

ひまわり

ご自由にお持ちください

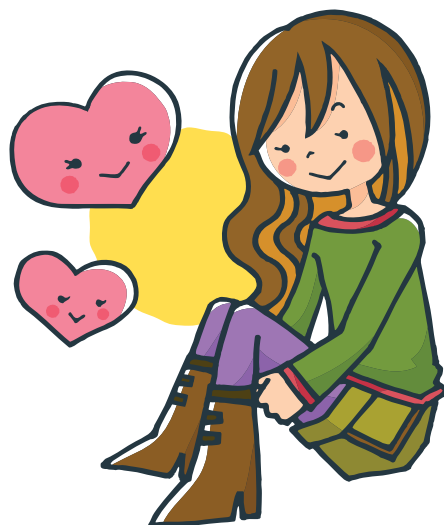
わたしたちは法人理念に基づき、良質な医療・介護を通じて
地域社会の繁栄に貢献します

- スポーツ障害のリハビリを実施しています
- 凍結路面の転倒は慢性硬膜下血腫に注意!
- 札幌市東区栄地区老人クラブ連絡協議会の皆さま、おめでとうございます!
- ロシア サハリン医療事情

特集

乳がん・子宮頸がん
検診の無料クーポン券を
ご存知ですか?

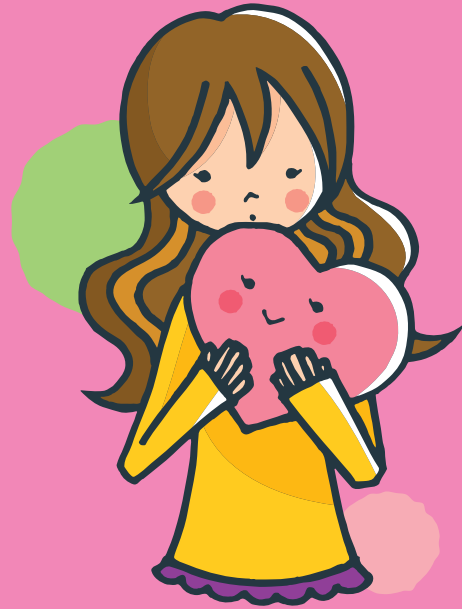
各市町村は前年度から特定の年齢に達した女性に対し、乳がん検診・子宮頸がん検診の無料クーポン券を郵送しています。がんの早期発見・治療を目的とし、
全国一律基準で実施して受診促進を図っています。



特集

乳がん・子宮頸がん 検診の無料クーポン券を ご存知ですか？

乳がん検診と子宮頸(けい)がん検診が無料になる制度をご存知ですか？
各市町村は前年度から特定の年齢に達した女性に対し、乳がん検診、
子宮頸がん検診の無料クーポン券を郵送しています。
がんの早期発見・治療を目的とし、全国一律基準で実施して
受診促進を図っています。



低い受診率

1980年代以降、日本人の死因トップとなっている「がん」。2人に1人の女性が生涯でがんになると言われています。

一方、医学の進歩とともに「治るがん」も増えています。特に乳がんや子宮頸がんは早期発見・治療で治る確率が高いとされています。早期に発見するには、がん検診を受けることが有効ですが、わが国の検診受診率は20%程度と低いのが現状です。

若い世代に多い乳がん、子宮頸がん

乳がんは女性ホルモンの影響を受けやすい40代女性で最



I N D E X



色弱の方にも見やすいようユニバーサルデザインに基づいた配色を取り入れております。

特集

乳がん・子宮頸がん 検診の無料クーポン券を ご存知ですか？

02

TEISHINKAI INFORMATION [禎心会情報]

- スポーツ障害のリハビリを実施しています05
- 白血球除去療法～薬剤、手術以外の第三の治療法～06
- 凍結路面の転倒は慢性硬膜下血腫に注意！07
- デイケアで在宅介護を支援08
- 体の中を映す②—CT検査—09
- 札幌市東区栄地区老人クラブ連絡協議会の皆さま、おめでとうございます！10
- 地域医療連携施設のご紹介11
- 禎心会新人スタッフ紹介13
- みんなで守ろう！ 地球環境！13
- ロシア サハリン医療事情14
- 禎心会医療講演会のお知らせ17
- 「禎心会医療講演会～がんと認知症の話～」を開催しました17
- 編集後記17
- 禎心会総合案内18

病院及び各施設の詳しい情報はホームページでもご覧いただけます。ぜひご覧ください。

<http://www.teishinkai.jp>



今年度の対象者

下記の生年月日の女性。

クーポンは平成22年4月20日時点で住民登録・外国人登録をしている市町村から配布されます。
※配布内容は市町村により異なります。

乳がん検診

生年月日	年齢
昭和44年(1969年)4月2日～昭和45年(1970年)4月1日	平成22年4月1日時点で40歳
昭和39年(1964年)4月2日～昭和40年(1965年)4月1日	平成22年4月1日時点で45歳
昭和34年(1959年)4月2日～昭和35年(1960年)4月1日	平成22年4月1日時点で50歳
昭和29年(1954年)4月2日～昭和30年(1955年)4月1日	平成22年4月1日時点で55歳
昭和24年(1949年)4月2日～昭和25年(1950年)4月1日	平成22年4月1日時点で60歳

子宮頸がん検診

生年月日	年齢
平成元年(1989年)4月2日～平成2年(1990年)4月1日	平成22年4月1日時点で20歳
昭和59年(1984年)4月2日～昭和60年(1985年)4月1日	平成22年4月1日時点で25歳
昭和54年(1979年)4月2日～昭和55年(1980年)4月1日	平成22年4月1日時点で30歳
昭和49年(1974年)4月2日～昭和50年(1975年)4月1日	平成22年4月1日時点で35歳
昭和44年(1969年)4月2日～昭和45年(1970年)4月1日	平成22年4月1日時点で40歳



