社会医療法人 河北医療財団 広報誌 ／ No.187

かわぴたる

2023
11月号
NOVEMBER

社会文化を背景とし 地球環境と調和した よりよい医療への挑戦

特集：「小児科について」
河北総合病院 小児科
主任医長 戸張 公貴

探検隊が行く：
「2 人主治医制」

地域連携施設紹介：
阿佐ヶ谷皮フ科

河北総合病院　小児科医師

河北総合病院の小児科診療について

地域小児科医に求められる役割は、子どもが罹患する身体的疾病の対応だけでなく、心理社会的にも子どもの健全な発育を総合支援することであると考えております。

診療体制

河北総合病院 小児科では、5 月に COVID-19 が 2 類相当から 5 類感染症に移行したことを受け、診療体制を一新しました。小児科外来の診療場所を本院西館 1 階の 1 ヵ所に集約し、日中の小児科診療を 5 室対応とし、予防接種や 6 ～ 7 か月健診、9 ～ 10 か月健診も同じ場所でおこなっています。また、入院診療も COVID-19 が流行する前と同様の運用に戻し、保護者の付き添い希望やお部屋の希望にもできる限り対応し、在宅療養児一時受入支援（レスパイト）や近隣の医療機関からの紹介も積極的に受けております。

小児科で診療している疾患

当科の重点領域は、次の 5 点です。

(1) 救急医療 (2) 発達心療 (3) アレルギー

(4) 医療的ケア児診療 (5) 周産期医療

24 時間 365 日入院対応可能な小児救急診療体制であり、様々な救急疾患に対応しています。発達心療分野では、神経発達症（ADHD などの発達障害）や心身症（不登校・情緒障害など）の診療および家族への支持的支援をおこなっています。アレルギー分野では、食物アレルギー・アレルギー性鼻炎・アトピー性皮膚炎・気管支喘息など幅広く診療しています。

小児アレルギー

現在の日本の出生数は減少傾向ですが、一方でアレルギーを持つ子どもの割合は増えています。特に食物アレルギーを有する子どもの増加が目立っています。食物アレルギーの確定診断は血液検査やプリックテストではなく、食物経口負荷試験でのみされます。当科は都内でも有数の食物経口負荷試験実施施設です。当科の特徴は土曜日にも食物経口負荷試験を実施していることです。土曜日に食物経口負荷試験を実施している施設はほとんどない中で、当科は学校に通っている児や働いている保護者の方々のニーズにも応えられるようにしております。花粉症の低年齢化も近年問題になってきていますが、現在はスギ花粉症やダニアレルギーに対する舌下免疫療法が 5 歳から受けられるようになっています。当科でも対応していますし、今後は親子で免疫舌下療法を一緒に開始できるようにもしていこうと考えております。親子で花粉症やアレルギー性鼻炎に悩まれている方がいらっしゃいましたら、当科を受診し相談してください。

産科との連携

出生時に何らかの処置を必要とする正期産児は全分娩の約 15% といわれています。当科では標準化された新生児救急蘇生法を定期的に受講し、ハイリスク分娩や帝王切開に常時立ち合い、必要があれば適切な蘇生処置をおこなえる体制をとっています。出生後に何かあれば、呼吸補助や保育器管理などを助産師や看護師とともに小児科医も必ず対応することにしています。また、産科医とは定期的に情報連携しており、前もってリスクに対する準備をしっかりして、妊婦さんとそのパートナーの方に安心してもらえる周産期医療の提供を心がけています。

当院 産科・小児科合同超緊急帝王切開術シミュレーション

冬になると増える病気

2020 年に始まった 3 年間におよぶコロナ禍でおこなっていた手指消毒やマスク着用の影響もあり、コロナ禍では感染症の流行はほとんどみられませんでした。一方で、2023 年 5 月以降は様々な感染症が流行しました。特に今年の夏は冬に流行すると考えられているインフルエンザが猛威を振るいました。現時点では感染症に季節感はなくなっていますので、今年の冬にどのような感染症が流行するかはわかりません。感染症の予防は手洗い・うがいが基本なので忘れずにおこなうようにしましょう。

