すべては患者さんのために

Southern TOHOKU Research Institute for Neuroscience

みなみとうほく

南東北

総合南東北病院の広報誌
2024.8 vol.389

一般財団法人 脳神経疾患研究所
社会福祉法人 南東北福祉事業団
医療法人社団 三成会
医療法人社団 新生会
医療法人財団 健貢会
社会医療法人 将道会
医療法人 謙昌会
医療法人 あさひ会
一般社団法人 STRヘルスケアグループ

【夏空】

撮影日：２０２２年８月22日
撮影地：郡山市湖南町

福島県の中央にある猪苗代湖は日本で４番目に大きな湖で、深さも約93m あり、透明度が高いことでも有名です。湖の周囲は湖水浴場や野口英世博士の生家などの観光地のほか、磐梯山と猪苗代湖を眺望できる自然豊かなサイクリングコース（通称・イナイチ＝猪苗代湖一周、約60km）としても人気があります。

南東北地域医療推進センター長代行
南東北第二病院外科科長
佐藤　直

［今月号の紹介］

2面　薬局だより「薬の保管方法」、食の豆知識「とうもろこし」
3面　医学健康講座「歯科における訪問診療」
4面　オープンシステム登録医「古川内科眼科医院」
5面　モロビ通信、医療・健康トピックス
6面　施設だより「総合南東北福祉センター／ゴールドメディア」ほか
7面　山口和之さんのいきいき企業探訪「郡山トラックセンター事業協同組合」
8面　６月の手術件数・救急車台数、編集後記 ほか

一般財団法人 脳神経疾患研究所 附属
総合南東北病院
南東北医療クリニック
南東北眼科クリニック
外来診療予約専用フリーダイヤル
0120-14-5420
眼科診療予約専用ダイヤル
024-934-5434
https://www.minamitohoku.or.jp/

薬局だより　薬の保管方法

皆さんは処方されたお薬をどのように保管していますか？私たち人間にも過ごしやすい環境があるように薬にも保管に適した環境があり、それらを間違えると薬が変質し、効果が十分に得られないことがあります。そこで、今回は薬の正しい保管方法についてお話ししたいと思います。

薬を正しく保管するポイントとして「温度」「湿度」「光」の3つが挙げられます。

1つ目の温度について、それぞれの薬には適した保存温度があり、室温保存（1～30℃）、冷所保存（1～15℃以下）などに分類されています。冷所保存と書かれた坐剤や点眼薬は、凍結しないよう注意して冷蔵庫で保管しましょう。真夏に車内に放置された薬剤は高温になり溶解・変質する可能性がありますので、置き忘れには注意してください。

2つ目の湿度に関しては多湿の場合、吸湿により変質を起こすことがあります。最近では、唾液ですぐに溶けるOD錠やD錠など口腔内崩壊錠と呼ばれる薬も増えてきており、それらの薬は特に吸湿性が高いので注意が必要です。

3つ目の光ですが、直射日光のような強い光も注意が必要です。「遮光保存」と注意書きのある薬もありますが、これらの薬は室内の光でも変質・分解しやすいため、光を遮断できる場所や容器に保管することが推奨されています。

その他にも光に対して注意が必要な薬としてインスリン製剤や一包化された薬が挙げられます。インスリン製剤は、開封前は冷所保存ですが、使用開始後は結露などを避けるため室温での保管になります。一包化された薬剤は湿度や光の影響を受けやすくなるため、処方された通り飲み切ることも必要です。

このように薬には適切な保管方法があり、適切に保管されていない薬は十分に効果を発揮しない可能性があります。高温多湿や直射日光を避けた場所で適切に保管したお薬を使用するようにしましょう。

