

患者さんと誠光会をつなぐ広報誌

# あおばな

Aobana



冬号  
WINTER  
2021.1  
vol.50



50TH ANNIVERSARY

## 記念号

特集

県内「カフェ併設の本屋」をご紹介します

P3-P5 本の世界をのぞいてみよう

- P1 ▶ 50号記念企画「あおばな」にかける思い
- P6 ▶ 医療の現場「心臓血管・心不全センター」
- P9 ▶ 淡海ふれあい通信「地域包括ケア病棟」
- P11 ▶ いきいき体操「ノルディックウォーキング」
- P12 ▶ あおばなトピックス「南草津健診センター」
- P13 ▶ あおばなインフォメーション
- P14 ▶ 近くのお医者さん

患者さんとのつながりを  
「あおばな」にかけの想い

患者さんと病院やその他の施設などをつなぐツールとして「あおばな」が誕生しました。過去の発行されたものを見ながら、広報課が当時を振り返ってみました。



当時の内容を見ると「かかりつけ医」や「医療の豆知識」など今でも変わらない人気企画が見られます。

## 2013年6月に第1号を発行!

利用されている患者さんやご家族さんをはじめ、多くの方に病院を身近に感じていただくために広報誌「あおばな」が発行されました。

### 4号 2013年9月掲載



2013年8月に認定された地域医療支援病院の説明をイラストを用いて分かりやすく紹介しました。

### 40号 2018年10月掲載



2018年5月に就任された、柏木会長・北野理事長からのメッセージを冒頭に掲載致しました。

### 43号 2019年4月掲載



●草津介護医療院開設  
●草津本陣事業所開設  
(草津市訪問看護ステーション本陣サテライト、草津市 草津地域包括支援センター)  
●粟東市 粟東西地域包括支援センター開設

誠光会関連施設が11に増えました。  
●誠光会ロゴマーク発表  
マークは頭文字の「S」をモチーフにデザインしました。また「S」の文字が人と人が手を取り合う感じも表現し、医療というイメージを抽象的に表現しました。

## 祝・50号!

この号で50号達成しました  
今まで「あおばな」を担当されていた先輩方に見守られながら50号を発行することとなりました。50号を記念したこだわりの表紙デザインに!

### 46号 2020年2月掲載



●健康管理センター移転・名称変更  
●南草津健診センター開設



### 2018年度発行



### 2016-17年度発行



2016年5月に表紙デザインが変わりました!

### 2015年発行



2013-15年までは毎月発行、2016年からは季刊誌(年4回)として発行してきました。

### 2014年発行



4月に表紙デザインが変わりました!

### 2013年発行



### 2019年度発行



4月・7月に表紙デザインが変わりました!

### 2020年度発行



### 46・49号 2020年2月・10月掲載

誠光会関連施設が14になりました。  
46号にD棟開設、49号では新病院「淡海ふれあい病院」を誌面でご紹介しました。  
●2020年1月D棟完成  
●2020年10月 淡海ふれあい病院開設



### 20号 2015年1月掲載

●草津総合病院  
2014年に誕生した草津総合病院マスコットキャラクターくさまるくんと病院のロゴマーク。2015年1月号でみなさんに発表いたしました。



### 13号 2014年6月掲載

2014年5月に就任された、柏木理事長と平野病院長を囲んで記念写真を表紙デザインにしました。



### 6号 2013年11月掲載

2012年4月に開校された草津看護専門学校を表紙デザインし、特集でも取り上げました。



# 心やすらぐ冬のひととき 本の世界をのぞいてみよう

「ブックカフェ」、「本と温泉」など、近年は本×○○の施設が増えています。手軽に読める電子書籍もいいですが、じっくり読むならあえて紙の本を選んでみては。手に伝わる紙のぬくもり、わくわくしながらページをめくる感覚を味わいながら、集中して本の世界に入り込むことができます。暖かな場所で、のんびりゆったり読書タイム。心の琴線にふれる一冊に巡り合えるかも。



じんかん  
今村 翔吾 / 講談社

大河ドラマ「麒麟がくる」にも登場する、松永久秀の半生が描かれた時代小説です。著者の今村翔吾さんは滋賀県在住で、「じんかん」の他にも「火喰鳥」「くらし屋稼業」など数々の人気作品を書かれ、今一番注目の時代小説作家さんです。



まんがでわかる  
自律神経の整え方  
小林 弘幸 / 色美堂 / イーストプレス

病気になるわけでもないのに何だかだるい、イライラする、不眠が続くなどということはありませんか。それは自律神経が乱れているのかもしれない。私自身も体調を崩してさまざまな不調に悩まされたとき、この本を読んで改善することができました。心身の不調に悩んでいる方、一度ご覧になってみてください。



