

はなみずき

VOL
51

令和4年 新春特大号



新年あけましておめでとうございます

あけましておめでとうございます 本年も宜しくお願い申し上げます

近年の話題は、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に尽きます。年間のイベントの殆どが自粛で無くなり、それに伴う社会活動の低迷で、ご苦勞の多い日々が続いていることと思います。一年を振り返っても、日々の感染症対応に追われてばかりで、無味乾燥さを感じ得ません。「そう言えば五輪があったな」と漸く思い出すくらいです。開催期間中は、選手の活躍や頑張りに元気をもらい、そこだけを切り取れば素直に開催して良かったと思います。

昨年8月の第5波で八王子市の感染症対応の病床も逼迫しました。各方面から要請もあり、右田病院は1病棟すべてを感染症病棟にして感染者受入れ病床の確保に至りました。病床は患者さんが退院する傍らで次の入院患者さんで埋まり、中等症の患者さんが半数を超えるなど、緊張の続く日々でした。それでも院内感染クラスターを発生させることなく、患者さんすべてが無事退院出来たのは、誠に手前味噌ながら職員の皆さんの頑張りとお申せましょう。本稿を書いている令和3年12月上旬は、感染の沈静化で社会活動再開の兆しが見られますが、オミクロン型の流行が取り沙汰されています。感染の再拡大となれば、このウィルスとの闘いは3年目に入ること

なります。ワクチンや治療薬の開発が進み、2類感染症の扱いから外れるまでは予断の許さない状況と言えます。超高齢社会に向けての医療体制を整備しつつ、新興感染症への対応も私たち地域密着型の病院に求められるようになりました。今後もCOVID-19パンデミックの経験を活かして、新興感染症への取組みを進めなければなりません。そして、今回の感染症対応に従事した医療関係者の献身的な協力が忘れ去られてはなりません。国が如何に応えるべきかを、医療界がしっかりと行政に声を届け、住民の皆さんが地域社会で安心して過ごせるような体制整備を図っていく必要があります。

令和4年の新年は、十干十二支の壬虎(みずのえとら)に当たります。心にゆとりをもち、おおらかに物事を見定める年になるそうです。天災人災が度重なり、日本の行く末が案じられる時代だからこそ、大きな視点で地域医療に貢献できるよう、職員一同努めてまいります。

末尾ながら皆様のご健勝とご多幸を祈念申し上げます。



医療法人財団 興和会
理事長 右田 敦之
(みぎた あつし)



腰の痛みでお悩みはありませんか？

LET'S
リハ!

新年明けましておめでとうございます。

寒い日が続きますがいかがお過ごしでしょうか。年末の大掃除やお正月の準備など、日頃と違う疲れがたまっていますか？ そういった時に出やすいのが「腰の痛み」です。国民の80%が一生に一度は経験すると言われています。「腰の痛み」は原因のはっきりした「特異的腰痛」とはっきりしない「非特異的腰痛」に分けられます。

原因のはっきりしない「非特異的腰痛」は全体の約85%を

占めるそうです。「特異的腰痛」の場合は無理に運動をせず、安静や医師の指示に従う必要があります。一方で多くの割合を占める「非特異的腰痛」はできるだけベッド安静をせず早期から徐々に活動することが推奨されています(腰痛ガイドライン標準医療の指針より)。

年末年始ゆっくり休めた方もあわただしく働いていた方も紹介する体操を参考に「腰の痛み」の軽減や「腰の痛み」の予防に努めてみましょう。
理学療法士 豊岡 尚悟

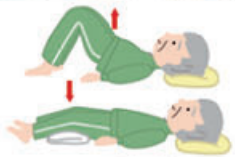
寝てできる腰痛体操

運動を行う際の注意

この運動で痛みが増す時は速やかに中止し、理学療法士、医師などにご相談ください

●各1セット10～15回で、2～3セット行いましょう

- 息を吐きながらお尻を5秒間持ち上げましょう
- 身体と足が平行になるところまでお尻を持ち上げましょう
- 足や太ももではなく、お尻に力を入れましょう



- 息を吐きながら、片足を抱えて膝を肩に近づけるようにして、20秒間とめてください。次に、もう片方の足を同じようにして下さい
- お腹の力を抜いて、お尻や腰が伸びるようにしましょう



