

SUZUKI HEALTH TOMORROW

Vol.374
R4.6



医療法人 浩生会スズキ病院

〒176-0006 東京都練馬区栄町7-1 TEL : 03-3557-2001

HP : <https://suzuki-hospi.or.jp/>



東京都指定2次救急医療機関
(財)日本医療機能評価構認定病院
人間ドック・健診施設機能評価 認定病院
日本外科学会専門医制度関連施設
機能強化型在宅支援療養病院



リハビリ便り

言語聴覚士 新竹かのん

はじめまして。4月よりリハビリテーション科に入職しました、言語聴覚士の新竹かのんです。田舎で育った私は、言語聴覚士になるために1人暮らしをしながら大学に通い、カリキュラムをこなして、無事に国家試験に合格し言語聴覚士になることができました。

カリキュラムの中には、座学や学内での実習はもちろんのこと、学外の病院や施設で4～8週間実習させて頂くというものがあります。私は、その学外実習で多くの方、様々な疾患の方を見学させて頂き、複数の高次脳機能障害を持つ方を担当させて頂きました。分からないことだらけで大変で心が折れそうになることもありましたが、最後には良い実習だったと思うことができました。この病院でも、試行錯誤しながら頑張っていきたいと思います。



さて、皆さんは高次脳機能障害とはどのようなものかご存知でしょうか？高次脳機能障害は脳梗塞や脳出血、くも膜下出血、脳外傷などによって引き起こされます。一般的に知られているものには記憶障害や認知症、注意障害などがあり、その他にも、失行や失認、失語症、半側空間無視など様々なものがあります。今回はその中でも特に注意障害についてお話したいと思います。

まず、注意の機能は大きく以下の4つに分類されています。

- ①選択制注意【見つけられる力】：多くの刺激の中から、特定の刺激に反応する機能。
例) たくさんの商品の中から適切な商品を選ぶことができないなど
- ②持続性注意【続けられる力】：同じ課題に集中して取り組むことができる機能。
例) 集中を保つことができない、ミスが多いなど
- ③転換性注意【変えられる力】：一定の刺激に注意を向けつつ、他のより重要な刺激に反応しなければならない時に注意を切り替える機能。例) 他のことに注意が散り、目的に沿った行動が出来ないなど
- ④分配性注意【同時に何かを行う力】：2つ以上の刺激に注意を向ける機能。
例) 電話をしながらメモを取ることができないなど

注意



私たちはこれらの注意機能を日常的に無意識に使っています。これらが障害されると、上記の例のような日常生活での問題が多く出てきます。

始めに、注意障害は脳梗塞や脳出血、くも膜下出血、脳外傷などによって引き起こされるとお話ししましたが実は注意機能は加齢とともにだんだん衰えてきます。そこで、簡単な注意機能のトレーニングをご紹介します。文章の中から特定の文字を探す、“かなひろい”というものです。下の桃太郎の文章の中から「あいうえお」の五文字に見落とさないように〇をつけてみてください。

むかしむかしあるところにおじいさんとおばあさんがすんでいました。
おじいさんはやまへしばかりに、おばあさんはかわにせんたくにいきました。
おばあさんがかわでせんたくをしているとおおきなももがどんぶらこどんぶらことながれてきました。
おばあさんはそのももをおじいさんにたべさせてあげようといえにもってかえりました。
そのももをわると、なかからげんきなおとこのこがでてきました。
こどもがいなかったおじいさんとおばあさんはたいへんよろこんで、おとこのこをももたろうとなづけだいじにそだてました。

どうだったでしょうか。意外と難しかったのではないのでしょうか？かなひろいは選択制注意と持続性注意のトレーニングになります。その他にも簡単にできるものとして間違い探しなどもあります。是非ご自宅でやってみてはいかがでしょうか。

注意機能が低下すると、車の運転をしている時に交通事故を起こしてしまったり、火を使っている事を忘れて他の家事に集中してしまい家事を起こしてしまったりなど大きなミスに繋がる事もあるかもしれません。そうならないように、こまめに休憩をとったり、メモやアラームを活用したり、一つずつ作業を行うなど簡単な事から気を付けてみてください。



マンモグラフィの受け方

診療放射線技師 郷田凧沙

マンモグラフィは、乳房を二枚の板に挟んで圧迫する検査です。マンモグラフィを受ける日を自分で選べる場合は、月経前だと乳房を圧迫すると痛みをより強く感じるので、月経後の乳房がやわらかいときに検査を受けるのがオススメです。

