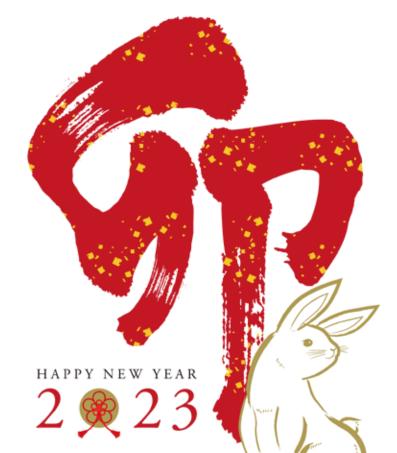


2023 **1 新春** 月号

社会文化を背景とし 地球環境と調和した よりよい医療への挑戦

January







「年頭所感」 河北医療財団 理事長 河北 博文

探検隊が行く:

「2023年目標を漢字一文字で」

地域連携施設紹介:

東高円寺 CO そだて・健診クリニックかいこころクリニック



年頭所感

新年おめでとうございます。今年も皆さんにとって 良き年でありますようお祈りいたします。

には夢があります。

ようやく河北総合病院の建て直しが 具体化しました。清水建設株式会社に財団 のパートナーとしてこの建設に取り組んでい ただきます。

1983 年に平福一郎理事長のもとに私は副 理事長に就任しました。その時から総合病 院の建て直しは私の最優先の課題となって いました。あれから 40 年… ようやく杉並区 内に新築できる土地が見つかりました。

2021 年秋頃からの円安進行、2022 年 2 月 のロシアのウクライナ侵攻、その後の建設 資材の入手困難による歴史的な物価高騰に より工事契約締結が難航しておりましたが、 2025 年 6 月開院をめざし、今年 2 月に工 事着工いたします。新病院建設にあたり、 基本方針~健全で持続可能な「医療」を 提供し、「医療」の未来を創る~」として、 11 項目(*)にまとめております。

新病院では、現在の 407 床から 390 床へ ダウンサイズになりますが、診療機能の更な る充実と向上を図るため、疾病治療センター として治療中心の病院へ大きく転換する考え です。放射線治療や化学療法などのがん治

療を含め、治療すべきものにはすべて対応し ていきます。また、地球環境に最も負荷を 軽減した病院創り、施設・設備・運営のす べてにわたり地球環境への配慮を具体化す るモデル病院をめざします。そして、地域 保健医療情報センターとして、情報化を進 めていきます。これは、スマートホスピタル だけにとどまらず、将来的にはスマートシティ につながっていく構想です。これらのすべて はプライマリ・ケア(生活総合医療)の基盤を 充実することが土台となります。外来診療だ けでなく、オンライン診療や在宅での診療・ 看護・介護・リハビリテーションを通じて、 生活に寄り添った診断と治療、生活の持続 が地域の中で可能となる仕組みづくりを、地 域とともに進めていきたいと考えています。

