

ひまわり

Himawari

ご自由にお持ちください

特集 ドライブシミュレータ



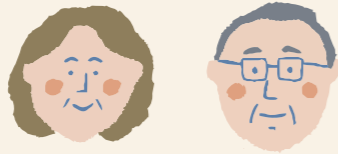
- ドライブシミュレーターで解決してみませんか？
- 乳がん検診のご案内
- リハビリテーション科健康体操
- 検査技師による「肺機能検査」解説
- 食事アンケート結果
- TOKORO NEWS

VOL.133

2024.9

病気を患ったあとも
運転できるのかな…。

最近運転が
不安になったな…。



ドライブシミュレーターで

解決してみませんか？

三菱プレジジョン株式会社
集合教育用運転シミュレーター

Safty Mate Ds-310

実車に近い操作感覚を実現！

警察庁・公安委員会が採用しているものと同機種！

ご病気に併せた補助装置も充実しており、
状態に併せた調整が可能！



対象者について

医療保険適応

医師により、リハビリとして適応される診断を受けた患者様

例：脳卒中（脳出血・脳梗塞・クモ膜下出血）、高次機能障害、視野狭窄、脊椎損傷、骨折などの運動器疾患、長期臥床などによる廃用症候群など ※1) ※2) ※3) ※4)

自費診療適応

上記医療保険に該当されない方

例：病気を患っていないが、最近事故や違反をして医師の診断書が必要になった。
高齢になり、運転能力に不安がある。家族に免許返納を奨められている。 など

- ※1) 統合失調症・躁うつ病・てんかんについては専門の医師による診断・許可が必要な場合がございます。
- ※2) 適応疾患につきましては他にもありますので、お悩みの方は自動車運転支援担当までご連絡ください。
- ※3) 介護保険によるリハビリを利用している場合は医療保険と併用できないため自費となります。
- ※4) 発症から3～4ヶ月以内の方は能力に関わらず、医師の判断により期間をあける場合があります。

● ご病気をされた方の運転再開までの流れ

当院ドライブシミュレーターでできること

病気・けが発症・受傷

運転再開について
医師に相談、リハビリ指示

問診・神経心理学検査

ドライブシミュレーター
で評価

診断書作成

免許センターで
臨時適性検査

運転再開または
停止・取り消し

当日のドライブシミュレーターの流れ

1 医師の診察（1日目：診察及びリハビリ予約）

脳神経外科にて、運転再開に関する相談を行い、運転支援の必要がある方は医師よりドライブシミュレーターの指示が出ます。リハビリにてドライブシミュレーターの予約をします。

2 神経心理学検査（2日目：検査時間約60分）

- ▶ リハビリ担当スタッフが運転に関する問診を行い、運転再開までの流れや必要な手続き等のご説明を致します。
- ▶ 運転に必要な脳機能を診るための高次脳機能検査を行います。
 - MMSE・HDS-R : 運転に必要な認知能力を検査します。
 - TMT-AB : 迅速な判断に必要な認知能力を検査します。
 - Kohs立方体Test : 知能指数を検査します。
 - SDSA : 運転能力を机上の検査で採点します。

3 ドライブシミュレーター（3日目：検査時間約60分）

- ▶ 2日目はドライブシミュレーターを使用し、運転能力を評価します。
 - ①単純反応検査：飛び出しに対する反応速度を検査します。
 - ②選択反応検査：人・バイクに対し正確に判断、反応するまでの速度を検査します。
 - ③ハンドル操作検査：ハンドル操作の正確性や先読みしてハンドルを操作する能力を検査します。
 - ④複数課題・選択検査：①～③の要素が合わさった実践的な検査です。
- ▶ 結果を書面にてご本人様に説明。作成した報告書を医師に提出します。
 - ①～④の結果を踏まえ、自動で運転能力をA～Eランクに振り分けられます。
 - 判定結果についてはメーカー独自の基準で作成されているため、法的な効力はありません。

