

あなたと健康をひらく広報誌

# あいのまど



秋田赤十字病院

No.39  
2020

AI no MADDO



特集：脳梗塞は早期発見と  
早期治療がカギです。

## contents

- 特集：神経内科
- 部署紹介：診療支援事務課
- 栄養課のお!てがるレシピ
- 防災・減災プロジェクトのお知らせ
- 献血へのご協力をお願い
- がん治療と仕事の両立支援事業のお知らせ
- イベント情報

裏面には  
外来診療一覽も  
ついています



COVER PHOTO  
ひょうしのしゃしん



災害救護資器材の  
点検作業

当院では月に1度、災害救護活動にあたる際に使用する医療器具やガーゼなどの衛生材料、医薬品、事務物品など、いつ災害が発生してもすぐに駆け付けられるように、必要なものがきちんと揃っているか多職種で確認作業を行っています。  
東日本大震災から9年。自分自身や大切な人のいのちを守るために、防災や減災について考えてみませんか？

日本赤十字社で行っている「防災・減災プロジェクト～私たちは、忘れない。～」については5ページの【につせきA la carte】でお知らせしています。

「あいのまど」の由来

当院の病棟では個室も4床室も患者さん一人にひとつ窓があります。その安らぎの療養環境からイメージを得て病院歌「愛の窓」が作られ、そこから着想したものです。

特集 神経内科  
Neurology  
脳梗塞は早期発見と早期治療がカギです。

臨床研修医  
越姓 照子

ひとこと:寒いのは嫌いです。

神経内科副部長  
大内 東香

日本内科学会認定内科医・総合内科専門医  
日本神経学会認定神経内科専門医・指導医  
ひとこと:食事と運動が健康の基本と考えて実践・指導しています。

神経内科副部長  
柴野 健

日本内科学会認定内科医  
日本神経学会認定神経内科指導医  
ひとこと:野菜の名前10個スラスラ言えますか？

神経内科 医師  
北原 匠

ひとこと:よく一人鍋をします。



実習生(秋田大学)

ひとこと:神経内科は難しいです。

神経内科部長  
原 賢寿

日本内科学会認定内科医・総合内科専門医  
日本神経学会認定神経内科専門医・指導医  
日本脳卒中学会認定脳卒中専門医  
ひとこと:寒いのは嫌いですが、雪は大好きです。

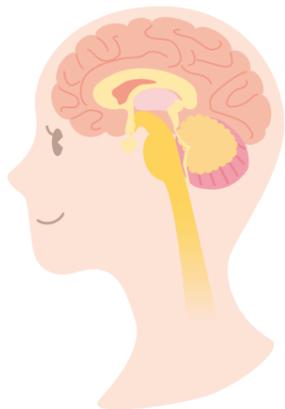
神経内科 医師  
井上 佳奈

ひとこと:丁寧な診療を心がけています。



神経内科

昭和43年9月 開設  
神経内科は、主に脳・脊髄・末梢神経・筋肉に起こる病気を診る科です。  
各種頭痛、てんかん性疾患、脳血管障害(脳梗塞など)、脳炎・髄膜炎、多発性硬化症、アルツハイマー型老年期痴呆、その他の痴呆性疾患などがあります。これらの病気でお困りの方はご相談ください。  
入院では、神経病センターとして主に神経難病を対象とした病床が30床稼働しています。



脳梗塞の症状は？  
発症したらどうすればいいの？

突然の意識障害、突然の激しい頭痛、突然の片側の手足の脱力、しびれ、突然のめまい、ふらつき、突然の言葉の障害(呂律が回らない、言葉が出てこない、会話が通じない)などです。こうした症状を見た場合は、かかりつけ医を受診せずに、すぐに救急車で脳卒中治療を行っている病院へ駆け込む必要があります。繰り返しますが、血栓溶解療法の開始は発症後4.5時間以内でなければなりませんので、遅くとも発症後3時間以内には病院に到着している必要があります。

予防するには？

脳梗塞治療の成功のカギは早期発見、早期治療ですが、もちろん予防に勝る治療はありません。脳梗塞の原因となる高血圧、糖尿病、脂質異常、肥満、喫煙、多量飲酒、不整脈などには十分ご注意ください。検診などで見つかった場合はかかりつけの医院にご相談ください。

