



TAKATSU NETWORK

医療法人社団 亮正会 総合高津中央病院
川崎市高津区溝口1-16-7 TEL 044-822-6121
http://www.takatsuhosp.or.jp

新

高津中央病院だより

(財)日本医療機能評価機構認定病院

2023年◆春号(2023年4月発行)

Vol.80

季節の写真館 2023年4月の新入職員をご紹介します。

「よろしくお願ひ致します！」



感染防止注意のうえ、写真撮影時のみマスクを外しております。

総合高津中央病院 理念・基本方針

理念

医療を通じて地域社会に貢献します

基本方針

1. 地域の皆様に愛される病院、親切、迅速、奉仕について最善の努力をします
1. たゆみない研鑽と医道の高揚に努め、安全で質の高い開かれた医療の提供をめざします
1. 地域の救急医療に全力で対応します
1. 保健、福祉の全面的な支援を行います

巻頭言

コロナ終息にむけて

病院長 中村 良司



新型コロナウイルスの勢いもようやくかげりをみせ、5月8日からは、その取扱いも2類から5類へと移行します。とはいえ実際にどうなるかは経過をみていくしかなく、いつまた流行の勢いがぶり返すやも知れません。

以前にも述べましたが、このコロナ禍で日本経済は大きな打撃を受けました。医療分野も例外ではなく、当院でもクラスター発生による入院制限や発熱外来実施に伴う救急受け入れ減少を余儀なくされました。これは本邦の医療体制には予備力が乏しく、緊急事態に対して脆弱であることを意味します。今後、感染症パンデミックは、コロナ以外のウイルスでも起こりえる事態です。であれば国が現状の医療の予備力の乏しさや脆弱性を改善する方策を立てることは急務です。そして私たち医療従事者も現場で

できる方策を考えていかねばなりません。

まずは入院受け入れの方策を考えることが最重要課題です。現時点ではコロナを警戒するあまり、病院自らが過剰な入院制限をかけているのかも知れません。また看護師のマンパワー不足の問題もあります。これには労働環境、職場の人間関係、教育訓練の問題などが関わっており、これらの問題の解決には、個人の力に頼るだけでなく、解決のための仕組み作りが必要です。これらの問題点に対する対策を立て、対策を実行し、その結果を評価して、不十分なら新たな対策を考え実行するという繰り返し求められ、そのためには職員の皆様の協力が必要となります。どうぞよろしくお願ひいたします。

名前 ^{い だ ひろし}
井田 寛



卒業大学 愛知医科大学

卒業年度 2018年

専門領域 整形外科（一般外傷）

自己紹介 丁寧な説明を心がけています。
よろしくお願ひします。

名前 ^{やました りな}
山下 莉奈



卒業大学 東京女子医科大学

卒業年度 2019年

専門領域 小児科

自己紹介 4月から半年間、小児科で勤務させていただきます。至らない点も多々あるかと思いますがどうぞよろしくお願ひいたします。

名前 ^{かとう けんいち}
加藤 憲一



卒業大学 獨協医科大学

卒業年度 2019年

専門領域 小児科

自己紹介 患者様が笑顔になれる診療を心がけます。

名前 ^{かわもと りょうすけ}
川元 良祐



卒業大学 慈恵会医科大学

卒業年度 2021年

専門領域 外科

自己紹介 慈恵会医科大学附属 柏病院で研修をしました。私は患者の話をよく聞くことのできる医者を目指しています。1年間よろしくお願ひ致します。

当院では、マイナンバーカードによる「オンライン資格確認システム」を導入する予定です。

オンライン資格確認システムでの情報提供に同意いただいた場合、特定健診情報・薬剤情報・診療情報を取得・活用させていただくことにより質の高い医療の提供が可能となります。患者様には主に下記のようなメリットがあります。

- 1 転職や引っ越し等で保険証の変更があっても、新たな健康保険証の発行を待たずに受診が可能
- 2 入院診療費等で、高額療養費制度を利用するための限度額適用認定証等の持参が不要
- 3 マイナンバーカードを用いて、薬剤情報、特定健診情報、医療費通知情報が閲覧可能

正確な情報を取得・活用するために、受診時のマイナンバーカードによる保険証資格確認の利用にご協力をお願いいたします。

保険証の代わりにマイナンバーカードで
マイナ受付 マイナンバーカードをお持ちの方はカードリーダーで受付を!