4 医師の診察（3日目または4日目）

後日、再度受診していただき、ドライブシミュレーターの結果を踏まえた医学的な判断について医師がご説明いたします。必要に応じて公安委員会提出用の診断書を作成いたします。（※）

※）公安委員会提出用の診断書はご自身で公安委員会に取りに行く必要があります。

ご予約・お問合せ

☎0557-82-3000

受付時間9：00～17：00



医療法人社団伊豆七海会
熱海所記念病院

〒413-0022 静岡県熱海市昭和町 20-20
☎0557-82-3000 <https://atami-tokoro.jp/>

一般の方や、医療・介護に携わる方に向けた「ドライブシミュレーター見学会」を行っております。
見学会は事前予約制です。ご興味のある方はお問合せください。

乳がん検診

現在、日本女性の12人に1人は乳がんにかかると言われてます。
毎年、1万3千人が命を失っています。

日本乳がん検診制度管理中央機構より
マンモグラフィ検診施設画像認定を取得しました

壮年層女性のがん死亡原因のトップ

今、日本女性の12人に1人が乳がんにかかるといわれています。亡くなる方は年々増加し、今では1年間に約1万3千人。ここ30年の乳がんの急激な増加は、食生活やライフスタイルの変化がエストロゲン（女性ホルモン）の分泌に影響しているためとみられています。乳がんは女性の壮年層（30～64歳）のがん死亡原因トップになっているにもかかわらず、無関心な人が多いのも現状です。

早期なら約90%が治癒します

残念ながら、現在乳がんの予防法はありません。しかし早期発見であれば、約90%の人が治癒します。決して怖い病気ではありません。早期発見のために、検診を受けましょう！

最もかかりやすいのは40代

「乳がんはまだ私には関係ない」と思っていますか？乳がんにかかる人は30代から40代にかけて急増します。ピークは40代後半～50代。「閉経後は大丈夫」「50歳を過ぎたら乳がんにならない」ということありません。また、若いからといって油断はできません。乳がんは何歳でもかかる可能性があります。家族や親戚に乳がんがない、出産・授乳経験があるから大丈夫。と、いうこともいえません。つまり、乳がんにならない、と言える人は一人もいないのです。

乳がんはまだ私には関係ないと思いませんか？

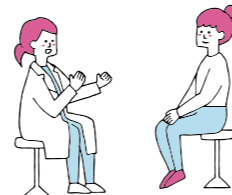


どんな人がかかりやすい？

- 乳がんは乳房にできる悪性の腫瘍です。誰にでもかかるリスクがありますが、下記に当てはまる方は特に注意してください。
- 初潮が始まるのが早かった人、または50歳以上で閉経した人
 - 出産の経験がない人
 - 初産年齢が30歳以上の人
 - 出産したのが30歳以前でも、子どもに母乳をあげなかった人
 - 子宮内膜症などで、エストロゲン製剤を長期間服用している人
 - 乳腺の良性疾患にかかったことがある人
 - 肥満気味の人
 - 脂肪が多い食事をとっている人

当院では女性診療放射技師による検査が受けられます

経験豊富な女性診療放射線技師が対応しますので、安心して検査を受けることができます。



料金

マンモグラフィ検診

マンモグラフィ・診察・触診
8,800円(税込)
マンモグラフィのみ
5,500円(税込)

エコー検診

エコー検査・診察・触診
6,600円(税込)

オプション

エコー検査
3,850円(税込)
採血(腫瘍マーカー2項目)
4,950円(税込)

熱海市市民検診

熱海市在住40歳以上の女性
(2年に1回)
マンモグラフィ
1,000円(税込)
詳しくは熱海市より配布される
受診券をご覧ください

5時からマンモのごあんない

平日17:00～19:00の間にマンモグラフィ検査が受けられます！

対象プラン：乳がんどックライトプラン ¥5,500(税込)
(マンモグラフィ検査のみ 結果は後日郵送)
熱海市市民検診対象の方 ¥1,000(税込)

