

ご自由にお持ちください



足助病院広報誌(季刊発行)

# あすけあい

2023年1月号

Vol.125

特集

ドローン実証実験について



【PHOTO:(株)SkyDriveのドローンとともに】

P2……病院院長新年あいさつ  
P3……足助ラジエーションハウス便りVol.4  
P4……特集:ドローン実証実験について  
P5……国際的な学術誌「Nutrients」に  
論文が掲載されました!  
P5……新入職員紹介

P6……健康管理センターからのお知らせ  
P7……おすすめ献立  
P7……ロコモ予防  
P8……診療担当医表

# 病院院長新年あいさつ

## 『雲外蒼天』

令和5年、新年明けましておめでとうございます。

今年の職員向けスローガンは、`試練・努力・結果、を見つめ直す意味で『雲外に蒼天あり』です。試練を乗り越えた後には素敵な青空があります。

更には「癸卯（みずのとう）」である今年は、「これまでの努力が花開き、実り始めること」といった縁起の良さを表すとされる年でもあります。

長い耳で福を集め跳びはねるうさぎのように飛躍して、素敵な年になるように自他ともに過去の試練を糧に成果の出る年にしていきたいと思えます。

院長職には医師として、マネージャーとして、経営者としての仕事のバランス感覚が大切です。病院規模や様々な社会状況、自らの経験値と能力により案分が変わります。案分に影響を与え、力になるのが同じ想いを持つ仲間達です。

私は仲間達に恵まれており、その想いは年々増えています。

就任来の4年間は様々なことがありましたがあっという間でした。世界を襲ったコロナウイルスはこの190床のへき地拠点病院の足助病院にも容赦はありませんでした。未経験のことばかりで窮地に立たされる時期もありましたが、豊田加茂地域の医療機関の助け、地域住民の理解、そして何よりも職員のたゆまぬ努力により乗り越え、今の足助病院があります。

「院長、コロナ禍は足助病院にどのような影響をもたらしたか、大変だったでしょうか教えてください」との問いには私は以下のように答えています。

「マイナスの影響よりもプラスの影響のほうがはるかに大きいです。

1つ目は地域の住民の信頼をさらに得ることができ、かつ存在を知っていただく機会となったこと。2つ目は職員の自信・地力がつき病院そのものの底力が上がったこと。3つ目は頼りになる職員がより成長し表在化されたことです。」

これらの得られた3つの力は、病院管理者としての考え方・所作に影響を与え、私自身の血肉となり今後の病院運営に生かされます。

令和5年は卯年です。コロナ収束はまだ先かもしれませんが、困難を乗り越えたのちには必ず素敵な未来が待っています。

“雲外に蒼天あり” 想いを新たに挑戦し続けていきたいと考えます。

皆様、令和5年も、心身ともに健康に留意して一緒に歩んで参りましょう。

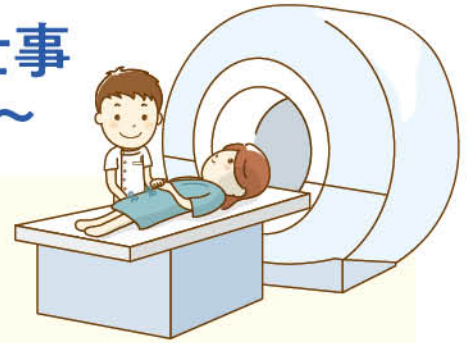
令和5年 新春



足助病院長 小林 真哉

# 足助ラジエーションハウス便り vol.4

## 診療放射線技師のお仕事 ～読影補助について～



私たち診療放射線技師のお仕事は

- ① 放射線を使用して身体の画像を撮影すること  
(MRIは磁力と電波を使用します)
- ② 撮影した画像に異常がないか確認し、もし異常があれば素早く医師に連絡すること
- ③ 乳腺や胃の撮影画像を読影し、結果をレポートとして医師に報告すること
- ④ 撮影した画像を管理すること  
(他院紹介の画像取込や出力作業も行います)
- ⑤ 患者さんの放射線被ばくの管理や、相談を受けること
- ⑥ 医療スタッフの被ばくを管理すること
- ⑦ 検査時の容態急変に対し、医師、看護師と共に初期対応すること

### 読影補助とは…上段の②と③の部分です



具体的には、

X線検査やCT、MRI等の撮影後に病気がないか確認を行います。医師の目だけでなく、診療放射線技師も確認をし、場合によっては放射線科医（病院外）の目も借りて小さな変化も見逃さないよう、常に目を凝らしています。