カンタン受付! **カードリーダーにマイナンバーカードを置いてください**

つきあたりまで押し当てる

× カバーあり ○ カバーなし

○ 顔写真を表にして縦向きに置き、つきあたりまで押し当ててください

○ カバー等は外してください

マイナンバーカードを置いた後は 画面の指示に従って操作してください

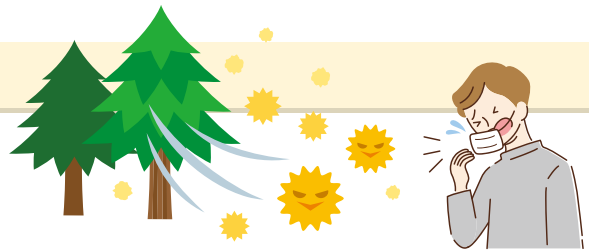
1 受付完了後はマイナンバーカードを忘れずにお取りください!

※万が一、カードリーダーにご自身以外のお名前が表示された場合は、受付までお知らせください。



▶ 花粉症の症状と原因

花粉症は、主にくしゃみ、鼻水、鼻づまりといった鼻の症状と、目のかゆみ、涙、充血といった目の症状を引き起こします。また、アレルギー反応を起こす花粉の種類によってはのどや皮膚のかゆみ、咳やたん、下痢や食欲の減退、微熱といった症状を引き起こすこともあります。そして、花粉症は花粉に対するアレルギー反応が発生する病気です。花粉は体内に入ると、免疫機能により受け入れられるかどうかを判断され



ます。そして異物として排除対象と判断された場合、花粉を攻撃する抗体が作られ、花粉を体外に出そうと抵抗するようになります。この抗体の働きがアレルギー反応であり、花粉を体外へ出そうとする行動がくしゃみや鼻水、涙という形で現れるため、花粉が体内にある限り、それらの症状が止まらなくなってしまうのです。

▶ 日常生活における対策

花粉に触れる機会・量を減らすことが大切です。ニュースなどで花粉の飛散状況をチェックし、飛散の多いときには念入りに対策したり、外出を控えたりしましょう。



▶ 花粉症に普段から取り入れたい食べ物

乳酸菌：花粉症は免疫機能の異常により発生します。免疫機能が正常に働くことで、花粉症特有のアレルギー症状の発生を抑えられます。免疫機能をつかさどる免疫細胞の約60%は腸に集中しているため、腸の環境を整えることが正常な免疫機能の活動につながるのです。

乳酸菌を多く含む発酵食品



食物繊維：免疫力を高めるためには食物繊維をとることも効果的です。食物繊維は腸内環境を整える働きだけでなく、乳酸菌などの善玉菌のエサになるため、腸内を整える善玉菌の増加をうながしてくれます。

▶ 具体的な対策

- ・マスク、眼鏡、帽子を着用する。
- ・表面がすべすべした素材のコートを着用する。
- ・帰宅時に衣服や髪をよく払ってから入室する。
- ・入室後、すぐにうがい、手洗い、洗顔をする。
- ・窓、戸をなるべく閉めておく。換気時には窓を小さく開け、短時間にとどめる。
- ・洗濯物の外干しは避け、室内干しや乾燥機を使用する。
- ・こまめに掃除をする。特に窓際を念入りに掃除する。
- ・空気清浄器を使用する。



その他に、喫煙、睡眠不足、過労、ストレス、偏った食事などは症状を悪化させる要因といわれていますので、シーズン中はこれらを避けるといった配慮も必要でしょう。

トピックス

看護部

看護研究発表

看護部

今年度の看護研究は、令和5年2月18日(土)に開催いたしました。

前年度に引き続き、外部講師の川崎市立看護大学の五味先生にご指導していただきました。活動報告

1題、看護研究4題の発表を行うことができ、発表後1題ずつ総評をいただき貴重な学びとなりました。また、意見交換も活発に行われ、日頃の看護研究への取り組みの成果が感じられました。



