

特定医療法人明徳会 佐藤第一病院広報誌 明日花川



No. 75
2024.11.1

あすかがわ

“あすかがわ”は地域の皆様に役立つ情報の発信を目指す広報誌です

仕事子育て
サポート企業認定
子育てサポートをしています



TAKEFREE
ご自由にお持ち帰りください

医療療養病棟

増築移転完了御礼



TOPIX

- 増築移転工事・完了報告…………… 2
- 知って得する医療ナビ…………… 4
- リハビリコラム…………… 7
- さとうで安心!手がるに健診… 8
- からだ喜ぶレシピ…………… 9
- さとうの救急箱…………… 10
- 外来担当医一覧表…………… 12



医療療養病棟 移転完了御礼

当法人は本年7月28日を以て、佐藤第二病院の医療療養病棟(50床)を佐藤第一病院へ増築・移転いたしました。地域の皆さまには、工事に伴う駐車制限などでご不便をおかけし、誠に申し訳ございませんでした。皆さまのご協力のお陰で工期が終了し、無事移転がかないましたことを心より御礼申し上げます。

尚、病床の移転に伴い、佐藤第二病院は8月1日より「佐藤とよかわクリニック」に名称変更し、内科・小児科・心療内科の無床クリニックとして診療を行っております。



個室(トイレ・洗面台完備)



4床室

病棟主治医よりのご挨拶

一般的に「病院」と聞いて多くの方が思い浮かべるのは、既存の佐藤第一病院の診療体制だと思えます。外来や救急外来を受診後、入院して検査や手術・治療を行う病院です。患者さんは、若い方からご高齢な方まで様々です。

一方、今回増築した療養病棟の治療対象は、何らかの医療的治療が必要で、基本的に高齢で介護を要する方や、若くても寝たきりであるなど自宅での生活が難しい方です。病気としては、認知症・終末期のがん・脳卒中後遺症、難病などがあげられます。

次に、治療方針です。一般病院では心臓マツサージや気管挿管といったいわゆる延命治療まで行い、数週間から長くても数ヶ月の入院で退院となるケースが主です。しかし療養病棟では、基本的に入院期間の制限はありません。残された時間をいかに安楽に送っていただけるかを主とした病棟です。いわゆる延命治療は行いませんが、苦痛を取り除く事を中心に、しっかり診療させていただきます。

療養病床に対して「看取り専門」だとか、「死を待つだけだ」というイメージを持つ方もおられますが、実際には熱が出れば検査を行い、苦痛があれば緩和ケアに準じた薬剤調整を行います。或いは、容態が安定し、介護



面談室



病棟通路



器械浴室



器械浴室



看護師詰所



副院長 藤井 郁夫

の必要もなくなれば、退院していかれる方も
いらっしゃいます。どのようなケースでも、ご本人・
ご家族に安心していただけるよう、手厚い
看護が提供できる体制を整えております。
将来的には、人工呼吸器管理の患者さんや、
難病の患者さんを介護されているご家族へ
のレスパイト（小休止・一時預かり）入院も
進め、今まで以上に患者さんおひとりおひと
りの病状に寄り添える療養環境をご用意し
たいと考えています。
書面では説明が難しいこともありますが、
ご不明な点があれば、地域医療連携室にお声
かけ下さい。

スポーツ障害・早期発見のための座談会

県北地域の成長期スポーツ障害を減らすためには、何が必要か



鍼灸師

養生健美治療院
院長

吉武 博文

Yoshitake Hirofumi

整形外科医師

佐藤第一病院
整形外科部長

渡邊 裕介

Watanabe Yusuke



渡邊医師は、大分県北部地域のスポーツ障害を減らし、子供たちが楽しく健やかに成長できるように、どうすれば良いのかを考え続けてきました。

今回は、渡邊医師と同じ志で「子供たちのスポーツ障害の予防」に関心を寄せ、実際に地域での活動実績を持つ鍼灸師・吉武先生をお招きし、成長期スポーツ障害について座談会を行いました。



今までのスポーツとの
関わりについて教えてください

渡邊：私は小学生の頃からサッカーをしていました。小さい頃から整形外科に大変お世話になっていたのも、自分がこの道を選ぶ上で重要な要素であったと思います。

神戸大学での研修時代にはヴィッセル神戸のチームドクターを務める病院に2年間勤務しました。ここでは、トップ選手のメディカルチェックや治療などのアシスタントをさせて頂きました。その当時からスポーツには何らかの形で関わりたいと思っていました。しかし、日常の診療において、外来や手術に追われる形となり、スポーツ診療を積極的に行うまではなかなか手が回らないのが現状であったかと思えます。

