

私たちは、「地域と共に、人と共に」の心を大切にします。

# 道しるべ

2018年  
vol. 87

夏号

特集

脳卒中について知りましょう！

健康寿命の延伸を期待する

トップメッセージ



理念 信頼され愛される病院  
社会医療法人 愛生会

<http://www.aiseikai-hc.or.jp/>

医療は愛生会

検索

総合上飯田第一病院のケータイ・スマホ用サイトはこちら



# 健康寿命の延伸を期待する

社会医療法人 愛生会

理事長 加藤 知行  
かとう ともゆき



男性は84歳、女性は90歳を超えると予測されています。しかし、平均寿命と健康寿命の差、すなわち、健康上の問題で日常生活に影響がある期間は男性で約9年、女性で12年強と以前とほとんど変わっていません。

平均寿命と健康寿命との差は、日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味します。国民の健康づくりの一層の推進を図り、疾病予防と健康増進、介護予防などによって、平均寿命の延び以上に健康寿命を延ばす、平均寿命と健康寿命との差を短縮することができれば、個人の生活の質の低下を防ぐとともに、社会保障費負担の軽減も期待できます。平成22年以降はその差は縮まっており、今後もこの傾向が続くことを期待したいと思います。

## 愛知県は健康寿命の優等生

都道府県別では、愛知県は男性は73・06歳で3位、女性は76・32歳でトップでした。健康寿命の優等生である愛知県の特徴について、厚生労働

厚生労働省は、健康上問題なく日常生活を送れる期間である健康寿命の推計値を3年に1度公表していますが、平成28年の推計値を今年3月に公表しました。男性は72・14歳、女性は74・79歳となり、男女とも推計を始めた平成13年以降毎回伸びています。

一方、病気になっても充実した医療によって国民の平均寿命は更に延伸し、2050年には

省は「健康づくりの指導者を養成し、運動する住民を増やしてきた取り組みなどが奏効している」と評価しています。私たちは住民の皆さまと協働して地域の健康を守る取り組みに力を尽くしたいと思います。

### 平均寿命と健康寿命

#### [男性]

	H13年	H16年	H19年	H22年	H25年	H28年
平均寿命(歳)	78.07	78.64	79.19	79.55	80.21	80.98
健康寿命(歳)	69.40	69.47	70.33	70.42	71.19	72.14
差(年)	8.67	9.17	8.86	9.13	9.02	8.84

#### [女性]

	H13年	H16年	H19年	H22年	H25年	H28年
平均寿命(歳)	84.93	85.59	85.99	86.30	86.61	87.14
健康寿命(歳)	72.65	72.69	73.36	73.62	74.21	74.79
差(年)	12.28	12.9	12.63	12.68	12.4	12.35

※厚生労働省資料より改編

# 同じ夢を追う仲間と 共に学び、共に育つ



**第107回看護師国家試験  
100%合格**

高齢化が進み、病気と闘いながら地域で暮らしている人など、様々な状態にある人々の暮らしと命を守る看護師には、高い能力が求められています。新設大学が増える中、専門学校だからこそ少人数制で学生の特性に応じたきめ細やかな指導ができることを強みとして、同じ夢を追う仲間と共に成長できるカリキュラムを構成しています。

また、看護師を目指す者としての登竜門である第107回看護師国家試験の受験者数は64488人、合格率は91.0%でした。受験者数も合格者数も過去最多です。本校は毎年全国平均を上回る国家試験合格実績を維持し、今年の卒業生は全員合格の100%となりました。

## 自ら学ぶ、共に学ぶ

学ぶことは、個人の活動では限界があります。「ねえ、ここどうするの?」という問いに対し、一生懸命考え、相手にわかるように説明する。わかる人は説明することで『わかり直し』ができるのです。このように、お互いに学びあう関係が形成されるような授業に取り組んでいます。

教員も、どのようにしたら学生の学びたいという気持ちを引き出せるか、模索しながら学生と共に学ぶ姿勢で日々関わっています。



		推 薦	一 般	
<b>平成31年度 入学試験日程</b>  <b>募集人数</b> <b>40名</b>	出願期間	平成30年10月9日(火)～ 平成30年10月19日(金)	平成30年12月10日(月)～ 平成30年12月28日(金)	
	試験日	平成30年10月27日(土)	学科試験	平成31年1月8日(火)
			面接試験 ※学科試験 合格者のみ	平成31年1月12日(土)
	合格発表	平成30年10月29日(月) 通知発送	平成31年1月15日(火) 通知発送	