※検診に関するご質問やご予約等は、
ホームページ(<http://www.teishinkai.jp/cwc/index.html>)、
お電話でお気軽にお問い合わせ下さい。

セントラル女性クリニック
院長
本間 敏男 (ほんま としお)

ご相談先

セントラル女性クリニック
☎011-633-1131

住所:札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディケアセンタービル3階



無料クーポン券が使えるのは当該市町村等の指定医療機関

同時受診が可能

乳がん・子宮頸がん検診は2年に1度の受診が勧められています。クーポン対象者はおちろん、2年以上受けていない人、また、一度も受けていない人が、ぜひ、受診して下さい。

も多く、ウイルス(ヒトパピローマウイルス)感染が主な原因となる子宮頸がんは近年、20〜30代で急増しています。ともに家庭や職場で重要な役割を担っている比較的若い女性に多く発生しますが、どちらでも早期発見・治療が有効ながんです。早く見つければ、それだけ治る可能性が高くなり、治療にかかるお金や時間の負担も軽くなります。自分の健康状態を確認し、がんを早期に発見できるよう定期的な乳がん・子宮頸がん検診を受けることが大切です。



関で、当クリニックは札幌市の指定機関となっています。当クリニックは乳がん検診、子宮頸がん検診を同時に受診できる上、ヒトパピローマウイルスの感染を予防する「子宮頸がん予防ワクチン」の接種も実施しています。クーポンの有効期限が切れる3月は大変込み合いますので、余裕を持って受診して下さい。

●無料クーポンの有効期限 / 平成23年3月31日

●無料となる検診内容

乳がん検診 所要時間 約45分(当クリニック)

問診、視触診、マンモグラフィ検査

子宮頸がん検診 所要時間 約30分(当クリニック)

問診、視診、細胞診、内診

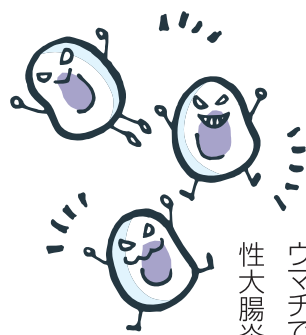
※ともに上記以外の追加検査や診療等を受ける場合は、診察料等がかかります。受診する施設へ事前にご確認下さい。

●受診方法

無料クーポン、身分証明書(健康保険証、免許証、住民票等の公的証明書)の両方を必ず持参し、指定医療機関へ直接申し込んで下さい。予約が必要な場合は事前にお問い合わせ下さい。当クリニックは予約制です。



乳がん・子宮頸がん検診無料クーポン券



人体には外から異物が侵入した際にそれを排除しようとするシステム(免疫)が備わっています。この免疫反応の中心的役割を担うのが白血球です。白血球は細菌等の異物を自身の中に取り込んで消化したり、異物をキャッチする抗体というタンパクを作り出した後、体の外に排除しようとしています。しかし、この白血球が過剰に働いて(活性化)、炎症に関わるさまざまな物質を放出し続けることにより、関節リウマチでは関節内の軟骨や骨を、潰瘍性大腸炎では腸管粘膜を損傷させます。

一般的に病気の治療方法として、内服薬や注射薬、湿布や軟こう等の外用薬による内科的治療(薬物療法)のほか、手術等の外科的治療がすぐに思い浮かぶでしょう。

関節リウマチや潰瘍性大腸炎といった自己免疫疾患では内科的治療、外科的治療とは異なる白血球除去療法(図)という第三の治療法があります。じびや大腿の静脈から血液を体外へ出して、炎症を引き起こす活性化した白血球を専用フィルターで血液中から除去し、反対側の同じ静脈から戻して炎症をすみやかに鎮める方法です。

すべての患者さまに適應できるわけではありませんが、潰瘍性大腸炎や関節リウマチでお困りの方は、ご相談下さい。



新札幌恵愛会病院
内科消化器科部長
三好 義範
(みよし よしのり)

ご相談先

新札幌恵愛会病院
☎011-893-7000
住所:札幌市厚別区大谷地東5丁目5番35号

当院は関節リウマチや難治性の潰瘍性大腸炎に対し、白血球除去療法(LCAP療法、エルキップ療法)を行っています。

白血球除去療法 薬剤、手術以外の第三の治療法

関節リウマチ、 潰瘍性大腸炎と白血球

自己免疫疾患に対する 第三の治療(白血球除去療法)

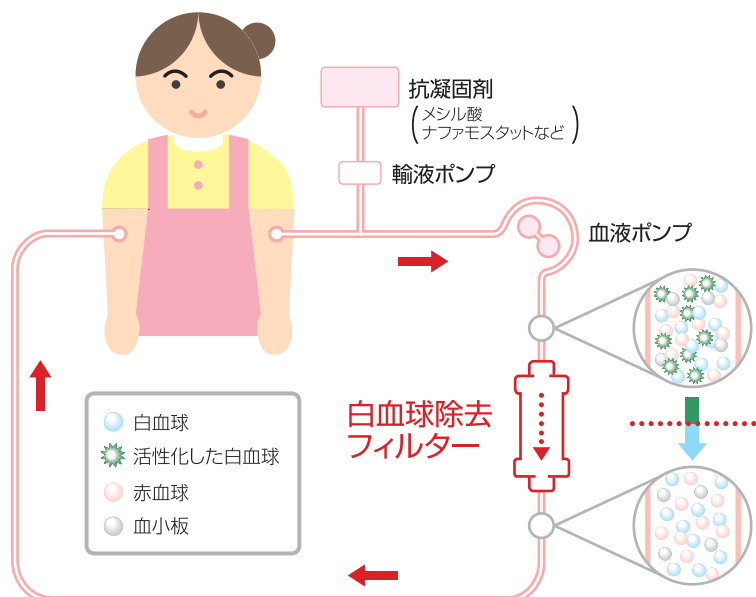


図) 活性化した白血球を取り除くLCAP療法



スポーツ障害は、「使い過ぎ障害」ともいわれ、野球の投球やサッカーボールを蹴るといった、さまざまな動作の反復によって起こります。これらの反復動作により関節や筋肉の一部分に負担が集中することが原因です。

