

は～とねっと

札幌白石記念病院と患者さん＆地域の方々とのコミュニケーション誌

ご自由にお持ちください

特集

ノロウイルス感染症とは？



院長就任の
ご挨拶

健康と運動をサポートいたします

通所リハビリの紹介



栄養士さんの🍴旬レシピ
冬の減塩満足主菜

札幌白石記念病院
スタッフボイス

ひとこと



院長就任のご挨拶



宮田 節也

令和元年10月に、当院の院長を拝命致しました宮田節也（みやたせつや）です。この場をお借りしまして、皆様にご挨拶申し上げます。

これまで脳神経外科と循環器内科の専門病院として、この白石区で医療をさせて頂いておりましたが、令和元年5月から、さらに心臓血管外科を増設し、令和2年からは、新棟に透視センターを開設し、また外来リハビリテーションにも注力する予定となっております。当院は、カテーテルによる、脳血管・狭

心症・不整脈の治療を精力的に行ってまいりましたが、これからは、前任の野中理事長が打ち出した「頭から足の先までの動脈硬化性病変に対応できる病院」が実現できるよう、診療科の増設により、より幅広く診療・治療を行ってまいります。令和の始まりと共に、皆様に「この病院でよかった」と言っていただけるよう、職員共々より一層努力いたしますので、皆様より、一層の御支援・御指導を賜りますようお願いいたします。

特集

ノロウイルス感染症とは？

ノロウイルスは、主に11月から3月にかけての冬期間に流行しやすく、感染力のとても強いウイルスです。ノロウイルス感染症は、乳幼児から高齢者までの幅広い年齢層にウイルス性の感染性胃腸炎を引き起こし、保育園や高齢者施設で集団発生しやすい疾患です。

感染管理認定看護師 新妻 美鈴

どんな症状ですか？

潜伏期間は、通常1～2日以内で突然、吐き気や嘔吐を発症し、続いて下痢・腹痛が起こってくるのが特徴です。症状は、3日程度と短く、予後は良好です。しかし、体力や免疫機能の弱い乳幼児や高齢者などでは、下痢による脱水症状や合併症により重症化することがあります。

感染経路は？

汚染された食品が原因となる「食中毒」と、感染者の便や吐物が原因となる「ヒトからヒト」経路があります。

食中毒

- ・汚染された二枚貝の生食あるいは不十分な加熱のものを食べた場合
- ・汚染された調理器具や手指を介して、二次的に汚染された食品を食べた場合

ヒトからヒト

- ・便や吐物の処理後に手洗いが不十分なことや汚染された箇所（使用後などに触れたドアノブやテーブルなど）に触れることにより、汚染された手指を介して接触感染する場合
- ・便や吐物の乾燥により、ウイルスが空気中に漂い、それを吸い込むことにより空気感染する場合

予防方法



ノロウイルスは感染力が強く、10～100個という少量でも感染すると考えられています。感染したノロウイルスは腸管内で増殖し、患者の便や吐物1g中には、100万個から10億個ものウイルスが含まれていることがあります。また、症状がおさまっても2～3週間程度はウイルスを排出し続けることがあります。このため症状が落ち着いても、二次感染にも注意が必要です。

手洗い

感染にかからないため、うつさないためには、手洗いが何よりも重要です。調理や食事の前、トイレの後など、こまめに石けんを使ってしっかりと手洗いをします。

便や嘔吐物の処理

便や吐物の処理をする際は、使い捨ての手袋とマスクを着用します。ウイルスが飛び散らないように、ペーパータオルなどで静かに拭き取り、漏れないようにビニール袋でしっかりと封をして廃棄します。便や吐物が付着した床などは、次亜塩素酸ナトリウム（0.02%）で浸すようにして2～3回消毒して拭き取ります。（消毒薬は、使用上の注意点を確認してくださいね）なお、じゅうたんなどには、スチームアイロンで対応します。処理後の手洗いは十分に行いましょう。

便座やドアノブなどの環境の消毒

ノロウイルスは、環境中でも長期間生存できると考えられており、環境の消毒も大切です。できるだけ頻繁に、次亜塩素酸ナトリウム（0.02%）を用いて、2度拭き消毒をします。

札幌白石記念病院 スタッフボイス



血液浄化センター
きむら ぎょう
木村 剛

透析患者さんは脳血管疾患や心不全を併発するリスクが高いと言われています。当院は、これらの合併症に対し専門的な治療を提供できる病院です。2020年4月からの開設を目指し、新棟3階に血液浄化センターの開設準備を進めています。

栄養士さんの旬レシピ

豚ヒレ肉のから揚げねぎ酢あんかけ

234kcal 塩分1.2g（1人分）



旬の食材を使い、香りや食感を上手に活用して美味しい減塩を楽しみましょう。

【材料】2人分

豚ヒレかたまり肉	200g
生姜のしぼり汁	小さじ1
しょうゆ	小さじ1/2
かたくり粉	適量
揚げ油	適量
長ねぎ	1/2本（40g）
だし汁	3/4カップ
酢	大さじ1
砂糖	小さじ2
塩・こしょう	少々
かたくり粉	大さじ1

【作り方】

- ① ヒレ肉は1cm厚さに切り、肉たたきやめん棒などで軽くたたいて②をからめる。長ねぎは小口切りにする。
- ② ヒレ肉にかたくり粉をまぶし170℃～180℃に熱した揚げ油でこんがりと揚げる。
- ③ 小なべに⑥を合わせてよく混ぜかたくり粉を溶かす。混ぜながら火にかけ、煮立ったらねぎを加えてひと煮しとろみがついたら火を消す。
- ④ ②を器に盛り③をかける