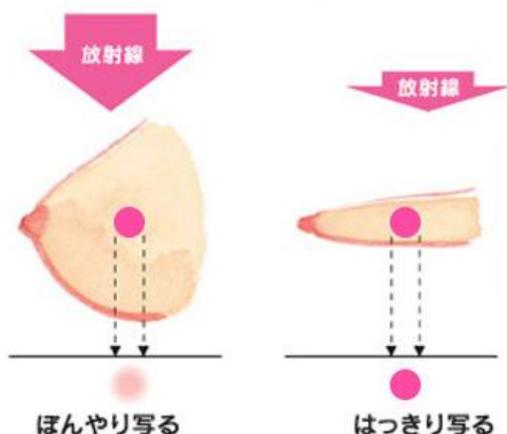
検査を受けるにあたって、乳房が小さいために検査がスムーズに受けられないことを心配するかたがいらっしゃいますが、マンモグラフィは、男性乳がんの疑いがある男性でも行う検査で、乳房の大きさにかかわらず問題なく撮影できます。

撮影では、上半身に何も着けない状態で、立体的に乳房全体が写し出せるように、ひとつの乳房につき、①少し斜め（内外斜位方向）、②水平（頭尾方向）の2方向の撮影を行い、合計で4枚の写真になります。

撮影中は、撮影技師が圧迫板で挟む乳房の位置を調整しながら、できるだけ乳房を引き伸ばします。これは少ない放射線量でしこりの影や石灰化をはっきりと写すためです。撮影時、わきの下に制汗剤やパウダー等がついたままだと、乳がんを疑うサインの石灰化に間違われる可能性があり、事前に拭き取っておく必要があります。また髪の毛の長いかたは髪の毛を結んでいただきます。

1枚のマンモグラフィでの放射線被ばく線量は、東京・ニューヨーク間を往復する機内で浴びる放射線量とほぼ同じで、危険性はほとんどありません。それでも少量の被ばくはするので、妊娠しているかたや、妊娠の可能性があるかたは、原則としてこの検査を受けられません。また、ペースメーカーや豊胸術で人工物を入れている場合も、検診のマンモグラフィは原則受けられません。該当する場合は事前に申し出るようにしてください。

乳房を薄くひきのばすことで
少ない放射線でしこりの影がはっきり写る



リンリン保育園 冬だより



クリスマス製作

サンタクロースのベルを絵の具でデザインしました。
好きな色を選び、ハーフサイズの紙皿に筆や手筆や手の平で自由に塗って 楽しみました。完成した作品を使って、みんなで『あわてんぼうのサンタクロース』を演奏すると「リン♪リン♪リン♪」と振って大喜びでした。

お正月あそび

カルタ遊び・福笑い・羽根つき・凧揚げ・こま遊びをしました。



羽子板や凧はみんなで作ってから遊びました！

1歳児には羽根つきや凧揚げが好評で、お友だちと一緒に身体を動かしながら楽しみました！作った凧を公園に持って行くとおもいっきり走り、お友だち同士で笑い合う姿が見られました。凧揚げの凧(たこ)が、子どもたちには難しいようで「おさかな？」と聞く姿がかわいらしかったです。0歳児は保育者と一緒に持って遊んだり、お友だちの遊ぶ姿を眺めたりしました。カルタあそびでは興味のある絵札を保育者に渡そうとしたり、羽子板も手に持ちフリフリ振ってみたり、いろんな遊び方で楽しむことができました。



節分

鬼型の玉入れやストラックアウトを楽しむと、
「おにはそと～」と夢中でした。

みんなで角カチューシャを付けて『おにのパンツ』を歌っていると、赤鬼が登場！

驚いて涙しつつ、保育士と一緒に豆型ボールを投げ、勇気いっぱいでした。鬼と仲直りの握手をした後は、懸命に手を振ってお別れしていました。



3月の様子

- ・あたたかくなってきて戸外遊びが気持ちいい季節になってきました。0歳児も一緒にシートの上に座って遊んだり、保育者と一緒に公園内を探検したりしてよく遊んでいます。チューリップやさくらなどの春の花や、アリやチョウチョなど、たくさんの自然に触れてのびのび遊んでいます。
- ・ひなまつりでおだいりさま、おひなさまの顔を色ペンで描きました。1歳児は目や口などのパーツもよくわかるようになってきました。
- ・3月の製作では、キッチンペーパーを使ったにじみ絵に挑戦しました！色水をしみこませると色がじんわり広がっていき、その不思議な様子を夢中になって楽しんでいました。