詳しくは本校ホームページまたはパンフレットをご覧ください。

## オープンキャンパスのご案内

お問い合わせ・お申し込み

TEL(052)901-5101 FAX(052)901-5102  
E-mail/ai-kango@ngy.1st.ne.jp

- 第1回 平成30年 7月 7日(土)
- 第2回 平成30年 7月 28日(土)
- 第3回 平成30年 8月 24日(金)
- 第4回 平成30年 12月 1日(土)

**開催時間** いずれも 10:00～12:30 ※8月24日(金)のみ14:00～16:30

**開催場所** 愛生会看護専門学校

参加を希望される方は、お電話・FAXまたはメールで予約をお願いします。毎回模擬授業を行いますので、授業内容によっては人数を制限させていただくこともあります。

脳卒中について知りましょう！

# 脳神経外科からのお知らせ

脳神経外科

**Q 脳卒中ってどんな病気ですか？**



**A** 脳卒中は脳血管障害とも言われ、大きく分けると**脳梗塞**、**脳出血**、**くも膜下出血**に分けられます。

**◆ 脳梗塞**

脳血管が閉塞することにより生じます。動脈硬化が原因で生じたり、心臓などでできた血栓が脳血管に詰まるものなどがあります。一般的には抗血栓療法(抗血小板薬、抗凝固薬)で治療します。発症4.5時間以内の例では、血栓溶解療法(t-PA治療)が行われることがあります。

**◆ 脳出血**

脳血管が破れて脳中に出血し、血液の塊が脳組織を破壊してしまふことで、頭痛や意識障害、運動麻痺や言語障害が起こります。場合によって血腫除去術が行われます。

**◆ くも膜下出血**

多くの場合、脳血管にできた動脈瘤(こぶ)が破裂して起こります。ある日突然今まで経験したことがないような頭痛が起こります。脳動脈瘤の再破裂を予防するために、クリッピング術やコイルリング術が行われます。

## ☑ 脳卒中の症状について

脳梗塞の治療は発症からできるだけ早い方がよく、発症から4.5時間以内にしか投与できない薬もあります。そのため脳梗塞の症状をご本人のみならず周りの方も知る必要があります。**FAST (Face:顔、Arm:腕、Speech:言葉)**を参考にし、一つでも症状が当てはまるようなら**Time:発症時間**を確認し医療機関を受診してください。



**FAST** おかしいな、と思ったらすぐ確認！  
脳卒中症状CHECK!

<b>F</b> <b>Face</b> 顔のまひ 顔の片側が下がる、笑顔がひきつる。	<b>A</b> <b>Arm</b> 腕のまひ 片腕に力が入らない。
<b>S</b> <b>Speech</b> 言葉の障害 言葉が出てこない、ろれつがまわらない	<b>T</b> <b>Time</b> 発症時間 症状に気づいたら発症時間を確認してすぐに <b>119</b> 番を！

**Q 脳梗塞は夏に多いって本当ですか？**



**A** 脳卒中は冬に多いと思われていますが、実は**脳梗塞に限ると夏に多い**という報告があります。脱水による**体内の水分不足が夏に脳梗塞が多い原因**として考えられています。夏には汗を多くかくため、それに

見合った量の水分量を補給しないと、体が脱水状態に陥り血液がドロドロ状態となります。その結果血管が詰まりやすくなります。暑い夏は、就寝中に脱水が起こりやすく、また血圧が下がり、血流が滞って血管が詰まりやすくなります。さらに飲酒は利尿作用があり脱水の原因になります。これらが重なると夜間に脳梗塞を発症しやすくなります。そのため**脱水にならないようにこまめな水分補給が必要**です。ただし、飲酒は脱水を助長するため水分補給にはなりません。



目覚めの一杯、寝る前の一杯。  
しっかり水分 元気な毎日！  
(厚生労働省「健康のために水を飲もう」推進委員会)

## 管理栄養士からのワンポイントアドバイス

体の中の水分が不足すると、熱中症、脳梗塞、心筋梗塞など、さまざまな健康障害のリスク要因となります。寝る前、起床時、入浴の前後、そしてのが湯く前に水分補給を心がけることが重要です。

1日に必要な水分量は約**2L**です。3食の食事と摂ることのできる水分量は1L程度なので、残りの**1Lは飲み物**で摂りましょう。

※病態により水分や電解質の制限が必要な場合は医師・管理栄養士などに相談し、個々に適した水分補給を行ってください。

1日の飲み方例  
合計1,050ml

起床時	朝食	10:00	昼食	15:00	夕食	お風呂あがり	就寝前
100ml	150ml	150ml	150ml	150ml	150ml	100ml	100ml

