

**患者の権利を尊重し、救急医療・急性期医療を核とした地域中核病院として
地域住民に信頼される高度で安全な医療を行います。**



粒すけ

千葉県において開発され、今年の秋にデビューしたばかりの新品種のお米です。みのりの郷東金などでも販売されており、大粒で程よい粘り気と弾力が特長です。

新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの流行



理事長・センター長
増田 政久

新型コロナウイルス感染症の広がりや落ち着いた日々が続きますが、皆さんはいかがお過ごしでしょうか？勝浦のホテルがクルーズ船の乗客受け入れに手を挙げたことを契機に、新型コロナを一気に身近に感じられた方も多かったのではと思います。中国での急速な広がりや多くの死亡例、医療現場のパニック状態が次々と報道され、さらに有効な治療手段が確立していないことがさらに不安を煽ることになりました。手洗い・うがいの励行はもとより3密を避けることが重要であることから、在宅勤務、学校閉鎖をはじめ従来の日常生活スタイルを大きく変えざるを得なかった方も多数いらっしゃるかと思います。しかしその一方で、例年のようなインフルエンザの流行が話題になりませんでした。一概には言えませんが、新型コロナ対策が実はインフルエンザ対策にもなっていたということだと思います。これから寒くなる季節を迎え、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行が懸念されています。インフルエンザワクチンの接種と今まで同様の予防策を徹底し、この秋・冬を乗り越えていきましょう。

新型コロナウイルス感染症の対策のために

こんにちは。

東千葉メディカルセンターの感染管理を担当している、感染管理認定看護師の阿内といいます。

今回は新型コロナウイルス感染症についてお話させていただきます。

まず、コロナウイルスは、動物や人に感染して感染症を引き起こすウイルスとして以前より知られています。その中でも人に感染し、深刻な呼吸器疾患を引き起こす種類として、2003年に流行したSARS-CoV(サーズコロナウイルス)と2012年に流行したMERS-CoV(マーズコロナウイルス)のことを覚えておられる方も多いのではないのでしょうか。他にも人に感染し症状を引き起こす種類のコロナウイルスもあります。新型コロナウイルス感染症に感染すると多くの場合は風邪のような症状にとどまります。一方で高齢者や呼吸機能などに基礎疾患がある場合は重症化する恐れがある感染症です。

今ではすっかり新型コロナウイルス感染症あるいはCOVID-19という呼び方が広まりました。この感染症は世界中に広まり、流行は未だ終息を見せる気配はなく、人々の健康や生活に大きな影響を与え続けています。流行の初期には不確定要素が多く、様々な情報が報道されました。現在ではその感染経路や症状、感染のリスクなどがある程度解明されてきており、それに基づいた対策や対応を行うように呼びかけられています。感染経路としては飛沫感染と接触感染が主と考えられます。人の粘膜(目や鼻、口元など)を介して感染すると言われており、基本的な手洗いやマスクの着用が最も重要な予防策です。また、これまでは当たり前のように行っていた、人と人が密にならないように3密(密閉、密集、密接)を避け、人と人の間隔を取る(ソーシャル・ディスタンス)、屋内では定期的に十分な換気を行う、多人数や長時間に及ぶ会食などできるだけ避けるなど新しい生活様式を取り入れながら社会生活を送ることで、感染する機会やリスクを低くすることができると言われています。まずは、手洗いやマスクの着用といった基本的な予防策が継続して行えるように工夫して過ごしましょう。

また、冬季にはインフルエンザが流行します。新型コロナウイルス感染症は発熱や咳などインフルエンザと類似しているため、どちらの感染症かを見分けることは難しいといわれています。上記の対策はインフルエンザの感染対策が有効です。また、インフルエンザにはワクチンがあります。可能であれば早めにインフルエンザワクチンの予防接種を受けることをおすすめします。新型コロナウイルス感染症は誰もが感染する機会や可能性があります。皆さんが基本的な予防策を行い、新しい生活様式を取り入れながら過ごすことは自らの感染を予防すると同時に他の人へ感染させない対策にもつながります。ぜひ皆さんも取り組み、続けていきましょう。

