100万市民と仙台市医師会を結ぶ情報誌

てとてとて

配布用です。
ご自由にお持ち
帰りください

特集
新生「仙台市医師会看護学校」

36

仙台市医師会・仙台市医療センター
http://www.sendai.miyagi.med.or.jp/ 仙台市医師会 検索
2013年7月

特集

新生「仙台市医師会看護学校」

情報科学室

在宅看護実習室

学生たちの交流の場・ラウンジ

平成25年4月、仙台市泉区八乙女に「仙台市医師会看護学校」が開校しました。

これまで青葉区大手町の宮城県医師会館内にあった「仙台市医師会附属准看護学院」と「同附属高等看護学院」が統合され、新しく生まれ変わった学校です。

明るく清潔感のある新校舎には、各種実習室、図書室、講堂兼体育場などを完備。地域医療に貢献する未来の准看護師・看護師たちに、充実した学びの場を提供しています。

施設概要

敷地面積…3,274.98㎡　建築面積…1,541.11㎡
延床面積…5,740.57㎡　規　模…地上5階
構　造…鉄筋コンクリート造（一部 鉄骨造）

5F	●機械室
4F	●視聴覚教室　●調理実習室　●演習室　●教室
3F	●講堂・体育場　●図書室　●演習室　●教室
2F	●情報科学室　●在宅看護実習室 ●基礎看護実習室　●成人看護実習コーナー ●母子看護実習室　●教室
1F	●ラウンジ　●会議室　●事務室 ●学生ホール　●研究室　●教員室

ACCESS

地下鉄八乙女駅より徒歩12分

地域医療に貢献する人材育成のモデル校に

看護学校の変遷

仙台市医師会は、昭和27年に「准看護婦養成所」（後に「附属准看護学院」と校名変更）、昭和50年に「附属高等看護学院」を開校しました。以来、９２００人以上の准看護師、１４００人以上の看護師を送り出し、地域医療を支えてまいりました。

校舎は、長らく宮城県医師会館（青葉区大手町）のフロアを借用していました。そのため、教室・実習室が手狭になり、設備の老朽化も深刻になってきました。この問題について、医師会は平成６年から検討を始め、平成16年には「看護学院将来構想検討委員会」を設置。泉区八乙女に新校舎を建設する計画が進む予定でした。

ところがその後、准看護師制度の見直しや、さまざまな社会的経済的事情から、一転して学校の存続そのものが議論される事態となってしまいました。

新築か、廃校か

平成22年３月、これ以上は問題を先送りできないと、医師会の最重要事業として、「看護学院新築移転プロジェクト委員会」を立ち上げました。

執行部が存続の意向を代議員会に諮り、同年６月、ようやく新築移転の方向性が決定しました。医師会の先生方も「地域医療を担う、優秀な看護師の養成」という本校の特性に、存続の必要性を強く感じていらしたのだと思います。

将来を見据えて

新しい学校をつくるにあたり、これまで夜間３年だった高等看護学校を、昼間２年に変更しました。看護に求められるレベルは、年々上がっています。今後、看護教育がさらに専門化しても、この建物なら十分に対応ができます。

ハード面だけではありません。私自身、長年看護学校の運営に携わり、「この学校の良さは、何より教員の質である」と強く感じています。教育熱心で人物も素晴らしい教員、そして恵まれた環境。「全国のモデルとなる看護学校」と、自負しています。

震災のため、一年遅れの開校となりましたが、その間考えたのは、学んでいる准看護師がいて、ベッドもあるのだから、「緊急時、仙台北部の医療拠点として機能できないか」というアイデアです。

さまざまな可能性を模索しながら、地域医療に貢献する看護学校の充実を、今後も目指してまいります。

仙台市医師会　会長 永井　幸夫
（永井小児科医院　院長）

記念すべき新看護学校 第1回生を迎えて

誓いの言葉

ようこそ新入生諸君

平成25年4月10日、仙台市医師会看護学校の第一回入学式が挙行され、附属看護学校の新たな歴史が幕を開けました。准看護学科（通算63回生）100人、看護学科（同39回生）40人の新入生は、終始緊張した面持ちでしたが、来賓と保護者の皆様に温かく見守られ、すがすがしい雰囲気の中で式を終えることができました。

振り返れば、附属看護学校問題は、仙台市医師会にとって長年の懸案事項でした。歴代の会長が重要案件として取り組まれ、準備を重ねられた結果、この度、永井幸夫会長の下で「仙台市医師会看護学校」として生まれ変わることとなり、ようやく開校の日を迎えることができました。

