

いしづち

愛媛労災病院広報誌第25巻第4号

（通巻第114号）

2025年10月5日発行

発行人：院長 木戸健司

理 念

当院は働く人々のために、そして
地域の人々のために信頼される
医療を目指します

基本方針

1. 地域に密着した医療の確立
2. 安全かつ良質な医療の提供
3. 勤労者医療の推進

当院では、医の倫理と病院の理念に基づいた医療を積極的に推進していくため、患者さんの基本的な『権利と責務』を、以下のよう
に宣言します。

【患者さんの権利】

- 1) 人としての尊厳を保ちながら、良質の医療を受ける権利
- 2) 十分な説明と情報提供を受け、自らの意思で治療法の決定
やセカンドオピニオンを希望する権利
- 3) 個人に関するプライバシーを保護される権利
- 4) 性別、年齢や障がいの状態によって差別されることなく、
診療を受けることができる権利

【患者さんの責務】

- 1) 疾病や医療を理解するよう努力する義務
- 2) 医療に積極的に取り組む義務
- 3) 快適な医療環境づくりに協力する義務



肥満と生活習慣病のはなし 2

MRI「VSRAD（ブイエスラド）」導入について 3

北5階病棟の紹介 3

令和7年度 高校生ふれあい看護体験 4

肥満と生活習慣病のはなし

内科 佐伯 ゆ い

肥満は、ただ「体重が増えること」ではありません。実は糖尿病や高血圧、脂質異常症といった生活習慣病の入口になりやすく、心臓病や脳卒中のリスクも高めてしまいます。最近の研究では、大腸がんや乳がんなど一部のがんとも関わりがあると分かってきました。つまり肥満は、体のあちこちに影響を広げてしまう“病気”なのです。

世界に目を向けると、2022年には成人の約43%が過体重か肥満とされています。30年前に比べて2倍以上に増えており、いまやグローバルな課題になっています。日本は欧米よりも割合は低いのですが、それでも男性の3人に1人、女性の5人に1人は肥満とされ、決して他人事ではありません。

特に注意したいのが「おなかまわりに脂肪がつくタイプ」です。内臓のまわりに脂肪がたまると、血糖や血圧、血中脂質が悪化しやすく、いわゆるメタボにつながります。運動不足や夜更かし、睡眠不足など、現代的な生活スタイルも拍車をかけています。

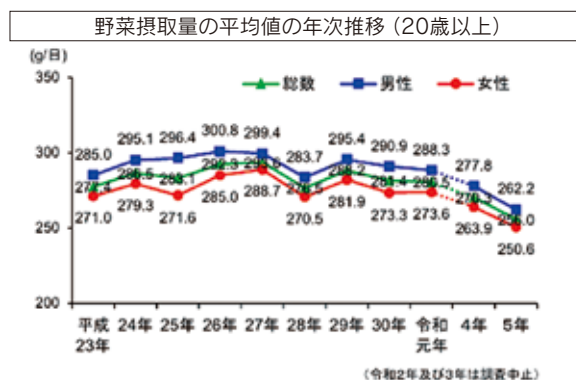
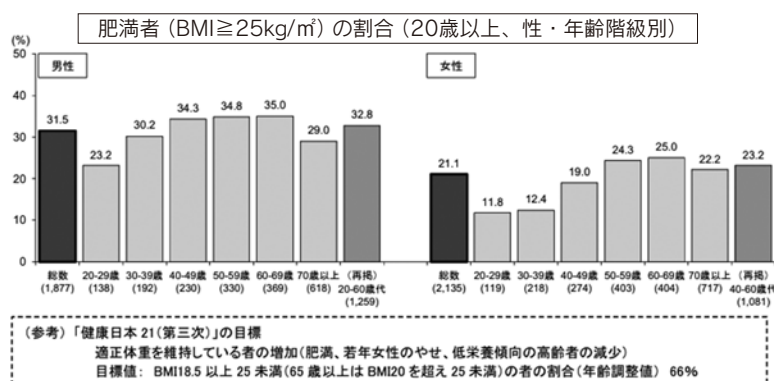
対策の基本は、やはり「食事」と「運動」です。食事では野菜やたんぱく質をしっかりとり、炭水化物や脂質に偏らないこと。運動は、1日8000歩くらいを目安に、無理のない範囲で続けることが大切です。最近では薬で体重を減らす治療も出てきていますが、それだけに頼るのではなく、生活の工夫と組み合わせることが大切です。

そして、肥満を「個人の問題」として責めないことも重要です。外食やコンビニで健康的な選択ができるようにすることや、歩きやすい街づくり、働き方の改善など、社会全体での工夫が必要となってきます。