《参考》
静岡県立こころの医療センターHP『薬の保存方法について』

薬剤科　佐藤柊太

知って得する！美味しいお話！

食の豆知識

とうもろこし

日本では、もっぱら野菜感覚で使われているとうもろこしですが、米や小麦と並んで世界三大穀物といわれ、南米では主食とされている重要な穀物です。穀物としての乾燥コーンと野菜としてのスイートコーン（未熟）の両方を食用としています。食物繊維が最も多いのは粒皮の部分です。水に溶けない不溶性食物繊維が大半を占め、排泄を促して腸内環境を健全に整えるので、便秘の改善に役立ちます。

参考：食べ物栄養辞典、旬の野菜の栄養事典
（栄養管理科）

選び方のポイント

皮の緑色が鮮やかで、粒がそろってびっしりつまっているもの、ひげの分量がたっぷりとしていて、茶色が濃いものを選びましょう。

調理のポイント

とうもろこしは鮮度低下の激しい食品で、収穫後1日放置しただけでも栄養分や風味が半減してしまいます。したがって、買ったその日のうちに食べるようにしましょう。残った場合には、茹でてから保管するとおいしさが持続します。料理では肉料理の付け合わせに用いると、肉に不足している食物繊維が補えるので、おすすめです。注意点として、茹でたり、蒸したり、焼いたりして一般的に食べられているのは未熟粒ですが、消化が悪いので、よく噛んで食べるようにしましょう。

【とうもろこしご飯】（4人分）

●米 3合　●とうもろこし 1本
●麺つゆ 大さじ3　●バター 10g

①米は洗って浸水させておき、とうもろこしの実を削いでおく。
②炊飯器に麺つゆを入れ、3合の線まで水を入れてとうもろこしの実を加える。
③炊き上がったらバターを混ぜて出来あがり。

総合南東北病院

医学健康講座

歯科における訪問診療

6/15(土)
開催

講演内容は当院HPで聞くことができます。

総合南東北病院
歯科　科長
わたなべ　みつひろ
渡部 光弘 先生

6月は『虫歯予防デー』など歯にちなんだ話題がたくさんあります。保険適用となる歯科の訪問診療は病気や障がいなどで通院困難な患者さんが対象で、診療範囲や訪問先など細かなルールが定められています。今回は歯科の訪問診療について渡部光弘先生が詳しく解説します。

■歯科の訪問診療とは

皆さんのイメージの中で歯の治療というのは、診察室でかなり特殊な器具を使用するので、なかなか訪問診療とは結び付かないと思います。歯科の訪問診療は、ご自分で歯科医院に通院することが困難な方の自宅や病院、施設などへ歯科医師や歯科衛生士が直接伺い、歯科診療を行うことです。実は今、訪問診療が注目を浴びていて、厚生労働省も歯科訪問診療を推奨しています。日本人の平均寿命は延びており、寝たきりなど歯科医院に通院できない方が増えています。要するに訪問診療の必要性が非常に高まってきているのです。

■歯科の訪問診療の対象者

どのような方が対象になるのかというと、以前は寝たきりの患者さんだけが対象でしたが、今は緩和され「単独通院困難な方」、つまり一人で通院することが難しい方が対象となっています。家族と一緒に歯科の外来に来られる方も大勢いますが、基本的に付き添いが必要な方は訪問診療の対象になります。訪問診療は必要な器材を用意し、車で目的地に向かいます。持参品が多いので、車を使うことがほとんどです。必要最低限の器材のみで、自転車を利用する方も。こういう先生は都心に多いのでしょうか。迎えに来てもらったり、タクシーを利用する場合もあります。

日本人の平均寿命が延び、歯科訪問診療の必要性高まる

■どんなことができるのか？

歯科の訪問診療で何ができるかというと、虫歯や知覚過敏など歯の治療、入れ歯の作製や調整。この場合の調整というのは、その場で作ったものでなくても、他院で作ったものであっても対象になります。そのほか抜歯、その他の簡単な外科処置、歯石除去、口の中を清潔に保つために口の中を掃除する口腔ケア、最近増加している嚥下（飲み込み）訓練などが一般的です。