皆さん“オギノ式”避妊法はおやめください

〈産婦人科 拝野 貴之〉

こんにちは、令和2年4月より東千葉メディカルセンターに赴任しました産婦人科の拝野（はいの）でございます。

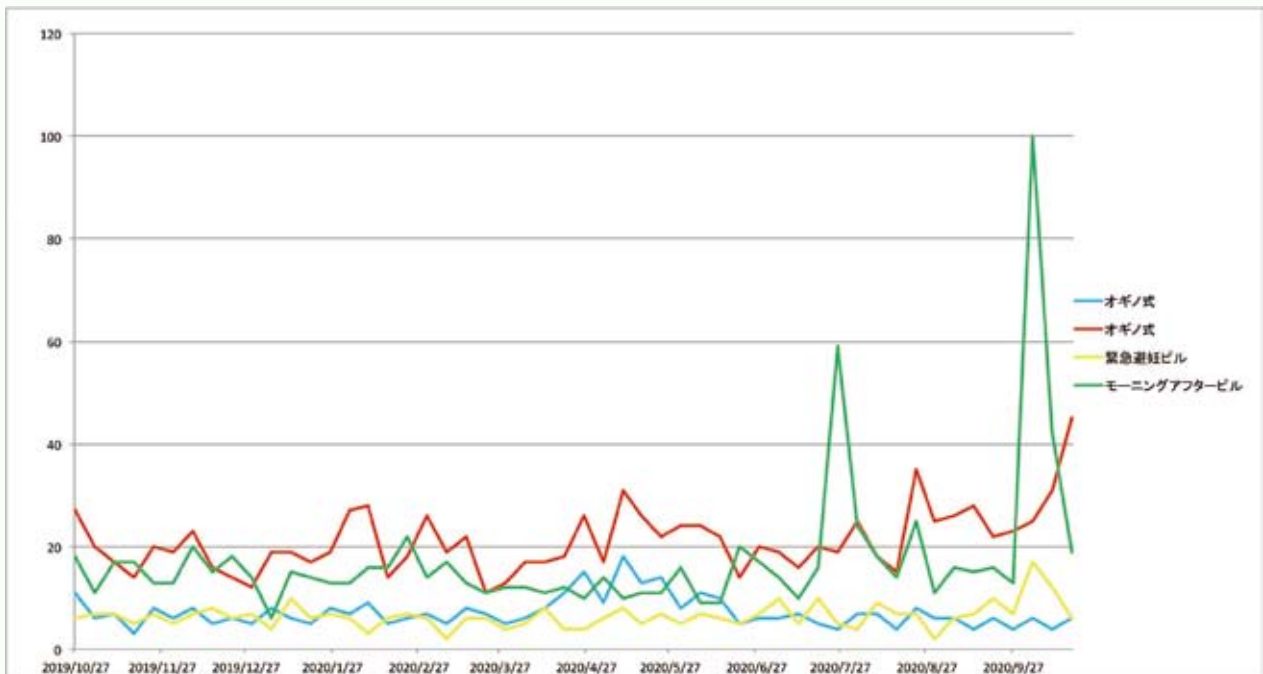
突然ですが皆さん“オギノ式”という言葉をご存じでしょうか。古くなりますが、この言葉は荻野久作先生という方が、大正13年に発表された論文「排卵ノ時期、黄体ト子宮粘膜ノ周期的変化トノ関係、子宮粘膜ノ周期的変化ノ周期及ビ受胎日ニ就テ」の中で、女性が排卵をしたあとの黄体という妊娠維持装置の寿命が12-16日であると決めたものです。

荻野先生ご本人は、不妊症に苦しむ方々のために妊

娠しやすい時期をわかりやすく示すことができたことが喜びであったのですが、その後、一般にはいわゆる『安全日』、『危険日』などと称され、主に避妊を目的とした方法として利用されるようになりました。

以下、皆さんご利用のグーグル、その機能の一つである“グーグルトレンド”を見てみましょう。直近1年間の動向です。青と黄色のグラフをご覧ください。

検索キーワードとして、『オギノ式』と『緊急避妊ピル』が同程度検索されています。次に赤と緑を見ますと、『オギノ式（関連語彙含む）』と『モーニングアフターピル』が同程度に検索されています。