吉武：私は鍼灸の学生時代から、スポーツと深い関わりを持ってきました。当時、鍼灸の師に帯同し、全国大会常連高校への治療に参加しており、そこで実践的な経験を積みました。また、箱根駅伝常連大学の夏合宿にも参加し、鍼灸師のメディカルトレーナーとしての関わりを学びました。これらの経験を基に、現在はスポーツを行う学生や社会人の治療にも積極的に取り組んでいます。さらに、小学生対象の運動教室を共催し、子供の発育発達に基づいた体づくりにも力を入れています。

県北地域における スポーツ障害の問題点とは？



吉武：身体に何かの障害が起きた場合、相談できる医療機関が少ないことが、この地域の問題点であると感じます。

渡邊：私も同様に感じています。端的に言って県北の医療機関がスポーツ選手や保護者の信頼を得られていないのが要因かと思えます。私は別府市内のしん整形外科リハビリテーション&スポーツクリニックでも勉強させて頂いていますが、県北から別府まで通院される患者さんも多くおられます。

吉武：交通手段が限られているため、専門の医療機関への通院が困難なことも課題ですね。

渡邊：県北だけでもかなり広範囲ですからね。できるだけ身近に信頼できる医療機関があることが重要だと思います。

吉武：さらに、スポーツ教育や予防に関する知識が普及していないことも大きな問題です。そのせいでスポーツ障害のリスクを抱えたまま運動を続けている子供さんも多いです。

渡邊：そうですね。子どもたちを守るためには、吉武先生のように予防に力をいれる先生方が増えることが重要だと感じます。

吉武：現状では、医師や理学療法士、鍼灸師、柔道整復師、トレーナーなど、専門家同士の共通言語や共通認識の不足が、患者の早期復帰を妨げる原因となっています。

なぜかというところ、専門家の意見が食い違うことで、患者が治療方法や休養期間に迷い、最適な治療が受けられない場合があるからです。この辺りが問題点だと感じています。

渡邊：それは大きな問題ですね。それぞれの立場で取り組み方がありますが、互いを尊重して「県北のスポーツ障害を減らし、子供達の未来を守る」という目標を共有するような風土を築きたいですね。



問題点解決には、 どんな取り組みが必要でしょうか？

吉武：まず専門家同士の連携を促進すること、さらに地域全体での協力が重要であると思います。専門家の連携においては、同じような方針で、一貫性のある治療を提供できる体制の構築が求められます。定期的な情報共有の場を設けることで、患者が最適なケアを受けられるようにしたいです。

渡邊：今回の対談もその一環だと思います。顔の見える連携を進めることで、有識者同士の共通認識が深まり、患者さんの安心につながるかと考えています。

吉武：そうですね、直接対話することで想いもつながる気がしますね。

吉武.. もう一つ、地域全体での協力については、スポーツ指導者や選手、保護者に向けた「怪我の予防とセルフケア教育の強化」が重要だと考えています。

地域の教育プログラムを充実させることで、未来の怪我リスクの低減につなげ、選手たちの健康と能力を向上させる土壌を作って行きたいと思っています。

渡邊.. 確かにそうですね。スポーツ障害の発生率を下げるためには、日頃からの指導が最も重要と考えます。まずは選手、次に指導者や保護者に対して日常的ケアの重要性を伝えることが肝要ですね。

それを地域全体に浸透させるには、いずれは行政からの支援も必要になると思います。すでに「運動器の健康・日本協会」が、内閣府や文部科学省と連携を図りながら「認定スクールトレーナー制度」※1を開始しています。

将来的には、行政管理の下、リハビリスタッフなどが地域の子供を守るリーダーとなっていく体制が想定されています。

現在進行形、または 近い将来実現したい活動について

渡邊.. 当院の取り組みとしては、私とリハビリスタッフでエコー(超音波検査器機)を用いたメディカルチェックを開始しています。練習や試合の現場にエコーを持参し、その場でスポーツ障害の有無を調べる試みです。



これによりスポーツ障害の早期発見・早期治療が期待できます。また、いかにして怪我リスクを回避するかの指導も並行して行っています。

吉武.. スポーツ選手の健康と安全保証のためには、私たち専門家が一丸となって支えることが何よりも大切です。専門家が共通認識を持ち、連携を強化することで、一貫性のある治療、最短で最適なケアを受けられる体制を実現したいと思っています。

