

ご自由にお持ち帰り下さい



南部病院・スワンクリニック

広報誌スワン



Swan

2023年1～3月

冬号

～地域に信頼される
病院を目指して～

八甲田 樹氷

新年のご挨拶



院長 小原 正和

新年明けましておめでとうございます。本年も職員一同皆様のお役に立てるよう努力してまいりますのでよろしくお願いいたします。

昨年にもまたコロナに振り回された1年となってしまいました。皆様には大変ご不便やご迷惑をおかけいたしました。ご協力いただいたお陰で、院内感染もなく経過することが出来ました。有り難うございました。

コロナが見つかってからすでに4年目に入りましたが、地球規模の感染爆発は収まりそうもありません。更にこの冬は第8波とかフルロナ(コロナウイルスとインフルエンザウイルスに同時に感染している状態のことを指した造語)とも言われる流行が予想されております。この年末には久しぶりに帰省されたご家族や友人と会える事を楽しみにされていた方も多かったと思いますが、また今回も帰省しづらい年末年始となってしまいました。我々はこの3年何をしてきたのかと考えたくなる毎日ですが、感染が広がった最初の頃「この感染は落ち着くのに最低5年はかかる」と言っていた専門家の言葉が耳に残っております。5回目のコロナの予防注射やインフルエンザの予防注射だけでなくマスク、手洗いなど今行っている予防対策を含め、今年も皆様にご協力いただきながら職員一同さらなる感染予防に努めて参りますのでよろしくお願い申し上げます。

昨年にも触れましたが医師の働き方改革は来年4月から開始されます。当院でも今年から少しずつ対応を模索して参りますので、外来の診療時間変更など皆様には大変ご不便をおかけすることがあるかと思われませんがご容赦くださいますようお願い申し上げます。





さて今年は当院開院 50 周年とスワンクリニックの 5 周年の節目の年です。50 年前に田んぼの真ん中に診療所を開院し皆様のご支援をうけながら地域の健康や医療を担ってまいりました。増改築を重ね病院となり、専門スタッフも増え大所帯となりました。医師も徐々に増えておりますが、皆様のご要望に答えられるようにこれからも医師や職員の確保に努め、入れ物だけでなく中身も充実させていく必要性を感じております。開院当時から「人とのふれあいを大切に」のローガンを守ってきましたが、人やスペースが増えて来るにつれ、さらにコロナ禍もあってお互いの距離が遠く感じてしまう事も見られています。初心に立ち返り患者様とのふれあいに努め、職員との距離を再度近づけていくように努力していかなければと考えております。

少子、超高齢化社会の先進地域となっている当地では今後更に独居や通院困難者が増え、医療過疎も進んでいくことが予想され、また産業の停滞や物価高騰による経済の低迷が重くのしかかってきます。当院も今以上に地域の医療機関や行政、福祉サービスと連携を取りながら皆様が安心して健康生活を享受出来ますよう地域の医療、健康増進に努め、次の 50 年もより一層地域のみなさまから信頼される病院になれるよう一歩ずつ着実に踏み出して参ります。

最後になりましたが今年が皆様にとりまして良い年でありますようお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



ダイヤモンド名久井岳

アレルギーのお話

食物アレルギー・気管支喘息・花粉症・アトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患は増え続けており、いまや日本国民の2人に1人が何らかのアレルギー疾患を持っているといわれています。さらに近年、発症予防から新しい治療法など様々な研究が進み、一昔前とは治療内容が大きく進歩しているため、適切かつ質の高い診療が求められています。