また、緊急の治療を要する病気があった場合、撮影中でも素早く医師に連絡し、患者さんの治療が一刻でも早く行われるよう注意をはらっています。

我々、診療放射線技師が行う読影補助は画像を見るだけではなく、地域の皆様が、安心・安全な医療を受けていただくためのひとつの“命の砦”であると考えます。

# 物流ドローンの災害時医療での活用 に向けた実証実験に参加しました

2022年9月2日(雨天中止のためドローン飛行中止)、12月19日に「空飛ぶクルマ」および「物流ドローン」を開発する株式会社SkyDrive(本社:豊田市、代表取締役CEO福澤知浩氏)、豊田市豊田市次世代航空モビリティ協議ネットワークと共同で、物流ドローンを活用し、災害時に医療物資と食料品を運搬する実証実験に参加しました。



▲(株)SkyDrive物資運搬用ドローン

## 【実証実験について】

実証実験は観光客の方が多く訪れる香嵐渓で行いました。香嵐渓は周辺を山と川に囲まれているため、地震や大雨といった自然災害が起こった際に橋が崩落し、観光客が孤立してしまう恐れがあります。この実験ではそのような有事が起こったと想定し、孤立した観光客の中でケガ人が発生し、その場に居合わせた看護師が現場で手当を行うため、連絡を受けた足助病院が医療物資等を用意し、足助支所から香嵐渓広場までドローンで運搬、現場で看護師による救護(模擬)を実施しました。



◀ドローンで運搬した食料品と医療物資



▶当院看護師による救護(デモンストレーション)



▲豊田市長、(株)SkyDrive・CEO福澤氏をはじめ当日は多くの方が実証実験に参加されました

当院は防災啓蒙活動にも力を入れており、災害発生時に医療・福祉・介護の分野において防災の知識を応用できないか、災害現場での活躍を視野に入れ活動しています。

近い将来、「空飛ぶクルマ」で訪問診療・看護・リハビリに何う日が来るかもしれません。

そんな日が来ることを心待ちにしております。

# 国際的な学術誌「Nutrients」に論文が掲載されました！

栄養管理室の川瀬文哉(管理栄養士)が書いた論文が、栄養学に関する国際的な学術誌である「Nutrients」(電子版、IF:6.706)に2022年12月7日付けで掲載されました。

小林院長、正木内科部長をはじめとした足助病院と名古屋学芸大学大学院の研究チームによる発表で、当院での研究結果をまとめたものです。

## <川瀬コメント>

この研究では、身体のエネルギー代謝を評価する指標の一つである安静時エネルギー消費量を測定することにより、現在世界的に幅広く使用されているそれらの予測式の予測妥当性を明らかにし、高齢者により良い栄養管理を行うための根拠となるデータを提示しました。さまざまな場面でご協力いただいた方々に感謝申し上げます。

この研究は現在も継続中で、これからも高齢者に適切な栄養管理を行うための根拠となるような論文をさらに足助から世界に発信していきます。



## <論文タイトル>

Resting Energy Expenditure in Older Inpatients: A Comparison of Prediction Equations and Measurements

(高齢患者さんにおける安静時エネルギー消費量:実測値と予測式の比較)

## <著者>

Fumiya Kawase, Yoshiyuki Masaki, Hiroko Ozawa, Manami Imanaka, Aoi Sugiyama, Hironari Wada, Ryokichi Goto, Shinya Kobayashi and Takayoshi Tsukahara

(川瀬文哉、正木克由規、小澤裕子、今中愛実、杉山蒼、和田浩成、後藤亮吉、小林真哉、塚原丘美)

## 新入職員紹介

足助病院に勤務することになりました  
職員を紹介いたします。

- ① 出身地 ② 学生時代に取り組んでいた部活動 ③ 趣味 ④ 好きな言葉 ⑤ 最後に一言

医師 **久保田 敦**

- ① 豊田市 ② テニス ③ 映画鑑賞  
④ 自由  
⑤ 精一杯がんばります



医療放射線技師 **江藤 貴樹**

- ① 豊田市  
② 野球  
③ 筋トレ・投資・ウェイクボード・釣り・洗車  
④ 艱難汝を玉にする  
⑤ 診療放射線技師として24年経験を積み、10月より足助に赴任しました。普段は医療画像を扱いますが人材育成や災害・救急医療・蘇生教育など診療放射線技師が画像以外に何ができるかを探求しています。足助の風土で新たなことを学び、地域の皆様に新たなことが還元できるよう邁進していきたいです。



事務 **安藤 理恵**

- ① 豊田市 ② (遠い昔のことですが)バレエ  
③ ゴルフ・最近はキャンプにハマっています  
④ 絶対は絶対じゃない  
⑤ 足助病院が地域の方から信頼される病院となるように医師・看護師・その他の医療スタッフと一緒に頑張ります!



