

2022.1

vol. **61**
新春号

ろうさい かわら版



◆ 新年のご挨拶

院長 **高橋 弘昌** P2

◆ 認定看護師紹介

緩和ケア認定看護師 **佐伯 香奈**

「緩和ケア病棟開設に向けて」 P3

◆ 働き盛り世代からシニア世代の

「筋肉」を守る食事 P4・5



◆ ご来院される方へのお願い P6

◆ AI搭載CT装置の案内 P6

◆ 外来診療科担当医師一覧表 P7

◆ ろうさいインフォメーション P8

新年のご挨拶

病院長

高橋 弘昌

たかはし ひろまさ



新年明けましておめでとうございます。令和4年を迎え、皆さまには健やかに新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。地域の皆様のあたたかなご支援のもと、釧路労災病院は今年も無事に新年を迎えることができました。

釧路市は、昨年は新型コロナウイルス感染症、日本製紙釧路工場の完全撤退、サンマの不漁、赤潮によるサケ、ウニの大量死など多くの危機に直面しました。今年こそは、新型コロナウイルス感染症の終息と道東地域の経済・文化の再生・発展を祈念いたしたいと思います。

アフターコロナの日常はこれまでと大きく変わり、インターネットによるオンライン活動が人々の対面活動にとって代わることが多いと想像されますが、医療面では、当分の間大きな変化はなく、人と人のコミュニケーションの重要性がさらに増加すると思われます。

当院は、「がん診療連携拠点病院」であり、消化器内科、血液内科、消化器外科、乳腺外科を中心に

がんの専門病院としての機能を果たしてきました。令和4年4月には一般病棟50床を改築した「緩和ケア病棟」が道東地区ではじめて稼働し、がんの診断・治療から緩和ケア、看取りまでトータルで患者さんをサポートする体制が整います。「緩和ケア病棟」では、緩和ケア専門医や専門看護スタッフにより癌治療中の苦痛を和らげる治療や終末期医療に際して、患者さんが自分らしく生きていけるような医療環境をご家族とともに享受することができるようになります。

今後とも道東地区になくてはならない病院として最新の知識と技術に基づき、地域住民の皆様と勤労者の健康づくりのために透明性の高い、良質で信頼される医療を実践し続ける所存です。本年も皆様方のさらなるご支援を何卒宜しくお願い申し上げますとともに皆様方のご多幸を心よりお祈り申し上げます。



釧路ろうさい病院の理念



最新の知識と技術に基づき、良質で信頼される医療を実践します。

基本方針

1. 安全で質の高い医療を実践します。
2. 患者さんの権利を尊重し、十分な説明と同意に基づく医療を実践します。
3. 透明性の高い医療を実践します。
4. 地域住民と勤労者の健康づくりのために、予防医療を実践します。

臨床倫理方針

1. 患者さんの人権を守ります。
2. 患者さんの自己決定権を尊重します。
3. 生命倫理に関する法律及びガイドラインを遵守して診療を行います。
4. 患者さんの信条や生命の尊厳に関する問題については審議を行い、治療方針を決定します。
5. 患者さんのプライバシーを遵守し、個人情報の保護を徹底します。

緩和ケア認定看護師

さえき かな
佐伯 香奈

緩和ケア病棟 開設に向けて

当院に緩和ケアチームができて、すでに13年がたとうとしています。緩和ケアが少しずつ浸透し、緩和ケアを知っているよ、受けているよという方も増えているのではないかと思います。「緩和ケア」はがんなどの生命を脅かすような病気に直面している患者さん、ご家族が抱える諸問題を早期から発見し、対処できるように支援することで、生活の質を改善していくとするケアです。緩和ケアは特別な人にしかできないケアではなく、ごくあたりまえに、誰もが提供でき、時や場所を選ばないケアでもあります。今では、病院でも、在宅でも、どこでも受けられるようになりました。今年の4月に当院では、緩和ケア病棟が開設される予定です。今まで以上に、緩和ケアを中心とした療養ができる場所が釧路根室管内にもできることになります。「緩和ケア病棟」聞くと、何をしてくれるところ？最後の場所？といろんな思いをお持ちになるかもしれません。当院の緩和ケア病棟は、単に「最後の場所」ということではなく、がん治療中でも、治療をしていなくても、よりよく自宅で過ごせるための準備をする場所であったり、仕事をしながら、自分の楽しみも入院中に取り入れながら、からだや心を一休みさせ、自分らしく生ききることを支援したり、見守るそんな病棟です。

