは昼夜を問わずできるだけ早く病院を受診するようにしてください。



さかい けんじ  
坂井 健二  
(神経内科医長)



# 聞かしてください



当院を利用されている患者様の要望やご意見並びに、病院で提供する医療や患者サービスの改善に資するために、院内9カ所に「ご意見箱」を設置しております。

毎週回収し、苦情に対しましては、直ちに調査・対応をし、出来る限りの改善を図り、又お褒めのお言葉は、個人あるいはその部署へ今後の励みとして配布しております。

平成19年4月から平成20年1月までの集計を図のようにまとめてみました。(図1、2)

ここ数年を比較してみても、年々ご意見の総数が増加し、その中でも昨今は患者様の医療機関をみる目が大変厳しく、接遇に対しての苦情件数が増加しているように思われます。

院内に掲示した内容の一部を抜粋してみました。

## ご意見

洗濯場へ行くのに、7階側のエレベーターが少ない。6階止まりがよく動き、乗るまで動かないので仕方がなく乗り、1階は階段で昇る。右側も動くようにしてほしい。

## 回答

設計段階で乗用及び寝台用エレベーター各2基のうち、1基のみ7階行きとしており、2基とも7階行きとするのが出来ない建物構造となっております。エレベーターの運転制御のタイミングの関係で、ご迷惑をお掛けする場合がありますが、ご了承ください。

## ご意見

受付の対応について、患者が受付に待つについても自分の仕事をしていて、こちらから声をかけるまで対応してもらえず遅い。

## 回答

患者様のことを最優先に考え対応しなければならぬ立場にありながら、

大変不愉快な思いをさせて申し訳ありませんでした。今後は声をかけられる前にこちらから言葉掛けをする受付対応に心掛けます。

又、職員接遇研修会等を開催し、職員の資質の向上に努めてまいります。

## ご意見

産婦人科に母乳教室を作ってほしい。マッサージとか母乳を出しやすくしたり、お母さんのリラクセスのためにとか他県では盛んに母乳を重視しているみたいで、人気もあるらしいです。この病院も取り上げていただけたら希望者も集まるのではないですか？

## 回答

ご指摘ありがとうございます。当院でも平成19年10月から母乳外来を開始しております。ぜひ、ご利用下さい。 ※お問い合わせ先

産婦人科外来 ☎52-8705  
4階西病棟 ☎52-8708



## 第一美装興業株式会社

代表取締役

政 浦 芳 典

本 社

石川県七尾市本府中町子部32番地の5  
TEL (0767) 52-6076(代)  
FAX (0767) 52-6086  
E-mail daiichibisou@cello.ocn.ne.jp

金沢営業所

金沢市西念2丁目28-15  
TEL (076) 263-6106



## YKK AP 指定工場

県知事許可第15464号  
アルミ建材・板ガラス・バルコニー・テラス  
カーポート・シャッター工事一式  
一級技能士  
職業訓練指導員

## 石 倉 商 事

石 倉 大 作

七尾市八幡町へ部102番1  
TEL 0767-57-1944

FAX 0767-57-3944

## 野崎商事創立20周年感謝祭

〈平成20年1月7日~5月31日〉

期間中カラー複合機ご成約の  
皆様に豪華プレゼント

和倉温泉1泊ご招待



ゴルフ入場券  
その他  
ゴルフグッズ等



鮮魚  
野菜等

のどちらか

事務機器・企画・印刷・製本

有限 野崎商事

〒926-0172 七尾市石崎町イ部74番地  
TEL(0767)62-2457 FAX(0767)62-3715



# 皆様のお声をお

図2 性質別集計

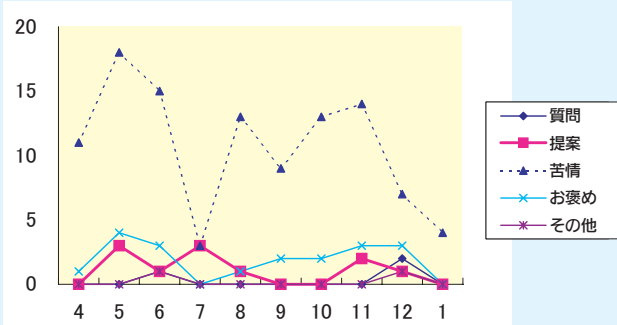
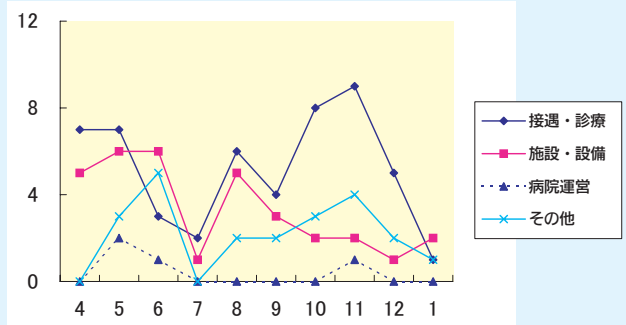


図1 内容別集計



### ＜カロリークイズの答え＞

- a (aケーキと紅茶は406kcal、ビールと枝豆は280kcal)
- ①bメロンパン185kcal<aカレーパン248kcal<c蒸しパン291kcal  
②b乳酸菌飲料50kcal<a野菜ジュース61kcal<c調整豆乳110kcal