# 健康管理センターからのお知らせ

あけましておめでとうございます。

イベント続きの年末年始を経て、ちょっぴり甘やかしたわがままボディーを眺めつつ、心機一転ご自身の健康の維持・管理を今年の目標として掲げた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

まずはありのままのご自身の健康状態を知ることから始めましょう。そこで！健診からのおすすめの検査のご案内です。

## 肥満が気になる方 ▼

動脈硬化検査 (ABI測定)	手足4ヶ所の血圧を測定し、血管の硬さを推定します	¥1,100(税込)
筋肉・脂肪検査	CTとIn Bodyのセットです CTでは内臓脂肪・皮下脂肪の割合を調べ、 In bodyでは体の各部位の筋肉量・脂肪量・水分量を調べます	¥3,300(税込)
睡眠時無呼吸検査	就寝中の血中の酸素濃度と心拍数を測定し、睡眠時無呼吸症候群のリスクを推定します ご自宅での就寝時に、検査機械を装着して検査をします	¥6,600(税込)

## 女性の方に ▼

子宮頸がん検査	婦人科医師による内診と、子宮頸部の細胞を取ってがん細胞がないか調べます	¥3,300(税込)
乳がん検査	マンモグラフィー：乳房を挟んで、X線撮影します	¥4,400(税込)
	超音波検査：乳房に超音波を当てて、異常がないかを調べます	¥4,400(税込)
骨密度検査	骨の密度(カルシウム量)を計測し、骨折の危険度を推定します	¥2,200(税込)

## 男性の方に ▼

前立腺がん検査	前立腺がんで高値を示す腫瘍マーカーを採血して調べます	¥2,200(税込)
前立腺超音波検査	前立腺に異常がないか超音波を用いて調べます	¥2,200(税込)

当院では各種人間ドックもご用意しております。個々のニーズに合わせ、複数のドック・オプションを組み合わせて実施出来ますので、詳しくはホームページをご覧ください。窓口までお問合せください。

**受付時間** 平日午前 9 時から午後 4 時(病院休診日を除く)

**予約方法** 健康管理センターに直接お越しいただくか、お電話にて承ります

**電話番号** 0565-62-1273

足助病院の「健康診断・人間ドックのご案内」のページへ →



# おすすめ献立

## 今年度のテーマ

### 防ごう！低栄養 - 目指せ！健康 -

骨粗鬆症は骨の密度が低下する病気で、サルコペニアは筋肉量や筋力が低下すると言われています。これらのいずれも加齢と関係しています。これらのいずれも加齢と関係しています。これらの原因として、カルシウムやビタミンD、ビタミンKの摂取不足が挙げられます。カルシウムにビタミンDを併せて摂取することで吸収を促進する働きがあり、紫外線を浴びて体内で作られる特徴があります。その

ため、外出を控えてしまう冬は体内での合成量が減るので積極的に食事を取り入れましょう。今回のレシピには干しいたけにビタミンDが含まれており、牛乳と併せることでカルシウム不足の予防につながります。通常よりもまろやかに仕上がりに、食材をいれて卵液を注ぐだけなので手軽に作れるのもポイントです。牛乳が苦手な方もぜひお試しください。



ミルク茶碗蒸し

#### 材料(1人分)

- ◆卵……………30g
- ◆鶏ささみ……………10g
- ◆干し椎茸……………1g
- ◆花麩……………2g
- ◆三つ葉……………0.1g

- A
- 牛乳……………100ml
  - 酒……………1g
  - みりん……………1g
  - 薄口醤油……………2g



#### つくり方

- ① 卵を溶いたらAを加えてザルで濾す。
- ② 器に鶏ささみ、しいたけを入れ①を注いだらアルミで蓋をする。
- ③ ②を水を張った鍋で強火で3分蒸し、中火にして15分ほど蒸す。蒸したら花麩と三つ葉を添えて完成。



#### 栄養価(1人分)

- \* エネルギー……………137kcal
- \* 炭水化物……………7.3g
- \* たんぱく質……………10.2g
- \* 脂質……………7.1g
- \* カルシウム……………128mg
- \* 食塩相当量……………0.6g

## Let's ロコモ予防

みんなで  
やろまい!

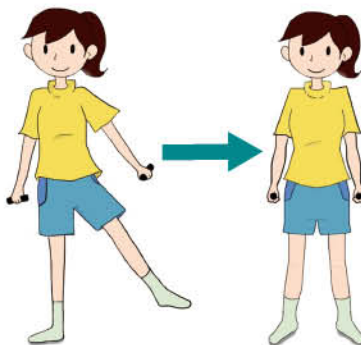
### ロコモティブ ? ? ? ? シンドローム(運動器症候群)とは?