■診療の頻度や診療時間

診療頻度は処置にもよりますが、口腔ケアであれば概ね月に1回、患者さんの状態が安定した時間帯にお邪魔しています。1回当たりの必要診療時間は30分から1時間以内が適切です。あまり長すぎると利用者さんや患者さんが体力的にしんどいことも多々あるかと思いますので。

■訪問範囲は半径16㎞以内

訪問診療は闇雲に行っていいわけではなく、距離のルールがあります。医科と歯科の共通の決まりで、医院から直線で半径16㎞以内という規定があり、16㎞を超えたら訪問診療を必要とする〝絶対的な理由〟がある場合に限られます。例えば患者さんの自宅付近に保険医がいない、保険医がいても専門外、または旅行中で不在などの場合です。

■訪問診療が可能な場所

訪問してもいい場所は患者さんが住んでいる戸建住宅、マンションやアパートなどの集合住宅、小規模多機能ホーム、グループホーム、サービス付き高齢者向け住宅などです。また介護老人保健施設や介護療養型医療施設、歯科のない医療機関も大丈夫です。有料老人ホームや養護老人ホームなども該当しますが、基本的に患者さんが居住している、住んでいることが原則です。

■歯科訪問診療に携わるのは

当たり前ですが歯科医師は治療全般を担い、治療方針や治療計画などを決めます。カルテ記載も行い、歯科訪問診療時の責任者となります。次に歯科衛生士ですが、我々も外来で歯科衛生士さんと一緒にペアで診療しますが、患者さんからは「看護師さん」と呼ばれることもあります。専門職なので馴染みのない言葉かもしれませんね。訪問診療では歯石を取ったり口のケアをしたり、歯ブラシの指導、診療の補助、器材の準備など色々と担っています。先ほど嚥下訓練の話をしましたが、リハビリを担うのが言語聴覚士です。歯科助手は受付業務や診療補助、持参する器材の準備などを行います。

■歯科訪問診療を受けたい時

訪問診療を希望する場合はかかりつけ医や近所の歯科医院、都道府県や地域の歯科医師会などに連絡してみてください。介護認定を受けていれば当然、ケアマネージャーさんに連絡しましょう。あるいは市町村の窓口に聞いてみるのもいいですね。

■口腔ケアの役割が広がる

口の中を口腔と言いますが口腔を清潔に保つためのケアは従来、歯垢や食べ残しの除去、歯磨きやうがいなどが主でしたが、現在は歯石を取ったり、入れ歯の清掃、腐食予防のためのフッ化物の塗布、リハビリとしての言語訓練などで、その役割はかなり広い範囲に及んでいます。

総合南東北病院
連携医院・病院のご紹介

No.042

地域医療 支える 絆

内　科　消化器科　眼　科

医療法人
古川内科眼科医院

院長　古川（ふるかわ） 哲夫（てつお） 先生　副院長　古川（ふるかわ） 貴子（たかこ） 先生

地域の皆様へ

当院は平成16年10月に、院長の出身地である郡山市小原田に開院いたしました。開院後20年近くにわたり、通院されている患者さんに満足していただき、安心していただけるよう丁寧で分かりやすい説明と、正確な診断・治療をモットーに、地域に根ざした親切で心のこもった医療サービスを心がけています。総合病院とは異なり、常に最先端の医療を提供できるわけではありませんが、開業医＝町のお医者さんとして、患者さんの日常の健康を維持するために研鑽を重ねながら、より良い医療を提供できるように、今後も努力してまいります。総合南東北病院には診療科を問わず、たくさんの患者さんを紹介させていただき、常に迅速かつ丁寧に対応していただいております。今後も良好な連携関係を維持して地域医療に貢献してまいりたいと考えています。

病院へのアクセス

診察時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9：00～12：00	○	○	○	○	○	○	／
14：00～18：00	○	○	○	／	○	○※	／

