

広
報
T E N S H I - H O S P I T A L

天使びょういん

夏号
2016
JUL
vol.41



タイトル:「ひまわり」 撮影:北区在住 和田 英敏さん



p2-4 Scope「健診室」

p5 特集「院内&地域のアレコレ取材!」

p6 「天使病院臨床研修プログラムについて」(第2回)

p7 健康レシピ
「脂質異常症を改善するレシピ」

p8 お知らせ



Scope

Medical examination

「健診室」

～ Medical examination ～

2013年に3回に渡り特集を組んだ健診室も病院新築で2014年1月から現在の「健診室」へと新しくなりました。同年7月には中村先生が着任。ハード、ソフトともに一層充実した健診室を改めてご紹介します。健診室は病院の中にありながら、病気ではない方が来られる所、健康であることを確認するために来ていただく所です。健診室の医師、看護師、事務、それぞれの立場から健診の大切さについて話してもらいました。

S:初めに基本的な質問で申し訳ないのですが、「健診」と「検診」の違いを教えてください。

T:「健診」は健康診断の略です。病気がないことを前提に身体の状態を調べるために行う診断のことです。一方、「検診」は特定の病気を早期に発見し、治療することを目的に行う検査のことです。皆さんが会社から受けるように言われる「けんしん」は「健診」、乳がんや子宮がん、胃がん、大腸がんの「けんしん」は「検診」ということです。

S:健診室では「健診」と「検診」の両方を行っていますね。

N:はい。健診コースとしては、一般の健康診断（入社時・入学時、企業健診、個人健診など）や生活習慣病予防健診という協会けんぽ加入者を対象とした健診、特定健診などがあります。検診コースには乳がん検診、子宮がん検診、札幌市のがん検診などがあります。また、日帰りの人間ドックも行っています。

K:受診される方は何歳くらいの方が多ですか？

N:20代から75歳の方が幅広く受診されます。また、札幌市の補助で健診を受けられる「高齢者健診」という制度がありますので、75歳以上の方も受診されます。

K:所要時間は？

N:検査内容によって異なりますが、受付からお帰りいただくまでにかかる時間は、1時間半～2時間くらいです。血液検査や胸部レントゲンなど検査を受けていただき、検査結果が出たら、私（医師）から診察と検査結果の説明をさせていただきます。検査結果はダブルチェックを行い、受診後1週間程度で健康診断結果通知書を郵送しています。

K:異常が見つかったときはどうすればいいのですか？

N:その日のうちに当院の外来に紹介することもできますし、遠方からお越しの方にはお住まいの近くの病院へ受診することをお勧めします。

K:どんな病気が見つかることが多いのですか？

N:肺がんや胃がんなど、がんが見つかることが多い

です。糖尿病や解離性大動脈瘤などもありますね。「貧血がひどい」という結果で婦人科の受診を勧めたところ、子宮筋腫で手術になった方もいらっしゃいました。

K:健康だと思っても健診を受けることは重要なんですか？

N:はい。健診は「痛み」「シコリ」「違和感」「倦怠感」「出血」などの自覚症状がなくても最低年1回は受けていただくことをお勧めしています。

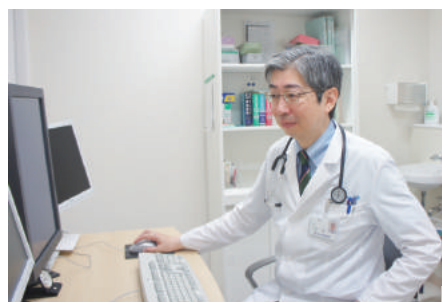
S:予約方法は？

A:企業の担当者の方も、個人の方も電話やFAX、メールでご予約ください。検査内容やスケジュール、請求書の発行、問診票の事前送付などもお気軽にご相談ください。（p4参照）

T:平日（月～金）の午前中に健診を行っていますので、午前中は電話が大変つながりにくくなっています。随時、インターネットでお申込みできるように準備を進めていますので、当院のホームページをぜひご覧ください。