そのためには、まず怪我の予防やセルフケアの大切さを幼少期から伝えていくこと、成長に合わせて検査や診断を受けられる仕組みが必要と考え【専門家と連携した子どもたちのための運動教室】を計画中です。

こうした機会を通じて、成長期の子供たちが適切な治療の機会に恵まれ、健康な体を作る手助けをしたいと考えています。

渡邊.. 吉武先生の試みは、医療者にとっても大変魅力的です。微力ながら、私にも協力出来ることがあれば参加させて頂きたいと思っています。



今後子供たちの健全な成長を願って尽力していきますので、皆様のご支援のほど何卒よろしく願います。

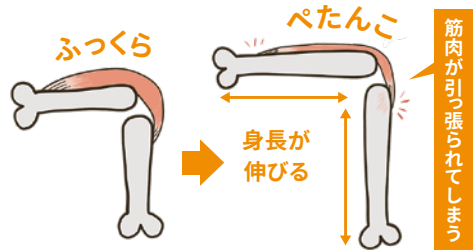
鍼灸師 吉武 博文
整形外科医師 渡邊 裕介



＼おさまの！ お体チェック&スポーツけが予防



身長がグングンと伸びて骨が大きくなる時、同じくらい筋肉も伸びてくれると良いのですが、骨の急成長に筋肉の柔軟性が追いつかない時、けがをしやすかったり痛みが出たりすることがあります。



簡単柔軟性チェック

※このチェックを、体が硬くてできないお子さまは下記ストレッチをお試し頂いて良いですが、痛みがあってもできない場合はストレッチの適応でないことがあります。



1 ご家族の方が足を優しくお尻に近づけると、痛みが出たり股関節が浮かずに、かかとがお尻につく。



2 かかところが浮かずにしゃがむことができる。



3 背中で指を組むことができる。(左右ともに)

できないものがあれば、↓で紹介するストレッチを試してみてください

柔軟性UPストレッチ

息は止めずに
ふーっと吐きながら♪



1 太もも前の筋肉のばし



2 アキレス腱のばし
後ろ足の膝を伸ばし前の膝を曲げる。踵が浮かないように。



1 2 3 肩・股関節・背中の筋肉のばし
手は肘を曲げて万歳。両足を倒す。



3 手と肩の筋肉のばし
肘を持って体を横に倒す。

★お風呂上がりに痛くなく気持ち良い程度でゆっくり1箇所を10～20秒、3回程度のばしましょう

★柔軟性チェックで硬さのあった番号と同じ番号のストレッチを行ってみましょう

★骨の成長と筋肉の柔軟性が丁度良く進むことで、スポーツ時のけがを予防しやすくなります

宇佐市の

国民健康保険に加入している**40歳以上の方**
後期高齢者医療制度に加入している方



年1回

**必ず特定健診を受診し
生活習慣を見直しましょう**

Q

健診の費用って
いくらかかるの？

A 宇佐市の国保なら
8000円相当の健診が
無料です！

Q

特に体調は悪く
ないけど必要なの？

A 定期的な受診が
病気の早期発見・予防
にも繋がります

Q

病院に通院中でも
受けていいの？

A 通院中の方も
健診の対象です

そういえば、
薄緑色の封筒が
届いてたなあ



40歳を越えたら、
宇佐市から受診券が
送られてくるよ！

特定健診は佐藤第一病院で受けることができます

健康診断の結果、再検査・精密検査といった二次検査が必要な場合も
当院で様々な検査に対応していますので、お気軽に窓口へお問い合わせ下さい

胃カメラ 大腸カメラ 超音波検査 レントゲン CT検査 MRI検査 心電図 血液検査 など



食欲不振、倦怠感、
胃腸の不調…



夏の疲れに効く一杯/

秋の養生スープ

監修：栄養科 系長



今年は大変な猛暑でしたね。10月に入り、ようやく過ごしやすくなってきたのに、食欲がない・疲れやすい・よく眠れないなど、身体の不調を感じることはありませんか？それは酷暑からの疲れや、気温の変化に伴う自律神経の乱れが原因となる「秋バテ」かもしれません。

そんなときに召し上がって頂きたいのがこのスープ。身体を温めて冷えを改善するしょうが、疲労回復に役立つビタミンB群を含むベーコン、食物繊維が腸内環境を改善し、ポリフェノールやビタミンCが元気な身体をつくるさつまいも。そこに幸せホルモン「セロトニン」の材料になるトリプトファンが豊富な豆乳を加えて仕上げます。

