



90 から 1 歩前へ

第18号

2021年7月
発行

きらきら星

市立旭川病院だより



院内に生花の潤い (5月19日撮影)

| | | |
|----|----------------------------------|---|
| 目次 | 新型コロナウイルス感染症への対応について | 2 |
| | 表紙写真について【寄贈の生花 アトリウムに展示】 | 3 |
| | 開院 90 周年+1 (プラスワン) | 3 |
| | 公式 SNS のご案内 | 3 |
| | がん患者サロンひまわり ヨガ教室のお知らせ | 4 |
| | 在宅医療・介護ガイドブックについて【訪問看護】 | 4 |
| | R1装置が新しくなりました! | 6 |
| | がん検診のすすめ/子宮がん検診について | 7 |
| | からだに優しいレシピ【まぐろのソテーねぎソースかけ】 | 8 |

きらきら星について

市立病院があるのは金星町。
金星はヴィーナス(美の女神)です。皆さんに
きらきら輝いてほしいとの願いを込めました。

発行

市立旭川病院広報委員会
旭川市金星町1丁目1番65号 ☎(0166) 24-3181
経営管理課 内線 5513 地域医療連携課 内線 5373

新型コロナウイルス感染症への対応について

2020年2月に旭川で初めて新型コロナウイルス感染症（コロナ）の患者さんが発生して以来、市立旭川病院では市内の基幹病院で最も多くの患者さんに対して外来及び入院治療を行ってまいりました。11月から12月には市内医療機関等において大規模クラスターが発生しましたが、市内基幹病院、保健所、医師会など関係機関との連携・協力により危機的な状況を乗り越えることができました。

さらに、2021年5月の連休後、変異株による置き換わりと、人流の増加により全国的に急速に感染が再拡大し、5月16日からは北海道でも緊急事態宣言が発令され（旭川市は特別措置区域）、市内の感染者も急増し（5月17日から23日の週には181名の新規感染者）、市内の医療体制もひっ迫しましたが、今回も市内の関係機関の連携と協力により、再度乗り切ることができました。一方、コロナの終息に向けて、5月から高齢者を皮切りに市民へのワクチン接種が急速に進められています。当院は感染症指定病院としてコロナに対する入院診療、発熱外来、ワクチン接種にも継続的に取り組み、コロナの終息に向けて道北地域及び市内における役割を積極的に果たしてまいります。

1 コロナ専用病棟について

当初は感染症病棟（6床）で患者さんを受け入れてきましたが、感染者数の増加に対応するため、2020年11月には一般病棟1病棟を閉鎖し、コロナ専用病棟（35床）を開設しました。これに伴い、市民の皆様のご協力により、外来及び入院診療を一部制限させていただきました。

2021年5月からの急速な新規発生患者数の増加による市内の医療体制のひっ迫に対しまして、当院では、6月からさらに一般病棟2病棟を閉鎖し、コロナ専用病棟1病棟（35床）を増設しました。医療スタッフ確保のため、外来及び入院診療の制限をさらに強化せざるを得ない状況が生じ、皆様にはご迷惑をおかけしますこととお詫びいたします。

なお、感染された患者さんは感染対策の整った病棟内で治療されており、外来患者さんへの感染の危険は全くありませんのでご安心ください。

2 外来通院について

外来の診療制限に関しまして、通院患者の皆さんには次のとおりお願いしています。ご不自由、ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。

- (1) 症状（心配）が強い患者さんは、通常どおりの外来受診をお願いします。
- (2) 症状が軽度で、今しばらく様子を見ることができそうな患者さんは、できるだけ当院の外来受診をお控えいただき、近くのかかりつけ医院・病院を受診いただきますようお願いいたします。
- (3) 当院外来通院中で症状が落ち着いている患者さんは、できるだけ「薬のみ」での受診（電話による処方をご希望くだされば、当院から近くの薬局へのFAXによる処方も可能です。）をお願いします。
- (4) これまで午後の新患・予約外の外来受付を実施してきました消化器内科、小児科、耳鼻咽喉科、皮膚科、眼科においては、午後の新患・予約外の患者さんの受付を、（ワクチン接種期間）原則一時中止とさせていただきます。その他の診療科も同様となります。ただし、緊急の患者さんはその限りではありません。

※外来及び入院診療の制限は、新型コロナウイルス感染症をめぐる状況により変更となります。新しい情報は当院にお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

