

雪がた

—— 豊科病院だより ——



豊科病院広報誌
令和 5年 2月 22日 発行
発行者 豊科病院広報文化委員会
〒399-8205
長野県安曇野市豊科5777-1
Tel : 0263-72-8400
URL <http://www.shironishi.or.jp/>

豊科病院の理念

自他を問わず人間を愛し、慈しむ心を礎に、病める人、障害を持つ人、悩める人に常に自分の家族に接するように優しく接し、最良の医療・福祉サービスを提供し、地域の人々の要求及び個別的な要求にも応え、地域で人々が快適に生活できるような支援を行う。

特集！マスクは今後どうなるの？
3月13日から新しい時代へ

今月（令和5年2月）の新型コロナウイルスの感染状況につきましては、全国的に新規感染者数、重症者数や病床使用率は低下傾向が続いています。また、死亡者数や救急搬送困難事案数は依然として高い水準にありますが、減少傾向が続いています。

さて、新型コロナウイルスが流行して早3年。マスクの使用が当たり前の日常になりました。しかし、今月、厚生労働省から「マスク着用の考え方」の見直し等についてという、新たな発信がありました。この見直しされる内容を、Q & Aでご紹介したいと思います。

Q マスクの主な変更点は？

A 現在、屋内では原則着用、屋外では原則不要、としている取扱いが次のように改められます。

①行政が一律にルールとして求

めるのではなく、個人の主体的な選択を尊重し、マスクの着用は個人の判断に委ねることを基本とする。

②政府は各個人のマスク着用の判断に資するよう、感染防止対策としてマスクの着用が効果的である場面などを示す。よって、一定の場合にマスクの着用を推奨する。といったものです。

Q いつから変更されるの？

A 令和5年3月13日から適用されます。令和5年3月12日まで、屋内では原則着用、屋外では原則不要、という考え方は変わりません。



Q 具体的なマスク使用のポイントは？

A まず、マスクの素材は、不織布マスクが良いとされています。そして、マスクの着用が推奨される場面は、①屋内において、他者と身体的距離 2 以上を目安にがとれない場合、②他者と距離がとれるが会話を行う場合、③屋外において他者と距離がとれず会話を行う場合、④高齢者等との面会時や病院内など、重症化リスクの高い者と接する場合、です。なお、屋内において他者と身体的距離がとれて会話をほとんど行わない場合は、マスク着用は不要です。屋外においても、他者と身体的距離が確保できる場合、他者と距離がとれない場合であっても会話をほとんど行わない場合は、マスクの着用は必要なく、特に夏場については、熱中症予防の観点から、マスクを外すことが推奨されます。

Q マスクの着用が効果的な場面は？

A 高齢者等重症化リスクの高い人への感染を防ぐ必要がありますので、左記の場面では、マスク着用が感染予防に効果的であり、着用が推奨されます。

① 医療機関受診時

② 医療機関や高齢者施設など、重症化リスクが高い人が多く入院や生活する場所への訪問時

③ 通勤ラッシュの時など、混雑した電車やバスに乗り込む時。但し、概ね全員の着席が可能である新幹線、高速バス、貸切バス等は除く。

④ 新型「コロナウイルス感染症」の流行期に、重症化リスクの高い人が混雑した場所に行く時。などです。

Q 症状等がある場合はどうするの？

A 症状がある人、新型「コロナウイルス感染症」の陽性の人、同居家族に陽性者がいる人は、周囲の人に感染を広げないため、外出を控える必要があります。このような方の中で、通院など、やむを得ず外出をする必要がある人は、人混みは避け、マスクを着用することが求められます。

Q 医療機関や福祉施設の職員のマスクの使用は？

A 医療機関や高齢者施設などには重症化リスクが高い人が多く入院、生活されています。そこに勤める従事者は、引き続き、勤務中はマスクの着用が推奨されています。

Q 注意点は？

A マスクを着用するかどうかは、個人の判断に委ねることが基本となりました。個人の主観的な判断が尊重されるのです。本人の意思

に反して、他者がマスクの着脱を強いることがないようにしましょう。

今さら聞けない

マスクの正しい使用方法

サージカル(不織布)マスク着用ポイント

政府はマスクの使用方法に関して、新しい指針を発信しました。今後徐々にマスクの使用機会が減ってくるのが予想されます。しかし、上欄に記載した通り、引き続きマスクの使用が推奨される場面があります。