医療者の誰もが提供することのできる緩和ケアですが、緩和ケア病棟では緩和ケアの専門として、難渋する苦痛や、つらさの緩和、生活の質を意識したケア、患者さん、ご家族の思いに寄り添うためのコ



看護師学習会の様子

ミュニケーションなど、質の高いケアを提供する能力が必要になります。また、患者さん、ご家族の様々な要望や多様化する価値観に寄り添うためにも、一般的には、ボランティアや宗教家、セラピストなど、様々な立場の方の出入りもあり、医師や看護師が一方的に治療やケアを行うのではなく、チームで活動していくのが一つの特徴でもあります。今はコロナ禍で面会が自由に出来ない現状がありますが、緩和ケアではご家族もケアの対象としております。このような専門的な緩和ケア病棟で、実践していく力を養うために、配属予定の看護師がそれぞれ、他の地域に学びに行ったり、学習会を重ねております。私も緩和ケア認定看護師として、実践をしながら、チームの中でリーダーシップをはかることを意識して日々過ごしているところです。道東ならではの、釧路ならではの、急性期病院ならではの、労災病院ならではの地域に開かれた、誰もが行き来できるような緩和ケア病棟を皆さんと目指していきたいと思います。

緩和ケアチームラウンド



緩和ケアの回診ではスタッフは椅子に座って、お話を傾けることを意識しています。

働き盛り世代からシニア世代の

「筋肉」を守る食事

近年、加齢に伴い筋肉量や筋力が低下する「フレイル」「サルコペニア」が問題になっています。

フレイル、サルコペニアに「低栄養」が加わると更に筋肉量が減少し、
「立つ」、「歩く」、「階段をのぼる」などの日常の動作に問題が起こりやすくなります。



筋肉量が増えると、「疲れにくくなる」「転びにくくなる」「動きが軽くなる」というメリットがあります。

加齢により筋肉を作る力（筋たんぱくの合成力）は低下します。「フレイル」「サルコペニア」はシニア世代の身体の変化ですが、メタボリックシンドロームが発生する40～50代の働き盛りの世代の食事や運動不足などの生活習慣がのちに筋肉量や筋力の低下を招くといわれ、早くからの予防が望まれます。

筋肉を作る「たんぱく質」が予防の鍵

筋肉を作る材料はたんぱく質



タンパク質を多く含む食品

こんな食事が続いていませんか？

たんぱく質が少ない食事

主食だけの食事



食欲低下や
ダイエットで食事は
少しだけ



おやつでお腹が
いっぱい
食事は軽く



主食+主菜(たんぱく質)+副菜(ビタミン、ミネラル、食物繊維)の
バランス食でたんぱく質も忘れずに

●主食抜きにすると… エネルギー不足となり身体の筋肉を分解してしまいます。

●野菜と一緒に
とることも大切… 食事でもったたんぱく質を筋肉に作り変えるには、ビタミンやミネラルの仲介が必要です。また、食物繊維と一緒にすることで、急激な血糖値の上昇を防ぎ体脂肪の増加を予防します。



こんな方は要注意。たんぱく質の強化がお勧めできない方がいます。

腎機能の低下、肝硬変などの治療を行っている方は、
たんぱく質の制限が必要となる場合があります。
食事制限が必要な方は目標とするたんぱく質量を医師や栄養士に確認しましょう。

筋肉を増やすには「食べて」→「運動する」が欠かせません。

運動習慣の無い方は 短時間でも、日常生活動作でも良いので身体を動かすよう心がけましょう。



歩く



階段をのぼる



体操



座って行える
運動



スクワット

病院からのお知らせ

ご来院される方へのお願い



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、手洗いやマスクの着用をお願いいたします。外来患者さんに付き添われるご家族の方は密を避けるためにお一人様までとさせていただきます。また、入院中の患者さんへの面会につきましては、原則禁止とさせていただきます。来院される患者さんにおかれましては、感染拡大防止にご協力いただき誠にありがとうございます。