日曜日に乳がん検診が受けられます

今年も、認定NPO法人J.P.O.S.H(日本乳がんピンクリボン運動)が推進するJ.M.S(ジャパン・マンモグラフィ・サンデー)に賛同し、日曜日に「乳がん検診」を行います。J.M.Sは、子育て・介護・仕事・家事などで忙しく、平日に検診を受けに行きにくい女性の皆様が、休日の日曜日に「乳がん検診」を受けられるよう、毎年10月の第3日曜日に実施されます。

2024年10月20日(日)

9月9日から予約受付開始

- JMSプラン(マンモグラフィのみ結果は後日郵送)
5,000円(税込)
- 熱海市市民検診対象の方
自己負担金1,000円(税込)
- 10月15日だけの特別オプション
・骨密度測定(腰椎・大腿骨)
1,000円(税込)
・放射線科今野医師によるマンモグラフィ画像解説 無料

ご予約・お問い合わせ

☎ 0557-85-1063 (直通)

平日9:00～16:30(土曜は12:00まで)

リハビリテーション科 健康体操

腰が重い、動かすと痛い、脚が痺れるなど…
皆さん、腰の痛みを感じる事はありますか？

原因として、レントゲンなどの検査で原因が判明するもの(腰椎椎間板ヘルニアや腰部脊柱管狭窄症、腰椎圧迫骨折など)、レントゲンなどで検査を行っても原因を特定することが出来ない症状にわけられます。特に運動不足による筋肉の衰えと柔軟性の低下によって体を支える力が低下すると背中や腰椎にかかる負担が増えてしまい痛み繋がったり、筋肉が凝り固まった状態が続くことで血流が滞り更なる痛みにつながる可能性があります。そのため、適度な運動を行う必要があります。今回は寝てできる腰痛体操を紹介します。

1 お尻あげ



息を吐きながらお尻を5秒程度持ち上げましょう。体と足が平行になるところまで。
足や太ももではなく、お尻に力を入れましょう

2 足あげ

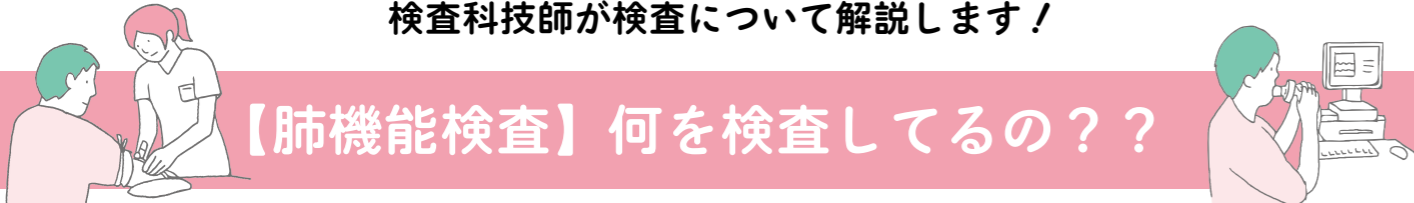


息を吐きながら、片足を抱えて膝を肩に近づけるようにして20秒間止めて下さい。
次にもう片方の足も同様におなかの力を抜いて、お尻や腰が伸びるようにしましょう。

3 四つ這い



大きく息を吸いながら背中を丸めましょう。
息を吐きながら背中を反るようにしましょう。
腰はあまり動かさずに胸の部分をしっかり動かしましょう。



【肺機能検査】何を検査してるの??