今回は、サージカル(不織布)マスクの使用方法について、改めてご説明します。

◆サージカルマスク使用にあたっての留意事項

着用したマスクには、なるべく触らない。
触ったら、都度アルコール製剤にて手指消毒、または手洗いを行うことが望ましい。

着脱時はゴムひも部分に触り、他の部分には触らない。

原則、サージカルマスクは使い捨てとし、最低一日一回は交換する。特に外出から帰宅した後。

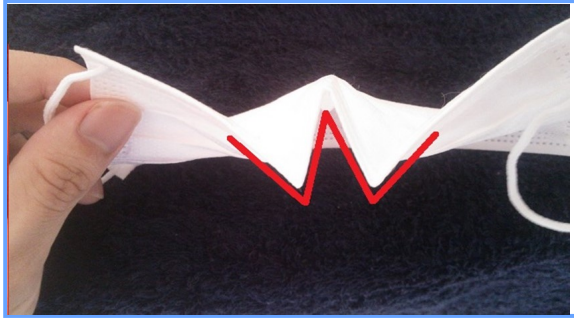
◆着用時のポイント

マスクをなおす 触る機会が減るように、マスクのフーズフィット部分は1つ折りではなく、3つ折りにする。1回折りやの形では、マスクがず

れるため、3回折りWの形で鼻と両側の頬にあたるように、マスクと顔の間の隙間をできる限り減らす。

※マスクの3回折りとは、不織布マスクにあるノーズワイヤーを山折り谷折りし、Wの形になるようにして着用することです。写真参照。

出所：豊科病院 院内感染対策委員会
「マスクの着用方法」より



令和5年 新年式

1月4日に、豊科病院と安曇野メディア合同の新年式が開催されました。

関総長理事長は、COVID19の終息がまだみえない。ウクライナ戦争の見通しも立たない。世界恐慌に近い状態で、食糧危機そしてエネルギー危機になっている。日本の食料自給率は38%であり、色々なことが心配される。よって今年に限っては、新年の挨拶として新年おめでとう』という心情になれない。

さて、医療業界も変化がある。外来診療はこれまで対面診療が主体であったが、新型コロナウイルスの影響で、電話やオンライン診療が容認されている。また、オフィスを持たない訪問診療を主体とする診療所も登場している。都市部では、その訪問診療をマネジメントする会社があり、その会社は患者さんの依頼を受けて、患者さんに適した訪問診療所に対して訪問を依頼する形になっている。医療の在り方が大幅に変わってきている。我々はそういった変化を理解し、変化に合わせた対応が求められる。我々の医療は、これまで外来診療といえば、患者さんが病院に来院される、待っている診療であったが、これからは治療の場が住まいとなるであろう。思い返せば、昔も治療の場



訓示する関総長・理事長

は居宅であった。私の祖父(※①)も往診の日々で深夜の12時過ぎに帰宅していた。

世の中暗い話題が多いが、今年は兎年。職員が協力して、なんとか『跳躍』の年にしてほしい』と訓示しました。

続いて五味洲病院長は、年末から、入院患者さんが、新型コロナウイルスにポツリポツリと感染されている。院内での感染対策は大変であるが、職員は一丸となって取り組んでほしい。自分自身も、昨年末に持病で入院をしたため体調が万全ではないが、できる限りの業務はしていきたいと思っている。大変な時世で、感染対策も大変な時期であるが、職員が協力して乗り越えて行って欲しい』と、訓示しました。

※①：関 忠英 医師 豊科病院初代病院長)

各病棟で節分



作業療法部では季節感を味わっていただこうと、暦に合わせた行事を行っています。

今月2月には、各病棟で「節分」の行事が催されました。今年は患者さんも作業療法士も鬼に扮して会場を盛り上げました。メイソンの催しは、患者さんがチームに分かれて、鬼の的を倒す競技です。的を全て倒すまでの時間で勝敗が決まります。

当院では、デイケアや作業療法で、書道や絵画を行う際に、下敷きとして古新聞紙を頻繁に使います。しかし、近年、新聞を購読される人が減り、古新聞紙が足りていない現状にあります。

「ご自宅に不要な古新聞がございましたら、当院事務部までお持ちいただければ幸いです。」



くたびれ



病状によって、意欲や活気がわかない患者さんも、鬼の目をたくさん倒され、チームのために活躍！そのお姿が大変印象的でした。作業療法部は、目的をもって身体を動かし、そして発散に繋がるリハビリテーションを、今後も続けていきたいと思っています。

外来 医師担当表

令和 5年 2月 1日現在

曜日	月	火	水	木	金	土
内科	いわさ たけひこ 岩浅 武彦 医師	休 診	休 診	そねはら けい 曾根原 圭 医師(1・3・5週) やまなか みわ 山中 美和 医師(2・4週)	休 診	休 診
精神科 ①	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	にしざと よしあき 西里 吉昭 医師	こみぶち みつり 五味洸 満徳 医師	おかざき たかし 岡崎 隆司 医師	なかざわ ちとお 中澤 知遠 医師	こみぶち みつり 五味洸 満徳 医師
精神科 ②		なかむら ちえみ 中村 千恵美 医師			なかむら ちえみ 中村 千恵美 医師 (新患)	

◎ 受付時間 午前 7:00～正午

◎ 診療時間 午前 9:00～終了まで ※木曜日の精神科は、午前9:30～診療開始

※ 午後は全科休診となります。

※ 日曜・祝日は全科休診となります。

※ご不明な点は受付へご確認ください。

お問い合わせ先…TEL0263-72-8400

～ 編集後記 ～

「雪がた」第78号をお届けしました。お読みになっていかがでしたか？

戦争や物価高など暗い話題が多い世の中ですが、ここでは明るい話題について触れていきたいと思ひます。

本誌74号にも掲載しましたが、本誌編集担当者一同が注目しているのは、長野県出身のプロ野球選手である牧秀悟選手。2022年シーズンは持ち前の打撃力を発揮して、セリーグの二塁手ベストナインを獲得し、更に来月から開催されるWBC(野球の世界大会)に選出されました！長野県出身者がWBCの代表になることは快挙です。活躍を期待したいです。

また、西武ライオンズの水上由伸選手(投手)も、長野県出身の選手であり、昨シーズンは新人王を獲得されました。水上選手にも今後要注目です！

※表題「雪がた」について

春から夏にかけて北アルプスでは様々な雪形が見られ、当院からは常念岳の常念坊や、蝶ヶ岳の蝶などの雪形を正面に望むことが出来ます。雪形が季節の変化に合わせて融けるように、患者様の病も融ける・・・表題にはそんな願いが込められています。また、表題の写真は当院屋上から撮影しました。