新校舎は、鉄筋コンクリート5階建ての広々とした建物で、自然光が降り注ぐ明るい空間になっています。そこに教室、基礎看護・成人看護・在宅看護・母子看護の各実習室、図書室、講堂兼体育場、視聴覚教室、ラウンジなど充実した施設を備えています。

自慢の講師、実習病院・実習施設です

本学校の講師は、経験豊富な専任教員に加え、仙台市内の大学等教育機関所属の先生方、さらに仙台市医師会員にもお願いしています。外来診察後に駆け付け、指導してくださる医師会の先生方からは、「かかりつけ医」として

仙台市医師会看護学校
学校長 長野　正裕
（長野内科胃腸科　院長）

学校長挨拶

実践に即した講義を聴くことができます。

実習についても、市内有数の病院、施設が受け入れてくださっています。多忙な看護業務の間に、学生たちの教育に尽力していただける、有難い協力者です。

おかげさまでここ数年、准看護師試験は100％、看護師国家試験は95％から100％の合格率と、大変よい成績を修めています。

2年後の羽ばたきに向けて

東日本大震災発生後、卒業生たちが、各病院・診療所で不眠不休の活動を続けたこと、勤務外においても、避難所で率先して看護・救護業務に当たったことを耳にしました。まさに「本学校の誇り」と、胸を張って言うことができます。

これから准看護師・看護師として羽ばたく在校生たちにも、そうあって欲しいと願っています。卒業後は、医療現場で市民の皆様と接する機会もあることと思います。その際には、「地域医療に貢献したい」と頑張っている彼ら・彼女らに、より一層のエールをお送りくださいますよう、お願い申し上げます。

新しい看護学校の門出にエール

恵まれた環境と講師陣

仙台市医師会看護学校の新築開校、誠におめでとうございます。明るく広々とした建物、充実した施設。看護師を目指す人たちにとって、申し分のない環境です。

先生方も、プロフェッショナルがそろっています。仙台オープン病院からも、日本看護協会の認定看護師を、講師として派遣しています。皆、その道のエキスパートであり、「自分も将来こうなりたい」と、お手本になるような看護師ばかり。このような先生方と共に学べるのは、大変幸せなことです。

学生には「恵まれた環境でしっかり勉強し、立派な看護師になって欲しい」「新しい建物に魂を入れて欲しい」と、願っています。

看護学校の指導者と病院スタッフによる「実習調整会議」

理想に燃えた学生時代

私もこの学校の卒業生の一人です。在学時は、仙台オープン病院が開院して数年目。「新しい病院の理想」に燃える若者たちが、昼は精一杯働き、夜になると「少しでも学んでステップアップしたい」と、頑張っていました。

一方、社会経験のある学生ならではの悩みもあって、お姉さんのような先生方が、「何でも相談して」と、サポートしてくださったのを憶えています。

社会人・男性の増加

当院は、仙台市医師会看護学校の実習病院の一つです。実習生を受け入れる立場となり、最近感じるのは、社会人や男性の入学が増えていることです。

もちろん、ストレートに看護の道を目指す方もいますが、「大学卒業後、新たに看護を学びたい」「社会でキャリアを積んだ後、医療職を目指したい」という人が、確実に増加しています。

人それぞれ、いろいろな考え方がありますが、今から医療職を目指す人にとって、この学校が有力な選択肢になるのは、間違いありません。

仙台オープン病院
遠藤　貞子 看護部長

Campus キャンパスライフ Life

口腔ケアと点滴の同時処置実習。複数の患者に対しスムーズに対応できるように。

知識だけあっても、看護師にはなれません。学校生活や実習を通して、一番大事な“人との関わり方”を学んでいきます。

どの表情も真剣そのもの。

休み時間のだんらんも大切なひとときです。

年齢、経歴はさまざまですが、高い目的意識と向上心を共有する学生たちに、「ここで学ぶ理由」「将来の夢や目標」を聞きました。

看護学科　1年　藤島　明美 さん

東京で仕事をした後、仙台の実家に戻ってきました。進路を考えた時に浮かんだのは、ずっと看護師として働いてきた母の姿。母も准看護学院の卒業生で、「この学校はいいよ」と薦めてくれました。ここで尊敬できるステキな先生に出会い、看護学校の先生になる道も考え始めています。

