

# 無料法律相談会のお知らせ

弁護士による無料の法律相談会を定期的に実施しています。ご相談は事前予約制です。医療福祉問題に限らず、ご相談が可能です。ぜひ多くの方にこの機会をご利用いただければと思います。ご相談お待ちしております。

日程	時間	担当者
2月12日(金)	13時~	深谷駅前法律事務所
3月12日(金)	13時~	一輪草法律事務所

※相談終了時間は相談希望者の人数等によって異なります。



- ◆会場…熊谷生協病院
- ◆予約…熊谷生協病院 医療福祉相談室
- ◆電話…048-524-3841 (松本・山口・高橋)

## お鍋で減塩!! 鶏手羽とれんこんの具たくさん鍋

【材料】(1人分) 254kcal、塩分2.1g (調理時間 25分)

鶏手羽……3本 水菜……20g チキンコンソメの素……少々  
れんこん……80g 根生姜……少々 酒………小さじ1  
白菜………100g ごま油……小さじ1 ポン酢………適量  
しめじ……40g 水………2カップ

### 【作り方】

- れんこんは皮をむいて4つ割にし、麺棒でたたいて2cm程度の大きさに割っておく。しめじは、石づきをとり小房に分ける。白菜は縦半分に切り、3cm程度の幅に切る。水菜も3cm程度のザク切りにする。根生姜は薄切りにしておく。
- 鍋にごま油を入れ、鶏手羽肉を焼き、表面に焼き色をつける。
- 鍋に水・チキンコンソメ・酒を入れ、れんこん・しめじ・根生姜を加え、中火で10分程度煮込む。その後、白菜を加えさらに煮込む。水菜は火が通りやすいので最後の方に加える。
- 器にポン酢を入れ、具材をつけながら食べる。



### 《減塩ポイント》

肉・野菜・きのこからおいしいだしが出て、薄味でもおいしく食べることが出来ます。骨からもうまみが出るので骨付きの鶏肉がおすすです。(食養科：松本)

## 2月 外来診療のご案内 電話(総合案内) 048-524-3841

当院は予約優先となっております。予約なしの受診を希望される方は、来院前にご連絡下さるようお願い申し上げます。

発熱やかぜ症状等のある患者様は、感染対策のため一般外来と時間・場所を分けて診療していますので、必ず事前に電話でご連絡頂きますようお願いいたします。

訪問診療は随時行っております。詳しくは病院までお問い合わせください。

●休診日/日曜日・祝祭日・土曜日午後

受付時間	月	火	水	木	金	土
内科 午前(8:15~11:30)	宮岡 須田	田中 鷲塚 笠巻	鷲塚 遠井 診療時間 10:00まで	宮岡 鷲塚 岡本 本田	田中 古市 泉	大塚 泉 新井 てんかん外来 (第1・3)
	午後(13:30~16:00)	鷲塚 頭痛・めまい 外来 須田	笠巻 ※専門外来のみ 鷲塚 もの忘れ・小刻み歩行外来	岡本 本田	大澤	
小児科 午前(8:15~11:30) 第2・4金曜日は 受付11:00まで	小堀	新井	遠井 受け付け時間 10:00~11:30	小堀	小堀	小堀 (第1・3・5) 早川 (第2・4)
	午後(13:30~16:00)	休診 予防注射 (14:00~15:00) 乳児健診 (第4)	休診	休診 アレルギー 外来 (第4)	休診	休診 1歳6ヶ月 健診 (予約制)
胃カメラ	午前	西巻	山下	渡辺	大澤	

※担当医師は都合により変更することがあります。ご了承下さい。

	月	火	水	木	金	土
介護相談	月~土いつでもご相談をお受けします 生協ケアセンター 048-524-0030					
デイケア	○	○	○	○	○	○

無料送迎をご利用ください。  
受付に時刻表がございますので、ご利用ください。

※岡本、早川、泉は女性医師です。

2021年、笑顔ではじまる健康づくり……………

医療生協さいたま 熊谷生協病院

診察・訪問診療・健診・デイケアのことは、お気軽にご相談ください。  
048-524-3841

医療生協さいたま 熊谷生協ケアセンター

介護のことは、お気軽にご相談ください。  
048-524-0030

発行 熊谷生協病院広報委員会

住所 〒360-0012 埼玉県熊谷市上之3854

# ほほえみ 第335号 2月号

http://www.kumagaya-hospital.coop/

病院理念 県北地域に安心と協同の創造を いついかなる時も利用者の権利を尊重し、そのニーズにふさわしいサービスを、保健・医療・福祉の事業を通して、誠実に提供します。

## 新型コロナウイルスへの対応について



5月に赴任して、早くも半年が経ちました。この間は新型コロナウイルス(以下:コロナ)対策で初めてのことが多く、私たち専門家も日々情報を更新しながら現在に至ります。世間の流れと私個人がどんな風に考えてここまで診療に当たってきたか、特に検査の部分をお話しさせていただきたいと思います。 医師 新宅 将之

