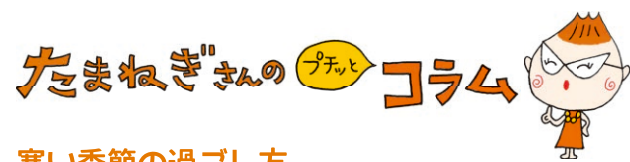




来年始動する「ふれあい生協病院」では、これまで埼玉協同病院で培った様々な知恵と教訓を総動員して、

質量ともに進化した健診事業に挑戦するつもりです。日本では、診断が遅れて効果的な治療が出来ず、いのちを落とす方が沢山おられます。今年、大阪大と国立がん研究センターのグループが、胃がん内視鏡検診を受けた人は、未受診の人に比べて、死亡リスクが61%低下することを報告しました。早期発見して、本号

でも紹介した重吉医師たちが治療に臨めば、健康な生活を続けることが出来ます。中島保健師も指摘していますが、川口は健（検）診を受けている人の比率が大変低い地域です。新しい健診センターでは、健（検）診未経験の方でも、安心して受診出来るような雰囲気と仕組みが実現できればと期待しています。



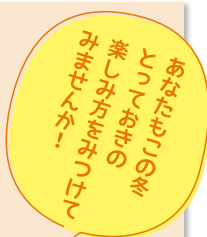
寒い季節の過ごし方

寒い季節がやってきましたね。コロナとインフルエンザの同時流行も心配ですし、寒いと何かと億劫になりがちだし、気持ちも後ろ向きになりがちですよ。そんな時こそ、秋号でも紹介したように前向き思考に挑戦してみませんか。寒さも四季のある日本だからこそ感じるこのできる醍醐味と思って、寒いからこそ味わえる楽しみをぜひたくさんみつけてみてください。



❖寒さを楽しむ10のヒント❖

- ① 煮込み料理や鍋料理で心も体もポカポカになってみる♪
- ② 好みの温かい飲み物でゆったりとした幸せ時間を過ごしてみる♪
- ③ 暖かい部屋で贅沢アイスを味わってみる♪
- ④ 入浴剤やバスボムにこだわって湯船でゆっくりリラックスしてみる♪
- ⑤ 楽器や編み物、読書など趣味に没頭してみる♪
- ⑥ 自分空間を作って映画やドラマをゆったり鑑賞してみる♪
- ⑦ マフラーや手袋、ニット帽など冬の防寒小物を楽しんでみる♪
- ⑧ 冬にしかできないアクティビティに挑戦してみる♪
- ⑨ 澄んだ空気を感じて青空や星空、イルミネーションを見上げて心をキラキラにしてみる♪
- ⑩ 白い息、水面の氷、霜柱、霜の降りた土手・・・などに目を留めて日常を豊かにしてみる♪



投書のご紹介



病院入口前の消毒液が強いんです。弱い肌用の消毒してもらいたいです。

コロナで消毒は良いけれど、手の荒れている人達の事考えてほしいです。



日頃より当院をご利用頂き、ありがとうございます。このたびは、入館時の消毒に際し配慮が足らず申し訳ありませんでした。新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の為に、来院の際には検温と手指消毒のご協力をお願いしています。

一度院外へ出た場合には、入館時に再度の消毒をお願いしていますので、ご理解ください。

また、肌の弱い方の為に非アルコール性の消毒液もご用意しておりますので、入口の職員にお声かけください。
(事務次長 高波奈津代)