表紙写真について 寄贈の生花 アトリウムに展示

今年度、旭川生花商組合では「花で元気を贈る」取組として、新型コロナウイルス感染症に対応する市内7か所の医療機関へ生花を寄贈されています。

当院にも華やかでゆたかに薫るお花をアトリウムに飾っていただきました。ありがとうございます。職員も来院された患者さんも、生き生きと輝く生花に惹きつけられ励まされたことと思います。

期間は未定ですが、冬を迎えるまでの間にまた何度か展示の機会が予定されています。

(経営管理課)



(5月19日撮影)



(6月9日撮影)

開院90周年+1 (プラスワン) 【90から1歩前へ】

市立旭川病院は、昨年4月に開院90周年を迎えました。90周年の記念事業を開催して多くの皆様にお越しいただいたかったのですが、新型コロナウイルス感染症の影響のため、思い描いたようにならない1年となりました。

今年度もまだ制約の多い状況は続きます。それでも開院91周年は、90から1歩前へ踏み出して力強くステップする1年にしていきたいと考えています。よろしくお願いいたします。

(経営管理課)



市立旭川病院 公式SNSのご案内

公式YouTube (ユーチューブ)

イベントや採用試験などの各種お知らせのほか、WEB版市民公開講座など動画ならではのコンテンツを発信します。



公式Facebook (フェイスブック)

イベントや採用試験などの各種お知らせを発信します。「いいね！」やシェアをお願いします。



診療時間や受診案内などの情報は

市立旭川病院 公式ホームページから

市立旭川病院



がん患者サロン ひまわり
ヨガ教室のお知らせ (Web開催)

参加
無料

自宅で椅子に座って行いますので お気軽にご参加ください!

身体をのばし、ゆっくりとした呼吸でリラックスすることで気持ち楽になり、よく眠れる効果があるとされるヨガを体験してみませんか?

対象者：がん患者さんとそのご家族・Zoom利用できる方

開催日時：毎月第2 水曜日

申込方法：電話またはメールで

氏名・電話番号・メールアドレスをお知らせください

問い合わせ先：がん相談支援センター

TEL：0166-24-3181

E-mail：gansodan@ach.hokkaido.jp

Zoomを使用したことがない方でもご相談ください!



在宅医療・介護ガイドブックについて

旭川市・旭川市医師会は、介護が必要な状態になっても住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、在宅で受けられる医療や介護のサービスを紹介して理解を深めていただくために、「在宅医療・介護ガイドブック～住み慣れた地域でいつまでも～」を発行しています。今回は、このガイドブックの中から「訪問看護」について説明している部分をご紹介します。

市立旭川病院も医療と介護の連携事業に協力しており、このガイドブックの配付にも携わっています。ご希望の方にはお渡しできるように正面玄関の棚に配置していますので、お手にとってご覧ください。

(地域医療連携課)



訪問看護

訪問看護は、自分らしい豊かな生活ができるように、ご自宅に訪問して医療と介護の視点を駆使しながら対応します。

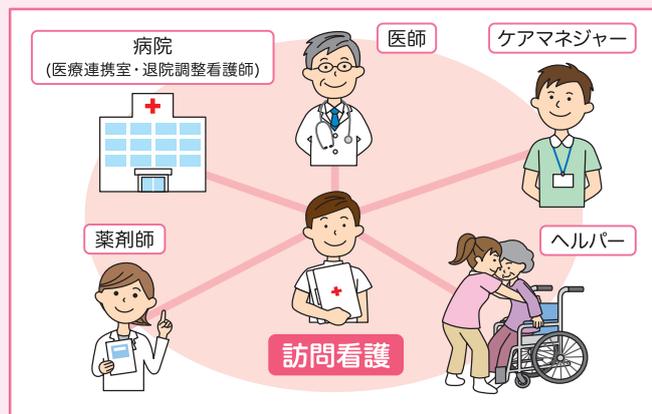
健康状態の悪化防止、回復に向けてお手伝いすることで安心して在宅療養が続けられるよう、ご本人やご家族の意思とライフスタイルを尊重して、小児から高齢者まで支援します。

