

とうかい



病院の理念 最高の誠意 最善の医療



公立学校共済組合 東海中央病院



今号の表紙は各務原市那加 航空自衛隊岐阜基地での岐阜基地航空祭です。

岐阜基地は飛行開発実験団が所在する基地として有名で、毎年秋に開催されます。

今年は10月25日(日)に行われます。

航空祭では恒例の「異機種大編隊飛行」が見どころです。今年はブルーインパルスは見られないのが、残念ですが、隣接する日本最大級の航空博物館「かがみはら航空宇宙科学博物館」にもぜひ足をのばしてみたいかがでしょうか。

表紙写真募集のお知らせ

皆さんによる各務原市内の風物と写真を広報誌の表紙としてご紹介しています。

次号の募集については、11月中旬までの予定です。たくさんのご応募をお待ちしております。

過去のとうかいはこちらからご覧になれます。

<http://www.tokaihp.jp/tokai/>

INDEX

当院緩和ケア内科のご紹介 2/6

緩和ケア内科 大沼紗希子医員

ひとりで悩まないで
助産師に頼ってください 3・4/6

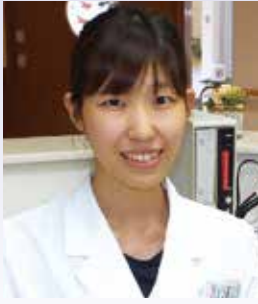
白木副主任助産師

ごきげんよう！ホームドクター 5/6

各務原第一外科

公立共済やすらぎの宿 6/6

プラザ洞津／HOTEL ルブラ玉山／ホテル グランヴェール岐山



当院緩和ケア内科のご紹介

緩和ケア内科 大沼紗希子医員

日本において3人に1人は、がんで亡くなっており、がんは私たちにとって身近な病気です。医学の進歩によって、がんの治療には、化学療法、手術、放射線療法など、様々な選択肢が広がり、患者さんやご家族がご自身で治療法を選択する場面が増えました。がん患者さんは、痛みや倦怠感などの身体的苦痛だけでなく、不安や心のつらさなどの精神的な苦痛、自分で治療法を選択する負担を抱えています。

『緩和ケア』は、がんと診断されたその時から、患者さんやそのご家族の抱える身体的精神的苦痛を和らげるためのケアです。以前は、緩和ケアは病気を治すための治療が難しくなった患者さんに対して行うものだと考えられていましたが、今では、つらさをとって自分らしく生きていくためには、病気の時期を問わず大切なことだと考えられるようになってきています。

当院では、緩和ケア外来、緩和ケア病棟、緩和ケアチームを3つの柱として活動しています。

【緩和ケア外来】

緩和ケア外来は、化学療法などのがん治療中の患者さんで、症状緩和が必要な場合や将来的に緩和ケア病棟への入院を検討されている患者さん及び、精神的な苦痛を伴うがん患者さんやそのご家族を対象としています。痛みや呼吸の苦しきなど、がんからくる身体の苦痛や、化学療法などの治療による副作用の症状緩和、心のケアなどを行います。

また、在宅支援（往診医や訪問看護師の依頼や連携）や、療養の場の相談を行います。

【緩和ケアチーム】

緩和ケアチームは、医師（身体の症状の緩和を担当する医師、心のつらさの緩和を担当する医師）、看護師（専門看護師）、薬剤師、リハビリスタッフ、ソーシャルワーカーで構成され、主治医や病棟看護師と協力して、患者さんを様々な専門の視点から支援します。