看護学科　1年　木村　光幸 さん

病院で介護福祉士として働くうち、自分にできる範囲を広げたくなり、准看護師資格を取りました。今は週末に仕事、平日に看護師になる勉強をしています。実習で行った脳神経外科の分野にも興味があるし、震災当時何も貢献できなかったので、地元・石巻の力になりたい思いもあります。

看護学科　2年　菊地　巴 さん

昼間働き、夜勉強するのは、やはり大変です。でも、勉強したことが実際の現場でリンクして、「ああ、こういうことだったんだ！」と分かった時は、うれしいですね。これから実習を通して、自分にどの分野が向いているか、見極めていきたいです。

看護学科　2年　佐藤　恵理子 さん

大好きだったおじいちゃんがお世話になった、疼痛緩和ケア。その認定看護師になるのが目標です。職場で終末期の患者さんやご家族の方と接する時、自分には何ができるのか、いつも考えさせられます。仕事との両立は大変ですが、“看護観”という点で、とても実りある学びになっています。

看護学科　3年　阿部　真二 さん

福祉の仕事をしています。介護職ではできない処置ができるので、看護師の資格を取ろうと思っています。働きながら学ぶのは難しい部分もありますが、覚えたことが実際の現場ですぐに役立つので、張り合いがあります。

看護学科　3年　松川　由希子 さん

産婦人科に勤めています。助産師の資格を取るため、勉強中です。仕事柄、生命の誕生にぐっとくる場面も多く、自分には母性看護の道が合っていると思うのですが、「地元・石巻のために働きたい」「緩和ケアも学びたい」など、やりたいことはたくさんあります。

特集

新生「仙台市医師会看護学校」

学生インタビュー 12voice

准看護学科　1年　**若林　真由美** さん

以前は、旅行会社に勤めていました。たまたま学校説明会の案内を目にした時、「看護もサービス業、自分に向いているのでは」と、直感しました。久しぶりの学校生活は、ただただ楽しい！　息子が２人いて、家事や育児と両立できそうなカリキュラムだったことも、踏み出す決め手になりました。

准看護学科　1年　**計良（けら）　智也** さん

大学の経済学部を出て、証券マンを目指していましたが、同じ働くなら人のために役立つ仕事をしたいと思い、学び直すことを決心しました。自分にどれだけのことができるか、まだわかりませんが、想像以上に奥の深い世界なので、今は学びたい気持ちでいっぱいです。

准看護学科　1年　**渡邉　あすか** さん

昨年、大腸がんで主人を亡くしました。訪問看護の先生や看護師さんに助けられ、自宅でみとったのですが、「私に専門知識があれば、もっとできることがあったのに…」と、何度も涙しました。きちんと勉強して、主人にはできなかったことをしたい、最終的には訪問看護の道に進みたいです。

准看護学科　2年　**大友　剛（ごう）** さん

消防士をしていました。救急隊として医療現場に携わる場面が多く、「知識を増やし、救急搬送された方など、急性期の患者さんの力になりたい」と思うようになりました。年齢的、経済的なこともあり、まずはここで准看護師資格を取り、働きながら学びたいと思います。

准看護学科　2年　**長谷川　尚平** さん

人と接する仕事が好きで、飲食店に勤めていました。24歳で看護に方向転換したのは、やはり震災の影響が大きいです。1年の後期から実習が始まり、ますますやりがいを感じています。この学校にはモチベーションの高い方が多く、とても刺激になります。

看護学科　1年　**黒須　宏美**さん

高校の時、留学先の海外で体調を崩し、たまたま隣家に住むドクターに、献身的に診ていただいたことがありました。その時の感動、そしてドクターの助言もあり、海外での医療活動を希望するようになりました。「国境なき医師団」か「青年海外協力隊」で活動したい。目標に向かって、医療は学校で、語学は子どもと一緒に自宅で猛勉強中です。

貴田岡　節子 先生
（国立病院機構　仙台医療センター　小児科部長）

夏のウイルス感染症

健康のワンポイント
アドバイス

夏かぜの特徴

ウイルスには季節性があります。気温・湿度の低い冬季に活発化する「インフルエンザ」とは反対に、高温多湿を好むのが「エンテロウイルス」や「アデノウイルス」です。

これらが原因の、夏にかかりやすいウイルス感染症を「夏かぜ」と呼び、その代表的な疾患が「ヘルパンギーナ」「手足口病」「咽頭結膜熱（プール熱）」です。

一度かかれば免疫ができます。また症状が出ず、いつの間にか免疫を持っている場合もあります。子どもに多い疾患ですが、大人でも感染します。ウイルスは変化しますので、型が違えば毎年かかることもあります。