Kawakita General Hospital All for Kids

小児科 HP はこちら

河北総合病院 小児科主任医長
戸張 公貴
とばり きみたか

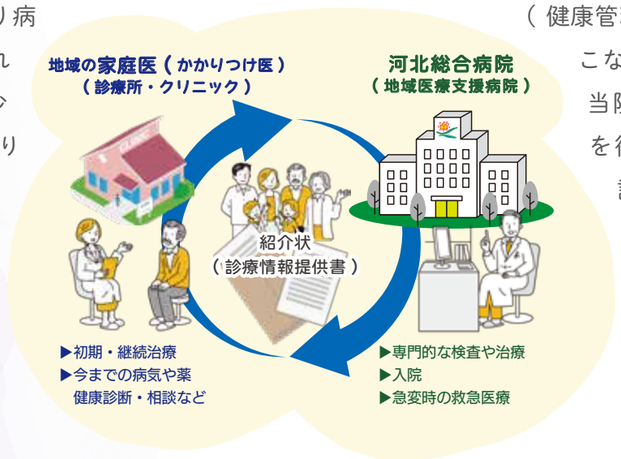
日本小児科学会小児科専門医・指導医
小児慢性特定疾病指定医
日本アレルギー学会アレルギー専門医
日本小児アレルギー学会会員
日本小児救急医学会会員
PALS プロバイダー
臨床研修指導医

探検隊が行く

家庭医（かかりつけ医）を持ちましょう

急性期病院の外来機能とは？

河北総合病院を含む多くの急性期病院は、紹介受診重点医療機関に指定されています。外来診療は紹介と救急を中心とし、家庭医（かかりつけ医）から紹介を受け、病状が安定したら、紹介いただいた先生にお戻し（逆紹介）、あるいは近隣の診療所を紹介させていただきます。これにより病院の外来があふれず、待ち時間も少なく、一人ひとりの患者さんに時間をかけて診察することが可能になります。



2人主治医制とは？
～病院専門医と家庭医との連携は？～

地域の家庭医（かかりつけ医）から紹介された患者さんの病状が不安定あるいは病院専門医の治療継続中の場合でも、紹介いただいた地域の家庭医（かかりつけ医）への通院を原則これまで通りお願いしております。

このように、2人の主治医が患者さんの治療（健康管理）を共同で継続的におこなうことです。

当院では、患者さんの同意を得たうえで、患者さんの診療情報を家庭医（かかりつけ医）へ共有しています。

家庭医を持つメリットは？

家庭医（かかりつけ医）とは、近所ですぐに気軽に何でも診てもらえる、家族も含めた健康相談ができる医師です。必要に応じて往診してくれる医師もいますし、専門的な検査、治療、入院が必要な場合には、病院に紹介状を書いてくれます。家庭医（かかりつけ医）は、健康相談が気軽にできる**パートナー**であり、専門医に結び付ける**仲人**であり、健康に導く**かじ取り役**です。

家庭医がいない場合は？

家庭医（かかりつけ医）を選ぶ場合、家から近いか、往診が可能か、持病に関して診察可能かなどで決めることが多いと思います。予防接種や検診などで受診した際に、相談されるとよいでしょう。当院であれば、担当医へご相談ください。クリニックや病院にかかっておらず見つからなければ、東京都医療情報センター「ひまわり」などをご活用ください。

今月のSMILEさん

スタッフを紹介します

Q1 お仕事の内容について
Q2 入社後に最も成長を感じた経験
Q3 今後の挑戦や夢について
先輩からのメッセージ

河北総合病院
ソーシャルワーク科
宮川（みやかわ）　玲霞（れいか）
入職：2022年4月
武蔵野大学卒業
社会福祉士

Q1 患者さんやご家族が抱える社会的な課題に対して、課題解決に取り組めるよう支援をおこなっています。主な業務としては退院支援が多く、患者さんご自身がその人らしく人生を送れるように院内外の多職種と連携を図りながら社会復帰支援や意思決定支援等にも携わっています。

Q2 日頃の業務より知識や技術を習得し、それらが経験として日々積み重なっていき成長につながっていると思います。まだまだ成長段階ですが、知識や技術が蓄積されていくにつれ自分のアセスメントやプランに自信を持てるようになってきたと実感しています。

Q3 誰からも信頼され、「安心して仕事を任せられる」「この人に相談したい」と思ってもらえるようなソーシャルワーカーになりたいです。そのためにより多くの経験を積むべく日常の業務に励みながら自己研鑽にも努めていきたいと思います。

先輩　横山 歩

昨年度は、一年目だったからか慎重な印象でした。しかし、今では新しいことに対して学び吸収したいといった何事にも積極的で最後までやりきる姿がみられ、これからがとても楽しみな後輩です。

