



DREAMING

Heart of the Dreaming 私たちは「心温かい信頼の医療」を目指しています。

DREAMING INTERVIEW



ドリーミングインタビュー

副診療部長 循環器科部長 **すとう 直** **な** **お** **ゆ** **き**
須藤 直行 先生

出身地：生まれは新庄市、幼少期は大蔵村、小学校から高校まで秋田県内で暮らす

趣味：スキー・ドライブ・料理

プロフィール

略歴：平成 6年 3月 弘前大学医学部卒業
平成 6年 4月 弘前大学医学部附属病院 第2内科医員
平成 12年 4月 青森労災病院 第1内科副部長
平成 16年 4月 弘前大学医学部附属病院 循環呼吸器内科助手
平成 18年 4月 青森労災病院 循環器・呼吸器内科部長
平成 24年 4月 山形大学医学部附属病院 第1内科病院助教
平成 24年 10月 東北中央病院 循環器科医長
平成 25年 1月 東北中央病院 循環器科部長
令和 2年 3月 東北中央病院 副診療部長



先生が医師を目指された理由を教えてください。

幼少期は山形と秋田の田舎で生活していたので医療機関が近くに有りませんでした。また、家族や親戚に医療関係者がおらず、医療や病院というものが身近でなく、よくわからないけど、大事な仕事に見え、憧れの存在でした。高校進学をきっかけに、秋田市で生活するようになり、近くに大きな医療機関もあり、寮生活でしたが、先輩に医学部の学生がいて、自分も目指せるんじゃないかを感じるようになり、医師を志望しました。

その中で循環器科を選んだ理由を教えてください

医学部に入った当初、内科全般のイメージしかなかったのですが、考えている以上に細分化され、たくさんの専門科があり迷いました。実習などを経て、内科全般に対応できそうな分野と考え、循環器科を選択しました。子供の頃に憧れていたイメージが一番近いと思ったからです。

診療の際に心がけていることを教えてください

いろいろな事を想定して見落とさないようにする事、患者さんの言葉をしっかり聞くようにし

ています。それでも患者さんの判断で伝えてくる内容と、実際の病気が違っている事も結構多いので、聞くだけではなく、こちら側からも、どんどん質問をして多くの情報を得るようにしています。言葉でないと伝わらない事も多いので問診を大事にしています。



先生のリフレッシュ方法を教えてください

土日に、妻の買い物にくっついて、スーパー巡りをする事です。ドライブをかねて、天童や河北の店にも行きます。買い物にいくと、食べ物や食材の価格がわかっておもしろいです。広告を見ることも好きです。

土日のどちらかは、家族の昼食を作る事も多いです。ラーメンやパスタ、夏は冷やし中華なんかを作ります。今は6人の生活なので、手際よく作らないと麺がのびちゃうので、ラーメン屋のように大きな鍋の中に、小さいザルを入れて作っています。

なかなか遠出はできないですが、ドライブが好きで、走った事のない道路を走る事も好きで、道路のつながりや、街並みの新しい発見があります。

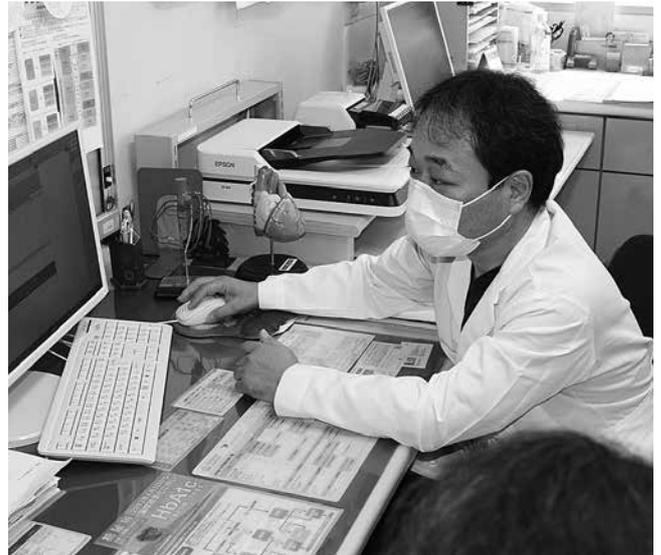


日課や体調管理の方法、毎日のルーティンがあれば教えてください

お酒が好きですが、飲み過ぎには注意しています。内科当番があるので、その日は休肝日になります。ビール、焼酎、ワイン、ウイスキーなんでも飲みます。つまみは食べずに順番に飲んでいきます。

