



# 春夏秋冬

しゅんかしゅうとう

秋号 Vol.32



病院理念『地域に信頼される病院』を目指します

- 1. 患者さんの視点に立った優しい医療
- 1. 安全な医療
- 1. 医療水準向上のための研修と教育
- 1. 職域間の連携と和
- 1. 地域医療福祉機関との緊密な連携



## 野球肘外来及び野球肘検診のご案内

リハビリテーション科 科長 渡邊 浩文

こんにちは。私、笛吹中央病院リハビリテーション科で科長をしております渡邊浩文と申します。今年度より始めている野球肘外来に関する取り組みをご紹介させて頂きたいと思っております。

山梨県においては、これまでも様々な先生方による野球に関する治療等が行われておりますが、笛吹中央病院では今年の5月よりJCHO東京新宿メディカルセンタースポーツ・健康医学実践センター医師である柏口新二先生とNPO法人野球共育塾・理事長である能勢康史先生が診療を担当しております。

笛吹中央病院の整形外科部門は、これまで一般の整形外科患者と数名のスポーツ選手のリハビリテーションの診療を実施してはきましたが、お二人の先生により野球肘外来が開始され、半年の期間に様々な取り組みを行ってきました。簡単にご紹介させて頂きますと、柏口先生から野球に関するだけでなく、スポーツの整形外科全般、障害学、レントゲンやエコーの重要性など様々なことを学びました。能勢先生からは身体所見の診かた、治療方法、トレーニングに加え、選手達への接し方等も学びました。非常に難しいことが多かったのですが、最近では来院される選手達の経過も良好になり、少しは私達の行ってきたことや学んできたことが役に立っていることを実感しております。

元々、野球肘外来を開始する前より、柏口先生と能勢先生には野球肘検診を行うことが重要と考慮しておられました。理由としましては、山梨県から東京の柏口先生の所に青少年達が遠路より外来診療に行くことがあるようで、早期発見に遅れが生じている可能性があるかと認識していたためです。

今回皆様にお知らせしたいことがございます。来たる平成26年12月27日(土)にいちのみや桃の里スポーツ広場において、野球肘検診及び講演会を開催する運びとなり、講演は元プロ野球選手の工藤公康氏にお願いすることができました。具体的な内容につきましては、下記に掲載させて頂きましたのでご覧ください。

参加は人数制限を設けておりますので、早めの申し込みをお願いいたします。

最後になりますが、笛吹中央病院は、野球肘外来だけでなく下肢スポーツ外来も毎週月曜日に開設しております。現在、当リハビリテーション科にて結成しているスポーツ班を更に強化していきたいと考えておりますので、何かお悩みの方はご相談いただくと幸いです。また、医療関係者や指導者の皆様におかれましては、これまで以上のご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

### 記

日時：平成26年12月27日(土) 13:00  
 場所：いちのみや桃の里スポーツ広場 体育館  
 講演：元プロ野球選手 工藤 公康氏

テーマ『子供達の育成と親・指導者の役割』



※ 講演後は、柏口医師より野球肘に関することをご説明頂き、能勢先生の指導の下、当リハビリテーション科職員が身体所見の評価とストレッチや体操等を行う予定です。

# インフルエンザ予防接種を受けましょう



## ● インフルエンザ予防接種を受ける方へ

### ● 接種を受ける時の注意

- ① インフルエンザワクチンの必要性や副反応について不明な点がある場合は、接種を受ける前に医師に相談しましょう。
- ② 受ける前日は入浴(又はシャワー)をして、体を清潔にしましょう。
- ③ 当日は体調をよく観察して、ふだんと変わったところのないことを確認して下さい。
- ④ 清潔な着衣をつけましょう。
- ⑤ 予診表は接種する担当医師への大切な情報です。正確に記入するようにしましょう。接種を受ける方がお子さんの場合、母子手帳があれば持って行きましょう。

### ● 予防接種を受けることができない方

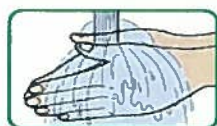
- ① 明らかに発熱のある人(37.5度を超える人)
- ② 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人
- ③ 過去に、インフルエンザワクチンの接種を受けてアナフィラキシーを起こしたことがある人。なお、他の医薬品投与を受けてアナフィラキシーを起こした人は、医師に接種を受ける前にその旨を伝えて判断を仰いで下さい。
- ④ その他、医師が予防接種を受けることが不相当と判断した人