特に成長期の子どもの骨に弱い部分(骨端軟骨)があったり、骨と筋肉の長さのバランスが悪かったりと障害が起きやすい状況にあります。代表的な障害はオスグッド氏病や野球ひじです。成長期のスポーツ障害は成長障害を引き起こすケースもあるため、その後のケアが非常に重要です。

スポーツ障害のリハビリは障害のケアはもちろん、再発予防を目標に実施します。痛みがなくなっても、体の使い方を変えないまま競技を再開すると、また同じ部分に痛みが生じてしまうからです。

そのためリハビリは障害部位を中心に動作分析し、負担の少ない体づくりを目標にして筋力トレーニングやストレッチ指導、種目別の動作指導を行います。当院スポーツ外来(毎週水曜15時30分~17時30分)とも連携しながら競技復帰をサポートしています。

リハビリは医師の指示のもと行います。まずはスポーツ外来を受診し専門医にご相談ください。ねんざや打撲く等の外傷、成長期、アスリートの方に限らず、一般の方々も対象としています。



禎心会病院
リハビリテーション科
理学療法士
因 英利(いん ひでとし)

ご相談先

禎心会病院
☎011-712-1131
住所:札幌市東区北44条東8丁目1番6号

スポーツ障害のリハビリを 実施しています

当院理学療法科はスポーツ外来と連携し、スポーツ障害のリハビリテーションを実施しています。

原因は「使い過ぎ」

目標はケアに加え、再発予防



凍結路面の転倒は 慢性硬膜下血腫に注意！

冬場の凍結路面等で足を滑らせて転倒し、頭部を打ぼくしてしまった場合は慢性硬膜下血腫に注意して下さい。



軽い打ぼくでも発症

慢性硬膜下血腫は頭部を打つてから3週間以上を経て、徐々に血液がたまってきた状態で、硬膜とくも膜の間でできる血腫を指します。

高齢者に発症する度合いが高く、圧倒的に男性に多いのが特徴です。アルコール多飲者にも多く、高齢者に起きれば認知症と間違われることがあります。自分でも忘れてしまうような軽い頭部打ぼくでも発症することがあるので、注意が必要です。

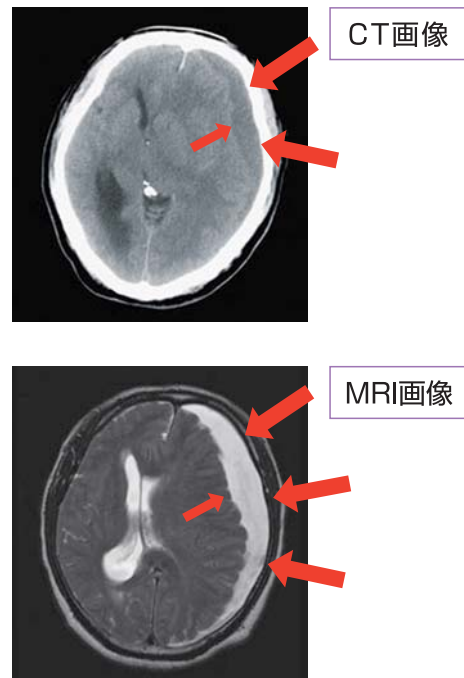
頭痛、記憶喪失から運動障害も

主な症状は脳圧亢進症状（頭痛、記憶喪失、尿失禁等）で、進行すると運動障害が起こります。診断はCT画像、MRI画像（写真）で行います。CT画像では血腫は主に三日月型ですが、まれに凸レンズ型にもなり、左右両側性のケースもあります。

一般的に高齢者は前頭葉、頭頂葉の脳溝が大きく開いています。血腫が

あると脳溝が見えにくくなるため、これが発症を見分けるポイントになります。治療は血腫の大きさや脳への圧迫度、症状により穿頭血腫除去術を行います。薬物を使った保存的治療で血腫が消失することもあります。頭部を打ぼくし、自覚症状がある方は脳神経外科外来を受診して下さい。

※矢印部分が血腫



デイケアで在宅介護を支援

デイケア（通所リハビリテーション）は身体機能の維持、向上や家族の負担軽減を図り、在宅介護を支援します。

リハビリ、入浴に各種レクも

デイケアは自宅と施設を車で送迎し、入浴、食事提供、ちぎり絵や裁縫、塗り絵、映画鑑賞といった各種レクリエーションに加え、リハビリを必要とする人に専門スタッフがサービス提供します。当施設では40代から100歳代まで、1日50、60人が利用。さまざまな疾病や身体障害を抱えていたり、独居、老介護されたりしている方も少なくありません。

介護する家族の負担軽減に加え、外出機会にもなるため、筋力や心肺といった身体機能の低下予防にも役立ちます。

職員一同で支援

当施設は入所施設、病院が併設されていますが看護師は1人体制です。医

師の代わりに病状の相談を受けたり、急変時は1人で判断したりしなくてはならないケースもありますが、ニーズに応え、安心して利用していただけるよう努めています。

高度の認知症や失語で自分の思いを訴えられない方も多く、体温や呼吸、脈拍、血圧測定等は表情、食事の摂取状況、排泄や歩行状態、入浴時は全身を観察する良い機会と考え、異常の有無をいち早く見つけて、安全、安楽に過ごせるよう職員一同で支援しています。