その他は、健康器具を買って、スクワットをしています。夏場は汗をかいてしまうので、お休みになっていますけど…。

出勤したら、外来診療開始前にコーヒー一杯、外来診療終了後の昼にコーヒー一杯を飲む事がルーティンになっています。心臓カテーテ



ル検査・治療などの後には、コカコーラ・ゼロを飲む事も、もう一つのルーティンです。



メッセージ

高血圧の患者さんは、想像よりたくさんいます。ちゃんと治療すれば他の疾患に進みにくくなりますが、高血圧を放っておいてしまうと、心不全になってしまう例もあります。

高齢者の3分の2は高血圧と言われていて、3分の1は治療しているけれど、3分の1は何もしていないと言われています。

気軽に測れる血圧計もあるので、ご自宅で測定してみて、心配なことがあるときは、病院までお越しください。

以前は心不全の原因といえば狭心症や心筋梗塞とはっきりしているものが多かったですが、最近は原因が1つではない加齢による心不全が増えていきます。高血圧、貧血、どれが原因か決めつけられないからこそ、総合的に全身状態を検査した方が良いと考えています。一通り検査することで、心不全の状態にあるのか否か、心不全になる前にチェックしてみると予防にも繋がると思います。

資格紹介

診療放射線技師の認定資格 ～検診マンモグラフィ認定試験について～

日本人女性の乳がん罹患数は年々増加傾向にあり、女性のがんの中で最も多くなっています。2020年時点では9人に1人が乳がんになり、乳がんによる死者数は年間約1万5000人となり、これを減少させるために有効ながん検診の実施が求められています。

乳がん検診とマンモグラフィの関係は、2000年の厚生労働省通達により乳がん検診にマンモグラフィが導入され、2015年には乳がん検診にマンモグラフィが原則となりました。その結果として、マンモグラフィには高い質が求められるようになりました。質の高い検診には高度な撮影技術と読影力が求められ、尚且つその質が維持されているかが重要になってきます。

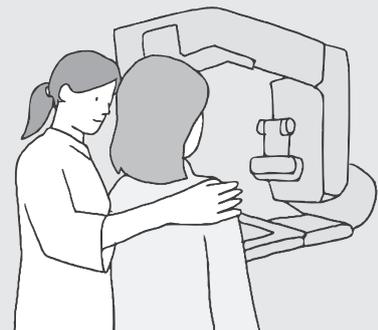
検診施設の医師、技師の教育・研修をはじめとし、検診に使用する装置の精度管理も必要となり、これらに対応をするために日本乳癌検診学会を中心とした関連6学会により、マンモグラフィ検診精度管理中央委員会が発足され、マンモグラフィ認定試験が実施されるようになりました。このマンモグラフィ検診精度管理中央委員会はNPO法人として認可されたのち、超音波関連3学会と協力し、2013年にNPO法人乳がん検診精度管理中央機構となり、乳がん検診精度管理の活動範囲が拡大しています。

マンモグラフィ認定試験を受験するには精中機構主催または共催の講習会を受ける必要があります。診療放射線技師におけるマンモグラフィ認定試験はマンモグラフィの基礎・撮影技術・品質管理・撮影機器についての筆記試験、マンモグラムの読影試験、自分で撮影したマンモグラムの自己採点を評価する試験の3分野で行われ、一定の基準に従って、A～Dで評価されます。

A（80%）、B（70%以上）の評価の場合に認定され、撮影装置に関する深い知識と、マンモグラフィの撮影技術に加え、高い読影能力を身につけた技師として認められることとなります。また、資格更新制度があり、最低でも5年に1回は講習および試験を受けることが義務付けられています。