脳卒中とは？

脳梗塞、脳出血、くも膜下出血の3つをまとめて「脳卒中」と総称します。  
脳梗塞は脳の血管に血栓が詰まり、脳出血はくも膜下出血は脳の血管が破れる病気です。いずれも一刻も早い処置が必要です。当院では脳梗塞を神経内科医(5名)が、脳出血はくも膜下出血を脳神経外科医(4名)が24時間体制で対応しています。

脳梗塞は治るの？

昔は「当たったら仕方ない」疾患として認識されていた時代もありましたが、2005年に血栓を溶かす薬(tPA)が日本に導入されてから脳梗塞の治療は一変しました。発症4.5時間以内の脳梗塞

栄養課の

# お!てがるレシピ

Today's Menu

## 鶏肉と春野菜の さっぱり炒め

旬の野菜は栄養が豊富に含まれています。特に春野菜の代表である「たけのこ」は、疲労回復効果のあるチロシンを含みます。また、カリウムや食物繊維を多く含んでいるため、高血圧やむくみ、便秘にも効果があります。

たけのこ、アスパラの歯ごたえのある炒め物です。ポン酢と柚子胡椒でさっぱりいただけます。

Today's Chef

管理栄養士 今野 有香



### 材料 2人前

- たけのこ(水煮または茹でたたけのこ)・・・150g
- アスパラ・・・・・・・・・・・・・・・・・・3～5本
- 鶏もも肉(皮なし)・・・・・・・・・・300g
- 酒・・・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ1/2
- 塩・・・・・・・・・・・・・・・・・・1つまみ
- 柚子胡椒・・・・・・・・・・・・・・小さじ1/2
- 片栗粉・・・・・・・・・・・・・・小さじ2
- オリーブオイル・・・・・・・・・・小さじ1
- A)ポン酢・・・・・・・・・・・・・・大さじ2
- A)柚子胡椒・・・・・・・・・・・・・・小さじ1/2

1人当たり約 **261kcal**  
(塩分 約2.1g)

### 作り方

1. Aをよく混ぜ合わせておく。
2. たけのこは1cmの厚さに切る。アスパラは根元を切り、3cmの長さに切る。
3. 鶏もも肉は1口大の大きさに切り、酒、塩、柚子胡椒、片栗粉をよくもみこんでおく。
4. フライパンにオリーブオイルを入れ、中火で鶏もも肉の両面に焼き目を付ける。
5. 下茹でしたたけのこ、アスパラ、合わせ調味料Aを加え、強火で水分を飛ばしながら炒める。

器に盛り付けて完成。

## 部署紹介

## 診療支援事務課

みなさんは、病院内で紺色の制服を着た職員を見たことはありませんか？  
「お医者さんでも看護師さんでもない…あの人は何者なの？」  
そんなギモンにお答えするべく、今回の「あいのま」では診療支援事務課をご紹介します！



(左から)伊嶋事務副部長(兼)診療支援事務課長、クラーク 熊谷由貴さん、診療支援事務課 主事 伊藤省吾さん  
今回の特集では、クラークを代表して熊谷さんがお仕事について紹介してくれています

「診療支援事務課」ってどんな仕事をしているところ？

分かりやすく言うと「お医者さんのお手伝い」をしている部署で、紺色の制服を着た人の正体は診療支援事務課に所属する「クラーク」という名前の職員です。現在、当院のクラークは31人おり、外来の診察や、患者さんからお願ひされた診断書などの書類の作成補助などを行っています。

**お仕事についてもっと詳しく教えてください！**

今回の診察の予約や、その日の検査の申し込み(オーダー)をしたり、胃カメラや大腸カメラなど、同意書が必要な検査の同意書を取ったり、同意書の期限が切れていないかなどの確認をしたり…。先生が意外と忘れがちなところをカバーしています。



### クラークのやりがいとは？

「これ入力してくれただんだ、助かる！ありがとう」と言われたときは、とてもやりがいを感じます。補助することが仕事なので、誰かの役に立っているというのがやはり一番やりがいを感じる瞬間です。

### 当院を受診する患者さんへ

現場で働くスタッフとして、患者さんのプライバシーにしっかりと配慮しながら仕事をしています。お医者さんのお手伝いがメインのお仕事ですが、それが間接的に他の医療スタッフや患者さんの役に立てばいいなという思いで、今後も円滑に業務が進むようサポートをしていきます。



