

病院だより

Vol. 381

SHOWA Medical University Fujigaoka Hospital

新年のご挨拶

「冬の浴室で命を守る！
ヒートショック予防ガイド」



新年のご挨拶

藤が丘病院 病院長 鈴木 洋
藤が丘リハビリテーション病院
病院長 市川 博雄

Topics

「冬の浴室で命を守る！
ヒートショック予防ガイド」
救命救急科 教授：宮本 和幸

Information

藤が丘病院の医師臨床研修について

News

地域合同防災訓練を実施しました

編集後記

「新年のご挨拶」

広報・公開講座委員会 杉山 みづき

Report

患者さんからのご意見・ご要望

January
1
月号



SHOWA Medical University Fujigaoka Rehabilitation Hospital



昭和医科大学



新年のご挨拶

～地域医療のさらなる前進に向けて～

新年あけましておめでとうございます。
令和7年4月1日付で昭和医科大学藤が丘病院病院長に就任致しました鈴木 洋です。

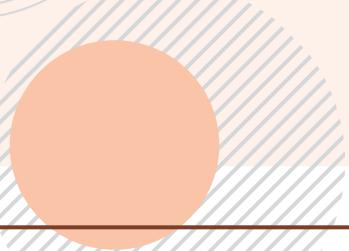
昭和医科大学藤が丘病院
病院長 鈴木 洋

本年は午（うま）年です。馬は勢いよく駆けることから、新たな挑戦に踏み出す力強さを象徴すると言われています。当院も地域の皆さん、近隣医療機関の先生方とともに、これまで以上の連携と発展を遂げる年にしたいと願っております。

近年、医療分野では技術革新は目覚ましいものがあります。当院でも消化器外科、産婦人科、泌尿器科においてロボット（ダビンチ）で施行できる手術もどんどん増えております。また、循環器内科や脳外科で行っているカテーテル手術でも新しい手術ができるようになりました。がん治療では手術療法のみならず薬物療法やゲノム医療の進歩も著しく、当院でもどんどん新しい手法を取り入れてきました。今後も一層新しい技術を取り入れながら患者さん本位の治療を目指していきます。また、救急医療の体制強化、地域支援病院、災害拠点病院としての活動強化を行い、地域医療全体の質向上に向けた連携を一層深めていきますので改めてよろしくお願ひいたします。

当院は1975年に開院し昨年は50周年をむかえました。開院から半世紀を迎え、病院の老朽化が進み病院機能にも影響がではじめており、今後の大きな課題は建て替えです。昨年は2月から半年間、救急センターがあるB棟の耐震補強工事を行った事で救急センターでの患者さんの受け入れが十分にできないことも危惧されました。結果受け入れにはほとんど影響なく無事終了し、安堵しています。現在は藤が丘駅前地区再整備基本計画のもとに、横浜市や東急株式会社と協力しながら駅前施設・病院・公園が一体となった新たなまちづくり計画が進行しています。これからこの病院は、診療だけでなく、災害時の拠点や地域住民の健康づくりの場としての役割も求められます。昭和大学は今年度より昭和医科大学と校名変更を致しました。医学部、歯学部、薬学部、保健医療学部を擁する医系総合大学であるということを校名からも発信し、社会に貢献できる優れた医療人を育成する大学として更なる発展を目指しています。2027年度からは鷺沼に新しいキャンパスも完成します。

今年も最先端かつ地域に根差した医療を遂行すべく、藤が丘リハビリテーション病院と一体となり、地域の医療の発展に貢献したいと思っておりますのでご支援、ご協力をよろしくお願ひ致します。





新年のご挨拶

～装いも新たに～

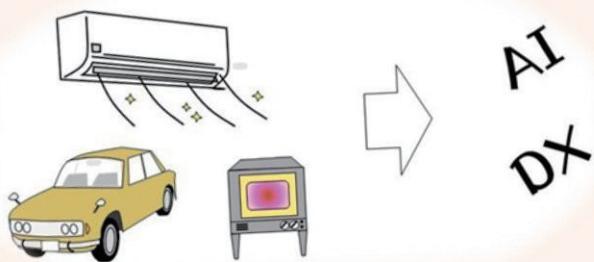
令和8年という新しい年を迎えることとなりました。昨年の厳しい猛暑が記憶に残りつつある年明けのように感じますが、新年を無事迎えるにあたり病院スタッフの皆様、近隣の先生方ほか多くの方々のお力添えに感謝を申し上げます。