### ○春頃から夏頃まで

ここで先に医学的な話をします。私たちが内科や感染症を学ぶ際に、必ず『必要のない検査をするな』と学生のときから口酸っぱく言われます。簡単な例で言うと、『夏場に39度の高熱と関節痛で受診した人にインフルエンザの検査をするのかどうか』という内容です。結論から言えば夏場はインフルエンザがほとんど発生しないので、インフルエンザの検査はしません。8月の暑い時期に仮に陽性であってもその検査自体が間違いである可能性の方が高く、このような検査は『インフルエンザではないのにインフルエンザの治療を始めてしまう』『インフルエンザと決めつけて、ほかの病気の発見が遅れる』といったように、害になることが多いのです。なので、『ある病気を疑う→その病気の検査をする』というのが常識です。

つまり今回の場合は、『コロナを疑う→コロナの検査をする』が正しいやり方になります。そして『コロナを疑う』のであれば『コロナの症状や経過』を知る必要があり、『発熱してから4日以上』『呼吸困難感がある』といった症状がある人だけにPCR検査(以下:PCR)をやっていたのがこの時期です。この段階で少なくとも私は直接コロナの患者様に出会ったこともなく、論文や患者様の症状を保健所と共有するなどして、PCRの必要性を相談していました。

### ○夏頃から秋頃まで

発熱外来を始めて3ヶ月くらいが経過し、コロナの症状や経過などの情報が増えてきました。しかしその内容は、『実は発熱してない症例も相当にいる』『味覚障害は普通の風邪でもそこそこいるので識別に使えない』『下痢のみの人もいる』など、それまで常識と思われていたことが覆されるものでした。逆に検査体制は充実し、以前のように検査してから2~3日待たされるという状況は改善され始めていました。言ってしまうと、全例でPCRを提出できるような状況です。

ここでまた医学的な話ですが、2020年夏の埼玉県の北部でのコロナ発生数は多くなく、全例検査を行うのは先に挙げた『夏場にインフルエンザの検査をする』という考え方に近くなるのではないかと懸念もありました。皆様もテレビで『3割くらいは見逃される』と聞い

たことがあると思います。その一方でほとんど言われていないのが、『検査結果が陽性でもコロナでない人(擬陽性)』の存在です。検査は100%ではないため、発生数が少ないときに検査をやり過ぎるとこういった擬陽性も一定数出てしまいます。ですから、当時の埼玉県北部の状況では検査の頻度と、その信頼性についてどのように考えるかということについても難しい状況でありました。

当初は『全例検査するのか、症状で疑った患者さんだけ検査するのか』といった議論が多くの病院でされていました。しかし症状がはっきりしない以上、感染症の根本に立ち返り、『流行状況によって検査件数を変える』『濃厚接触者はしっかり管理する』といった流れになりました。

### ○秋頃から現在まで

そして第三波と言われる現在です。ここまで流行してしまうと、現状では『少しでも疑う症状があればPCR検査を行う』と考えざるを得ないため、結局は『流行しているから検査を行う』という冬のインフルエンザと同じ状況になりつつあります。(※必ずPCRを行うわけではありません)

当院のようなコロナ病棟を持っていないところでも、コロナ以外の病気の転院患者様の受け入れなどで病床が逼迫しています。また、発熱外来に携わっている医師を始め、看護師、検査を行う技師も時間通りに帰宅することがほとんどないというのが現状です。有事なので医療従事者が頑張るのは当たり前ですが、これ以上流行するともはや患者様を受け入れることが困難になります。

未知のウイルスとはいえ、感染症であるからには対策をすることが重要になります。多くの方がこれまでも努力されているとは思いますが、今後も3密を避ける、会食を控えるなどの感染対策にご協力いただき、共にこの状況を乗り切りましょう。

☆発熱やかぜ症状等のある患者様は、感染対策のため一般外来と時間・場所を分けて診療しています。

# 医療生協さいたまの くらしサポーター 大募集中



くらしサポーターの利用も  
受付中です  
お気軽にお電話ください



などの  
お手伝い  
をします

## くらしサポーターとは？

医療生協さいたまの組合員同士が  
助け合う有償のボランティア活動です。

サポート終了後、依頼者から活動費(※)を受け取ります。  
※60分700円(60分以降については30分ごとに350円)  
交通費がかかる場合は実費を依頼者から受け取ります。

お問い合わせ先↓

医療生協さいたま生活協同組合 本部 くらしサポーター事務局 〒333-0831 川口市木曾呂1317 TEL048-296-8692

## 「生協10の基本ケア」より、家庭浴に入るの紹介

生協10の基本ケアとは・・・利用者様の尊厳を護るため、基本となる介護の考え方と支援の方法を、1～10まで順番に整理したものです。

生協10の基本ケアが導入され2年目になりました。今回は「家庭浴に入る」をご紹介します。

ご自宅のお風呂に入れるようにリハビリ目的の入浴を行います。体を洗う時や浴槽に入る時にご自宅と施設で同じ環境になるように設定し、介助する際もご自宅とデイケアで同じように行います。デイケア(通所リハビリ)では浴槽までの距離が自宅より長く、特に初回利用の利用者様の介助を行うときは職員も常に緊張感を保ちながら行ってまいります。お風呂場では利用者様もリラックスしていただけるようで、いろいろな話をお聞きしたり身体面での変化を見ることができたりするので、その様子をリハビリや計画書に反映させることができます。