デイケア利用後は自宅へ帰られるため、継続看護は難しく、処置方法を説明しても小さな表皮はく離が褥瘡になつてしまうこともあります。利用者さまが必要なサービスを受けられるよう他の在宅支援機関との連携や情報交換も大事にしています。



老人保健施設ら・ぷらーさ
通所リハビリテーション科
杉浦 タケ子（すぎうら たけこ）

ご相談先

老人保健施設ら・ぷらーさ
☎0162-29-4332
住所：稚内市栄1丁目24番2号



稚内禎心会病院 放射線部
赤川 真人（あかがわ まさと）

ご相談先

稚内禎心会病院
☎0162-29-4311
住所：稚内市栄1丁目24番1号

札幌市東区栄地区老人クラブ連絡協議会の
中南利夫会長(中)、住田春夫副会長(左)、葛西俊夫事務局長(右)



札幌市東区栄地区老人クラブ連絡協議会は、栄東地区6、栄西地区18の計24クラブで構成し、会員数は約1400人に達します。同協議会は平成15年、特定非営利活動法人「アイヴィーネット」を立ち上げ、地域の高齢者施設からのボランティア要請の拠点として、会員活動の推進を図ってきました。

栄東地区6、栄西地区18の計24クラブで構成し、会員数は約1400人に達します。同協議会は平成15年、特定非営利活動法人「アイヴィーネット」を立ち上げ、地域の高齢者施設からのボランティア要請の拠点として、会員活動の推進を図ってきました。

栄東地区6、栄西地区18の計24クラブで構成し、会員数は約1400人に達します。同協議会は平成15年、特定非営利活動法人「アイヴィーネット」を立ち上げ、地域の高齢者施設からのボランティア要請の拠点として、会員活動の推進を図ってきました。

社会医療法人 榎心会
道央在宅事業部 部長
笹田 直人 (ささだ なおひと)



当法人と関わりが深い「札幌市東区栄地区老人クラブ連絡協議会」の皆さまが、
全国老人クラブ連合会のボランティア活動部門「2010活動賞」を受賞しました。

札幌市東区栄地区老人クラブ連絡協議会の 皆さま、おめでとうございませー！ 全国老人クラブ連合会、2010ボランティア活動部門「活動賞」受賞

老人クラブ活動は地域福祉の 原点

札幌市東区栄地区老人クラブ連絡協議会は、榎心会病院の地元、札幌市東区栄町地区で昭和37年発足した「北栄老人クラブ」をはじめ、数々のクラブが横のつながりを重視し、昭和51年に結成。現在は

榎心会病院は開院翌年の昭和60年から同協議会対象に、脳卒中予防等をテーマとした地域医療講演会を15年間開催してきました。「すこやか健診」は平成元年から約20年間実施、一般健診に加え、MRIを使って脳の画像を3年間隔で撮影して経過診断を行う等、深い関わりを持たせていただきました。

榎心会病院は開院翌年の昭和60年から同協議会対象に、脳卒中予防等をテーマとした地域医療講演会を15年間開催してきました。「すこやか健診」は平成元年から約20年間実施、一般健診に加え、MRIを使って脳の画像を3年間隔で撮影して経過診断を行う等、深い関わりを持たせていただきました。

CTはX線を使って体の輪切り写真(断層写真)を撮る検査です。
CTの「C」は「コンピュータ」、「T」は断層写真を意味するトモグラフィという言葉からきています。



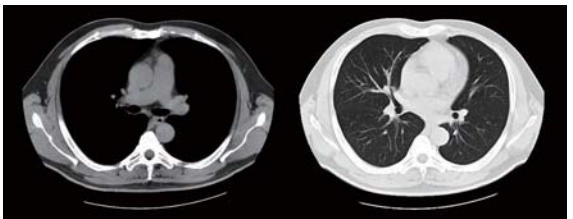
体の中を映す② — CT検査 —

最新機種は秒単位で全身撮影

開発当初は撮影に時間がかかり、不鮮明な画像しか撮れませんでした。現在は非常に細かい構造もくっきり見え、撮影時間も短縮されました。

ところが、臓器に血液が行き渡っている部分などが白く写るようになります。**造影剤使用はよく説明を受け怖がらず**

CTで撮影した画像



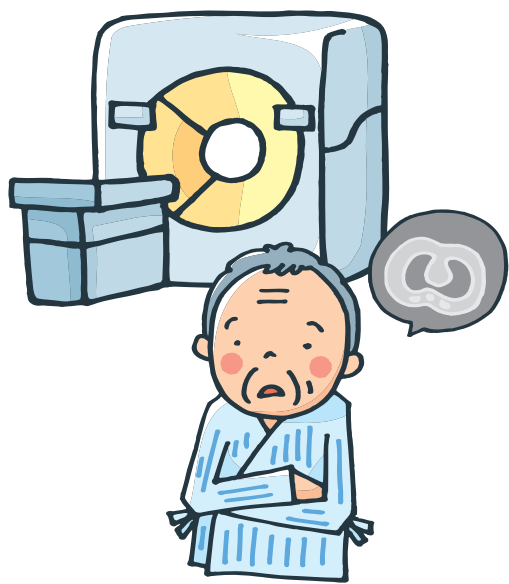
最新機種では全身を撮るので大さ秒単位です。
X線を用いますから、通常のX線写真と同様にX線の通りやすさで白く写ったり黒く写ったりします。ただ、違う臓器でも同じ濃度で写ることがあります。そのようなときは「造影剤」を使って区別します。

