

病

院

だ

よ

り

2022年 冬号 令和4年12月28日発行



画像風景：貫気別川河口オジロワシ(ホームページより) 提供先：役場広報

豊浦町国民健康保険病院

住所：豊浦町字東雲町16番地1

電話：0142-83-2228 Fax：0142-83-2073

※ 診療日程・病院行事・広報誌は、病院ホームページにて随時更新しますのでご覧ください。

## 委員会と研修活動・実施報告について

### 《研修会等の報告》

今回は、感染対策委員会主催で手指衛生についての研修会を実施しました。

町内や職員等に新型コロナウイルス感染症の発症が多くみられたために集合研修は中止し、個別対応研修を行いました。

研修内容は、新型コロナウイルスを始め、インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症の発生、拡大リスクを防ぐために手指衛生が重要であることの DVD 視聴学習と手洗いチェッカーによる視覚的な手洗い検証を行いました。

#### ※手洗いチェッカーによる視覚的な検証とは

汚れに見立てた専用ローションを手指全体に塗り広げた後、手洗いをし、ブラックライトを当てて手洗いの洗い残しを検証します。見た目では洗い残しを確認できるので自分自身の手洗いの弱点を理解することは、感染リスクの減少につながります。

#### ※手洗い豆知識

正しいアルコール消毒液の使い方知っていますか？

新型コロナウイルス感染防止対策で手指消毒する機会が増えたと思います。皆さんは、その際に正しい手指消毒できていますか？

ただ、アルコール消毒液を手につけるだけで消毒できていると思っていませんか？

正しい手指消毒をマスターして、新型コロナウイルスを始め、インフルエンザなどの感染拡大防止に努めましょう。

CDC と WHO のガイドラインでは、「10～15 秒間擦りあわせた後、手が乾いた感じであれば、塗布量が不十分」、WHO のガイドラインでは「手指衛生の全工程時間：20～30 秒」とあり、これらのガイドラインに即して規定されています。

#### ポイントは2つ

- ポンプはしっかり 1 プッシュ！ 15 秒以上。乾かず刷り込めないようならアルコール追加。
- しっかりアルコールをとり、正しい消毒手順でまんべんなく指先まで刷り込みましょう。

使用量と刷り込み時間が大切です。

### 手洗いの、5つのタイミング

公共の場所から  
帰った時



咳やくしゃみ、  
鼻をかんだ時



ご飯を食べる時



前と後！

病気の人の  
ケアをした時



外にあるものに  
触った時



参考画像:厚生労働省ホームページより引用

## 放射線科からの耳より情報

### ◆ X線と被曝

各種レントゲン検査やCT検査は、放射線を利用した検査です。病院に行ったら何枚もレントゲンを撮られたけど大丈夫かな？レントゲンを撮りすぎたら体への影響を心配することはありますか？

今回はそういう方へX線と被曝について簡単に解説します。

### Q 放射線とはなんですか？

A 意外と知られていませんが、放射線(X線等)は、自然界にも存在し特殊なものではありません。大気・大地・宇宙・食品から絶えず自然放射線を受けて生活しています。

### Q 人体に影響を及ぼす被ばく量とは？

A 一度に1,000mSvを超える量とされています。比例して発がんリスクも上がるとされています。下記の胸部X線撮影の被ばくと比べると10,000倍以上です。

### Q レントゲン検査による被ばく量は？(当院の被ばく量で報告します)

A 胸部X線撮影(1回)→0.05mSv~0.1mSv・胃のバリウム検査→6mSv~10mSv・胸部CT(平均)→6.47mSv・腹部CT(平均)→9.16mSvとなっています。

まとめ(妊娠中の方、撮影に不安のある方は、医師・看護師ご相談ください。)

上記によりレントゲン検査で被曝する量は心配しなくても良い量だと言うことがわかります。ご理解いただきたいのは、上記内容で安全であることから必要に応じ撮影していることです。

