

# 東神戸病院 ニュース

2020年  
10・11月号  
VOL.177

編集・発行：東神戸病院広報宣伝委員会

〒658-0051 神戸市東灘区住吉本町1丁目24番13号 TEL 078-841-5731 FAX 078-822-6877

<https://k-kyowakai.or.jp/eastkobe/> E-mail : [Higashi\\_kobe-hp@k-kyowakai.or.jp](mailto:Higashi_kobe-hp@k-kyowakai.or.jp)

## 東神戸病院での脳卒中予防の取り組み

東神戸病院の診療、地域活動に対し、いつも温かなご支援をいただきありがとうございます。2020年は新型コロナウイルスで幕が開け、長梅雨の水害、熱中症、ウイルスの第二波、大型台風と日本中が休まることのないストレスにさらされてしまいました。今後インフルエンザの流行期へと向かいます。くれぐれも体調には注意をしていただき水分摂取、手洗い、換気を励行していただきますようお願いします。

こうした自然災害、感染症の流行の中で、普段の体調管理や医療機関への受診が遅れ生活習慣病等の悪化や早期発見の遅れにつながる事が危惧されています。東神戸病院は「地域のかかりつけ医、主治医、相談医」として流行にかかわらず脳卒中、心臓病、癌や糖尿病といった誰もがかかる可能性のある病気の予防や啓発、日常の治療や体調管理に力を入れています。また、脳卒中の急性期治療を受けた方を回復期リハビリテーション病棟等で継続的に受け入れ、安心して自宅・地域にお帰りいただくまでのリハビリテーションも行っています。多職種で作る脳卒中グループを中心に昨年度「脳卒中手帳（第1版）」を作成しました。脳卒中について様々な学習ができるようになっています。



（脳卒中手帳は病院外来にあります。ご希望の方はお声をかけください。）

その中に脳卒中の予防のための10カ条が書かれています。

### ～脳卒中の予防のための10カ条～

- ① 高血圧を治そう。
- ② 糖尿病を放置しない。
- ③ 不整脈を見落とさない。
- ④ 禁煙
- ⑤ アルコール摂取は適度に。
- ⑥ コレステロールの治療。
- ⑦ 塩分や脂肪の取りすぎに注意。
- ⑧ 適度な運動を続ける。
- ⑨ 肥満対策。
- ⑩ 脳卒中の症状に気づいたら受診をためらわないこと。

夏場にはしっかりした水分摂取も重要です。又、新型コロナウイルスでは感染した方に脳卒中も含む血管病変が多いとの報告もあります。一方で様々な気候の変動や自粛の勧め。これらに伴う職場や学校でのストレスなども脳卒中の発症原因となります。水分摂取、手洗い、換気等の予防対策をしっかりしながら自宅にこもり切りにならず体を動かしてストレスから身を守りましょう。かかりつけの医師ともよく相談して決して治療が中断しないようにしましょう。当院では、脳卒中の発症の際にも迅速に専門病院と連携し適切な治療ができるように毎年学習、トレーニングを行っています。不調を感じた際には病院スタッフまでご相談ください。まだまだ注意の必要な時期が続きますがこういう時期だからこそ一人で悩まずみんなで乗り越えましょう。（脳卒中グループ）

# 看護学生のための奨学金制度のご案内

## 奨学金制度で

あなたの学生生活、しっかり応援します！

### <奨学金制度について>

この奨学金制度は、看護大学や看護専門学校などの卒業後に東神戸病院または神戸健康共和会の法人内の診療所・訪問看護ステーション・介護事業所などで働き、地域のみなさまと共によりよい医療・看護をしたいと考える看護学生さんを対象にしています。

看護学生さんが充実した学生生活を送るため、そして学生生活を支えるために設置された就学資金援助の制度です。

### <奨学生になったら>

奨学生は、将来東神戸病院の医療を担う看護師となるため、当法人や民医連のめざす医療や看護についての理解を深めるため、学習交流を行います。

また、奨学生同士の交流を深め、卒業後一緒に働く看護師仲間を増やすことができます。

### <奨学金の返済>

奨学金を貸与された方は、返済の義務を持ちます。ただし、規定の期間正職員として東神戸病院または法人内の事業所に勤務した場合は返済の免除があります。

### <奨学金の金額>

月額40,000円または60,000円の選択制です。

募集定員 各学年6人

現在、2023年・2024年卒業予定の看護学生さんを募集しています。

6月に兵庫民医連では、看護学生のみなさんに新型コロナウイルス感染症に関するアンケートを行いました。「コロナの影響でアルバイトが出来ない期間があり、学費を払えるか心配」「バイトがなくなったので生活費が不安」などの回答がありました。また、今年は看護学校での奨学金制度の説明会が開催されず、制度についての説明が十分にできていない状況です。

みなさまのまわりの看護学生さんで、奨学金制度について知りたい方がおられましたら、是非ご紹介ください。また、奨学金ご希望の方はお気軽にご連絡ください。東神戸病院や奨学金制度についての説明をさせていただきます。



ご連絡は、東神戸病院 看護師長室：内村・河石まで  
お願いします。Tel.078-841-5731

## 新型コロナウイルス及びインフルエンザの対応について（お願い）

現在、当院では「玄関前での症状の確認・検温・手指消毒」の実施、「入館中のマスクの着用（入院患者さま含む）」の徹底、「入院患者さまへの面会禁止（制限）」などの感染防止対策を実施しております。新型コロナウイルス感染症、季節性インフルエンザウイルス感染症拡大期においても、感染予防策を実施して外来・入院診療の提供に努めてまいります。