造影剤は血管注射で体内へ入れます。造影剤が血液の中に入ると、血管の多い血管の多さや血液の行き渡り具合は病気によってさまざまな特徴があるので、造影剤を使うことで診断がより正確になります。ただし、造影剤はごくたまに副作用を引き起こします。吐き気がしたり、じんましんが出たりすることがあり、ひどいときには亡くなる方もいます。アレルギーや喘息のある方も、造影剤を使って具合が悪くなったことがある方は検査前に申し出ることが大切です。



セントラルCIクリニック
院長
塚本 江利子 (つかもと えりこ)

ご相談先
セントラルCIクリニック
☎011-623-1131
住所:札幌市中央区大通西17丁目1番27号
札幌メディケアセンタービル1階



は、事前に説明をして承諾をいただいています。使用に慎重になることは大切ですが、造影剤を使わなければあまり役に立たない検査もありますので、よく説明を受けてむやみに怖がらずに必要な検査を受けて下さい。



〒004-0052
 札幌市厚別区厚別中央2条4丁目9-25
 ☎011-892-1556
 標榜科目:循環器科、心臓血管外科、消化器科、呼吸器科、
 内科、外科、整形外科、リハビリテーション科

診療モットー
 心臓の病気は不安になつたり落ち込んだりする人も多いので、できるだけお話を聞くように努めています。
 専門医療の根底に「癒しの心」は不可欠です。心身両面から患者さんを支え、常に患者さんサイドに立つことを心がけています。

対象としている疾患
 循環器全般です。血管疾患、狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患、心臓弁膜症、胸部大動脈瘤などの検査、治療、手術を実施しています。
 女性の下肢静脈瘤も増えています。人工透析も行っています。

医療法人サンプラザ 新札幌循環器病院

新札幌恵愛会病院連携施設



理事長 佐々木 孝 先生

施設特長
 循環器専門病院として専門医を中心とした医療チームが24時間救急受入体制を整え、最新の診断・治療機器を駆使して診療にあたっています。
 心臓血管に不安のある方は、体に負担の少ない検査から精密検査まで最新機種を使用していきますので、ぜひ、ご相談下さい。

趣味
 旅行、スキーです。

地域医療 連携施設の ご紹介



私たちは、近隣の先生方と連携して地域密着の医療・介護に取り組んでいます。

医療法人社団 川島医院

榎心会病院連携施設

対象としている疾患
 子どもから高齢者まで幅広く対応しています。
 公営住宅に長くお住まいの高齢の方が多い地域なので、高血圧や高脂血症等の治療を通じ、皆さまの健康管理をお手伝いしていきます。

診療モットー
 我慢や遠慮をしないで言いたいことを言ってもらえるよう、しゃべりやすい環境、雰囲気づくりを心がけています。
 苦痛のある方は苦痛を取ったり軽したりし、苦痛や自覚症状のない生活習慣病等は進行を遅らせるよう努めています。

施設特長
 この地域で先代から約50年診療しています。腰痛や関節痛等もできる範囲で対応していますので、体のことで困ったことがあったら何でも相談して下さい。

趣味
 旅行です。



〒065-0011
 札幌市東区北11条東10丁目1-1
 ☎011-711-9965
 標榜科目:内科、小児科



理事長 菊池 徹 先生

医療法人 北海道家庭医療学センター 栄町ファミリークリニック

榎心会東センター連携施設



院長 松田 諭 先生

対象としている疾患
 家庭医療を幅広く展開しています。外来診療では子どもからお年寄り、内科から外科、整形外科、リハビリなどにも対応し、訪問診療でも24時間365日、医師3人で脳血管障害、がんや認知症、緩和ケアまで診療科を問わず対応しています。

ご紹介しますので、体のことで困ったことがありましたら何でも気軽に相談して下さい。

趣味
 コーヒーやお酒を飲みながらホームシアターで映画を楽しんでいます。最近では札幌の美味しいお店探しや写真も始め、楽しく過ごしています。



施設特長
 他施設の訪問看護師、ケアマネジャーらとも連携し、自宅で過ごせる支援をします。必要な場合は専門医へすみやかに。

診療モットー
 個々の生き方や考え方を尊重し、心や体の病気のケアに努めるだけでなく、地域に根差した医療を通じ、住民の皆さまが安心して暮らし、病気を抱えていても夢や生きがいを持って楽しく暮らせるためのお役に立てればと思います。



〒007-0841
 札幌市東区北41条東15丁目1-18
 ☎011-723-8633
 標榜科目:内科、小児科、外科、整形外科、リハビリテーション科

禎心会 新 人 スタッフ 紹介

私たちは禎心会の新しいスタッフです。
皆さまのお声を励みに進んでいきますので、
よろしくお願いいたします。



セントラル女性クリニック



氏名 伊藤 智美(いとう さとみ)
職種 看護師
趣味 テニス・ショッピング
抱負 何事にも一生懸命取り組み、がんばりたいと思います。まだまだご迷惑をおかけすることも多いと思いますが、よろしくお願いいたします。

禎心会北センター



氏名 山下 元規(やました もとき)
職種 介護支援専門員
趣味 アウトドア全般
抱負 信頼されるケアマネジャーになれるよう、初心を忘れず日々努力します。よろしくお願いいたします。

禎心会病院



氏名 本間 愛美(ほんま まなみ)
職種 社会福祉士
趣味 ショッピング
抱負 まだまだ未熟ですが、とにかく一生懸命がんばります！ よろしくお願ひします。

みんなで守ろう! 地球環境! vol.10

支笏湖復興の森づくり 秋の同窓会で松の成長を確認

新札幌恵愛会病院の職員は昨年に引き続き、支笏湖周辺台風被害・復興の森づくり「森の育ての親」秋の同窓会に参加しました。今回は苗木の成長調査が目的で、担当地域に植樹した松50



本を計測、いずれも1m前後に順調に育っていました。昨年10月上旬の当日は早朝から曇り空でしたが、雨に降られることなく終えることができました。今年は春の同窓会から活動をスタートします。