埼玉協同病院だより

季刊

ふれあい

No. 32
Winter

特集

新しくなる健康増進センター

来年8月にふれあい生協病院に移転する健康増進センター。リニールを機会に地域にはたす役割と展望を特集します。



特集・対談

健康増進センターは地域の健康づくりを推進する拠点に



ご案内

ジェンダーフリーに事務制服が新しくなりました



専門医シリーズ

重吉 到 医師

確かな技術とチーム力で患者さんを支えたい



ふれあい
生協病院の
新しい健診

保健師
中島 祐子

NAKAJIMA YUKO × KOIKE AKIO

“地域の健康づくり”を推進する拠点に。 新・健康増進センター のこれから。

2023年8月にオープンする「ふれあい生協
もっと使いやすく、もっと地域の健康のため
らの展望を小池医師と中島保健師にうかが

病院」に、健康増進センターは移転します。
に。新しくなる健康増進センターのこれか
いました。

医師
小池 昭夫



フロア面積は**1.5倍**。
婦人科専用の検診エリアも

—— 2023年の8月、新たにオー
プンする健康増進センター
の特徴を教えてください。

小池 現在のセンターは、健康診
断用に設計されたものでなく、も
ともと病室だったエリアを改修し
た施設です。そのため、待合や着
替えのスペースに余裕がなく、検
査機器のある1階とセンターのあ
る2階とを行き来する必要があり
ました。今回の移転では、フロア
面積がこれまでの1.5倍になり、
開放感のある、ゆったりとした健
康診断エリアが誕生します。検査
機器も1か所にまとめられるた

め、あちこち移動することなく、
スムーズに受診することができる
ようになります。

中島 女性に配慮した施設とい
うのも特徴です。たとえば、婦人科
専用の検診エリアや待合スペース
ができたり、着替えがしやすいよ
うに更衣室をそなえたり、リラッ
クスして受診できるように工夫し
ています。

—— 新センターの方向性を決め
る際、組合員さんからどの
ような意見がありましたか？

中島 「新しいセンターに期待す
ることを教えてください」と、組
合員さんにお聞きしたところ、「予
約を取りやすくしてほしい」「車
いすでも受診しやすいようにして
ほしい」などの声をいただきまし

た。現在、予約枠が連日埋まって
おり、予約がとりにくい状況と
なっています。新センターは面積
が広くなって、問診室などの数も
増え、1フロアですべての受診が
完結できます。滞在時間が短縮で
き、現在よりも予約の受け入れ人
数を増やすことが可能になりま
す。また、段差のないバリアフリー
設計なので、車いすの方も気軽に
お越しいただけます。これからも、
組合員のみなさんと一緒に、健康
づくりの場をつくっていききたいと
思います。

困っている人たちの
助けになれる機関でありたい

—— 健康増進センターの役割を
どのように考えていますか。

小池 当センターはこれまで、健
康診断だけでなく、地域の保健予
防活動にも積極的に取り組んでき
ました。たとえば、東日本大震災
で埼玉県に移住した被災者向けに
甲状腺がんの検診をしたり、保険
診療を受けられない外国人や経済

的に困窮している人たちの健診。
地域の健康づくり促進のため、土
建組合の保健委員養成の講師を引
き受けたりすることも。元気な人
が健診に訪れるだけの場所でな
く、地域と関わりながら、困っ
ている人たちの助けになれる機関で
ありたい。この志を新病院でも引
き継ぎます。

中島 もっと自分の身体や健康に
興味をもってもらえるように情報
発信をしていくことも、大切な役
割だと考えています。「健康増進
センターだより」もその一つ。「熱
中症予防」や「感染症対策」など、
毎月テーマを変え、わかりやすい
ことばで伝えています。