### ● 予防接種を受けるに際し、医師とよ相談しなくてはならない方

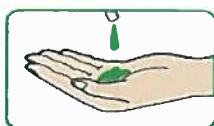
- ① 心臓病、腎臓病、肝臓病や血液の病気などの人
- ② 発育が悪く医師や保健師の指導を継続して受けている人
- ③ 未熟児で生まれて発育の悪い人
- ④ 風邪などの引き始めと思われる人
- ⑤ 前に予防接種を受けたときに、2日以内に発熱、発疹、蕁麻疹などのアレルギーを思わす異常がみられた人
- ⑥ 薬の投与又は食事(鶏卵、鶏肉など)で皮膚に発疹が出たり、体に異常をきたしたことがある人
- ⑦ 今までに痙攣を起こしたことがある人
- ⑧ 過去に中耳炎や肺炎などによくかかり、免疫状態を検査して異常を指摘されたことがある人
- ⑨ 家族の中で、または遊び友達、クラスメートの間に、麻疹(はしか)、風疹、おたふくかぜ、水痘(みずぼうそう)などの病気が流行している時で、まだ、その病気にかかったことがない人
- ⑩ 妊娠の可能性のある人
- ⑪ 気管支喘息のある人

### ● 予防のための手洗い方法

#### 手洗い手順 (石けん液)



① まず手指を流水でぬらす



② 石けん液を適量手の平に取り出す



③ 手の平と手の平をすり合わせよく泡立てる



④ 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)



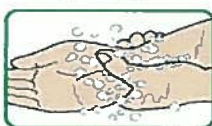
⑤ 指を組んで両手の指の間をもみ洗う



⑥ 親指をもう片方の手で包みもみ洗う(両手)



⑦ 指先をもう片方の手の平でもみ洗う(両手)



⑧ 両手首までていねいにもみ洗う



⑩ 流水でよくすすぐ



⑪ ペーパータオルでよく水気をふき取る





# 平成26年度 診療実績

## 稼働率・入退院患者件数

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
入院患者件数	131	120	132	171	139								693	139
退院患者件数	123	123	134	159	154								693	139
病床稼働率	78.2%	78.2%	83.2%	84.6%	85.7%									82.0%

## 外来患者数

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
H24年度	5,613	5,768	6,038	6,058	6,260	5,837	6,550	6,306	6,397	6,469	6,082	6,671	74,049	6,171
H25年度	6,620	6,633	6,277	6,847	6,762	6,139	6,821	6,648	6,785	6,851	5,550	6,972	78,905	6,575
H26年度	6,731	6,706	6,710	7,274	6,917								34,338	6,868

## 初診患者数

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
H24年度	993	989	1,040	1,047	1,054	958	1,186	1,030	1,089	1,157	1,050	1,161	12,754	1,063
H25年度	1,017	1,057	941	1,046	1,080	926	897	1,055	1,046	1,134	897	1,172	12,268	1,022
H26年度	976	994	952	1,160	1,092								5,174	1,035

## 救急車受入れ件数

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
H24年度	65	62	57	71	76	71	75	57	80	71	66	69	820	68
H25年度	61	65	61	77	70	48	63	62	59	69	71	61	767	64
H26年度	69	60	65	71	61								326	65

## 紹介患者数

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
H24年度	101	83	91	89	67	71	91	91	88	100	92	99	1,063	89
H25年度	73	72	69	73	65	58	67	71	67	65	74	51	805	67
H26年度	56	58	66	95	82								357	71

## 手術件数

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
H24年度	54	60	63	70	59	66	81	77	72	72	60	71	805	67
H25年度	88	66	73	80	72	64	80	68	68	67	77	55	858	72
H26年度	62	49	58	90	71								330	66

## 内視鏡

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
上部消化管内	124	133	152	192	179								780	156
下部消化管内	23	20	41	38	59								181	36
胃ろう・その他	6	4	12	10	10								42	8

## 腰痛体操

### ～ 家庭で出来る腰痛予防対策～

#### 腰痛体操を行う際の重要ポイント

- 決して無理をしない。
- 無理に伸ばしたり、反動をつけて行わない。
- 行って痛みが増す時は、速やかに中止。
- 痛みが激しい時に行わない。
- 毎日少しずつ、自分にあったペースで続ける。

#### 腰痛体操(1) ヘソのぞき体操



1. 仰向けに寝て両膝を軽く立てる。(手はお腹の上)
2. 息を吐きながらヘソを見るように、ゆっくりと上半身を起す。(20cm程度)(無理をせず状態に合わせる)
3. そのまま5秒(最初は2秒位から)状態を保つ。この時、腹筋を意識しながら行う。
4. ゆっくりとおろす。

#### 腰痛体操(2) お尻の上げ下ろし体操



1. 仰向けに寝て両膝を軽く立てる。(手は横に開いて床につける)
2. 息を吐きながら、お尻と背中を持ち上げる(10cm程度)(無理をせず状態に合わせる)
3. そのまま5秒(最初は2秒位から)状態を保つ。この時、お尻の筋肉と背筋を意識しながら行う。
4. ゆっくりとおろす。