- 大きく息を吸いながら背中を丸めましょう
- 息を吐きながら背中を反るようにしましょう
- 腰はあまり動かさずに胸の部分をしっかりと動かしましょう



出典：理学療法ハンドブック

座ってできる腰痛体操

前後運動

- 丸めたタオルをお尻のどっぴりに当たるように敷き、腰掛ける。手を前で組み、息を吐きながら上体を後ろへ。みぞおちを中心にしましイメージで丸まる。



【ポイント】前へ行くときは腰を反らない！ 胸を開くイメージで。

- 息を吸いながら前へ。みぞおちを突き出すように上体を移動させる。



並行運動

- 丸めたタオルを真ん中に置く。肩の高さが変わらないようにしながら、左右どちらかに体重をかけていく。バランスが崩れるギリギリのところで停止。



【ポイント】移動した側の肩が下がらないように、あくまで左右の肩の高さは並行に保ちましょう。

- 体の中心部分を外側にもっていくようなイメージで、逆方向にもゆっくりと倒していく。



円を描く運動

- 手を前で組み、おしりで円を描いていく。できるだけ大きく、頭の位置はできるだけ変わらないようにして、体幹部分をしっかりと回す。



【ポイント】息を止めずに、自然に呼吸しながら運動しましょう。

- 逆回転。右前・右後・左前・左後。苦手な方向があれば、その方向へ重点的に動かしましょう。



※背骨などの手術を行っている方は始める前に医師にご相談ください。運動により痛みが強くなる場合は速やかに中止し理学療法士や医師などにご相談ください。



冬にウイルス感染症が流行する理由



検査のお話

冬には様々なウイルス感染症が流行しますが、なぜ冬にウイルス感染症が流行するのでしょうか。

気温・湿度



一つ目の理由は、**気温と湿度**です。

ウイルスの種類にもよりますが、**低温・低湿度**を好むウイルスにとって、**寒く空気が乾燥する冬は、最適な環境**だからです。空気が乾燥すると、**ウイルスの水分が蒸発**して比重が軽くなるため、**空気中に浮遊し、伝播しやすくなります**。

人の免疫力の低下



二つ目の理由は、**人の免疫力の低下**です。

寒さのため、**体温が低くなり代謝機能が低下**すると、**免疫も低下**してしまいます。また、本来粘液でウイルスの侵入を防いでいる**鼻や喉の粘膜が乾燥**によって傷つき、**ウイルスの感染が起こりやすくなる**からです。

感染症の予防策には、**手洗い、マスク着用、咳エチケット、うがい、ワクチン接種**などがあります。そして室温や湿度等の環境、**人の免疫力を高める**ことも重要になってきます。

当院では感染防止対策として、感染対策チームが院内ラウンドを実施しています。職員に対して「**手指衛生の徹底**」「**个人防护具の着用**」「**健康管理**」などについて指導しています。

今年の冬も基本的な予防対策を徹底し、ウイルス感染症を防いでいきましょう。

臨床検査技師 安藤 美穂子



駅伝部 通信



本格的な寒さとなり、まだ来ぬ春が待ち遠しく感じられますが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。

新型コロナウイルスが猛威を振り、数々の市民駅伝大会・マラソン大会が中止となった昨年、私たち右田病院駅伝部では全体での集合練習や浅川周辺での美化活動を控え、各自が個人練習を積み、いつか開催される大会に備えてまいりました。

そんな中、**第83回奥多摩溪谷駅伝競走大会**開催決定の知らせが無い込んできました。駅伝部も**過去6回の出場経験**があります。伝統ある大会であるため、試合勘の鈍っている選手には厳しい復帰戦になることが予想されましたが、感染状況も落ち着いていることから出場できることになりました。

12月5日(日)大会当日、奥多摩の寒さは身に沁みましたが、雲一つない良く晴れた冬の日で、久しぶりの駅伝大会に選手の期待は高まり、1年分の熱い気持ちを込めて襷をつなげることができました。何より元気に走り切ることが第一でしたが、**全区間の選手が以前のタイムを上回る**ことができ、大変有意義な大会となりました。応援していただいた皆様には

感謝しております。

今後も感染対策には十分留意し、元気に走る姿をお見せできる機会がもっと増えることを祈って練習に励みたいと思います。皆様もどうぞお体に気を付けてお過ごしください。

右田病院駅伝部 部長 埴原 正樹



※写真撮影のためマスクを外しています。

医療法人財団興和会 右田病院

住所：〒192-0043 東京都八王子市暁町1-48-18
TEL：042-622-5155 (代表)

