

ふれあい

2024

12

No.453

牛久愛和総合病院 広報誌



「ワクチンで予防できる疾患から子どもたちを守ろう-予防接種についての考え方」

小児科 部長 稲見 由紀子



こんにちは。小児科の稲見です。今回は、お子さんの成長を見守るご家族の皆さんに「予防接種の大切さ」についてお話ししたいと思います。予防接種は、「子どもたちが元気で健康に過ごすための大切なサポート」として、ぜひ知っていただきたいことのひとつです。

予防接種は、免疫を獲得するためにあります。ワクチンを接種することで、体の中に「特定の病気に対抗する力」をつくり、いざ、その病気に触れる機会があっても、その免疫によって守ることが出来ます。

小さな子どもたちは、まだ免疫力が弱く、大人よりも感染症にかかりやすい状態です。例えば麻疹（はしか）、百日咳、インフルエンザ菌やPneumo（ヒブ）や肺炎球菌による細菌性髄膜炎といった病気は、乳児がかかる」と重症化しやすいことで有名な病気ですが、現在は予防接種を行うことで多くの子どもたちが守られています。

数多くある予防接種のなかで

も特に重要なもの、安全や効果を十分に検討した上で必要性の高いものについて、「定期接種」として国が定めています。

これらについて対象年齢のころは接種費用を個人で負担することなく接種できます。以前は世界の標準スケジュールと比べるとカバーするものが少なく、かなり遅れていた日本ですが、ここ20年で世界標準に追いついてきました。実際に定期接種に導入後、ヒブや肺炎球菌による髄膜炎は著明に減少し、現場で診療にあたってきた小児科医としてもその確実な効果を実感し、感謝しています。

「今の時代に、この病気にかかる人は少ない。予防接種をしなくてもいいのでは？」と思うこともあるかもしれません。実は予防接種には個人を守るだけでなく、「集団免疫」というとても大切な役割があります。集団免疫とは、周りの多くの人が免疫を獲得していると、病気が広がりにくくなり、免疫の弱い人や未接種の赤ちゃんも罹りにくくなることを指します。その病原体自体がなくなつて患者さんが減っているのではなく、みんなが予防接種を受けていることで集団免疫が機能して、感染する人が減っていること、家族

や地域の子どもたち全体を守る状態が維持されていることもお伝えしたいです。

もちろん、予防接種には副反応（接種したところが少し腫れる、熱が出るなど）もあります。が、多くの場合は軽いもので、すぐに回復します。もし何かご不安があれば、私たち医師や看護師にお話しください。きちんとした説明を行い安心してお子さんに最適な選択ができるように一緒に考えます。

お子さんの予防接種のスケジュールは、母子手帳で確認することが出来ます。スケジュールに沿って接種を進めていくことが大切ですが、もし遅れてしまつても医療機関でお子さんに最適なスケジュールを再確認しながら、無理なく接種を進めていくことが出来ます。

予防接種はお子さんの健康を守る「備え」です。ワクチンで守れる病気は予防して健やかに成長するために、予防接種を活用しましょう。私たち医療スタッフ一同、ご家族と一緒にサポートしていきます。疑問や不安があれば、どうぞお気軽にご相談ください。

皆さんと共に、お子さんの健康を守ることを、私たちは心から願っています。

地域連携懇親会

地域医療連携室 係長 鈴木 友文



10月7日に地域連携懇親会を開催しました。

10月7日に地域連携懇親会を開催しました。

地域のクリニックと病院、病院と病院の関係性が良好であり、信頼関係にあることが地域で暮らす皆さまの健康を守る上で最も重要になってきます。

数年が経ち、新型コロナウイルスの感染症5類への移行、一般社会も平常化してきたことから、当院の中でも懇親会再開の議論がされるようになってきました。

クリニックにはクリニックの優位性、役割があり、病院には病院の役割があります。地域医療においては、クリニックと病院がそれぞれの特徴と長所を最大限に活かすことが必要であり、そこそが良質な医療環境の形成につながります。

しかし、医療機関は病気を患った患者さまが集まる場所であるため、一般社会と比較すると人と人が集まることに対し、どうしても消極的になつてしまいます。こうした医療機関特有の状況と以前のような直接のコミュニケーションの重要性との狭間で開催について葛藤があったのも事実です。

地域連携懇親会では、多くのクリニックや病院の関係者、行政機関、救急活動を担う救急隊の方々が集まり、情報交換や意見交換を行います。また直接会い、話をする事で関係者同士の信頼関係の構築