引き続き、ご協力の程よろしくお願いいたします。



AI(人工知能)技術を搭載したCT装置を導入しています

当院のCT装置はAI技術であるディープラーニング(深層学習)を用いて設計した画像再構成技術を搭載しております。そのため従来のCT装置よりも、より鮮明な画像を短時間で撮影できるため放射線被ばくの低減が見込めるほか、脳出血や脳梗塞等の頭部疾患から肺がん、肝細胞がん、大動脈瘤まで全身の診断が可能となります。

※ディープラーニングとは

人の脳神経回路をモデル化したコンピュータが自動でデータの特徴を認識し、そのデータに最適な処理を自動的に学習して実施する技術です。



キャノンメディカルシステムズ製 マルチスライスCTスキャナ

外来診療科担当医師一覧表

発行:医事課 外来係

科別診療体制		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	備 考
内 科	午前	1 診 鈴木 佑季 2 診 小田 寿 3 診 長島 一哲 4 診 井上 雅貴 5 診 米村 洋輝 6 診 水田 隆誠 7 診 森 祐斗 8 診 重松 明男	(研修医) 宮城島 拓人 佐野 逸紀 澤田 憲太郎 張 辛寒 水田 靖子 野津 麟太郎	鈴木 佑季 宮城島 拓人 佐野 逸紀 澤田 憲太郎 井上 雅貴 水田 隆誠 田中 翔 森 祐斗	張 辛寒 宮城島 拓人 小田 寿 佐野 逸紀 澤田 憲太郎 長島 一哲 米村 洋輝 ※1 重松 明男	野津 麟太郎 小田 寿 佐野 逸紀 長島 一哲 田中 翔 水田 靖子 重松 明男	血液専門外来:月曜日～金曜日 腫瘍内科専門外来(予約制):澤田(月曜日 午後) ※1 肝臓専門外来(月2回)木曜日
	午後	1 診 津坂 和文 2 診 瀨尾 祥 3 診 瀨尾 祥	津坂 和文 瀨尾 祥 岩見 昂亮	津坂 和文 岩見 昂亮	瀨尾 祥 岩見 昂亮	瀨尾 祥 岩見 昂亮	新患(診察時間:8:15～11:00): 津坂(火曜日)・瀨尾(木曜日) 再来(予約制): 津坂(月曜日・水曜日)・瀨尾(火曜日・金曜日) 岩見(水曜日・木曜日・金曜日)
	午後	1 診 鮫島 睦生 (予約)	鮫島 睦生 (予約)	鮫島 睦生 (予約)	鮫島 睦生 (予約)	鮫島 睦生 (予約)	外来診療のみ 鮫島 八寿子(出張医) 火曜日(12:30～14:30)木曜日(13:00～15:00) 外来新患:火曜日・木曜日(午後のみ) ※予約外は適時対応いたしますので、お問合せください。
	午後	1 診 小笠原 和宏 2 診 杉井 沙織 3 診 交代制 (振動病検診) (特殊外来)	高橋 弘昌 交代制 (乳房検診) ※予約制	石黒 友唯 沢田 堯史 羽田 光輝	小笠原 和宏 中川 隆公 交代制	中川 隆公 岡田 尚樹 交代制	手術日:月曜日～金曜日 乳腺外来:火曜日13:00～ 電話予約で診察できます。 再診患者の予約変更は15:00～16:30まで電話にて受付
	午後	1 診 加藤 琢磨 (予約外) 2 診 倉茂 秀星 3 診 交代制 4 診 5 診	放生 憲博 加藤 琢磨 大上 哲郎 (予約外)	放生 憲博 倉茂 秀星 (予約外) 校條 祐輔 大上 哲郎 中條 誠也 (予約外) 有田 皓介 (予約外)	放生 憲博 倉茂 秀星 校條 祐輔 校條 祐輔 ※1	加藤 琢磨 交代制 校條 祐輔 (予約外) ※1	手術日:月曜日～金曜日/検査日:火曜日・木曜日 13:00～ 月曜日3診・金曜日2診 交代制(中條 誠也・有田 皓介) ※1 第1・3金曜日 出張医 ※専門医師がご対応いたしますので事前予約をお願いいたします。
	午前	1 診				出張医	原則予約のみ
	午後	1 診				出張医	
	午後	1 診 新保 大輔 2 診 井須 豊彦 3 診 磯部 正則	(予約) 磯部 正則	喜多村 孝雄 井須 豊彦 磯部 正則	(予約) 磯部 正則	新保 大輔 交代制 磯部 正則	手術日:火曜日、木曜日 火曜日・木曜日3診:手術のため、診察を早く終了する場合がございますので、ご了承ください。 紹介患者、救急患者に適時対応いたしますので、お問い合わせください。