# 第21回 市民公開講座

テーマ いきいき(息活き)

ライフをめざして

平成30年5月19日(土) 来場者数 95名

息切れ、咳で困っていますか？



講師  
総合上飯田第一病院 一般内科 医長  
なかむら さつき  
中村 さつき



今回は慢性閉塞性肺疾患(COPD)のセルフチェックや、やせずに体力をつけるため効率よくエネルギーを摂れる食事についての講演と、自宅で簡単に行える「呼吸リハビリ体操」を一緒に行いました。



## やせずに元気！食事で体力づくり

慢性閉塞性肺疾患では栄養障害に陥りやすく、改善・予防のためにはやせない(肥満の方等は除く)事が重要です。上手に食べるポイントは

- ① 脂質を取り入れ、少量で高エネルギーにする
- ② 食べる回数を増やす、おやつを取り入れる
- ③ ガスを発生させる炭酸飲料等は控える
- ④ 栄養補助食品を上手に利用する

です。患者さんに合わせた栄養相談を行っております。ご希望の際はお気軽に主治医にご相談ください。

(管理栄養士 藤田 真子)

## 呼吸リハビリ体操

呼吸リハビリについて皆さまにお話しさせていただき、ご自宅でできる運動を一緒に実施しました。呼吸リハビリの内容に難しいものはなく、方法をしっかりと理解してご自分で継続して行っていただくことが重要です。より良い生活が送れるように、日々少しずつ取り組んでいただければ幸いです。(理学療法士 柳澤 卓也)



元気で「いきいき(息活き)」とした生活を営むことができますように病院スタッフ一同協力いたします。

### 次回予告

## 第22回 市民公開講座 無料

日時 平成30年9月15日(土) 14:00開演

会場 総合上飯田第一病院 南館8階 会議室

テーマ **脳卒中の発見と予防**

申込開始日/平成30年7月2日(月)

お問い合わせ・お申し込み

総合上飯田第一病院 地域包括サポートセンター TEL(052)991-3111

## 社会医療法人 愛生会

# PR イベント 北区認知症カフェ

「ご存知ですか？」

「認知症カフェ」は、認知症の方や家族、認知症予防に興味がある方など、どなたでも参加できるつどいの場です。認知症について学んだり、体操や物づくりをしたり、医療や介護の専門職に気軽に相談することができます。当院では、月に一回「あいちゃんカフェ」を開催しています(裏表紙参照)。

北区に10力以上ある認知症カフェを知っていただくために、北区東部・西部いきいき支援センターでは「北区認知症カフェPRイベント」を行っています。昨年は9月に開催し、137人もの方が参加されました。当院のあいちゃんカフェのスタッフも参加し、ポスターでのPRと認知症予防体操を行いました。北区にある認知症カフェについて知るよい機会ですので、ご興味のある方はぜひ参加してみてください。



## 北区認知症カフェPRイベント

日にち 平成30年8月21日(火)

時間 13:30~15:30

場所 イオン上飯田店 3階 なごみ広場

カフェやっています！  
きだつてちやうど  
介護の相談もやっています

# 林整形外科

診療科目

整形外科、リハビリテーション科、リウマチ科



院長 林 浩之

## 開業の経緯

開院は2000年9月です。それまでは長年、愛知医科大学病院で勤務していましたので、その経験を生かし、リハビリテーションを充実させた地域医療を目指して開院しました。

## 診療の傾向

整形外科は運動器(骨、関節、筋肉、神経など)と言われる器官に携わる診療科です。慢性的な腰や首、膝の痛みで受診される方から、骨折や捻挫、交通事故などで来院される方まで、多くの疾患に対応しています。最近では、骨粗しょう症の患者さんが増加していて、薬での治療や生活習慣の指導を行っています。



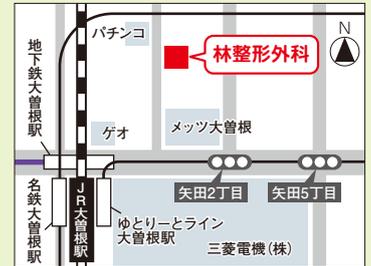
## 皆さまへのメッセージ

予約制ではありませんので、診療時間内に来院してください。レントゲン検査、骨密度測定、超音波検査などを行っています。病状に応じて、リハビリテーションを行います。MRI検査や入院治療が必要な場合には、総合上飯田第一病院を始めとした連携病院へ紹介いたします。スタッフ一同、健やかな生活のためのお手伝いを心がけています。