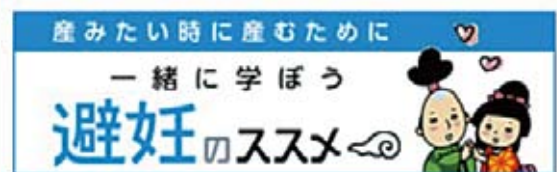


令和のこの時代に、いまだに『オギノ式』が検索されていることに驚きます。そして私は、皆さんが避妊を前提に“事”に臨む際、オギノ式という言葉を頼りに行動されることを心配しています。お金のかからない安価な方法ですが、結構その日は外れるのです。診療上も患者さんの排卵日を特定するためにはとても手間を要します。

私たち産婦人科スタッフは、この地域の分娩の灯（ともしび）を絶やさぬよう使命感をもって業務にあたっております。しかし、一方で望まない妊娠への対応も業務の一部として担っております。この地域で少しでも望まない妊娠が減ってくれるように願っています。

ドキドキしながら生理がくるかこないかお待ちの若年層

の方や、ご出産を終えられた方、また若いご家族知人を心配されている先輩方は、是非一度『一般社団法人日本家族計画協会 <https://www.jfpa.or.jp/>』ホームページ内にあります、バナーをご一読ください。



私に関わったというわけではないのですが、昭和29年創立の歴史ある協会です。とても勉強になります。どうか皆様、避妊についてご再考ください。

患者さんに最適な薬を提供するために働いています。

薬剤師といえば薬局でお薬を渡している人、とイメージする方が多いのではないのでしょうか。入院患者さんのベッドサイドに伺ったとき、「病院の中にも薬剤師いるんだね」と言われることがありました。今回は、そんな病院薬剤師の病棟業務の一部を紹介させていただきます。



病棟業務では、まず新たに入院された患者さんの病室に伺い、初回面談を行います。

初回面談ではお薬手帳をお預かりし、普段服用しているお薬や、今までに薬を飲んで有害な反応(副作用)が起きたことがないかなどの確認をして、その情報を医師と共有し、その後の治療に役立てています。

お薬での治療が始まる際は、作用や投与量が患者さんに合っているか、検査値等も見ながら確認し、患者さんにそのお薬の服用目的や飲み方などについて説明します。その後も定期的に患者さんの自覚症状の有無や、採血などの検査結果から、お薬が効いているか、逆に副作用が起きていないかを確認し、必要に応じて医師に薬物治療の提案を行っています。

退院した後も定期的に病院で受診しながら治療は続いていきますが、その中でもお薬を飲むという治療はご自宅で患者さん自身に行っていただく必要があります。「この薬どうしても飲み忘れてしまう」、「こっちの薬と一緒に飲んでいいの?」など退院後に困ることが無いよう、入院時だけでなく、退院間近の患者さんにも丁寧に面談を行います。

今後の日常生活で薬を服用していくうえで注意しなければいけないこと、薬によっては一緒に食べてはいけない食材があったり、副作用の初期症状とその対応が必要となったりしますので、そういった内容の説明をしています。少しでも疑問点があればその都度ご相談ください。退院した後は病院薬剤師が患者さんに関わる機会は大きく減ってしまいますが、例えば町の薬局の薬剤師など”薬剤師”という職業を頼っていただければ幸いです。

病院薬剤師を題材とした漫画を原作とするドラマも放映されていましたが、大変好調だったと聞いています。これを機に病院薬剤師を身近に感じていただければと思います。



産後ケア事業 「ひだまりの丘」について

〈地域医療連携室 助産師・看護師 渡邊 亜矢子〉

当センターでは、2018年度より市町からの委託を受けて、産後ケア事業「ひだまりの丘」を開始しています。そこで、当センターの産後ケアについてご紹介させていただきます。

産後ケアとは、「母の身体的回復と心理的な安定を促進するとともに母親自身がセルフケア能力を育み母子とその家族が、健やかな育児ができるよう支援すること」を目的としています。

