

わしや



ごあいさつ

鷺谷病院は、昭和 46 年鷺谷整形外科診療所を開設以来、
今日まで地域の医療業務に最善をつくし取り組んでま
いりました。

当院と宝木荘は、これからも社会的責任を自覚し、親切
迅速・ハイレベルという創業理念を貫き、地域への高度な医療福祉に貢献すべ
く、職員一同意欲的な努力を続けてまいります。



理事長 鷺谷 一郎

看護部紹介



看護部長 清水 睦子

当院は急性期から在宅まで一貫した医療を行う地域密着型の病院です。私たち看護部は病院理念のもと、地域に愛される病院を目指し、皆様から信頼され満足して頂けるように安心と安全な看護の提供に努めています。患者様が住み慣れた地域で自分らしく生活できるように一人一人を尊重し「思いやる心・手を差しのべる看護」の実践を心がけております。

2階病棟



病棟師長 福島 馨

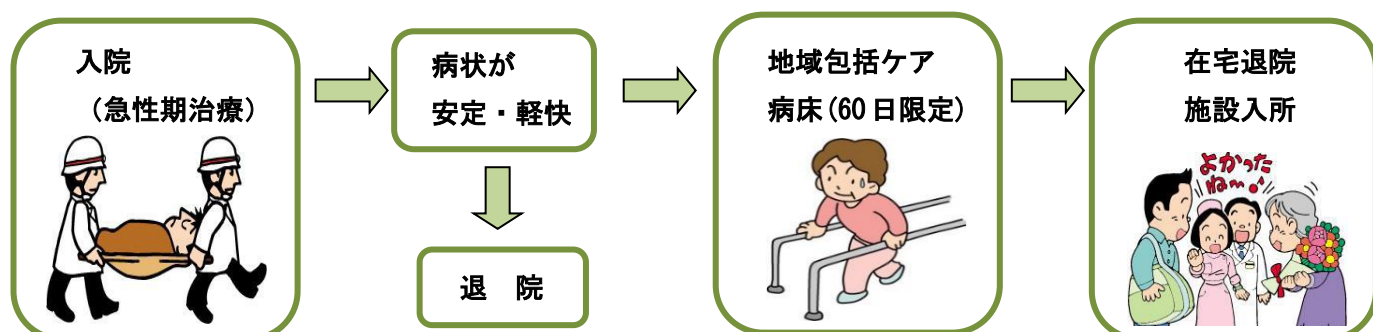
当病棟は整形外科を主とした急性期病棟です。腰椎・頸椎椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症、大腿骨頸部骨折等の手術療法をはじめ、その後スムーズなリハビリテーションへとつなげるよう、スタッフ一丸となり業務を遂行しております。また、地域包括ケア病床の併設により在宅復帰に向けた総合的な支援を行っております。

地域包括ケア病床とは？

「地域包括ケア病床」とは、急性期治療を経過し、病状が安定した患者さんに対して、在宅や介護施設への復帰に向けた医療や支援を行う病床です。

本来は一般病棟に入院後、症状が安定すると早期に退院という流れになります。しかし、在宅での療養に不安があり、もう少しの入院治療で社会復帰できる患者様の為に、当院では「地域包括ケア病床」を準備し、安心して退院していただけるよう支援しています。

心身が回復するよう医師や看護師、病棟専従のリハビリテーション科のセラピスト等により、在宅復帰に向けて治療・支援を行っていきます。また病棟専任の医療ソーシャルワーカーが患者様の退院支援、退院後のケアについてサポートさせていただきます。



院長の医学講座 2

老化を促進する活性酸素とは

鷲谷病院 院長 北島敏光

2017年9月の総務省統計局による発表では、わが国の総人口は1億2676万1千人で、前年同月と比べて21万5千人減少したが、65歳以上の方は60万人増加した。そして、65歳以上の実数は3514万人で、総人口に占める割合は27.7%となっており、2014年から高齢者の比率は4人に1人を超えて「超高齢社会」となっている。これは、「団塊の世代」と言われる戦後の1947年から1949年に生まれた第一次ベビーブームの人達が65歳以上の高齢者になったことによる。また、2017年9月の統計発表で90歳以上の人が初めて200万人を超えた。なお、日本の高齢者の割合は、主要国で最高である。さらに、厚生労働省の発表では2025年には65歳以上の高齢者数は3657万人となり、総人口に占める割合は30.3%と予想している。

