



「メタボ健診」について

国家公務員共済組合連合会 名城病院長

早川 哲夫

「メタボ健診」とは2008年4月から始まった40～74歳までの公的医療保険加入者全員を対象とした保健制度である。

正式には「特定健康診査・特定保健指導」という。メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群、平たく言えば太り過ぎ）が糖尿病・心筋梗塞・脳卒中などの生活習慣病の原因である。このために国民医療費の30%を費やしている。したがって、食生活、運動などを通して正しい生活習慣を教育し、内臓脂肪を減らし、健康増進と医療費削減を実現するというのがこの制度の基本的な考え方である。

話はわかりやすいが、実行は容易ではない。食欲、性欲、物欲など欲を管理するには40歳では遅すぎる。メタボ対策は極めて簡単である。少なく食べて、よく動き、よく働けば達成できる。

メタボの基準として、腹囲の基

準（男85cm以上、女90cm以上）を満たし、高血糖・高コレステロール・高血圧の3基準中2つ以上を満たす場合を「メタボ」、また1つのみを満たす場合を「予備軍」と定めた。

メタボ改善の目標を達成するため、実施主体の企業や自治体に連帯責任を取らせ、保険料の負担を増すことにしてある。

以上、種々工夫して、2008年4月にスタートし、2年目の成果をこの8月にまとめ、発表した。受診対象者は5,190万人、実際の受診者は1,990万人、38%で、目標の70%の約半分であった。メタボは288万人、予備軍は247万人であった。実際に、保健指導を受けたのは394万人中31万人、約8%であった。この成績をどう評価するか、実施計画の適否などは、これから各方面から出ると思う。

正しい生活習慣を学び、健康長寿をめざすことは大切である。

わが国では戦後から学校給食が実施されている。学校給食をバイキングスタイルにして、食べ物は自分で自由に選び、しかし、選んだものは完食する。学期末に体重を測定し、太り過ぎをチェックする。学期末に完食率と肥満度から成績の良い生徒を表彰する。これを通して、正しい食習慣、物事の計画能力、食欲の管理などを養うことができる。そのための指導には地域からボランティアを募集し、インストラクターになってもらおうと、地域の活性化にもなる。その際、喫煙者には応募を遠慮してもらおう。生徒にも喫煙の害を繰り返し教え、喫煙開始を防ぐ。生徒には将来の禁煙よりはるかに効果的である。

以上のような工夫をすると、10年後位から目に見える効果が出ると思う。何事も言うは易く、行うは難しである。先ずは、「少なく食べてよく歩く」を皆で実行しましょう。

最近の研究によると現在の食事量の70%くらいにすると、各人の長寿遺伝子が活性化されて、健康長寿が享受できるそうです。時々、試してみてください。

名城病院だより「わ」のバックナンバーをご覧になりたい方は ホームページ「当院の取り組み」をクリック！



ホームページ <http://www.meijohosp.jp> にアクセスしてください。

携帯サイトへのアクセスは <http://www.meijohosp.jp/mp/>

または、右記のQRコードをご利用ください。



名城病院「歯科病診連携システム」の運用を開始しました

この度、名古屋市歯科医師会と名城病院との間で、「歯科病診連携システム」を締結し、その運用を開始しました。

名古屋市医師会と当院の間には既に「病診連携システム」が構築されています。本システムに則り、かかりつけ医院と当院各診療科との間で相互に詳細な診療情報の提供がなされ、患者さんの紹介や逆紹介がスムーズに行われてきました。これに対し、歯科においては今日まで明文化された「病診連携システム」がありませんでした。今までも近隣のかかりつけ歯科医院から多くの患者さんをご紹介いただきましたが、今回新たに「歯科病診連携システム」を

締結・運用させていただきましたことにより、名古屋市全域からさらに多くの患者さんをご紹介いただき、かかりつけ歯科医院とより有機的な連携ができますことを期待しています。