先日、車いすですhower浴だけ行っていた利用者様が浴槽に入ることができるようになりました。その利用者様から「この成果も生活リハビリのおかげと感じている」というお声をいただき、職員も嬉しく感じています。

リハビリ(生活リハビリ)に興味のある方は、通所リハビリテーションくまこまでご連絡下さい。(通所リハビリテーションくまこ:坂本 由美子)

### 5 家庭浴に入る



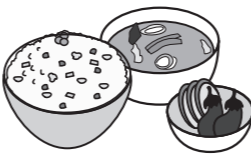
湯船にゆったりつかる習慣は日本のすばらしい文化。生活リハビリの効果を生かして家庭浴への入浴を大切にしています。

## ♪ 組合員さんからうれしい昼食提供 ♪

新型コロナウイルス感染症の検査や感染対策に取り組む医療現場での課題として、医療従事者のストレスが大きな課題となっています。午後の発熱外来に従事する職員は、午前の診療が終わり、息つく暇も無く感染予防や発熱者の診療などの業務にあたっています。また、病棟の職員は発熱外来受診後の入院のため、残業が増えています。

このような状況の中で、12月24日の組合員さんからの温かい豚汁と炊き込みご飯の提供は、職員に元気をあたえてくれました。新型コロナウイルス感染症患者が増加傾向にある中で、「患者様が感染したらどうしよう」「クラスターが発生したらどうしよう」など漠然とした不安や焦燥感があります。少しでも職員を応援しようとする組合員さんの温かい心遣いは、職員みんなに元気をあたえてくれました。

これからも地域に目を向け、感染対策に取り組みながら医療活動を行ってまいります。



## 組合員活動ニュース



### 2月の組合員活動について

緊急事態宣言が発令されました。新型コロナウイルス感染症は全国で急速に感染が拡大しており、埼玉県でも多くの感染者が出ています。医療生協さいたまは、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から組合員活動の制限をします。

活動制限期間 2月14日(日)まで

感染拡大の状況によっては活動制限期間延期も検討します。期間中は、組合員さんが計画していた組合員活動が制限され、延期・中止になります。ご理解いただきますようお願いいたします。

広報誌「けんこうと平和」支部ニュースの仕分け、配布については、期間中も継続していきます。一人ひとりの健康を守るため、マスク着用や手洗い、こまめな換気などの基本的な行動の継続にご協力をお願いいたします。

### フードドライブにご協力ください

フードドライブは、どんな人でも気軽に参加できる運動です。家庭で少し余分にある食品で食べ物に困っている人をサポートすることができます。ひとりひとりが生活困窮者のサポートと、「もったいない」のお気持ちでエコ活動に参加できる取り組みです。

### ご寄付いただきたい食品

カップめん・カップ焼きそば、保存食品、レトルト食品・インスタント食品、穀類(麺類・お米など)、調味料、飲料、お菓子・ゼリー

### ☆ご注意ください☆

- ①賞味期限が明記され、かつ2ヶ月程度あるもの
- ②常温で保存が可能なもの
- ③未開封のもの
- ④お米は平成30年産以降のもの



お問い合わせ・ご連絡先 熊谷生協病院 地域総合サポートセンター 電話 048-524-3841 (代表)

担当:曾田(そた)070-2154-7357、平嶋070-2154-7358 「多世代ふれあい食堂 HAPPYくまこ事務局」

## 熊谷生協ケアセンターだより

介護のご相談窓口 電話 048-524-0030

生協10の基本ケアの第3章に「トイレに座る」とあるように、快適な生活は気持ちのよい排泄から始まります。

排便回数や周期には個人差があり、1日に5～6回気持ちよく排便する人もいれば、1週間に1回気持ちよく排便するという人もいます。

個人の認識によって便の表現は異なりなります。便の性状についての表記と排便時の姿勢をご紹介します。



消化管の 通過時間	非常に遅い (約100時間)	1 コロコロ便		硬くてコロコロの 兎糞状の便
	↑	2 硬い便		ソーセージ状であるが 硬い便
		3 やや硬い便		表面にひび割れのある ソーセージ状の便
	4 普通便		表面がなめらかで柔らかい ソーセージ状、あるいは 蛇のようなとぐるを巻く便	
	↓	5 やや柔らかい便		はっきりとしたしわのある 柔らかい半分固形の便
		6 泥状便		境界がはぐれて、ふにや ふにやの不定形の小片便 泥状の便
	非常に早い (約10時間)	7 水様便		水様で、固形物を含まない 液体状の便

冬は気温が低く乾燥しています。水分をしっかり摂って、正しい姿勢での排便を心掛けましょう。

●熊谷生協ケアセンター【ケアプラン作成・訪問ヘルパー・訪問看護・訪問リハビリこころハ・小規模多機能くまこ】  
〒360-0012 熊谷市上之3851-1 (介護複合施設くまこ内) TEL:048-524-0030 FAX:048-524-9667