



新年明けましておめでとうございます。年頭にあたり、当院が今までより以上に患者様中心の医療を目指し、和やかな心癒される病院となりますよう、職員全員が努力して参りたいと考えております。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

病院長 雨宮 章

新富士病院グループ

■医療法人社団 【静岡県】 喜生会 ●新富士病院 ●ヒューマンライフ富士(老健)ほか	■医療法人社団 【神奈川県】 晃進会 ●たま日吉台病院 ●よろこび(訪着)ほか
■医療法人社団 【東京都】 三医会 ●鶴川厚生病院 ●三輪診療所ほか	■社会福祉法人 【静岡県】 秀生会 ●ヒューマンヴィラ伊豆(特養) ●ヴィラージュ富士(特養)ほか

写真:たま日吉台病院職員撮影

ストレスと胃潰瘍②
 内科 岡田 仁史

ストレスといえは、精神的と思われがちですが、外的刺激が負担として心身に働くとき、その刺激はすべてストレスです。昔から胃袋という言い方があり、胃は唯の袋ではありませぬ。酸やペプシンを分泌し、第一段階の消化をするともに、殺菌をしながら、食べものをかき混ぜて、更に消化しやすくしています。突然、大量にしかもよく噛み砕かれていない食物が放り込まれれば、胃にとっては立派なストレスです。食べ物の偏りも悪影響を与えます。食べ過ぎたり、食べなかつたりのアンバランスは胃にとって大迷惑。嗜好品によってもストレスはもたらされます。アルコールやタバコのタールは直接胃粘膜を傷つけます。また、コーヒ―(カフェイン)も含めて、胃酸の分泌を亢進させます。よく見かける、「空腹をコーヒ―とタバコで誤摩化す」は最悪です。更にタバコは血管を収縮させるため、防御因子の血流を阻害します。精神的ストレスも緊張や興奮からアドレナリンが分泌され血管を収縮させてしまいます。勿論、ピロリ菌も悪影響を与えます。もし、すでに潰瘍があり、ピロリ菌が陽性の方は、一度治療をおすすめします。



内科 岡田 仁史

ひだまり菜園 開園しました!



昨年秋のある土曜日、ついに菜園活動開始となりました。「都会っ子」広報委員スタッフが慣れない手つきで鍬とスコップに悪戦苦闘…。強力助っ人の指導のもと、荒地を耕し、土作り、畝作り、種蒔きを約3時間かけておこないました。まずは手始めに「大根」、「小松菜」、「ほうれん草」、「はつか大根」の4種類の種を蒔きました。少々変わったチョイスですが、発芽、間引き、草むしりと今のところ順調に進んでいます。皆さんに試食してもらう日も近いかもしれません。乞うご期待!



行事報告

11月18日(土)に文化祭としてボランティアの方々によるコンサートが行われ、患者様大変喜ばれました。院内廊下には患者様、職員、保育園児による作品を飾らせていただきました。



職場体験を 応援しています

11月28日~30日の間、近隣の中中学生4名が3日間職場体験にきました。これは「カワサキJob Joy Week」の一環で、中学生という大切な時期に「地域社会で行う体験的な学習」を行うというものです。



当院では、これ以外にも、高校生や社会人などを対象とした1日看護体験や、小学生のボランティア活動の受け入れなども行っています。

お問い合わせは、看護部長室まで。

編集後記

毎日寒い日が続きますね。この時期はなんと言っても鍋物です。水炊き、しゃぶしゃぶ、すきやき、ちゃんこ、キムチ鍋、石狩鍋、うどんすきに湯どうぶ、寄せ鍋、ボタン鍋(しし鍋)。おっと、これを食べたら今年の「福」は来ないかも?! 何はともあれ心細い季節、からだの中から温まって幸せに過ごしましょう。



編集委員 Y

画像診断科トピックス



画像診断技術は、今日の医療界にとって大きな役割を果たしていると考えています。それに従事する診療放射線技師は患者様に有益な診断価値のある画像を提供するため、技術的な面以外に知識向上にも努めています。週1回CT画像の読影（診断）を専門とする放射線専門医を迎え、診断及び撮影テクニックを学んだり、職員を対象とした医療被爆についての勉強会を行うなどしています。また一方で、新しいマルチスライスCTを有効活用するため、地域の医療施設に共同利用を提案しています。依頼があれば他院の患者様でも検査できる環境をつくり検査診断情報をフィードバックすることにより、地域医療のお役に立てればと思っています。

(画像診断科 飯田)



X線画像診断システムを導入しました。画像保存方法がデジタルにて行える為、半永久的に画像データが残ります。

画像診断科



飯田 技師

当院の画像診断科は現在、診療放射線技師2名にて下記の機器を使用した検査を行っています。患者様には安心して良質な検査が受けられるよういつも心がけています。今回、簡単ではありますが各装置（モダリティ）をご紹介します。



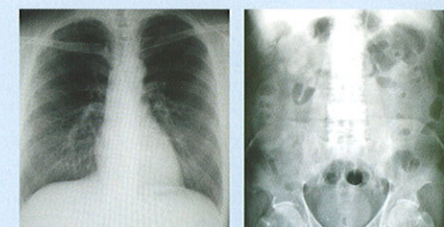
山口 技師

modality 01



一般撮影装置

胸部・腹部及び骨等のX線写真を撮る装置で、デジタル画像診断システムコンピューテッドラジオグラフィー（CR）を導入しています。X線被曝の低減や優れた画像処理により豊富な診断情報がえられます。