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
16:00~19:00	○	○	△	○	○	△

休診日/水曜・土曜日の午後、日曜日、祝日、お盆休暇、年末年始

〒461-0040 名古屋市東区矢田2-9-10  
TEL (052) 719-0555



## 総合上飯田第一病院

# NEW FACE

## 診療部ニューフェイス

- ①入職日
- ②診療科・役職
- ③専門分野・認定資格
- ④メッセージ

### 大野 洋平

- ①平成30年4月1日
- ②整形外科 医長
- ③肩関節・日本整形外科学会整形外科専門医



④海外での診療経験を生かして、肩の病気が怪我(腱板断裂、変形性肩関節症、反復性肩関節脱臼、肩関節周囲炎、骨折・脱臼など)の専門的診療を行います。よろしくお願いします。

### 熊澤 雅樹

- ①平成30年4月1日
- ②整形外科 医長
- ③日本整形外科学会整形外科専門医  
日本整形外科学会認定スポーツ医  
日本体育協会公認スポーツクター



④一般整形外科疾患とともにスポーツ整形にも力を入れて診療させていただきたいと思っておりますのでよろしくお願いします。

### 岡 佑典

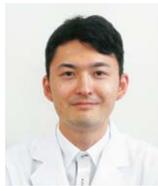
- ①平成30年4月1日
- ②眼科 医員
- ③一般眼科



④4月1日から眼科2年目の研修をさせていただきとなりました。眼科診療など全般に担当させていただきます。不慣れなことが多く皆さまにご迷惑をかける事が多くあるかもしれませんが、何卒ご指導の程よろしくお願いいたします。

### 長谷川 弘昇

- ①平成30年4月1日
- ②ジュニアレジデント 1年次



④4月より研修医として赴任いたしました。至らぬ点多々あるかと思いますが、少しでも早く皆さまのお役にたてるよう尽力していきます。よろしくお願いいたします。

## 社会医療法人 愛生会

# 特別顧問の紹介

平成30年4月1日付で、2名の方が当会の特別顧問として就任されました。

総合上飯田第一病院 消化器内科 特別顧問

後藤 秀実

リハビリテーション担当 特別顧問

鈴木 重行

# 愛生会からのお知らせ 平成30年7月~9月

	日時	場所	講師
<b>糖尿病教室</b>	毎月第1木曜日 10:30~13:30	総合上飯田第一病院 南館8階 会議室	医師・管理栄養士・ 理学療法士
<b>糖尿病バイキング教室</b>	2月・5月・8月 第4木曜日 11:30~13:00	同上	医師・管理栄養士
お問い合わせ・お申し込み / 総合上飯田第一病院 内科外来 TEL(052)991-3111			
<b>マタニティヨーガ教室</b> (費用 300円)	毎週火曜日 14:00~16:00	総合上飯田第一病院 南館8階 会議室	助産師
<b>母乳教室</b> <b>無料</b>	毎月第1土曜日 10:00~11:30		
<b>母親教室</b> <b>無料</b>	毎月第1・第3水曜日 13:30~15:30		
<b>ファミリークラス</b> <b>無料</b>	毎月第1土曜日 13:30~15:30		
<b>安産教室</b> <b>無料</b>	毎週金曜日 15:00~16:00		
<b>YYサークル(育児サークル)</b> <b>無料</b> ※授乳中のママが参加していますので、パパのご参加はご遠慮ください。	毎月第1・第3木曜日 14:00~15:00 <b>対象</b> 産後2ヶ月~1歳未満の「ママと赤ちゃん」	総合上飯田第一病院 南館8階 会議室	助産師など
お問い合わせ・お申し込み / 総合上飯田第一病院 産婦人科外来 TEL(052)991-3111			
<b>あいちゃんカフェ</b> (費用 100円)	毎月第3金曜日 14:30~16:00 <b>対象</b> 認知症ご本人やご家族、 認知症予防に関心のある 地域の方	7月20日(金)「アサガオの絵はがき」 8月17日(金)「万年カレンダー」 9月21日(金)「和柄のレジ袋入れ」 総合上飯田第一病院 南館8階 会議室	看護師・介護士・ 作業療法士・ ケアマネジャー・ 医療ソーシャルワーカー
お問い合わせ・お申し込み / 各事業所または総合上飯田第一病院 あいちゃんカフェ事務局 TEL(052)991-3111 内線6110			
<b>マンマフィットネス</b> (費用 1,000円)	毎月第2金曜日 14:00~15:00 <b>対象</b> 当院乳腺外科に通院されている方	総合上飯田第一病院 南館8階 会議室	フィットネス・ヨガ インストラクター
お問い合わせ・お申し込み / 総合上飯田第一病院 マンマフィットネス担当者 TEL(052)991-3111 内線7288			
<b>リハビリテーション講座</b> <b>無料</b> 申し込み不要	毎月第2土曜日 14:00~16:00 7月14日(土)「夏前に熱中症予防の基礎知識」 9月 8日(土)「あなたの目まいはどこから?」 ※8月は第2土曜日が祝日のため、開催いたしません。	総合上飯田第一病院 南館8階 会議室	理学療法士・ 作業療法士・ 言語聴覚士
お問い合わせ / 上飯田リハビリテーション病院 リハビリテーション講座担当者 TEL(052)916-3681 内線5400			