例えば、一昨年は手足口病に新しい型が出ました。入院した子どもから感染した親も症状が出て、足の裏一面の水泡で歩けなくなった例もありました。

安静と水分の補給を

夏かぜはウイルスが原因なので、抗生物質は効きません。治療の基本は、安静と水分補給です。熱性けいれんや、まれに髄膜炎などの合併症を起こす場合もありますので、ぐったりして顔色が悪いなど、いつもと様子が違う時は、診察を受けてください。

また、熱や喉の痛みで食欲が落ちますので、刺激の少ない流動食、プリンやゼリー、アイスクリームなど、食べやすいものをあげてください。食べたがらなくても焦らないで、水分補給を第一に。水分も取れない場合は、点滴をします。

咽頭結膜熱（プール熱）は、39度から40度の高熱が5日前後も続きますが、治療の基本は同じです。ただ、気を付けたいのは、「溶連菌感染症」などと症状が似ていること。これらの細菌感染症は抗生物質を使わなくてはいけないので、鑑別が必要になります。鼻水や喉の粘膜からアデノウイルスかどうかわかる検査キットがあり、15分ほどで結果がわかります。

治った後も感染対策

飛沫、接触、便からの感染を予防するため、手洗いを徹底します。

エンテロウイルスは腸管で繁殖するため、便処理の後は念入りに手洗いします。2週間くらいは便に出ますので、症状が落ち着いた後も、オムツ交換の時などは、しばらく注意が必要です。

	ヘルパンギーナ	手足口病	咽頭結膜熱（プール熱）
原　因	・エンテロウイルス（腸管で繁殖）		・アデノウイルス（咽頭、扁桃に感染）
発症時期	・夏季		・通年だが、夏に多い
感染経路	・飛沫、接触、便から		・飛沫、接触
症　状	・発熱（3～5日間） ・喉が赤くなり、奥の方に白い水泡ができて痛む ・食欲の低下	・喉、頬の粘膜、舌、手のひら、足の裏、ひざ、おしりなどに小さな水泡ができる ・発熱は全体の1/3程度	・39度以上の高熱が続く（5日前後） ・喉が赤くなり、扁桃に白っぽい膿ができて痛む ・食欲の低下
合併症	・熱性けいれん	・髄膜炎、脳炎	・肺炎
治　療	・安静、水分補給（有効な抗ウイルス剤は無い）		

ドクター訪問

旅と写真と油絵と

大澤　寛壽（かんじゅ） 先生
（大澤内科医院院長）

泉区住吉台に開院して、今年で26年目になります。自然豊かなところが気に入って、ここに決めたのですが、当時はまだクマが出るような山の中でした。

専門は循環器です。若い頃は「何でも診なければ」と、外傷の縫合をしたこともありました。今はもう年ですから、各専門の先生への〝振り分け係〟です（笑）。団地内も高齢化が進み、認知症の患者さんが増えてきました。

昔から旅行が好きで、あと少しで全県制覇。プライベートでも行きますし、年に一度は病院スタッフと出かけます。25周年の時はイタリアへ。開院以来ずっと一緒の看護師さんもいて、スタッフの仲はいいと思います。

写真を撮るのも好きです。旅先のスナップを自分で引き伸ばして、院内あちらこちらに飾っています。こうすると、患者さんとの会話も弾みますよ。

油絵は、「ドクター画会」の先輩に誘われて、十数年前から始めました。待合室にある風景画は、五浦（いつうら）海岸と、下北半島の仏ヶ浦。ゆくゆくはここをギャラリーにしたいのですが、いつ実現できるでしょうか。

▲今年5月に訪れた奈良・東大寺のスナップ

犬と一緒に

神（じん）　裕子（ゆうこ） 先生
（泉中央こどもクリニック院長）

東京で小児科医として勤務した後、10年前にクリニックを開きました。仙台は、夫（同院医師）の出身地・山形と、私の出身地・秋田に近く、暮らしやすくて本当にいい街です。

現在、4歳になる息子の育児奮闘中。お母さんたちの大変さが、よくわかります（笑）。子どもにはありがちなこと、病気とは全然関係ないことでも、「親はわが子のちょっとした変化や違いが気にかかる」ということも、今は実感としてわかります。そういう気持ちに寄り添ったアドバイスをしていきたいですね。