当院は平成2年に開院しており、昨年に35周年を迎えた本年は36年目に踏み出すこととなりました。昨年4月1日から大学の校名が昭和大学から昭和医科大学に変更となり、これに伴い当院も昭和大学藤が丘リハビリテーション病院から昭和医科大学藤が丘リハビリテーション病院に名称が変更となっております。

病院外壁の看板等も新しい病院名に変更となっておりますが、院内の案内掲示板や掲示物も刷新し整理しており、35周年を経た空間が装いも新たになっております。管理課の協力を得て整備されましたが、病院の歴史を重ねるとともにメインテナンスの重要さが増してきております。

本年は2年に1度実施される診療報酬改定の年であります。厚生労働省保健局の資料によりますと、① 日本経済が新たなステージに移行しつつある中での物価・賃金の上昇、人口構造の変化や人口減少の中での人材確保、現役世代の負担の抑制努力の必要性、② 2040年頃を見据えた、全ての地域・世代の患者が適切に医療を受けることが可能かつ、医療従事者も持続可能な働き方を確保できる医療提供体制の構築、③ 医療の高度化や医療DX、イノベーションの推進等による、安心・安全で質の高い医療の実現、④ 社会保障制度の安定性・持続可能性の確保、経済・財政との調和など、4つの基本的認識がなされているようです。本年実施される診療報酬の改定に伴い、患者の皆様や医療を取り巻く環境にどのような影響を伴うか、種々の対応が必要となる年でもあります。

今年の干支である丙午（ひのえうま）は、60年周期の干支の中で43番目に位置し「情熱的で強い意志を持ちながらも、激しさや変化を伴う」といった意味合いを持つ年とされているようです。前回の丙午は60年前（1966年）となり、カラーテレビ、自動車、クーラーといった「新三種の神器」が流行語となった時代だったようです。変化の激しい今日ですが、職員一同とともに情熱的に強い意志を持ちながら邁進できればと思っております。本年もどうぞ宜しくお願ひ申し上げます。



新謹年賀

冬の浴室で命を守る！ヒートショック予防ガイド

藤が丘病院 救命救急科 教授：宮本 和幸

冬場の家庭で発生するヒートショックは、特に高齢者にとって命にかかわる重大な事故につながります。ここではヒートショックの原因・症状、その予防法についてわかりやすくご紹介します。

ヒートショックとは

ヒートショックとは、寒い脱衣所や浴室から急に暖かい浴槽に入ることで、体温調節が追い付かずに入浴者が急上昇または急降下し、失神や心筋梗塞、不整脈、脳卒中などを引き起こす現象です。日本では冬場に浴室での突然死事故が多く、年間1万人以上が関連して亡くなっているとも言われます。

主な原因

- 脱衣所、浴室が寒い状態での着替えや入浴
- 熱いお湯に急に浸かる
- 長時間の入浴
- 高齢者・持病がある方の単独入浴
- 浴槽から急に立ち上がる動作



予防方法

1. 浴室・脱衣所の温度管理

浴室や脱衣所に暖房器具を設置し、室温が20°C以上になるようにしましょう。お湯はりの際にシャワーを高い位置から使うことで、浴室全体を暖めておきましょう。1番風呂より2番目以降に入ると、浴室が暖まりやすくなります。

2. お風呂の湯温と入浴時間

お湯の温度は38~41°Cのぬるめを心がけ、熱い湯を避けてください。入浴時間は10分以内が目安です。長湯を控え、心臓に負担がかからないようにしましょう。

3. 入浴時の工夫

いきなり湯舟に入るのはなく、心臓から遠い手足にかけ湯をして体を慣らしましょう。浴槽から出る時は、ゆっくり立ち上がりましょう。浴室に手すりを設置すると転倒防止になります。

4. 見守りと声かけ

高齢者や持病のある方はできるだけ家族に見守られながら入浴しましょう。入浴前後に家族で声を掛け合う習慣を持ちましょう。

5. ヒートショックとお酒の関係

お酒を飲むとアルコールの血管拡張作用によって、一時的に血圧が下がります。その状態で入浴すると、入浴による温度変化で血圧が急激に上昇・下降し、ヒートショックを引き起こすリスクが高まります。年末年始は、飲酒をする機会も多いと思います。飲酒をした日の入浴は避け翌日に入浴するようにしましょう。



藤が丘病院の医師臨床研修について

◆研修医とは

研修医とは、医師国家試験を合格後、初期臨床研修中の医師（初期臨床研修医）のことを指します。初期臨床研修は、基本的な診療能力のある医師の養成を目的としており、2年間かけて様々な診療科（救急、内科、外科、産婦人科、小児科等）をローテーションします。当院には現在46名（1年次：22名、2年次：24名）の研修医が在籍しており、日々有意義な研修生活を送っています。

