

私たちは、良質で安全な医療と療養環境を提供致します。



OASIS

オアシス

2022年 秋号

愛友会 上尾中央第二病院 季刊誌 ●URL <https://www.ach2.jp/> ●TEL: 048-781-1101

はじめまして!

臨床工学科 科長 関根 利江子

昨年10月より、上尾中央総合病院附属エイトナインクリニックより異動してまいりました臨床工学科の関根利江子と申します。

この場をお借りしまして、自己紹介も兼ねて臨床工学技士の紹介をさせていただきます。医療関係者の中では「ME」と呼ぶ方が耳慣れているかもしれませんが。臨床工学技士は、医療機器の保守点検や管理、血液透析の準備から返血まで透析に関する機器の保守点検を行い、日々事故の無い様努めております。

私と臨床工学技士の出会いは、学生時代に進路を選ぶ際でした。元々、医療現場で機器管理業務を行っていた方々の為に出来る資格で、当時まだ数年しか経っていない新しい国家資格でした。資格の説明には「医師の指示のもと生命維持管理装置の操作および保守点検を行う」とあり、「大変そうだな」くらいの印象で学校に入学しました。1年生の時、実際に臨床工学技士が働く現場を見学させてもらい、やっと技士のイメージができ、頑張る

うと思った事を懐かしく思います。

卒業後、上尾で生まれ育った私は、23年前に上尾中央総合病院に入職し、その後エイトナインクリニックに転勤して約17年間勤務してまいりました。最近では、医師の働き方改革に伴うタスクシフト/シェアの実現の為、臨床工学技士法が改正されて業務範囲が拡大しました。日々の研鑽を怠らず必要な知識と手技を習得し、よりいっそうの業務の向上を目指していきたいと思っております。

話は変わりますが、私はお酒を飲むのが大好きです。毎日の晩酌を楽しみに、日々の業務に取り組んでいます。近年、新型コロナウイルスの流行で本来ならば、歓迎会や忘年会などお酒の力を借り職場の親睦を深めたい所ですが、中々難しい状況が続いています。しかし、いつの日か落ち着く時がくると信じて感染対策や体調管理を怠らず、日々の業務を邁進してまいります。



インフルエンザ予防接種のお知らせ

- 接種開始日：上尾市の広報にてご確認ください
- 接種対象者：16歳以上

★インフルエンザに対する抵抗力がつくまで約2週間かかり、その効果は約5ヵ月間持続します。



上尾市特定・後期高齢者健診・がん検診のお知らせ

■実施期間 **★まだ間に合います!**

- ・上尾市特定・後期高齢者健診 2022年10月31日まで
- ・上尾市がん検診 2022年11月30日まで
- ・上尾市ドック 2023年2月27日まで

オプション検査のご案内

検診時ご一緒にいかがですか？

- ① 腫瘍マーカー（消化器・肺・肝臓・前立腺・子宮/卵巣・乳腺）
- ② 骨マーカー（骨形成・骨吸収）
- ③ LOX-index（脳梗塞・心筋梗塞の発症リスクが知りたい方へお勧めです）
- ④ 血液型（血液型を知りたい方）
- ⑤ コロナ抗体価（コロナの抗体量が知りたい方へお勧めです）
- ⑥ ABC（胃癌リスクを知りたい方へお勧めです）
- ⑦ ピロリ菌抗原検査（便）（胃癌リスクを知りたい方へお勧めです）



★2022/7/20～2023/2/28までキャンペーン実施中！
この機会にぜひご利用くださいませ。

※健診受付へご相談ください（代表）048-781-1101（健診直通）048-781-1902

編集後記

5月の子供の誕生日にスイカが食べたいとリクエストがあり、まだ旬前の高級な小玉スイカをプレゼントしました。居間の窓から外に向かって種を飛ばしながら楽しく食べたのですが、しばらくすると、花壇のあちこちで双葉が芽生え、成長を見守っていると、どうやらスイカだということが分かりました。そのまま観察を続けていると、なんと一つ実がついていました。スイカは露地栽培で実がなるのは難しいそうなので、驚きました。子供も大喜びで、大事に育てております。収穫が楽しみです。