子どもの頃からずっと犬のいる生活だったので、結婚してすぐ、パピヨンを飼い始めました。

姉のペギーは社交的で文化系。面倒見が良く、息子が泣いていると、教えに来てくれます。イタズラされても放っておけないようで、つかず離れず見守ってくれる〝牧羊犬魂〟の持ち主。3年前、急性膵炎になり、食事療法と薬で治療を続けています。

妹のシェリルは元気な体育会系。子守りは煩わしくて、興味ないみたい（笑）。姉妹でもタイプが全然違っていて、面白いです。

▲ともに12歳の姉（右）と妹

お答えします

～読者から寄せられたご質問に答えるページです～

宏人会中央クリニック　院長
竹内　和久 先生

Q 先日、病院の待合室で血圧を測ったところ、右腕が114～64、左腕が129～66でした。かなり違うようですが、どちらが正しいのでしょうか？ 薬は飲んでいません。

A 上肢血圧に左右差が存在することは知られています。

一般住民に行った疫学調査では、上肢の収縮期血圧が右側は低め、拡張期血圧が左側は高めに出る、と報告されています。また左右差は、収縮期で10mmHg以下、拡張期では７mmHg以下である、という報告もあります。高血圧患者に限らず、一般にこの程度の血圧の左右差は存在します。

原因としては、血管の解剖学的構造による影響、血圧測定環境の影響などが考えられます。

注意が必要なのは、血管障害が原因となるケースです。特に高齢の方は、動脈硬化が進行し、血管が閉塞する傾向にあります。血管が閉塞すると、その部分から末梢側の血流速が低下し、血圧は低下傾向を示します。これは右側でも左側でも起こり、閉塞傾向のある方の血圧が低くなります。

問い合わせの方の左右差は、おそらくこの動脈硬化性変化によるものではないかと思われます。収縮期血圧の差が15mmHgと、通常の左右差以上あるからです。高血圧の治療は、高い方の上肢血圧値を基準に実施しますが、この方は高い方の収縮期血圧が129mmHgと正常域ですので、高血圧治療は不要です。

つまり、本ケースの解釈は、「上肢血圧の左右差が10mmHg以上あり、左側上肢血管系に閉塞性病変が疑われるが、高い方の右側上肢血圧値でも129mmHgと正常レベルである」ということになります。

血管の閉塞が考えられる時は、画像検査（CTやMRI）などで精査します。治療は、原因や閉塞の程度によります。動脈硬化性閉塞が関係するのであれば、病変の進行を抑制するよう、高脂血症、糖尿病、高血圧などを正常にコントロールし、血小板の凝集を抑制する治療を実施する場合もあります。左右差が大きな方は、上肢血管の障害だけでなく、全身の動脈硬化の進行も十分考えられますので、全身の血管（脳動脈、頸部動脈、冠動脈、下肢動脈など）の管理も行います。

血圧の左右差の原因としては、他に炎症性血管障害や動脈解離なども考えられます。この場合は、血管痛などの明らかな自覚症状があります。上肢末梢の痛み、しびれなどの循環障害を思わせる症状の有無も重要です。

ご質問募集中

健康にまつわるご質問がある方は、住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、とじ込みのはがきでお送りください。なお、採用された方にはクオカードを差し上げます。

※いただいたなかから編集部で選考の上、年2回発行の本誌でご紹介します。
※いただいた個人情報は、掲載に関すること以外には使用いたしません。

医学講談で開業医を啓蒙・赤星研造

明治12（1879）年4月、県立宮城病院（後東北大学病院に併合）を設置するとき、時の松平正直県令と同額の月俸250円で中目斉（ひとし）から招聘された赤星研造は、初代病院長・同付属医学校長としてその経営を担当した。また直接治療にあたっただけでなく広く地方医学界を牽引したことでも知られ、近代西洋医学黎明期の当地では忘れることのできない仙台の人となった名医の一人であるといえる。南町にあった前身が共立病院（同年5月まで）である仙台公立病院が発足し、同年7月宮城病院と改称して国分町に移転する。南町の旧施設はそのまま付属医学校となり、同年12月校長を兼務している。

弘化元（1844）年2月福岡藩士の家に生まれた赤星研造は、慶応2（1866）年4月藩命によりハイデルベルク大学に医術習得のため留学中、明治3（1870）年の普仏戦争の激化で、予期しないドイツ軍医として従軍せざるをえなくなった。この時の異常な内外傷者の治療と100体を超える死体解剖の体験が、外科術体得に大きく貢献したようだ。またその後の人生指針・生活態度にも影響を与えたと思われる。そして同6年予定の学業を終えて帰朝、文部省７等出仕となり、宮内省侍医を経て、東京帝国大学教授に迎えられる。当時外科の大家といわれた三宅秀（東大）・佐藤進（順天堂病院）らと並称され、その後の活躍が嘱望されていた。こうした時のたっての仙台からの招聘に応えての来仙であった。