◆ 臨床研修病院とは

昭和医科大学藤が丘病院は、厚生労働省の指定を受けた「臨床研修病院」です。臨床研修病院には「基幹型」と「協力型」という2つの種類があります。基幹型とは、入院・外来患者数が多く、バランスよく診療科を有しており一般的な症例を幅広く経験できる環境のため、主体的な研修医の受け入れを許可されている病院です。協力型とは、基幹型病院に所属する研修医がより多角的に経験を積むため、ローテーションで一時的に研修を受ける病院です。当院は「基幹型臨床研修病院」に指定されています。当院では、今後も臨床研修病院として日本の未来を担う医師を養成するために、質の高い研修医教育を提供していきます。

臨床研修病院としての理念・基本方針

理念

建学の「至誠一貫」の精神に基づき、「医療の質・安全の向上、患者本位の医療、地域への貢献、医療人の育成」という病院の理念のもと、臨床研修を実施する。

臨床研修では、医師としての人格を涵養し、将来専門とする分野にかかわらず、医学および医療の果たすべき社会的役割を認識しつつ、一般的な診療において頻繁に遭遇する負傷又は疾病に適切に対応できるよう、プライマリ・ケアの基本的な診療能力（態度・技能・知識）を身につける。

また、常に医療人としての品格と向上心を持ち、チーム医療の一員としての行動力・決断力・コミュニケーション能力、多職種連携医療を実践する能力を身につける。

基本方針

1.人間性豊かな医療人

豊かな人間性と幅広い教養を備え、深い倫理観と洞察力、生命の尊厳について、適切な理解と認識を持ち、基本的人権の尊重に努め、平等な全人的医療ができる。

2.医療全般にわたる広い視野と高い見識を持つ医療人

医学、医療の全般にわたる広い視野と高い見識を持ち、常に科学的妥当性に基づきながら、将来の専門性に関わらず、全ての医師に求められるプライマリ・ケアを行うための知識・技能および態度を習得する。

3.チーム医療のできる医療人

病院内のすべての職員と連携を密にし、チーム医療を理解し推進に努め、将来的にはチーム医療を担うリーダーとしての役割を発揮する能力、医療安全管理を正しく理解し、安全で納得のいく医療が提供できる能力を養う。

◆NPO法人卒後臨床研修評価機構（JCEP）による認定

昭和医科大学藤が丘病院では、NPO法人卒後臨床研修評価機構（JCEP）による第三者評価を受けております。この認定は、研修医が基本的診療能力を身につけられるプログラムであるかを客観的に検証するものであり、このような第三者機関からの評価を受けることは、臨床研修の質の向上につながると考えております。



地域合同防災訓練を実施しました

10月26日（日）、昭和医科大学藤が丘病院・藤が丘リハビリテーション病院 地域合同防災訓練を実施しました。都心南部直下地震（震度6強）による停電等のライフラインの一部制限を想定し、トリアージ手法の検証や患者の受入から治療までの手順確認などを行いました。本訓練は、発災時の災害拠点病院の役割を理解し、適切な行動・対応が取れるよう実践的な訓練を行うことにより、職員の防災意識の向上を目的としています。

外部からは青葉区各師会（医師会・歯科医師会・薬剤師会・柔道整復師会）、青葉警察署、青葉消防署、アマチュア無線非常通信協力会、日本体育大学、市ヶ尾病院・たちはな台病院・横浜市北部病院の方々にご参加いただき、院内外含め計273名での大規模な訓練となりました。そして、実際の発災時に迅速な救護活動ができるよう、今後も継続して訓練を実施し、市民の皆様の安全・安心の確保に努めます。

● 藤が丘病院



災害対策本部



職員参集受付



模擬患者を移送する様子



● リハビリテーション病院

藤が丘病院の災害対策本部とWEBで連携する様子

災害対策本部



災害対策本部 の役割

- ・災害発生直後に、院内外の被災状況等の情報を収集した上で今後の活動方針を決定する。
- ・病院の災害時医療体制全体の指揮を執る。

● 災害初療部門



赤エリア（＝重症患者エリア）



黄エリア（＝中等症患者）

災害初療部門 とは

トリアージポスト（傷病者の緊急度や重症度に応じて治療の優先順位を決める部門）と各エリア（赤＝重症患者エリア、黄＝中等症患者エリア、緑＝軽症患者エリア）、およびそれら全体を指揮する災害初療本部を含む患者対応部門のことを指す。