休診日　木曜の午後、日曜・祝日　※土曜の午後は16:00まで 眼科は平日も16:00まで

診療科　内科・消化器科・眼科

所在地　〒963-8835 郡山市小原田4-12-26

TEL　024-956-6500

詳しくはこちらからご覧ください

https://www.furukawa-ioc.com/

開館25周年
モロビ通信 Vol.17
25 ANNIVERSARY 1999 2024
MOROHASHI MUSEUM OF MODERN ART

アートで日々にうるおいを。もろはしきんだいびじゅつかん通信

「森林浴」ならぬ「博物館浴」!? 美術館でのケアの可能性

じっくりと作品を楽しんでいただくために実施した作品鑑賞対話の様子（次回は11/3開催予定）

突然ですが皆さんは「博物館浴」という言葉をご存知でしょうか？九州産業大学の緒方泉教授が提唱する言葉で、「博物館見学を通して、博物館の持つ癒し効果を人々の健康増進・疾病予防に活用する活動」のことを指します。「森林浴」や「温泉浴」と同じように、美術館での鑑賞でもストレス軽減や血圧低下などの健康効果が期待できるそうです。

実は近年、ヨーロッパやアメリカなどで博物館や美術館を含む文化芸術が健康にもたらす効果について研究が進んでおり、博物館や美術館での鑑賞体験が健康増進や疾病予防につながる可能性が明らかになってきました。なんとカナダでは患者の健康回復促進の一環として、美術館への訪問を「処方箋に書く」ユニークな取り組みも2018年から始まっています。

足腰が弱ったり、ストレスを溜め込んだりと、健康に不安を感じると博物館や美術館は少し疎遠になってしまいがちですが、むしろそんなときこそ、近くの博物館や美術館に行って、存分に「博物館浴」をして、ご自身の心と身体を整えてみてはいかがでしょうか？

あなたのヘルスケアに美術館をぜひご活用ください。

諸橋近代美術館
morohashi museum of modern art
〒969-2701
福島県耶麻郡北塩原村大字桧原字剣ヶ峯1093番23
TEL.0241-37-1088／FAX.0241-32-3332

今年25周年！
HPはこちら
https://dali.jp/

公益財団法人　諸橋近代美術館
学芸員　佐藤芳哉
諸橋近代美術館の学芸員として展覧会の企画や作品鑑賞プログラムの実施など教育普及に従事

医療・健康 トピックス

認知症不明者１万９千人 ７０代から危険性高まる！

昨年１年間に認知症やその疑いが原因で、全国の警察に届け出のあった行方不明者が延べ１万９０３９人に上ったことが警察庁のまとめで分かりました。前年より３３０人増え、２０１２年の統計開始以来、11年連続で最多を更新しました。80歳以上が１万１２２４人、70代が６８３８人、60代以下は９７７人となっていて、亡くなった方は５５３人でした。70代から危険性が高まる傾向があり、高齢化の進行を背景に今後も増えることが予想されます。GPS機器やドローンによる捜索で早期発見につながったケースもあり、警察庁は関係機関と連携し、取り組みを推進していくそうです。ちなみに福島県内で認知症やその疑いのある行方不明者数は１６９人（男93人、女76人）でした。

高校生が地元企業の魅力知る 血圧測定や車いすなどを体験

郡山市のビッグパレットふくしまで7月3日㈬、高校生対象の進学説明会・職業体験イベント「未来ビューこおりやま２０２４」が開かれました。郡山市とマイナビの主催で、地元企業の魅力を知ってもらい、大学卒業後のUターン就職などにつなげようと初めて開催され、７つの高校の生徒が来場しました。総合南東北病院など郡山市内に本社や事業所のある企業20社、福島県内外の大学・専門学校などが参加しました。総合南東北病院のブースでは高校生が看護師の指導を受けながら、シミュレーター（人形）を相手に聴診器で心臓拍動音を聞いたり、友人同士で血圧測定をしました＝写真＝。介護部門では高齢者や障がい者の疑似体験、車いす乗車体験などを行いました。