センターが生まれ変わる
機会に、ぜひ健康診断を！

—— 健康診断をためらっている
人に、何を伝えたいですか。

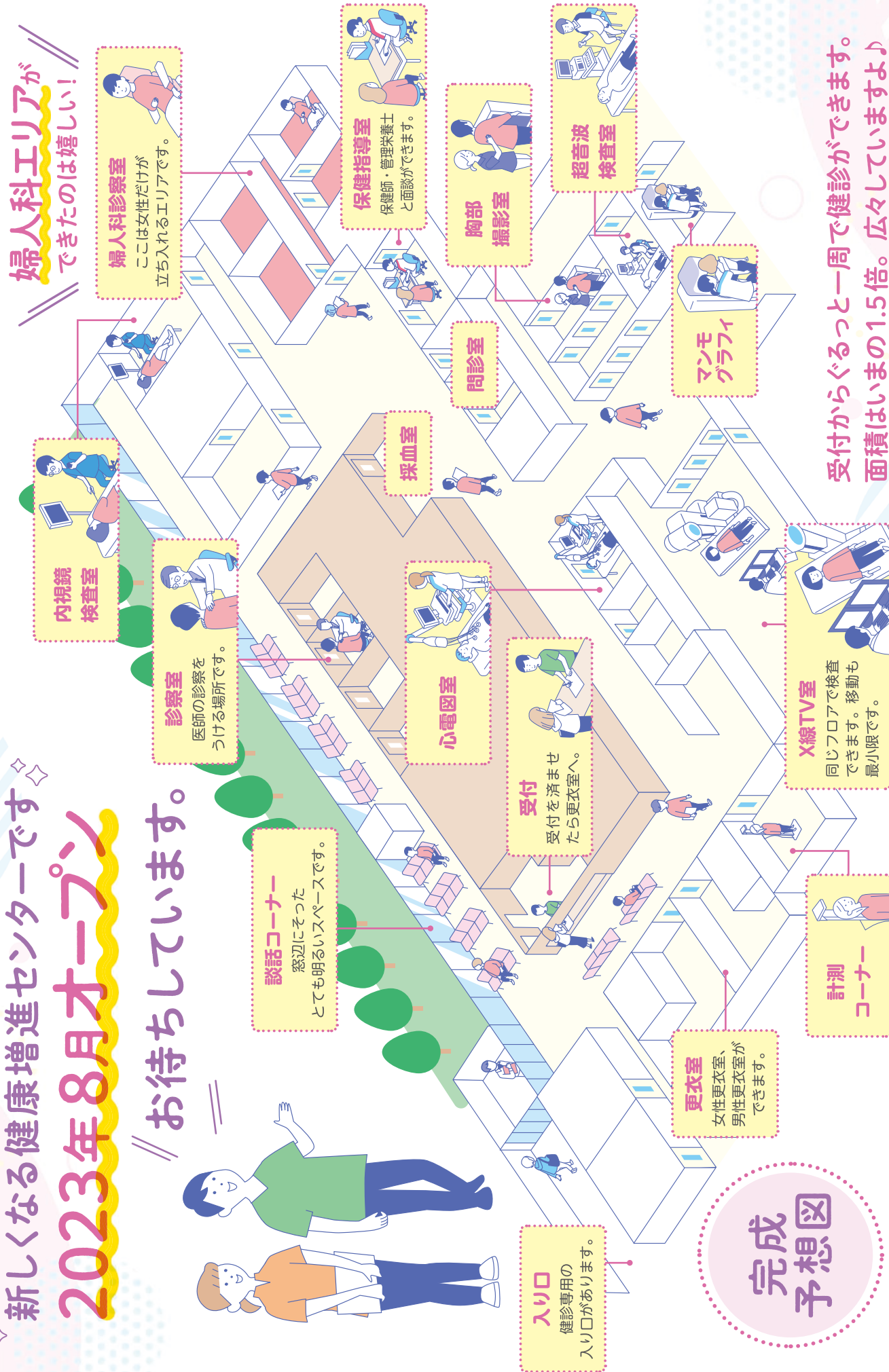
中島 川口市は埼玉県内でも健康
診断の受診率がとても低い地域で
す。センターが新しく生まれ変わ
る機会に、今まで受けていなかった
方にも来ていただくと嬉しいで
すね。「年に一回の健康診断」で、
自分の健康や生活習慣を見つめ直
しましょう。経済的な不安のある
方も、川口市では70歳以上のがん
検診が無料になるなど、いろいろ
な制度があります。わからないこ

とがあったら、ぜひ、ご相談くだ
さい。

小池 自覚症状がなく、元気だと
思っている、気づかないうちに
健康上のリスクを高める可能性が
あります。がん検診を1年怠った
ために、末期がんになってから気
づいたという例もあります。健診
で病気を早期発見すると、生活習
慣の改善につながり、健康を長く
維持できます。「行ってみたら、
こんなに変わった。より人生が楽
しくなった」と実感できるような
新センターにしていきたいと思っ
ています。