仙台赴任の年10月、県北の若柳町にコレラが発生し蔓延が心配された。赤星は自ら現地に出張して治療と防疫につくした。そうした献身的な活動は県内医業界の大きな話題となった。仙台では治療業務のかたわら県内開業医に働きかけて、医学講談社を組織している。本部を仙台、県下各郡に支部を置き、毎月巡回医学講演を開催しておおいに開業医を啓蒙啓発、医療技術向上のために寄与した。また医療機関誌も編集発行している。しかし持病の喘息のため同15年自ら離職、一時筑後の久留米病院長に招かれるが、再度来仙―ここでは帰仙といいたい―することになる。国分町、清水小路で開業医として看板を掲げることもあったという。そして、登米郡立登米病院に病院長として籍を置いた晩年も、持病の喘息に苦しめられたようである。

ところで仙台の地に馴染み、そして第二の故里仙台を愛した赤星は明治37（1904）年1月6日逝去する。享年61。同21年5月仙台日本基督教会（現在の仙台東一番丁教会）で初代牧師の押川方義から洗礼を授けられ、家族ともどもキリスト者としての生涯を終えた。その回心の動機は、留学時代の体験と伝道者パームの東北における医療伝道と、その協力者押川方義（牧師・東北学院校祖）の活躍を身近に知った影響が大きかったからだと思われる。妻たか（押川牧師から受洗）、仙台生まれの子息の仙太（伝道者・共立女子神学校長・『日曜の友』編集者）とその妻金成よみき（共に同教会斎藤壬生雄牧師から受洗）はともに北山・輪王寺墓地に隣接する北山キリスト教墓地の中腹中央部に葬られている。赤星研造之墓碑は赤星家之墓左側に特別の墓誌もなく静かにこけむしている。（文中敬称略）

（註）なお、赤星研造について弘化3年2月生、明治36年12月逝去とするものがある。

（仙台郷土研究会　伊勢　民夫）

北山キリスト教墓地

赤星研造と、北山キリスト教墓地にある墓碑

CALENDAR

市民医学講座

仙台市・仙台市医師会
仙台市医療センター・仙台市救急医療事業団
〔問い合わせ〕仙台市医師会
Tel.（227）1531

仙台市と仙台市医師会が共催する「市民医学講座」は、専門分野の第一人者から、わかりやすい解説と新しい情報を聴くことができる公開講座です。

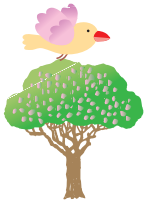
開催は毎月1回、原則13時30分～15時。各回の模様は、ケーブルテレビ（J:COM仙台キャベツ、CAT-V）でも放送します。

8月22日(木)
嚥下について
香取　幸夫 先生

9月19日(木)
尋常性乾癬について
谷田　宗男 先生

10月17日(木)
COPDについて
飯島　秀弥 先生

※開催場所は、仙台市急患センター・仙台市医師会館2階ホール。聴講参加は自由です。
仙台市若林区舟丁64-12



市民医学講座から

みんなが知りたい〝ぜんそく〟に関する知識 ―正しく理解し、発作を予防しましょう！―

（4月20日／仙台赤十字病院　第一呼吸器科部長　三木誠先生）

ぜんそくのメカニズム、治療法、予防と日常生活の改善について。

薬は、症状が無くても使用するものと、発作が起きた時だけ使用するものがある。「吸入ステロイド薬」は気道の炎症を治療する薬なので、きちんと使い続ける。「発作治療薬」は一時的に症状を和らげるが、根本治療ではない。

自分も「もう一人の主治医」となり、発作につながる原因物質や行動を避け、日常生活を改善してほしい。

早く治療すれば長生きできる ―虚血性心臓病の今―

（5月16日／仙台オープン病院循環器内科部長　加藤敦先生）

「狭心症」は、冠動脈が狭くなるが、心筋の壊死はなく、血流が回復すれば元に戻る。基本は薬物療法。

「心筋梗塞」は、冠動脈が閉塞し、心筋に栄養・酸素が行かなくなり、命に関わる。一刻も早く受診を。冠動脈内に風船を入れて広げる「冠インターベーション」療法により、死亡率は大幅に下がった。