S:健診室の特徴や、みなさんが心がけていることを教えてください。

A:健診室は院内の外来と隣接した場所にあるので、病気が見つかった場合はすぐに必要な診療科に紹介し、フォローできるという安心感があります。注意すべきデータがある時には、医師による予防的な指導を丁寧に行っているのも良いところだと思っています。以前受診された方の中には、受診後、生活指導を受け「体重を減らしました」「食生活に気をつけ



←新設されたウォーターサーバー



インタビュー
S: 東海林 (看護師)



インタビュー
K: 菅野 (管理栄養士)



N: 中村 (医師)



A: 有賀 (看護師)



T: 谷口 (事務)

ています」と言ってくれる方もいらっしゃいます。私たちは「病気になる前に指導する」役割を担っていると実感しています。当院の特徴としては、一般健診と同時に子宮がん検診や乳がん検診もまとめて受けられることですね。できれば「この際、1度で全部を済ませたい!」と思いますよね。

T: 気持ちよく、安心して健診を受けてもらえる環境づくりと、「来年も健診を受けに来よう」と思ってもらえる対応を心がけています。



N: 私は、人間ドック検診情報管理指導士(人間ドックアドバイザー)の資格も持っているので、特定健

診などで異常が見つかったときに、より有効で適切な生活指導を行うことができます。常にその人に合った丁寧な指導を心がけています。ここに着任して2年が経ち、「以前よりもよくなりました」という方が少しずつ増えてきている実感があります。指導が役に立っていると思うとうれしいですね。これからも、ゆっくりと丁寧に話を聴くことを忘れずにみなさんの健康管理に携わっていきたいと思います。

K: 最後に、病院が苦手だったり、仕事や家事、育児で忙しくどうしても病院にかかる踏ん切りがつかない方へアドバイスをお願いします。

A: 私は子宮がん、乳がん検診は2年に1回受けようとしています。そして、自分にとっての記念日に合わせて受けるようにしています。何か決まりがあると踏ん切りが付きやすいです。ご家族からお勧めするのも効果的です。

T: 一般健診は平日しか行っておりませんが、前述の通り所要時間は1時間半～2時間です。ぜひ、時間を見つけて受けていただきたいと思います。唯一、乳がん検診は土曜日に受けていただくことができます(サタデーマン

モ)。最近特にご要望が多くなってまいりましたので、土曜日のコースを昨年の12月から始めまし



た。札幌市で発行している「無料クーポン」もご利用いただけます。所要時間も30分～1時間程度ですので、お忙しい方にもご負担は少ないと思います。

N: 難しい質問ですね……。病気の中には、自覚症状がはっきり分かるものと分からないものがあります。特定健診は脳卒中や心筋梗塞など重大な病気につながる高血圧、糖尿病、高脂血症を見つけることが目的で、これらはすべて、『症状のない病気』です。重大な病気の早期発見のためには“痛くもかゆくもなく”健康だと思っても、念の為、受診していただくことに意味があると思います。お住まいの市町村や保険者が助成してくれるものもありますし、まずはそこからでも健診を受けてみてください。病院が苦手な方がいざ病院にかかるとなると勇気があるものです。結果説明の時にはより詳しい検査や治療が必要か、専門医を受診した方が良いかなど、ご相談にも応じています。皆さんが健康に過ごすために、また病気の早期発見のために、私たちはお役に立ちたいと思っています。









自分メンテナンスしてありますか？

～天使病院健診センターのご案内～

「今は元気だから」「忙しい」「面倒くさい」と、ついつい健康チェックを後回しにしていますか？検査して「何か見つかったら嫌だから」という方もいらっしゃるかもしれません。しかし、健康な生活を送るためには、まず自分の体の健康状態をきちんと把握することが大切です。最近よく耳にするようになった健康寿命*を伸ばすためにも、自覚症状がなく、元気なうちから定期的に健康チェックをする習慣をつけましょう。