推薦者 嶋林 徹  
Book house ひらがき  
草津市西渡川  
1丁目23-23  
エイスクエア専門店街  
[SARA]南館2F



「織細さん」の本  
武田 友紀 / 飛鳥新社

「まわりに機嫌の悪い人がいるだけで緊張する」、「相手が気を悪くすると思うと断れない」、「疲れやすく、ストレスが体調に出やすい」。こんな「織細さん」たちから、「人間関係も仕事も楽になった!」と大評判。予約殺到のHSP(とても敏感な人)専門カウンセラーが教える初めての「本」!今一番売れています。



2020年本屋大賞受賞作品  
流浪の月  
風良 ゆう / 東京創元社

著者は滋賀県出身の小説家。あなたと共に関することを、世界中の誰かが反対し、批判するはずだ。わたしを心配するからこそ、誰もがわたしの話に耳を傾けないだろう。再会するべきではなかったかもしれない男女がもう一度出会ったとき、運命は周囲の人を巻き込みながら疾走を始める。新しい人間関係への旅立ちを描き、実力派作家が遺憾なく本領を発揮した息をのむ傑作小説。



推薦者 八原 敦子  
TSUTAYA BOOKSTORE  
Oh!Me大津テラス店  
大津市打出浜  
14-30  
Oh!Me大津テラス2F

## ドクターのおすすめ本

わたしの  
おすすめ本

サイレント・ブレス  
南 杏子(医師) / 幻冬舎文庫



テーマは、終末期医療。「死」という重くてつらいテーマをやさしくわかりやすい物語で展開。訪問治療や終末期医療を通してさまざまな患者さんの死を経験し、さらに自分の父を看取ることで死を受け入れ、実践する過程を感動的に伝えていきます。随所に思慮深い言葉が散りばめられ、すべてが興味深く、楽しみながら、共鳴しながら時間を忘れて読破できます。草津総合病院で多くの末期がんの患者さん、独居引きこもりの患者さんを診てきました。セカンドキャリアとして自らが果たすべき役割を考えていた中、私が慢性期医療や訪問診療に取り組みきつかけになった本です。



平野 正満  
淡海ふれあい病院 院長  
一般・消化器外科

子どものころから本を読むのが大好きでした。本から楽しさや驚き、さらには別の世界を体験できたからです。医者になってから読書の機会は減りましたが、今でも週末になると図書館へ行き、気の向くまま文庫や情報誌などを読んで過ごしています。

私×本



「検屍官」シリーズ(1-24)  
バトリシア・コーンワール / 講談社

第1巻の「検屍官」は、1992年に出張先の書店で入手。最新の技術を駆使して捜査に加わっている検屍官ケイスカーベタにも魔の手が...エドガー賞 処女長編賞、CWA賞 最優秀処女長編賞を受賞、ミステリー界に「法医学」ブームを起す150万部のベストセラー。ほぼ毎年年末に出版され、2018年で24巻(世界累計で1億冊以上)。法医学には医学のみならず、化学、物理学、薬学など広範囲な知識が求められることを改めて実感しました。この本を読みながら、常に科学的な根拠に基づき、論理的な思考ができるよう、日々多くの知識を収集し、理解するよう心がけています。

横野 諭  
理事長特別補佐  
麻酔科

私×本

子どものころは「あしたのジョー」や「ゴルゴ13」などのコミックに夢中になり、中学生以降は吉川英治、山岡荘八、司馬遼太郎らの作品や海外作品も数多く読みました。最近、新聞の読書欄などを参考にしてアマゾンで買って読んでいます。

わたしの  
おすすめ本



この本は書店で偶然見つけ、興味を持ちました。禅宗の僧侶である著者と、現代に転生してきた中国古代の思想家「莊子」との問答がもしろい。「もしなければならぬ」と、心が忙しく休まる間がないとき、体を悪くしたときなど、生き方を考えるタイミングで読むと参考になる本。「そんなに頑張らなくてよい」、「あがままを受け入れる」というメッセージが伝わってきます。私自身、体調を崩したときに参考になり、考えさせられました。

わたしの  
おすすめ本

莊子と遊ぶ  
禅的思考の源流へ  
玄侑 宗久 / 筑摩選書



中村 文泰  
草津総合病院 院長補佐  
消化器内科 統括部長



以前から読書は好きな方です。中国古典、マーケティングやイノベーションに関する本などを好んで読んでいます。

私×本



「本の森を散歩」しよう  
カフェで読書タイム

JR草津駅前のショッピングモール、エイスクエア専門店街「SARA」内という便利な立地にある書店。明治期から地元根差す老舗店の店内は「大改造」！劇的ビフォーアフター」の匠によって設計され、「本の森を散歩」というテーマに合わせたアーチ型の小道が印象的。幅広いジャンルの書籍を取りそろえ、教科書や参考書類も豊富。児童書コーナーには絵本のほか知育玩具もラインナップ。  
併設のカフェでは、購入した本やカフェ内の本を自由に読むことができます。軽食やスイーツメニューもあり、たまには時間を忘れてのんびりブックカフェでくつろいでみては。