新しくなる健康増進センターです 2023年8月オープン お待ちしております。



TOPICS

事務制服が変わりました。



2022年の9月から事務職員の制服を変更しました。
今までは、男性はワイシャツにスラックス、女性はブラウス・ベスト・スカートでしたが、ふれあい生協病院開院に向けSDGsの観点からもジェンダーフリーの制服を採用し男女ともに同じスタイルにしました。

ふれあい生協病院の内装はアースカラーでデザインされているため制服の色も、大地のベージュ、植物のグリーン、空と水のブルー（社会福祉士）を採用しました。

制服も新しくなり心機一転、チーム医療を担う一員として努力していきます。

カウンター越しだけでなく対応のできる、自ら患者さんや組合員さんに寄り添える事務職員をめざします。

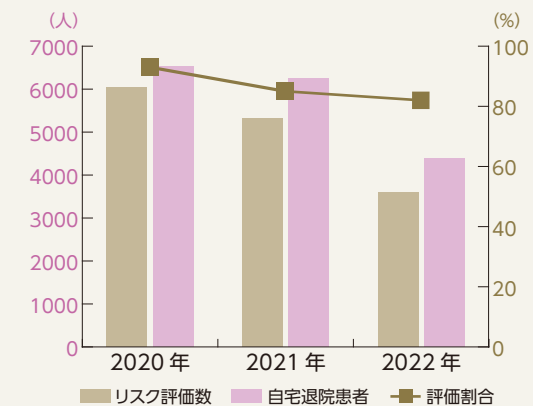


データで見る医療の質

健康リスクを評価して 生活改善につなげる

埼玉協同病院では、医療の質改善（Q I）の指標を設定して、医療水準・質の面での改善目標を決めて取り組んでいます。今回とりあげる指標は、入院時の健康リスクの評価についてです。

退院までに健康リスクを評価した患者数と割合



健康に悪影響を及ぼす可能性のある習慣や 状態(健康リスク)を評価して生活改善につなげる

健康づくり健診では、問診で生活習慣についてお聞きしていますが、入院される方にも、入院のきっかけとなった病状や経過だけでなく、現在の喫煙や習慣的飲酒の有無、栄養不良または肥満がないか、運動不足、口の中の状態などについて、詳しくお聞きしています。

これらの習慣は、現在の病状に影響していたり、治りにくい状況を作っていたりすることもあるため、よくなって退院してからも良い状態を保っていただきたいからです。ふだんはあまり気にしていないかもしれませんが、入院という出来事は、ご自身の健康を考えるよい機会でもあります。

左のグラフは、ご自宅に退院された患者さんに対して、退院までに健康リスクの有無をお聞きして、改善のための簡単な情報提供やアドバイスなどした数を表したものです。2022年は9月までのデータです。割合を見ると、年々低下しています。看護師だけでなく、薬剤師や栄養士、リハビリ療法士、歯科衛生士などが伺ったりしています。新型コロナウイルス感染症流行の影響もあり、病棟の滞在時間をなるべく短時間にしていく関係もあってお声かけが減っているのかもしれませんが。

病棟のデイルームや患者図書室・健康らいぶらり、健康増進センターなどに参考となるリーフレットが用意してあります。ぜひお手にとってご覧になっていただけたらと思います。

専門医 シリーズ 31

重吉 到

医師



出会いは 「高校生の一日体験」

浦和出身の重吉医師と埼玉協同病院の出会いは、高校2年生のころ。当院が毎年夏休みに開催している『高校生の一日医師体験』というイベントへの参加がきっかけでした。

「中学時代からなんとなく医師という職業に興味を持っていました。『一日体験』で、院内を案内してもらい、医療の現場を間近で見たことで、モチベーションが高まりました」

その後、信州大学医学部に入学。大学で実習をしながら、自分の将来について考え始めました。

「じつはぼく、とても不器用なので、大学の4～5年生くらいま

で、外科だけは絶対無理だと思っていました」と大学時代をふりかえる、重吉医師。信州大学の第一外科は、世界初の成人生体肝移植や国内初の脳死肝移植などを成功に導き、技術力の高さが国内外から注目されていました。