### ◆ 今年7月に一般撮影装置と画像読取装置が更新導入されました。

一般撮影装置の特徴としては、「検査を受ける方にも術者の方にも優しく」をコンセプトとした装置です。

患者様のケガを未然に防ぐクッションや、被ばく低減のための機能が搭載されており、安心して検査を受けていただけます。

画像読取装置の特徴としては、今まで描出しにくい胸部撮影での心臓の裏側や頸椎下部と胸椎上部がクリアに描出できるようになりました。

放射線技師:吉田 裕一



▲更新された一般撮影装置▲

# 1月・2月診療日程 / コロナ・インフルエンザワクチン接種日程

1月 外来診療日程予定

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付						31	1
午前						休診	休診
午後						休診	休診
日付	2	3	4	5	6	7	8
午前	休診	休診	休診	休診	秀毛	休診	休診
午後	休診	休診	休診	休診	高橋	休診	休診
日付	9	10	11	12	13	14	15
午前	休診	能登屋	高橋	秀毛	秀毛	休診	休診
午後	休診	秀毛	高橋	能登屋	高橋	休診	休診
日付	16	17	18	19	20	21	22
午前	能登屋	能登屋	高橋	秀毛	秀毛	休診	休診
午後	高橋	秀毛	高橋	能登屋	高橋	休診	休診
日付	23/30	24/31	25	26	27	28	29
午前	能登屋	能登屋	高橋	秀毛	秀毛	休診	休診
午後	高橋	秀毛	コロナワクチン接種日	能登屋	高橋	休診	休診

2月 外来診療日程予定

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付			1	2	3	4	5
午前			高橋	秀毛	秀毛	休診	休診
午後			高橋	能登屋	高橋	休診	休診
日付	6	7	8	9	10	11	12
午前	能登屋	能登屋	高橋	秀毛	秀毛	休診	休診
午後	高橋	秀毛	高橋	能登屋	高橋	休診	休診
日付	13	14	15	16	17	18	19
午前	能登屋	能登屋	高橋	秀毛	秀毛	休診	休診
午後	高橋	秀毛	高橋	能登屋	高橋	休診	休診
日付	20	21	22	23	24	25	26
午前	能登屋	能登屋	高橋	休診	秀毛	休診	休診
午後	高橋	秀毛	コロナワクチン接種日	休診	高橋	休診	休診
日付	27	28					
午前	能登屋	能登屋					
午後	高橋	秀毛					

※ 記載以外に急な変更がある場合がございますのでご了承ください。  
 ※ コロナワクチン接種日は、一般診療を行っていませんのでよろしくお願いします。

受付時間  
 午前⇒8:45～11:30  
 午後⇒(月・火・木・金)1:00～4:30 ・(水)1:00～2:30  
 リハビリ受付時間:午前⇒8:45～11:30 午後⇒1:00～2:30

豊浦町国民健康保険病院(外来) TEL 0142-83-2228

※風邪症状がある場合は、必ず事前にお電話でのお問合せをお願いします。

## 《豊浦町高齢者事業団より、発熱者専用待機場所としてコンテナをお借りしました》

設置当日は、輸送から設置に至るまで事業団の皆様にお世話になりました。誠にありがとうございます。病院では、周囲の環境整備を実施していただいておりますが、会員が不足して対応が難しいことがあると聞いております。事業団では下記の通り会員を募集しているところです。多くの方が会員となって、地域社会に貢献していただけるよう期待しております。

### 【一緒に働く仲間を募集】

- 目的 働く喜びを分かちあい地域・社会に貢献し生きがいのある生活を送る。
- 対象者 男女問わず 60 歳以上で元気な高齢者(特別会員制あり)
- 主な仕事 草刈、庭の手入れ、掃除、施設管理  
家庭内の軽作業、除雪、その他
- 会費 1ヶ月100円、年額1,200円
- 保険加入 傷害保険、賠償保険
- お問合せ 高齢者事業団事務局 小島 敏則  
電話番号 0142-83-1220  
携帯電話 080-8627-0444
- 場所 豊浦町字東雲町 16-1(やまびこ隣)



▲高齢者事業団の皆さん▲