Book house ひらがき  
草津エイスクエア店



Book house ひらがき  
草津市西法川1丁目23-23  
エイスクエア専門店街「SARA」南館2F

●書店 10:00~22:00  
●ブックカフェ「The gut coffee & Books」  
11:00~17:30※時短営業をする場合があります。  
お一人様ワンオーダー。  
購入済の本、カフェ内に設置の本を自由に楽しむことができます。



ゆったりと  
読書を  
楽しむ  
ひととき



お気に入りの本を見つけたら、少しでも早く読んでみたい！そんな願いを叶えるブックカフェ。心地のいい音楽、たくさんの本に囲まれた居心地のいい空間で、飲み物を片手に本の世界へ。



TSUTAYA BOOKSTORE  
Oh!Me大津テラス店



TSUTAYA BOOKSTORE  
Oh!Me大津テラス店  
大津市打出浜14-30  
Oh!Me大津テラス2F

●書店 9:30~21:00  
●KEY'S CAFE 10:00~20:00  
(L.O.フード18:00 フード以外19:30)  
お一人様ワンオーダー。  
未購入の本の試し読み可。  
カフェメニューのほか、ランチもできます。



15万冊の本に囲まれた  
憩いの空間

Oh!Me 大津テラス2F、680坪もの広大なスペースで展開する生活提案型書店。コンセプトは、「Mother Lake Style」。滋賀のシンボルである琵琶湖の「自然」と都会的な「無機質」を調和させ、ダクトがむき出しになった天井にやわらかな和紙の照明がとけ込み、落ち着いた雰囲気。  
中央にあるKEY'S CAFEでは、香り豊かな珈琲を片手に興味を持った本に目を通す人々の姿が。未購入の本でも持ち込むことができ、まさに本好きの人のための癒しの空間。また豊かな暮らしを提案する雑貨も充実し、CDやDVD、コミックのレンタルも可。キッズスペースやクレープ店も併設し、週末は家族連れも多い。



# 医療の現場 #4

I want to know  
Medical scene

日本人の死因約1/3が心臓血管死。  
75歳以上の高齢者では癌よりも  
心不全による死亡率が高いです。

心臓は、体の隅々まで血液を送るポンプの働きをして、生命を維持するのに不可欠な役割をしています。握りこぶし位の小さな臓器ですが、1分間に約5Lの血液を、全身に送り出します。これは、1日にすると80,000L(一般的な浴槽40杯分)もの血液を、体の中で循環させていることになります。



心不全というのは、心臓が何らかの原因で弱り、体に必要な血液を十分に循環させられなくなり、血流が滞り、むくみや息切れを生じてくる状態です。

そして、だんだんと悪くなって、生命を縮めてしまう怖い病気です。  
生活している中で気になる症状を4つあげてみました。ご自身に当てはまるかチェックしてみてください。

## PICK UP

# 心臓血管・心不全センター

心臓は、生命を維持するのに不可欠な役割をしています。当院では多職種が専門チームを組み、患者さんの状態の共有と治療の方向性を毎週検討しています。

教えてくれる  
ドクターは...



心不全は、専門医の私にお任せください。

循環器内科  
院長代行

和田 厚幸  
日本心不全学会評議員  
日本高血圧学会専門医

## 気になる症状

以下の症状がある方は、心臓の治療を専門にしている循環器内科を受診されることをおすすめします。

### 息切れ 胸の重苦しさ

心臓が弱って肺の血流が滞り、血液がたまってくると息をするのがしんどくなります。最初は動いた時だけであった息切れも、病気が進むとじっと寝ていても息切れを生じるようになります。

### 動悸

心臓が弱ると、強く脈打ったり、激しく鼓動したり、脈が飛んだりするように感じられることがあります。

### むくみ 体重の増加

心臓が弱って血液をうまく循環させられなくなると、特に足などにむくみを生じ、数日で急に体重が2~3kg増加します。

### 食欲低下

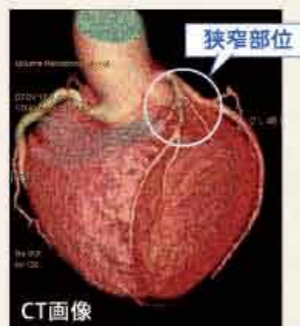
いつもだるく、疲れやすく、食欲が低下します。



## 「心不全」の原因に対する治療

### 手術治療

冠動脈の詰まり(虚血性心疾患)がある場合は、血管を拡げる治療を行います。(ステント治療)  
また心臓内の血流を調節するドア(弁)の異常があれば、手術治療も行います。