院長 右田 隆之

従業員数 210名 開設 昭和8年11月

標榜科目

- ・消化器外科・整形外科・呼吸器外科・乳腺外科
- ・形成外科・外科・消化器内科・循環器内科
- ・内科・泌尿器科・皮膚科・麻酔科
- ・リハビリテーション科・救急科

病床数

- 地域包括ケア病棟 118床

東京都指定二次救急医療機関/在宅療養支援病院

日本外科学会認定専門医制度関連施設

日本整形外科学会専門医師研修施設

日本静脈経腸栄養学会NST稼働認定施設

日本栄養療法推進協議会NST稼働認定施設

アクセス

- 京王八王子駅下車徒歩17分
- JR八王子駅下車徒歩22分
- JR八王子駅・京王八王子駅より
「宇津木台行」・「ひよどり山トンネル経由創価大学行」
「ひよどり山トンネル経由富士美術館行」・「ひよどり山トンネル経由戸吹行」
上記各バス「八王子郵便局」バス停下車徒歩4分

医療法人財団興和会 みぎたクリニック

住所：〒192-0066 東京都八王子市本町13-8
TEL：042-621-5655 (代表)

院長 鴨 宣之

従業員数 40名 開設 令和2年7月

検診内容：人間ドック・各種健診 診療科：乳腺科・内科

マンモグラフィ精度管理中央委員会認定施設

アクセス

- JR八王子駅下車徒歩15分
- 路線バス 西東京・京王バス「八日町一丁目」バス停下車徒歩5分

MAP





薬のおはなし

新型コロナウイルスの治療薬について



国内で特例承認されている新型コロナウイルスの治療薬について紹介します。(2021年12月1日時点)

レムデシビル
【ベクルリー点滴静注液 100mg】

もともとエボラ出血熱の治療薬として開発されていた抗ウイルス薬です。新型コロナウイルスが増える際の複製という過程に必要な酵素のはたらきを邪魔して、ウイルスの増殖を抑えます。

デキサメタゾン

ステロイドの抗炎症作用によって炎症反応を予防または抑制するとされています。

バリシチニブ
【オルミエント錠】

体内で炎症を引き起こす要因の物質であるサイトカインの刺激が細胞内へ伝達されるのを抑えることで炎症発生を防ぎます。レムデシビルと併用で使用されます。

カシリビマブ/イムデビマブ
【ロナプリーブ注射液セット】

カシリビマブとイムデビマブの2つの中和抗体からなる抗体カクテル療法です。新型コロナウイルス表面のスパイクタンパク質に結合し、ウイルスが細胞内に侵入するのを防ぎます。

ソトロビマブ
【ゼビュティ点滴静注液 500mg】

カシリビマブ/イムデビマブと同様の働きをします。中和抗体です。

今後も飲み薬の抗ウイルス剤など新たな治療薬が期待されています。
当院においても、抗ウイルス剤・ステロイド剤・中和抗体等の治療薬を用いた診療を行っております。

薬剤師 田中 登紀子



嚥下体操のすすめ



栄養士のひとりごと

正月に餅を詰まらせるという事故は毎年発生しています！

厚生労働省の人口動態調査によると「不慮の事故」による死因のうち、食物が原因となった窒息による65歳以上の高齢者の死亡者数は、年間3,500人以上、中でも80歳以上の死亡者数は2,500人以上です。さらに消費者庁で分析したところ餅による窒息事故の43%が餅を食べる機会が多い1月に発生しており、特に正月3が日に多いことがわかりました。

餅による窒息事故



高齢になると口腔や喉の機能が変化し嚥む力、飲み込む力が弱くなります。嚥下に必要な咽頭周囲の筋力も低下してきます。



そこで今回は一人でも簡単にできる嚥下機能訓練「バタカラ体操」をご紹介します。毎食前に行うと効果的です。おいしい食事を生涯楽しめるよう機能維持に努めましょう。

お口の周りや舌の筋力低下を予防する体操

— 新生活習慣！食前に行いましょう！ —

くちびるを破綻させるように	舌の先を歯切れよく	舌の奥をのどに押し付けるように	舌の先をクルクルまわして
上下の唇	舌の先	舌の奥	舌を反らせる
機能低下	機能低下	機能低下	機能低下
吸う・飲むのが難しくなる	食べ物を押しつぶせなくなる	飲み込みが難しくなる	食べ物を丸められなくなる
「バ」は、唇をしっかり閉めて発音します。唇を開け閉める力を強くします。	「タ」は舌を上あごにしっかりとくっつけることで発音します。舌の先の力を強くします。	「カ」はのどの奥に力を入れて、のどを閉めることで発音します。舌の奥の力を強くします。	「ラ」は舌をまるめ、舌先を上の前歯の裏につけて発音します。舌を巻く力を強くします。