対し、どうしても消極的になつてしまいます。こうした医療機関特有の状況と以前のような直接のコミュニケーションの重要性との狭間で開催について葛藤があったのも事実です。

懇親会を開催できたことで、当院の医療連携もまた一歩前へ進めたのではないかと感じています。

懇親会を開催できたことで、当院の医療連携もまた一歩前へ進めたのではないかと感じています。

開催日となった10月7日当日は、121名の方々にお集まりいただき、当院からも28名の医師が参加し意見交換や情報交換を行いました。また先生方の間では昔を懐かしむ姿も見られ、止まっていた時計の針がやっと動き出したことを実感しました。

参加者は牛久市を中心に龍ヶ崎市、つくば市、取手市のクリニックや病院の先生など幅広く、沼田牛久市長や牛久市保健福祉部長、近隣の消防本部にもお越しいただきました。

今回数年ぶりで開催した懇親会を経験したことで、直接対面がもたらす好影響を大いに感じる事ができ、その重要性を再認識しました。

懇親会を開催できたことで、当院の医療連携もまた一歩前へ進めたのではないかと感じています。

私たちも地域の皆さまのため、地域連携を一層強化してまいりますので、これからもその活動にぜひご注目ください。

DMカフェ

糖尿病・代謝内科 医長 尾本 美代子



今回は糖尿病と認知症リスクについてです。2型糖尿病と糖尿病予備軍のある人は、脳の老化が加速しやすいことが知られています。また、男性や心血管代謝リスク因子(糖尿

尿病の他、高血圧、高コレステロール血症、過体重、喫煙習慣など)が2つ以上ある人でより傾向が強く、アルコールの飲みすぎも悪影響です。実年齢に比べて脳が老化していることは、将来認知症を発症するリスクが高いというサインになります。

しかし、食事療法、運動療法に取り組み、アルコールの飲みすぎや喫煙を控えている人では脳の老化が少ないこともわかってきました。

健康的な生活スタイルは糖尿病の合併症や動脈硬化の予防だけでなく、認知症の予防にも役立ちます。冬はおいしい食べ物が多く、運動量も減

入職者

11月1日付

看護師 鈴木 紗希

明るく、楽しく、そして患者様とご家族に寄り添った看護を目指します。

11月16日付

看護師 中津 早織

初めての医療業界となります。早く業務に慣れ、皆様の方とされるよう一生懸命努めます。

医事情報部

事務 重田 淑子

患者様のお役に立てるよう、一日でも早く仕事に慣れたいと思います。



春秋園だより



あつという間に時が過ぎ、今年もあと少しになりました。例年以上に暑い日が続き、気づけば、秋を感じる間もなく、寒さが厳しくなったような気がします。

2024年最後の春秋園だよりは、ユニットフロアにて行った行事をご紹介したいと思います。

一年で一番盛り上がる行事が夏祭りです。昼食には屋台メニューを提供し、ピザ・フランクフルト・たこ焼き・焼き鳥・つくねといった、普段と違ったメニューを大変喜んで下さいました。日頃、食事がなかなかすすまない利用者様も、この日は笑顔で召し上がっており、私たちスタッフも嬉しくなりました。また、レクリエーションでは射的・くじ引き、スイカ割りを催しました。今年は8月30日と少し



遅めの開催となり

が、夏の

風情を感じ

じて頂け

たかと思

います。

皆様の笑顔や楽しそうに参加される姿を見る事ができました。

9月には敬老会を行いました。

長寿祝いを行い、米寿・卒寿・白寿・百寿の方がいらつしやいました。

利用者様全員に記念品の贈呈をさせて頂いた

せていただき、職員・利用者様参加の余興も行いました。

昔ながらの遊び「けん玉大会」。

けん玉を手にし、張り切っている利用者様の姿が印象的でした。

百寿の方は、お誕生日当日に施設長やリハビリ

スタッフ、看護・介護スタッフ、相談員総出でお祝いさせて頂いた

きました。紅白幕の前で記念写真を撮り、手作りのメッセー

ジカードを贈呈させて頂きました。

感染症が流行る季節になってきましたので、利用者様、

スタッフ共々感染予防に努め、これからも皆様が元気で健康に過ごして

いただけるようサポートしてまいります。(ユニットフロア介護職一同)



部署紹介

B7階病棟

看護副師長 島谷 美咲

こんにちは、今回はB7階病棟の紹介をさせていただきます。

B7階病棟は、内科系、外科系の混合病棟の役割と、COVID-19感染者様の受け入れ病棟の役割を担っています。看護師22名、看護補助者2名の24名、新人ナースからママさんナースまで、様々な年齢層が勤務しています。チームワークが良く、なによりもCOVID-19にも負けないぐらい、明るく笑顔の絶えない病棟と自負しております。

