IMS（イムス）グループ 医療法人社団 明生会
イムス札幌内科リハビリテーション病院

Vol.27　2021.08

こもれび

「プラザイムス」は、患者さま、ご家族のみなさまに院内や IMS グループの医療活動、病気に関する情報をお伝えするコミュニケーションペーパーです。

こもれびだより

Komorebi dayori

呼吸器内科
髙橋　洋平

呼吸器内科医の経験を活かし

診療して参ります。

みなさんはじめまして。2021年4月より、イムス札幌内科リハビリテーション病院に勤務しております髙橋洋平と申します。2006年3月に札幌医科大学卒業後、二年間の初期研修を経て、呼吸器・アレルギー内科に入局しました。

入局後は室蘭➡函館➡室蘭➡旭川➡函館➡留萌➡大学病院(4年)➡釧路(2年)と全道各地を横断しております。各地の急性期基幹病院で呼吸器疾患を中心とした急性期医療、大学では難治性疾患の診療や研究、一昨年～昨年は第二種感染症指定医療機関においてコロナ感染症の治療に従事しておりました。専門分野は呼吸器疾患です。

細菌性肺炎や慢性閉塞性肺疾患(COPD)、気管支喘息などの一般的な呼吸器疾患をはじめ、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの内科疾患の治療を行っております。間質性肺炎や肺癌などの難治性疾患に関しては、初期評価・適切な医療機関への紹介をさせていただきます。胸部異常影の評価や長引く咳など、お気軽にご相談ください。

まだまだコロナ禍の収束も見えず、入院中の患者さまは年齢や基礎疾患の影響で感染リスクが高い方が多くいらっしゃいます。そのなかで外来・入院診療共に、呼吸器内科医が果たせる役割は大きいと考えます。今までの経験を活かし対応していきたいと思いますのでよろしくお願いいたします。

病院理念

地域から必要とされ、
愛し愛される病院

患者様とご家族に寄り添い、安心と最良の医療・リハビリテーションを実践し、「 愛し愛される病院 」を目指して地域社会に貢献します。

基本方針

1. 地域に密着して最良の医療を提供します。
2. 365日休まず、集中的なリハビリテーションを実践し、患者様を支援します。
3. 医療人としての自覚と技術向上のための教育を図り、信頼できるチーム医療を実践します。
4. 患者様の安心・安全・権利を尊重します。
5. 地域から必要とされ、職員も働いて良かったと思う病院づくりに努めます。

薬剤師オオバのお薬相談

薬剤師　大場　絢加

お薬に関するご質問にお答えします

Q. 新型コロナワクチン接種後に副反応が発現した場合、どうしたらいいですか？

今年の北海道は暑い日が続き、秋が待ち遠しいですね。さて、昨今新型コロナワクチンの接種を受けている方々も増えており、ワクチン接種後の副反応を気にされている方も多いかと思います。今回は新型コロナワクチンの副反応についてお話しします。まず主な副反応の症状として、頭痛・倦怠感・38℃以上の発熱が挙げられます。1回目の接種よりも2回目の接種の方が発現しやすいと言われており、2回目の接種後１～２日後に約50%の方が症状を感じたと報告されています。また、ファイザー社製新型コロナワクチンとモデルナ社製新型コロナワクチンには副反応発生率に差は無かったそうです。

では、新型コロナワクチン接種後に痛みや発熱が現れた場合にはどうしたらよいのでしょうか？現在、厚生労働省の発表では市販の解熱鎮痛剤を服用してよいとされています。ワクチンを接種する前に予め解熱鎮痛剤を服用することは推奨されていませんので、痛みや発熱症状が現れたら服用してください。

ドラッグストアや調剤薬局ではさまざまな解熱鎮痛薬を取り扱っています。他の薬を服用している場合や年齢によって服用できる薬が限られる場合がありますので、市販薬を購入する場合には薬剤師に相談してくださいね。

リハビリ科の今日もガンバローカ

ガンバローカとは？

リハビリテーションセンターと病棟をつなぐ、約130mの直線廊下の愛称です。
今日も一日がんばろうの意味が込められています。

1 日 の 流 れ

9：30　当院到着

9：40　健康チェック　血圧・体温・体調変化の聴取

9：50　個別リハビリ（20分）会話練習や自主練習チェック

10：10　自習時間・自由会話時間（20分）
自習課題や、他利用者さま・スタッフとのコミュニケーション時間として過ごします。

10：30　集団会話練習（20分）
その時話題の内容について皆さんでお話をします。
今週の話題は「オリンピック」でした！

11：00　当院出発

失語デイケアのご紹介

皆さん、当院に失語症デイケアがあるのはご存じでしょうか？以前は毎週月曜日の週1回でしたが、8月から増回し、毎週月曜日と水曜日の週2回となりました。今回は失語症デイケアについてご紹介します。