地元のラーメン

帰省すると必ず食べるくらい大好きな食べ物です。おいしすぎてついつい大盛りを頼んでしまいます。

河北医療財団
診療情報管理グループ
水井（みずい）　さつき
入職：2020年4月
国際医療福祉大学卒業
診療情報管理士

Q1 主に、紙カルテの保管・管理、質的カルテ点検と量的カルテ点検の実施・集計報告があります。他部署からの依頼が多い、診療患者数や手術数の抽出、データ作成・提供に際して迅速な対応を心がけています。同意書の作成・管理は、院内規定に則って作成しているかを確認しています。

Q2 今年度より病歴業務のリーダーとして、チームのスケジュール管理や業務スキルの平準化を目標にしております。少しずつではありますが、目標を達成できたときに成長や喜びを感じます。

Q3 同僚や他職種のスタッフを支え、助けられるようになりたいです。たくさんの知識を身につけ、多くのことを経験することで、自分にできることの幅を広げていき、自信につなげることができればといいと思います。

高橋 理紗　先輩

業務に対し真剣に取り組み、今ではとても頼もしい存在に成長してくれました。いつも笑顔で親しみやすい雰囲気が魅力的です。自分らしさを大切にし、これからも頑張って欲しいと思います。

旅行

その土地の有名な建造物を見たり、特産物を食べたりすることで気分をリフレッシュしています。

地域連携施設紹介

急性期病院である河北総合病院は、地域のかかりつけ医（診療所・クリニック・病院）と連携し、よりよい地域医療をご提供する「地域医療支援病院」として、2006年に東京都知事より承認を受けています。ともに、患者さんお一人おひとりに最善の医療をご提供する地域連携施設をご紹介します。

杉並区
阿佐谷南
1-16-8-2F

阿佐ヶ谷皮フ科

皮膚科、アレルギー科、小児皮膚科、美容皮膚科

03-6454-6607　asagaya-derm.com

診察時間／月、火、木、金、土
9:00～12:30・14:30～18:00
休診日：水、日、祝

院長　江上 将平

日本皮膚科学会専門医・指導医
難病指定医
日本医師会認定産業医

■ 医師をめざしたきっかけ

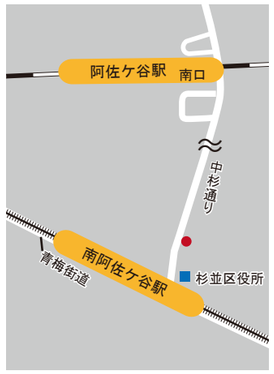
外科医であった伯父にぼんやり憧れて医学部に入学しましたが、医学生のころにアマゾン川の無医村診療に同行する機会をいただき、設備がないところでも見て触って診断を可能にする皮膚科医師の姿に感銘を受けました。皮膚科医となり、大学病院をはじめとした様々な施設で研鑽を積ませていただき、得た経験と知識、技術を地元の方々に還元したいと思い2023年6月に開院させていただきました。

■ メッセージ

皮膚は生活の質にかかわる疾患が多く、誰しもが大なり小なり皮膚の悩みを抱えていると思います。地域の方々に信頼してもらえる適切な医療を提案しますので、お困りのことがあればお気軽にご相談ください。

NEW OPEN

ISM ASAGAYA ビル 2F



最寄り駅：
東京メトロ丸の内線南阿佐ケ谷駅 徒歩１分
JR 中央線阿佐ケ谷駅 徒歩７分

リハビリ体操　コグニサイズで頭と体を一緒に鍛えましょう

コグニサイズとは、国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語です。

数に合わせて足踏みをする運動をしながら、特定の数の時に別の動作を加えることで脳を刺激します。
運動と脳の刺激を同時におこなうことで、 脳と体の機能の効果的な向上が期待できます。
どちらか一方に注意が集中しすぎないように意識しながら、 無理のない範囲でおこないましょう。

～ まずは４回から、慣れてきたら回数を増やしましょう ～

ポイント

- 無理せず自分にあったテンポでおこないましょう。
- 慣れてきたら、動作をする数を変えるなどのアレンジを加えてみましょう。

頭を活性化する脳トレ動画もご紹介
動画で確認！

監修：河北リハビリテーション病院 セラピー部

豆知識

暖房との付き合い方

記録的な猛暑となった夏が終わって、寒い日が増えてきました。本格的に暖房を使いはじめるご家庭も多いのではないでしょうか。

暖房の温度設定は20度＋α！

環境省の推奨では、エアコンの設定温度の目安は20度前後で、実際には半袖だと少し寒く、上着を羽織るとちょうど良いくらいです。自然環境に配慮した数字ですので、やや低めに設定されていますが、家でじっとしている時間が長ければもう少し高めに設定しても構いません。ただ、あまり高く設定すると空気が乾燥します。医学的観点からは、空気の乾燥は風邪やインフルエンザといったウイルス感染症のリスクになり、肌のトラブルの原因になります。おすすめは、**設定温度20度くらいで、家の中でも少し暖かい恰好で過ごす、温度を上げるときは加湿器など湿度を下げない工夫をする**の2つです。