施設だより

総合南東北福祉センターとゴールドメディアの活動の様子をお届けします

社会福祉法人 南東北福祉事業団

総合南東北福祉センター

快晴のお出かけ日和の中、英国庭園を満喫

南東北日和田デイサービスセンターでは毎月、外出ツアーを実施し、利用者さんと外出しています。

6月は本宮市にある『プリンス・ウィリアムズ・パーク』へ出かけました。広い園内の一角に英国庭園が整備されている公園で、それぞれの季節の花を楽しむことができます。

訪れた日は快晴のお出かけ日和で、バラの花が満開でした。利用者さんは庭園の中を散策しながら「バラの花はいい香りだね」「景色が素敵」と話し、庭園を満喫していました。園内には池もあり、「外国に来たようだわ」「とっても気持ちが良いところだね」と、心身共にリフレッシュできたようでした。

なかなか個人では外出できない利用者さんもいて、外出ツアーは毎回大好評です。これからも利用者さんが楽しめるツアーを企画していきます。

園内に咲き誇る花々を楽しむ利用者さん

バラの香りで癒される利用者さん

外出ツアーで英国の雰囲気を味わう利用者さん

介護老人保健施設

ゴールドメディア

父の日の定番、カラフルなネクタイをプレゼント

6月のイベントといえば父の日です。父の日は6月の第3日曜日とされています。この定番イベントですが、いつどこで始まったのか、世界の国々でも同じような日があるのか、皆さんはご存じでしょうか。

父の日は1910年にアメリカで生まれました。ワシントン州に住むジョン・スマート・ドット夫人が男手一つで育ててくれた父を讃えて、父の誕生月の6月に牧師に礼拝してもらったことがきっかけだと言われています。『母の日のように父親にも感謝する日を』と牧師協会に懇願し、約60年後の1972年にアメリカの記念日となりました。

日本では1955年頃に始まったとされています。ちなみに母の日は1949年ごろなので、だいぶ遅れて始まったようです。

ゴールドメディアは多数の男性利用者さんがおり、父の日のイベントを開催しました。1階ではプレゼントの定番ネクタイを作り、数種類の中から利用者さんに選んでいただき、記念撮影しました。サラリーマン時代に毎日ネクタイをしていたという方もいて、年はとってもお似合いで、素敵な笑顔で写真に収まっていました。

ネクタイを締めて喜ぶ利用者さん

南東北の情報をチェック！

フォローしてね！

＼スマホで簡単チェック／

公式HP

YouTube

Instagram MINAMIHP_KORIYAMA

X（旧Twitter）

好評連載中!

山口和之さんの いきいき企業探訪

Interview vol.14

日本はもっと
強くなれる
優しくなれる

山口 和之
（やまぐち・かずゆき）

元衆議院議員・元参議院議員・南東北グループGM・理学療法士・介護支援専門員。30数年前、福島県立医科大学病院から南東北脳神経外科病院（現在の当院）のリハビリテーション部門立ち上げに招聘される。以後、予防・治療・リハビリテーション・地域ケアにおいて当院の発展に尽力。議員時代に東日本大震災対応をはじめ、世界に誇れる自立支援介護の推進、循環器病対策基本法の立法など医療介護福祉の政策に貢献する。

省エネ運転による燃費向上で温暖化対策に貢献
運送会社の協同組合としてナンバーワンを目指す

専務理事
本田 宏（ほんだ ひろし）氏

郡山トラックセンター事業協同組合

郡山市喜久田町卸3丁目6番地
TEL.024-959-6666
https://www.109931.jp/

組合事業の柱となるガソリンスタンド

山口 私達の生活に欠かせない物流は多くのドライバーの方々によって支えられています。今回は運送会社でつくる郡山トラックセンター事業協同組合にお邪魔しています。まずは組合組織について本田専務理事にお聞きします。

本田 昭和49年の東北自動車道の福島県内延伸に合わせ、郡山駅前にあった運送会社が郡山IC付近にトラック団地を造成しました。車両の大型化や交通渋滞、騒音問題などを防ぐため郡山市主導で進められました。当時は郡山市内に40社ほど運送会社があり、そのうち23社が入居し、昭和63年に官公需適格組合として承認されました。主な事業は①共同運送事業②高速道路利用事業③給油所事業④倉庫事業⑤施設事業となっています。今は組合員（正会員）が20社（運送会社19社、自動車整備業1社）、主に給油所を利用していただく賛助会員が20社です。