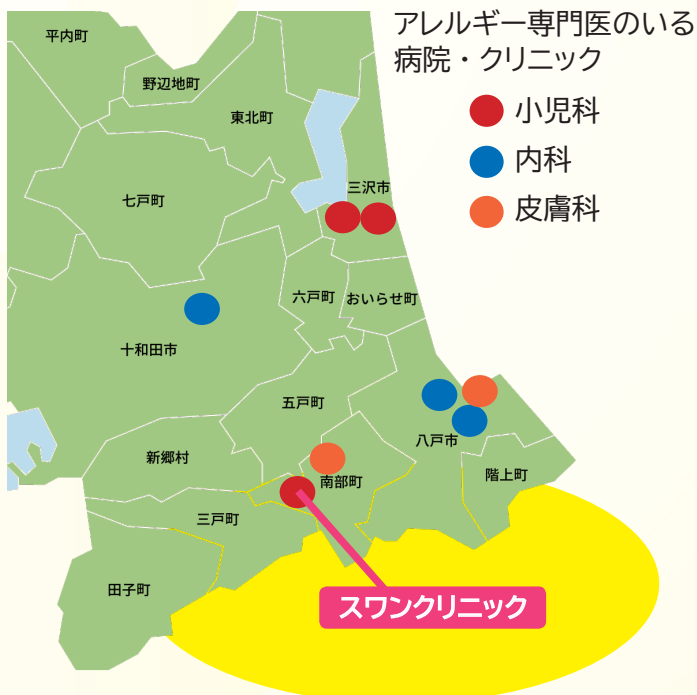


小児科・アレルギー科
小笠原 奈緒子

●日本アレルギー学会認定 アレルギー専門医とは？

日本アレルギー学会では、内科、小児科、皮膚科、耳鼻咽喉科、眼科の専門分野別にアレルギー専門医を認定しています。

アレルギー専門医になるためには、専門的な知識を持った上で、多くのアレルギーの患者さんを診察していることが条件です。このため、日本アレルギー学会では、アレルギー専門医を希望する医師に対して、診察しているアレルギー患者数、学会への参加回数、アレルギー学会認定教育研修施設での診療経験年数などについて審査し、一定の条件を満たした医師に対して筆記試験を行います。この試験に合格した医師のみがアレルギー専門医として名乗ることができます。



アレルギー専門医は全国に約4000名おり、青森県内には内科・小児科・皮膚科・耳鼻咽喉科をあわせて26名のアレルギー専門医が登録されています。そのうち三八上北地区には8名しかいません。ありふれたアレルギー疾患に対して、アレルギー専門医の数は患者数増加に追いつかず、不足しています。また、アレルギー専門医の地域偏在・地域格差が問題となっています。この地域格差を是正するために作られた資格に、CAI（アレルギー疾患療養指導士）、PAE（小児アレルギーエデュケーター）があります。アレルギーをもつ患者さんを専門に指導をさせていただく医療従事者で、職種としては看護師、薬剤師、管理栄養士になります。

スワンクリニック 小児科・アレルギー科には、アレルギー専門医（小児科）とCAIの資格を持つ看護師も在籍していますので、アレルギーに関して ご質問・ご相談等ありましたら、お声かけください。

では小児科で多く見るアレルギー疾患について見ていきましょう。

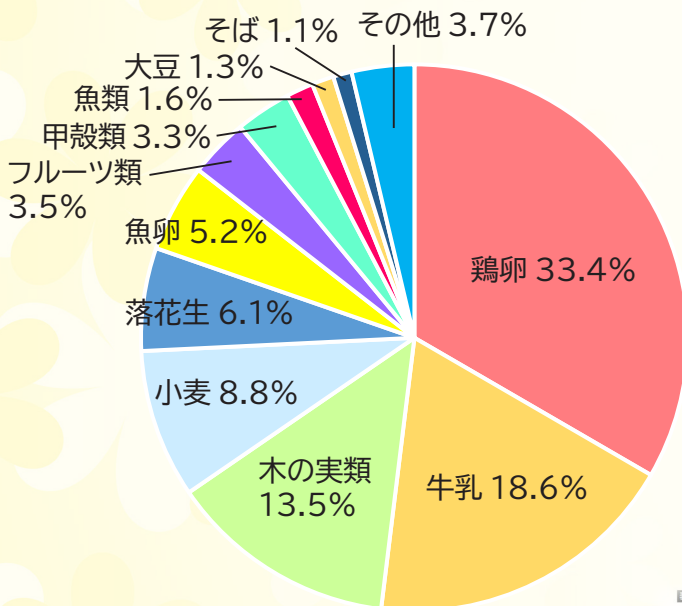
1 食物アレルギー

食物によって、^{じんましん}蕁麻疹、湿疹、嘔吐、下痢、咳、ゼーゼー（喘鳴）などの症状が、免疫を介して引き起こされる疾患です。日本の食物アレルギーの患者数は年々増加傾向にあり、その割合は全人口の1～2%程度、乳児では約10%といわれています。

20年ほど前までは、母親が妊娠中や授乳中に卵や牛乳などの食物を除去することで、子供のアトピー性皮膚炎や食物アレルギーを予防できると考えられたり、アレルギーのある子は、離乳食の開始時期を遅らせるの方が良いと考えられていました。しかし、この考えは現在では多くの研究結果から、明確に否定されています。