毎年開催されている看護研究の目的は、①看護学の進歩向上を図り、看護実践の向上を図る②各部署で看護研究を発表し、相互に学び深め看護サービスの向上を目指す③看護研究を臨床で応用し継続できるとなっています。研究を研究で終わらせるのではなく、研究で学び得たことを活かし質の高い看護を提供していきたいと思っております。





菜の花

栄養価が高く、ビタミンK、βカロテン、葉酸、カリウム、カルシウムなどが豊富に含まれている春の緑黄色野菜です。



栄養を損なわない調理ポイント

- ① 電子レンジ調理
茹でるとたくさん逃げてしまう水溶性のカリウムと葉酸は電子レンジで調理したほうが流出を抑えることができます。
- ② 油を使った調理
脂溶性のビタミンKやβカロテンは、油と共に摂取することで吸収率が上がります。

菜の花のからしマヨネーズ和え

◆材料 (2人前)◆

- 菜の花…………… 1パック
- からしチューブ……………約4cm
- マヨネーズ…………… 大さじ2

◆作り方◆

1. 菜の花を電子レンジで加熱する
 2. からしとマヨネーズを混ぜ合わせる
 3. 菜の花と調味料を和えたら完成
- お好みでツナやかにかまなどを
入れても美味しいです！

個人情報保護方針

情報社会において、個人情報の保護は非常に重要な課題です。総合高津中央病院では、個人情報を適切に管理することを社会的責務と考え、個人情報保護に関する方針を以下のとおり定め、職員及び関係者に周知徹底を図り、これまで以上に個人情報保護に努めます。

- ① 個人情報の収集・利用・提供
個人情報の保護・管理する体制を確立し、適切な個人情報の収集、利用および提供に関する内部規則を定め、これを遵守します。
- ② 個人情報の安全対策
当院では個人情報への不正アクセス、個人情報の紛失、破壊、改ざんおよび漏洩などに関する万全の予防措置を講ずることにより、個人情報の安全性・正確性の確保を図り、万一の問題発生時には速やかな是正対策を実施します。
- ③ 個人情報に関する法令・規範の遵守
当院では個人情報に関する日本の法令、国の定める指針その他の規範を遵守します。
- ④ 教育および継続的改善
個人情報保護体制を適切に維持するため、職員の教育・研修を徹底し、内部規則(主に運用ルール等)を継続的に見直し、改善します。
- ⑤ 診療情報の提供・開示
診療情報の提供・開示に関しては、別途、当院個人情報管理規定に定めます。

病院・駐車場のご案内

下記の地図を参考に、ご利用ください。



割引の受け方

- ① ご利用駐車場の「駐車券」または「駐車証明書」を必ずお持ちください。
- ② 「受診科」の窓口または「お見舞い先の病棟」に提示して確認印をもらってください。
- ③ 「1号館1階中央受付」または「2号館1階総合受付」にご提示ください。受付で「割引処理」または「割引券」をお渡します。(時間外、日曜・祝祭日は1号館1階中央受付のみとなります)

	駐車場	病院まで	台数	割引時間	割引時間終了後の患者様負担料金
P1	エヌアセットパーキング 溝口2丁目 ・隣接のタイムズ溝口駅前駐車場は提携駐車場ではございません。	130m	14台	1時間30分 無料	200円/30分
P2	Dパーキング 高津区溝口1丁目第一	150m	35台	1時間30分 無料	200円/15分
P3	ノクティ駐車場	300m	500台	2時間 無料	250円/30分
P4	グランデール駐車場	200m	22台	1時間30分 無料	100円/20分
P5	タイムズ溝口	200m	22台	1時間30分 無料	220円/30分
P6	マルティ溝口1丁目パーキング	40m	21台	1時間 無料	200円/20分

*駐車場により駐車料金が異なりますのでご注意ください。

▶ 総合高津中央病院
川崎市高津区溝口 1-16-7
TEL (044) 822-6121 (代)
http://www.takatsuhosp.or.jp

▶ 高津中央クリニック(健診)
川崎市高津区溝口 1-16-3 TEL (044) 822-1278
▶ 高津看護専門学校
川崎市宮前区土橋 4-2-6 TEL (044) 855-9449

▶ 川崎北部居宅介護支援センター
川崎市高津区溝口 1-17-5 TEL (044) 822-6159
▶ 高津訪問看護ステーション
川崎市高津区溝口 1-17-1 TEL (044) 822-1287