管理栄養士 藤江 美智子

HAPPY NEW YEAR



不自由な日々が続きましたが
一日も早く平穏な日々が訪れる
ことを祈ります

A病棟

A病棟

HAPPY NEW YEAR!



2022年 おめでタイガー
えガオーで過ごせますように。

手術室

理事長	院長	副院長	法人本部 本部長	名譽 理事長	事務長	看護部 部長	診療支援部 部長	参与
右田 敦之	右田 隆之	鴨 宣之	菊地 晶紀	右田 徹	小澤 昌樹	内田 百合子	福井 幸雄	根本 洋子



令和四年 元旦
各職場から
新年の
ご挨拶

謹賀新年



HAPPY NEW YEAR!
2022

今年もよろしくお祝いします
過去に等われず新しいことに、とことん
挑戦できる一年にしていきたいと思います！

医療法人財団興和会 右田病院
診療支援部 薬剤科

薬剤科

2022



正確で迅速に、そして心を込めた検査を目指し
努力していきます。今年もよろしくお祝いします。

診療支援部 検査科

検査科

2022
HAPPY
NEW YEAR



患者様の笑顔のために
B病棟スタッフ一同
全力を尽くしていきます

今年もどうぞ宜しくお願いいたします

B病棟

迎春



マスクでも笑ガオーで嬉しませ

2022年元旦
右田病院 看護部 外来

外来

謹賀新年

日頃のご厚情を深謝申し上げます
本年も一層のご指導ご鞭撻を
お願い申し上げます

令和4年 元旦



医療法人財団 興和会

右田病院 〒192-0043 東京都八王子市鳴町1-49-18
TEL 042-622-6155 FAX 042-623-9650
URL http://www.migita-hosp.or.jp/

みぎたクリニック 〒192-0006 東京都八王子市永町13-8
TEL 042-621-9655 FAX 042-621-5688
URL http://www.migitaclin.com/

本年もよろしくお願ひ申し上げます

2022
謹賀新年



おいしい食事で、皆が元気に
なれるようがんばります。

医療法人財団興和会 右田病院
診療支援部 栄養科

栄養科

賀正



放射線科一同

放射線科

2022
謹賀新年



健康体が(タイガー)皆様を笑顔に!
今年も皆様の健康を支えます。
身体のトラ(寅)フルは我々にご相談を!

医療法人財団 興和会
右田病院 診療支援部
リハビリテーション科
スタッフ一同

リハビリテーション科

24時間受け入れ中

謹賀新年



今年も宜しくお願い致します。

右田病院 救急急病センター

救急急病センター

HAPPY
NEW YEAR!
2022



今年も元気でタイガー☆

人間ドック・がん検診 実施中です。

医療法人財団興和会
みぎたクリニック

みぎたクリニック

A HAPPY NEW YEAR



昨年は大変お世話になりました
本年もよろしくお祝い致します

入院中の悩みや不安、療養先等一緒に考え
解決していきましょう!
皆様のご健康とご多幸を心より
お祈りいたします

入退院支援室 一同

入退院支援室

謹賀新年



笑顔(ガオー)と感謝を忘れずに
頑張ります!!
本年も宜しくお願いします。

医療法人財団興和会 右田病院
地域連携室 一同

地域連携室

謹賀新年



皆様の笑ガオーが溢れる
一年になりますように。
本年もよろしくお願
いいたします。

令和4年元旦
医事課

医事課

Happy New Year

新しい年が皆様にとりまして
幸多き年となりますように
心よりお祈り申し上げます。
本年もよろしくお願ひいたします。
職場でも身近なSDGsに取り組みます!



2022 医療情報統括室一同

医療情報統括室

謹賀新年



何事にも ちゃれんじ & トライ!!
本年も宜しくお願いします

医療法人財団興和会 法人本部
総務担当
施設仕入管理担当

法人本部