

お元気ですか



No.91 2024年度 夏号

医療法人社団 健育会
西伊豆健育会病院



西伊豆町 浮島海岸

Contents

- 第15回日本プライマリ・ケア学会in 浜松
- 令和5年度診療実績
- 栄養科より
- リハビリ科より
- 阿部医師退職のご挨拶



日本プライマリ・ケア学会学術大会 in 浜松

仲田院長が講演しました



浜松で開催された第15回日本プライマリ・ケア学会の実行委員会特別企画で仲田和正院長が「田舎で楽しく医者をする方法」を講演しました。

西伊豆健育会病院へ赴任するまでの経緯や、現在に至る約30年間のエピソードを写真を交え、自然豊かな地域での医療や子育て、また豊かな人生について講演しました。

この講演では仲田院長の長女でピアニストの仲田みずほさんのピアノ演奏と西伊豆の景色・仲田院長の講演の初コラボでした。



講演の座長は以前当院で勤務されていた吉田英人医師が務めました。また、以前当院に赴任されていた先生方も聴講しており、まるで同窓会のような和やかな雰囲気での講演会でした。

講演会終了後に、当院にゆかりのある先生方等と記念撮影を行いました。皆さんがご存じの懐かしい顔が映っているかもしれないですね。



令和5年度診療実績

患者数	単位：人	
外来患者 	34,303	1日平均 93.9人
入院患者数 	26,327	73.4人
平均在院日数 ※1 	—	22.8日
病床利用率 ※2 	—	94.1%
紹介患者数 (他の医療機関等から) 	450	
逆紹介患者数 (他の医療機関等へ) 	2,225	

※1 平均在院日数 = $\frac{\text{期間の在院患者延べ数}}{(\text{期間の新入院患者数} + \text{期間の退院患者数}) \div 2}$

※2 病床利用率 = $\frac{\text{期間の在院患者延べ数}}{\text{許可病床数78床} \times 365\text{日}}$

 救急対応数 単位：人	
救急患者数	2,220
(うち入院患者数)	500
救急車受け入れ患者数	1,063

 手術件数 単位：件	
整形外科	2,220
泌尿器科	500
外科	1
内科	8
合計	151



栄養科より

栄養指導を受けてみませんか？

「食事療法ってどうしたらいいの？」
「食べなきゃいけないのはわかってるけど食欲がない」
「減量したいのにうまくいかない」
等の、お食事の悩みは、有りませんか？
栄養の専門家『管理栄養士』による栄養指導を受けることが出来ます。
栄養指導を受けることで、生活習慣病である糖尿病や高血圧等の進行を防いだり、治療や回復を助けることが出来ます。

栄養指導をご希望する場合は、まず主治医へご相談下さい。



夏を感じるデザートはいかがですか？



紫陽花に似た涼し気なデザートを作ってみませんか？

キラキラしたゼリーが清涼感を演出し暑さを忘れてしまいそうになるデザートです。

材料：1人分 水 50 c c
 寒天 1 g
 さとう 10 g

食用 赤色色素 少々
食用 青色色素 少々
白あん 15 g

- | | | | |
|---|--|---|----------------------------------|
| 1 | 鍋に水・寒天・さとうを入れ加熱して溶かす | 4 | 白あんを一口大に丸める |
| 2 | 溶かした寒天液をお好みの色にする | 5 | 冷やしておいた寒天ゼリーを細かくカットする |
| 3 | 色を付けた寒天液をバットに4 mmくらいの厚さになるように入れて冷蔵庫で冷やし固める | 6 | ラップにカットした寒天ゼリーを広げ中心に丸めた白あんを乗せて包む |

ポイント



食用の赤色色素はかき氷シロップのいちご
青色色素は、かき氷シロップのブルーハワイで
代用が出来ます。



『お口のトレーニング』をしよう！

最近、食事の際（特に飲み物を飲むとき）によくむせ込むようになったと感じていませんか？そのような方は、加齢や体力の低下などの影響で、「お口の機能」も低下してきている可能性があります。

