

第32号

2026年8月
発行

きらきら星

市立旭川病院だより



目

認定看護師のコラム～心不全と上手に付き合い安心して暮らし続けるために～…	2
特集 薬剤科おしごと見学	4
MRI 装置が新しくなりました	7
足の付け根の「出っ張り」はありませんか?	8
公式 SNS のご案内	8

次

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
経営企画課 内線 5563 地域医療連携課 内線 5373

きらきら星について

市立旭川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。

心不全と上手に付き合い安心して暮らし続けるために

慢性心不全看護認定看護師 辻 久美

当院ではこのたび、「心不全の再入院を防ぐ取り組み」をスタートしました。今回は、心不全をお持ちの方だけでなく、ご家族や市民の皆さまにも役立つ情報をお届けします。

・心不全とは？



心不全とは、「心臓の働きが弱くなり、全身に十分な血液を送れなくなる状態」のことをいいます。

息切れ むくみ 体重増加 疲れやすいといった症状がみられます。

厚生労働省の調査によると高齢化に伴い心不全は、増加しています。

心不全悪化の原因は、塩分のとりすぎ、薬の飲み忘れ、感染、過労・ストレス、喫煙など生活の中に潜んでいます。塩分は体の中に水分を溜め込みやすくします。塩分をとりすぎることによって、むくみや息切れの原因となります。また、血圧も高くなります。常に高い状態だと、血管が傷つき動脈硬化が進行します。

・心不全悪化を防ぐために

心不全悪化を防ぐ5つのポイント

- | | |
|---------------|--|
| ☆ 塩分を控える | 目安：1日6g未満 |
| ☆ 体調の変化に早く気づく | 息切れ・むくみ・だるさ |
| ☆ 薬をきちんと飲む | 自己判断で中止しない |
| ☆ 無理をしない生活 | 特に暑い日は涼しい環境で過ごす |
| ☆ 毎日体重を測り記録する | 増えたら原因を振り返り、あらためる
2～3日で2kg以上増えたら要注意 |



減塩のススメ

塩分摂取量は、1日6g未満が良いとされています。

- ・調味料は醤油やソースなどをかけるよりつける癖をつける。
- ・汁物は控える。
- ・加工食品（ハム・干し物・インスタント食品など）は避ける。

毎日の体重測定を行い、急激な体重増加がないかを確認することは、管理において重要です。



水分のとりすぎ要注意

水分をとりすぎると血液の量が増えます。ポンプ機能が低下した心臓は血液を循環しきれません。そのため、体に水が溜まって症状が悪化します。

水分は、一般的には心不全のある人の場合1日1,000mlから1,500ml程度が目安ですが、心臓や腎臓の状態によって異なります。適切な量はおかかりつけ医に相談しましょう。

薬の飲み忘れは、命取りに

お薬の飲み忘れや中断により、心不全が悪化して再入院するケースが多くあります。

心不全治療薬は、入院や死亡リスクの減少、生命予後の改善（長く生きる）が期待できます。息切れやむくみなどの症状を軽減して、日常生活を快適に送れるようにします。

症状を治すためだけでなく、悪化を防ぐために不可欠です。



感染症（風邪など）

心不全患者が感染症にかかると、発熱や頻脈による心臓への過負荷が重なり、急激に悪化します。もともとの心臓の状態が低下しているため、小さな負担が致命的となります。

人混みでのマスク着用と外出後の手洗い、うがいは重要です。

インフルエンザなどのワクチン接種は重症化を防ぎます。



暑さによる体調変化

特に夏は、脱水と食欲低下が重なり、体調を崩しやすい時期です。

できる限り涼しい環境で過ごしましょう。

・当院の新しい取り組み

当院の循環器内科では、心不全の再入院を防ぐために

- ☐ 入院中からの生活指導
- ☐ 退院後、外来におけるフォロー体制
- ☐ 多職種（医師・看護師・管理栄養士・薬剤師・理学療法士・社会福祉士など）による支援を強化