夢は夢ごとで消えてしまうのではなく実現で きる夢がなくてはならないと感じています。 夢をスタッフとともに叶えていきたいと思っ ています。

今年も皆さんが健康であり、幸せで良い 年をお過ごしになるよう心から祈念いたし ます。



社会医療法人 河北医療財団 理事長 河北 博文

社会文化を背景とし 地球環境に調和した よりよい医療への挑戦

目的

質の高い恕(おもいやり)のある医療を行う とともに地域の健康向上に寄与する



新病院建設の基本方針 ~健全で持続可能な「医療」を提供し、「医療」の未来を創る~

- 患者さんが安心できる救急、地域の救命治療に対応する病院 》
 - ●地域の人々が安心して暮らせるよう、小児救急も含めた高い救急医療機能を持つ病院であり続ける。
 - ●救急医療を確実におこなうために、地域の他の医療機関との連携をさらに強化する。
- 地域がん治療の拠点、急性期から緩和ケアまでその人に寄り添ったがん治療 >>
- 高齢化を踏まえ、地域でのがんの診断から治療、緩和ケア、在宅医療まで包括的ながん診療を提供する。
- 周産期医療の充実 >>
 - ●地域で安心して子どもを産み、子どもたちが健やかに育つ医療の充実を図る。
 - 周産期救急にも対応する。
 - 地域総合生活支援 >>
 - <mark>● 質の高い治療を使命とすることに加え、財団内諸施設および地域の医療機関とも有機的な連携をおこない、「疾病の</mark> 予防|「早期発見|「疾病からの早期社会復帰|「疾病後の生活支援|も重要な課題と捉え、様々な形で地域の皆さん の持続的健康生活を支援する。
- 心のケアの充実 >> ●健康とは、身体的、精神的、社会的に調和が保たれた状態をいう (WHO 憲章)。 河北総合病院は「からだの健康」のみではなく「心の健康」の支援も積極的におこなっていく。
- 医療教育の充実 >>
 - 医師・看護師をはじめとする職員研修のみならず、地域住民へも「健康教室」などの教育研修を提供していく。
- Smart Hospital に向けた情報化と DX 推進 >>> Smart Hospital としての新病院の情報化とは、外来診療、入・退院案内はもちろん、地域住民の保健医療情報一元 管理とリテラシーの向上の促進。さらに、サービスと業務の DX を推進。cyber security の充実を図る。
- 災害時、感染症拡大時等の拠点病院機能の発揮
 - 南海トラフ地震、首都直下型地震等の災害時に拠点病院として機能する。
 - 新型コロナウイルス感染症等、感染拡大時に感染症対応病院として機能する。
 - NBC(※)、cyber risk 等に関する BCP を確立する。 ※核 (nuclear)、生物 (biological)、化学物質 (chemical) による社会的脅威
- 地球環境に配慮した施設、設備、運営の推進 >> ●1986 年からの財団理念(社会文化を背景とし地球環境と調和したよりよい医療への挑戦)をさらに一層強力に推進 し実現を図る。
- 優秀な職員が集まる病院(働き方改革) >>
 - 河北総合病院は魅力ある病院として、温かい人間性と柔軟な社会性、高い専門性を持つ人財を育成し、また広く院外 からも人財を集め、地域に最良の医療を提供し続ける。
 - ■「働き方改革」を推進するとともに、職員の健康と安全に配慮した活力ある労働環境を確保する。
- 健全で持続可能な (Sustainability) な経営の実現 >>> ●健全な経営実現のために、ガバナンス(自律)を強化するとともに、毎年、事業計画と予算を確実に達成する。それ により、事業の永続的な推進と発展を図る。