当院ではA評価のマンモグラフィ認定資格を持っている職員が4名います。5年ごとの資格更新にも合格しており、質の高いマンモグラフィ検査が行えるように日々研鑽を積んでいますので、安心して検査を受けていただけます。

文責：主任診療放射線技師 大久保知幸





《コメディカルの豆知識》



食中毒喚起

食中毒は原因となる細菌・ウイルス・有害物質が食べ物に付着し一緒に体内に侵入することによって起こり、腹痛・下痢・吐き気・嘔吐などさまざまな症状を引き起こします。

主な食中毒菌は腸管出血性大腸菌O157.カンピロバクター・サルモネラがあります。

食中毒を引き起こす細菌の多くは高温・多湿の環境を好む為、気温が上昇し、湿度も高くなる夏場に食中毒が発生しやすくなり、注意が必要になります。

そこで食中毒予防のために、食中毒予防の三原則があります。

食中毒予防の三原則とは、

食中毒の原因を【**つけない**】【**増やさない**】【**やっつける**】です。

具体的には、食べ物に細菌を【**つけない**】、食べ物に付着した細菌を【**増やさない**】、

食べ物や調理器具に付着した細菌やウイルスを【**やっつける**】、の3つが重要になります。

○つけない（清潔・洗浄）

調理を始める前、生の肉や魚や卵などを取り扱う前後、調理の途中、トイレの後、食卓に付く前、残った食品を扱う前は必ず手を洗いましょう。

また、加熱しないで食べる食材に、生の肉や魚などを切った調理器具から菌が付着しないように使用の都度きれいに洗い、できれば殺菌しましょう。

○増やさない（迅速・冷却）

細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になり、10度以下では増殖はゆっくりとなり、-15℃以下では増殖は停止します。

さらに、食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要ですので、生鮮食品などの購入後は、出来るだけ早く冷蔵庫に入れましょう。

なお、冷蔵庫にいれてもゆっくりと細菌は増殖しますので、早めに食べることも大切です。

○やっつける（加熱、殺菌）

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん野菜なども加熱して食べれば安全です。

中心部の場合は75℃で1分以上、ノロウイルス対策だと85℃で90秒以上加熱することが目安です。

また、ふきんやまな板などの調理器具などにも細菌は付着します。特に、肉や魚や卵を使用した後の調理器具は洗剤でよく洗ってから、熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用洗剤の使用も効果的です。

日々の食事作りにおいて、以上のポイントをチェックし、家庭での食中毒発生予防に努めましょう!!

文責：主任栄養士 鈴木理絵

Q

クイズ

最後に簡単なクイズを出題します。

答えは最後のページにありますので、確認してみてください。



Q1. 冷蔵庫・冷凍庫への保存は肉・魚・生鮮野菜は一緒にまとめた方が良い（○ or ×）

Q2. 冷蔵庫や冷凍庫がいっぱいになるように保存した方が良い（○ or ×）

Q3. 手洗いは調理前のみで良い（○ or ×）

縁の下の力持ち!



洗濯編

病院では医療を提供するため、医師、看護師など直接患者さんに関わる仕事のほか、さまざまな仕事があります。今回は患者さんと直接関わらないけれど病院を支える仕事、病院の「縁の下の力持ち」を紹介します。

1. (株) 蔵王サプライズについて教えて!

私共(株)蔵王サプライズは部門別に分かれており、リネンサプライ・ホスピタルリネン・ホームヘルスケア・リースキンとなっており、私達が所属している部門はホスピタルリネンとなっております。

当社は最新の消毒施設を備えた病院専用工場を完備。病院寝具・病衣類の製造、配送、回収、クリーニングに至る一貫したリースシステムで各医療施設の省力化、患者さん一人ひとりのリラクゼーションを医療関連サービスとしてお手伝いさせていただいております。

東北中央病院では2名を常勤させていただいており、内1名は病院基準寝具管理士の認定も受けております。



2. どんな業務をしているの?