**骨** や筋肉、関節などの運動器が衰えたり傷んだりして、すでに要介護や寝たきりであったり、今後これになる可能性が高い状態をロコモティブシンドローム(ロコモ)といいます。

原因は、加齢に伴う筋力減少や身体バランス能力の低下、運動器疾患などによって引き起こされます。そのため、運動習慣を持ち下肢筋力やバランス能力を保つことが予防として重要になります。

息をとめず痛みのない範囲で行いましょう。治療中の病気やケガ、体調に不安があるときは医師に相談しましょう。

### おしりの筋肉を鍛える(中殿筋)



動かす時は  
ゆっくりと

上体を倒さずに片足を横に4拍で上げて4拍で下ろす  
1・2・3・4で上げて、  
5・6・7・8で下ろす。

#### 教室のご案内

参加希望の方は  
(株)三河の山里コミュニティパワー  
(0565-61-2771)  
までお問い合わせください。

#### ロコモ予防体操倶楽部

目的 ロコモティブシンドロームの予防  
日時 毎月第2・4木曜日 11~12時  
場所 当院南棟 講義室 参加費 300円

#### 脳いきいき倶楽部

目的 認知症の予防  
日時 毎月第1・3火曜日 11~12時  
場所 当院南棟 講義室 参加費 300円(別途材料費)

# ■外来担当医表■

※諸般の事情によりやむを得ず休診及び代診となる場合がございますので、ご理解とご協力をお願いいたします。  
 ※医師名横の数字は担当週を表します。また、医師が複数名の欄は交替制となります。  
 ※1 小児科のみ午後診察は13:30から開始となります。また、予防接種は午後のみとなります。  
 ※2 予約制となります。事前にお問い合わせください。

受付  
時間

平日 / 8:00~11:30  
13:00~16:30

診療  
時間

平日(午前) 9:00~  
平日(午後) 15:00~[内科、整形外科、耳鼻咽喉科]

各診療科によって診療日及び診療時間が異なります。詳細はお問合せください。

初診・予約外の再診の方は、予約者の間に随時入れておりますが、混雑時には長くお待ちをさせていただきます。

毎月保険証の確認にご協力ください。

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
内科	午前	I 診	早川	安藤	早川	小林	米田
		II 診	米田	森下	安藤	長橋	正木
		III 診	小林	正木	鈴木	正木	白井
		I初診	水野	久保田	宮田	水野	森下
		II初診	久保田	加藤	加藤	藤田	藤田
	午後	森下	加藤	米田	藤田	井浪	
	専門外来	火 13:30~15:00 江崎 脳神経内科・認知症外来 火 13:30~15:00 小林・早川 老年よろず外来					
小児科	午前	上田	上田	上田	上田	上田	
	午後※1	上田		上田		上田	
外科	午前	白井	白井	白井	白井	(交替制)	
整形外科	午前	I 診	余語	余語	石川	太田	余語
		II 診	石川	太田		石川	太田
	午後			石川			
脳神経外科	午前	山田	山田	山田	山田	山田	
	専門外来	水・金 13:00~15:00 山田 脳・脊髄外来※2					
皮膚科	午前		中村		奥田	吉満	
泌尿器科	午前	周	金田	金田	金田	金田	
婦人科	午前	②④(交替制)			①③⑤(交替制)		鈴森
眼科	午前	I 診	平井	河野	山本	山本	河野
耳鼻咽喉科	午前	I 診	佐藤	佐藤	佐藤	佐藤	佐藤
		II 診				菅	
	午後	佐藤		②④⑤佐藤	佐藤		

# ■外来カレンダー■

※○印は休診日です。※2020年4月1日より完全週休2日制となり、土曜日は休診になります。

1月 January 2023年

日	月	火	水	木	金	土
①	②	③	4	5	6	⑦
⑧	⑨	10	11	12	13	⑭
⑮	16	17	18	19	20	⑰
⑳	23	24	25	26	27	㉘
㉙	30	31				

2月 February 2023年

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	④
⑤	6	7	8	9	10	⑪
⑫	13	14	15	16	17	⑱
⑲	20	21	22	㉓	24	㉕
㉖	27	28				

3月 March 2023年

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	④
⑤	6	7	8	9	10	⑪
⑫	13	14	15	16	17	⑱
⑲	20	㉑	22	23	24	㉕
㉖	27	28	29	30	31	

愛知県厚生農業協同組合連合会 **足助病院** ☎(0565)62-1211

その他の診療科や最新情報はホームページをご覧ください。

足助病院

検索

■愛知県豊田市岩神町仲田20番地

■FAX:(0565)62-1820

■HP:<https://asukehp.or.jp>

地域医療連携課

☎(0565)62-1219

FAX(0565)62-1229

居宅介護支援事業所

☎(0565)62-1228

健康管理センター

☎(0565)62-1273

足助訪問看護ステーション

☎(0565)62-0781

足助地域包括支援センター

☎(0565)62-0683