「歯科病診連携システム」は、一方ではかかりつけ歯科医院と病院歯科の役割を明確にし、機能分担を行い、医療の効率化を図ることを目的にしています。

当院歯科は「口腔外科」を専門にしていますので、口腔外科疾患（詳しくは当院ホームページをご覧ください）をお持ちの患者さんや、病院でないと不可能な検査・治療を必要とする患者さんが紹介により多く受診されること



梶原名古屋市歯科医師会会長(左)と服部歯科口腔外科部長(右)

が予想されます。このような患者さんを優先させていただくことが病院歯科の使命であると考えます。かかりつけ歯科医院をお持ちでない患者さんには、この際、是非かかりつけ歯科医院をお持ちになるようお勧めいたします。

ご希望により当科でもかかりつけ歯科医院をご紹介いたします。歯科病診連携の推進につきまして皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

「がん性疼痛看護認定看護師」を取得しました



私は今年の7月に「がん性疼痛看護認定看護師」を取得しました。

名前からは何をやる資格かイメージが付きにくいと思うので、今回はその紹介をさせていただきますと思います。

ある調査で進行がんの患者さんのうち、がんや治療によって痛みが出る患者さんは75%という結果があります。このように痛みで悩まされるがん患者さんは多く、痛みのために、眠れない、歩けない、気分が落ち込むといった様々な症状の原因になることがあります。

しかし、痛みのあるがん患者さんの80~90%の方の痛みは緩和することができると言われており、痛みを緩和することは患者さんの生活の

質の向上に繋がります。

「がん性疼痛看護認定看護師」の大きな役割はがん患者さんのあらゆる痛みを和らげ、生活の質を向上させる事を目的に、医師や薬剤師などのスタッフと協力して薬剤の調節や看護ケアの調節などに取り組んでいくことです。

現在「がん性疼痛看護認定看護師」は、私を含め2名おり、外科・脳外科病棟に配属されています。そのため所属の病棟で痛みの緩和の薬剤を医師と共に考えたり、看護師の相談に乗ったり、患者さんへの指導を主に行っています。

今後は少しずつ他の病棟にも活動の場を広げ、また看護師の痛みの緩和に対する知識・技術のレベルアップに貢献していけたらと思っています。

新
任
ド
ク
タ
ー
紹
介


産婦人科 部長

 前 田 修
 まえだ おさむ

この8月より赴任いたしました。伝統ある名城病院で働くことができるのを大変嬉しく思います。

私は今まで産婦人科一般に加え、婦人科悪性腫瘍にも重点を置き診療を行ってきました。

患者さんのお役に立てるよう努力していきますので、よろしくお願いいたします。

 N
E
W
S

看護部 人事プロジェクトチーム 小澤加奈子

病院説明会について

名城病院看護部は、人事プロジェクトチームの師長・主任を中心として、毎年、病院説明会を企画し実施しています。

病院説明会の日時についての詳細は名城病院ホームページ等でもお知らせしていますのでご覧ください。

看護学生で卒後の就職先を探している方・転職を考えている方・再就職を希望されている方々を対象に名城病院を紹介し、看護部の概要・院内での活動内容・看護部の教育体制や研修などについて、より深く知ってもらい、興味を抱いて頂けるような病院説明会にしたいと考えています。参加者とのフリートークの時間

を設け、現場のスタッフにも参加してもらい生の声を聞きながら知りたい情報や確認などの質問にも答えています。

私たち看護部は、病院理念をもとに、看護の自律・主体性・責務を問い続け、プロとしてのケアができ、

ポジティブで常にやる気のあるスタッフ（仲間）を求めています。

名城病院に興味を持って頂き、この病院の看護師として働きたいと思われる方は、是非一度参加してみてください。


 N
E
W
S

医療コンシェルジュの紹介

「医療コンシェルジュ」の役割は、病院内を速やかにご案内することで、移動時間の短縮や効率的な受診の実現などを行い、快適な病院環境を作ることです。このコンシェルジュサービスは、医療従事者の負荷を軽減することで、より親切な患者対応につながるという