探検隊が行く

河北医療財団各施設より 2023年の目標として 漢字一文字をいただきました





河北総合病院 院長 杉村 洋一



2023 年はいよいよ新病院の建設が始まる年です。スタッフの明るい笑顔を想像しました。



センター長 岡井 隆広

健康生活支援統括



コロナ禍の中であり、新病院の建設に向けたプロジェクトが稼働します。「和をもって尊しとなす」を大切にしたいと思います。



河北総合病院 分院院長 浅妻 直樹



楽には、心身ともに快適であるという意味もあります。私はこの1年、スタッフの笑顔が絶えない職場にします。



河北サテライト クリニック 院長 鹿島 京子



年齢を重ねるにつれ、心も身体 も健やかに、自分らしくありた いと思っております。



河北健診 クリニック 院長 金澤 實



健の訓読みは「すこやか」です。 体が丈夫で元気なことですが、 健診でも異常がないことをめざ しましょう。



河北リハビリ テーション病院 院長 宮村 紘平



リハビリテーション医療<mark>を通じ</mark>て新しい挑戦をし続けたいと 思っています。



河北透析 クリニック 院長 青木 尚子



新型コロナ感染症が落ち着き、 戦争が終結し、平和で穏やかに 生活できる年になってほしいと いう期待を込めました。



受診者、スタッフ、関わるすべての方の「活力をもって活動する活気ある | 年」を、身近な診療所として支えます。



河北ファミリーク

介護老人保健施設 シーダ・ウォーク 施設長 吉田 晴彦



ウクライナ戦争は終わる目途が立たず、コロナウイルスは変異 株が次から次へと現れています。 まだ夜明けの兆しはないようで すが期待を込めました。







今月の**SMILE**さん



輝いている スタッフを紹介します



○3 10年後、どんな自分でありたいか

②2 仕事の内容

New 先輩からのメッセージ





河北総合病院 分院 3 階 HCU 病棟看護師

よしだ ゆうか 吉田 優花

入職:2018年4月

早稲田速記医療福祉専門学校卒業

看護師免許



河北総合病院 分院 医事課

いまいずみ あずさ

今泉 梓

入職:2019年4月

医療事務管理士®技能認定試験

②1 高校生の時、進路で 迷った際に資格のある職 に就きたいと思いました。 入院をしたことがなく、身近 に医療関係者もいなかっ たため、看護師1日体験に 参加し近くで仕事内容や 関わり方を見た際に自分 の性格に合っているかもと 思い看護師をめざすこと にしました。

Q3 現在、ICLSインストラ クターという資格の取得を めざしている最中です。 この資格を生かして指導 者として頑張っていきたい です。

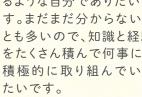
○1 もともと人と接するこ とが好きで、将来誰かの役 に立つ仕事がしたいと考え ていました。

パソコン作業も好きでした し、患者さんと直接関わる ことができ、尚且つ事務作 業もできるこのお仕事を選 びました。

○2 主な仕事内容として 受付窓口・会計窓口・入院 窓口・算定窓口・電話対応 になります。

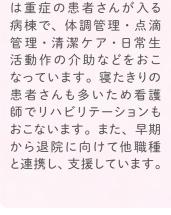
多くの患者さんが来院され るので、迅速かつ丁寧に対 応するのはもちろん一人ひ とりに耳を傾け、患者さん の求めていることにきちん と答えられるよう日々取り組 んでいます。感謝の言葉を いただくと、とてもうれしくこ の仕事に就いてよかったと 思っています。

○3 自分がサポートされ る側ではなく、サポートす る側になり、たくさんの業 務にたずさわり、活躍でき るような自分でありたいで す。まだまだ分からないこ とも多いので、知識と経験 をたくさん積んで何事にも 積極的に取り組んでいき



米満 友香

入職当初から仕事に対す る意欲が高く、新しい仕事 に積極的にチャレンジし、 たくさんのことを吸収して いました。今では後輩を指 導する機会も増えて、とて も頼もしい存在へ成長して くれたことをうれしく感じて います。



Q2 HCU (高度治療室)

河北総合病院分院(HCU)病棟 府川 麻衣

河北総合病院 分院病棟の HCUへ配属され、覚える知 識や技術がたくさんある中 で、率先して勉強をおこな っていました。今は、ICLS の勉強へ励んでおり、学ぶ 姿勢に関心しています。



自分磨き

フットネイルやエ ステに行き、自分 磨きをすることで 気分を高めてい ます。





キイロイトリ

リラックマ(特に キイロイトリ)が 中学生の頃から大 好きで、グッズ集 めやイベントに参 加しています。



地域連携施設紹介



急性期病院である河北総合病院は、地域のかかりつけ医 (診療所・クリニック・病院)と連携し、よりよい地域医療をご 提供する「地域医療支援病院」として、2006年に東京都知事 より承認を受けています。ともに、患者さんお一人おひとりに 最善の医療をご提供する地域連携施設をご紹介します。

高円寺南 1-7-3 2F

東高円寺COそだて・健診クリニック

小児科

03-5913-8291 cosodate-kenshinclinic.com

診察時間/月、火、水、木、金 9:00-12:00 · 14:00-17:00 (健診13:00-16:00)