「オクラの和風麻婆豆腐（辛さひかえめ）」

6月に入りオクラの旬が到来しました。オクラには整腸作用や体の免疫力を高めしてくれる効果等がありますよ！

《材料》（2人分）

- ・オクラ … 1パック
- ・赤パプリカ … 1/2個
- ・豚ひき肉 … 100g
- ・木綿豆腐 … 1/2丁
- ・ネギ … 大さじ1
- ・ショウガ … 1片
- ・ニンニク … 1片
- ・ごま油 … 大さじ1
- ・しょうゆ … 大さじ1
- ・味噌 … 小さじ1
- ・豆板醤 … 小さじ1/2
- ・酒 … 大さじ1
- ・水 … 50mL
- ・水溶き片栗粉 … 水と片栗粉を小さじ1ずつで溶く



(1人当たり約260kcal)

《手順》

1. まな板に置いたオクラに塩少々(分量外)をふって、そのままゴロゴロとこすりつけてうぶ毛を落とします。水洗いしたらヘタを落として4~5等分の大きさに切ります。
2. パプリカと木綿豆腐を1cm程度の角切りにします。
ネギ・ショウガ・ニンニクはみじん切りにします。
3. フライパンでごま油を熱し、豚ひき肉を炒めます。パラパラになってきたらパプリカ・ショウガ・ニンニク・ネギを加えて炒めます。
4. 3に醤油・酒・味噌・豆板醤・水を加えて煮立たせたら、オクラと水溶き片栗粉を入れゆっくりと混ぜて、とろみがついたら完成です。



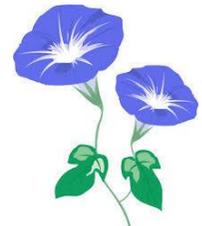
患者さんの権利

- 医師や病院の選択の自由と、セカンドオピニオンを受ける権利
- 診断・治療に関する情報を得て、同意または拒否する自己決定権
 - ・意識喪失患者は、家族または法廷代理人の同意が必要（緊急時は例外）
 - ・法的無能力者も、家族または法廷代理人による本人の意思決定への参加
 - ・患者さんの意思に反する処置、治療は法の許容範囲内で例外的に実施
- 十分に説明を受ける権利と共に、知らされない権利
- 医療に関する秘密が保持され、個人情報保護される権利
- 予防・早期発見と医療を選択する権利と自己責任
- 尊厳を尊重し、苦痛のない人間的な終末期ケアを受ける権利
- 聖職者による霊的・倫理慰安などの宗教的支援を受ける権利



浩生会スズキ病院理念

- 1 私たちは、練馬区の中核病院として地域医療に貢献することの責務を自覚し、安全良質・高度な医療を行ないます。
- 2 私たちは、愛と和の精神をもって、暖かく思いやりのある医療人であることに努めます。
- 3 私たちは、進取な心構えで自己研鑽に務め持てる能力を最大限に発揮すべく努力をしていきます。



浩生会スズキ病院の基本方針

1. 私たちは、患者さまのプライバシーを守り、意思と権利と安全を尊重した医療を実施します。
2. 私たちは、自己研鑽に努め、最新の医療知識と技術に基づいた医療を提供します。
3. 私たちは、地域の人々や他の医療機関、福祉・介護機関と共に医療・介護と福祉のネットワークを進め地域医療に貢献します。



診療科目・診療担当者表

2022年 4月 1日 改訂

		月	火	水	木	金	土
午前	内科	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)
	糖尿病内科	澗瀧					
	消化器外科・外科	病院長	病院長	病院長	病院長	病院長	病院長
		平野			金森	新井田	
	循環器内科			鈴木(臣)☆	福田☆	鈴木(臣)☆	
	呼吸器内科			加藤☆			加藤☆
	整形外科		坂本			田中将	
訪問診療	田中	澗瀧	町田	古屋	下澤		
午後	内科	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)	鈴木(牧)
	消化器外科・外科		平野				平野
	整形外科(2:30~)		坂本				坂本
	循環器内科					佐藤 第4週	第2週休診 Pm2:00 ~
	泌尿器科	三戸					
	訪問診療	田中		町田	古屋	下澤	

※ 診療日:月~土曜日 休診日:日祝祭日。(急患の方は、24時間受付しております。)

※ 診療受付時間:8:30~11:30、13:00~16:30

※ ☆:予約制です。

