

こうせい

恒生病院広報誌

あなたにとって、
もっと身近な医療づくり

vol. **51**
2024.4

医療法人社団六心会 恒生病院

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

〒651-1505 神戸市北区道場町日下部1788番地

Tel.078-950-2622 Fax.078-950-2623

健康づくり～効果的にウォーキングを行おう！

少しずつ寒さが和らぎ始め、外でも気持ちよく運動できる季節となりつつあります。気軽に始められる運動の一つとして挙げられるのが、ウォーキングです。ウォーキングは特別な道具を必要とせず、身体への負担も少ないため、高齢者の体力づくりにも適しています。厚生労働省が公開した「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」では、65歳以上の高齢者に対し、「歩行またはそれと同等以上の強度の身体活動を1日40分以上行うこと」を推奨しています。これは1日あたり6,000歩程度の歩行量に相当し、継続して行うことで健康に良い影響を及ぼすことが報告されています。今回、ウォーキングを始めるにあたってのアドバイスや、注意点をまとめてみました。ぜひこちらを参考に、ウォーキングを楽しんでみてください！

動作のポイント



注意点

- 持病がある場合は、実施して問題ないか主治医に相談をする。
- 開始前に、軽い準備体操やストレッチを行う。
- 体調が悪いときや天候が悪い日は無理をせず中止する。
- 水分補給をこまめに行う。



救急車を呼ぶ前に本当に必要か考えてみませんか？

近年、救急車の要請件数が大幅に増加し、救急隊到着までにかかる時間も伸びているとよく耳にします。諸外国では、救急車を利用すると料金が発生すると聞いています。日本でも近い将来そのようなことが起こり得ます。

そのような事にならないためにも

- かかりつけ医に相談する
- かかりつけ医がない、かかりつけ医が休診の場合
 - ➔ 専用ダイヤル **#7119** で相談する
[神戸市・芦屋市・姫路市で運用]
- 病院までの交通手段がない・一人で移動困難な場合
 - ➔ おくる電 **050-3733-7555**
[24時間・年中無休(神戸市のみ) ※送迎は有料]



救急車の適正利用を考えよう

日本の救急車は、救急隊以外にも対応できるケースが非常に多い。本当に必要なのかを判断し、必要に応じて救急車を呼ぶことが大切です。

知っておきたい4つの電話相談サービス

【もしも】の時の対処方法に迷ったら

救急相談ダイヤル #7119 (神戸市・芦屋市・姫路市)

【体目・夜間の子ども急病に困ったら】

子ども救急電話相談 078-891-3499

【病院への交通手段がなくて困ったら】

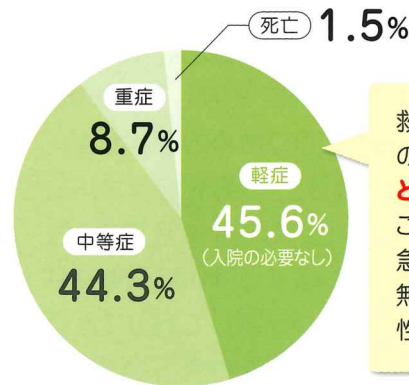
おくる電 050-3733-7555 (神戸市)

【高齢者の悩みを相談したい】

シニア相談ダイヤル 078-322-5999

救急車による傷病程度別搬送人員構成比

(令和2年)



救急車で搬送された人の約45%が入院を必要としない軽症です！
この中には、本来、救急車を利用する必要の無かった人もいる可能性があります。

救急車の適正利用を考えよう

(一般社団法人神戸市医師会 https://www.kobe-med.or.jp/kyukyuu/kykysh_tksi.pdfより引用)

救急車を上手に使いましょう

(総務省消防庁ホームページ https://www.fdma.go.jp/publication/portal/items/portal002_japanese.pdfより引用)

救急医療の受診について

症状に緊急性がなくても、「交通手段がない」「どこの病院にいけばよいかわからない」「便利だから」「困っているから」と救急車を呼ぶ人がいます。また「平日休めない」や「日中は用事がある」、「明日は仕事」などの理由で、救急外来を、夜間や休日に受診する人もいます。

救急車や救急医療は**限りある資源**です。

いざというときの皆さん自身の安心のために、救急医療の受診について考えてみませんか。

救急車を上手に使いましょう

(総務省消防庁ホームページ https://www.fdma.go.jp/publication/portal/items/portal002_japanese.pdfより引用)



外来患者様の外来診察呼び出しの方法について



今まで、当院の外来患者様の診察呼び出しは「受付番号と名字」でスタッフが呼び出しをしておりました。今後は、モニターの呼び出し音と番号表示に随時変更していきます。

お手持ちの受付票に書いてある「受付番号」をご確認いただき、モニターにご注目ください。

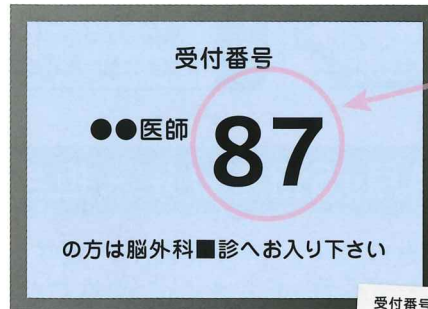
受付前のモニターにご自身の「受付番号」が表示された方は、各診察室前へ移動し、お待ちください。