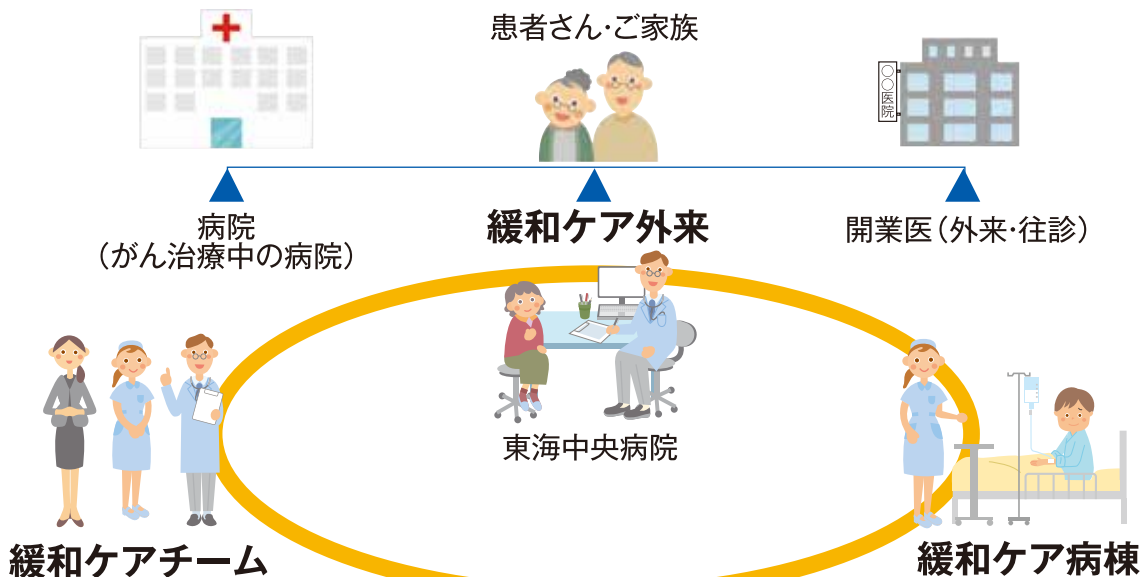
【緩和ケア病棟】

緩和ケア病棟は、手術や化学療法などで治すことが難しいと判断された患者さんの身体的、精神的苦痛を和らげ、その人らしい時間を苦痛なくご家族と共に過ごせる事を目指した専門病棟です。一般病棟とは違い、なるべくご自宅にいるような雰囲気を心掛けています。家族控室や、デイルームがあり、面会制限のない環境の中で、できるだけ苦痛なくご家族と過ごせるように支援します。

また、多くのボランティアさんに支えられ、夏祭りやクリスマスなどの様々なイベントを開催しています。四季を感じられる環境の中で、楽しいひと時を過ごしていただけるよう取り組んでいます。

がんと診断され、身体やこころに苦痛を感じている方で、緩和ケアをご希望の方は、ぜひ通院中の医療機関の主治医や医療相談室にご相談ください。

緩和ケアの活動内容





助産師の紹介(助産外来・産後ケア) ひとりで悩まないで助産師に頼ってください

白木副主任助産師

保育士・幼稚園教諭を経て看護師・保健師・助産師の資格を取得。
IBCLC有資格。
助産師として岐阜県総合医療センター、県立多治見病院等で勤務。
赤ちゃんから幼児保育までお任せください

国際認定ラクテーション・コンサルタント(IBCLC)とは?

IBCLCは、母乳育児を成功させるために必要な、一定水準以上の技術・知識・心構えを持つヘルスケア提供者です。IBCLCは予防的なヘルスケアに焦点を当て、産前・産後を通して自分でできる対処法(セルフケア)を促し、母親が自分で意志決定をするよう励まします。また、病院、診療所、地域などのさまざまな立場で問題解決法を用いてアプローチし、適切な情報提供や提案、適切な場への紹介を行ないます。

IBCLCの資格は、アメリカに本部を置くラクテーション・コンサルタント資格試験評議委員会(International Board of Lactation Consultant Examiners:IBLCE)が1985年から毎年1回実施している、全世界共通認定試験に合格することによって得られます。2014年末で世界101カ国に27,450人以上、国内では949人のIBCLCが、さまざまな母乳育児支援の場で活躍しています。IBCLCは、IBCLCの「職務行動規範」と「業務範囲」「臨床能力」に基づき、適切なアプローチや情報提供などの業務を行います。

(日本ラクテーション・コンサルタント協会<http://jalc-net.jp/information.html>から)



母乳育児支援とは?

