

# ふくろう通信

独立行政法人  
労働者健康安全機構  
福島労災病院

- ◇病院理念  
心通い合う良質で信頼される医療・看護を実践し、勤労者や地域の皆様の健康を支えます。
- ◇基本方針
  - ・医療を受ける方の権利を尊重し、受ける方が主役の医療を実践します。
  - ・医療人として常に研鑽し、チーム医療を軸とした高質な医療を安全・安心かつ確実に提供します。
  - ・地域の医療機関等と連携を図り、地域の皆様から信頼される病院づくりに努めます。
  - ・永年にわたる勤労者医療の実績を活かし、働く方の健康維持と早期社会復帰に取り組みます。



- ◎ 地域医療支援病院
- ◎ 病院機能評価認定病院
- ◎ 臨床研修指定病院
- ◎ がん診療連携推進病院

第43号 令和7年1月6日発行

## 古希を迎える福島労災病院

病院長 齋藤 清

新年、明けましておめでとうございます。皆さま穏やかな新春を迎えておられるでしょうか。昨年は元日に能登半島で大きな地震が発生し、2日には羽田空港で日航機が炎上する事故がおき、多難な一年の始まりとなりました。9月の能登半島大雨被害など、国内や世界各地で未曾有の水害も多く発生しました。ロシアによるウクライナ軍事侵攻、イスラエル・パレスチナ紛争は終息が見通せず、

年末にはシリアでアサド政権が崩壊し、韓国でもユン大統領が非常戒厳を宣布したため政治が混乱しています。今年アメリカではトランプ氏が再び大統領になりますが、気候温暖化が加速しないことを切に願います。



福島労災病院では、昨年「内視鏡診療部」を新設しました。消化器科、外科、呼吸器科、呼吸器外科、血液内科、放射線治療科などによる「がん診療」は当院診療の柱ですが、「内視鏡診療部」の新設により消化器病センターでの総合的ながん診療機能が一層充実しました。また、副院長として循環器科の小松宣夫先生、整形外科主任部長として森島 満先生、消化器科部長に松岡直紀先生が

新しく着任され、地域医療に貢献しておられます。循環器科、整形外科、脳神経外科、消化器科など救急患者の多い診療科の救急車受入れも増えています。初期臨床研修医では1年目の菊地亮介先生と藤村剛志先生が加わり、若さを生かして活躍しています。



### ～ 目 次 ～

- 古希を迎える福島労災病院 …P 1～P 2
- ハンドケア講座 …P 2
- 紹介状豆知識 …P 3
- 簡単!脱メタボメニュー …P 4

(↓福島労災病院ネット記事のQRコードはこちら)



昨年は、病院から地域の皆さまへより多くの情報をお伝えできるようにしました。A4版で内容を充実させた「福島労災病院 診療ご案内」や診療情報のパンフレットなどをご覧ください。また、ネットにも記事を掲載しております。ぜひ、QRコードを読み込んでご覧ください。今年も、新しい取り組みを発信してまいります。

福島労災病院は昭和30年3月22日に、常磐炭坑とその関連産業におけるけい肺などの労働災害の発生に対応するために設置されました。地元の期待とご協力で工事が進む中、皆さまの強い要望があって先に内科、外科、整形外科の50床で診療を開始したそうです。その後診療科や病床数、病院機能を充実させて現在に至ります。古希は「70年生きる人は古くから稀である」という杜甫の詩に由来するようですが、今では70歳で元気な方は多く、現役で働いておられる方も少なくありません。福島労災病院も古希をむかえますが、新病院ができるまで、現病院で地域の皆さまを支えて頑張ります。

今年も、福島労災病院が皆様に選んでいただける病院であるように、全職員が協力して取り組んでまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



## 健康な手肌を手に入れるためのハンドケア講座

乾燥の強まる季節、手荒れに悩んでいませんか？  
福島労災病院は12月をハンドケア月間と定め、いわき市の皆様に手荒れ対策に役立つ情報を北棟連絡通路にポスター掲示しました。

12月12日には、福島労災病院正面玄関エレベーターホール前にて、看護部の専門・認定看護師によるハンドケア講座を開催し、来院患者の皆様に「ドライスキンチェック」「手洗い方法」「保湿剤の塗り方とハンドマッサージ」を懇切丁寧にレクチャーし、30名以上の参加をいただきました。