病院周辺のゴミ拾いを実施

一方、同病院職員は昨秋、病院周辺のゴミ拾いを行いました。春に続くボランティア活動で、天候にも恵まれて無事終了。今年も継続していきます。



病院周辺ゴミ拾いの様子



チャレンジ
未来が変わる。
日本が変わる。
25
www.challenge25.go.jp



ユジノサハリンスク 全景



街の風景
(ユジノサハリンスク)



小児科病院 NICU



サハリン州立病院手術室

ロシア サハリン医療事情

4泊5日 ユジノサハリンスクへの 旅から見たもの

理事長 徳田 禎久

以前、禎心会病院の視察に来られたサハリン州政府関係者からの招きで、昨年8月末に同州ユジノサハリンスクを訪れました。短い期間でしたが、良い経験をしましたのでお伝えいたします。





日本の漬け物にそっくりなお漬物
各家庭の味があるとのこと



パンケーキとイクラ



道路脇で売っている大きなカニやエビ



高級官僚用保護地
Lesnoye Ozero (森の湖)トナイチャ湖畔

人も長く食事もおっくす

や頭上から磁力線を当てる治療など、伝統的な方法もありました。

通勤途中や買い物をしている人々とすれ違いましたが、のんびりとしている人ときびきびと歩く人が混在しているものの、発展途上地域の住民に共通の明るさもあり好感を持ってました。

マーケットや自由市場には、海産物が中心でしたが物があふれており、日本も含め外国の調味料なども売られていました。物価は日本に比べ半分から三分の二程度でしたが、二定の生活レベルにあると感じました。我々日本人に対する応対も自然で一般旅行者にとっても違和感はほとんどありません。

心配したロシア料理は、有名なボルシチ、黒パン、黒パンを発酵させて作るスープ、クレープに包んで食べるイクラのほか、日本のものと同程度の漬物、蒸し餃子、ニシンのマリネ、ホタ



テやおヒョウのフライなど、どれもおいしく我々の口に合わないものはありませんでした。ただし、料理の種類、特に果物や野菜の種類が少ないので、長旅だとつらいかもしれません。

ウォッカは数種類あるようでしたが味の区別はつかず、ただただアルコール度数が高くついの一言。以外だったのは大変おいしい3、4種類の地ビールがあったことで、チェコなどから製造機器が導入されていました。加熱ビールはコンビニのような店で量り売りされておりました。

新学期初日の風景に感激

旅行中最も感激したのが、9月1日ロシアの新学期初日の風景です。

我々が郷土博物館で目にしたのが、父兄同伴の小学生が小奇麗に着飾って花束を抱えて庭に集まっている姿です。先生にあいさつする際、渡すのだそうで、お世話になる先生に親子そろって敬意を表するということでした。責任のなすり合いが多く、ぎすぎすとした日本の教育現場に取り入れたい習慣でした。

近くて遠く感じている国ロシア。今回は8月末の渡航でしたが、気候は札幌よりやや寒い程度で日中は半袖で十分でした。建物の一階は高くなっており冬の積雪は多そうですので、夏に度訪問されることをお勧めします。

「百聞は一見に如かず」です。

プロペラ機で1時間20分

千歳から州都ユジノサハリンスクへはプロペラ機でしたが1時間20分ほど飛びます。税関では、入国審査用紙がロシア語ばかりで中々書ききれずに戸惑っていたら「見怖そうな年配の女性職員に取り上げられて「まずいな、別室かな?」と思ったのですが、不足の内容を書き込んでくれて、ほっと。実際は、スムーズな対応でした。

夜8時の到着でしたが、空港を出たら田舎道のように暗く街並みもまぼろしでびっくり。しかし、車で15分ほどの市内は人口18万人を有していることがうかがえる風景で、日本の統治下にあっただけに四角の広い区画で、建物は古く低層ビルが多かったものの道路から離れて建てられており、札幌に比べかなりゆったりとした感じでした。新しいマンション、ホテルなどはほとんど韓国資本、商売には中国勢の進出も目立つとの事でした。稚内から定期航路も開かれている



コルサコフ港と税関

コルサコフ(大泊)は車で約30分ですが、昔の日本の建物も多く残っており、北海道の世代前の地方都市を見ているようでした。

医療は近代化への転換期

医療事情を知るために、サハリン州立病院とユジノサハリンスク市立小児病院、予防治療センターを見せてもらいましたが、総じて前時代的な取り組みから近代化への転換期にあるように感じました。同州の平均余命が男性58歳、女性72歳ということから考えても、健康管理、疾病管

理は日本に比べまだまだの感がありました。

医師や看護師など職員の数はそれほどに配備されているようでしたし、案内の職員は親切で、特に新しく開いた心血管センターや新生児集中治療室を誇らしげに説明してくれました。しかし、手術場に窓があるのには驚かされましたし、感染防止の意識にかける物品配置だったことに加え、700床の病院にCTがわずか1台の配備、州内には現在MRIが1台もないなど診断機器の整備も遅れておりました。

医療は、毎年中央政府から出される計画に沿って行われているということで、内容が充実するには少し時間がかかるように思われました。

住民は無料で医療機関を受診できる制度になっておりましたが、病院では紹介患者と救急患者しか診療しないので、まずは診療所を受診するというのが組み立てました。しかし、診療所は7か所しかなく、住民の多くはまず薬局へ行って薬で間に合わせ

