



八王子消化器病院ニュース

第33号

医療法人財団 中山会

八王子消化器病院

消化器病専門医療機関 東京女子医大関連病院

日本医療機能評価機構認定病院

〒192-0903 東京都八王子市万町 177-3

TEL: 042-626-5111

www.八王子消化器病院.com

制作 (株)教育広報社

HACHIOJI DIGESTIVE DISEASE HOSPITAL NEWS



年頭のご挨拶

八王子消化器病院
理事長 鈴木 衛

新年あけましておめでとうございます。平成24年年頭に当たりましてご挨拶をさせていただきます。

当院は昭和58年に当院の前身である中山記念胃腸科病院を子安町に開院しました。その後、平成14年には万町の現病院へ移転新築し、来年は開院30年目を迎えます。

昨年は日本にとって国難とも言える程の苦難の一年であります。東日本大震災の津波被害、原子力発電施設の破壊による避難生活と健康被害などが東北地方の多くの方々を苦しめ、日本全体が非常に厳しい状況下におかれました。また、国外に目を向けると欧洲債務危機、イスラム圏の政情不安、一向に治まらぬテロの脅威や目を被いたくなるような貧困そしてタイの大洪水などの自然災害もあり、世界中にとって近年では経験のない苦渋の一年であつたと思われます。しかしその一方で我が国では、震災を契機に人と人の繋がりや「絆」という日本のよき習慣を改めて認識させられた年でもありました。

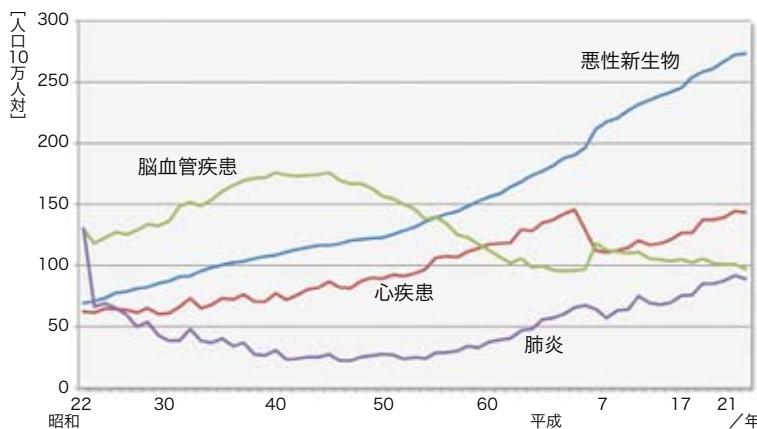
震災に関しては私ども八王子消化器病院におきましては直接の被害はありませんでしたが、電力不足に伴う診療時間の制限、薬剤や医療資材の供給不足から患者様に十分

な診療活動ができない事もあり、ご迷惑とご不自由をおかけしました。更に、昨年夏季の電力不足回避に協力するため8月11日から3日間にわたり開院以来初めてとなる外来診療を休止しました。幸いなことにこの間は患者様、ご家族様のご理解と協力が得られてさしたる支障を来すこともなく、また、夏季の時期を過ぎた後は、ほぼ従来通りの外来病棟業務が可能となりました。この8月に行つた3日間の外来休診は單なる節電目的ではなく更に大きな目的がありました。それはこの類まれな大災害に際し社会人として医療人として出来ることは何であるかを問い合わせキッカケと捉え、職員に考える時間を与えることでした。その結果として全職員に対し社会貢献を要請しました。被災地でのボランティア活動をすることが理想的な社会貢献でありました。が、それを実施できない職員には1年を猶予に何らかの社会貢献をもらうこととしました。その後、年休を取り被災現地でのボランティア活動に参加した看護職員をした事務職員や被災地の特産物を販売する町内会に参加した検査技師など多岐にわたり社会貢献への参加が報告されており

ます。病院としては例年4月に行われる新入職員歓迎会と秋の職員旅行を中心しその費用を積み立て、さらに職員有志からの義援金を加えて日本赤十字社を介して現地へ送金しました。一方、被災地では地元企業の業務継続困難により多くの人達が職場を失ったとのニュースが流れ、加えて学校卒業後の就職先が無いことや採用内定取消しなども報道されました。このことを受けて病院職員を東北地方の就職相談会に派遣し、将来、看護師や栄養士を志望する高校生を対象に病院職員として勤務しながら資格取得を目指す制度を拡充し紹介をした結果、本年4月には4名の東北出身の新入職員を迎えることとなりました。被災地の復興には気の遠くなるような時間と莫大な費用をして何より人々の支援が必要と考え、今後数年にはわたり、この制度を利用して若い人達を継続的に受け入れていく体制を整えて参ります。