多職種で協働して患者さんの生活に合わせたサポートを行っています。

・最後に

心不全は「うまく付き合うことができる病気」です。

日々のちょっとした変化に気づくことが、再入院を防ぐ大きな一歩になります。

気になる症状があるときは、早めに医療機関へご相談ください。

ご家族の方の気づきも、とても大切です。

私たちと一緒に、安心して過ごせる毎日を目指していきましょう。



特集 旭くんと川子ちゃんの「薬剤科おしごと見学！」

「薬剤師さんって、どんな仕事をしているの？」



旭くん

「病院の薬剤師さんって、お薬を渡すだけじゃないの？」



川子ちゃん

「どんな仕事をしているのか気になる！」



薬剤師

「それでは、薬剤科の仕事を一緒に見学してみましょう！」



① 病棟でのお薬説明



薬剤師

「入院中の患者さんのお部屋へ行って、お薬の説明をしています。」



川子ちゃん

「お薬の飲み方を教えてくれるんだね！」



薬剤師

「はい。効果や副作用、飲み合わせなども確認しています。安心して治療を受けてもらうことが大切なんです。」

② お薬の情報をチェック！



旭くん

「薬剤師さんはパソコンの仕事も多いんだ！」



薬剤師

「新しいお薬や副作用の情報を毎日確認しています。安全にお薬を使うための大切な仕事なんですよ。」



薬剤師あるある豆知識



実は…

薬剤師は“数字”をたくさん確認しています！

お薬は、患者さんの年齢・体重・腎臓の働きなどによって量が変わることがあります。そのため、処方箋だけでなく検査値なども確認しながら、安全なお薬の量をチェックしています

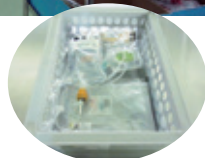


実は…

お薬にも「相性」があります！

一緒に飲むと効果が強くなりすぎたり、逆に効きにくなったりする組み合わせがあります。薬剤師は飲み合わせも確認しながら調剤しています。

③ 注射のお薬を作る部屋へ！



川子ちゃん
「なんだか特別なお部屋！」



薬剤師
「ここでは、抗がん剤や栄養のお薬を無菌状態で調製しています。」



旭くん
「とっても細かい作業だね！」



薬剤師
「患者さんに安全に治療を受けてもらうため、慎重に確認しながら作業しています。」

④ 飲み薬・塗り薬を準備



薬剤師
「処方箋を確認して、お薬を準備しています。」



川子ちゃん
「間違いがないように、何回も確認するんだね！」



薬剤師
「はい。量や飲み合わせもチェックしています。」



⑤ 病院で作る特別なお薬



旭くん
「病院でお薬を作ることもあるの？」



薬剤師
「市販されていないお薬を、患者さんに合わせて作ることがあります。これを『院内特殊製剤』といいます。」



川子ちゃん
「患者さんに合わせたオーダーメイドみたい！」

専門性を高める取り組み



薬剤科では、がん治療や感染対策など、専門資格を持つ薬剤師も活躍しています。

主な専門・認定資格（2026年4月現在）

※複数の資格を保有する薬剤師がいるため、人数は重複しています。

- | | |
|------------------------------|----------------------------------|
| ・日本医療薬学会 薬物療法専門薬剤師 …… 1名 | ・日本薬剤師研修センター 研修認定薬剤師 …… 4名 |
| ・日本臨床腫瘍薬学会 外来がん治療専門薬剤師 …… 1名 | ・日本糖尿病療養指導士認定機構 糖尿病療養指導士 …… 2名 |
| ・日本病院薬剤師会 感染制御認定薬剤師 …… 2名 | ・日本臨床栄養代謝学会 栄養サポートチーム専門療法士 …… 2名 |
| ・日本病院薬剤師会 病院薬学認定薬剤師 …… 14名 | ・循環器系4学会 循環器病予防療養指導士 …… 1名 |
| ・薬学教育協議会 認定実務実習指導薬剤師 …… 3名 | ・日本災害医学会 PhDLISインストラクター …… 1名 |