当センターでは、ショートステイ(宿泊型)の提供をしています。対象者は、東金市、九十九里町、山武市、横芝光町、八街市に住民票のある産後8週までの方で、かつ、退院後に十分な家事や育児の援助が受けられず育児に支援が必要な母子が対象です。利用するためには、各市町での審査により利用許可が必要になりますので、申し込みは、各市町の母子保健窓口です。

当センターでの産後ケア「ひだまりの丘」では、24時間体制で助産師がサポートさせていただいています。もう少し育児技術を習得したい、育児に疲れが出てきて体を休めたい等の目的での利用も可能です。利用に関して気になる方がいらっしゃいましたら、当センター産婦人科へ遠慮なくご相談ください。

【研修会報告】

2020年9月1日、市町や保健所の保健師を対象に、周産期・母子保健研修会を開催しました。産婦人科 拝野医師による「不妊治療の助成制度について」の講演と、産婦人科病棟看護師長徳田助産師による「当センターの産婦人科の現状について」の報告を行い、講演・報告後は参加いただいた保健師と当センターの助産師や看護師、医療ソーシャルワーカーと意見交換会を実施しました。当センターからは、コロナ禍における面会制限中の入院生活の状況や退院後の母の不安を解消するために2週間健診を行っていること等について報告し、参加者からも今後のよりよい連携のための貴重な意見をいただきました。

コロナ禍において、妊婦や産後の母子は孤立しやすい状況になっており、病院と地域とが連携し切れ目のない支援をしていくことが求められています。今後とも市町の保健師、関係機関と協力し、産後の母子が安心して地域で育児ができるように、より良い支援に向け当センターとして取り組んで参ります。



産婦人科部長
拝野医師の講義



古川クリニック



住所：千葉県山武郡九十九里町片貝 3689
 登録医名：古川 洋一郎（ふるかわ よういちろう）
 駐車場：6台あり
 診療内容：内科、循環器科
 電話番号：0475-76-1588

※祝日休診

	月	火	水	木	金	土	日
午前	9:00 ▼ 12:00	9:00 ▼ 12:00	9:00 ▼ 12:00	9:00 ▼ 12:00	9:00 ▼ 12:00	9:00 ▼ 12:00	休診
	15:00 ▼ 18:30	15:00 ▼ 18:30	休診	15:00 ▼ 18:30	15:00 ▼ 18:30	休診	

当院の在る九十九里町は、人口の約40%が65歳以上で高齢者の多い地域です。当院は循環器疾患や糖尿病、高脂血症などの生活習慣病の患者さんが多く、高度医療が必要な方には地域の基幹病院を紹介し、病診連携を積極的に取り入れています。地域包括支援センターと連絡を密にし、お年寄りが安心して生活できるよう、また地域の皆様に信頼され、診療を通して安心を提供できるよう、スタッフ一同心がけております。

医療法人社団 相佑会 山田歯科クリニック



住所：千葉県東金市南上宿 19-24
 登録医名：山田 章雄（やまだ ちあきお）
 駐車場：12台あり
 診療内容：一般歯科・小児歯科・矯正歯科・インプラント
 電話番号：0475-55-5522



※祝日休診

	月	火	水	木	金	土	日
午前	9:00 ▼ 13:00	9:00 ▼ 13:00	9:00 ▼ 13:00	休診	9:00 ▼ 13:00	9:00 ▼ 13:00	休診
	14:30 ▼ 18:30	14:30 ▼ 18:30	14:30 ▼ 18:00		14:30 ▼ 18:30	14:30 ▼ 18:00	

歯科の治療には、例えば、かぶせものによる治療ひとつをとってみても、さまざまな方法があります。それぞれの治療方法には、それぞれ長所と短所があり、これを踏まえたうえで、皆さまに満足していただくことができる治療をしたいと考えています。

当医院の治療に関係する者は、日々発展する歯科医学の学問の技術の最高水準のものを目指して常に努力しています。

当医院スタッフ全員は、治療してあげるではなく治療させていただくという態度で徹しているつもりです。疾病はすべて医師と患者さんの信頼と協力なくしては治らないものです。