COVID-19感染と聞くと、恐怖や不安を連想される方も少なくないと思いますが、現在は治療法や予防法も確立されてきています。私たち看護師も、当初は目に見えないウイルスに恐怖などもありましたが、今では正しい安全な感染対策を行いながら、自信を持って看護に当たることが出来ています。しかし、感染拡大防止の観点から、私たちは常にN95マスクとフェイスシールドを装着して患者様の対応をさせて頂いていただきます。顔がほぼ被われ、表情が分かりにくいいため、患者様とのコミュニケーションの時間を大切にすることや、マスクの中でも笑顔を忘れないことを心がけています。



Dr趣味リレー

研修医

畔上 公太郎

昔から旅行に行つてその土地の雰囲気を感じる事が好きです。学生時代には多くのアルバイトをし、余ったお金はすべて旅費に費やしてきました。そのおかげか、日本国内においては全ての都道府県に少なくとも1度は宿泊したところがある程度には、様々な場所を観光してきました。

私が旅行した中でもお気に入りの場所と言えは南紀白浜でしょうか。和歌山県の南に位置する南紀白浜はその名前の通り白い海浜が特徴的で、とても綺麗な浜辺が今でも心に焼き付いています。茨城県で太平洋を見て育った私にとって透き通るような綺麗な海とは沖縄でしか見ることができないものと思っていました。本州でも綺麗な海を見ることができたことに感動したことを覚えていきます。

皆さまの地元で良い観光スポットや実際に行つてみて良かった旅行先があれば、ぜひとも教えてください！

テラスダイニング (レストラン)

レストラン事業部

山崎 一弘

今年も残り僅かな忙しい時期となりました。

今回はテラスダイニングのご紹介をさせていただきます。

当店では、豊洲市場より直送された新鮮な“天然魚”と“本まぐろ”を使用したお刺身定食・ちらし重、国産和牛を存分に味わえる和牛焼・ステーキカレー、素材の旨味を味わえる天然バナナ海老天丼・脂ののった焼魚定食など和食を中心とした厳選された食材のお料理をご提供しております。

ご来院の際にはテラスダイニングでのお食事をご堪能下さい。

また、ショップ&カフェ (売店) でも特製弁当を販売しており、その他、行事ごとや集まりの場でもご利用いただけるご予約弁当もご提供させていただいておりますので、お気軽に売店スタッフ または レストランスタッフまでお尋ねください。

ロケ弁当としてもご好評いただいております!

牛久フィルムコミッションで検索

<https://www.ushikukankou.com/locaben/>

皆様のご来店をスタッフ一同、心よりお待ちしております。

テラスダイニング

営業時間 10:30~15:00 (ラストオーダー14:30)

TEL 029 (873) 3297



お刺身定食



ちらし重



ご予約弁当
1,200円~

編集だより

2024年も残りわずかとなりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

広報誌「ふれあい」の発行には今年もたくさんの方々にご協力をいただきました。この場をおかりして御礼申し上げます。

2025年も編集スタッフ一同、尽力してまいります。引き続き宜しくお願い申し上げます。

(S・M)

病院理念

我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床 (一般391床 医療療養型55床 地域包括ケア43床)

施設

敷地 59,449.60㎡ 駐車場 1151台



診療科目

【一般外来】

内科、消化器内科、循環器内科、心臓血管外科、血液内科、腎臓内科、脳神経内科、呼吸器内科、糖尿病・代謝内科、リウマチ・膠原病内科、小児科、眼科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、脳神経外科、形成外科、救急科、外科、乳腺外科、消化器外科、耳鼻咽喉科、産婦人科、歯科口腔外科、甲状腺・内分泌外科、血管内治療科

【専門外来】

内科 (禁煙外来)
整形外科 (股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節)
小児科 (小児循環器、小児心理、小児免疫)
皮膚科 (レーザー外来)
外科 (下肢静脈瘤外来)
ストーマ外来
そけいヘルニア専門外来
透析外来
内視鏡検査
検診検査 (乳がん検診)

日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会

救急 24時間

牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

《関連施設》

- 総合健診センター Tel 029-873-4334
- 健康増進施設 スポーツリラクス Tel 029-874-8791
- 人工透析センター
- 読影センター
- 地域リハ・ステーション
- 介護老人保健施設 春秋園 Tel 029-870-3100
- ひたち野ステーションクリニック Tel 029-896-6200
- 特別養護老人ホーム グランヴィラ牛久 Tel 029-817-5111