肺がどれだけ空気を取り込み、どれだけ吐き出すことができるかや空気を出し入れする換気機能を調べる検査です。

この検査では、肺の容量、肺の固さ、気管支が狭くないかなどがわかるため、診断、経過観察、手術前検査に用いられます

検査で分かる疾患

肺活量	1秒率	結果	疑われる疾患
80%以上	70%以上	異常なし	
79%以下	70%以上	拘束性換気障害	肺線維症
80%以上	69%以下	閉塞性換気障害	COPD、気管支喘息
79%以下	69%以下	混合性換気障害	

肺活量：肺に入ったり出たりする空気の量を調べたもので、最大吸気位から最大呼気位までの容量です。
 1秒率（FEV1.0%）：深く息を吸って一気に吐き出した空気量（努力性肺活量）のうち、最初の1秒間で吐き出した量（1秒量）の割合を示したもので、肺機能を調べる指標のひとつです。70%以上が正常とされており、1秒率が低下している場合は、気管支喘息や気管支拡張症など、空気の通り道が狭くなる閉塞性肺機能障害が疑われます。

肺線維症

間質性肺炎は、肺胞の壁に炎症や損傷が起こり、線維化を起こす病気です。線維化が進み、肺が固くなってしまった状態を「肺線維症」と言います。線維化が進むと肺での酸素の交換が困難になり、運動時の息切れや持続する乾いた咳などの症状が現れます。

喘息

炎症によって気道が敏感になり、刺激に反応して気道が狭くなるのが特徴です。運動、冷たい空気、感染症、ストレス、タバコの煙などさまざまな刺激が原因となります。喘息の主な症状には、咳、痰、息苦しさ、喘鳴（呼吸時にゼーゼー、ヒューヒューという音がする）などがあり、これらの症状は特に夜間や早朝、季節の変わり目に起こりやすいです。

慢性閉塞性肺疾患（COPD）

肺の気道が炎症を起こし、徐々に狭くなっていくことが特徴です。症状としては、慢性的な咳、痰、そして運動時の呼吸困難があります。症状は徐々に進行し、時間と共に悪化しますが、元に戻ることはありません。COPDの主な原因は長期間の喫煙です。禁煙による予防が非常に重要です。

検査をご希望の場合は、呼吸器内科へご相談ください

	月	火	水	木	金	土
AM	新美 江原	築瀬 江原	新美		江原	築瀬 (2・4週)
						(1・3・5週)
PM	新美	築瀬	新美			



肺気量分画測定 (VC) Slow Vital Capacity

最大限に息を吸ったりはいたりできる量を測定し、肺の大きさについて調べる検査です。

測定準備
マウスピースをくわえ、ノーズクリップを装着します。

START

- 1 楽に呼吸をしてください。
- 2 そのままゆっくりはいていきます。はけなくなるまでははいてー
- 3 今度は胸一杯、ゆっくり吸って、吸ってー
- 4 楽にしてゆっくりはけなくなるまではいてください。
- 5 はい、ではゆっくり吸ってください。
- 6 普通の呼吸をしてください。測定終了です。お疲れさまです。

STOP

肺気量分画測定は呼吸をゆっくり行ないます。

量[L]

時間[sec]

努力性肺活量測定 (FVC) Forced Vital Capacity

一杯まで吸った息を一気に、どれだけ強く最後まではきけるかを測定します。

測定準備
マウスピースをくわえ、ノーズクリップを装着します。

START

- 1 楽に呼吸をしてください。
- 2 胸一杯に吸って、ずっと吸ってー
- 3 一気にはけなくなるまではいてー!
- 4 はい!はき続けて、最後まではききって!
- 5 もう一息、フーツとはいて! もう一息!!