狭窄部位

CT画像

### 薬物治療

心臓を保護するお薬を内服します。症状が無いからと自己判断で止めてしまわないようにしましょう。これら以外にも、最近は新しいお薬が出ており、症状や予後の改善が期待されます。

レニン・アンジオテンシン系阻害薬  
アルドステロン拮抗薬

心臓に負荷をかけるアンジオテンシンⅡやアルドステロンという物質を抑え、心臓を守ります。

β遮断薬

心臓が過剰に働くのを抑え、心臓を休めるお薬です。不整脈にも有効です。

利尿剤

体に水分がたまるのを防ぐため、尿を出すお薬です。

### ステント治療



### 食事療法



塩分の多い食事をすると、むくみややすくなります。1日の塩分摂取は6~8g程度を目安にしましょう。心不全が進行すると、筋肉量が減り、骨折しやすくなり、寝たきりの原因にもなります。タンパク質を1日80g以上摂り、バランスの良い食事をこころがけましょう。当院では管理栄養士がおいしい食事メニューの提案や宅食サービスの相談にのります。

### 運動療法



歩行や自転車こぎ、体操といった軽い有酸素運動がおすすめです。息があがらない状態で、1日に10分間を2回程度続けてみてください。当院では、医師や理学療法士が個人にあった運動の方法や程度を提案します。

## 「心不全」の検査内容

心不全が疑われる時に、病院ではどのような検査を行うのでしょうか。



拡大した心臓

### 胸部レントゲン

心臓に血液がたまっていないか(心拡大)や、胸に水がたまっていないか(肺水腫、胸水)調べます。

### BNP(採血検査)

心臓に負担がかかると、心臓から出てくるホルモンです。正常は20pg/mL以下ですが、心臓が弱ると増加します。200pg/mLを越えると、きちんと治療をうけないと寿命を縮めることになります。



### 心臓エコー

心臓の大きさや動きを超音波を用いて調べます。じっと寝ているだけで検査ができますので、体に負担がかかりません。

#### PICK UP

●最新超音波診断 3Dスペクトルトラッキング法  
従来の2Dでは評価できなかった心臓全体の心筋機能の評価ができるようになりました。

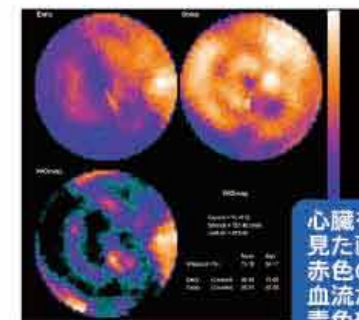
### 6分間歩行

6分間に30mの直線を往復して、どれくらい歩けるかを見る検査です。検査中は、血圧・脈拍・体内の酸素濃度をモニターします。若い元気な人は500m以上歩けますが、心臓が弱ってくると、歩行距離が短くなります。



### 心臓カテーテル検査

心臓に栄養を送る血管(冠動脈)が詰まってきて、心不全をきたしていることが疑われる場合に行います。必要に応じて心臓の血管を拡げる治療を行います。(ステント治療)



### 心筋シンチ

心臓に集まる放射性同位元素という薬品を注射して、心臓の写真を撮影します。心臓の筋肉の代謝や、心臓の血流が十分保たれているかを調べます。

心臓を下から見た画像  
赤色の部分は血流が良く  
青色部分は血流が悪い

## 当院ではより精密な検査が行えます

### CPX検査(心肺運動負荷試験)



心電図の電極を貼り、顔にマスクを着けた状態で血圧を測定しながら自転車をこぎます。心電図や心拍数の変化、不整脈の出現、血圧変動、連続呼気ガス分析装置によって集積された結果を解析し、全身の運動耐容能や心不全の程度を評価します。運動療法を行う際の指標になる検査です。

### FMD検査(血流依存性血管拡張反応検査)



超音波装置を使い「血管内皮機能」を調べる検査  
ベッドに横になり、腕にカフを巻いて5分間圧迫します。圧迫を解除すると血流が血管内皮を刺激して血管が拡張しますので、どれだけ拡張したかをエコーで観察し、血管内皮機能の低下(動脈硬化)を評価します。

曲 私たちは、多職種で患者さんの心臓を守ります

心不全は高齢の方に多く、他の病気も合併していることが多い病気です。当院で調べてみると、心不全患者さんの9割は糖尿病、高血圧、がん、腎臓の機能低下など、何らかの日常生活に支障をきたす病気を他にもつておられました。

病院で処方されたお薬を服用しているだけでは治療は完結しません。かといって、あれもだめ、これもだめといった制限ばかりでは長続きしないばかりか気持ちも滅入ってしまいます。生活習慣を整え、うまく病気と付き合っていくことが必要になります。