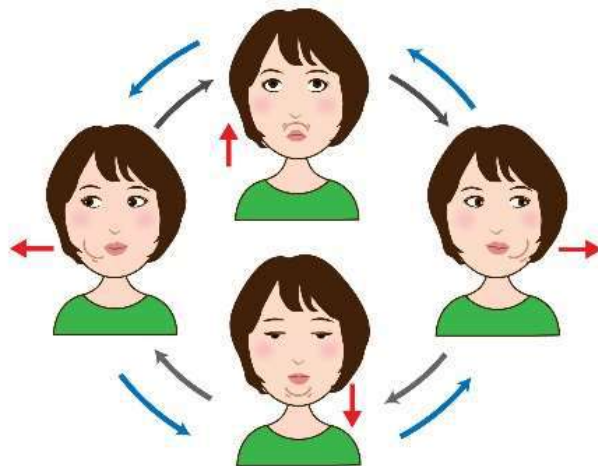
口から食道、胃へと入るはずの唾液や食べ物・飲み物が、誤って気管に流れ込むこと（誤嚥）で起こる肺炎を「誤嚥性肺炎」と呼び、高齢者の肺炎でとても多くなっています。

「お口のトレーニング」は、お口周りの筋肉を鍛えるだけでなく、唾液の分泌を促したり、飲み込む機能を強くしたりする効果もあります。「誤嚥性肺炎」予防のためにも、日頃の食後や歯磨きの際に下記の運動をぜひ加えてみてください。

『舌まわし』

まずは口唇をしっかり閉じます。
次に、舌で口唇を押し伸ばすように、
ゆっくりと大きく円を描くように動かしていきます。
時計回り、反時計回りと5回ずつゆっくり強く大きく動かしましょう。

顎の裏あたりが疲れた感じがあれば、
舌の筋肉にしっかり効いている証拠です。
食後に、歯と頬の隙間などに残った食べかすを舌できれいにするつもりで、口の中全体を動かすのもお勧めです。



『長いブクブクうがい』

歯磨きのあとのうがいをする際に、
しっかり口唇を閉じて、10～20秒
長く強くブクブクうがいをしてみましょう。

口唇や頬、舌の奥の筋肉を鍛える運動になります。

水でむせやすい方は空気ですぐうがいをするつもりで行ってください。
上を向くガラガラうがいはむせ込む危険がありますので、無理に行わなくてよいです。





退職のご挨拶

阿部医師より退職のご挨拶

西伊豆町・松崎町並びに賀茂地域の皆様、西伊豆健育会病院の職員の皆様、5年半という短い期間ではありましたが、大変お世話になりました。私は医師10年目の2019年4月に当院に赴任いたしました。

医師になってしばらくは脳神経外科に従事していましたが、7－8年目頃からは何でも屋の医師（総合診療医）



になりました。その頃、たまたま仲田院長のDVDを観たことが西伊豆に来るきっかけとなりました。赴任当初は知識・技術ともに至らないことが多く、毎日必死でしたが、仲田院長や吉田副院長をはじめ、高い志を持って学び続ける医師仲間がいる環境はとても心地良いものでした。ここでは、さまざまな出身の医師が集まり、それぞれ得意分野も異なりますが、正しい知識で最善の医療を提供したいという思いで皆がつながっていました。そのため、医師として進むべき方向がぶれることはありませんでした。そして、互いに学び合い、教え合うことで成長を続けられることを身をもって経験できたことは、医師としても人としても大きな糧となりました。また、私は職場内の環境にも大変恵まれていました。一緒に勤務させていただいた看護師、コメディカル、事務の方々は皆親切で、患者さんへの医療にも献身的に関わってくださいました。医師という立場からして、皆がいろいろと気を使ったださっていることは重々承知していますが、人の温かさがあり、仕事への熱意にあふれたこの職場が私は大好きです。

西伊豆での医療を振り返ると、地域の皆様への感謝の気持ちが強くなります。この5年半、やりがいのある仕事を任せていただきました。外来、入院、訪問診療、救急、福祉介護施設、学校検診など、さまざまな場面で診療を行い、多くの印象深い出来事がありました。外来では、生き生きと元気に過ごす高齢の方々からエネルギーをもらい、地元のことを教えてもらい、時には私が知らない病気のことを逆に教えてもらい、辛いことや悩みを打ち明けていただいたり、面白い話を聞いて笑わせてもらったりしました。そして最後に「また外来に来るよ」と言っていただけることがとても嬉しかったです。伊豆に縁がない大阪からやってきた一人の医師に対して、気持ちを込めて接して下さり、必要な存在と思っていただけたことは、私にとって大きな喜びでした。

訪問診療では、時にその人の最期を看取る辛いこともあります。普段はご自宅に伺い、暮らしの中に入ることによって新たに感じることも多くあります。その一つが、外来で会う時とは違って、とても和らいだ患者さん達の表情です。その方々の馴染みのある空間にお邪魔して、一緒にその時間を過ごすことが私の密かな楽しみでした。また、2年半の間だけでしたが、福祉介護施設での嘱託医業務にも