STOP

どうしてもはけなくなったら吸ってください。測定終了です。お疲れさまです。

流速 [L/S]

量[L]

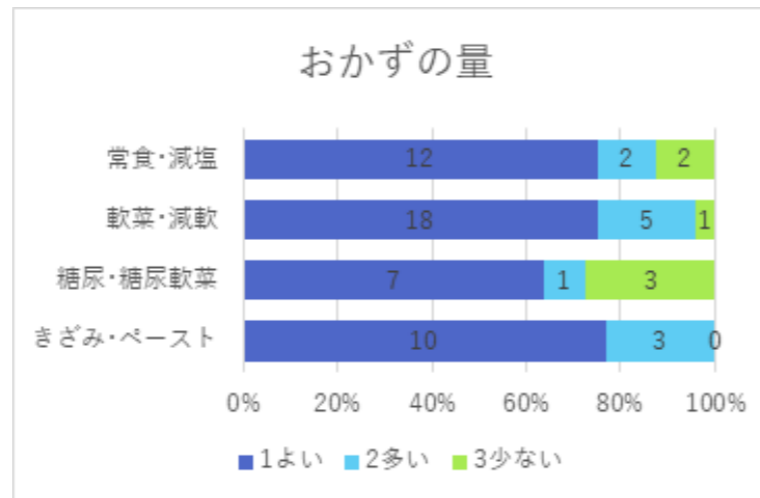
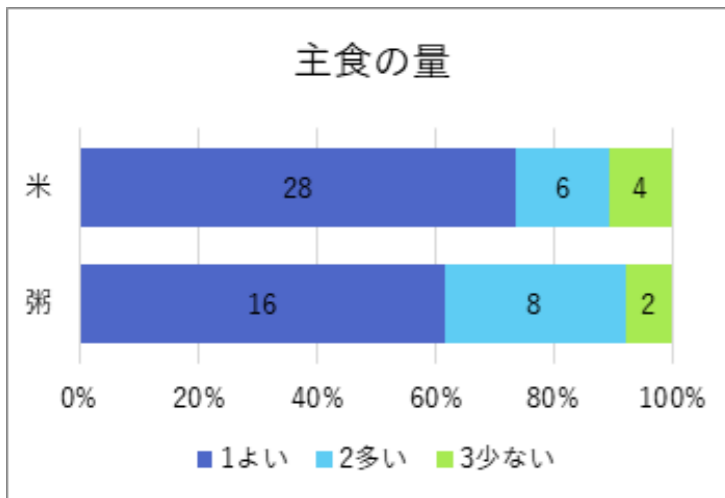
頑張って最後まではききってください。

フクダ電子ホームページより引用

栄養科 食事アンケート 結果

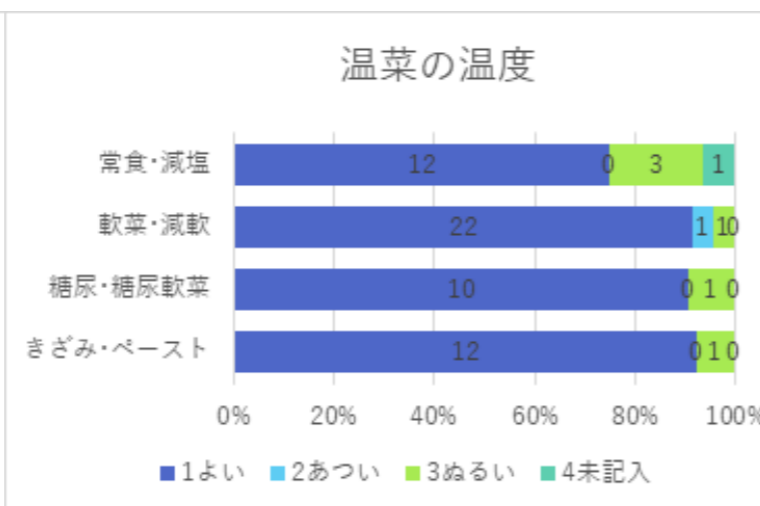
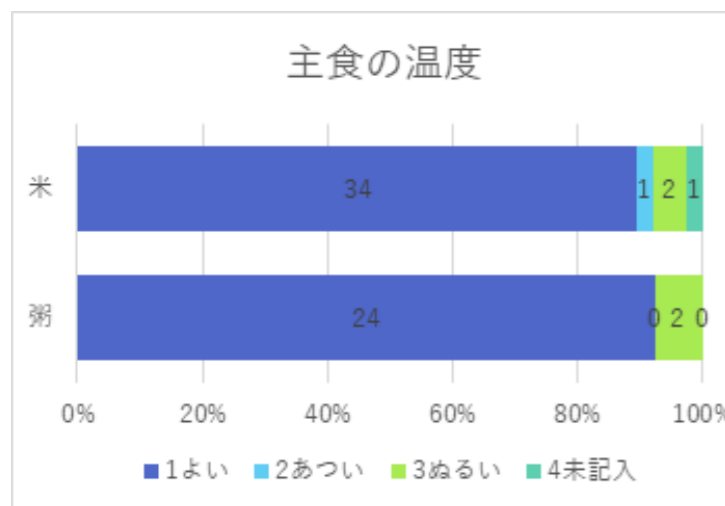
2月6日（木）に入院中の患者さんへお食事についてのアンケートを実施いたしました。ご協力ありがとうございました。その結果をご報告させていただきます。