☆しょうが風味のから揚げに、ねぎの香味を生かしたあつあつのあんをからめると減塩でも満足できます！

健康と運動をサポートいたします

通所リハビリの紹介

当院では、医療保険によるリハビリを終了された方に対し、引き続きリハビリを必要とする方においては、「通所リハビリテーション」を実施しています。

「通所リハビリテーション」は介護保険の要支援、又は要介護の認定を受けた方に対し、ケアマネジャー（介護支援専門員）のケアプランに基づいて提供されます。通所リハビリ開始に際しては、リハビリ科外来受診により適応を判断いたします。

理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による個別リハビリを実施し、また当院では健康運動指導士、栄養士も配置しておりますので運動面・健康面のサポートも致します。

当院では、「短時間型通所リハビリテーション」を実施し、滞在時間も1～2時間の範囲でリハビリに特化した内容となっています。「リハビリを重視したい」などの対象の方にはお勧めです。対象地域範囲内に限り、送迎サービスも実施しております。また、リハビリテーションマネジメント加算Ⅲ体制を整備しており、定期的なリハビリ医師や担当スタッフ、各種サービス担当者、本人、家族のもと「リハビリ会議」を開催し、リハビリの進捗状況、機能的な変化、改善点など分かりやすく説明し、目標の設定・達成度を確認しており、目標達成や状態の安定が図られた場合には他事業所への移行も進めています。

病院内に事業所を設けているので、緊急時などは脳神経外科、循環器内科と連携し迅速に対応でき、安心してリハビリが実施できます。

ご希望の方は、担当ケアマネジャーまたは、医療相談員、リハビリスタッフなどにお気軽にお声かけください。介護保険をお持ちでない方についても一度ご相談ください。

令和元2年4月より通所リハビリ棟増築を予定しており、リハビリスペースを拡大し、マシンなども導入します。より一層の体制を整備し、地域の皆様に貢献できるリハビリを提供できるよう日々努力してまいります。



一日のリハビリスケジュールの一例

9:55	到着	問診、健康チェック（血圧測定など）
10:00	個別リハビリ	（理学療法、作業療法、言語聴覚）
10:40	自主トレーニング	（トレッドミル、エルゴメーター、各自設定）
11:00	集団リハビリ	（希望者のみ）簡単な体操、脳トレなど
11:15	医師からの計画書説明、リハビリ会議など	
11:30	帰宅	

看護部長挨拶



看護部長
本城しのぶ

新年、あけましておめでとうございます。
皆様におかれましては、爽やかな新春を迎えられたこととお慶び申し上げます。

平成30年10月に看護部長を拝命しまして、早いもので1年が経過致しました。

この1年の間、時代は平成から令和へ。当院においては、新たに心臓血管外科が診療科に加わりました。更に、新棟増築工事が始まり令和元年末に完成し、本年4月には血液浄化センターを開院致します。

『頭から足の先まで網羅した、血管の専門病院！』を目指し『脳と心臓の完結した治療』を実現し、地域住民の健康生活に貢献していきます。

看護部は当院の方針に沿って、看護師としての専門的知識と技能を最大限に活用し、患者さんの命と向き合います。そして、患者さん自身の希望・可能性・ニーズを捉えると同時に、ご家族のニーズも個別的に的確に捉え、患者さんにとって有効な援助を方向づけて実践していきます。

私たちは、看護師自身の思考と感情を尊重し、患者さんの思いに寄り添い、看護援助に自信を持ってより良い看護を提供し続けて参ります。

本年も地域の皆様の温かいご理解、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

外来医予定表 [2020年2月より]

* 出張医師

診療科		月	火	水	木	金	土
脳神経外科	午前	野中	大坊	本田	本田	大坊	当番医
		恩田	米増	野村	佐々木*	稲村	
		岡*					
	午後	野中	大坊	野村	本田	野中	
		野村	米増	恩田	佐々木*	稲村 (もの忘れ外来)	
		岡*				橋本 (13:30～15:00)	
循環器内科	午前	宮田	藤井	大村	藤井	宮田	当番医
			宮本(不整脈外来)		宮本(不整脈外来)		
	午後	宮田	宮本	大村	藤井	大村	
リハビリ テーション科	午前	橋本	橋本 (9:00～10:00 再診のみ)	橋本 (9:00～10:00 再診のみ)	橋本	橋本	
心臓血管外科	午前					角野	
	午後			角野			

診療・受付時間

平 日：午前／9時～12時(受付：8時40分～11時30分) 午後／13時～17時(受付：11時30分～16時30分)
土曜日：午前／9時～12時(受付：8時40分～11時30分)

※ご予約の受付はお電話でも可能です。平日のみ。土日祝除く。

(電話受付時間 午前：9:00～11:30 午後：13:00～17:00 TEL：011-863-5151)

※都合により、担当医師は変更になる場合がございます。ご理解・ご協力をお願いいたします。



社会医療法人 医翔会

札幌白石記念病院

〒003-0026 札幌市白石区本通8丁目南1-10

診療科目／脳神経外科・循環器内科・リハビリテーション科・
麻酔科・放射線科・心臓血管外科

ご予約の受付はお電話でも可能です。

☎011-863-5151(代表) FAX: 011-863-5161