月曜日から金曜日の8:30から17:30までの勤務の中で曜日ごとに仕事の内容が変わるので、朝一内容確認を行い病棟担当、洗濯担当と分かれて作業に入ります。

病棟担当は3Fから7Fの寝具、病衣回収、納品、清拭タオルの配達などを行っています。洗濯担当は手術室、医局、放射線、検診、生理検査、外来、病棟で使用した術衣、検査衣、タオル、カバー類などを洗濯からたたみ方まで行っています。洗濯からたたみ方まで多いときで450枚くらいになります。

3. 業務にあたって心がけていることは?

入院、療養生活を余儀なくされた方々にとって安心して衛生的な環境づくりはとても大切です。快適な入院環境づくりの為、寝具類の良品開発と充実したサービスの確立に努め、安心・安全と安定供給により信頼を勝ち取り、寝具類の標準品質を維持するため会社全体で綿密な連携を計り、クレーム「ゼロ」を目指し、各部門での問題点の発見に努め、見直し改善を常に心がけています。当社の定義5S「整理・整頓・清掃・清潔・躰」も心掛けています。

4. 業務で大変なこと、業務で印象に残った出来事は?

集配担当が持ってきてくれた寝具類を7Fのリネン室まで運ばなくてはならないのですが、量が多い時台車が重くなり全体重をかけてしまうので、腰への負担がかなりきつい時があります。患者さんから「重くて大変だね、御苦労様」という声掛けをもらった時は、疲れも腰の痛みもふっ飛びます(笑)。とてもありがたいです。

5. 皆さんへのメッセージ

患者さん、病院の職員の皆さんにはいつも笑顔で対応していただいている事、深く感謝しております。改善して欲しい事、要望などがありましたら出来るかぎり対応させていただきますのでお声掛けください。不備な点が多々あると思いますが、これからもよろしく願っています。

フレッシュ・ボイス Fresh Voice

病院にやってきたフレッシュさんのフレッシュな声を伝えるコーナーです。



看護師 たけまえ みゆう
竹前 美佑

《実際に働いた感想は？》

毎日忙しい中にも、分らない事を先輩方が丁寧に教えて下さり、少しずつ出来る事が増えてきて、やりがいを感じています。また、患者様と関わっていく中で、手術後の患者さんが元気に回復していく姿を見たり、退院の時にわざわざ挨拶に来て下さり、感謝のお言葉を頂いた時はとても嬉しく思いました。まだ経験の少ない私でも、誠心誠意患者様に対応することでその気持ちが伝わるのだと、改めて看護師になっての喜びを実感しました。

《これからこんな看護師になりたい》

知識や技術をしっかりと身につけ、状況に応じて臨機応変に対応できるような看護師になりたいです。また、患者様の思いに寄り添い、患者様の心の支えになれる看護師を目指して頑張っていきます。

《実際に働いた感想は？》

私がこの病院で良かったと思うことは、職場の雰囲気が良く、働きやすい環境が整っていることです。どの先輩方も新人に対して関心を持ち、優しく丁寧な指導をくださいます。そのために、入職時に抱えていた不安や緊張はとけ、今は業務を覚え、一生懸命働くことに集中することができています。

《これからこんな看護師になりたい》

患者様との信頼関係を築けるように努力し、温かみのある看護を提供できるような看護師になりたいです。そのためには、患者様1人1人の背景を考え、関わり方を考えていくことや専門知識に基づいた安心、安全な看護を行えるように努力したいです。まだまだ勉強が必要な日々ですが、積極的に学ぶ姿勢を大切にしたいです。



看護師 かわの あやか
川野 綾夏



看護師 あべ はるな
安部 明奈

《実際に働いた感想は？》

4月から就職し、まだまだわからないことや不安なことはありますが、先輩達が丁寧に教えて下さるので、とても心強く働きやすい環境だと感じています。また、患者様から「今日もお疲れ様。ありがとうね。」と言葉をかけていただくことも多く、温かい気持ちになり、もっと頑張っていこうという気持ちになります。

《これからこんな看護師になりたい》

看護師は、患者様と関わる機会が多いため、小さな心配事でも気軽に相談していただけるような親しみやすい看護師になりたいです。また、知識や技術をきちんと身につけて、患者様も自分も不安がないように看護を提供していきたいです。