外来担当医表

★受付時間：午前8:00-12:30(月～土) 午後13:30-17:00(月～金)

★診察時間：午前9:00-13:00(月～土) 午後14:00-17:30(月～金)

H26年11月1日～

	月	火	水	木	金	土	お知らせ
内科	午前	山口北村 (山梨大学前教授)	福田大久保 野中	大久保 田草川 (循環器内科) 北村 (山梨大学前教授)	福田 山口 北村 (山梨大学前教授)	小林 野中	土曜・尾崎教授(山梨大学)は予約制です。 外業窓口にお問い合わせください。
	午後	大久保 北村 (山梨大学前教授)	山口 (呼吸器外来) 三森 (山梨大学)	福田 (肝臓科外来) 北村 (山梨大学前教授)	小林 大久保 北村 (山梨大学前教授)	三枝 野中	
外科	午前	長沼 石井	金城	石井	金城	西山	第1・3・5 長沼 第2・4・5 石井
	午後	西山		西山 (一般外科) 石井(消化器外科)	長沼		
消化器	午前	石井		石井		石井	第2・4 石井
整形外科 整形外科 センター	午前	山本 真島	片桐 真島 (診療開始9:30から)	高山	片桐 (受付11:30まで) 山本 (受付11:30まで)	時吉 (受付10:00まで) 片桐 (診療開始10:00から) 真島	※1 土曜日の時吉医師、柏口医師の外来診療につきましては、事前に診療日のご案内をさせていただきます。
	午後	片桐 (下靴入会館内) (診療開始15:30から)	高山 (診療開始15:00から)	高山	真島	高山 第1・3・5 真島 (診療開始14:30から)	
小児科	午前	磯貝	磯貝	磯貝		磯貝	毎週月～金曜(土曜除く)14:00～15:00 予防接種・乳幼児健診は完全予約制です。
	午後	磯貝	磯貝	磯貝		磯貝	
眼科	午前	深澤 (受付11:30まで)	深澤	平井 (山梨大学) (受付11:30まで)	深澤	深澤	午後の予約診療につきましては、外業窓口にお問い合わせください。
	午後		検査・外来手術 深澤 (予約制)		検査・外来手術 深澤 (予約制)	検査・外来手術 深澤 (予約制)	
耳鼻科	午前	中澤 (受付11:30まで)		中澤 (受付11:30まで)		中澤 (受付11:30まで)	診療開始時間は9:30からとなります。 毎週日曜 午後 補聴器外来(不定期・月2回)
脳外科	午前		三枝 (頭痛外来)				第4週目の火曜日のみ受付は、12:00までとなります。
	午後			三枝		三枝	
皮膚科	午前						火曜日・金曜日の午後 受付時間は16:30までとなります。
	午後		松澤 (山梨大学)			安藤 (診療開始15:30から)	
リハビリ 加療	午前			金城	野中		リハビリ回診はリハビリ室に行います。 真島医師の第2・4金曜日の午後の診療時間は14:30～18:00までとなります。 照澤医師の土曜日の午後の診療時間は11:00～12:30までとなります。
	午後	金城	金城	浅香	金城	第2・4 真島	

交通アクセス



【診療科目】

内科・外科・消化器内科・消化器外科  
呼吸器内科・整形外科・脳神経外科・小児科  
眼科・耳鼻科・皮膚科・麻酔科  
リハビリテーション科  
血液浄化センター(人工透析)

【設備】

マルチスライスCT装置、マンモグラフィ  
MRI装置、超音波装置、骨密度測定装置  
内視鏡、外科用イメージ、連続血管撮影装置、  
総合リハビリテーション施設

【病床数】

総病床数 150床(一人当たり8㎡)  
血液浄化センター 18床

医療法人康麗会 笛吹中央病院

〒406-0032  
山梨県笛吹市石和町四日市場47-1

電話(代表) 055-262-2185  
FAX(代表) 055-262-5985  
URL(ホームページ) <http://www.fch.or.jp>

広報委員会

携帯QRコード

委員長：山口医師  
編集長：森澤  
三浦・篠原・神宮司  
堀内(俊)・矢崎(真)  
横山(可)・吉村(知)  
宮下(光)・斎藤(雪)  
小林(江)



編集後記

秋です。秋と言えば『食欲の秋』『スポーツの秋』『芸術の秋』など楽しいことがたくさんあります。しかし、無理は禁物です。実はこの時期にはいろいろな病気の発症の可能性があるのです。キノコやフグなどによる食中毒、ブタクサなどによるアレルギー、秋独特の乾いた空気による咳など様々です。おいしいものを食べ、運動し、抵抗力を高めましょう。でも、無理せず、体調不良の時は当院「笛吹中央病院」のことを思い出していただけましたら幸いです。これからも職員一同精一杯頑張っていますので、よろしくお願いいたします。