胃腸を温めながら、夏の疲れをじんわり癒やしてくれる優しい味わいです。ぜひお試しください。

作り方

- ① さつまいもはさいの目に切って5分ほど水にさらす。水気を切って耐熱容器に移し、ラップをかけて電子レンジで加熱する。(竹串が刺さる程度の硬さになればOK)
- ② 白菜は葉と芯の部分に分け、葉はざく切りに、芯はうすい削ぎ切りにする。しめじは石づきを取り除き、人参は短冊切りにする。生姜はすりおろしておく。
- ③ 鍋に分量の水を入れ、白菜の芯、しめじ、にんじん、鶏ガラスープの素を入れる。沸騰したら弱火にして5分煮る。
- ④ ③に加熱しておいたさつまいもと、白菜の葉を入れる。再び煮立ったら、生姜、豆乳を入れて沸騰しないように温める。
※ゴマ油、塩・胡椒を加えて味を調整する

仕上げのポイント

豆乳は沸騰させると口当たりが悪くなるので、沸騰しない程度に温めて下さい。

材料(4人分)

- ・白菜…………… 200g
- ・しめじ…………… 1パック
- ・人参…………… 8cm
- ・さつまいも…………… 300g
- ・ベーコン…………… 4枚
- ・しょうが…………… 1片
- ・豆乳…………… 400ml
- ・水…………… 400ml
- ・鶏ガラスープの素 小さじ2
- ・ゴマ油…………… 小さじ2
- ・塩・胡椒…………… 少々

栄養価(一人分)

- ・エネルギー…………… 216Kcal
- ・たんぱく質…………… 7.5g
- ・塩分…………… 1.1g
- ・カルシウム…………… 88mg

私がお答えします!

小児科 杉原 啓介

専門領域(資格等)

●日本小児科学会小児科専門医



佐藤第二病院発 子育て応援コラム

さとうの救急箱

今回のテーマ

知って欲しい
チック障害や
トゥレット症候群について



こどもたちのかかりつけ医として、小児に関わる病気や育児の相談などに対応しています。こどもたちの目をよく見て、よく話してあげてを重視した診療を目指していきたいと思っています。

チックは子どももの5〜10人に1人の割合で経験していますが、多くは一過性であり、ほとんどの子どもは1年以内に症状が改善しますが、改善と増悪を繰り返したり、重症化することもあります。



チックとは?

突発的に眼をぱちぱちさせる、片方の肩を上げたりする等、ある動作を繰り返したり、音を出したりすることをチックと言います。

チックの症状

1 単純運動チック

まばたきが最も多く、横目をする、眼を回す、白目をむく、口をゆがめる、肩をすくめるなどがあります。

2 単純音声チック

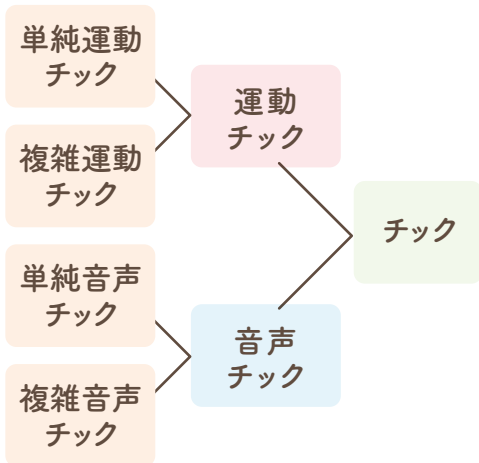
咳払いをする、うなる、鼻をクンクン鳴らす、「アッ、アッ」と声を出す、吠えるなどがあります。