《実際に働いた感想は？》

入職してから日々の業務に慣れ、少しずつできる事が増えてきましたが、まだ自分の知識・技術や患者さんのとの関わりの中で不安な部分が多くあります。その際には、先輩方に相談し、アドバイスをいただきながら、患者さんに安全な看護が提供できるよう心がけています。また、病棟全体で新人看護師をフォローして下さるので安心してやりがいを持って働くことができています。患者さんには「いつも話を聞いてくれてありがとう。」と感謝のお言葉をいただき、とてもうれしく、もっと頑張ろうという気持ちになります。

《これからこんな看護師になりたい》

6階病棟に配属されてから、患者さんから在宅復帰への不安を聞くことが多くあります。言葉に出せる方だけではなく、一人で抱え込んでしまう方など様々だと思うので、患者さんの苦痛や不安を汲み取り、安心して退院できるように支援できる看護師になりたいです。



看護師 たけだ すずか
武田 涼夏

この連載では、地域医療連携でお世話になっている施設が、どんな医療を展開しておられるのか、お話を伺っています。



プロフィール

つちや たかし
☆院長 **土屋 登嗣** 先生

☆診療科目 **【整形外科】**

☆いつ開業 令和元年10月

☆スタッフ 土屋登嗣院長、
看護師4名、理学療法士4名、
診療放射線技師2名、
臨床検査技師1名、事務6名

☆診療時間

	月	火	水	木	金	土	日・ 祝祭日
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	×
14:00~18:00	○	○	×	○	○	×	×

〒990-0886 山形市嶋南3-8-1
Tel.023-664-2101

私はこれまで山形大学医学部附属病院などで、整形外科・骨軟部腫瘍の診療を行ってまいりました。当院は令和元年に開業し、現在では毎日約200人の患者様が来院しております。

当院の特徴・こだわりは、①MRIを使用した正確な診断と病状把握 ②足底筋膜炎やテニス肘などの腱付着部炎に対して、ステロイド注射を使用せずに拡散型衝撃波治療器にて行う治療 ③仙腸関節炎や肩関節周囲炎に対する、超音波ガイドでのハイドロリリースと運動器リハビリテーションです。

また、院内血液検査機器による即日での痛風の診断、関節リウマチの定期血液検査と結果説明を同日に行っており、患者様の疾患を早く正確に診断し治療することを目指しています。骨軟部腫瘍についてはMRIで画像診断し、必要時、専門医療機関へ紹介しております。さらに、今年7月に収束型衝撃波治療器を導入しました。この治療器は、足底筋膜炎、腱付着部炎、偽関節、疲労骨折に対する新たな治療器であり、当院で最新の治療を行うことができます。(足底筋膜炎以外は自費診療となります)

東北中央病院には麻痺や診断に難渋する脊椎疾患に対して、いつも早期に対応していただき感謝しています。今後も地域医療に貢献していきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。



人間ドック通信

今回は今年4月より新しく生まれ変わったオプションである「MCIスクリーニング検査」をご紹介します。

MCIスクリーニング検査とは、採血によりアルツハイマー型認知症の発症原因物質の蓄積に関わるタンパク質を測定し、将来におけるMCI(軽度認知障害)のリスクを評価する検査になります。アルツハイマー型認知症の発症は「脳への老廃物(アミロイドβ)の蓄積」が原因とされています。

この従来の検査に加えて、発症原因物質が蓄積する要因となる脳血管の老化に関連するタンパク質も含めて測定し、より早期段階からMCIのリスクを評価することが出来るのが、この新しく生まれ変わったMCIスクリーニング検査になります。

「血圧・血糖値が高め」、「ストレスを感じやすい」、「運動不足・睡眠不足」、「食生活の乱れ」といった生活習慣をお持ちの方は認知症にかかるリスクが高くなるため、ぜひこの検査をオススメします!

また、検査結果の他に、予防マニュアルなどを記載した冊子もついてくるので、生活習慣の改善に役立つと思います。

料金は税込22,000円です。

お申込みは宿泊人間ドック受検の際、当日受付にて承ります。

(事前予約は不要です。)

また、その他オプションも多数揃えておりますので、お気軽にご相談下さい。



病院NOW!