監修：救急集中治療科副医長　鈴木 茂利雄医師

アンケートについて

当財団へご支援を賜り、誠にありがとうございます。より充実した誌面作りのために、アンケートへのご協力をお願いいたします。

〈キリトリ線〉

ご愛読いただきまして、ありがとうございます。
読者アンケートにご協力をお願いします。

Q1 性別（男・女）

Q2 年齢（20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代・90代以上）

Q3 お住まい
（杉並区・中野区・練馬区・世田谷区・その他：　　）

Q4 もっともよかった記事は何ですか？
（　　ページ：　　）

Q5 今後、特集してほしい記事はありますか？
（　　）

Q6 河北総合病院を何でお知りになりましたか？
（ホームページ・友人からの紹介・医療機関からの紹介・近所・JR阿佐ヶ谷駅看板・広告物：　　）

Q7 web 河北健康教室を試聴したことはありますか？
（はい・いいえ）

Q8 パソコンやスマートフォンなどで情報を閲覧していますか？
（はい：よく見るサイト名　　・いいえ）

お知らせ

☆河北医療財団の活動や取り組みなどをお知らせするコーナーです。

年末年始のお知らせ

河北総合病院・分院、 河北サテライトクリニックの診療については、年末年始（12 月 30 日～翌年 1 月 3 日）は救急外来のみとなります。

その他の河北医療財団施設については、ホームページをご覧ください。

河北健康教室（無料）

じんぞうを守ろう

～あなたのじんぞうは大丈夫ですか？～

日時　12 月 25 日（月）
15：00 ～ 16：00（開場 14:30）

会場　阿佐谷地域区民センター
第 1・2・3 集会室（一体使用）

講師　河北総合病院 腎臓内科
宮沢 光太郎医師

詳しくはWEBで

around杉並健康ライフ 2023 開催

● 日程 11 月 26 日（日）10:00～16:00
● 会場 阿佐谷地域区民センター

《2F セミナー会場（第2・3集会室）のご案内》

★10:35～11:00 **主催者挨拶**

①11:00～12:30「**冒険の原点**」
プロスキーヤー・医学博士 **三浦 豪太**氏

②13:00～14:15
「**生きがいを育む リハビリテーション＆リハビリ体操**」
河北リハビリテーション病院
院長 **宮村 紘平**医師

③14:30～14:50
セラピストと一緒に「動画 de 簡単体操」

④15:00～15:45
「**心理カウンセリングのすゝめ**」
心のケアセンター長 **河北 恵美**
公認心理師 **土屋 瑛美**

詳しくはWEBで

郵便はがき

料金受取人払郵便

杉並局
承認
5022

差出有効期間
令和6年
6月30日まで
（切手不要）

1 6 6　8 7 9 0

（受取人）
東京都杉並区阿佐谷北1-7-3

社会医療法人　河北医療財団
広報課「かわぴたる」編集 行

〈キリトリ線〉

当財団からイベント、セミナー情報をメルマガ配信いたします。

皆さまの個人情報は、上記以外での目的で使用することはありません。
個人情報の取り扱いについては、ホームページをご参照ください。
https://kawakita.or.jp

お名前：

メールアドレス：

ご希望の方は上記へご記入いただくか下記、お名前をお送りください。
✉kawaken@kawakita.or.jp「**件名：メルマガ配信希望**」

編集後記

11月といえば、5日のすぎなみフェスタ。6日には河北救急車の展示もあります。続いて26日のaround2023!今年は、2Fの健康測定が充実しています。3Fのお仕事体験には技師さんが登場。グルメワールドも楽しみにお越しくださいね。

M.Yama

病気などの紹介
「河北医療財団の魅力!」

YouTube
「河北チャンネル」
体操など配信

▼ご意見をお寄せください
広報課 ✉ kouhou@kawakita.or.jp

▼当財団の情報を発信しております。
ぜひ、ご登録ください。

ホームページ　採用サイト　Facebook　Instagram　LINE

発行責任者：河北 博文　編集責任者：山口 美紀　発行：社会医療法人 河北医療財団 広報課
〒166-8588 東京都杉並区阿佐谷北1-7-3 ☎03-3339-5724