休診日:土、日、祝



院長 冨井 翔平 医学博士 日本医師会認定産業医 日本病理学会専門医 日本臨床細胞学会細胞診専門医

■ 医師をめざしたきっかけ

いと思い現在に至ります。

初めまして。院長の冨井翔平と申します。 小学生の時に近所の耳鼻科に定期的に通院 しており、あこがれを抱いたのがきっかけで す。ちょうど大学受験をするときに全国的に小 児科医不足が話題となっており、医学部に進 学する大きな動機になりました。その後は縁 あって大学の病理医として勤務を続けていま したが、より地域社会に根ざした仕事がした

■ メッセージ

当院は丸ノ内線東高円寺駅の目の前にありま す。開業している小児科としては施設も広く、 感染症の方も慢性疾患の方も安心して受診 いただけます。小児科を担当しているのは女 医さんで、とても親切で優しい先生です。お子 様のことでお困りのことがあれば是非ご相談 ください。





かいこころクリニック西荻窪

精神科、児童精神科、心療内科



03-3390-5560



kai-kokoro-nishiogi.clinic

診察時間/月、水、木、金、土 9:30~12:30 · 14:30~18:30 (第4土午後除く)

休診日:火、第4土午後、日、祝

西荻北 2-2-17 4F





院長 片倉 勲人

日本精神神経学会専門医 日本児童青年精神医学会 日本医師会認定産業医 精神保健指定医

■ 医師をめざしたきっかけ

子どもの頃の夢は、教師になることでした。 高校生の頃から脳や心の仕組みを学びた くなり、医師を志しました。精神科医として 臨床を続けるうちに当時の思いが蘇り、子 どものメンタルケアに携われる児童精神科 医をめざすことにしました。専門医療機関 で研鑽を積む中で、本人を取り巻く環境 (家族、学校、地域資源)との連携が重要で あることを学びました。組織の制約に囚わ れず自分の理念を貫ける医療機関を一か ら作りたいと思い、この度開業させていた だくことになりました。

■ メッセージ

病院は、病気の診断を下して治療をする場 所です。しかし、病気かどうか分からない・ 病気でなくても悩みを相談したい方もいま す。当院はそのような方の駆け込み寺とし て、ご家庭や学校以外の「第三の居場所」 の一つとして、地域の皆さまのお役に立ち たいと考えております。





リハビリ体操 毎日の体操で転倒を予防しよう

65歳以上の方で、自宅で暮らす方は約2割、施設に入居されている方の3割以上が、年に1度は転倒すると報告されています。高齢になるほど、危険度が上がりますので気を付けましょう。

① 足の運動

両足を前に出しながらつまさきを上げましょう。 次に、元の位置にも戻すようにゆっくり引き、 かかとを上げましょう。

1セット5回おこないます。





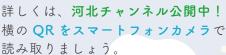
② 手の運動

背中を丸め、腕を前にだし手の平をパーにしま しょう。次に、手をグーにし胸の前に戻しましょ う。

1セット5回おこないます。



他にも、転倒予防の体操を紹介しています。





監修:河北リハビリテーション病院 セラピー部

豆知識

冬の隠れ脱水

夏だけではなく、冬も脱水は起こります。汗をかきやすい夏と違い、冬の脱水はアナタの気づかないうちに起こります。気をつけましょう!

寒いのに、どうして脱水になるの?

人は何もしないでいても、皮膚の表面や吐く息から常に水分を失っています(「不感蒸泄」といいます)。冬は空気が乾燥しているため、この不感蒸泄で想像以上に水分が奪われます。

脱水になるとどうなる?

軽いうちはめまいやふらつき程度ですが、中等度 では頭痛や吐き気、重症になると意識障害が起こ り、命に関わることもあります。

脱水にならないためにできることは?