健診メニュー

健診名	概要
定期健診・企業健診	お勤めの方が対象の健康診断
雇用時健診	雇用時、就職時の健康診断
生活習慣病予防健診(協会けんぽ)	協会けんぽに加入されている方が対象の健康診断
特定健診	いわゆるメタボ健診／札幌市のとくとく健診など
人間ドック(日帰り)	より詳しい内科的な健康診断
肝炎ウイルス検査(B型、C型)	今まで肝炎の検査を受けたことが無い方が対象
乳がん検診(デイリーマンモ)	平日(月～金曜日の午前、水曜日の午後)に実施
〃 (サタデーマンモ)	土曜日(午前)に実施 
子宮がん検診	体部のみ、頸部のみ、両方の検査が可能 
大腸がん検診	便の検査(2回分) 
胃がん検診	バリウム検査または胃カメラ 

◎予約制です。月～金の午前中に実施しています(サタデーマンモは除く)

◎は札幌市のがん検診にも対応しています。

お申込み・お問い合わせ

天使病院
健診センター

TEL.011-214-1553(直通)

(受付時間 月～金曜日 13:00～17:00)

FAX.011-214-1573(直通)

E-mail:kenshin@tenshi.or.jp

生活習慣病予防健診(協会けんぽ)は、当院ホームページより「専用フォーム」またはFAXでお申込みいただけます。詳しくはホームページ『健診センター』のページをご覧ください。

*健康寿命とは…日常生活に制限がなく、自立した生活ができる寿命のことを言います。平均寿命と健康寿命の差はつまり日常生活に制限がある「不健康な期間」を意味します。

平成22年の国勢調査結果によると、札幌市の平均寿命と健康寿命の差は、男性10.33年、女性14.02年(全国平均は男性9.13年、女性12.68年)です。

平均寿命－健康寿命＝不健康な期間(日常生活に制限のある期間)



つねまつ いずみ
内科診療部長 常松 泉 先生

Profile

平成3年、北海道大学医学部卒業。内科、消化器、肝臓専門医。プライベートでは中学生の男の子と双子の小学生、2男1女のパパ。以前はバイクを3台所有するライダー。札幌へ戻るのを機にバイク乗りをやめ、今は自転車に。健康のために(?)自転車通勤を試みるも3日坊主に終わったとか。現在も極々たまに自転車通勤している日もあるそう。

Q. 東栄病院をご紹介ください。

昭和47年に両親がこの地で常松内科・小児科医院として開院したのが始まりです。来年45周年を迎えます。地域に密着した病院を目指し、地域の求める医療、保健に役立つように努めており、開院当初から44年経った今も変わらず「心の通う医療」がモットーです。訪問診療、また訪問看護や訪問介護、老人保健施設、糖尿病内科の標榜など、地域の皆さまの要望にお応えする形で、充実、発展してきました。糖尿病内科を標榜したのも、日々の診療で糖尿病の方を診ることが増え始め、その必要性を感じたためでした。あの時は医師が皆で糖尿病学会に加入し、専門領域の枠を超えて取り組んだことを思い出します。昨年は、開院45周年に向けて施設内の大幅改修を行いました。内装の改装や駐車場のロードヒーティングの拡大を行い、アメニティを向上することができました。

Q. 泉先生(皆さん、そう呼びになられるので)のご専門について教えてください。

私は平成19年から東栄病院で内科医として診療を行っています。専門は消化器内科、特に肝臓疾患ですが、糖尿病や肺炎、尿路感染症など幅広く内科疾患を診ています。実は、東栄病院に来た当初、消化器内科の専門領域を超える疾患や患者さんを診ることが予想以上に多く、正直言って少し戸惑いました。大学卒業後、釧路労災病院、北大大学院、市立函館病院、平成17年に札幌へ戻ってからはNTT東日本札幌病院、札幌厚生病院と、ずっと消化器内科を専門に診療をしていましたからね。でもこれこそが、当院の地域における役割だと実感しました。医療の機能分化が進み、患者さんは大きな病院を直接受診することが難しくなっています。当院はそんな患者さんが気軽に受診することができる急性期病院なのだと。