国際資格を持った母乳育児支援の専門家で、ママと赤ちゃんが快適に母乳育児が続けていけるように、お話をよく聞き、細かく一人一人にあった、根拠のある内容を、抱き方のコツ、吸わせ方のコツをお伝えします。2人にあったよい方法を見つけることでおっぱいが出る量が変わります。

当院では、「助産外来」や「産後ケア」を通じて妊娠・出産・育児中の不安や疑問を軽減して、元気に赤ちゃんを育てていけるように助産師がサポートしていきます。ひとりで悩まないで助産師に頼ってご相談ください。



お悩みQ&A

Q.授乳中に甘いもの(ケーキ)はダメと言われますが、授乳中に焼き肉を食べたいのですが、ダメですか?

A.いいんです!

授乳期間に甘いもの(ケーキ)や焼き肉が食べたいのは、当然です。それは精神的にも肉体的にも疲れがピークの証拠です。しっかり食べてママの身体を元気にしてください。元気でないと良いおっぱいは出ません。全体的に主食・副食のバランス良い食事をこころがけてください。

Q.夜泣きが大変。私(ママ)が疲れています。どうしたらよいのでしょうか?

A.リンパマッサージを受けてみませんか?

ママのためのリンパマッサージがあります(8,000円/回/80分)。赤ちゃんは勿論ですが、上のお子様と一緒に過ごせることもできます。リラックスすることは赤ちゃんにも良いです。

Q.泣き出したら、泣きやみません。どうしたらよいのでしょうか?

A.まずはお電話ください。

子育て経験のある助産師歴10年以上の助産師が電話対応します。どんな些細なことでも構いません。スマホで調べる前にお電話ください。

Q.よその子と比較して小さいのですが、どうしたらよいのでしょうか?

A.あれこれ悩む前にお電話ください。

無料のすくすく測定もあります。まずはお電話ください。

赤ちゃんのためのベビーマッサージ

ベビーマッサージの効能は、赤ちゃんの情緒が安定します。ママと赤ちゃんとが分かりあえるようになります。ベビーマッサージ後に同じママ友お茶会がありますので悩み事を相談してください。上のお子様と一緒に参加できます。

助産外来

妊娠・出産・育児において、妊婦健診だけでは相談できない事、出産後の育児で不安なこと、もっと教えてほしいことなど、たくさんあると思います。助産外来では、妊娠・出産・育児中の不安や疑問を軽減して、元気に赤ちゃんを育てていけるように助産師がサポートしていきます。

【助産外来】

Q.助産外来って何をしているの？

A.母乳外来、沐浴指導、育児相談、ベビーマッサージ、リンパマッサージなど、妊娠中から産後のお母さんと赤ちゃんをサポートします。

Q.助産外来ってどのように予約しますか？

A.病院に電話をかけていただければ、助産師と直接お話でき、都合のいい日時に予約ができます(平日の9:00～16:30)。当日予約もできますよ。

Q.待ち時間は長いですか？

A.予約制で担当助産師がいますので、待ち時間はほとんどありません。

Q.母乳外来は赤ちゃんを連れて行っても大丈夫ですか？

A.大丈夫ですよ。その場で授乳指導もさせていただきます。



産後ケア

産後ケアとは、助産師が寄り添い、育児に自信が持てるようにサポートすることです。

◎赤ちゃんとの生活に慣れるまで教えてもらいたい

◎主人が出張から帰るまで入院していたい

◎体力が戻るまで入院していたい

育児に不安のある方、体を休めながらゆっくり育児をしていきたい方に、最適です。

【産後ケア】

Q.産後ケアって何ですか？

A.産後のお母さんと赤ちゃんのために宿泊または日帰りで母子のケアや授乳指導・育児指導がご利用いただけます。

Q.家族は働いているので、昼間、一人で子育てするのが不安です。利用できる時間帯は決まっていますか？

A.入院と日帰りが選べます。

助産師と相談の上、一人一人に合わせたケアを提供します。利用の際は助産師がおりますので、いつでも相談ができますので、安心してお過ごしください。

Q.どんなことをするのですか？

A.基本的にはお母さんに育児をしていただきます。

その中で、沐浴をもっとしっかり教えてほしい、おっぱいをみてほしい、夜全然寝れていないので少し預かってほしい、など助産師と相談しながらスケジュールを立てていきます。