1. 食事の量について



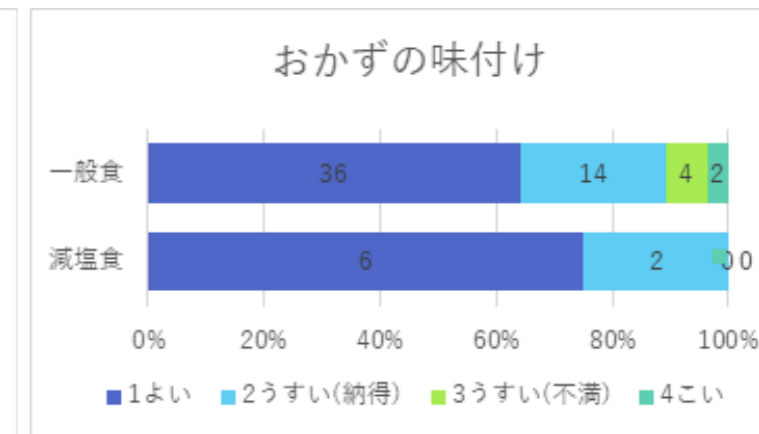
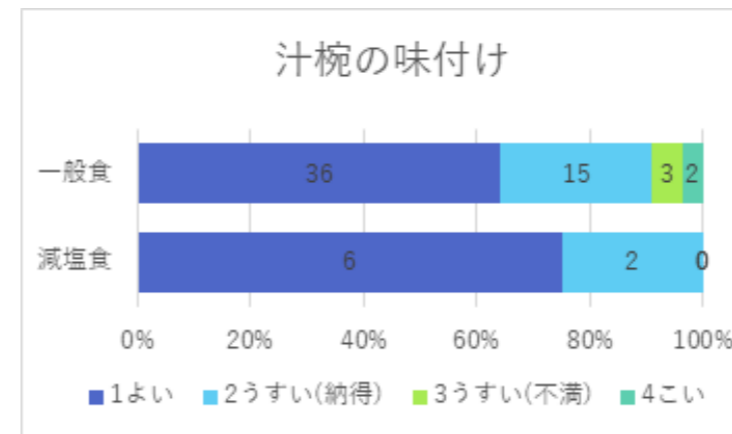
主食は米飯・軟飯で7割、粥で6割、副食は糖尿食以外の食種で約8割が「よい」と回答していました。概ね患者さんに合わせた食事提供ができていると考えますが、粥の3割は「多い」、糖尿食の3割はおかずが「少ない」と回答していました。食事量があっていないと感じている患者さんを把握し、引き続き患者さん一人一人に合わせた食事量を提供できるように努めていきます。

