

Information

人間ドック予約窓口変更のお知らせ

人間ドックの予約窓口が「健康管理センター」に変わりました。併せて人間ドック予約専用ダイヤルも開設しました。なお、人間ドックのご予約は受診月の3カ月前から承ります。

| 受診日案内 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|---|---|---|---|---|---|
| 日帰りドック | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 脳ドック | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × |
| 複合ドック | ○ | ○ | ○ | ○ | × | × |
| 骨粗鬆症ドック | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × |

予約窓口:健康管理センター(19番)
ドック専用:043(379)7667 月~金 9:00~16:00

インフルエンザ予防接種のご案内

例年通り、インフルエンザ予防接種の実施を予定しておりますが、今年度はご希望される患者さんが多いため、すでに事前の予約受付を終了させていただいております。ご了承ください。

四街道市 人間ドック助成事業の対象に!

2020年8月1日より、当院が四街道市短期人間ドック助成事業の協定医療機関になりました。四街道市在住でご希望の方は、人間ドックをご予約後、四街道市役所にて申請手続きをお願いします。詳しくは、四街道市のホームページにてご確認ください。

四街道市短期人間ドック助成事業 [検索](#)

千葉市健診・がん検診のご案内

当院では千葉市健診、がん検診各種(子宮がん・歯周病検診以外)を実施しています。現在、検温とマスクの着用のご協力をお願いしておりますが、従来通り実施しておりますので、ご予約は健康管理センターまでお願い致します。

予約窓口:健康管理センター(19番)
健診専用:043(232)9740
月~金 9:00~16:00

2020 8/19 4階回復期病棟で「2020 夏祭り」を開催しました。



コロナ禍で外出や外泊ができないなか、少しでも楽しんでいただこうと、回復期病棟で入院患者さん対象に『2020夏祭り』を開催しました。魚釣りゲーム・輪投げだけでなく、お楽しみ企画としてトロミ水を凍らせた「かき氷」も提供しました。楽しい夏の日を過ごしていただけたようです。



病棟職員は揃いのハッピーを着て参加しました



看護師手造りのミニお神輿

◆◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆◆

10月20日は「世界骨粗鬆症デー」です。イギリスの骨粗鬆症学会が1996年10月20日に骨粗鬆症の啓発を目的に創設し、翌1997年から国際骨粗鬆症財団(IOF)が引き継ぐ形で、世界各地で統一スローガンのもと毎年キャンペーンを実施しています。健康な骨は中身が詰まっています(密度が高い)丈夫ですが、骨の中身がスカスカになり骨密度が低下すると骨はもろくなり、骨折しやすくなります。この状態が悪化した病気が「骨粗鬆症」です。女性ホルモン(エストロゲン)の欠乏が骨の強度を低下させるため、更年期以降の女性に多い病気です。骨密度の低下防止のために、カルシウムやビタミンDを多く含む食品を取り入れ、日光浴や適度な運動も生活に取り入れましょう。散歩なら1日30分間、2キロメートルを歩くくらい(バスの停留所2~3)で充分です。こまめに家事をすることも効果的です。一方立ち上がるときや重いものを持つときに背中や腰が痛むなどの自覚症状に加え、「背中が曲がってきた。」「最近背が縮んだ?」等々言われてしまったら、骨粗鬆症かもしれません。気になったら当院の「骨粗鬆症ドック」を受けてみませんか。

CCMC ニュース 73号
●今月の寄稿者・取材協力者
林 敏彦 (診療部)
谷川 重樹 (診療情報管理室)
野崎 真道 (事務部)
〈編集〉 広報委員会
<http://www.ccmc.seikei-kai.or.jp/>

◆当院へのご意見・ご要望は 総合相談サービスセンターにお寄せください。043-232-3691(代)

千葉中央 メディカルセンター

ニュース 第73号 令和2年10月20日

〈理念〉「信頼と奉仕」 〈基本方針〉

- 1.患者の権利を擁護し、公正な医療を実践します
- 2.教育・研修を推進し、医療の質の向上に努めます
- 3.信頼関係に基づいた安心・安全な医療を提供します
- 4.職員が喜びと誇りを持って働ける職場づくりを目指します
- 5.医療連携の充実に努め、地域の保健活動に貢献します

〈患者さまの権利と責務〉

人は病気になっても、人間としての尊厳が守られなければなりません。従って、医療を受けるにあたり、患者さまは以下の権利と責務があります。

- 1.自分の病気の事を知る権利/2.医療を受ける事を決める権利
- 3.安全が確保され現時点で最良の医療を受ける権利
- 4.意見や苦情を申し立てる権利/5.プライバシーが守られる権利
- 6.医療従事者と共に医療に参加し協力する責務