大切なことは必要最小限、最短期間の食物除去です。当院では、定期的に除去品目を見直し、解除を進めていきます。除去食でお困りの方や栄養的に不安のある方は、管理栄養士による栄養指導を受けることもできます。

◀ 全年齢における原因食物 ▶

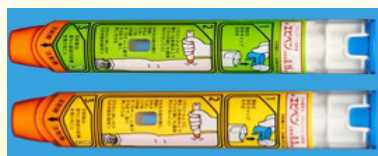


2022年の消費者庁の調査によると、木の実類が原因のアレルギーが急増しています。

前回の調査では鶏卵、牛乳、小麦が上位3品目でしたが、今回の調査では木の実類の割合が13.5%に増加し、第3位となりました（前回8.2%、第4位）。



必要な方にはアナフィラキシーが起こったときの自己注射薬 エピペンの処方と指導も行っています



学校生活管理指導表（アレルギー疾患用）

名前 _____ (男・女) _____ 年 _____ 月 _____ 日生 _____ 年 _____ 月 _____ 日 発行日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

※この生活管理指導表は、学校の生活において特別な配慮や管理が必要となった場合に医師が作成するものです。

病型・治療	学校生活上の留意点	保護者
食物アレルギー疾患（食物アレルギーありの場合のみ記載） 1. 病型 2. 口唇アレルギー症状 3. 食物アレルギー重症化予防プログラム アナフィラキシー疾患（アナフィラキシーありの場合のみ記載） 1. 食物（原因） 2. 食物アレルギー重症化予防プログラム 3. 重症化予防プログラム 4. 薬物 5. その他 アレルギー疾患（病型） 該当する食品の欄中に○を1、かっこ（ ）内に除去剤を記載 1. 卵類 () 2. 牛乳 () 3. 小麦 () 4. 大豆 () 5. 落花生 () 6. 魚卵 () 7. 魚類 () 8. 甲殻類 () 9. 果物 () 10. その他 () 11. その他 () 12. その他 () 緊急時に備えた処方 1. 処方薬（自己注射薬、吸入薬、ステロイド薬） 2. アドレナリン自己注射薬（「エピペン」） 3. その他 ()	留意点 1. 緊急時 2. 管理必須 留意点 食材を扱う授業・活動 1. 緊急時 2. 管理必須 留意点 (体育・部活動等) 1. 緊急時 2. 管理必須 留意点 学校行事・校外活動 1. 緊急時 2. 管理必須 留意点 その他の配慮・管理事項(自由記述)	保護者 電話： 連絡先情報 医師情報名： 電話： 氏名 年 月 日 氏名 年 月 日 氏名 年 月 日 氏名 年 月 日
アレルギー疾患（病型） 1. 病型 2. 治療 留意点 該当する食品の欄中に○を1、かっこ（ ）内に除去剤を記載 1. 卵類 () 2. 牛乳 () 3. 小麦 () 4. 大豆 () 5. 落花生 () 6. 魚卵 () 7. 魚類 () 8. 甲殻類 () 9. 果物 () 10. その他 () 11. その他 () 12. その他 () 緊急時に備えた処方 1. 処方薬（自己注射薬、吸入薬、ステロイド薬） 2. アドレナリン自己注射薬（「エピペン」） 3. その他 ()	留意点 1. 緊急時 2. 管理必須 留意点 食材を扱う授業・活動 1. 緊急時 2. 管理必須 留意点 (体育・部活動等) 1. 緊急時 2. 管理必須 留意点 学校行事・校外活動 1. 緊急時 2. 管理必須 留意点 その他の配慮・管理事項(自由記述)	保護者 電話： 連絡先情報 医師情報名： 電話： 氏名 年 月 日 氏名 年 月 日 氏名 年 月 日 氏名 年 月 日