泌 尿 器 科	午前	1 診 大石 悠一郎 2 診 村西 雄貴 3 診 佐々木 芳浩	佐々木 芳浩 大石 悠一郎 村西 雄貴	佐々木 芳浩 村西 雄貴 大石 悠一郎	佐々木 芳浩 大石 悠一郎 村西 雄貴	佐々木 芳浩 村西 雄貴 大石 悠一郎	月曜日～金曜日:新患・再来 予約制 3診は10:30から診察開始 血液透析:月曜日～土曜日 / 手術日:月曜日・水曜日・木曜日 救急の場合は、適時対応いたしますので、お問い合わせください。
	午後	(手術)	(検査・特診)	(手術)	(手術)	(検査・特診)	
	午後	1 診 藤戸 達彦 2 診 藤戸 達彦	(手術) 藤戸 達彦	藤戸 達彦 (手術)	藤戸 達彦 (手術)	藤戸 達彦 藤戸 達彦	火曜日・木曜日の午前受付は8:15～10:30
耳 鼻 咽 喉 科	午前	1 診 3人で 2 診 交代制	3人で 交代制	3人で 交代制	3人で 交代制	交代制	3人 = 北南 和彦・石井 秀幸・小口 亜莉沙 水曜日:完全予約制 / 手術日:火曜日・水曜日・金曜日 睡眠時無呼吸(SAS)外来(予約制):金曜日(午後)
	午後	1 診 (検査)	(手術)	(手術)	交代制	(要予約)	
リハビリテーション科		(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	
歯 科 口 腔 外	午前	4 台 交代制 (手術)	交代制 (手術)	藤盛 真樹 角 伸博 渡邊 泰崇 岩見 永倫香	交代制 (手術)	藤盛 真樹 角 伸博 渡邊 泰崇 岩見 永倫香	予約制 交代制 = 藤盛 真樹・角 伸博・渡邊 泰崇・岩見 永倫香のうち2名が外来担当 手術日:月曜日・火曜日・木曜日(午前) 月曜日・金曜日(午後) 手術日でも外来診療を行っておりますが、手術の内容によって休診の場合がございます。
	午後	4 台 交代制 (手術)	藤盛 真樹 角 伸博 渡邊 泰崇 岩見 永倫香	藤盛 真樹 角 伸博 渡邊 泰崇 岩見 永倫香	藤盛 真樹 角 伸博 渡邊 泰崇 岩見 永倫香	藤盛 真樹 角 伸博 渡邊 泰崇 岩見 永倫香	
	午後	1 診 (予約) 2 診 (予約)	(予約) (予約)	(予約) (予約)	(予約) (予約)	(予約) (予約)	1診 放射線治療外来 完全予約制
放 射 線 科	午後	1 診 (予約)	(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	
	午後	1 診 (予約)	(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	
麻 酔 科	午前	1 診 小笠原 和宏	宮城島 拓人	宮城島 拓人	小笠原 和宏	小田 寿	予約制(紹介患者のみ) 診察時間:8:15～8:45 原則 紹介状持参が必要となります。
	午後			辻本 和代			予約制:水曜日 11:00～12:00 ※月1回 木曜日13:00～15:00(出張医)
女 性 外 来							予約制:木曜日 15:00～16:00
禁 煙 外 来	午前	小田 浩之	小田 浩之	小田 浩之	小笠原 和宏	小田 浩之	予約制:月曜日～金曜日 9:00～15:00 ※診察時間のご希望がございましたらお知らせください。
	午後	小笠原 和宏	小田 浩之	小田 浩之	小笠原 和宏	小田 浩之	
緩和ケア外来	午前	1 診 村田 佳應	村田 佳應	村田 佳應	村田 佳應	村田 佳應	予約制:月曜日～金曜日 8:30～11:00(新患は紹介状が必要です)
	午後	1 診 村田 佳應	村田 佳應	村田 佳應	村田 佳應	村田 佳應	13:30～15:00(新患は紹介状が必要です)