可能性を狭めず 将来の進路を考えよう

「第一外科で実習をしたとき、『外科医のなり手が年々少なくなっている』『不器用だからできない、ということはない』という先輩医師の言葉に背中を押され、前向きな気持ちが芽生えました。こんな自分でも、時間をかけて真面目に取り組めば、外科医になれるかもしれないと考えるよう

確かな技術とチーム力で 患者さんを支えたい

当初考えていなかった「外科医」の道を志したきっかけとは——。埼玉協同病院の消化器外科で胃がんの手術を専門に手がける重吉医師に、仕事への熱い想いや患者さんとの向き合い方をうかがいました。

PROFILE

〈経歴〉 2008年 信州大学 医学部卒業
〈資格〉 日本外科学会外科専門医、
日本がん治療認定医機構がん治療認定医、
消化器外科専門医、消化器がん外科治療認定医
消化器病学会専門医



になったのです」

こうして、外科へ進むことも考え始めた重吉医師は、大学卒業後、地元に戻り、埼玉協同病院に入職しました。

「埼玉協同病院を選んだ理由は、奨学金の援助を受けたから、というだけではありません。尊敬できる医師たちと、頼ってくださる患者さんがいて、技術を磨ける環境があると考えたからです。また、患者さんの退院後も見すえて病気のものの以外の面からも多職種でサポートしているこの病院なら医師として成長できると思い、決めました」

重吉医師が担っている、 年間約30件の胃がん手術

現在、重吉医師は、埼玉協同病院の消化器外科医として、胃がんの手術を専門に担っています。当院で行われる胃がんの手術は、年間で約20～30件。その多くを、重吉医師が手がけているそうです。

「胃がんの場合、内視鏡治療の適応が拡大しており数も増えていますが、すでに進行している場合は手術を行います。なるべく患者さんに負担をかけず、よい治療ができるように、技術向上への取り組みは欠かせません」

重吉医師をはじめ当院の医師の多くは、専門病院で研修を受け、学会に積極的に参加するなど、最新技術や知識を学び、治療に取り入れています。重吉医師は、腹腔鏡手術の動画を先輩・後輩たちと一緒に見ながらフランクに意見を出し合い、情報や知識を共有でき



る時間もつくっているといいます。

「知識や技術の向上と同じくらい、患者さんとの向き合い方やコミュニケーションは大切です」と重吉医師は言葉に力をこめます。

「以前、患者さんとのコミュニケーションがうまくいかず、誤解や不安を与えてしまったことがありました。その経験を忘れずに、現在は、病状について説明する時間や聞く時間をしっかりとることを心がけています。自分の身体に何が起きているのか、今後の生活がどうなるのかわからないままだと患者さんは不安になり、医師や病院への信頼も揺らぎます。病状に大きな変化がない場合でも、まめに顔を見て話をすることが大切だと思います」

自分の役割と患者さんの 存在が、仕事の原動力に

さいごに、埼玉協同病院の医師

として働くうえで、どんな場面でやりがいを感じるかをうかがいました。

「消化器外科医として、いつも多くの刺激やアドバイスを与えてくださる、頼れる先輩たち……栗原唯生医師や佐野貴之医師とともに仕事ができるのは幸せなことだと日々感謝しています。そして、当院で行われる胃がんの手術のほとんどを任せもらえる、自分だけの“役割”があることや、自分を頼ってくださる患者さんたちの存在に、大きなやりがいを感じています」

プライベートでは、5歳と2歳の男の子のパパです。子どもが大好きという重吉医師。

「子どもはあっという間に大きくなってしまいますから、帰れる時はなるべく早く自宅に帰って一緒に過ごしたり、旅行する時間をつくっていきたいですね」