小さなことから始めましょう。階段を使ってみる、飲み物をお茶に替える、寝る直前の食事を控える……。そんな一歩が、生活習慣病を遠ざけ、未来の健康につながります。

参考：WHO News release, March 2024

厚生労働省 令和5年国民健康・栄養調査結果の概要

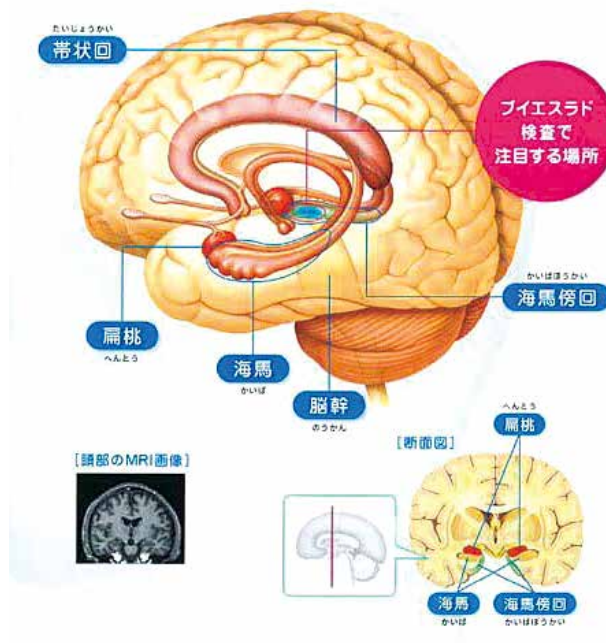


MRI「VSRAD（ブイエスラド）」導入について

中央放射線部長 仙 石 真

「VSRAD（ブイエスラド）」は、ものの忘れや認知症の早期発見をサポートする最新の画像解析技術です。MRIで脳を撮影した画像を専用のソフトで詳しく調べ、特にアルツハイマー型認知症で影響を受けやすい「海馬」という記憶をつかさどる部分の萎縮を数値化してわかりやすく示します。これにより、まだ症状がはっきり出ていない段階でも変化をとらえられる可能性があり、将来に備えた健康管理や生活習慣の見直しにつなげることが出来ます。検査結果はカラー表示で見やすく、ご本人やご家族にも理解しやすい形で説明されます。

「最近ものの忘れが増えた」「家族に認知症の人がいて心配」と感じる方はもちろん、将来の安心のために受けておきたい方にもおすすめです。近日中にVSRADを活用した脳ドックも開設しますのでぜひお問い合わせください。脳の健康を守るための心強いサポートになります。



北5階病棟の紹介

看護師長補佐 高 橋 笑 美

北5階病棟は、循環器内科・呼吸器内科の病棟です。循環器内科では、心臓カテーテル検査、冠動脈治療、ペースメーカー挿入、心不全治療などさまざまな検査・治療が行われています。当病棟では、緊急な対応が必要とされるため、救急シミュレーションを毎月実施し、急変に備えた訓練を行っています。また、心不全で繰り返し入院する患者さんが多く、心不全手帳を活用し多職種で指導を行い、再入院の予防に向けて取り組んでいます。

呼吸器内科では、化学療法や肺炎治療、酸素療法をしている患者さんが入院されています。退院後も酸素療法が必要な患者さんに対しては、病棟看護師と外来看護師が退院前後に自宅訪問を行い、安心して自宅での生活が

送れるよう支援しています。

これからも、一人一人の患者さんや家族の思いに寄り添い、思いやりのある看護を多職種と共にチーム医療で日々頑張りたいと思います。



令和7年度 高校生ふれあい看護体験

看護師長 土 肥 友 里

7月18日（金）高校生を対象としたふれあい看護体験を実施しました。新居浜市・西条市より9名の参加がありました。参加者全員、看護師・助産師になりたいという目標があり、今までにも他施設でのふれあい看護体験に参加している方も複数いました。当院でのふれあい看護体験では、『バイタルサイン測定』を参加者同士で測定したり、『足浴』などを看護師と共に実際に患者さんに実施したりと、実践的な内容を体験していただきました。その他には、心電図モニタを自分に装着して波形を確認したり、車いすやストレッチャーの移動体験など、普段なかなかできないことを体験することができました。

体験後のディスカッションでは、「自分が看護師になって働く姿が想像できた」「実際に患者さんと話をしたり、触れ合うことができ、他

の看護体験よりも本格的な体験ができてよかった」「助産師になるためにはどのような進路があるのかなど、部署でアドバイスを聞くことができ、ここに来なければ実際どうすればよいか迷い中だったのでよかった」などの意見がありました。また、当院の2年目看護師の体験談を聞くことができ、今回の体験を通して、自分の目標に向けてより具体的に考える機会になったと思います。

体験の最後に、看護部長より、労災看護専門学校の委託生の話をし、受験に興味を持つ人もいました。現在、全国的に看護師不足が深刻化する中で、このような体験を通して、1人でも多くの看護師が誕生してくれることを願うばかりです。今後も、看護師の実際の仕事をイメージできる、体験型のふれあい看護体験を企画していきたいと思います。



広報誌編集メンバー 委員長：福井副院長 委員：篠原放射線科部長、岳田看護副部長、石原看護師長、高橋看護師長補佐、大成主任薬剤師、小川主任作業療法士、後藤診療放射線技師、井上臨床検査技師、今村管理栄養士、稲富総務課長、岸本会計課員、丸山医事課員、藤岡総務課員、中嶋総務課員、池上総務課員