当院では毎週、医師、看護師、薬剤師、理学療法士、管理栄養士、医療ソーシャルワーカー、訪問看護師と多職種でチームを組み、患者さんの状態の共有と治療の方向性を相談しています。患者さんのライフスタイルにあった治療や療養を検討し提案することで、その人らしく日常生活を送っていただけるようにしています。



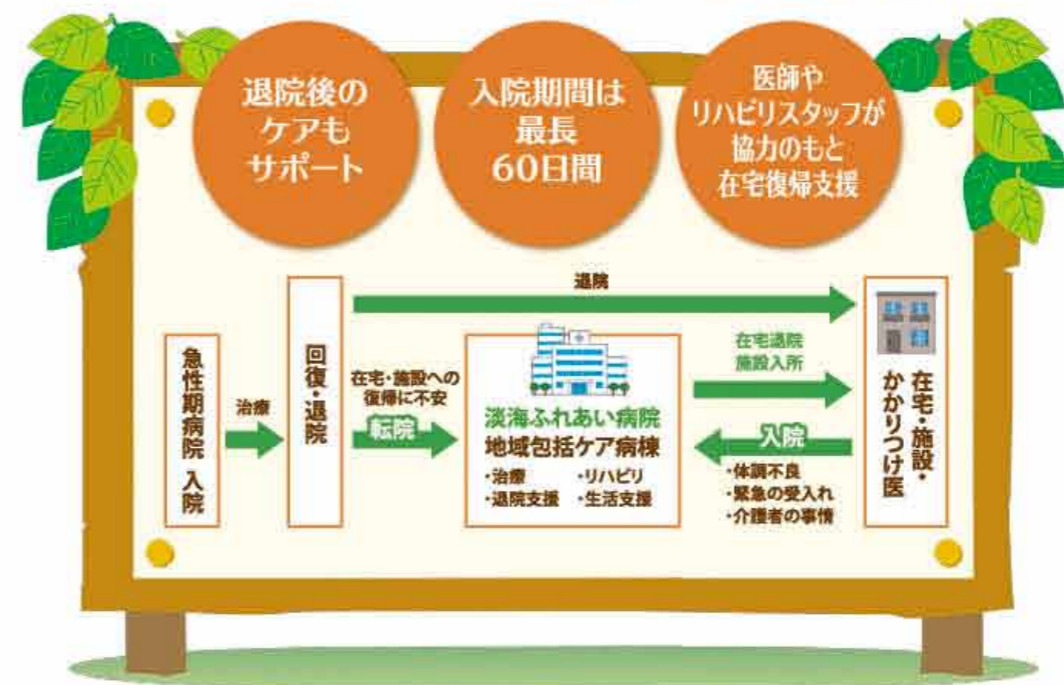
今回のテーマ

# 淡海ふれあい病院 地域包括ケア病棟

ベッド数  
**100床**  
滋賀最大

「ときどき入院、ほぼ在宅」  
地域に開かれた病棟を目指します

「地域包括ケア病棟」とは  
急な体調不良で入院が必要な患者さんや急性期治療を終え退院となったがすぐに自宅や施設での療養に不安がある患者さんに対して、在宅復帰に向けた診療・看護・リハビリテーションを行ない、安心して退院していただけるように支援する病棟です。



在宅復帰をスムーズに行うために「在宅復帰支援計画」に基づき、医師・看護師・専従リハビリスタッフ・医療福祉相談員などが協力して、効率的に在宅復帰支援を行います。入院期間は最長60日間の中で、患者さんの状態及び在宅サービスが整い次第退院となります。退院後のケアについてもサポートいたします。

PICK UP

## 在宅療養 バックアップ入院

レスバイト (readied) とは「小休止」「ひと休み」「息抜き」といった意味の英語です。

在宅療養バックアップ入院とは、経管栄養・喀痰吸引・血糖コントロールなど医療にかかる依存度が高く、介護保険などのサービスが利用しにくい在宅療養中の方に対して、かかりつけ医・訪問看護・ケアマネジャー等と連携し一定期間に限りご入院いただくものです。患者さんやそのご家族の心身が回復するようバックアップいたします。  
淡海ふれあい病院では介護者の休息のほか、病気、入院、出産、冠婚葬祭、旅行などで一時的に在宅療養が困難となる場合にもご家族を支援するため、入院の受け入れを行っております。

## 地域包括ケア病棟よりサービスのご案内



対象となる方  
下記の様な医療管理が必要で、介護保険などのサービスが利用困難な方  
●吸引 ●点滴 ●中心静脈 ●経管栄養(経鼻胃管・胃瘻) ●ストーマ ●酸素療法 ●気管切開 ●レスピレーター ●疼痛管理 ●透析