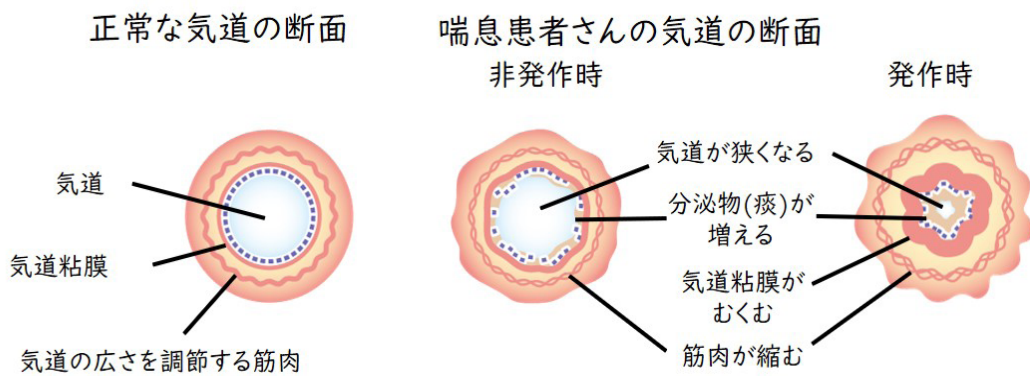
アレルギー疾患生活管理指導表の記載も対応しています

2 気管支喘息



呼吸の時の空気の通り道は気道と呼ばれています。喘息ではこの気道が腫れたり赤くなる慢性的な炎症が起こっていて、いろいろな刺激に対して敏感な状態になっています。そのためにウイルス感染（風邪）、ダニ・ペットの毛、タバコの煙、運動、冷たい空気などの刺激で気道が狭くなり、空気の通りが悪くなって、呼吸が苦しくなります。狭い気道を空気が通るため、ゼイゼイやヒューヒューという音がします。このゼイゼイして苦しい状態を喘息発作と呼びます。

この慢性的な炎症を治さない限り、いつまでも発作が出現します。そのため喘息の治療は、苦しい呼吸を楽にする発作治療だけでなく、気道の炎症を改善する治療（長期管理薬）が重要になります。長期管理薬は発作がなくても毎日定期的に使用します。続けることで少しずつ気道の炎症が改善され、発作が起こりにくくなります。



3 アレルギー性鼻炎



鼻の粘膜に入った異物を排除しようとする反応が過剰に起こり、主に鼻水、鼻づまり、くしゃみといった鼻炎症状が起こる状態をいいます。アレルギー性鼻炎は、大きく2つあり、通年性アレルギー性鼻炎（ダニやペットなど）と季節性アレルギー性鼻炎（スギ花粉症など）にわかれます。

治療には症状を抑える対症療法（アレルギーの原因の除去と回避・薬物療法・手術療法）と根治療法（アレルゲン免疫療法）とがあります。アレルゲン免疫療法はダニやスギなどのアレルギーの原因となるアレルゲンを少量から投与することで体をアレルゲンに慣らし、根本から治す治療です。具体的には1日1回タブレット錠を舌の下に置いて、1分間溶けるのを待って飲み込みます。治療期間は3～5年と長期になりますが、正しく治療を行うと治療終了後も長期にわたって、症状を抑えることができます。鼻炎症状でお困りの方はお気軽にご相談ください。



舌下免疫療法
（ぜっかめんえきりょうほう）



スギ花粉やハウスダストなどによる症状で
お困りの方はご相談下さい



4 アトピー性皮膚炎

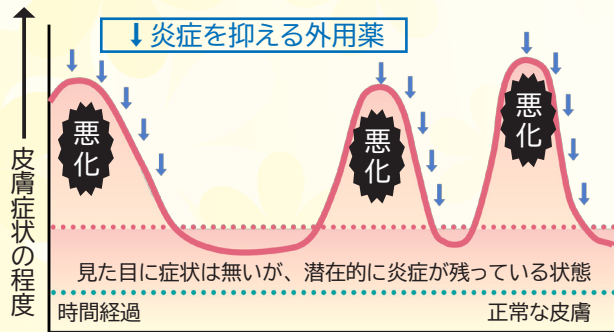


かゆみのある湿疹が、慢性的に良くなったり悪くなったりを繰り返す病気です。アトピー性皮膚炎では、皮膚のバリア機能が低下していることが分かっています。ですから、バリアの働きを補うためのスキンケア、皮膚の炎症を抑えるためにステロイドやタクロリムスなどの外用薬、かゆみを軽減させる抗ヒスタミン薬内服、環境整備が治療の基本となります。