動脈硬化の危険因子（高血圧、脂質異常、糖尿病、喫煙、肥満）を無くす努力を。特に減塩と運動。

うつ病にならない3つのポイント ―それでもうつ病になったなら―

（6月22日／原クリニック院長　原敬造先生）

うつ病にならないためのポイントは、①仲間・話し相手を持つ、出かける、②生活習慣（睡眠、運動、飲食）の見直し、③自分を信頼する（責めない、比べない、焦らない）。

ストレスを感じたら、休養・気晴らし・リラックスを心掛ける。それでもうつ病になったら、治る病気であることを理解し、適切な精神療法、薬物療法を受け、十分に休養する。

ケーブルテレビ放送番組

仙台市医師会では、ケーブルテレビを活用して
医療と健康についての番組を放送しています。

■「緑内障について」
渡邊　亮　先生（6月の放送より）

■「骨粗鬆症について」
中條　悟　先生（7月の放送より）

8月 ピロリ菌について

9月 血管内治療について

10月 にきびについて

市民医学講座 1時間番組

■J:COM仙台キャベツ（4チャンネル）
火曜 18:00～ 金曜 12:00～
日曜 20:00～

■CAT-V（4チャンネル）
火曜 16:00～ 木曜 16:00～

仙台市医師会広報番組（家庭の医学）30分番組

■J:COM仙台キャベツ（4チャンネル）
月曜 18:00～ 水曜 12:30～
土曜 20:00～

■CAT-V（4チャンネル）
火曜 10:00～ 木曜 10:00～

仙台オープン病院
TEL(252)1111

人間ドックのご案内

当健診センターは安心して質の高い健診を受けていただける施設として、日本ドック学会より「人間ドック健診施設機能評価」に認定されております。また、病院併設の利点を生かし、受診後の精密検査や治療が必要なときは当院でお手伝いいたします。

2日ドック

健診費用 64、050円(税込)
●月～火コース、水～木コース
午前8時から受付、翌日午後1時頃終了
●木～金コース
午後1時30分から受付、翌日午後3時30分頃終了

1日ドック

健診費用 36、750円(税込)
●月・火・水・木・金
午前7時45分受付、午後1時頃終了

オプション検査

全大腸内視鏡検査、ピロリ菌検査、胸部CT検査。心臓超音波検査、動脈硬化検査などをご用意。

脳検診(MRI・MRA)

検診費用 21、000円(税込)
検査時間は40分くらい

レディースドック

乳がん検診 5、250円(税込)
子宮がん検診 5、500円(税込)
●火・水のいずれか午前10時45分受付

大腸がん検診

(免疫学的便潜血反応検査)
1、575円(税込)

ご予約・お問い合わせ

健診センター 人間ドック係
TEL(252) 1111
(内線3501)
http://www.openhp.or.jp

茂庭台豊齢ホーム
TEL(281)3190

施設入所

要介護と認定された方が、より自立して家庭復帰ができるように医療・看護・介護・リハビリテーション等のサービスを提供します。また、在宅介護が困難な場合など数日程度の短期入所(ショートステイ)もご利用いただけます。

通所リハビリテーション

1日7時間程度、機能訓練、レクリエーション等日常生活訓練を行い、食事、入浴のサービスを提供しています。
●サービス提供日時
月曜日～金曜日(土・祝祭日を除く)
午前9時30分～午後4時30分
●定員40名

訪問リハビリテーション

理学療法士・作業療法士が自宅を訪問し、心身機能の維持・改善と日常生活動作の向上に必要なリハビリテーションを行います。
●サービス提供日
月曜日～金曜日(土・祝祭日を除く)

居宅支援センター豊齢
TEL(281)3190

居宅介護支援事業として主治医の意見を取り入れたケアプラン作成を行っています。
居宅サービスはケアプランに基づいてのご利用となります。お気軽にご相談下さい。

宮城県地域医療情報センター

宮城県休日・夜間診療案内

24時間対応の電話自動音声とファクシミリで、宮城県内の休日当番医、休日夜間急患センター等の診療科目、医療機関名、住所、電話番号、診療時間を案内しております。
TEL(216)9960
なお、休日当番医情報やその他の情報(県内感染症情報、インフルエンザ情報等)は、当センターホームページでもご覧いただけます。
●ホームページアドレス
http://www.mmic.or.jp/