今回の訓練で抽出された課題に基づいて、病院の事業継続計画（略称:BCP）を改訂し、より盤石で実効性のある防災体制を構築してまいります。

地域合同防災訓練の様子が放映されました！

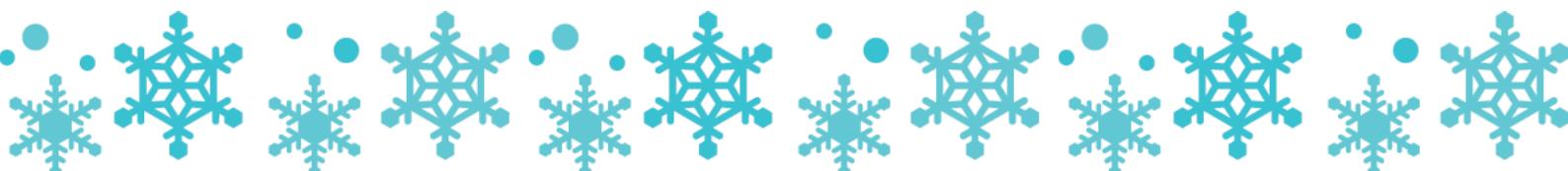


今回の地域合同防災訓練の様子が「イツツコム地モトNEWS（デイリーニュース番組）」にて放送されました。藤が丘病院病院長をはじめとして、対応にあたった医師等のインタビューも含まれる充実した内容となっています。

現在「イツツコム公式YouTubeチャンネル」にて動画公開されておりますので、ぜひご視聴ください。



↑動画視聴はこちらから



患者さんからのご意見・ご要望

ご意見・ご要望

全ての看護師さん、事務の方、すごくやさしくて、丁寧に対応してくださいました。深く感謝しています。ありがとうございました。「テレビがつかない」というところから始まり、事務の方がすぐ対応してくださいました。麻酔科に行った際には「帰れなかったら迎えと呼んでくれればすぐに行くよ」と言ってくださった看護師さん。手術当日の分の水は用意していたけど、次の日まで用意していなかった私。買い物に行ってもらえる3時を過ぎてしまってあきらめた私に水を買ってくださった看護師さん。点滴の針がなかなか入らず、それでもがんばって下さった看護師さんたち。あればきりがありません。笑顔で関わってくださった全ての方々、ほんとうにありがとうございました。何かあつたらここに来ます。

いつも、病院とは思えないような食事を提供いただき、ありがとうございます。
一つ気になるのですが、毎食出てくるお茶（ほうじ茶？）はノンカフェインなのでしょうか？
全部飲みたいですが、夜、眠れなくなるのが嫌で残しています。ノンカフェインだとわかれれば安心して飲めるのですが。

回答・改善内容等

この度は看護師の対応で、お褒めの言葉を頂戴しありがとうございます。
手術後の経過も順調で無事ご退院となりましたことを私たち看護師も大変うれしく思います。これからも、これを励みに患者さんが安心して療養生活が送れるように努めていきたいと思います。
温かい心遣いに感謝しております。

【藤が丘病院 5階南病棟】

この度は、当院の食事についてお褒めの言葉をいただき誠にありがとうございます。
お問い合わせいただいたほうじ茶についてご説明させていただきます。当院で提供させていただいているほうじ茶には、ごくわずかですが（100mlあたり：コーヒー60mg・ほうじ茶20mg）カフェインが含まれております。ほうじ茶は、緑茶の茶葉を焙煎して作られている過程でカフェインの量は少なくなりますが、完全になくなるわけではありません。多くの方が、睡眠前に飲んでも影響が出にくい量ではございますが、カフェインの感受性には個人差があるためご無理なさらないようお願い申し上げます。つきましては、お茶の提供を中止することも可能ですので必要な際は病棟スタッフにお申し付けください。ご不便おかけし大変恐縮ではございますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

【リハビリテーション病院 栄養科】

編 集 後 記 - 新年のご挨拶 -

新しい年を迎える、皆さまいかがお過ごしでしょうか。年末の慌ただしさが落ち着き、ふっと肩の力が抜けるような静けさの中にも、新たな一年の始まりを感じる季節となりました。寒さが一段と厳しくなる時期ですので、どうぞ温かくしてお過ごしください。

秋から冬にかけての気温差や、年末年始の疲れが体調に影響しやすい頃でもあります。無理をせず、ご自身のペースで生活リズムを整え、心身ともに健やかに一年をスタートしていただければと思います。

皆さまにとって実り多い一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

広報・公開講座委員会：杉山 みづき（藤が丘リハビリテーション病院 リハビリテーション科）