### 在宅療養バックアップ入院

こんな場合でも使っていただけます！

娘がもうすぐ出産。お手伝いに行くために、自宅介護中のお父さんに入院してもらい無事出産立ち合いができました！

日々の介護で少し疲れ気味。リフレッシュのために温泉旅行を考えているのでその間入院を利用しました。

急な入院にも対応していただき助かりました！



プロレスラー  
平野院長×藤波辰爾さん  
対談記事掲載



ビジネス雑誌『B.S.TIMES』の取材で、プロレスラー・タレントとして活躍する藤波辰爾氏が来院されました。

### Q どんな方を対象に受け入れられていますか？

- 入院治療後、もう少し経過観察が必要(急性期病院からの転院)
- 在宅復帰に向けて、リハビリテーションが必要
- 自宅に福祉用具の設置など在宅復帰の療養準備が必要
- かかりつけ医のご紹介・地域の施設からの入院
- 在宅療養中で一時的に入院が必要
- 施設入所申し込み中で在宅復帰に不安がある
- バックアップ入院を希望する方※左記をご覧ください。

具体的にどんな症状？

腰痛(器質的な異常がない)  
軽度な感染症(尿路感染症など)  
脱水/食欲不振  
一時的な高齢者の不調など

【例えば】  
・腰痛などで動けず、濃厚な治療ではなく、リハビリを目的とした方  
・高齢者の誤嚥性肺炎で、積極的な治療ではなく、点滴や抗生剤投与で経過観察できる方  
・食事摂取量が少なく、栄養補給や療養目的の方  
・老々介護で、介護者の都合(病気発症など)で一定期間入院を希望される方

### Q 入院期間はどのくらいまで？

● 地域包括ケア病棟に入院できる最大日数は60日となります。  
入院期間は、状態に応じて調整させていただきます。この期間内で治療やリハビリを行い、安心して退院いただけるよう、医師や看護師・リハビリスタッフ等がご支援させていただきます。



いきいき  
体操  
VOL.3

ノルディックウォーキング



今回教えて  
いただくスタッフは

社会福祉法人  
誠光福祉会 なぎさ介護士  
**伊藤 彰**  
健康運動実践指導者  
日本ノルディック  
ウォーキング協会  
ALインストラクター

北欧発のスポーツ  
「ノルディックウォーキング」を  
始めませんか

2本のポールを使って歩く、フィンランド生まれの「ノルディックウォーキング」が、今注目されています。クロスカントリースキーの選手が夏の間に行うトレーニングウォークをベースにした有酸素運動です。

ノルディックウォーキング最大の 特長

- ✓ ボールを使いながら歩くことで「体のバランスを保てる」「足腰への負担が軽減」されます。
- ✓ 上半身も使うため「全身運動になる」「肩や首のコリの解消」「肩甲骨の可動域の改善」に有効
- ✓ ボールの使い次第で、普通に歩くよりエネルギー消費量が平均20%もアップ!

高いエクササイズ効果が期待できます!

まずは  
こちら!

運動強度の違いによる基本の歩き方



運動強度:弱

片側を垂直につくと共に反対側は後足を横に沿え4点支持を基本とします。

運動強度:中

肘をやや伸ばし気味で、垂直にポールをつき、スタンスは広めにします。

運動強度:強

腕を前に出し、しっかりと肘を伸ばして斜めにポールをつきます。

準備するもの

- ボール2本
- 通常のウォーキング同様動きやすい服装
- 水分、タオルなど

足だけではなく腕でも歩く

胸の振りや腕の振りを使って歩きます。自分の足とストック、4本の足で進んでいくイメージです。「人生100年歩き続ける健康」を合言葉にノルディックウォーキングを始めてみてはどうでしょうか。目的によってポールの種類や体とポールの使い方、技術が異なります。スタートは必ずインストラクターから正しい使い方を学び健康づくりに活かしてください。

AOBANA TOPICS

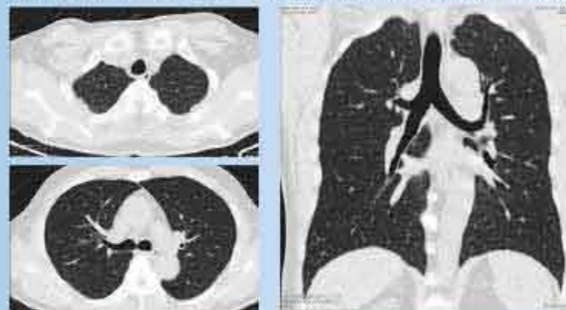
あおばなトピックス

南草津健診センターが  
肺がんCT検診認定機構の  
認定施設となりました。

肺がんは日本人のがん死亡原因第1位(男性第1位、女性第2位)早期発見が重要です!