参加者からは「看護師から教えてもらう機会はなかなかないので、保湿剤を含めて貴重な経験ができたと思います。」との感想があり、好評のうちに終わりました。



## 紹介状豆知識



地域医療連携室 川尻伸一

紹介状（診療情報提供書）そのものは皆さま医療機関に持参したことがあると思いますが、その扱いについては当事者によって差異があります。今回は紹介状をめぐる運用について、私が過去に遭遇した患者さまや事務員が知らなかった諸々をお話しします。患者と病院の齟齬が無くなれば幸いです。

### ・豆知識①『紹介状がないと治療費+追加料金がかかる』

一定の規模の病院は、紹介状のない患者の診療は治療費の他に追加の料金を取るよう厚生労働省から決められています。福島労災病院では初診時 7,700 円、再診時 3,300 円が治療費の他に請求されます。

これは他の診療所やクリニックからの紹介状があれば避けられるので、最初は身近な診療所やクリニックを受診しましょう。

### ・豆知識②『紹介状を開封してはいけません』

たまに開封した痕跡のある紹介状を見かけます。ご自身の情報が書いているため気になったのでしょうか？紹介状は病院間の親展ですので、宛先が患者本人でない封書を開けてはいけません。



### ・豆知識③『紹介状の有効期限はない。とはいえ…』

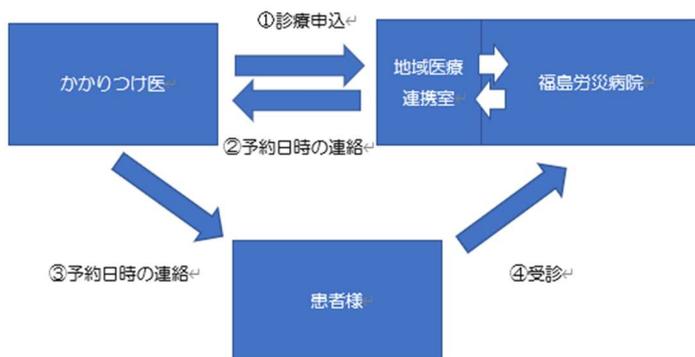
紹介状は作成日が記載されますが、有効期限はどの法令にも記載はありません。ですが、通常病気や検査結果の数値という情報は経過とともに変わっていくものです。すっかり変わった状態になってからでは紹介状の意味がないです。

このため、病院（や診療所）によっては独自に期限を決めていることがあります。期間関係なく早く受診しましょう。

### ・豆知識④『病院に紹介されるときは、地域医療連携を使いましょう』

病院は予約制になっており、診療時間は予約患者で満員です。予約患者で枠が埋まっているので紹介状を持参して受付したとして、よくて順番は予約患者たちの診療の後。運が悪いと持参した日は医師が休診日だったり、断られたり。

病院には医療機関どうしの患者紹介を取り扱う地域医療連携室があり、通常病院では取得できない初診時の予約もできますので、予約日を取得したうえで受診しましょう。



# 簡単!脱メタボメニュー

まだまだ寒い日が続きますね。体があたたまってヘルシーな鍋物をご紹介します。  
味付けには手軽にだしの入っている即席味噌汁を使います。材料には野菜をたっぷり使しましょう。



## ピリ辛石狩なべ



### 材料(一人前)

生鮭	1切
豆腐	小1丁
白菜	1/8株
お好みの野菜	適量
白滝	100g
きのこ(お好みで)	50g
即席みそ汁(ペースト)	1ケ
バター	少々
一味唐辛子	少々
水	約100ml

カロリー 288kcal 塩分 2.7g

### 作り方



なべに、水、削ぎ切りにした白菜、野菜、白滝、きのこを入れ、火にかける。



沸騰したら、生鮭、即席味噌汁 1/2 量を入れ、柔らかくなるまで煮る。



水きりした豆腐を入れ、最後に残りの即席みそ汁、バターを入れ、一味唐辛子をふる。

### ポイント



白菜などから出る水分を上手に利用し、できるだけ汁を少なくすることにより減塩になる。



煮ている時に、生鮭から出るアクを取る事によって、脂分を下げる。



ご飯や麺類の代わりに白滝を使用し、カロリーを下げる。