伝統的な磁石治療



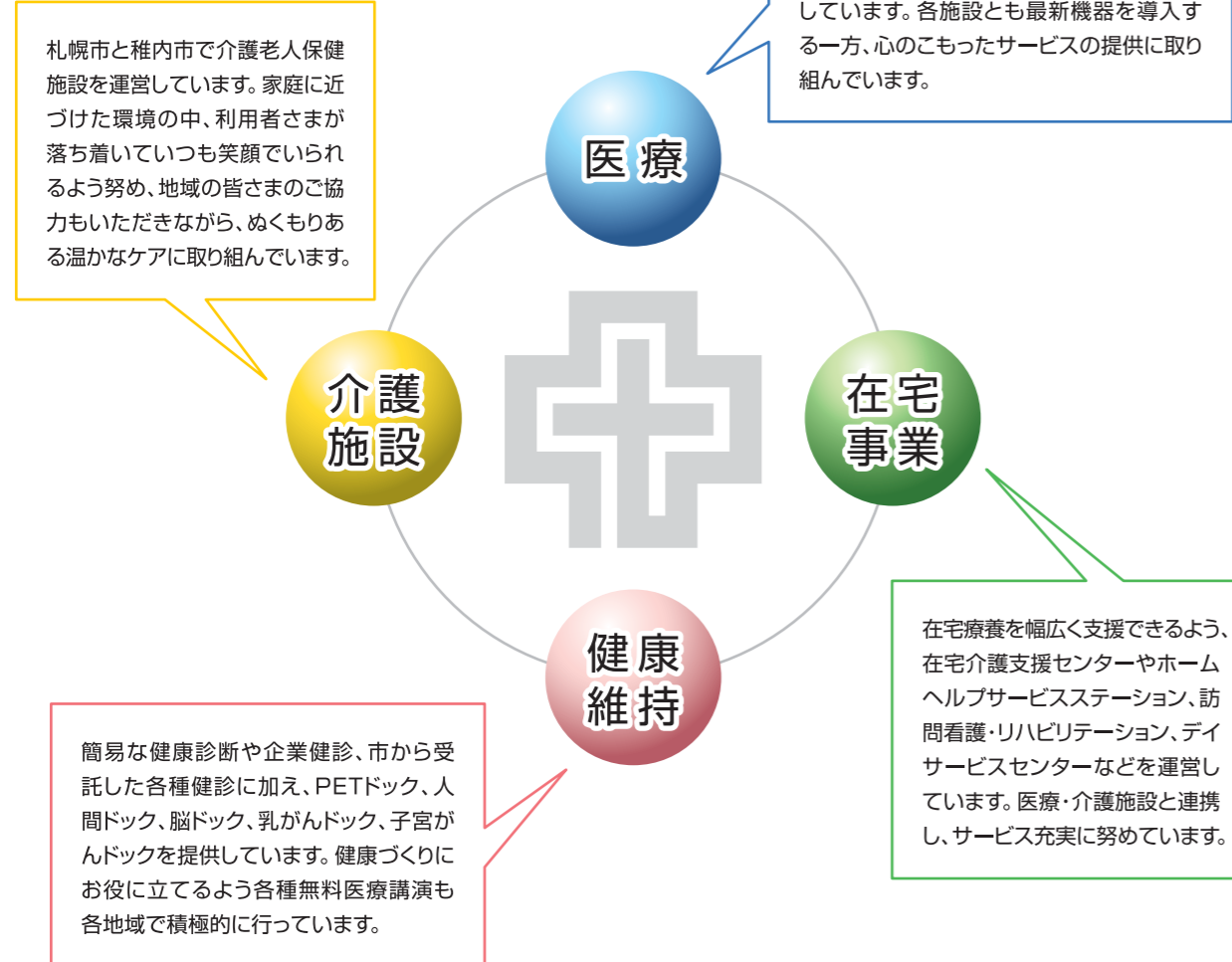
ることが多いようです。

政府高官や富裕層が2〜4週間滞在して治療を受ける保養施設、サナトリウムにも行ってきました。ユジノサハリンスクから1時間くらい離れた山里にあり2000名余り収容可能で滞在費用は3食付き1、2人部屋で25〜50万円。日本にもあるオイルマッサージや電気治療、アロマトラピーもありませんが、売りは泥治療、薬草浴治療で蛭(ひる)による治療

禎心会総合案内

INTRODUCTION

私たち社会医療法人禎心会は、『良質な医療、介護を通じて地域社会の繁栄に貢献する』という理念の下、札幌市、稚内市で医療や介護、在宅関連事業、健康維持に役立てるさまざまな活動を実践しています。各地域に密着しながら、患者さまや入所者さま、利用者さま、ご家族の立場に立ち、信頼される各種サービスの提供に職員一同、努めています。



- | 医療 | 介護施設 | 在宅事業 | 健康維持 |
|--|---|---|--|
| 医療機関のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ● 禎心会病院 ● 新札幌恵愛会病院 ● 稚内禎心会病院 ● セントラルCIクリニック ● セントラル女性クリニック | 介護老人保健施設のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ● 介護老人保健施設 ら・ぱーす ● 老人保健施設 ら・ぷらーさ | 在宅事業のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ● 禎心会東センター ● 禎心会北センター ● ら・ぱーすセンター ● ら・ぷらーさセンター | 人間ドック・健康診断各種検診のご案内 <ul style="list-style-type: none"> ● PETドック ● 人間ドック ● 脳ドック ● 乳がんドック ● 子宮がんドック |

「禎心会医療講演会～がんと認知症の話～」を開催しました

当法人は社会貢献活動の一環として、医療に関する正しい知識、現状などをわかりやすく伝え、市民の知識向上に役立ててもらおう「禎心会医療講演会～がんと認知症の話～」を札幌市内で昨年12月上旬に開催しました。初冬の寒さの中、約150人が足を運び、多くの方がメモを取りながら熱心に話に耳を傾けていました。