携わらせていただきました。日常の医療現場とは少し異なり、利用者さんの生活主体とした場で、やり過ぎず・やらなさ過ぎないように医療に関わり、その人らしく穏やかに過ごせる毎日を職員と共に考えました。近年、人生の最期を迎える場所として、自宅でも病院でもなく、福祉介護施設が選ばれることが少しずつ増えています。私自身がそのような状況になったときも、同じ選択をするかもしれません。

西伊豆での仕事以外でも、嬉しい出来事がありました。2021年には次女が生まれ、今年から姉妹で幼稚園に通い始めました。そういった縁もあって、多くの知人・友人ができましたし、よく通うお店や図書館などでは皆さんが温かく接して下さいます。趣味のジョギングでは、美しいこの地域の景色を駆け巡る幸せを日々感じていました。この生活が終わるかと思うと、胸の中がもやもやとしてしまいます。

今でも一個人として、もっと良い医療をこの地域に届けたいと思っています。ただ、それが達成できなかったのは私の力不足と感じていますし、もっとアイデアや時間が必要だったのかもしれません。新しい赴任地でも、日々学び成長を続けていき、いつか皆様に



恩返しができるよう、これからも努力を続けてまいります。

最後になりますが、皆様のご健康を心よりお祈り申し上げます。

本当にありがとうございました。

*Thank you
and
Good bye*

健育会グループ関連施設

熱川温泉病院



お問い合わせ：☎0557-23-0843

自然環境と人間性の融合。質の高いリハビリテーションと確かな医療を提供する新時代のリゾート・リハビリテーション・ホスピタル。豊かな自然に恵まれたリゾート環境で、良質な温泉を活かした施設と充実したアメニティを備えリハビリテーションを中心にした新しい考え方の病院です。最高の環境でじっくりとリハビリテーションに専念したいというニーズに応える為、あらゆる職種が協同し徹底したチーム医療を実践しています。

土肥クリニック



お問い合わせ：☎0558-99-1234

地域に愛され、信頼されるクリニックを目指します。専門外来として【泌尿器科】当院の吉田正院長及び【整形外科】西伊豆健育会病院の仲田和正院長による外来診療を実施しています。また、内科外来においても西伊豆健育会病院内科医師による診療を行っており、地域医療連携により質の高い医療を提供できるよう努めています。訪問診療も随時実施しており、西伊豆健育会病院等の連携施設と情報通信機器を活用した診療情報の共有等を行うことにより、質の高い医療連携サービスを提供できるよう努めています。近年増加の著しい慢性腎不全患者様のために、近隣地域の方の維持透析を随時受け入れております。

介護老人保健施設 しおさい

入所のご相談・お問い合わせ：☎0558-52-3000(入所担当まで)



地域の要介護高齢者の一日も早い家庭復帰と社会復帰を支援する施設です。在宅復帰へ向けたネットワークを構築し、最適の療養環境で最善のケア・リハビリテーションを提供。利用者の方々が心身ともにリフレッシュでき、楽しく有意義な生活が送れるようご支援します。

施設内行事も充実しており、毎月の「お誕生会」に、季節の行事も毎月企画しています。四季折々の行事を行うことで利用者さまと共に季節を感じることが出来ます。

ゆうあい訪問看護ステーション

お問い合わせ：☎0558-52-5111

訪問看護は、病気や障害をお持ちの方や高齢者が住み慣れた家で、安心して療養生活を送れるように支援する看護サービスです。看護行為は主治医の治療方針に沿って行われます。また、介護されているご家族に、さまざまな面からアドバイスや支援もいたしますので、安心してご利用いただいています。

居宅介護支援（ゆうあい訪問看護ステーション）

お問い合わせ：☎0558-52-0555

介護に関わるご相談、介護認定申請手続きの代行、ケアプランの作成、介護サービスを提供する事業所との連絡調整、施設の紹介等、介護保険に関わる全てを承ります。介護の必要な方やご家族のご要望を尊重し心身の状況や環境等を十分考慮して可能な限り、望まれる日常生活を営むことができますよう適正な居宅介護支援を提供いたします。お気軽にご相談下さい。

お元気ですか 第91号 2024年7月発行

発行 医療法人社団健育会 西伊豆健育会病院 医療連携室
〒410-3514 静岡県賀茂郡西伊豆町仁科138-2
TEL 0558-52-2626(医療連携室直通)
ホームページ <http://www.nishiizu.gr.jp/index>
ブログ <http://ameblo.jp/kenikukai-nishiizu/>