### ＜解説＞

1. ビール中ジョッキ500mlは200kcal、枝豆は80kcalです。もし、おつまみが柿の種1袋だったら200kcalと高カロリーなので、ナッツ類は注意しましょう。またショートケーキは1切れ378kcal、紅茶は28kcalです。
2. ①商品によってもカロリーは異なりますが、蒸しパンは生地をしっかりとさせるために油脂が入っており、意外にも高カロリーです。メロンパンも大ぶりのものは当然カロリーが高くなります。菓子パンや調理パンは油脂が多く含まれており、高カロリーです。  
②健康によさそうな乳酸菌飲料や野菜ジュース、調整豆乳。しかし、カロリーは他の嗜好飲料とそれほど変わりません。調整豆乳は飲みやすくするために糖分が加えられており、カロリーがやや高くなっています。

皆様のご意見は病院がよりよくなる「宝の声」と考えて皆様に愛される病院、信頼される病院をめざしております。今後ともどんな些細なことでも結構ですので、院内設置のご意見箱・ホームページなどへお寄せ下さい。

ご指摘いただいたおかげで改善できたことも数多くあります。又、お褒めや励ましのお言葉で、仕事に対する向上心がますます高まったという職員もいます。

**お褒めの言葉**  
治療していただいた者です。最初に他の病院から紹介され診ていただいた時、病名・原因・現状その治療方法・時間・治った後での手術の必要さなどを分かりやすく丁寧に説明されました。痛さにうなされていた身ながら、すぐに理解できました。外来・入院とお世話になり、本当に感謝しています。

古い布団やベット、家具、畳、衣類、家電等整理したいけどどうすればいいのかわからない方。  
親族の方がお亡くなりになり、以前お使いの品を処分されたい方。



不用品すべて分別して処分いたします。今すぐご連絡ください。

快適な暮らしを支え続けます  
環境日本海サービス公社  
石川県七尾市昭和町61番地  
TEL:0767-53-0437(代)



鹿島郡中能登町在江5区4番1号  
日本海綿業(株) 能登営業所  
電話 (0767) 74-0112

クリーンな布団でクリーンな夢を  
貸ふとん  
一般・来客・ホテル・合宿

### 信頼と実績

全国121ヶ所に支店、営業所を配置し、訓練された技術者集団として、顧客のニーズに応えるようトータルビルメンテナンスを目指しています。



太平ビルサービス株式会社

代表取締役社長 狩野 伸彌

〒920-0961 金沢市香林坊2-5-1 北國新聞会館16  
TEL. 076-232-1396 FAX. 076-264-3249  
七尾営業所  
〒926-0046 七尾市神明町1番地 ミナ. クル1F  
TEL. 0767-53-4864 FAX. 0767-53-4864

## カード支払いOK

窓口では、これまで診療費のお支払いについては現金に限っておりましたが、患者様の利便性や盗難防止の観点から、院内キャッシュレス環境の整備を考え、平成20年5月からカード決済導入にむけ現在準備を進めております。

カードでお支払いが可能になれば、受診時に多額の現金を持ち歩く必要はありません。又、入院中の場合でもベッドサイドに多額の現金を置く必要もなく、退院時には支払いを完了できます。従来のように支払いの為に後日病院窓口へ出向く手間も省けます。

盗難という危険性も減り、院内のセキュリティーレベルの向上も見込まれます。

最近では、コンビニエンスストア等での買い物に

ついても日常的にカードが利用されている中、病院は支払いが高額なのに利用できなくて不便だ、と言うお声も増えていました。

そのような要望に応え少しでもサービスの向上になればと考えております。

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

患者サービス課

### 患者様は……

- 支払い方法の選択が可能です
- 盗難の防止になります
- 事前の現金準備不要です
- 急な怪我や病気で受診も安心です
- ポイントの蓄積というメリットもあります

## 夜間小児救急電話相談のご案内

石川県では、夜間における子どもの急な病気やけがなどの際に、保護者等が小児科医から、症状に応じた適切な助言が受けられる「夜間小児救急電話相談事業」を実施しています。

「電話相談受付時間」 午後6時～午後11時（365日、毎日実施しています）

「電話番号」 局番なしの「#（シャープ）8000」または「076-238-0099」

（相談例）

- 子どもの咳が止まらなくて
- 子どもが急に熱を出した など

お問い合わせ先

石川県健康福祉部医療対策課 医療指導グループ

電話 076-225-1433

## 精神センター 外来 の 紹介

公立能登第二病院から能登総合病院精神センターとなり、早いもので7年近く経とうとしています。精神センターの1階にある外来も当初とは随分変わってきました。受診される患者様も年々増え、狭い待合室が一段と狭く感じる日もあり患者様にご迷惑をおかけする日も少なくありません。

精神センターでは、心の病気とされている様々な病気の治療をはじめ、患者様が地域で身体的精神的に安定し生活している様お手伝いをさせていただいています。受診される方は小中学生から御高齢の方と幅広く、症状も様々です。特に近年ストレス社会と言われるようにストレスに関連した病気で受診される方も増えてきており、中でも「うつ」が多くなっています。

実際にはまだ受診はされていないけれど何らかの症状で生活

がしづらいという思いをされている方が多いのではないのでしょうか。心の病気ではないだろうが、精神科へ行きたいけれどどこか敷居が高い、家族の様子がいつもと違うなどでお困りの方、一度精神センター外来へいらしてみてもいかがでしょうか。

これからも患者様の一日もはやい回復を願いながらスタッフ一同頑張りたいと思います。最後に、精神科に対する誤解から御本人様や御家族の方が辛い思いをされたり、受診したいけれどもしにくいなどの声を聞くことがあります。精神疾患に対し正しい理解と温かいまなざしをお願い致します。



「ふくろうのウエディング」  
入院・通院患者様の共同作品（総画受付窓口にて展示中）