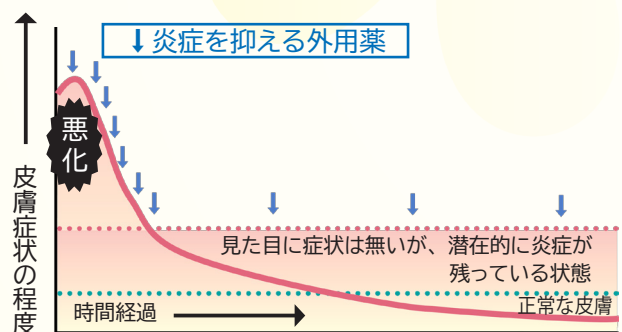
まず抗炎症薬（ステロイド剤など）を適切に使い、湿疹を改善させ、その後はリバウンドがないようにスキンケアとプロアクティブ療法（皮膚炎が改善したらすぐに外用薬を中止するのではなく、皮膚炎が再発しないように定期的・間欠的に外用薬を塗布しながら再燃を防ぐ治療）を行って再発を予防します。アトピー性皮膚炎がなかなか改善しない方は、外用薬・保湿剤の使用法が間違っている場合が多いようです。当院では、外用薬・保湿剤の正しい塗り方や、スキンケアの方法などをご指導いたします。

また近年、食物アレルギーとアトピー性皮膚炎は密接な関連性があることがわかってきました。皮膚のバリアが壊れると、そこからアレルギーの原因であるアレルゲンが、侵入してアレルギーが成立すると言われていています。このため食物アレルギーを予防するには、保湿などをしっかりするスキンケアが重要です。

リアクティブ療法



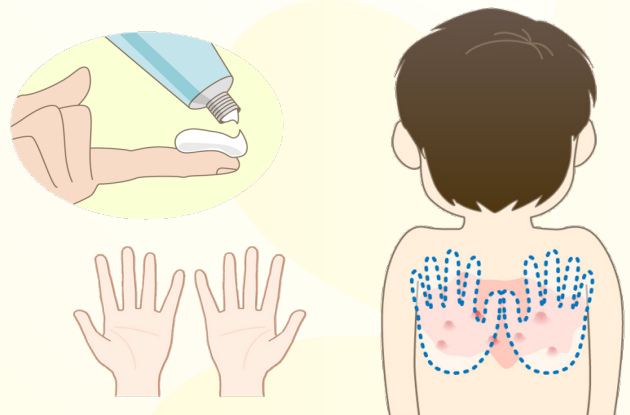
プロアクティブ療法



日本皮膚科学会、日本アレルギー学会、アトピー性皮膚炎診療ガイドライン作成委員会、皮膚会誌 2018;128:2431-2502



アトピー性皮膚炎



1FTU（フィンガーチップユニット）といって大人の人差し指の先端から1つ目の関節までの量の軟膏（約0.5g）が大人の手ひら2枚分に適正な塗布量です

クリニカルクラークシップ

当院は弘前大学医学部と臨床実習に関する協定を締結しており、学生を受け入れる教育施設となっております。今年度は5～10月まで6名受け入れました。患者様には臨床実習についてご理解、ご協力いただきありがとうございました。



指導医 副院長 三浦一郎

クリニカルクラークシップ（臨床実習）とは…。

学生が医療チームの一員として診療に参加し、指導医の監督の下に、医師に必要な知識・思考法・技能等の基本的な部分をはじめ、患者様から多くのことを学び、医療人としての心構えも養われます。

1 江畑 天彦先生

南部病院で約1ヶ月、休日などの関係もあり実際に実習できたのは3週間弱でしたが、とても充実した実習生活を送ることができました。外来見学や手術では小笠原先生、三浦先生に丁寧にご指導いただき、様々な手技を経験させていただきました。病棟では看護師さんにご指導いただき採血も取らせていただくことができました。より実践的な実習をさせて頂き、今後に活かせる経験を多く積むことができました。

部門実習として、リハビリや放射線科、薬局、検査部、地域連携室、訪問診療でも実習させて頂き、普段の実習では関わることのないコメディカルの方々がどのように医療に携わっているのかを知ることができました。特に南部病院は職種間の連携が素晴らしく、これこそチーム医療であり地域医療を支えるものだなと感じました。私自身も南部病院で学んだことを忘れずに精進していきたいと思えます。