私たちは以上のことを尊重し医療を行います。

1面:(特集)放射線科 2面:健康づくり情報 Autumn 3面:IT 課紹介 4面:Information

PICK UP 診療科

特集:放射線科

放射線科 部長 林 敏彦

放射線科は、単純X線写真、CT、MR、血管造影、消化管透視などの画像検査を担当している職場です。放射線診断専門医、診療放射線技師、および事務職員で構成されています。

放射線診断専門医は、現在2名の常勤医師と複数の非常勤医師が毎日診療を行っています。放射線診断専門医が患者の皆さんと接する機会は多くありませんので、その存在を知っておられる方は少ないかもしれませんが、各種の画像検査が安全に滞りなく実施されるように管理すること、患者さんが受けられた検査の画像を読影し診断することが、放射線診断専門医の主な仕事です。毎日沢山行われているCTやMR検査のほとんど全ての画像を読影し、もし異常が見つかった場合は、どのような疾患が考えられどのような状態にあるのかを診断し、その結果を画像診断報告書に記載して担当医師に報告しています。画像診断報告書は、長期間保存することが義務化された公的文書で、改ざんや廃棄することは絶対にできない重要な文書です。画像診断は、治療方針に関わる大切な業務ですので、緊張感をもって一件一件慎重に詳細な読影を行うことを心がけています。

診療放射線技師は、各種の画像検査機器を操作し、画像を作成する仕事を行っています。滞りなく検査が実施できるように、患者さんを検査台に案内し、患者さんの不安を取り除きながら、適切な体位を指示するのも診療放射線技師の大切な役目です。放射線装置を安全に取り扱い、正確な画像を作成しなければ

なりませんから、各種の認定資格を持った優秀な診療放射線技師が医師と連携を取りながら日々の業務にあたっています。

CTやMR等の高額医療機器は、導入するにも維持するにも大変な費用がかかりますので、どこの医療機関でも実施できるというものではありません。ですから、近隣の診療所や病院からの画像検査や画像診断の依頼に応じることで、このような装置を広く利用してもらうことも放射線科の重要な業務です。当院のCTやMRIは24時間365日休み無く稼働しており、医療連携を通じて地域医療に大きく貢献しています。

単純X線写真やCTなどはX線被曝を伴う検査ですから、患者さんや職員が不要な被曝をしないように厳重に管理することが求められています。昨年、厚生労働省から「医療用放射線の安全管理に係る医療法施行規則改正」が出され、さらに厳格な被曝量の管理が求められるようになりました。当院におきましても、その指針に則り、被曝に対する管理体制を一層強化しております。今後も、より安全に、より安心して必要な画像検査を受けていただけるように、放射線科スタッフ一同全力で取り組んでいきたいと思っております。

以上放射線科の紹介をさせていただきました。

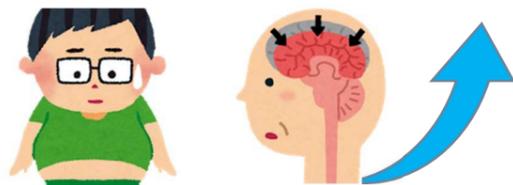


健康づくり情報 Autumn

新型コロナウイルス蔓延による外出規制、ステイホームなどにより、日本中が慢性的な運動不足になっているのではないのでしょうか。運動不足は、体力・筋力の低下を招くだけでなく、高血圧症、糖尿病、脂質異常症、肥満などの生活習慣病の発症リスクや死亡リスクまでも増大させます。その中でも、近年、注目されているのが「運動不足」と「認知症」の関係です。

超高齢化社会を迎えた我が国において、2012年の時点で認知症患者数は65歳以上の15%、約460万人を超え、その後も増加の一途をたどっており、5年後の2025年には20%、約700万人を超えると想定されています。

認知症の中でも最も多いのがアルツハイマー型認知症で、認知症の約6割を占めると言われています。このアルツハイマー型認知症の発症リスクは、身体活動不足により1.8倍上昇するとの報告があり、運動(身体活動)が認知障害を抑制し、認知機能を向上させる有効性が認められています。運動によって身体を動かすことは、記憶や学習を司る脳の海馬の萎縮抑制に効果があると考えられており、特に効果があるとされているのが、認知症の一手手前の状態とされる軽度認知障害(MCI)時点での身体活動(運動)です。



運動不足が「アルツハイマー型認知症」の発症リスクを高める恐れがあります。

コロナ禍のいまこそ、率先して身体を動かしましょう。

推奨される運動は、有酸素運動。有酸素運動は継続的に身体を動かすことで心肺機能を高める運動で、ウォーキングやジョギング、自転車運動、水泳などが代表的な運動方法です。具体的には、中等度の強度で1日30~40分を週3日以上行い、最低6か月以上継続することで認知機能に変化をもたらすとされています。ウォーキングであれば、1日5,000~7,000歩程度の歩速が良いとされています。

また、最近では「デュアルタスク運動」が注目を浴びています。デュアルタスクとは二重課題のことで、一度に二つ以上のこと(課題)を同時に行うことです。運動中に別の思考課題を加えること(頭の体操)が脳の活性化に有効とされています。例えば、ウォーキングをしながら計算をしたり、階段を上りながらしりとりをすることです。そうです、「ながら運動」です!