山口 環境問題への取り組みについて教えてください。

本田 温暖化対策にはトラックの燃費向上が最大の効果となります。急発進や急ブレーキを避け、省エネ運転を目指します。燃費が1ℓ当たり百メートル伸びただけで、ものすごい省エネになります。車のキーをベルトに結び付けて車から離れる際にはエンジンを切ることや、待機時間のアイドリングストップで省エネに取り組んでいます。

山口 4月から2024年問題がスタートしました。

本田 ドライバーの年間の時間外労働時間の上限が960時間になり、これを解決するには待機時間や作業時間を短縮し、高速道路の利用で走行時間を短くするなど様々な対応が必要です。運送会社だけでは解決できない問題が多く、集荷や配送で長時間待たされたり、大量の荷物が手積み作業などのケースがまだまだあります。時間外が減ることでドライバーの給料が下がったり、高速道路の利用料が発生したりするため、輸送料金の適正化に向けて交渉を行う必要があります。

本田専務から組合事業について学んだ山口さん

山口 人材確保や社員教育は進んでいますか。

本田 ドライバーの高齢化は今に始まったことではありません。中途採用が圧倒的に多かったため、20年以上前に組合主導で高校の新卒者の雇用に向けて取り組んだことがあります。数名が採用されたのですが、残念ながら長続きせず、この取り組みは終了しました。現在はハローワークの支援などを受けて企業合同説明会を開催し、今年は2名の採用に結び付きました。

山口 社員の福利厚生や健康経営などはいかがですか。

本田 毎年夏休みに組合員の従業員向けにディズニーバスツアーを実施しています。今年は8月24日にディズニーシーへ行きます。組合員の多くが所属している福島県トラック協会の会員向けに脳検診の助成事業があり、徐々にではありますが検診を受けるドライバーが増えてきました。

山口 今後の夢やビジョンについてお聞かせください。

本田 東日本大震災の経験を活かし、行政に頼らない組合作りを目指しています。専門的な言葉になりますが、住民拠点SS※の取得、近隣給油所との連携、緊急車両カードの登録、受委託点呼の実施、中小企業組合士の資格取得などで、ナンバーワンの組合になることを目指しています。

山口 時間外労働時間の短縮や人材確保など課題も多いですが、組合発展のため、そして日本一を目指して頑張ってください。応援しています！

※自家発電設備を備えた災害時における地域の燃料供給拠点

News

総合南東北病院の新院長に紺野愼一常任顧問が就任

一般財団法人脳神経疾患研究所附属総合南東北病院の新院長に紺野愼一先生（脳神経疾患研究所常任顧問）が就任いたしました。院長の寺西寧先生は引き続き名誉院長として、新院長と共に地域医療の発展に貢献してまいります。今後も一層のご指導とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

7月1日㈬に北棟1階NABEホールで辞令交付式が行われ、渡邉貞義理事長から紺野院長、寺西名誉院長に辞令が手渡されました。紺野院長は「総合南東北病院の発展に向けて前進していきたい」と抱負を述べました。