最後に、ご指導頂いた先生方、スタッフの皆様、そして実習にご協力頂いた多くの患者さんに深く感謝申し上げます。本当にありがとうございました。



手術の様子

2 加福 陽子先生

こんにちは。10月の3週間、南部病院整形外科で実習をさせて頂きました、弘前大学6年の加福陽子と申します。6年次の実習では青森県内の様々な病院や診療科で実習をすることが可能で、今回南部病院で実習ができることを非常に楽しみにしておりました。

先生方からは、医学的な知識や技術だけでなく患者さんとの接し方まで幅広く勉強させて頂きました。他の医療スタッフの方々にも優しくご指導頂き、短期間の実習ではありますが確実に自分の糧とすることができました。また加えて、来院される患者さんに支えられた実習であったと実感しております。快く見学や診察を受け入れてくださる方ばかりで、ここまでより深くより多く学ぶことができたのは患者さんのご協力があったからだと感じています。この場をお借りして御礼申し上げます。

今後自分自身を省みる時には南部病院で学んだことや初心を思い出し、日々謙虚に努力します。この度はありがとうございました。



他部署研修の様子（リハビリテーション科）

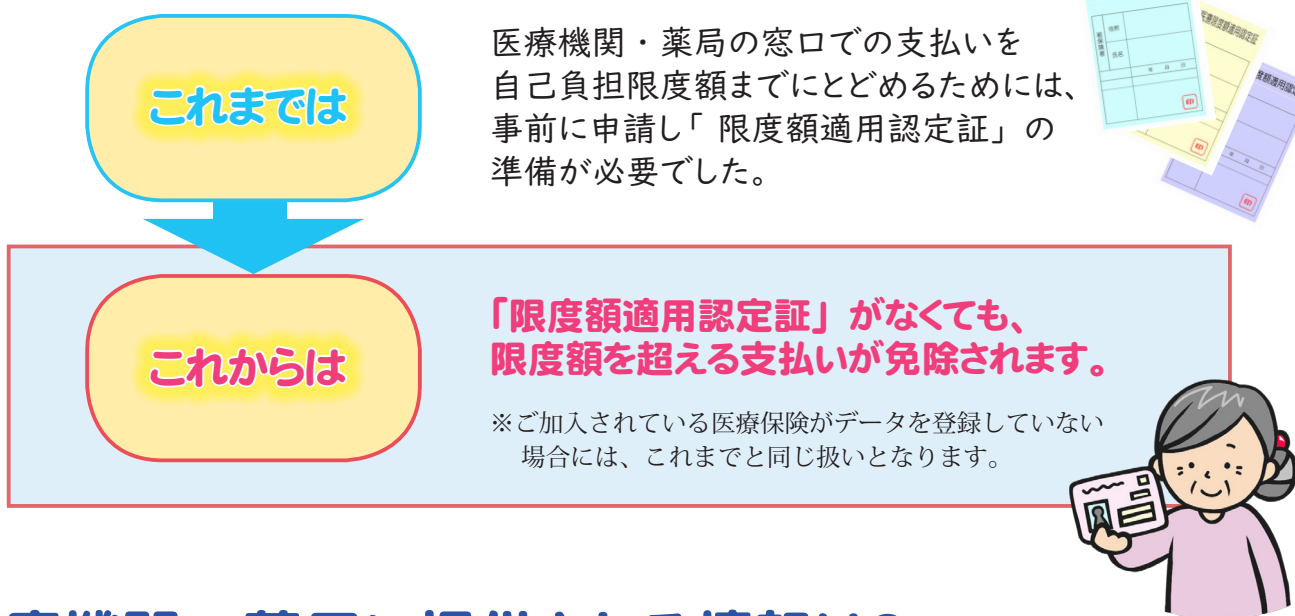
マイナンバーカードの健康保険証利用 限度額適用認定証の準備が 不要になりました!



💡 限度額適用認定証とは?

70歳未満の患者様が窓口での支払が高額になる場合に、自己負担額を所得に応じた限度額にするために医療機関に提出する書類です。

💡 何が変わるの?どんなメリットがあるの?



💡 医療機関・薬局に提供される情報は?