仙台市救急医療事業団
初期救急医療機関案内電話番号
TEL(234)5099
FAX(214)5097

仙台市救急医療事業団では、休日・夜間に診療を行っている市内の医療機関の電話案内を行っています。
電話受付時間
平日 ／午後7時～翌朝7時
土曜 ／午後2時～翌朝7時
休日※／午前9時～翌朝7時
※休日→日曜、国民の休日、年末年始。ただし、診療科・時間帯によりご案内できない場合もあります。

仙台市医師会

診療に関する相談窓口

医師と医療を受ける患者さんとが、共同して疾病を克服し、医師、患者間のより良い関係を築くことを目的として「診療に関する相談窓口」を仙台市医師会内に設置しておりますのでご相談ください。
●ホームページアドレス
http://www.sendai.miyagi.med.or.jp/

仙台市医療相談コーナー

●受付時間：平日午前9時～12時、午後1時～3時(電話または面談。但し面談は予約制)原則30分以内。
●相談内容：医療について、どこに相談すればよいか分からない場合や近くの医療機関を知りたい場合等の一般的な相談を行っています。相談は、専任の看護師が受けております。病気の診断や治療に関する相談にはお答えできません。
仙台市健康福祉局保健医療課
TEL(214)0018

宮城県女医会

女性医療相談

女性の健康を心身両面からサポートすることを目的に女性医師が対応します。完全予約制ですので電話をいただいた後、担当者から相談の日時をお知らせいたします。なお電話相談は行っておりません。
電話受付
平日 午前9時～午後5時
TEL 090-7075-2525
相談日時 毎週土曜日(完全予約制)
午後2時～午後5時
相談会場 エル・ソーラ仙台
※都合により相談室に来られなくなった場合は電話でその旨ご連絡ください。

編集後記

今回は、これまで大手町にある宮城県医師会館のフロアを間借りしていた仙台市医師会附属の准看護学院と高等看護学院が、仙台市医師会看護学校として統合され、八乙女に新築移転したことを取り上げました。地下鉄八乙女駅から徒歩12分の新校舎は鉄筋コンクリートの5階建てで、体育場まである明るく清潔感にあふれた建物です。このようなところで勉強できる生徒さんたちはたいへん幸せだと思います。特集の中で生徒さんたちに将来の抱負についてインタビューをしています。年齢、経歴はさまざまですが、皆、目的意識をしっかり持ち向上心に満ち溢れています。元気を分けてもらったような気持ちになりました。これからの医療の一翼を担う生徒さんたちにエールを送ります。

(仙台市医師会医政広報部　小針　瑞男)

感想・ご意見、投稿をお待ちしています。
「てとてとて」編集部宛お寄せください。
〒984-0806 仙台市若林区舟丁64-12
仙台市医師会 医政広報部 宛

誌名「てとてとて」の意味は、「家族を含めた患者さんと医師、そして行政の三者の手の強い結びつき」を表しています。

本誌の複写・転載については、仙台市医師会にご相談ください。

表紙の言葉　夕方から始まる実習も、表情は真剣です。

仙台にひらひらと降りた、すずめの舞い！

鈴木江美
●フォトグラファー／仙台市青葉区在住

鮮やかな法被（はっぴ）姿に扇子、そして胸躍るお囃子の響き！

今年も仙台青葉まつりに市民が酔いしれました。

緑の市松模様の法被をまとった踊り手たちは、東北薬科大学病院、雀躍（じゃくやく）の皆さんです。

「笑顔で、扇子の色と動きをよりきれいにお見せしたいと思っています」と、代表で診療放射線技師の佐藤咲子さん。はじめは少し恥ずかしい気持ちも踊っていくうちに楽しくなって、皆さんに見てもらうのがうれしくなってくるそうです！沿道から患者さんに声をかけられることも。

東北薬科大学病院としてスタートしたのは今年4月。看護師、薬剤師、臨床検査技師、栄養士、事務職員の仲間を中心に、活動も6年目を迎えました。

練習は勤務終了後の夜、病院内のリハビリ機能訓練室で行っています。病院近くの高砂市民センター祭りでも、地域の皆さんが毎年雀躍のすずめ踊りを楽しみに待ってくれています！

女性らしいしなやかな振り付けを披露していきたいと、次のステージに向けてさらにすずめは舞い上がります！

平成25年7月発行（年2回　7月・12月発行）／発行：仙台市医師会／編集責任：医政広報部
〒984-0806 仙台市若林区舟丁64-12　Tel.022-227-1531
R100 古紙配合率100%の再生紙を使用しています。
VEGETABLE OIL INK