2022・2023年度

職員募集

独立行政法人 労働者健康安全機構
釧路ろうさい病院

2022年度募集内容

看護師 正

[募集人員] 10名程度

応募資格

免許を有する方、2022年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

①8時15分～17時 ②15時45分～0時30分
③0時～8時45分
病棟は3交代制で①日勤 ②中勤 ③夜勤
病棟以外については①の勤務時間

給与

大 卒 288,380円～
看護学校卒 277,240円～※上記給与には、住居手当、夜勤手当、夜間勤務手当、通勤手当を含む
※給与は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。

薬剤師 正

[募集人員] 若干名

応募資格

免許を有する方、2022年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

8時15分～17時(休憩45分)

給与

6年制卒 224,800円～

※上記給与には、住居手当、初任給調整手当、通勤手当を含む
※給与は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、宿日直手当、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。
※一般研究費:年間6万円

歯科衛生士 正

[募集人員] 若干名

応募資格

免許を有する方、2022年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

8時15分～17時(休憩45分)

※上記給与には、住居手当、通勤手当を含む。
※俸給は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。

給与

専門卒 196,300円～
短大卒

臨床検査技師 正

[募集人員] 若干名

応募資格

免許を有する方、2022年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

8時15分～17時(休憩45分)

※上記給与には、住居手当、特別調整手当、通勤手当を含む。
※給与は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、宿日直手当、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。

給与

大 卒 217,210円～
短大卒 205,338円～

診療放射線技師 正

[募集人員] 若干名

応募資格

応募資格を免許を有する方、2022年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

8時15分～17時(休憩45分)

給与

大 卒 218,210円～
短大卒 206,338円～※上記給与には、住居手当、特別調整手当、通勤手当を含む
※給与は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、宿日直手当、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。

臨床工学技士 正

[募集人員] 若干名

応募資格

免許を有する方、2022年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

8時15分～17時(休憩45分)

給与

大 卒 218,210円～
短大卒 206,338円～※上記給与には、住居手当、特別調整手当、通勤手当を含む
※給与は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、待機勤務手当、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。

理学療法士 正

[募集人員] 若干名

応募資格

免許を有する方、2022年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

8時15分～17時(休憩45分)

給与

大 卒 218,210円～
短大卒 206,338円～※上記給与には、住居手当、特別調整手当、通勤手当を含む
※給与は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。

2023年度募集内容

薬剤師 正

[募集人員] 若干名

応募資格

免許を有する方、2023年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

8時15分～17時(休憩45分)

※上記給与には、住居手当、初任給調整手当、通勤手当を含む。
※給与は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、宿日直手当、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。 ※一般研究費:年間6万円

給与

6年生卒 224,800円～

臨床検査技師 正

[募集人員] 若干名

応募資格

免許を有する方、2023年3月までに免許取得見込みの方

勤務時間

8時15分～17時(休憩45分)

※上記給与には、住居手当、特別調整手当、通勤手当を含む。
※給与は経験を別途加味する。扶養手当、時間外手当、期末勤労手当(年2回)、宿日直手当、寒地手当
※住居・通勤手当は条件により異なる。

給与

大 卒 217,210円～
短大卒 205,338円～

| 編 | 集 | 後 | 記 |

新年あけましておめでとうございます。皆さま年末年始はいかがお過ごしでしたか?私は実家でのんびり過ごしました。今年の目標は
ずばり早起き!朝から時間にも心にもゆとりをもって過ごせたらいいな~と思います。本年もどうぞよろしくお願いいたします。(編集M)

独立行政法人労働者健康安全機構

釧路ろうさい病院

〒085-8533 釧路市中園町13番23号

TEL/0154-22-7191(代表) FAX/0154-25-7308

地域医療連携総合センター

TEL/0154-32-3464(直通)

<https://www.kushiroh.johas.go.jp/>

くしろろうさいびょういん

検索

