

総合病院 土浦協同病院

第39号 平成23年12月10日

fureai

ふれあい

URL <http://www.tkggh.jp>

E-mail general@tkggh.jp

発行所 総合病院 土浦協同病院 発行人 家坂 義人
〒300-0053 茨城県土浦市真鍋新町11-7 TEL029-823-3111



千葉県南房総市ローズマリー公園「サルビア」 撮影者：香取 逸美

茨城県南悪性腫瘍研究会

第2回市民公開講座開催される 開催日 平成23年12月3日

土浦協同病院がんセンター長 大原 潔

茨城県南悪性腫瘍研究会（土浦協同病院が母体）が主催する第2回市民公開講座を12月3日、土浦市民会館で開催しました。この市民公開講座は、テーマをがんに絞り、年2回のペースでの開催を予定しています。

今回のテーマは「がん検診」としました。がん検診一般に加え、胃癌と肺癌との検診について紹介しました。がん検診は、無症状のうちのがんを発見し、適切に対処すれば治せる可能性が高い上、比較的少ない負担で済むということが特徴ですが、なじみは比較的薄い領域です。日本のがん検診受診率は、先進国の中ではかなり低い方です。土浦市はさらに低く、茨城県の平均をも下回ります。このことが、がん検診をテーマとした最大の理由でした。

このテーマに関心を抱いて出席して下さった方が、第1回の前立腺癌をテーマにした講座に比べると少なかったことは、やや残念な結果でした。



土浦協同病院総合防災訓練を開催して

施設課長 宇野 則男

開催日 平成23年11月15日

当院は、11月15日院内外の関係機関の協力のもと総合防災訓練を実施しました。訓練は、関係機関との連携や各種緊急活動の総合的手順の習熟を図ることを目的としており、土浦消防本部への火災通報訓練に始まり、消火器を用いた消火訓練や避難誘導訓練、報告訓練とつぎつぎに進められました。

訓練はこのほかに、土浦市消防本部特別救助隊による救出救助訓練や、また、災害時に多数の傷病者を重症度と緊急性によって分別し、治療の優先度を決定するトリアージ訓練を実施し、本館前等に設営した応急救護所やトリアージセンターで医師や看護師、救命士が運び込まれた模擬患者をタグ別に振り分けました。

今回の訓練は、3月11日に発生しました東日本大震災の経験を踏まえ、参加者全員が真剣な面持ちで取り組んでいました。

最後に、土浦市消防本部や防災訓練担当者、参加された職員の方々ご協力を頂きありがとうございました。



特別救助隊による救出訓練



土浦市消防本部特別救助隊



トリアージタグ振り分け訓練



消火器訓練



応急救護所のトリアージ訓練



訓練終了後の講評

世界糖尿病デーをご存じですか？

糖尿病看護認定看護師 内田みさ子



写真：土浦協同病院 糖尿病便り特別号より

このイラストは俳優：片岡鶴太郎氏直筆のキャンペーン用のデザイン画です。

11月14日は「世界糖尿病デー」です。

11月14日の由来は、インスリンを精製したフレデリック・バンティング (Frederick Grant Banting) カナダ人医師の誕生日です。毎年、世界各国で建築物などのライトアップで、さまざまなイベントが実施されています。当院でも、11月18日(金) 正面玄関前で、青いユニフ

ームを着用してイベントを開催いたしました。

イベントを訪れた方のなかで、血糖測定を測定した方61名中、空腹時・食後血糖ともに正常値・あるいは正常高値だった人は41名、境界型だった人は12名、糖尿病型だった人は8名でした(表1)。

表1

空腹時血糖 (9名)	正常 3名	正常高値 2名	境界型 2名	糖尿病型 2名
食後血糖 3時間以内 (52名)	正常値 36名		境界型 10名	糖尿病型 6名

また、簡易HbA1c測定器測定希望者45名中、正常値だった人は11名、検査を推奨する方は21名、検査を強く推奨する方は12名でした(表2)。つまり、正常値ではない人が33名も存在する結果となっております。運動不足になりやすい現代社会において特に食習慣には気をつけて頂きたいものです。

※このHbA1c(過去1~2ヶ月前の血糖の平均値)の結果は、あくまでも参考値です。又、国際標準値で表示しているため、現在用いられているJDS値より約0.4高値になっています。

表2 簡易HbA1c測定器実施者45名

正常値	5.5%以下	11名
検査を推奨する	5.6%~5.9%	21名
検査を強く推奨する	6.0%以上	12名



現在、糖尿病は世界の成人人口のおよそ5~6%となる2億4,600万人が抱える病気、2025年には2007年より約1.6倍に達し、3億8,000万人になると予想されています。我が国でも40歳以上の3人に1人が糖尿病または糖尿病予備群であることが、平成18年国民健康・栄養調査速報で発表されました。

日頃から、健康的な食事バランスと適度な運動を心がけ、糖尿病を始めとする生活習慣病を予防して頂きたいと思っております。



クリスマスコンサート開催のお知らせ

Merry Christmas

主催：看護師会

クリスマスコンサートを企画しました。
 バイオリンやフルートのすてきな音色に身を任せて
 ひとときをすごしてみませんか。
 下記の内容で行います。
 皆様の参加をお待ちしています。



日時：12月20日（火）13:30～14:15 場所：救急センター5階会議室

「キャンドルサービス」

日時 平成23年12月16日（金）
 時間 16:30～

土浦協同病院の入院患者さんに土浦協同病院附属看護専門学校の看護学生による歌&キャンドルサービスを行います。

献十血

ご協力お願いします

日時 平成23年12月27日（火）
 13:15～16:00
 会場 土浦協同病院
 東棟中庭

献血用血液が非常に不足しています。輸血を必要とする患者さんのため皆様のご協力をお願いいたします。
 ※血圧の薬は1種類の服用であれば献にご協力いただけます。

食物のちから

栄養部だより
 栄養部 中島みどり

おでん

おでんの美味しい季節になりました。つみれにはエイコサペンタエン酸（EPA）、ドコサヘキサエン酸（DHA）、カルシウム、カルシウムの吸収を助けるビタミンDが含まれています。半片は低脂肪食品で消化が良く、昆布・こんにゃく・大根には食物繊維、ちくわやさつま揚げにはたんぱく質が豊富に含まれています。病院給食のおでんは、だし昆布からだしをとり大量に煮るため「味が良い」と好評で、人気メニューの一つです。おでんは華やかな料理ではありませんが寒い冬には欠かせない料理といえます。当院でも12月から3月にかけて、夕食のメニューに登場します。