尚、治療内容については十分納得していただいたうえで進めるつもりですが、不満や不安、わからないことがあれば、何度でも納得できるまでお尋ねください。

市民公開講座・糖尿病教室について

当センターでは地域住民の皆様にご参加いただける各種イベントを開催しています。参加を希望される方は以下の案内をお読みいただき、お申込みください。

《市民公開講座》

当センターの医師やコメディカルスタッフより、毎回のテーマに沿った内容をお伝えします。

《糖尿病教室》

糖尿病に関連する部署のスタッフより、糖尿病について毎回様々な視点から解説します。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、完全予約制とした上で開催しています。

各回の予定については、各種広報・ホームページなどでお知らせいたします。

《参加時のお願い》

※完全予約制としておりますので、参加をご希望される方は、必ず事前に電話にてお申込ください。

※手指消毒、マスクの着用、体温測定にご協力ください。計測時に体温が37.5度以上の方は入場をご遠慮いただいております。

(新型コロナウイルス感染症の感染状況により、延期や中止となる場合があります。)
各種広報・ホームページなどで事前にお知らせいたします。

産婦人科のお食事について



当センターの産婦人科では、実際に当施設にてお産をされた方からのご意見を参考に、様々な改善を行ってまいりました。

特にご要望の多いお食事の面では、昨年度に入院中のすべてのメニューを見直したばかりですが、お祝い膳の充実(写真)などの取り組みを続けています。

また、材料の一部には臨床栄養部が自家栽培している新鮮なハーブを使用しています。

ご寄附について

東千葉メディカルセンターでは新型コロナウイルス感染症に対して、感染拡大防止のために様々な取り組みを行っております。今回、コロナ禍において各種の物品・資材の調達が難航している中、多くの方から当センターへ様々なご寄附をいただきました。

当センターや医療従事者への温かいご支援に心より感謝申し上げます。これからも職員一丸となり、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に取り組んでまいります。

以下、ご寄附を頂戴した方々のお名前を掲載させていただきます。

《法人・団体からのご寄附(順不同)》

株式会社ナミカワハウス様、合同会社エストーレホテル東金様、株式会社クチャーレ様、城西国際大学 看護部様
株式会社伊藤園様、千葉県ヤクルト販売株式会社様、千葉県産婦人科医学会様、ネスレ日本株式会社様
株式会社大塚製薬様、ドミノ・ピザ 茂原店様

なお、個人の方々からもご寄附をいただいております。ありがとうございました。

☆編集後記☆

今回表紙に使用した千葉県の新品種のお米「粒すけ」をみのりの郷のレストラン「とっちな」で使用しているとのこと、取材後にカレーランチをいただきました。大粒で食感がよくとても美味しかったです。またプライベートでも伺わせていただきます。



外来診療表

令和2年10月1日現在

《予約専用ダイヤル》 **0475-50-1333** (平日8:30~17:00)