訪問看護サービスでできること

- 健康状態の観察（血圧、体温、脈拍、呼吸、病気や障がいのチェック）
- 病状悪化の防止・回復への支援
- 療養生活の相談とアドバイス
- 医療処置（点滴、注射、膀胱カテーテルの管理、たん吸引、胃ろうからの栄養注入、ストマパウチ交換等）
- 痛みの軽減や服薬管理
- 緊急時の対応
- 精神疾患や認知症の看護
- 終末期の看護（ご自宅で過ごせる支援、看取りケア等）
- 在宅療養における環境改善のアドバイス（福祉用具のアドバイス等）
- 主治医、ケアマネジャー、薬剤師、歯科医師との連携

『退院を支援します』
『医療と介護の
橋渡しをします』

※訪問看護をご活用ください。



お問合せ先

医療保険・介護保険制度に基づき、費用は異なります。詳しくは、旭川市訪問看護ステーション連絡協議会のホームページをご参照ください。

●旭川市訪問看護ステーション連絡協議会（訪問看護ステーションめぐみ内）

TEL:0166-27-3868(090-7055-4588) URL:<https://yukie088.wixsite.com/houkan>

RI装置が新しくなりました！

ふるさと納税を活用しました。
ご支援ありがとうございます。

2021年2月に、RI装置（核医学検査装置）が新しくなりました。これまで全身用の装置2台体制で検査を行ってきましたが、その内1台を心臓専用の装置に変更しましたので紹介いたします。（中央放射線科）

○そもそもRI検査って？

RI検査とは、放射性医薬品を静脈内に投与して、体のどの部分にどれくらい集まっているのかを調べる検査です。レントゲンやCT検査はX線を照射して画像を作りますが、RI検査は投与した医薬品から発生する放射線をカメラで受け取って画像化します。放射線を発生する医薬品ですが、放射線量はごく微量で、投与後すみやかに減衰・排出されていきます。また、副作用の報告も非常に少ない安全な検査です。

○新しくなった装置はどのようなもの？

当院で行うRI検査は、心臓関連の検査がおよそ7割を占めているため、今回は心臓の検査に特化した心臓専用の装置を導入しました。

道内初導入の最新装置です！！

○新しい装置の大きな特徴

- ① カメラに半導体を用いています！
- ② 座った状態での検査が可能です！



- ・半導体を用いることで放射線に対する感度が飛躍的に向上します。つまり、これまでよりもさらに**少ない量の放射性医薬品で検査が可能**で、しかも**検査時間も大幅に短縮**することができ、そして**非常に高精細な画像**も得られるようになりました。
- ・これまでは仰向けで両腕を上げた状態で検査を行っていたため、肩や腰などの痛みを訴える方も多くいらっしゃいましたが、座った状態でしかも角度の微調整も可能なので、**とても楽な体勢で検査を受けていただくことができます。**

つまり、安全性と高い診断能、そして快適性を兼ね備えた装置です！！

この装置の能力を十分に引き出し、

安心・安全な検査を目指してまいります！

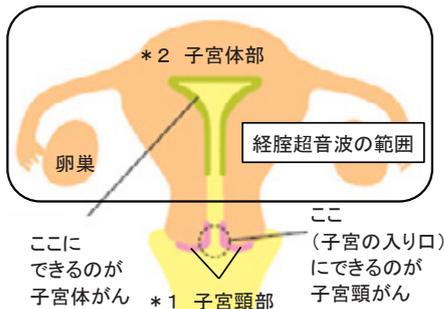
【がん検診のすすめ】

公益財団法人日本対がん協会の調査では、同協会によるがん検診(胃、肺、大腸、乳、子宮頸の5つ)の受診者数は、新型コロナウイルス感染拡大の影響により2020年は前年に比べて30.5%減少しました。これは、がん検診を中止・延期した自治体が多かったことや、人混みを避けて受診を控える人がいたことが影響したとみられています。

ただ、コロナ流行下でも、がんは変わらずに発生していると考えられ、早期で見つかるべきがんが未発見となり、また、進行がんになる恐れもあります。早期発見・早期治療が重要ですので、定期的ながん検診の受診をお勧めします。