Q.どんな人が利用するのですか？

A.生後6ヶ月までの赤ちゃんとお母さんなら、ご利用できます。

“産後体力が戻るまで助産師にサポートしてもらいたい”“赤ちゃんのお世話についてもう少し知りたい”“自宅でサポートしてくれる人がいないので不安”など、様々な理由でご利用いただけます。

しかし、ご利用いただけない場合がありますので、利用される前に助産外来にてご相談させていただきます。妊娠中に産後ケアのご相談も承っています。

Q.夫や上の子も一緒に利用できますか？

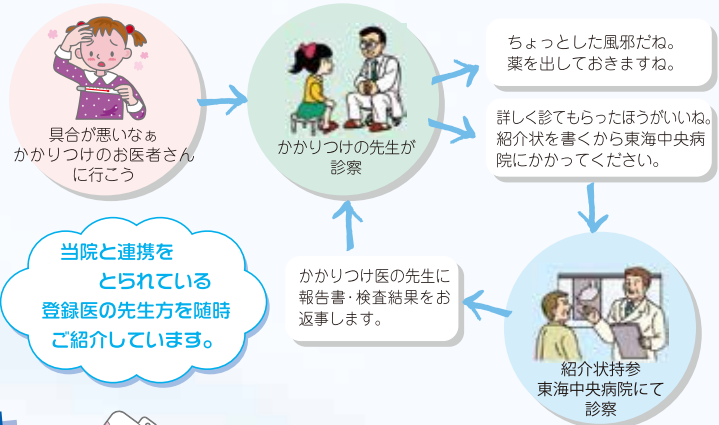
A.個室ですので、一緒にご利用できます。泊まることもできます。助産外来も一緒に来ていただいても大丈夫ですよ。



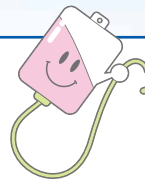
ごきげんよう!ホームドクター-24

厚 生労働省は「初期の診療は医院・診療所で、高度・専門医療は病院で行なう」という医療機関の機能分担推進を掲げています。当院は、かかりつけ医と地域の病院がスムーズな連携を取りながら、地域の皆様に安心できる医療を提供する地域医療連携システムをめざしています。

ふ だんは自分の健康状態の相談ができ日頃から信頼できるかかりつけ医に診察をしていただき、診療により専門的な検査や治療が必要となれば、当院がかかりつけ医と患者さまの医療情報を共有することで、的確な医療を提供し、無駄な待ち時間や同じ検査の繰り返しなどを省きます。



各務原第一外科



TEL 382-3399
FAX 389-1247

登録医名 安永 政輝・安永 寛
住 所 〒504-0843蘇原青雲町4-1-70

診療科 外科・内科・胃腸科・整形外科
介護老人保健施設
通所リハビリテーション

診療時間 午前9:00～12:00
午後4:00～7:00

休診日 木曜日午後、日曜日、祝祭日

駐車場 20台

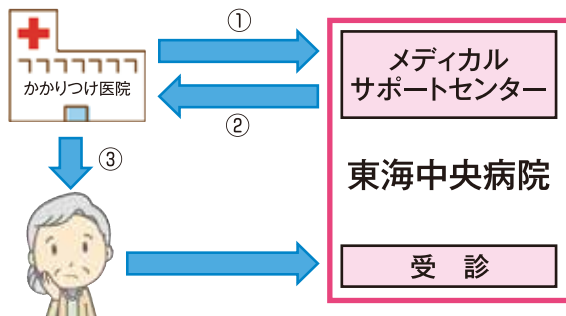


昭和60年、当地において開院いたしました。以来、丁寧に解りやすい説明と的確な診断・治療を心がけてまいりました。新しく医師を迎え、整形外科を充実いたしました。これからも皆様から信頼されるかかりつけ医としての責務を果たします。

URL <http://www.kakamigahara.gifu.med.or.jp/guide/detail.php?cate=1&id=8>

“紹介予約制度”のお知らせ

当院では、紹介患者さんの来院時における手続きの簡略化と、待ち時間の短縮を図ることを目的に、紹介患者さんの事前予約制を導入しています。



①当院所定の「紹介予約申込書」に記入のうえ、メディカルサポートセンターまでFAXでお申込みください。

②メディカルサポートセンターにて診察日時等調整し、「診療予約票」をFAXにて返信します。

③患者さんは返信された「診療予約票」を持ってメディカルサポートセンター受付までお越しください。

お申込先 **058-382-2251**
(メディカルサポートセンター直通)