効果が期待されています。

当院のコンシェルジュは、当院を訪れる患者さんが不安なく受診ができるよう、病院玄関にて患者さんのお迎えとサポートをしております。具体的には自動再来受付機の取り扱いなど、システム化することで便利になった反面、難しくなった操作等のサポートや、書類受付業務・診療科ご案内・多部門との連携業務など、患者さんやお見舞いで来院された方のご要望にお応えするサービスを提供しています。

患者さんや来院された方に「名城病院に来てよかった」と言って頂けるような快適な病院環境作りを目指し、今後もスタッフ一同、一層の努力をしていきたいと思っています。

NEWS

ミニギャラリーをご存じですか？

1階エレベーターホール奥にある、隠れた癒しの空間「ミニギャラリー」をご存知でしょうか？

平成16年6月から患者さんに和んでいただくことを目的として一般の方からの美術作品を展示

しています。これまでにご参加いただいたグループは延べ70組を超え、写真・水彩画・書道・ちぎり絵・絵手紙・押し花・魚拓などバラエティーに富んでおり、展示作品はおおよそ1か月単位で入れ替わっています。

私たち職員も月の初旬には「今月はどんな



作品かな？」と足を止めて鑑賞し、見事な作品に感心することや心を奪われることが多くあります。

この10月はチョークアート作家、深津由布子さんの作品を展示しております。

普段聞いたことがないジャンルの作品を見るのもまた新たな発見や驚きを与えてくれるでしょう。

病院へ来るのが楽しみという方は少ないでしょうが、どんな作品があるかとワクワクす

る、展示品を鑑賞することでほんの少しでもほっと癒される瞬間を提供できればと思います。



作者の深津さんとその作品



庶務課
岡島春美

編
集

この10月から、またタバコの価格が値上がりし、愛煙家の方々には厳しい時代になってきました。「これを機に禁煙！」と考える方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

今から約9年前、この新病棟が稼働する以前の名城病院では、患者さんの窓口である医事課でさえも、タバコの煙が充満していたのを憶えています。斯く言う私も当時は喫煙者の一人でしたが、数年前に病院が敷地内全面

禁煙を施行したことで、煙を断つことができました。

今回の巻頭言は予防医学。私も来年はメタボ健診の対象者となります。禁煙には成功しましたが、年齢が増すにつれ、運動量の低下とともに体型が変化してきたことを実感しています。せっかく国が健康になりなさいと言っているのですから、「これを機に歩く」ことから始めようと思っています。

後
記

名城病院診療等のご案内

ホームページはこちら <http://www.meijohosp.jp>

診療科目

内科・循環器科・小児科(小児循環器)
外科・整形外科・脳神経外科・心血管外科
皮膚科・泌尿器科・産婦人科・眼科
歯科口腔外科・神経内科

診察受付時間

【新患受付】 午前 8:30 ~ 11:30 まで
【再来受付】 午前 8:00 ~ 11:30 まで

面会時間

【一般】 午後 0:30 ~ 8:00 まで
【新生児】 午後 0:30 ~ 8:00 まで (授乳時間を除く)
【ICU】 午後 0:30 ~ 4:30 まで (家族のみ)
午後 5:00 ~ 8:00 まで

※生花の病室への持込は、感染予防のためご遠慮願います。

診療案内

【休診日】 土曜日・日曜日・祝日
年末年始(12月29日~1月3日)
創立記念日(11月6日)

所在地

〒460-0001 名古屋市中区三の丸1-3-1
TEL <052> 201-5311 FAX <052> 201-5318

お問い合わせは、
・ 午後の診療等、詳しくは、医事課まで(内線 2132)
・ 医療福祉に関しては、医療福祉相談室まで(内線 5105)
医療機関の方へ
・ 病診連携に関しては、病診連携室まで(内線 2151)



名城病院は、病院機能評価の認定を受け、よりよい医療を提供できるよう努力しています。