表. 高齢者人口とその割合

	高齢者人口	割合
1980年	1065万人	9.1%
1985年	1247万人	10.3%
1990年	1493万人	12.1%
1995年	1828万人	14.6%
2000年	2204万人	17.4%
2005年	2576万人	20.2%
2010年	2948万人	23.0%
2015年	3395万人	26.8%



高齢になっても出来るだけ長い期間を健康的に過ごすには、病気の予防が重要である。がん、心臓病、高血圧、脳卒中、糖尿病、高脂血症、肥満などの生活習慣病、ロコモティブシンドローム（運動器症候群といい、骨、関節、筋肉など運動器障害のために要介護となること）、認知症などを未然に防止しなければならない。そして、これらの病気の主因である老化やがんは体内で生じる過剰な活性酸素によって生じる。

呼吸によって肺より体内に取り入れられた酸素は栄養素（糖質、脂肪、蛋白質）と結びついて細胞のミトコンドリア内でエネルギーを産生する。このエネルギーは全ての生命維持に必要な細胞活動、体温保持、筋肉の収縮、物質合成などに利用される。その過程で一部の酸素は化学変化を起こして活性酸素を発生させる。活性酸素は体内に侵入してきた細菌やウイルスを排除する重要な作用があるが、一方で過剰な活性酸素は体内の正常な細胞を傷つけ、血管に動脈硬化を起こす。また、活性酸素は体内を酸化させて金属が錆びつくように身体を老化へと導く。活性酸素の過剰発生に関与する因子としては、喫煙、多量の飲酒、激しい運動、ストレス、食品添加物、紫外線、大気汚染、殺虫剤、農薬などがある。過剰な活性酸素を消去して高齢者の健康寿命を延ばすためには、適度な運動（ウォーキング、水中ウォーキング、ラジオ体操など）を行い、食事や生活習慣をもう一度見直し、ストレスを解消して前向きな思考に努めることが重要である。そして、日常生活の中で体調に異変を感じたら、まず病院を受診して相談することをお勧め致します。

外来担当医師一覧

		月	火	水	木	金	土	日
整形外科	午前	上田・知場	新井	高野	鷺谷	坪山	獨協医大	中村
	午後	古宮	新井	古宮/内田	鷺谷	清水 受付17:00迄	古宮	
ペイン	午前	北島・宮本	宮本	北島	宮本	北島・伴	宮本	
	午後	宮本 受付17:00迄	宮本 受付17:00迄	滝口	宮本	伴 受付16:30迄	宮本	
内科	午前	石川	星出・柿下	升森・岡	苅尾・薄井	新崎	根岸/水野	
	午後	新崎	三澤 受付15:30迄	小林	新崎・薄井		新崎/相良	
脳外科	午前					上野	自治医大	
	午後	上野				上野		

※都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。

木曜日の内科に獨協医科大学 准教授 薄井勲医師（専門：内分泌代謝内科）が診療します。

月曜日午前の整形外科は上田医師・知場医師の2診です。

水曜日午後の整形外科は第1・3週が内田医師 第2・4週が古宮医師です。

第1土曜日の整形外科は獨協医大・国立医療センター（交代制）の2診になります。

土曜日午前の内科は第1・3・5週が根岸医師 第2・4週が水野医師です。

相良医師の診療は不定期です。（診察日・診療時間をご確認ください）

診療受付時間

受付時間	月曜日～土曜日	午前 8:30～11:30	午後 2:00～5:30
	日曜日	午前 8:30～11:30	
診察時間	月曜日～土曜日	午前 9:00～12:00	午後 2:00～6:00
	日曜日	午前 9:00～12:00	

休診日 祝祭日及び日曜日午後



接遇委員会より

当接遇委員会はTQM（Total Quality Management）を第一に考え、患者様の当院に対するご意見を反映し、接遇問題や院内外設備改善を図ります。「患者様・ご家族の方々、並びに地域の方々に信頼される病院づくり」を目指し患者様の立場に立った医療体制を作ることをご目的としています。

ご意見箱を外来待合室、2階病棟、3階病棟に設置しております

医療法人社団

晴澄会 鷺谷病院

〒321-0346 栃木県宇都宮市下荒針町3618

TEL.028-648-3851(代)

FAX.028-648-0222

ホームページ <http://www.washiya.jp>