また、発熱、風邪の症状（せき、鼻水、のどの痛みなど）を有する患者さまへは、通常の外来ではなく、別の場所にある「風邪・発熱外来」にて診察をおこないます。発熱、風邪の症状（せき、鼻水、のどの痛みなど）を有する場合には、必ず受診する前に電話にて受診のご相談させていただきますよう、ご協力お願い申し上げます。

## 「けんしん」について

「けんしん」の種類・おすすめ「けんしん」をご紹介します。

「けんしん」って、どんなものがある、どれを受ければいいのかと悩まれると思います。「けんしん」には『健診』と『検診』があり、どちらもご自身の体をチェックするものですが、この2つの「けんしん」は目的が違います。

まず、こちらの『健診』はよく耳にする健康診断のことです。健康かどうか、病気の危険因子があるかどうかを確かめるものであって、特定の病気を発見するものではありません。例えば、2008年から始まった特定健診や当院の組合員健診、労働上で必要な健康診断です。

二つ目の『検診』はある特定の病気を調べるために診察・検査を行うものです。がん検診が代表的です。部位を特定することで早期に発見し、早期に治療を行う事が目的となっています。「けんしん」は、この目的が異なる2つを両方受けることが大切です。年に一度はご自身のお体のメンテナンスをお勧めします。

さあ、これで「けんしん」を受けたから大丈夫!!...でしょうか。せっかく検査を受けたのですから、精密検査や再検査の必要があれば、必ず医療機関を受診し、「けんしん」の受けっぱなしを防ぎましょう。

経過観察になった場合はどうしたらよいでしょうか。「経過観察」とは病気になるリスクがあるので、生活改善が求められるレベルということです。東神戸病院では、結果表をお返しする際に、食事の改善方法や生活習慣の見直しをアドバイスしたパンフレットを同封しています。

健康管理の理想のサイクルは、①年に1回の「けんしん」でチェックする、そして②異常があれば必ず受診・精査・再検査を受ける、③経過観察・異常なしなら生活改善、健康維持に日常的に取り組む、です。

「けんしん」は受けるだけ  
が大切なのではなく、その  
結果を生活に活かしてこそ  
有意義なものになると思  
います。



## お薬手帳について

### ●お薬手帳について

お薬手帳を持ち歩くことで、どの医療機関で、どんなお薬を処方され服用されているか医師・薬剤師が分かるので、飲み合わせや同じ薬を服用されるのを防ぐことが可能になります。また、旅行中などでかかりつけの病院や薬局に行けない場合や、家族が服用している薬を説明する時においても、お薬手帳を医師・薬剤師に見せることで服用中のお薬の情報を正確に伝えられます。緊急時に備えるという意味でも、お薬手帳は役に立ちます。



### ●お薬手帳の注意点

「毎回お薬手帳を薬局に持って行くのを忘れてしまい、家に何冊もたまっている」という方もおられると思います。

複数の手帳をバラバラに持っている、今服用している薬をご自身も、医師・薬剤師も正確に把握することが難しくなってしまいます。

お薬手帳は一冊にまとめて持ち歩きましょう。



# 外来診療体制表 (2020年10月現在)

	受付開始時間	診療時間
午前	8:30～	8:45～12:00
夜間	16:30～	17:00～19:00

診療科目	時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前	*遠山 *藤末 *小川  鱸 新患外来	*藤末 *滝本 *遠山/馬田(隔週) *水間(肝臓病/一般) *谷口【2・4】 新患外来	*大西 *高島 *滝本 *馬田  中川 新患外来	*滝本 *大槻 *藤末  谷口 新患外来	*武村 *浜中 *山田 *永野  仁田 新患外来	*大西【1・3】 *遠山【4】  担当医 新患外来
	午後	*大槻(糖尿病) *大西(緩和ケア)	*馬田(糖尿病)	*遠山(循環器)	*遠山(循環器) *高島(リハ) *滝本(被ばく)		
	夜間	高島 藤末 水間				遠山 滝本 大槻	
外科	午前	菅本		菅本		菅本	菅本【1・3】
	午後						
	夜間	菅本					
消化器外科 肛門科	午前		高村		高村		高村【2・4】
	午後						
	夜間						
整形外科	午前	*藤井(一般あり)	合田	*藤井(一般あり)	合田	*藤井(一般あり)	
	夜間					合田	
皮膚科	午前		石川(9:00～)			石川(9:00～)	
	夜間						
小児科	午前	*安藤 (予防接種外来含む)	*森岡			*森岡	*森岡【月2回】
	午後	*森岡(喘息特診)	*森岡			*森岡	
	夜間	*森岡(喘息特診)				*森岡	
神経心療 内科	午前	*千古	*千古	*千古	*千古	*千古	
	午後			*千古 (ものわずれ外来)	*千古		
	夜間					*千古	

- ・【 】内の数字は第〇週目を表しています。
- ・名前の前に\*印がついているのは予約診療です。但し(一般)(一般あり)と書かれている場合は一般診療も行っています。

急病の場合はこの時間の限りではありません。お電話にてご相談ください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、来院された全ての方に体調をお伺いしています。  
また、入院患者様への面会制限も実施しています。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

特定医療法人 神戸健康共和会

## 東神戸病院

〒658-0051 神戸市東灘区住吉本町1丁目24番13号

電話：078-841-5731

FAX：078-822-6877

健診予約：078-841-5673

ホームページ：<https://k-kyowakai.or.jp/eastkobehp/>

当院の緩和ケア(ホスピス)病棟へのご入院をご希望される場合は、まずはお電話で  
ご相談ください。

相談日時：月・木・金(平日のみ) 14:00～16:00

電話番号：078-841-5731(病院代表につながります)

お電話口で「緩和ケア(ホスピス)相談をお願いします」とお伝えください。