今回は川崎医科大学臨床腫瘍科の山口佳之教授が「がんを生きる～上手に付き合うコツ～」をテーマに、がんの予防や治療、研究の最先端の話から緩和ケアや在宅医療、地域のケアネットワークの重要性まで幅広くユーモアを交えながら解説しました。当法人理事長の徳田禎久は「早く見つけよう認知症」と題し、認知症の基礎知識や診断方法、予防やケアのポイント、相談窓口、新薬の話題までわかりやすく説明。

参加者アンケートでは「内容が濃く大変参考になった」「笑いながら楽しく聞けた」「情報が知れて不安が解消した」といった声が寄せられていました。

当法人は今年も一般市民向けの医療講演会を開催していきます。



ひまわりクイズ 第6回

①、②それぞれの漢字に共通する「偏(へん)」は何でしょうか？

1	十	正	平	川	忍	→	<input type="text"/>
2	十	広	本	令	同	→	<input type="text"/>

※答えはこのページの下にあります。



引用:「草枕」/夏目漱石、語源由来辞典
http://gogen-allguide.com/

編集後記

あけましておめでと〜ござい
ます。今年(うさぎ)年ですね
皆さん、「兎(うさぎ)に角(か)く」
という言葉の語源をご存知でし
ょうか。「兎角(うさぎ)に角(か)く」をまね
た当て字で、仏教語の「兎角(うさぎ)に角(か)く」
と意味の関連性はなく、単に漢
字を拝借したのが、「
この当て字は夏目漱石が多用
したことで広く用いられるよう
になったと考えられています。
「山路を登りながら、こう考え
た。智に働けば角が立つ。情に掉
(たぶ)させば流される。意地を
通せば窮屈(きゆうくつ)さう(う)だ。と
かくに人の世は住みにく(う)」。有
名な「草枕」の冒頭です。
現在は「あれこれ」「何やかや」
と表現したい際や、「いずれにせ
よ」といった意味で使われるよう
になりました。
とにかく、新しい一年が始まり
ました。今年も弊誌「ひまわり」
をどうぞよろしくお願ひ致します。
(鈴木)

私たちは良質な医療・介護を通じて、
地域社会の繁栄に貢献します。

禎心会病院

〒007-0844 札幌市東区北44条東8丁目1番6号
☎ 011-712-1131

豊かな未来と健やかなくらしのために

- 科目 ・脳神経外科 ・消化器内科 ・リハビリテーション科
- ・循環器内科 ・麻酔科
- ・整形外科 ・形成外科
- ・ペインクリニック外科 ・放射線科



新札幌恵愛会病院

〒004-0041 札幌市厚別区大谷地東5丁目5番35号
☎ 011-893-7000

がんと消化器病の診療を特長とした医療展開

- 科目 ・総合外来 ・肛門外科 ・腫瘍外科(温熱・免疫療法)
- ・消化器外科 ・循環器内科 ・乳腺、甲状腺外来
- ・消化器内科 ・呼吸器内科 ・女性専用外来
- ・内科 ・リハビリテーション科 ・セカンドオピニオン外来
- ・外科 ・麻酔科 ・人工腎臓(透析)
- ・整形外科 ・痛みの外来 ・人間ドック



セントラルCクリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル1F
☎ 011-623-1131

がん診断にPETを活用
PET、MRI、CTの画像診断専門クリニックです

- 科目 ・放射線科(画像診断センター)、PETドック



セントラル女性クリニック

〒060-0042 札幌市中央区大通西17丁目1番27号 札幌メディアセンタービル3F
☎ 011-633-1131

乳腺外科とがん治療
～婦人科、甲状腺・肛門疾患、頭痛、肩こり、めまい などにも対応～

- 科目 ・乳腺外科 ・頭痛、肩こり、めまい外来
- ・一般外科(甲状腺疾患、肛門疾患等) ・リウマチ
- ・婦人科 ・膠原病外来



介護老人保健施設 ら・ぱーす

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

和みの時間を提供いたします

- 利用施設 入所定員80名(全室個室8ユニット)
短期入所療養介護(入所定員内)



稚内禎心会病院

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4311

道北における信頼の地域医療を目指して

- 科目 ・脳神経外科 ・消化器科
- ・リハビリテーション科 ・循環器科
- ・内科 ・外科



老人保健施設 ら・ぷらーさ

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番2号
☎ 0162-29-4322

このぬくもりが大好きです

- 利用施設 入所定員100名
(一般棟50名/認知症専門50名)
短期入所療養介護(入所定員内)



● 禎心会ホームページ

<http://www.teishinkai.jp>

在宅関連事業所

禎心会東センター

〒007-0845 札幌市東区北45条東9丁目2番7号
☎ 011-711-6110

- 札幌市東区介護予防センター栄町
- 居宅介護支援事業所 禎心会東
- ホームヘルプサービスステーション 禎心会東
- デイサービスセンター 禎心会東 (60名/日)
- 訪問看護ステーション 禎心会東

禎心会北センター

〒001-0921 札幌市北区新川1条6丁目3番3号
☎ 011-768-6110

- ホームヘルプサービスステーション 禎心会北
- 居宅介護支援事業所 禎心会北
- 訪問看護ステーション 禎心会北

ら・ぱーすセンター

〒002-8052 札幌市北区篠路町上篠路6番286
☎ 011-774-1131

- ホームヘルプサービスステーション ら・ぱーす
- 訪問リハビリステーション ら・ぱーす
- 居宅介護支援事業所 ら・ぱーす
- デイケアセンター ら・ぱーす (75名/日)

ら・ぷらーさセンター

〒097-0017 稚内市栄1丁目24番1号
☎ 0162-29-4332

- 稚内市在宅介護支援センターぬくもり
- 稚内市南地区居宅介護支援事業所
- ヘルパーステーション 優
- デイケアセンター ら・ぷらーさ (70名/日)
- 訪問看護ステーション あい
- 訪問リハビリステーション ら・ぷらーさ