呼び出しの方法について

診察順番になった方の番号が音と共に表示されます。

受付前・各診察室前のモニターをご確認ください。



お手持ちの受付票と同じ番号が表示されましたら、診察室へお入り下さい。



場合によってはお名前をお呼びすることもありますのでご了承ください。

CT・MRI検査を受ける時の服装



皆様からのご質問で多いのが、CT・MRI撮影時に「どこまで脱ぐ?」「これ外す?」等々ありますので、服装やアクセサリーについて説明させていただきます。

まず、MRI検査は、強力な磁石でできた機械の中に入り、磁気の力を利用して身体の断面や血管を撮影する検査です。

MRI検査と同じように身体の内部を撮影する検査としてCT検査があります。どちらもトンネルの様な機械に入っていくもので装置の見た目も似ているのですが大きな違いがあります。



それは、「CT検査は放射線を使った検査」ですが、「MRI検査は、磁場と電波を使った検査」です。

そのため、MRIの検査室内には、金属類の持ち込みは一切禁止されています。例えば携帯電話、眼鏡、ネックレス、ピアス、ヘアピン、ファスナーやチャック、ベルト、金属製のボタン、コルセット、ピップエレキバンなどが付いた服装では受けることができません。

なるべく金属が付いておらず着替えやすい服装で来院されるとスムーズに検査を受けることが可能です。

患者の権利と義務

全ての患者は個人として人格と価値観を尊重され、医療従事者との信頼、相互協力関係のもとで誠実な医療、看護を受ける権利を有しています。そのため恒生病院では患者の権利とそれに伴う義務を定めています。

権利

1. 良質な医療を平等に受ける権利
患者は誰でも社会的地位、民族、国籍、宗教、障害の有無によることなく最善の医療を平等に受ける権利があります。
2. 十分な説明と情報を得る権利
患者は自分が受ける治療や検査に関して分かりやすい言葉で十分に理解できるまで説明や情報を受ける権利があります。
3. 自己決定する権利
患者は十分な説明と情報提供を受け、医師や病院の選択、治療方法を自ら決定する権利があります。
4. 自分が受けた医療について知る権利
患者は自分の病気や受けた治療について知る権利があり、カルテの開示など求める権利があります。
5. 個人情報を守られる権利
患者は診療に関する個人情報やプライバシーを厳しく守られる権利があります。

義務

1. 患者は自身の健康状態や考え方を医療従事者に正確に伝えてください。
2. 患者は自身が受けている医療に関して十分に理解し、納得するまで質問してください。
3. 患者は他の患者の治療や療養生活に支障をきたさないようにしてください。

恒生病院の基本理念と方針

誠実な医療、介護を通じて社会に貢献します。

方針

情熱をもって入院から在宅まで切れ目のない医療・介護に取り組みます。

地域包括ケアシステムを推進し、地域から信頼される施設を目指します。

患者様の尊厳を守り人権を尊重し、患者様の同意に基づいた医療・介護を提供します。

働きやすい環境づくりを進め、人間性豊かな優れた医療人を育成します。

積極的に情報公開を行い、個人、社会への説明責任を果たします。

2024年4月15日より外来担当が変更となります。

2024年4月より新しい先生をお迎えし、外来体制も一新することとなりました。

患者様、地域の皆様にはご不便をおかけしますが、何卒ご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

外来担当医表 【受付時間】(月～土)午前診 8:45～11:30(初診の方は～11:15) / 午後診 15:00～17:00

2024年4月現在

	月	火	水	木	金	土	
午前診 9:00～	1診 脳神経外科	松本	奥田	田村	田村	交代制	
	2診 脳神経外科	篠田	篠田	森	森		池田
	3診 整形外科	辻本	隈部	庄司	尾ノ井	庄司	重坂 第1・第3・第5 荒木 第2・第4 ～11:00
	4診 内科	新井 (循環器内科)	坪田 (4/23～)	新井 (循環器内科)	新井 (循環器内科)	新井 (循環器内科)	新井 第1・第3・第5 畑中 第2・第4
	5診 脳神経外科	東野	森	篠田	池田	東野	—
	6診	坪田(内科) (4/22～)	中村 (脳外初診)	武中 (神経内科/内科)	中村 (脳神経外科)	畑中 内科	—
午後診 15:00～	1診 脳神経外科	交代制	東野	交代制	池田	田村	—
	2診 脳神経外科	松本	篠田	—	森	池田	—
	4診 内科	坪田 (4/22～)	坪田 (4/23～)	—	—	—	—

※ 予約患者様が優先となります。ご予約のない場合は待ち時間が長くなる場合がありますのでご了承ください。

※ 救急搬送や緊急手術などにより、担当医が変更となる場合があります。日曜・祝日は休診となります。

駐車場のご案内

恒生病院の東側に患者さま専用駐車場がございます。駐車可能台数は60台(障害者スペース4台含む)です。

料金は当院へご来院の方は、1回200円の割引サービス処理をさせていただきますので、駐車券を外来受付へお持ちください。ご来院の方以外のご利用は、30分毎300円を頂戴しております。ご理解ご協力の程よろしくお願い致します。

病院周辺での路上駐車はご遠慮ください。



恒生病院にご来院の方	それ以外のご利用者様
1回 200円 (当日24時まで)	終日 30分 300円
クレジットカードご利用いただけます VISA JCB	00387581 タイムズ恒生病院 〒910-0101 福井県福井市下町17-2 総機番: タイムズサービス(株) 0120-728-8964