※休診日や受付時間は都合により変更となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

診療科	受付時間	診療日				
		月	火	水	木	金
総合診療科	8:30~11:30	森/加藤/石塚 田原	森/加藤/石塚	森/加藤/石塚	加藤/石塚	森/加藤/石塚 山本/田村
消化器内科	8:30~11:30	亀崎/關根(再来) 前田(新患のみ)	妹尾(再来) 内藤(新患のみ)	坂本(再来) 妹尾(新患のみ)	亀崎/内藤(再来) 關根(新患のみ)	前田(再来) 坂本(新患のみ)
	11:30~	亀崎(再来)	妹尾(再来)	坂本(再来)	亀崎(再来)	前田(再来)
呼吸器内科	8:30~11:30	笠原/江間	西村/柳澤	江間/越川	笠原/伊狩	西村/石井
循環器内科 <small>※新患は紹介状ありのみ</small>	8:30~11:30	若林(新患+予約) 佐野(予約のみ)	上田(新患+予約) 金枝(予約のみ) 若林(予約のみ)	佐野(新患+予約) 浅田(予約のみ)	金枝(新患+予約) 上田(予約のみ)	後藤 (新患+予約)
	14:00~16:00	若林(予約のみ)	上田(予約のみ) 不整脈・アブレーション外来 (予約新患のみ)	佐野(予約のみ)	金枝(予約のみ) ペースメーカー外来	後藤 (予約のみ)
代謝内分科 <small>(午後は予約のみ)</small>	8:30~11:30	石川	河村	石川	河村	山本
	13:00~15:00	吉原				河村
小児科	8:30~11:30	藤代 千葉大医師(非常勤)	内川/藤代	藤代/内川(予約のみ) 千葉大医師(非常勤)	内川 千葉大医師(非常勤)	内川/藤代
	13:30~		予防接種 (予約のみ)	予防接種 (予約のみ)	乳児健診 (予約のみ)	食物負荷試験 発達障害初診
	13:30~16:30		内川(予約のみ) アレルギー外来	葉(予約のみ) 藤代(予約のみ)	【循環器外来】 濱田(第3週・予約のみ)	
外科	8:30~11:30	千田	中川	岡村/上田	岡村	中川/上田
	8:30~11:30	新患(診察10:30から)	新患(診察10:30から)	新患(診察10:30から)	新患(診察10:30から)	新患(診察10:30から)
【乳腺外科】 <small>(予約必要)</small>	8:30~11:00					寺中 (乳腺外来)
心臓血管外科	8:30~11:30	石田	小泉		石田	
整形外科	8:30~11:30	青木/中嶋 平岡/中野	中嶋/佐藤 濱田/松浦 中野(第1・3・5) 大山(第2・4)	井上/平岡 大山/戸口 (すべて予約のみ)	佐藤/濱田 中野	青木/井上/大山 平岡(第1・3・5) 濱田(第2・4) 久保田(第4・予約のみ)
	13:00~16:00 (予約のみ)	青木	松浦	井上/高澤(第2)		青木 久保田(第4)
脳神経内科 脳神経外科 <small>※新患は脳神経新患外来 (下部説明をご確認ください)</small>	8:30~11:30	大石(脳外) 内田(脳内)	奥山(脳外) 内田(脳内)	丹野(脳外) 松田(脳内)	町田(脳外) 内田(脳内)	石毛(脳外) 菅野(脳内)
	13:00~16:00	松田(新患)	町田(新患)	松田(新患)	小島(新患)	菅野(新患)
形成外科 <small>(予約必要)</small>	8:30~11:30	長谷川(予約)	長谷川(新患・予約)	手術	長谷川(新患・予約)	
	13:00~16:00	手術				
皮膚科	8:30~13:00		非常勤医師 (診察10時から)			非常勤医師 (診察10時から)
産婦人科	8:30~11:30	手術日	拝野/廣瀬/布施田	拝野/佐久間	拝野/廣瀬/佐久間/布施田 (すべて予約のみ)	廣瀬/佐久間/布施田
	午後		拝野/廣瀬/布施田 (超音波外来)		拝野/廣瀬/佐久間/布施田 (産後健診・予約のみ)	
耳鼻咽喉科	8:30~11:30	非常勤医師 (9時30分から)	非常勤医師 (9時30分から)	非常勤医師 (9時30分から)	非常勤医師 (9時30分から)	非常勤医師 (9時30分から)
歯科口腔外科	8:30~11:30	伏見/吉村 石田(非)	伏見/吉村 山本(非)	伏見/吉村	伏見/吉村	齋藤(非)
	13:30~16:30	伏見/吉村 石田(非)	山本(非)	伏見/吉村	伏見/吉村	

1. 休診日は、土曜日、日曜日、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)です。
2. 循環器内科の新患外来は、緊急カテーテル治療等に対応するため、原則として紹介状をお持ちの方のみ受け付けます。
3. 脳神経内科・脳神経外科の新患外来は、脳神経新患外来として〈月・水・金=脳神経内科医〉、〈火・木=脳神経外科医〉が担当します。
4. 紹介状(診療情報提供書)をお持ちの方は、事前に予約が可能ですので、是非ご利用ください。(予約センター 8:30~17:00/0475-50-1333)