認定施設

- ・薬学教育協議会 実務実習受入施設

⑥ お薬を安全に管理！



薬剤師

「病院では 24 時間、たくさんのお薬が使われています。」



旭くん

「なくなったら大変そう！」

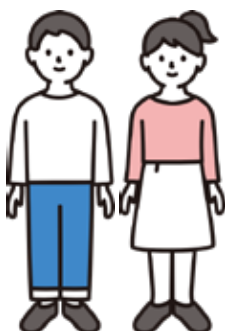


薬剤師

「必要なお薬をいつでも使えるように、保管や管理も薬剤師の大切な仕事です。」



見学を終えて…



薬剤師

「薬剤師さんって、お薬を渡すだけじゃなかったんだね！」

川子ちゃん

「患者さんを支える、いろいろな仕事があるってわかった！」

薬剤師

「これからも、安心して治療を受けていただけるよう頑張ります！」



市立旭川病院 薬剤科

薬剤師さん Q&A



Q. 薬剤師さんは、なぜ何度も確認するの？

A. お薬を安全に使っていただくためです。



薬の量や飲み合わせ、患者さんの体調などを確認し、安心して治療を受けてもらえるようチェックしています。



Q. 「お薬手帳」は毎回必要ですか？

A. はい、とても大切です。



他の病院や薬局でも、お薬の重複や飲み合わせを確認することができます。市販薬やサプリメントの情報もぜひ記録してください。



Q. 薬剤師さんに相談してもいいの？

A. もちろんです！



「飲みにくい」「副作用が心配」「飲み忘れてしまう」など、小さなことでもお気軽にご相談ください。

MRI 装置が新しくなりました！

～ 最新技術で、より詳細に・より早く・より快適な検査に ～
 当院では、皆様により質の高い医療を提供するために、**最新鋭のMRI装置**を導入いたしました



○ 新しいMRI室、ここがすごい！



1.【高画質】 小さな病変も見逃さないほどの解像度！！

最新の画像処理技術やアプリケーション、AI（人工知能）技術などにより、従来よりも鮮明でくっきりとした画像が取得できるようになりました。病気の早期発見や正確な診断に大きく貢献します。

2.【ハイスピード】 検査時間の短縮が可能に！！

上記の技術は、画質を高く保ったまま検査時間を大幅に短縮させることも可能です。「MRIは検査時間が長くて辛い…」こんな負担を少しでも和らげられるよう工夫して撮像しています。

3.【解放感・快適性アップ】 ボア径（トンネルの広さ）が大きくなり、圧迫感が減少！！

従来の装置よりも人の体が入るトンネル部分のスペースが広くなりました。体格の大きな方でも快適に検査を受けていただくことができます。また、風景や動物などの様々な映像を観賞しながら検査を受けていただくことも可能です。狭い場所が苦手な方はぜひご相談ください。

4.【清潔・安全】 いつでも安心・クリーンな環境！！

当院では感染症対策をはじめ、衛生管理を徹底しています。常に清潔で心地よい空間を保ち、皆様が快適に検査を受けられるよう配慮しています。

○ 認定技師が在籍しています

当院には、MRI検査において高度な専門知識と優れた技術を持つ「日本磁気共鳴専門技術者（認定技師）」の資格を有した技師が在籍しています。装置の性能を十分に引き出し、質の高い画像を提供するのはもちろん、患者さまの安全にも万全の配慮をして検査を行います。

MRI検査について気になる事やご不明な点がございましたらお気軽にご連絡ください

MRI装置が新しくなりました！

足の付け根の「出っ張り」はありませんか？

～命に関わることもある「鼠径ヘルニア（脱腸）」と最新の安全な手術治療～

「立ち上がった時や、お腹に力を入れた時に、足の付け根がぽっこりと膨らむ」——そんな症状はありませんか？



それは「鼠径（そけい）ヘルニア」、いわゆる「脱腸」かもしれません。



- 放置すると怖い「嵌頓（かんとん）」とは？
- 体に優しい「腹腔鏡手術」と2泊3日の短期入院
- 「術後の痛み」を残さないための当院のこだわり

当院外科の村上医師が
分かりやすく解説しています。

詳細はYouTubeをチェック! ▶▶



鼠径ヘルニアの「ロボット手術」が可能になりました！

従来の手術よりもさらに精密な操作が可能で、再発や前立腺手術後の患者さんにも、安全な手術が可能となります。

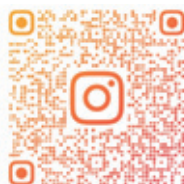
市立旭川病院 公式SNSのご案内



情報発信、強化中。



公式Instagram



公式X (旧twitter)



公式facebook



公式youtube



市立旭川病院公式SNSでは、患者さん・医療機関・市民の皆さんへのおしらせ、イベント情報、採用情報など、幅広く情報発信を行っています。
ぜひとも、フォロー・いいねをよろしくお願いします！



<ホームページ>