2. 食事の温度について



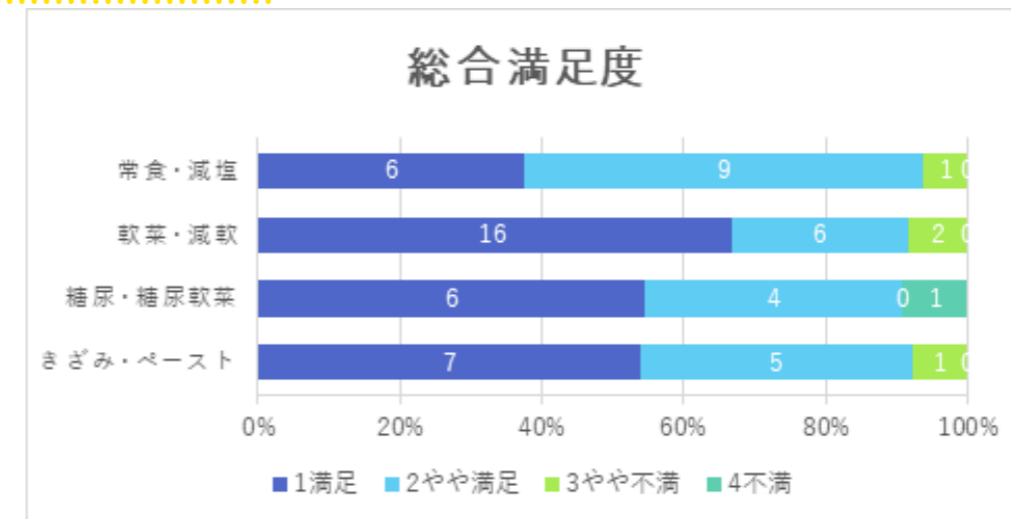
前回結果と同様に、主食は約9割以上、温菜は約8割が「よい」と回答していました。適温にて食事提供が継続してできていると考えます。今後も温度管理を徹底した給食提供を継続してまいります。

3. 食事の味付けについて



汁椀・おかずの味付け共に一般食では約9割の方が、減塩食では全員が、「よい」「うすい(納得)」と味付けに納得した回答が得られました。一般食を提供している患者さんで「うすい(不満)」が一定数見られました。減塩食のみならず、一般食を提供している患者さんにも減塩の重要性を知って頂けるように、今後も栄養指導やミールラウンドにて伝えていきます。

4. 総合満足度



全ての食種で約9割の方が「満足」「やや満足」と回答しており、多くの方に満足度の高い食事提供ができている事が分かりました。約1割の「やや不満」「不満」と回答した方においては、食事量や味付けにおいても「少ない」「うすい(不満)」と回答しており、満足度低下に繋がったと考えます。より満足度の高い食事提供に向け、今後もミールラウンドや他職種連携を通して患者さんの意見や要望の傾聴、食事の理解を深めてもらえる様な指導に努めていきます。

今回の調査を実施し、前回調査との比較や現在の食事提供に対する患者さんの意見や要望を知る事が出来ました。今後も、食事が治療の一環であることを指導し、食事に対する理解が深められる入院期間となる様に、栄養指導やミールラウンド、他職種連携を通して、給食・栄養管理の両面から食事満足度の向上に繋がっていきたく思います。ご協力ありがとうございました。お食事に関してご質問・ご相談があれば、栄養科へご連絡下さい。



TOKORO NEWS

2024.6-7

熱海所記念病院で行われた様々な行事をご報告します。

2024.6.5

消防訓練を行いました

2024年度新入職員および中途入職者を対象に消防訓練を行いました。

消火器による消火訓練と、事務担当者は通報訓練を行いました。

有事の際にスムーズな対応ができるよう努めてまいります。



2024.6.7

献血を実施しました

熱海市役所の献血運動に当院の職員16名が参加しました。

輸血を必要とする患者さんのお役に立てれば幸いです。今後も積極的に実施していきたいと思っております。



2024.6.14

救急医療勉強会を開催

熱海・湯河原をはじめ、伊東、三島、沼津、御殿場、裾野の救急隊を対象とした勉強会を行いました。金子副院長が講師となり「心電図入門2」と題した勉強会を行いました。参加者はオンライン参加も含め110名と多くの方にご参加いただきました。