どんな方が利用しているか？

失語症の方を対象に、軽度～重度の方まで様々な方が利用しています。現在は、女性1人、男性3人の計4人の方が利用中です。

利用可能日

月曜日　9：30～11：00

水曜日　13：30～15：00

※詳細は担当のケアマネージャーまたは当事業所までご相談ください。

利用者様の声

A様70代男性『他の人と関わることが多くなったかもしれない。もっと話せるようになったらいい。前より文字が書けるようになったと思う。』とお話しされていました。

管理栄養士の
旬な食材 de 健康

今回の旬な食材は…　北 海 道 の 名 物 の １ つ

とうもろこし

　変わりゆく札幌の街並みに、変わらず在り続ける1つのワゴン。プリプリの甘い実に醤油の香ばしさがたまらない、大通公園の名物といえば、もうお分かりでしょう。今回は道民のソウルフード、とうもろこしについて紹介します。「とうきび」という呼び名が定着しているほど、北海道に馴染みのある食材ですが、それもそのはず、北海道は全国生産量の約40%を占めており、国内トップシェアを誇っています。明治時代、それまで実の硬いフリクトコーン（硬粒種）のみだった日本に、北海道の開拓使が新種であるスイートコーン（甘味種）、デントコーン（馬歯種）などの品種をアメリカから輸入し、栽培したことが北海道のとうもろこし栽培のはじまりと言われています。もし開拓者たちの努力がなければ、今頃、大通公園にとうきびワゴンは存在しなかったのかもしれませんね。

　そんなとうもろこしに含まれるビタミンB1には、糖質をエネルギーに変換し、代謝を助ける効果があります。この変換が上手く行われないと、摂取された糖質がエネルギーとして十分に働かず、食欲不振やだるさ、疲れやすさなどの症状を引き起こすため夏バテしやすいこの季節にはオススメです。しかし、糖質も多く含まれており、とうもろこし１本でご飯茶碗半分以上のカロリーに相当するため、食べ過ぎには注意が必要です。１本丸かじりも最高ですが、食事として取り入れる場合はサラダに少量混ぜるなどし、適量摂取を心がけましょう。

管理栄養士　伊藤衣茉莉

イムス札リハ NEWS

第30回ていね夏あかりに参加しました！

　7月18日（日）に北海道科学大学にて『第30回　ていね夏あかり』が開催されました。この祭りは、子どもたちを中心とした地域の人々が制作した手作りの提灯を飾り手稲の夜を彩ることで、夏の思い出をつくり、ふるさと手稲への愛着を育むことを目的に始まったイベントです。平成4年から始まり、今年で30回目のイベントとなっています。当院は、協定を締結した手稲老人福祉センターからのお声掛けもあり、初めてご協力させていただくことになりました。当院のスタッフ、スタッフのお子さん、院内保育所の子供達、入院患者さんが協力し、それぞれ思い思いのイラストを描き、とてもカラフルで味のある提灯を制作しました。

　手稲区民の皆さまの中には、毎年楽しみのされている方も多い恒例のイベントでしたが今年は感染症対策の観点から、ドローンなどで撮影した映像をライブ配信する無観客でのオンライン開催となりました。ドローンによる空撮映像で点灯したち提灯の明かりが綺麗に浮かび上がり、とても幻想的でした。

　また、ていね夏あかりの歴史や手稲区マスコットキャラクター「ていぬ」が登場するなどさまざまな催しが実施され、ご自宅で楽しまれた方も多かったのではないでしょうか？
8月末には実際に灯した提灯の動画を再度配信する予定となっています。手稲区のホームページ内にて公開されますのでぜひ、ご確認ください。

無料送迎バス時刻表

～お越しの際～	1便	2便	イムス札幌シャトル便	3便	4便	イムス札幌シャトル便	5便	6便	イムス札幌シャトル便	7便	8便
イムス札幌消化器中央総合病院 正面玄関　発	-	-	9：30	-	-	12：00	-	-	14：30	-	-
地下鉄　宮の沢駅　5番出口 札幌弁当工房前	9：10	9：50	-	10：30	11：30	-	13：30	14：30	-	16：00	17：25
JR　手稲駅　南口 北海道信用金庫前	9：25	10：05	-	10：45	11：45	-	13：45	14：45	-	16：15	17：40
JR　星置駅　南口 ターミナル前	9：35	10：15	-	10：55	11：55	-	13：55	14：55	-	16：25	17：50
イムス札幌内科リハビリテーション病院 正面玄関　着	9：40	10：20	10：22	11：00	12：00	12：52	14：00	15：00	15：22	16：30	17：55
			日・祝運休	土・日・祝運休		日・祝運休	土・日・祝運休		日・祝運休		