患者本人が医療機関での情報提供に同意すると、以下の情報が共有されます。

- ・ 保険者番号
- ・ 被保険者証記号・番号
- ・ 枝番
- ・ 限度額適用認定証区分
- ・ 適用区分※ 1
- ・ 交付年月日
- ・ 回収年月日
- ・ 長期入院該当年月日※ 2

※ 1 自己負担限度額を算出する際に適用する区分であり、被保険者等の標準報酬や前年度所得の水準に応じて設定されるものです。特定疾病療養受療証の特定疾病区分についても、本人の同意があれば医療機関・薬局で閲覧可能です。

※ 2 限度額適用・標準負担額減額認定証の交付対象者であれば医療機関に共有されます。



オンライン 面会のご案内

予約制
です



オンライン通信による面会を実施しておりますのでご利用ください。

面会時間

日 時：月・水・金曜日 14時00分～16時00分
(お盆・年末年始を除く)

通話時間：10分程度

対 象：ご親族3名まで

面会方法

①院内

ご家族の方に来院していただき、面会室から入院患者さまと、テレビ電話形式でご面会できます。必要な機器等は当院でご用意いたします。

②院外（ご自宅等）

スマートフォンやパソコン（カメラ・マイク付き）など使用して面会を行います。無料ビデオ通話アプリ『LINE（ライン）』を使用します。

申し込み方法

①電話 0179-34-3131

平日 9:00～17:00, 土曜 9:00～12:00（日曜・祝日除く）

②受付 スタッフまでお声がけください

③ホームページ「お問い合わせフォーム」をご利用ください。

お見舞いメール



スマホやパソコンから…
当院のホームページの専用フォームに
メッセージや写真を入れて送信するだけです

入院中の患者様へ メッセージをお届けします

こちらもぜひ
ご利用ください。



お孫さんから



愛犬の写真を添えたり…



遠方にご家族より





令和4年度 消防訓練



夜間の火事を想定

11月10日に、三戸消防署、消防設備管理会社の皆さんにご協力していただき、夜間の火事を想定した避難・消火訓練を行いました。



防災委員会委員長 土川 淳子



足下に
気を付けて
階段を降ります

避難の様子



患者さんを
避難させて下さい

指示を出している様子



救急隊員の救助の仕方を間近で拝見し、緊張感が走るなか、入院患者さんを安全に避難させる方法を学びました。



ノズルの先端を
しっかり持ちます

消火器の使い方



ノズルを火元に向けて
消火します

消火訓練の様子

これからも職員一人ひとりが、日頃から防災意識、災害に対する意識を持ち、日々の業務に当たって行きたいと思っております。

募集要項

看護奨学生募集

当院では、看護学校への入学を希望する方、または、在学中の方を対象に奨学金を貸与しています。

期 間	学校等の学則に定める正規の在学期間
返 済	学校を卒業後、看護師免許を取得し、奨学金を受けた期間、当院に勤務した場合は返済を免除します。
主な進学先	八戸市立高等看護学院、八戸看護専門学校、青森中央短期大学、八戸准看護学院、千葉学園高等学校 など。その他、県外の学校卒業者も多数おります。
問い合わせ先	南部病院 看護管理室 看護部長 佐々木 TEL 0179-34-3131 FAX 0179-34-3130 email kanri@nanbu-hp.or.jp

看護師への道
目指してみませんか？



スワンクリニック 診療時間のご案内



電話 0179-23-0805

〒039-0105

青森県三戸郡南部町大字沖田面字千刈 37-1

スワンクリニック

自動受付機による受付時間

午前 7:30 ~ 11:00
午後 12:30 ~ 17:00

		月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 11:00 (受付時間)	整形外科	○	○	○	休診	○	○
	外科・内科 9:00 ~ 11:00	○	○	○		○	○
	小児科・アレルギー科	○	○	○		○	休診
午後 14:00 ~ 17:00 (受付時間)	整形外科	○小笠原	○三浦	休診	休診	休診	休診
	外科・内科	休診	休診	○		休診	
	小児科・アレルギー科	休診	予約のみ	休診		○	
	内 科	○小向	○小向	休診		○三上 14:00 ~ 16:00	



南部病院 診療時間のご案内



電話 0179-34-3131

〒039-0105

青森県三戸郡南部町大字沖田面字千刈 52-2

		月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 11:00 (受付時間)	内 科	○	○	○	休診	○	○小向
	外 科	○	○	○		○	
	整形外科	要予約	要予約	要予約		要予約	
午後 14:00 ~ 17:00 (受付時間)	内 科	16:00 ~ 17:00	16:00 ~ 17:00	○	休診	○	休診
	整形外科	検査・手術	要予約	手術		手術	

社会医療法人博進会

<https://nanbu-hp.or.jp>

広報誌スワンは、当院ホームページにも掲載しております。