冒頭にも申しましたが、当院は、来年5月に病院開院30年目を迎えます。この間、患者様や八王子地区の諸先生方に支えられ、消化器疾患の診断から治療までを行う専門病院として活動してまいりました。また同時に、地域住民一人ひとりの健康管理を行う地域の医療施設としての役割も担つてきました。現在、年間1万件を超える消化器内視鏡検査と600件余の消化器手術を実施する施設となりましたが現状に甘んじることなく八王子地区の消化器疾患専門病院としてなお一層信頼される病院となるため職員一丸となつて一步一步前進して参る所存です。

図1 死因別にみた死亡率の推移



転ばぬ先の杖！

八王子市
中野町在住

宮城 安子さん



33

昨年は日本にとつて忘れる
ことの出来ない年でありました。
3月11日の東日本大震災・
大津波・原発事故：被災者の皆
さんだけでなく多くの方が心を
震わせ、途方もなく襲つてくる
恐怖・不安・絶望のなか、もう
11ヶ月がたちました。自分たち
には何が出来るのだろうかと皆
が考え、その後の復興を心から
祈つたことです。

そんな年の暮れ、私たち夫婦
は結婚50周年を迎えたのです。
二人揃つて健康でいられること
の幸せを噛み締めるとともに感
謝の気持ちでいっぱいでした。
主人は若いときからスポーツ万
能で、あらゆるスポーツをやり
健康そのものでした。そして
スポーツにケガは付きものなど
と言い、よく捻挫・骨折・靭帯
損傷などをしていました。近年
はインディアカというスポーツ
を30年位続けており、主にヨー

（俺は胃なんか悪くない、どこも悪いところなんてないと言っていた人が）もうびっくりです！しかし原田院長の冷静で誠実な説明を受け、手術を決意。幸いにも早期であつたため内視鏡手術で済みました。そして、今は「もう大丈夫」と言つて、ただけるまでになり引続きイン

ロッパの世界大会にも出向いてきました。自ら試合に出たり、日本選手サポートー50名の団長として、また、国際審判員として元気に飛び回つております。

ところが、もう3年前になりますが、社会貢献活動団体の「王子プロバスクラブ」を通して元野事務長さんと知り合い、八王子消化器病院を紹介していくた
だき二人揃つて胃・腸の検査を受けました。

私は、健康体操の指導員として、地域の皆さんと共に体の手入れとしての※トリム体操をしています。最近は中高年は勿論のこと、介護予防としての体操（転倒防止等）が必要とされていますが、運動が好きな人も、苦手な方にも無理なく楽しく成にも励んでおります。

できる体操を心がけレクリエーションを交えながら仲間と共に行つております。人は誰でも健康で日々過ごしたいと思つています。そのため自分が出ることは自ら努力し、病気になつてしまつた時は病院のお世話になります。その時にはなによりも信頼出来る病院・医師が必要であり、それが

トリムってなあに※

◎ トリムとは

トリムとは「バランスを保つ」という意味のノルウェーの造船用語です。それを人間の身体になぞらえて、心身ともにバランスのとれた健康づくりを願って、元気な日々を過ごすために自分自身を調整することを言います。

○ トリムの歴史は

1967年(昭和42年)東京で誕生した健康体操が、欧米で進められていたトリム運動の影響を受けて現在のトリム体操になりました。

○ どんなプログラムで

1. ウォーミングアップ、リズムに乗って身体を動かします。
 2. ラジオ体操を導入しています。
 3. ウォーキング・ソフトエアロビックなどの有酸素運動を取り入れています。
 4. ストレッチで柔軟性をつけます。
 - 腹筋・背筋・脚・腰・腕等の筋肉の強化
 - 瞬発力の強化と持久力の向上
 - リラクゼーション・その他

◎ どのような効果がありますか

1. 一週間に 2～3 回位、体操を定期的に継続的にすると心肺機能が高まり、血液の循環がよくなります。
 2. 筋肉や関節が柔軟になり、身体の動きがスムーズになります。
 3. 健康維持・体力増進・運動不足・肩こり・腰痛の予防が期待できます。
 4. ストレスの解消にも効果があります。



人生航路を元気に過ごすために
健康づくりは、健康なときに
楽しく！！