2024.7.6

BLS（一次救命処置）研修

2024年度新入職員および中途入職者を対象にBLS（一次救命処置）を行いました。

心臓マッサージや人工呼吸、ADLの使用方法について研修を行いました。



2024.7.13

七夕コンサート

音の花東病院コンサートの会による七夕コンサートを行いました。プロバイオリニストの沼田園子さん、ヴィオラ大野かおるさん、ピアノ 藤沼明美さん、テノール杉浦誠 名誉院長が、素敵な音色を奏でました。10月にはお月見コンサートを予定しています。



2024.7.20

話の図書館

杉浦名誉院長による「認知症との付き合い方」、秋山管理栄養士による「健康長寿を目指して～認知症予防と食生活～」と題した講演を行いました。32名と多くの地域住民の方々に足をお運びいただきました。



2024.7.24

小学生病院見学

熱海市立第二小学校に通う7名の子ども達が公民館寺子屋の行事として病院見学にきました。地域の様々な施設を回り、新聞を作成するとの事で、普段見ることのできない病院の中に興味津々でした！特に、放射線科での防護着の着用体験は大興奮していました。



2024.7.27

富士登山

7年ぶりの職員による富士登山を開催しました。

今回は、金井院長、杉浦名誉院長も参加し、総勢13名で富士山頂を目指しました。

当院では、このような行事を通じた職員交流の場がたくさんあります。



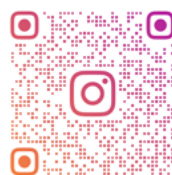
■みなさんからの評価、励みになります！

よろしければ当院の印象に残ったサービスや、雰囲気などのご意見・ご感想をいただけると幸いです。
バーコードを読み取りご回答ください。



■ SNS で情報を発信しています

外来担当医表の更新案内や公開講座のお知らせをはじめとした、様々な情報を配信しています。
ぜひ、フォローをお願いいたします。



■院内では不織布マスクの着用をおねがいたします

院内には、様々な疾患の患者さんがいらっしゃいますので、引き続き、不織布マスクの着用をお願いいたします。
不織布マスクには空気中の飛沫が体内に入るのを防ぐ効果、咳やくしゃみで出た飛沫が外へ飛散するのを防ぐ効果があります。
不織布マスクを正しくつけていれば、つけていない状態と比べて、吸い込む飛沫量を3分の1程度にでき、吐き出す飛沫量は8割程度抑制できるといわれています。

■一緒に働く仲間を募集しています

熱海所記念病院では、一緒に働く仲間を募集しています。
職種や詳細は採用サイトをご覧ください。



病院理念

- いつでもかかれる心やすらぐ病院
- 働きがいのある明るい病院
- 地域と共に歩む開かれた病院

基本方針

- 患者さんを中心とした医療に努めます。
- 救急医療体制の充実に努めます。
- 医療連携により、地域医療の向上に努めます。
- 患者さんの権利とプライバシーの保護に努めます。
- 医療人としての資質の向上に努めます。
- 良質な医療環境の提供に努めます。
- 効率的で安定感のある健全経営に努めます。

病院の最新情報はホームページよりご確認いただけます。
こちらのバーコードよりご覧ください。



ひまわり 132 号 2024 年 4 月発行
編集・発行 / 熱海所記念病院 広報委員会
医療法人社団伊豆七海会熱海所記念病院
〒413-0022 静岡県熱海市昭和町 20-20
☎ 0557-82-3000
<https://atami-tokoro.jp/>