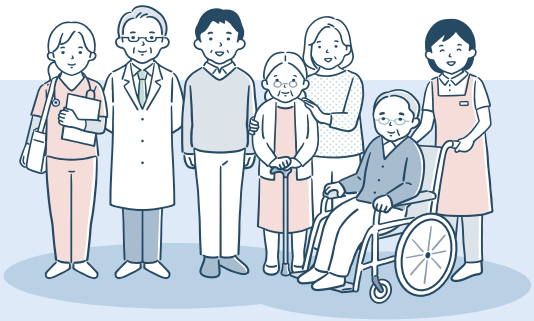
渡邉理事長から辞令を受ける紺野院長

新任ドクター紹介

友寄（ともより） 乃裕（のぶひろ）

【眼科】

医長

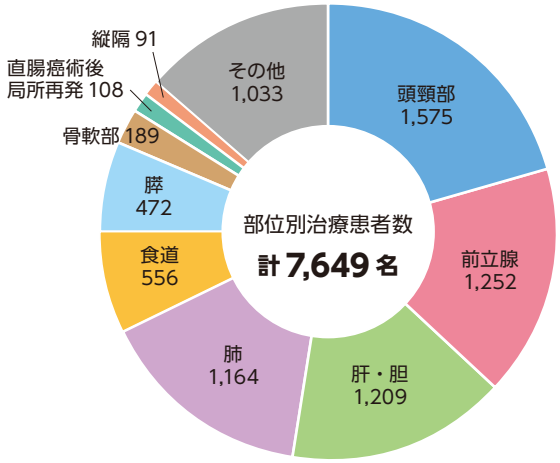


私たちの目標（基本方針・品質方針）

- 患者さんに公正な医療を提供いたします。
- 医師による説明と患者さんの選択に基づく医療を進めます。
- 患者さんのプライバシーを尊重します。
- 診療情報を患者さん自身にお伝えします。
- より良い医療が行われるよう研修・研鑽いたします。
- 患者さんの人生が最後まで豊かであるようにその意志を尊重します。

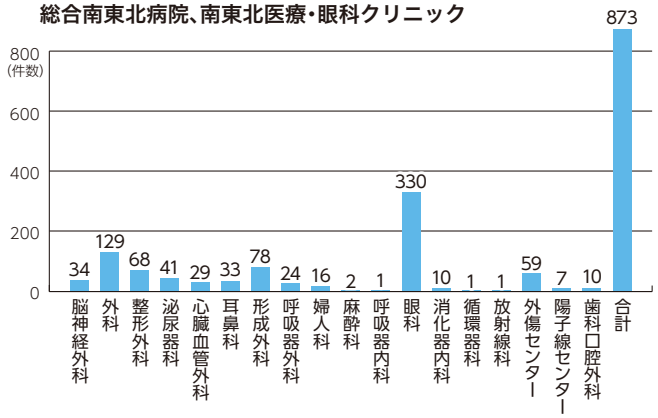
陽子線治療実績

2024年 6月末まで （2008年10月開院以降）



6月の診療科別手術件数

総合南東北病院、南東北医療・眼科クリニック



6月の救急車台数ほか

2024年 6月1日～30日

救急車受入れ台数	救急患者数	ドクターヘリ受入れ
493台（患者数495人）	1,331人（時間外1,027人）	6件

編集後記

大手化学メーカーのクラレが今年3月に卒業を控えた小学6年生を対象に〝将来就きたい職業〟を聞いたアンケート結果を発表しました。男子は昨年に続いてスポーツ選手（野球・サッカー・バスケットボールなど）がトップ、2位は研究者、3位はIT関係でした。女子は昨年と同じ漫画家・イラストレーターが1位でした。医師は男子が昨年の7位から4位、女子も3位から2位にアップしました。女子は看護師が4位、医療関係が7位、薬剤師が10位とトップ10のうち医療にまつわる職種が4つを占めました。担当者によると「新型コロナウイルスの感染拡大以降、医療職の大切さが伝わっている」とのことです。何とも頼もしい限りで、我々大人も子どもたちに胸を張れるように頑張っていきましょう！

南東北
2024年8月1日
■発　行
一般財団法人脳神経疾患研究所
法人本部広報担当
〒963－8563
福島県郡山市八山田七丁目115
TEL（024）934－5708
■印　刷
石井電算印刷株式会社

ミックス 紙｜責任ある森林管理を支えています FSC® C010137
「南東北」は責任ある森林管理により生まれたFSC® 認証紙を使用しています。
「南東北」は、環境に配慮した資材と工場で製造されています。
「南東北」は、環境にやさしいベジタブルインキを使用しています。

当院のHPはこちら