スムーズな診察ができるようサポートします！

## 日本赤十字社 「防災・減災プロジェクト～私たちは、忘れない。～」の お知らせ

日本赤十字社では、様々な人道支援活動を行っています。その中で、今もなお、被災地で苦しんでいる人たちに思いを寄せると共に、災害で得た教訓や経験を活かし、将来起こりうる災害に対応する力を、社会全体で育んでいく活動を行っています。

あなたの寄付が防災・減災に関する活動をはじめ、日本赤十字社の「人びとを救うさまざまな活動」を支えます。皆様のあたたかいご支援をお願いいたします。

自分自身や大切な人のいのちを守るため、防災や減災について考えてみませんか？



日本赤十字社がクラシルと共同で、災害時における「食」の課題を解決するために、「もしも」のときに役に立つ、食の知識・ノウハウをお届けします。  
詳しくは「防災・減災プロジェクト」特設サイトをご覧ください。



<http://jrc-tsudukeru.jp/sonaerugohan2020/>



### 献血へのご協力をお願い

新型コロナウイルス感染症の拡大により、献血協力者の減少が続いています。全国的にこの状況で推移すると、必要な輸血用血液の供給に支障が出てきます。成分献血を含め、毎日約13,000人の献血協力が必要です。皆様の献血へのご協力をお願いいたします。

新型コロナウイルスの感染拡大のリスクを避けることや、日々必要な血液を安定的に医療機関へ届けるため、献血される方が一時期に集中しないよう、可能な限り、前日の17時までに献血のご予約をお願いいたします。そのため、献血日の調整をご相談させていただくことがあります。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

献血の予約はWEBサイト(要会員登録)または、電話から予約が可能です。詳細につきましては、秋田県赤十字血液センターまたはお近くの献血ルームへお問い合わせください。

【問い合わせ先】  
秋田県赤十字血液センター



アトリオン献血ルーム

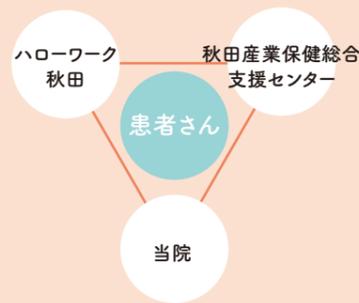
018-865-5541

018-836-7811

### ご存じですか?がん治療と仕事の両立支援事業を行っています

当院ではハローワーク秋田、秋田産業保健総合支援センターと事業提携し、長期療養者のための就労支援・両立支援事業を行っています。

「通院しなければいけないけど、働きたい」「治療と仕事の両立ってどうしたらいいの?」  
こんな悩み・不安に、ハローワーク秋田の就職支援ナビゲーター、または秋田産業保健総合支援センターの両立支援促進員と当院のがん相談員が相談に応じます。相談希望の方は、がん相談支援センターまでご連絡ください。



### お詫びと訂正

あいのまど No.38 につきまして、一部文章が重複している箇所がありました。

下記のとおり訂正するとともに、関係者および読者の皆様に深くお詫び申し上げます。

P.2 「ひょうしのしゃしん」

誤) 院長のもとや事務室を訪れや事務室を訪れ、…

正) 院長のもとや事務室を訪れ、…

P.3 「メタボを防ぐ!」

誤) 硬化性疾患の予防というという観点からは極めて…

正) 硬化性疾患の予防という観点からは極めて…

### 編集後記

今年はこのまま春になるのかな～と思っていた矢先に、急に冬に逆戻り。久々にスコップを取り出してせっせと雪かきをしました。いつもの冬の光景のはずなのに、今年はほとんど雪を見ていないせいか、なんだか変な感じがしてしまいます。そんな例年になく暖かい冬、新型コロナウイルスの話題が日夜報道されていますが、その陰に隠れてインフルエンザもまだまだ流行中です。自分もほかの人もかからないように、日頃から手洗い・うがい、そして咳エチケットに気を付けて、みんなで元気に春を迎えられるようにしたいですね。今月の「あいのまど」では春野菜を使ったレシピを紹介しています。ぜひお家で作って春の味を楽しんでみてください。(企画調査課 片倉)