受付時間:月～金 9:00～19:00(木のみ17:00まで)
お休み:土・日・祝日・年末・年始



公立共済やすらぎの宿



伊勢志摩サミット記念プラン

お伊勢参りや伊勢志摩の観光にご利用ください
2名様より承ります。

宿泊日の2日前までにご予約をお願いします

販売期間
平成29年5月31日
まで

お一人様
1泊2食付

11,000円 (税込)

- 松阪牛や手こね寿司など、三重県ならではの夕食をご用意いたします。
- 朝食は和朝食になります。

公立学校共済組合津宿泊所 どうしん
プラザ洞津
http://www.dohshin.jp

〒514-0042 三重県津市新町1丁目6-28
TEL 059-227-3291 (代)
FAX 059-226-3185

無料駐車場あり 近鉄 津新町駅下車 徒歩2分

おせち料理のご案内

ご予約承ります

特典

- ☆全国送料無料サービス(離島は除きます)
- ☆年越しそば付き
- ☆ご来館お引取りのお客様にはルブラクーポン(1,000円分)プレゼント!



雅

雅(和二段・洋中一段)
300個
雅(みやび)
22,000円(税込)



彩

彩(和・洋・中三段)
350個
彩(いろいろ)
21,000円(税込)



華

華(和二段)
150個
華(はな)
18,000円(税込)

■ご予約・お問い合わせは

地下鉄池下駅より徒歩3分とても便利!!



HOTEL **ルブラ** 王山

※愛知県内の公立学校共済組合員の方はイベント補助が受けられます。

Tel 052-762-3151

TEL 052-762-3105(宿泊予約直通)
〒464-0841 名古屋市千種区覚王山通8-18
地下鉄東山線「池下駅」下車。2番出口より徒歩3分
東名高速道路名古屋インターチェンジより西に約20分
URL <http://www.rubura.org/>
ルブラ王山 検索でキーワードを検索。

◆お申込み締切日:12月18日(金)

12月31日午前中宅急便にてお届けいたします。
ご来館いただく場合は、12月31日9:00~13:00
までお願いいたします。
★お申込みは、FAX・ホームページ専用フォーム
にて承ります。FAX052-751-3199
チラシ・申込用紙の必要な方は、ご郵送いたします。
お気軽にお問い合わせください。

柳しゃぶ天国



しゃぶしゃぶ料理・バイキング料理
食べ放題・飲み放題(2時間)
お一人様 ¥4,000(税込)

期 間 2015年9月29日(火)~2016年4月24日(日)
営業時間 夜の部 月~金 17:30~21:30(OS 21:00)
土・日・祝日 17:00~22:00(OS 21:30)
昼の部 11:30~14:30(OS 14:00)受付12:30まで
※昼の部は予約のみ対応(15名様以上)※予約は3日前まで
定休日 2015年12月30日(水)~2015年1月3日(日)
場 所 2階オリーブホール
※都合により会場が変わる場合がございます。

※写真はイメージです。



おせち

きわみ 極

特撰

和洋中二段重
限定100個
¥28,800(税込)
和食二段重
洋中二段重
各 ¥18,600(税込)

限定20個
¥50,000(税込)

受付期間 2015年11月1日(日)~
2015年12月20日(日)

ホテル **グランヴェール** 岐山

〒500-8875 岐阜市柳ヶ瀬通6丁目14番地
TEL 058-263-7111 FAX 058-263-5517
<http://grandvert.com> info@grandvert.com

<https://www.facebook.com/grandvert>



LINE@
はじめました。

とうかい

Vol.61 2015秋号

発行/〒504-8601 各務原市蘇原東島町4丁目6番地2
公立学校共済組合 **東海中央病院**
TEL (058)382-3101 FAX (058)382-1762
URL <http://www.tokaihp.jp>

発行人/病院長 坂本 純一
発行/年4回

初診・再診受付時間 8:30~11:30/お休み:土・日・祝日・年末・年始

お願い 保険証等の提示

月に一度は保険証・医療証等を保険証提示窓口に提示してください。