## 予約受付中 人間ドック・各種健康診断

お問い合わせ 総合上飯田第一病院 健診センター TEL(052)991-3111

詳しくはホームページをご覧ください。

<http://www.kamiida-hp.jp>

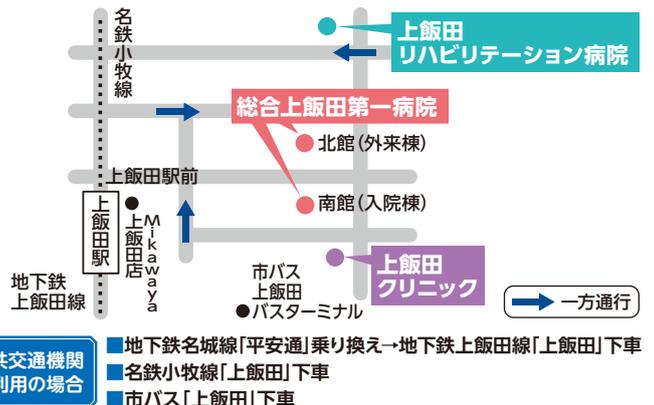
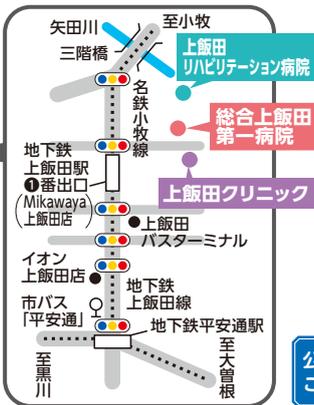


## 社会医療法人 愛生会

Aiseikai Healthcare Corporation

### 理念 信頼され愛される病院

- 一、私たちは、「安心・安全の医療と介護」で地域に貢献します。
- 一、私たちは、「地域の救急医療」に貢献します。
- 一、私たちは、「地域と共に、人と共に」の心を大切にします。
- 一、私たちは、「全職員とその家族の健康」を大切にします。



**急性期**

社会医療法人 愛生会  
**総合上飯田第一病院**

- 一般病棟(7対1看護配置)
- 地域包括ケア病棟
- 訪問リハビリテーション

名古屋市区上飯田北町2丁目70番地  
TEL(052)991-3111

**回復期**

社会医療法人 愛生会  
**上飯田リハビリテーション病院**

- 回復期リハビリテーション病棟
- 通所リハビリテーション

名古屋市区上飯田北町3丁目57番地  
TEL(052)916-3681

**慢性期**

社会医療法人 愛生会  
**上飯田クリニック**

- 人工血液透析

名古屋市区上飯田北町1丁目76番地  
TEL(052)914-3387

**介護**

**愛生訪問看護ステーション** 名古屋市区上飯田通2丁目37番地CKビル1階 TEL(052)991-3210

**あいせいケアステーション** 名古屋市区上飯田通2丁目37番地CKビル1階 TEL(052)991-3152

**あいせいデイサービスセンター** 名古屋市区辻本通2丁目38番地 TEL(052)991-3548

**愛生居宅介護支援事業所** 名古屋市区上飯田通2丁目37番地CKビル1階 TEL(052)991-3546

**教育**

**愛生看護専門学校**  
名古屋市区五反田町110番地の1  
TEL(052)901-5101

**愛生会本部**  
名古屋市区上飯田通2丁目37番地  
TEL(052)914-7071