### 新型コロナウイルスによる感染症の拡大に伴う 各種講習会・イベント等の延期または中止について

日本赤十字社では、現在の国内における新型コロナウイルスの感染状況を設定しました。

講習では、受講者や指導員など多くの皆様が集まること、実技などの接からの判断であることをご理解いただきますようお願いいたします。

なお、すでに講習受講のお申し込みが完了されている方におかれましては、また、講習の再開時期については、国内の感染状況等を踏まえ、改めて

当院で開催予定のイベントに関する情報につきましては、随時ホームペー

ジを踏まえ、赤十字救急法等の各種講習の実施を当面の間、延期または中止することを決定

した。触の機会等が多くあることから、皆様の感染予防に万全を期し、感染拡大の防止の観点

当該支部事務局からご連絡いたします。

ホームページ等でご案内いたします。

ジ等でご案内いたします。(http://www.akita-med.jrc.or.jp/pages/event)

Events

## 秋田赤十字病院 イベント情報

# 外来診療のご案内

(令和2年3月1日現在)

診療科目	午前/午後	月	火	水	木	金
泌尿器科	午前	○	○	○	○	○
神経内科	午前	○	○	○	○	○
	午後	予約のみ				
整形外科	午前	○	○	○	○	○
	午後	○	-	○	○	○
内科	午前	○	○	○	○	○
代謝内科	午前	○	○	○	○	○
	午後	予約のみ	○	○	○	予約のみ
腎臓内科	午前	○	○	-	○	○
	午後	-	-	予約のみ	-	-
血液内科	午前	○	予約のみ	予約のみ	○	-
心臓血管外科	午前	-	-	○	-	-
循環器内科	午前	○	○	○	○	○
消化器(肝胆膵)	午前	○	○	○	○	○
	午後	-	-	IBD	IBD(予約のみ)	-
消化器(消化管)	午前	予約のみ	○	○	○	○
消化器外科	午前	○	○	○	○	○
	午後	予約のみ	予約のみ	予約のみ	予約のみ	○
小児科	午前	○	○	○	○	○
	午後	予約のみ				
産科	午前	○	○	○	○	○
婦人科	午前	○	予約のみ	○	予約のみ	○
	午後	○	予約のみ	○	予約のみ	○
眼科	午前	予約のみ	○	予約のみ	○	○
	午後	手術	レーザー治療/検査	手術	レーザー治療/FAG検査	レーザー治療/FAG検査
脳神経外科	午前	○	○	○	-	○
呼吸器外科	午前	○	予約のみ	○	予約のみ	○
緩和ケア内科 (完全予約制)	午後	-	-	-	-	○
乳腺外科 (完全予約制)	午前	○	○	○	○(第2・第4のみ)	○(3月は3/6のみ)
	午後	○	○	○	○(第2・第4のみ)	-
呼吸器内科 (完全予約制)	午前	○	○	○	○	○
形成外科	午後	○	-	○	レーザー治療	○
皮膚科	午前	○	△	○	△	△
	午後	予約のみ(外来・手術)				
耳鼻咽喉科	午前	予約のみ	○	○	○	予約のみ
	午後	-	-	めまい	-	めまい
精神科 (完全予約制)	午前	○	予約のみ	○	○	○
	午後	○	予約のみ	○	-	○
腫瘍内科	午前	○	○	予約のみ	○	○

※呼吸器内科、精神科、乳腺外科、緩和ケア内科は原則として予約制です。

※休診日、診察時間外に関係なく、救命救急センターは24時間対応しております。

※火曜日、木曜日、金曜日の皮膚科の午前の診察については、新患は紹介状をお持ちの方のみとなります。

(上表△印の日時です)

<http://www.akita-med.jrc.or.jp/pages/d-gairaisinsatuhyo>  
右記QRコードから受付時間・診療時間の詳細にアクセスいただけます



## 受付時間

診療科、曜日により異なります。  
詳細は当院ホームページをご覧ください。

## 診療時間

8:30~17:00  
(診療科、曜日により異なります)

## 休診日

土・日曜日、国民の祝日、  
12/29~1/3、7/1(創立記念日)

## 面会時間

12:00~20:00

## 紹介状をお持ちの方

初めて受診する方は、地域医療機関(最寄りの医院・病院)からの紹介状をお持ちください。  
電話で予約も可能です。  
予約先: 地域医療連携室 018-829-5233(直通)  
平日 8:30~17:00

## 紹介状をお持ちでない方

予約先: 各科外来窓口 018-829-5000(代表)  
平日 14:00~16:00  
紹介状をお持ちでない方は、診療費の他に初診時の選定療養費\*として5,000円(税抜)をご負担いただきます。  
ご了承のほどお願い申し上げます。

\*選定療養費…国が病院と診療所の機能分担の推進を図るために定めた制度です。