胸部

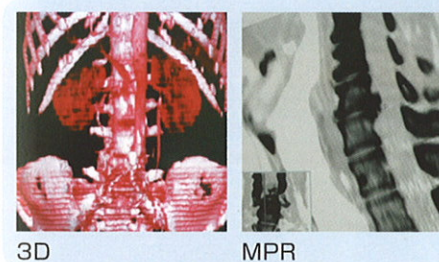
腹部

modality 02



X線CT装置

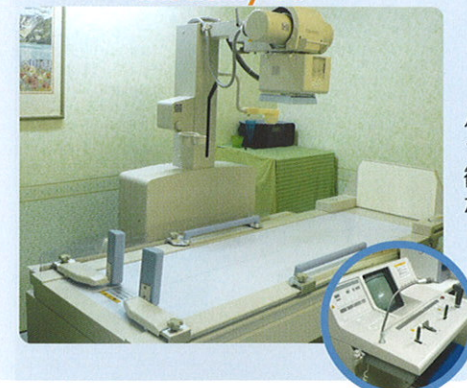
新規導入したマルチスライスCTで検査時間短縮、被曝低減、広範囲の撮影ができるほか、薄いスライス面が撮像できることにより、より微細な病変が描出できます。3D（立体的な映像）や多方向からの断層面（MPR）が得られることで、従来と比べ診断能力が向上しました。



3D

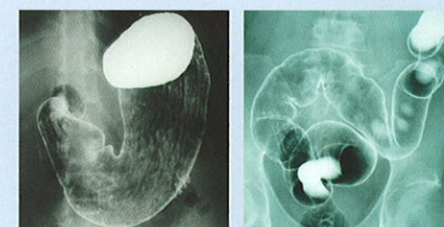
MPR

modality 03



X線TV装置

バリウムを使用した胃部造影・大腸造影を行う装置で形態や粘膜の状態をリアルタイムで観察しながら撮影します。他にも骨折や脱臼などを元に戻すための整復にも使われます。



胃部造影

大腸造影

modality 04



院内用ポータブル装置

お部屋まで伺い、患者様を撮影する移動型X線撮影装置です。

modality 05



在宅用ポータブル装置

在宅患者様対応の自宅でもX線写真が撮れる持ち運び可能な装置です。医師の指示により撮影に伺います。

modality 06



外科用イメージ装置

手術中に透視及び撮影をおこなう移動型X線透視装置です。

知っ得!

食材と健康の話

Vol. 04

『黒豆』の巻

お正月のおせちには黒豆が欠かせないという方も少なくはないかと思います。

黒豆は「畑の肉」と称される大豆の一種。植物性たんぱく質や脂質、レシチン、サポニンを含み、動脈硬化や高脂血症を防ぎ、脳の働きを高めます。

◆サポニン：脂質の合成・吸収の抑制作用、分解促進作用があり、肥満防止に有効であることが確認されています。

◆レシチン：血液中のコレステロールを低下させる働きがあります。また、レシチンは腸からのビタミンAや肝臓からのビタミンB1の吸収を助け、肝臓細胞を新しく入れ替えるのにも消費されます。

■黒豆の甘煮 レシピ

《材料》（4人分）

- 黒豆／200g ●砂糖／2カップ
- しょうゆ／大さじ2

《材料A》

- 水／6カップ ●塩／小さじ1

《作り方》

- ①鍋にAとさっと洗った黒豆を入れ、一晩漬けておく。
- ②①を火にかけ、煮立ったらアクをとり、水1カップを加えて落とし蓋をし、弱火で煮る。
（約2時間位。途中で水を足して豆が水面に出ないように注意する。）
- ③豆が指で軽く押してつぶれるくらいになったら、砂糖1カップを入れて10分煮、さらに砂糖1カップを入れて10分煮る。
- ④③にしょうゆを加え、ひと煮立ちしたら火を止め、煮汁につけたまま一晩おく。



ひだまりクラブ

今回のテーマは、岩盤浴です。

特集『健康美』

毎日寒い日が続いてますが、みなさん体の調子はいかがですか？ こんな日は温かい温泉につかってゆったりリラックスしたいものです。「でも温泉に行く時間がない…」と言う人に、最近街でよく見かける岩盤浴について紹介します。

岩の上に横になるだけで何がどう作用するのでしょうか？ 岩盤浴はサウナ形式の風呂の一種で、秋田県の玉川温泉が有名です。岩盤浴の岩盤は天然鉱石で、常温で遠赤外線（育成光線）を放出し、またマイナスイオンを多く発生します。それらがさまざまな効果を生み出しています。



●遠赤外線…遠赤外線とは太陽光線の中で最も長く、深達力が強いため深く皮膚や皮下組織に浸透して身体を温めてくれます。

●マイナスイオン…イオンとは空気に含まれている電気を帯びた超微粒子のことで、マイナスイオンは森林、滝、海岸など環境の良いところに多く存在しています。一方現在の環境は排気ガスなどによる大気汚染でプラスイオンが増加しています。マイナスイオンは呼吸器から18%、皮膚から82%の割合で吸収され、血液浄化作用、細胞の活性化、自律神経調整作用があるといわれています。

30分ぐらいの入浴時間で、さらさらの汗をたくさんかいてほかほかが続くという岩盤浴。街中の温泉気分はいかがでしょう。

注意／大量の汗をかくので前後の水分補給をしっかり行う必要があります。

* マリ *