病院のいちばんHOTな
情報をお届けしますがんリハビリを
開始します!

この度、当院が施設基準を満たし、令和4年9月1日より入院中のがん患者さんに対するリハビリテーション（がんリハビリ）を開始しました。急性期の方から終末期の方まで、当院で対応可能な癌種、かつ現在がんを患っている全ての患者さんが対象となります。

医師、看護師、理学療法士を中心に、多職種が密接に連携し、患者さん一人ひとりに合わせたリハビリテーションを提供してまいります。患者さんの心に寄り添い、生活の質の維持・向上の一助となれるよう、全力でサポートいたします。どうぞよろしくお願ひします。

文責・担当：外科 川崎修平

専門外来のご紹介

	受付時間	予約・問い合わせ
脊椎外来	毎週月・木（田中靖久医師）8:00～11:30 14:00～17:00 ・新患の方は、できるかぎりお電話で予約をお取りください	整形外科又は 地域医療連携室
膝関節外来	隔週水曜日 予約制（東北大・古山和樹医師） 隔週水曜日 予約制（東北大・秋 貴史医師） ・初めての方は当院整形外科医師の診察後の予約となります	整形外科
肩・肘 スポーツ障害外来	隔週木曜日 予約制（東北大・川上 純医師） ・初めての方は当院整形外科医師の診察後の予約となります	整形外科
腎臓・リウマチ 膠原病外来	第1金曜日（山大・鈴木奈都子医師）8:00～11:30	循環器科・中央処置室
肝臓外来	毎週火・木・金 予約制（渡辺久剛医師） ・事前にお電話で予約をお取りください	消化器・肝臓内科
乳腺外来	第2～5月曜日（山大・柴田健一医師）予約再診の方のみ 火曜日（第3週を除く）（山大・河合賢朗医師）8:00～11:00	外科
肛門外来	毎週火曜日（橋本明彦医師）13:30～17:00 （初診の方は16：00までの受付となります） ・予約のない方はお待たせする場合がありますので 事前にお電話で予約をお取りください	外科
そけいヘルニア(脱腸)外来	毎週木曜日（橋本明彦医師）14:00～17:00 （初診の方は15：30までの受付となります） ・予約のない方はお待たせする場合がありますので 事前にお電話で予約をお取りください	外科
生理痛外来	月・火・金 8:00～11:30 14:00～17:00 水 8:00～11:30 木 14:00～17:00（岡根夏美医師）	婦人科
みみ・はな・のどの学童外来	毎週月曜日（稲村和俊医師）14:30～16:30	耳鼻咽喉科
みみの健康外来	毎週水曜日（稲村和俊医師）14:30～15:30	耳鼻咽喉科

A
クイズの答え

P4 コメディカルの豆知識 クイズの答え

- A1. × →肉や魚はビニール袋や容器に小分けに入れ、他の食品に汁が付かないようにして保存しましょう。
A2. × →冷蔵庫や冷凍庫は、詰めすぎに注意し7割程度にしましょう。
A3. × →調理を始める前、生の肉や魚、卵などを取り扱う前後、調理の途中、トイレ後、食卓に着く前、残った食品を扱う前は必ず手を洗いましょう。

編集
後記

子どもの頃、夏休みの宿題は先に終わらせるタイプでしたか？ギリギリまで溜めてしまうタイプでしたか？
メ切間際になって原稿作成に追われるので、子どもの頃の夏休みのことを思い出します。
夏休みが終わると一回り成長して学校へ行くはずなので、広報誌も成長した姿を見せられるよう頑張ります。

公立学校共済組合 東北中央病院

〒990-8510 山形市和合町 3-2-5
TEL 023-623-5111 FAX 023-622-1494
<https://tohoku-ctr-hsp.com>
E-mail: jimu@tohoku-ctr-hsp.com

■発行責任者／田中靖久 ■編集／広報委員会

東北中央病院
ホームページへ
GO!

ご利用の携帯端末によっては、
アクセスできない場合があります。