～お帰りの際～	1便	2便	3便	イムス札幌シャトル便	4便	5便	イムス札幌シャトル便	6便	7便	イムス札幌シャトル便	8便
イムス札幌内科リハビリテーション病院 正面玄関　発	8：40	9：20	10：00	10：30	11：00	13：00	13：30	14：00	15：30	15：50	16：55
JR　星置駅　南口	8：45	9：25	10：05	10：36	11：05	13：05	13：36	14：05	15：35	15：56	17：00
JR　手稲駅　南口	8：55	9：35	10：15	10：45	11：15	13：15	13：46	14：15	15：45	16：06	17：10
地下鉄　宮の沢駅	9：10	9：50	10：30	10：59	11：30	13：30	13：59	14：30	16：00	16：19	17：25
地下鉄　発寒南駅	-	-	-	11：05	-	-	14：05	-	-	16：25	-
地下鉄　琴似駅	-	-	-	11：10	-	-	14：10	-	-	16：30	-
JR　琴似駅	-	-	-	11：17	-	-	14：17	-	-	16：37	-
イムス札幌消化器中央総合病院 正面玄関　着	-	-	-	11：22	-	-	14：22	-	-	16：42	-
			土・日・祝運休	日・祝運休	土・日・祝運休		日・祝運休	土・日・祝運休		日・祝運休	

- ３便、４便、5便、６便およびイムス札幌シャトル便につきましては、年末年始期間（12/30～1/3）は運休となります。
- バスが見えましたら、手を挙げるなどして運転手に合図をお願いします。
- 上記時刻は、通過予定時刻となります。交通事情等により、時間が前後する場合がございますのでご了承ください。
- １便～８便は、運行ルート上であれば、途中乗車が可能です。上記の停車場所以外で乗車を希望される方は事前にご相談ください。
- ご不明な点がございましたら、☎０１１－６８１－２１０８までお問い合わせください。

外来診療案内

※担当医が変更になる場合がございます。

内科・消化器内科・循環器内科

受付時間
平 日　午 前 8：30 ～ 11：30
土 曜　午 前 8：30 ～ 11：00

外来担当医	月	火	水	木	金	土
午前	髙橋	岡	髙橋	譚	小林	野崎（1･3･5週）譚（2･4週）

泌尿器科

受付時間
木曜　午 前 8：30 ～ 11：30

外来担当医	月	火	水	木	金	土
午前		―	―	横尾	―	―

リハビリテーション科・整形外科

受付時間
火曜 ・木曜　午 前 8：30 ～ 11：30
第1・3水曜
☆自動車運転外来（完全予約制）
第2・第4水曜日　午前　10：00 ～ 11：00

外来担当医	月	火	水	木	金	土
午前	―	大森	前田（1･3週）☆鄭	葛城	―	―

地域医療連携室とリハビリ科のブログを更新中!
https://naika-reha-renkei .blogspot.com/

病院受診、入院･介護施設選びに困ったら
イムス総合サービスセンター（GSセンター）へ

STEP 1 相談　GSセンターにお電話かHPのメールフォームでご相談を! 相談窓口専任スタッフがみなさまのお悩みをお伺いします。
STEP 2 情報提供　IMSグループ医療機関の選定、医療機関･制度などの情報提供。GSセンターで可能なコーディネート内容の紹介など。
STEP 3 受診決定　ご希望とマッチングした際、IMSグループ医療機関へ受診決定! 【外来受診】受診希望施設へ受診日･時間（予約含む）･対象者さま基本情報等の連絡 【入院（所･居）･転院】希望施設の医療福祉相談室担当者を紹介

好評配信中
疾患別セルフチェック
健康セルフチェック　検索

gscenter@ims.gr.jp
◎右のQRコードをご利用いただくと便利です。
◎24時間365日受付。2営業日以内にご返信します。

FREE 0800-800-1632
※「050」からはじまるIP電話および国際電話からはご利用いただけません。
受付時間／平日 8:30～17:30　土曜日 8:30～12:30（日祝･年末年始休み）

イムス総合サービスセンター
http://www.ims.gr.jp/gscenter/

広報誌 こもれび　Vol. 27
発行／イムス札幌内科リハビリテーション病院
地域・広報委員会
発行月／2021年8月

イムス ＩＭＳグループ　医療法人社団 明生会

イムス札幌内科
リハビリテーション病院

〒006-0049
北海道札幌市手稲区手稲金山124番地
TEL.011-681-2105　FAX.011-683-5370
https://ims.gr.jp/sapporo-naikareha/

日本医療機能評価機構