3食をきちんと食べ、こまめに水分補給をおこないましょう。1日の水分は1~1.5Lが目安です。水分補給には水や麦茶がおすすめです。スポーツ飲料・清涼飲料水もよいですが、糖の摂り過ぎに気を付けましょう。

監修:河北ファミリークリニック南阿佐谷 院長 塩田 正喜

アンケートについて



当財団へご支援を賜り、誠にありがとうございます。より充実した誌面 作りのために、アンケートへのご協力をお願いいたします。 ご愛読いただきまして、ありがとうございます。 読者アンケートにご協力をお願いします。

- Q1 性別(男·女)
- Q2 年齢(20代·30代·40代·50代·60代·70代·80代· 90代以上)
- Q3 お住まい

(杉並区・中野区・練馬区・世田谷区・その他:

Q4 もっともよかった記事は何ですか?

(ページ:

Q5 今後、特集してほしい記事はありますか?

(

- Q6 河北総合病院を何でお知りになりましたか? (ホームページ・友人からの紹介・医療機関からの紹介・ 近所・JR阿佐ヶ谷駅看板・広告物:
- **Q7** web 河北健康教室を試聴したことはありますか? (はい・いいえ)
- Q8 パソコンやスマートフォンなどで情報を閲覧していますか? (はい:よく見るサイト名・いいえ)

aroud 杉並健康ライフ 2022 川柳受賞のお知らせ

テーマを病院・健康・子育てと題し、

69 句のご応募をいただきました。

子育てを

しているはずが

育てられ

家事を終え 10時に電池

切れる母

秀賞作品

自衣の天使が 白衣の戦士

メタボじゃない メジャーを腹に 食い込ませ

膝痛め

ウォーキング 年を忘れて

副反応 副作用とは どう違う

検査値に 一喜一憂

訪問医 あさがやに 行けば得られる 健康が 来る頃子の咳 治ってる (喘息

外来のみとなります。

筋トレで いつも念じる 腹割れろ ランチより 通院増えた カレンダー 咸重ね 薬の種類 比例する

年末年始について

河北総合病院・分院、河北サテライト ク

リニックの診療については、年末年始

(12月30日~翌年1月3日) は救急

その他の河北医療財団施設に関しまして

は、ホームページをご覧ください。

子育てと 夫育ては 両輪で 毎夜飲む 習慣酒から いま薬

金木犀 マスクはずして 深呼吸

素敵な川柳の応募ならびに投票いただきま した皆さま、ありがとうございました。



料金受取人払郵便

杉並局 承認

5022

差出有効期間 令和6年 6月30日まで (切手不要)

郵便はがき

1 6 6 8 7 9 0

(受取人)

東京都杉並区阿佐谷北1-7-3

社会医療法人 河北医療財団 広報課「かわぴたる」編集行

իլիդկիկիկիկովիուդեդեդեդեդեդեդեդեդեդեդեդելել

当財団からイベント、セミナー情報を メルマガ配信いたします。

皆さまの個人情報は、上記以外での目的で使用することはありません。 個人情報の取り扱いについては、ホームページをご参照ください。 https://kawakita.or.jp

お名前:

メールアドレス:

ご希望の方は上記へご記入いただくか下記、お名前をお送りください。 □ kawaken@kawakita.or.jp「件名:メルマガ配信希望」

編集後記

2022は「オミクロン株」の出現で、 1日の感染数が25万人を突破し た第7波は記憶に新しいと思いま す。現在は、海外旅行の緩和、第2 類から5類への見直しやコロナ新 薬の承認など、平時へと戻りつつ あります。2023も油断せず、引き 続き感染予防対策をし、素敵な1 年をお過ごしください。 M. Yama c



病気などの紹介 「河北医療財団の 魅力!」





「河北チャンネル」 体操など配信

- ▼ ご意見をお寄せください 広報課 ⋈ kouhou@kawakita.or.jp
- ▼ 当財団の情報を発信しております。 ぜひ、ご登録ください。















LINE

かわじたる No.182 2023.1

年6回発行(1月·3月·5月·7月·9月·11月