3 複雑運動チック

からだの色々な部分が一緒に動くチックです。からだの表情を変える、飛び跳ねる、人や物にさわるなどがあります。

4 複雑音声チック

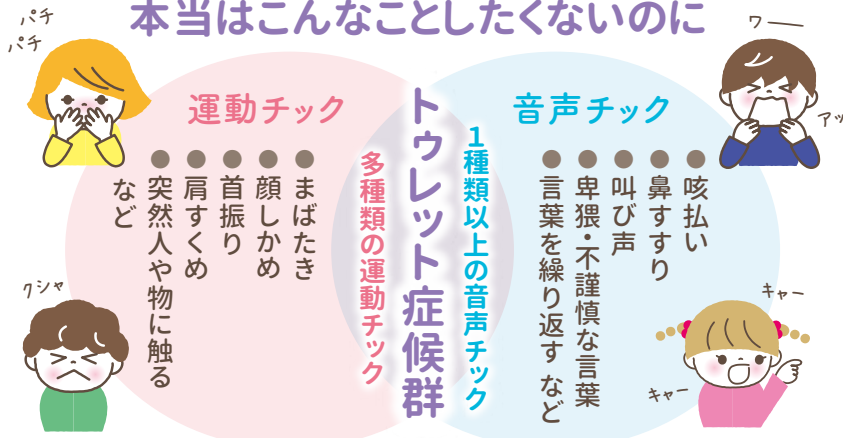
卑猥な汚い言葉を発する(汚言症)、他の人に言った言葉を繰り返す(反響言語)、自分の話した音声や単語を繰り返す(反復言語)などがあります。



トウレット症候群とは？

いくつかの運動チックと、音声チックが続くのがトウレット症候群です。

本当はこんなことしたくないのに



身体がいうこときかないの

自分で動きを止めることが難しく、わざとしているわけではありません。以前は心の問題と言われてきましたが、現在は遺伝的な要因が関与すると考えられており、発達障害の一種であり、他の発達障害も合併することがあります。

疲労や発熱、緊張やストレスで悪化することも知られています。ドーパミンという神経伝達物質のアンバランス関与が指摘されています。親は自分の育て方が悪いと悩みますが、育て方の問題ではないのです。

親のしつけ
育て方の失敗

先天的な
脳神経系の異常

チック症状を見ると、親や周囲の人は気になって、子どもに注意をすることが多いようですが、これは逆効果です。叱られた直後は逆にチック症状が増加しますので気を付けて下さい。

やめたいのに
やめられなくて
困っているんだよ

そうなんだ！



学校での適応を支援し、チックによる社会生活への影響を最小限に抑える取り組みも生活環境の調整として重要です。

チックは動作性の場合、どの動作で出るか、音声の場合は、どのような音声で出現するのが重要です。

年齢によって異なりますが、小学校、中学校でチック症状が出る場合、不自然な出方をするとう学校での生活は非常に大変になることがあります。教師や周囲の人と知識としてのチックの情報を共有することが大事です。

周囲の理解が足りないために不登校になるケースもあり、このような場合には担任への説明も必要になることもあります。このような時には、小児神経専門医による薬物療法も考慮すべきでしょう。

治療の目的は「チックの完全消失」ではなく、「チックがあっても、気にせず、困らず普段の生活が送れること」です。

チック

- ✓意志とは関係なく筋肉が動く
- ✓数か月は様子を見て
- ✓ご本人やご家族が困る場合は治療することも
- ✓優しく見守ることが一番

外来担当医一覧表

～令和6年10月9日現在の外来体制です～

理念

特定医療法人 明徳会 佐藤第一病院は、
1. 患者さまの尊厳を守り、地域に密着した質の高い医療を目指します。
1. たえず医療水準の向上に努め、チーム医療を推進します。

運営方針

1. わたしたちは、専門スタッフがそれぞれの役割を分担し、患者さまを中心にしたチーム医療を行います。
1. わたしたちは、患者さまご家族との信頼関係を大切に、満足して頂けるように人格形成をはじめ、知識、技術の向上に努めます。
1. わたしたちは、病院職員としての誇りと責任を持って、他の医療機関、施設との連携をすすめます。
1. わたしたちは、よりよい医療を提供するために、相互啓発し魅力ある職場づくりを目指します。

患者さまの権利

わたしたちは、患者さまの以下の権利を尊重し、納得と同意に基づいた医療を行います。
1. 良質かつ適切な医療を公正に受ける権利をもっています。
2. 医師・病院を自由に選択し、他の医師の意見を求める権利をもっています。
3. 十分な説明と情報提供を受けた上で、治療方法などを自らの意思で選択する権利をもっています。
4. 人格や価値観が尊重され、人としての尊厳が守られる権利を持っています。
5. 意識がないか判断能力を欠く場合や未成年者の場合、代行者に決定を委ねる権利をもっています。
6. 自分の診療記録の情報を受ける権利をもっています。
7. 個人情報の秘密が守られる権利を持っています。

患者さまの責務

当院理念「患者さま中心のチーム医療」を進めるうえでの、大切な役割を自覚して頂くために、患者さま自身に求められる以下の責務をご理解下さるようお願い致します。
1. 正確な情報を提供するとともに、疾病や医療を充分理解する責務。
2. 医療に積極的に取り組む責務。
3. 快適な医療環境づくりに協力する責務。
4. 社会的ルールを守る責務。