広報委員 事務部 中澤 美史子

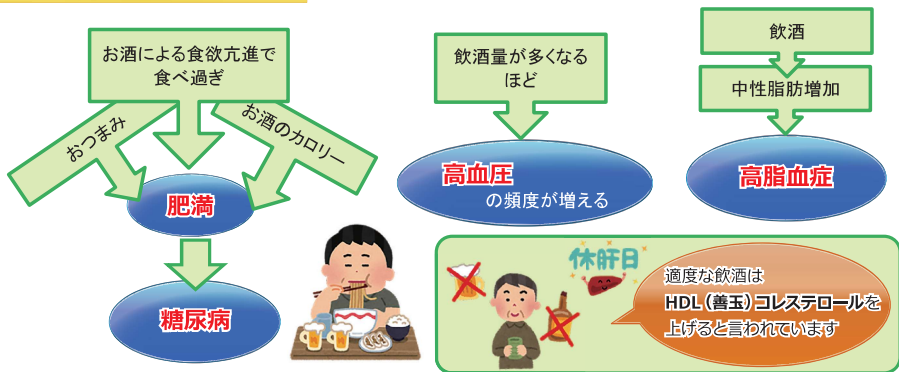
アルコールとメタボ



連載第六回は、アルコールとメタボの関係についてです。非健康的な生活習慣によって生活習慣病（肥満・高血圧・高脂血症・糖尿病）が起こります。そして、お酒の飲みすぎも原因となることがわかっています。今回は、アルコールの影響とどのようにアルコールを摂取すればよいのかについて説明していきます。

お酒の影響について

お酒は下記の図のように糖尿病や高血圧、高脂血症に影響があると言われています。



「節度ある適度な飲酒」をしましょう

<純アルコール20gってどれくらい?>

純アルコールで20g程度の飲酒を適度な飲酒といいます。さらに週2日間の休肝日を入れることが望ましいです。



ビール
中瓶1本
(500ml)



チューハイ
(7%)
350mL缶1本



焼酎(25度)
コップ半分
(100ml)



日本酒
1合
(180ml)



ウイスキー
ダブル1杯
(60ml)



ワイン
小グラス2杯
(200ml)

皆さんの健康を維持するためにも、まずは**特定健康診査**を受けてみてはいかがでしょうか。当院では保健師による**特定保健指導**も行っています。興味のある方は是非ご連絡ください。

一 お問い合わせ一
048-781-1101
月～金 9:00～17:00
保健師 水木・込山

オレンジカフェ おおや

感染対策を行いながら、2年半ぶりに集合型での「オレンジカフェ」を実施致しました。オレンジカフェとは…認知症の方や介護をしている方々が交流でき、相談や知識が得られる場所です。また、今までの介護の経験を、今悩んでいる方へお伝えできる場でもあります。

今回、参加された方が少なかったため、個別でのお悩みを相談したり、認知症のことをもっと知りたいとのことでパンフレットを用い、一緒に学んだりもしました。参加された方は、「来てよかった。」とおっしゃって帰られました。

今後のオレンジカフェ開催は、コロナ感染状況にもよります。1日も早くコロナが収束して、地域の方が交流できる場になることを望んでおります。

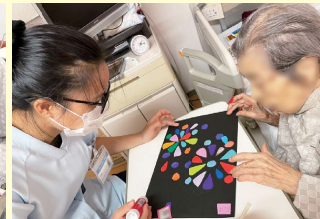
オレンジカフェに興味がある方は、地域包括支援センターにお問い合わせください。お待ちしております。



3F 病棟 レクリエーション



3階病棟では夏の風物詩、花火の切り絵を行いました。ベトナムから技能実習生が来ているので、一緒に会話しながら行いました。完成した作品は一人ずつ名前をつけ、廊下に掲示してあります。様々な折り紙を使用し、個性ある花火が完成しました。



4F



4階病棟では、身体機能や認知機能を維持するリハビリの一環として、季節ごとに集団レクリエーションを行っています。今回はコロナ禍のため、少人数でうちわ作りを行いました。折り紙で作った浴衣や花火、ヒマワリなどを選んでいただき、スタッフが手伝いながら、うちわに折り紙を貼ってもらいました。皆さん、生き生きとした様子で作業し、個性あるうちわが完成して、笑顔で喜んでくださいました。



功労賞を受賞

この度、公益社団法人・埼玉県理学療法士会より、長年、県士会事業に関与して頂きましたので、功労賞という表彰を受賞することが出来ました。

私は、県士会事業の中で事務局・管財資料部長という役割を担っており、県士会事務室における運営管理や、議事録や備品の管理を行っています。県士会では、地域住民の方々の健康増進に向けたリハビリテーションの普及活動に加え、若手理学療法士の育成に係る研修企画など様々な事業を実施しております。

また、活動する中で理学療法士の諸先輩方や他施設のスタッフの方々と知り合うことができ、埼玉県内の病院・施設における横の繋がりを構築することが出来ました。

今後も、県士会事業に積極的に取り組み、医療・介護・福祉を充実させ、地域住民の方々が安心して生活できる町づくりに貢献して参りたいと思います。



リハビリテーション科 科長 渡邊孝広