肺がんは、他のがんと同様に早期に見出し治療することで、十分に治癒が期待できるがんです。しかし、これまで広く行われてきた「胸部レントゲン検査」では、心臓や血管、骨などと重なった小さながんや、早期のがんを見逃すことが多くあります。この弱点を克服するCT検診は、胸部レントゲン検査と比較して、数十倍から百倍もの被曝があり、検診としての利用には大きな問題点とされてきました。この弱点を克服するものが、「低線量肺がんCT検診」です。

胸部レントゲンと比べ、約1.3倍の低被曝でCT検診が可能



低線量

肺がんCT検診とは

CTの技術革新により、従来のCTの数十分の1の「低線量(被曝)」で、肺がん検診に必要な十分なCT画像を撮像できるようになりました。

当センターのCT被曝線量は、他社製CTの約1/2(アメリカ医学物理学会の推奨線量/2019年)



南草津健診センターでは「肺がんCT検診の精度」を保証いたします。当センターは、滋賀県で初めて、肺がんCT検診認定機構の認定施設となりました。全国で43施設のみが認定(2020年11月現在)され、滋賀県では当センターが唯一認定されています。認定されるには、「認定医師」および「認定技師」が在籍し、CT画像の画質や被曝線量はもとより、撮影や診断の体制、精度管理等についても評価されています。つまり、十分に条件を満たした施設のみが認定されるもので、「低線量肺がんCT検診の精度」を保証するものです。

社会福祉法人 誠光会  
南草津健診センター



ご希望の方【価格・詳細につきましては、ホームページをご覧ください。】

社会福祉法人 誠光会 南草津健診センター 〒525-0050 滋賀県草津市南草津2丁目3番地7号



ご予約・お問合せはこちら ☎ 0120-154-712 ☎ 077-599-1530

グループのご紹介  
Group introduction

社会福祉法人 誠光福祉会

理念 めくもりと心地よさのある施設  
~自分らしく安心して暮らせる場所~

お一人おひとりの尊厳を保ち、家庭的で豊かな暮らしを支え、ご利用者・ご家族が笑顔で、安心して生活ができるよう努めています。施設機能の充実と還元を図り、地域と共に歩み続けます。



えんゆうの郷 昨年、2号館完成(70床増床)  
〒525-0063 草津市南山田町761  
特別養護老人ホーム(長期入所)  
ショートステイ(短期入所)



なぎさ 〒525-0015 草津市集町260-1  
グループホーム(長期入所)  
デイサービスセンター(通所サービス)

# かかりつけ医をもちましょう

「かかりつけ医」は、患者さんやご家族の日常的な治療、健康管理を考えてくださる身近で気軽に相談できる地域のお医者さんです。草津総合病院では「かかりつけ医」との協力体制のもと、それぞれの診療分担を明確にして、患者さんの健康管理を地域全体で行い、安心して受診いただけるような地域医療連携を推進しています。



## 一般内科・消化器内科



### みつだ内科クリニック

滋賀県草津市野路4丁目4番1号  
(ウエルシア草津野路店敷地内)  
TEL.077-516-4386  
<http://www.medico-grp.co.jp/doctor/mitsuda/>



【南草津駅から徒歩10分、駐車場57台】当院は2020年3月の開院以来、一般内科から消化器領域の専門性の高い疾患まで幅広く取り組んでいます。特に消化器内視鏡専門医として最新鋭の機器を用いた胃カメラ・大腸カメラに力を入れ、ご希望であればとうとうと眠った状態での苦しくない検査や日帰り大腸ポリプ切除も行っており、同一日に胃・大腸内視鏡検査を実施することも可能です。診察・検査の予約はWEBやお電話でも受け付けています。



院長  
光田 憲彦

親切・丁寧・笑顔を絶やさず地域の皆様のかかりつけ医として全力を尽くしてまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
7:45~8:45 胃カメラ検査	○	○	×	○	○	○	×
8:45~12:00 大腸カメラ検査 外来診療	○	○	×	○	○	○	×
12:00~15:00 内科診療	○	○	×	○	○	○	×
17:00~20:00 胃カメラ検査 外来診療	○	○	×	○	○	×	×



## 耳鼻咽喉科



### しばやま耳鼻咽喉科クリニック

滋賀県大津市春日町 2-1  
COCOLAS大津202  
TEL.077-510-1201  
<http://shibayama-ent.jp/>



JR大津駅前すぐのタワーマンションの2階で開業しています。みみ・はな・のどに関することは、何でも乳幼児から高齢者まで診察しております。

耳鼻咽喉科一般、難聴(補聴器相談)、めまい、スギ花粉症やダニアレルギーに対する舌下免疫療法、アレルギー性鼻炎に対するレーザー手術や、睡眠時無呼吸症候群(CPAPによる治療)、嚥下障害の診察などを行っています。