●午前受付時間11:00まで <ご注意>お電話での受付は行っておりません。

午前

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
総合診療科	—	—	杉谷 誠爾	—	杉谷 誠爾	—
内科	—	姜 正広	姜 正広	姜 正広	姜 正広	島本 大
内科	—	吉田加奈子	吉田加奈子	藤井 郁夫	吉田加奈子	藤井 郁夫
内科	—	—	—	白井洋一朗	—	白井洋一朗
呼吸器内科	—	増田 大輝	—	—	増田 大輝	—
消化器外科・肛門科	—	當寺ヶ盛 学	(大分大学)	宮崎 信彦	—	宮崎 信彦
脳神経外科	—	中原 成浩	豊田 啓介	齋藤 玄德	中原 成浩	川越 貴史
整形外科	—	渡邊 裕介	西里 徳重	—	西里 徳重	—

午前 専門外来

完全予約制

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
神経内科	—	—	—	秋山 拓也	—	西江 信
慢性疼痛外来	—	—	—	—	秋山 拓也(1・3・5)	—
膠原病外来	—	—	—	首藤航太(大分大学)	—	尾崎貴士(大分大学)
放射線診断科	—	佐藤 仁一	佐藤仁一/島本 大	佐藤仁一/島本 大	佐藤仁一/島本 大	佐藤 仁一

※予約のない方は受付しておりませんのでご注意ください。受診を希望される方は、受付窓口にご相談下さい。

●午後受付時間 13:30～16:30まで <ご注意>お電話での受付は行っておりません。

午後

時間	曜日	月	火	水	木	金
内科	—	—	白井洋一朗	—	白井洋一朗(1・2・3・5)	—
整形外科	—	—	渡邊 裕介	—	渡邊 裕介	渡邊 裕介

午後 専門外来

完全予約制

診療科目	曜日	月	火	水	木	金
糖尿病外来	—	—	—	—	藤井 郁夫	松田直樹(大分大学)
生活習慣病外来	—	—	—	千葉政一(大分大学)	—	—
肝臓内科	—	—	—	荒川光江(大分大学)	—	—
神経内科	—	秋山 拓也	—	—	—	西江 信
膠原病外来	—	—	—	—	—	尾崎貴士(大分大学)
呼吸器内科(受付16:00迄)	—	—	増田大輝(受付16:00迄)	増田大輝(受付16:00迄)	—	—
総合診療科	—	—	—	—	杉谷誠爾(1・3・4)	—
脳神経外科	—	川越 貴史	中原 成浩	大西晃平(大分大学)	中原 成浩	豊田 啓介
整形外科	—	西里 徳重	—	—	—	—
慢性疼痛外来	—	—	秋山 拓也	—	—	—
消化器外科・肛門科	—	宮崎 信彦	—	—	當寺ヶ盛 学	當寺ヶ盛 学
放射線診断科	—	佐藤仁一/島本 大	佐藤仁一/島本 大	佐藤 仁一	佐藤仁一/島本 大	佐藤仁一/島本 大

※予約のない方は受付しておりませんのでご注意ください。専門外来はすべて予約制です。受診を希望される方は、受付窓口にご相談下さい。

乳腺外科

第2木曜午前	安東 由貴	受付時間/午前11:00まで(事前予約制です)
第3木曜午前	浜田 祥平	
第4木曜午前	安東 由貴	

内視鏡 担当医

時間	曜日	月	火	水	木	金
午前	—	島本 大	(大分大学)	吉田加奈子	島本 大	(大分大学)
午後	—	島本 大	(大分大学)	島本 大	吉田加奈子	(大分大学)

企画 発行

特定医療法人 明徳会 佐藤第一病院

〒879-0454 大分県宇佐市大字法鏡寺77-1
TEL 0978-32-2110 / FAX 0978-33-4918
https://www.sato-d1.com
E-mail: meitokukai@sato-d1.com

インスタグラム・フェイスブック公式アカウントからも情報発信中です

リハビリテーションに
ついてのご案内

●午前受付時間 11:30まで
●午後は予約制



発熱されている方は
事前にお電話ください。



医療機関の皆様へ

ご紹介・受診についてのご相談は、**地域医療連携室**へご連絡下さい。上記受付時間外(予約制外来含む)の受診相談も対応しております。

直通 TEL 0978-34-9322
FAX 0978-34-9323
窓口対応時間 平日 / 8:30～17:30