【子宮がん検診について】

| 2日前までに申込み | | 検診と同時 |
|--|--|--|
| 20歳以上 | 40歳以上 | |
| 1～2年に1回 | | |
| 子宮頸部細胞診 <small>2年に1回、各市町村からの助成有</small> | 子宮体部細胞診 | 経腔超音波検査 (エコー検査) |
| 20歳代での がんの発見が急増中 | 閉経直前・閉経後の 不正出血がある方 | 子宮がん検診と 同時に検査しましょう |
| 【検査方法】 膣の奥にある「子宮頸部(*1)」と、 いう子宮の入り口を専用のやわらかい ブラシで触れ、採取した細胞を顕微鏡で 観察する検査です。 | 【検査方法】 子宮頸部の奥にある「子宮体部 (*2)」を専用のやわらかいブラシ で触れ、採取した細胞を顕微鏡で 観察する検査です。 | 【検査方法】 膣から細い器具を挿入し、子宮と 卵巣の状態を調べます。性交渉経 験のない方はおしりまたはおなか からの検査も可能です。 子宮がん検診と同時に検査を行 います。(旭川市の子宮がん検診の 場合は保険診療となります) |
| 【見つけられる病気】 子宮頸がん 子宮頸部異形成 など | 【見つけられる病気】 子宮体がん など | 【見つけられる病気】 子宮筋腫 子宮体がん 子宮内膜ポリープ 子宮内膜症 卵巣のう腫 卵巣がん など |
| <small>種々の要因により、低い確率で「検体不適正」という判定結果となる可能性があります。そのため再検査が必要になった場合の検査費用は自己負担となりますのでご了承ください。</small> | | |



HPV ウイルス検査

子宮頸がんの多くは、HPV(ヒトパピローマウイルス)への感染が原因とされています。HPVには100種類以上のタイプが存在すると言われており、そのなかでも発がん性が高い型のHPVに感染しているかどうかを調べる検査です。子宮頸部細胞診と同時に検査することができます。(別途検査料がかかります。)

どうして「経腔超音波検査」が必要なの？



各市町村で2年に1回の費用助成制度対象の『子宮がん検診』には「経腔超音波検査」が含まれていないんだ。子宮がん検診では見つけれない、子宮筋腫や子宮内膜症などの病気も、ライフスタイルの変化によって年々増えているんだよ。



受付時間 : 平日 午前8時～午後4時45分
 市立旭川病院 健診センター
 旭川市金星町1丁目1番65号
 TEL (0166) 24-3181 内線2365

「がん検診のすすめ」

からだに優しいレシピ

夏に美味しく「さっぱり味」で疲労回復

暑さで、だるさや疲れがたまりやすい季節です。火を使う調理もなかなか大変な夏ですが、おいしい料理を作って食べて、早めの疲労回復を目指しましょう！

香味野菜を使ったさっぱり味のメニューを紹介します。

まぐろのソテーねぎソースかけ

【材料1人分】

| | | |
|-------|-----------|---------------|
| | ・きはだまぐろ 柵 | 100g |
| A | ・醤油 | 小さじ1 |
| | ・生姜汁 | 3cc |
| | ・小麦粉 | 3g |
| | ・ごま油 | 小さじ1 |
| ねぎソース | ・軟白ねぎ | 30g |
| | ・生姜 | 1かけ |
| | ・醤油 | 小さじ1 |
| | ・酢 | 小さじ1 |
| | ・砂糖 | 小さじ1 |
| | ・かいわれ | 1/3パック（付け合わせ） |
| | ・ベビーリーフ | 20g（付け合わせ） |



栄養価（1人分）

エネルギー 226kcal たんぱく質 26.3g 脂質 7.2g 炭水化物 12.1g 鉄分 2.7g 塩分 1.4g

【作り方】

- ① まぐろは、1cm幅に切り、Aの醤油と生姜汁で下味をつける。（30分程度）
- ② ①のまぐろの水気をキッチンペーパーで拭き取り、表面に小麦粉をつける。熱したフライパンに、ごま油を敷き、まぐろを両面こんがり焼く。
- ③ ネギは小口切りにして、生姜は千切りにする。
- ④ ②のまぐろをお皿に取り出した後、同じフライパンに③のネギと生姜を入れて、軽く火を通し、醤油、砂糖、酢を入れて火を止める。
- ⑤ お皿に、かいわれ、ベビーリーフを飾り、まぐろを盛り付け、④のねぎソースをかける。

☆ メニューのポイント ☆

- まぐろに含まれるたんぱく質は、必須アミノ酸がバランス良く含まれます。また、アルギニンも多く含まれるので、免疫機能を高めてくれる作用が期待できます。
- 鉄分を多く含むので、貧血から招く、だるさや疲れを予防します。
- ねぎや生姜を使うことで、魚の臭みをとる効果や、香りが食欲増進に役立ちます。

栄養給食科

2020年7月に発行したレシピ情報を「きらきら星」にあらためて掲載して紹介するものです。