院長  
柴山 将之

皆さまに安心して受診していただける地域の耳鼻咽喉科クリニックとして、どうぞお気軽にご相談ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	×	○	○
午後 17:00~20:00	○	○	○	×	○	×

※休診日:土曜日午後・木曜日・日曜日・祝祭日  
※新型コロナウイルス感染症のため診療時間を変更することがあります。



# あおばなインフォメーション AOBANA INFORMATION

## 新型コロナウイルス感染症対策に かかる寄附への御礼

新型コロナウイルスの感染が拡大する中、下記の方々より心温まるご寄附をいただきました。心から感謝し御礼申し上げます。ご寄附いただきました医療資源等は、有効に使用させていただきます。



プロゴルファー  
セキ・ユウテン様  
他にも多数の個人の方  
よりご寄附を  
いただきました。  
御礼申し上げます。

### 法人・団体などからの寄附

- MIOびわこ滋賀様
- ニシム電子工業株式会社様
- 株式会社井筒八ツ橋本舗様
- 滋賀ホップ株式会社様
- 株式会社セラマ様
- 草津電機株式会社様
- ニスコム株式会社様
- 株式会社乾登工業様
- 有限会社たくみ商会様
- 有限会社三王郡市開発様
- 宗教法人天台宗様
- 株式会社ホットスタッフ滋賀様
- 株式会社産産製作所様
- キョーリン製菓グループ工場株式会社 滋賀工場様
- 銀座に恋かわ 滋賀草津店様
- 株式会社トヨタレンタリース滋賀様
- 株式会社クリニコ様
- AGOLA様
- その他 (順不同)

New

## 制服変更のお知らせ

職員の  
投票で決定!

2月より職員のユニフォームが変更となります。スタッフ一同、気持ちも新たに更なるサービス向上に努めます。



上記以外の職種も変更となります。

## 2021年1月より 土曜日の外来診療 終了のお知らせ

今後、土曜日は救急体制の充実を図りながら、日曜日及び祝日と同様の救急対応となります。「かかりつけ医」からのご紹介は引き続き受け付けております。ご理解とご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

休診日/事前にチェックしましょう!  
土曜日・日曜日  
祝日・年末年始



## 巡回バス 新デザイン車両を導入



※従来より運行中のシルバー色車両も併用運行していますのでご乗車の際はご注意ください。



# 滋賀県クイズに挑戦しよう!



3枚の写真、実は滋賀県の有名スポット。全部わかるかな?



## 問題 1

### ヒント

標高1,100mから日本最大の湖「琵琶湖」を望む絶景スポットとして大好評の山頂展望施設。展望エリアには多くの人々が琵琶湖の景色を楽しんでいます。



## 問題 2

### ヒント

延長約2.4kmにわたるマキノ高原へのアプローチ道は四季折々に美しい景観で山々とも調和し、いつ訪れても人々を楽しませてくれます。



## 問題 3

### ヒント

まちづくりのシンボルでもあり時代劇のロケ地としても知られるお地です。風情と情緒ある町並みやウォーリス建築など徒歩圏内に無敵なスポットが。



滋賀県クイズの答えは、インフォメーションのコーナーに掲載しています。(本誌P13)

## 社会医療法人 誠光会



### 草津総合病院

〒525-8585  
滋賀県草津市矢橋町1660  
TEL.077-563-8866

病院をもっと身近に感じて  
いただくためにインスタや  
Facebookで情報発信しています!



### 淡海ふれあい病院

〒525-8585 滋賀県草津市矢橋町1629-5

TEL.077-516-2121

- ・草津介護医療院
- ・指定居宅介護支援事業所 ふれあい
- ・草津市在宅医療介護連携センター

TEL.077-516-2121

TEL.077-516-2347

TEL.077-516-2498

### 南草津健診センター

〒525-0050 滋賀県草津市南草津2丁目3番地7号

TEL.077-599-1530

### 介護老人保健施設 草津ケアセンター

〒525-0027 滋賀県草津市野村2丁目13番13号

TEL.077-567-1122

- ・指定居宅介護支援事業所 きらら
- ・草津ケアセンター 訪問介護ステーション
- ・草津市訪問看護ステーション

TEL.077-567-5177

TEL.077-567-5300

TEL.077-564-2228

### 本陣事業所

〒525-0034 滋賀県草津市草津3丁目9番14号

TEL.077-564-2228

- ・草津市訪問看護ステーション 本陣サテライト
- ・草津市 草津地域包括支援センター

TEL.077-561-8144

### 栗東市 栗東西地域包括支援センター

〒520-3024 滋賀県栗東市小柿1丁目10番10号 (ゆうあいの家) TEL.077-584-4121

### 草津看護専門学校

〒525-0066 滋賀県草津市矢橋町1824

TEL.077-516-2567