おかげさまで当初の戸惑いも3~4年で解消し、すっかり慣れました。ただ、2年目(平成20年)は双子が生まれた年でもあり、公私ともとにかく忙しかったですね(笑)。

Q. 泉先生が目指す東栄病院についてお聞かせください。

先ほども述べた通り、当院は、いわゆる大病院の補完的な役割を果たす病院です。さらに、大病院では受入れが困難な患者さんに気軽に受診していただけるかかりつけ医の役割も果たしています。これは今後も変わることはありません。ただ、当院を取り巻く環境は変化します。当院のある東区のこの地域は、住民の高齢化とともに若い世代の流入もあり、人口構成の二極化が起こり始めています。また、私の専門でいえば、ウイルス性肝炎の新しい薬が発売され治療方法や効果が大きく変化し始めました。こうした変化にも敏感に対応し、医師の専門性を活かしながら地域に密着した医療を続けていきたいと思っています。

Q. 天使病院との連携について、ご要望などあればお聞かせください。

特に外科とは、緊急性のある方から待機可能ながん手術の方まで広く連携させていただいています。手術の即日対応にも応じていただくなど、大変お世話になっています。今後も良い関係を維持していきたいと思っていますので、よろしくお願いします。せっかく導入したIDリンク(患者さんの同意のもと、両病院間で診療情報を共有するネットワークシステム)も、もっと活用していきたいですね。

理事長: 常松 潔

院長: 高橋 建二

所在地: 〒007-0841 札幌市東区北41条東16丁目3-14

電話: 011-782-0111

診療科目: 内科、消化器内科、糖尿病内科、小児科(感染症、アレルギー疾患)

休診日: 水・土曜日午後、日曜日、祝日、年末年始

診療時間

時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
13:30~17:00	●	●	-	●	●	-
17:00~18:00	●	●	-	●	●	-

※17:00~18:00(夜間診療)は内科のみ。





第2回 天使病院臨床研修プログラムについて ～初期臨床研修医が研修可能な地域の病院～

春号に続き、臨床研修室が企画・運営する「天使病院臨床研修プログラム」を紹介するシリーズ第2回目です。天使病院の臨床研修プログラムではありませんが、天使病院だけで全ての研修を行っているわけではありません。札幌市内はもとより、南は室蘭、北は利尻町までたくさんの病院との協力関係があってこそ、より充実した研修プログラムを提供できています。

今回はこの『地域全体』で研修医を育てる仕組みについてご紹介します。

臨床研修プログラム協力の「輪」

当院にはない診療科を中心に、希望に応じて他の臨床研修病院で研修を受けることができます。また逆に、当院でも産婦人科、小児科、麻酔科などで札幌市内外から研修医を受け入れています。

【西区】・心臓血管センター 北海道大野病院(心臓血管外科)

()内は当院の研修医が他院で研修可能な診療科
《 》内は他院の研修医が当院で研修可能な診療科

【手稲区】・手稲病院(精神科)

【中央区】

・北海道大学病院(全科)《全科》 ・斗南病院(皮膚科)《小児科》
・札幌医科大学《全科》 ・札幌厚生病院《麻酔科》

【豊平区】・札幌しらかば台病院(神経内科)

【利尻町】・利尻島国保中央病院(地域医療)

【恵庭市】・恵み野病院《産婦人科》

【東区】・札幌麻生脳神経外科病院(脳神経外科)
・北海道泌尿器科記念病院(泌尿器科)
・勤医協中央病院(総合診療・救急科)

【室蘭市】・日鋼記念病院(全科)《全科》



勤医協中央病院 総合診療・血液病センター センター長 臺野 巧先生

協力型病院として救急科研修に協力させていただいている勤医協中央病院の臺野と申します。当院は2015年度の救急車受け入れ件数が8000件を超えました。数多くの救急症例を研修の先生に経験していただけたと考えています。しかし、ただ経験するだけでは不十分です。経験したあとで、自ら振り返ったり、指導医とともに振り返りをすることで学びが深まります。研修医の皆さまには、地域の急性期救急病院として何が求められているかを体感しながら、振り返り(reflection)というツールを使って成長していただきたいと考えています。

—初期臨床研修医採用情報—

今年度の採用試験スケジュールは以下の通りです。

応募お待ちしております！

1回目 7/23(土) 2回目 8/6(土)

3回目 8/20(土) 4回目 9/3(土)

※随時面接も受付けています。

詳細は天使病院HPをご確認ください。