「デュアルタスク運動」 = 「ながら運動」

是非、みなさんも頭の体操と身体の体操を同時にこなすことに挑戦してみてください。ただし、注意点が2つ。頭の体操に夢中になり周囲への注意が散漫にならないこと。それと、ソーシャルディスタンスも忘れずに!!

気をつけよう! 運動するときの、「あ」・「い」・「う」・「え」・「お」



- あ** : 朝早く(起きてすぐ)の運動は避けましょう
- い** : 痛みがある時には、無理せずできる範囲で
- う** : 運動前・中・後とこまめに水分補給
- え** : 笑顔で行える程度の運動強度で
- お** : お薬は処方通りに服用を



健康管理課 課長 野崎 真道

CCMC 診療情報管理室「IT課」の紹介

IT課 課長 谷川 重樹

IT課ってどんなところ??

IT課、少し耳慣れない部署ですが、一般の企業でいう情報システム管理部門になります。でも情報システム管理部門っていうのも実は何をしているのかわかりにくいですね。今回は皆さんになるべくわかりやすく紹介したいと思いますので少々お付き合いを...

IT課の業務内容について

IT課の業務内容は多岐にわたりますが、おおよそ以下の5つに集約されます。

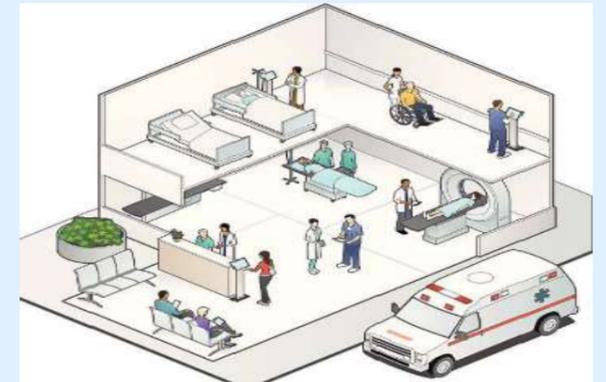
1. 当病院の基幹システムである電子カルテシステムの運用支援
2. 業務システムであるイントラシステムの運用支援
3. 様々な統計管理資料の作成
4. 個人情報保護や情報漏洩対策についての環境整備や職員教育を実施
5. 病院ホームページの構築と運営

今回は1, 2, 4, 5についてお話しさせていただきます。



まずは電子カルテについてお話をすると、皆さんが当院を受診されるとお気づきのように、受付から診察待ち、検査、結果報告、会計まで他のシステムと連携しながら診療を進めていくことがお分かりになるかと思います。電子カルテの端末(パソコンですね)の数は約300台以上にのびます。また、職員が事務作業用としてワープロや表計算、業務ソフトやインターネット検索などをおこなうためのパソコン(イントラ用パソコンといいます)は170台程度あるので、前記の電子カルテ端末やその他の端末を合わせると500台以上のパソコンと100台以上のプリンタが毎日動いていることになります。

これらのネットワーク機器や配線、集線装置等のインフラの構築を行っています。

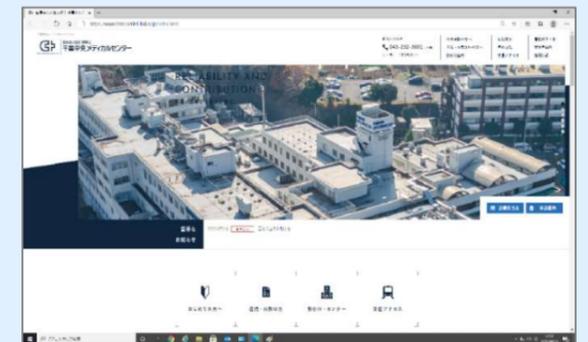


更に、このイントラシステムをすべての職員に上手に使っていただくため、操作訓練や問い合わせ、故障発生時の対応をおこなっています。

また、これだけ多くのコンピューター機器や扱う職員が多いため、個人情報保護や情報漏洩についても十分に対策をとっています。職員は入職の際には必ず個人情報保護に関する研修を受け、それとは別に定期的に啓蒙や研修を受けることになります。

そして、ネットワークやパソコンのセキュリティについては外部監査を受けながら十分な体制を整備し、皆様の大切な個人情報を利用させていただいています。ちなみに当院で扱う個人データは患者の皆様、職員、取引先の皆様を合わせて20万人以上にのびます。

最後に、この7月よりリニューアル公開したホームページの運営をおこなっております。まだまだ未熟ですがホームページを通じて病院の取り組みや思いを皆様にお伝えできればと思っています。



リニューアルした当院ホームページ