



## ごあいさつ

院長 貝嶋 光信

時の経つのは早いものでもう師走、年の暮れを迎えました。一年を振り返り皆様の心には何が思い浮かべられますでしょうか？ 私にはあの熊本大地震です。今年4月14日夜9時26分に熊本で震度7の大地震が発生しました。この地震も激しかったが、翌4月16日未明にさらに激しい地震が同地域を襲いました。



私の家の本家が熊本市内にあり、最初の地震から連絡を取っていましたが、家屋の一部が破壊され、足の踏み場も無い状態であったようです。10月に熊本を訪れる機会を得ましたが、熊本城の石垣、櫓、天守の被害はテレビで見ていた印象をはるかに凌ぐひどいものでした。

平成19年に公表された全国の地震調査予測地図によると、熊本地域はむしろ確率は低い値であったにも拘わらず今回の大地震です。今や日本各地どこで大地震が起こっても不思議ではありませんね。なんと世界で起こる地震の10%が日本で起こっており、過去5年間では単純平均3日に一回は震度4以上の地震が各地で起こっているそうです。

日頃の備え、もしも当地に地震が起こったときを想定した訓練が大切と思っています。さて、来年はどんな年になることでしょうか。世界はアメリカの新大統領トランプ氏を核とした激動渦巻く年が予想されます。先の読めない時代に入ったと感じています。みなさま良いお年をお迎え下さい。

## 年末年始のご案内

**年末年始の休診日は12月29日(木)～1月3日(火)**となっております。

患者様にはご迷惑をお掛けいたしますがご理解のほど、お願い申し上げます。

当院の救急当番日は**12月31日(土)、1月2日(月)**となっております。

※12月31日の当番は小児科を除きます。 ※救急の患者様は24時間随時対応致します。



## 冬季期間の正面玄関一部閉鎖のお知らせ

待合室への外気侵入を防ぐため、冬季期間中（概ね11月中旬から4月末迄）正面玄関の一部を封鎖させていただき、左側出入口をご利用いただけます。ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。





# 冬の感染症対策

## インフルエンザウイルス感染

恵み野病院 感染制御チーム  
感染管理認定看護師 嶋貴祐子

冬は空気が乾燥し鼻腔や気道粘膜の生体防御機能が低下したり、気温の低下などに体が順応できず体力を落としやすい季節です。この時期、気をつけたいのはインフルエンザウイルスによる感染症です。インフルエンザは、発熱、咳、くしゃみなどのかぜ様症状に加え、筋肉痛、関節痛などの全身症状を起こして発症します。感染力が非常に強く、学校や職場など、集団生活を行う場所を起点に感染が拡大することで問題となります。

では、インフルエンザに罹らないようにするためには、どのような対策が必要でしょうか？

まず知っておきたいのは、インフルエンザはどのようにして感染するかです。インフルエンザは、感染力が強く、感染者の咳やくしゃみなどの飛沫や、飛沫物に触れた手によって他の人へ伝播します。そのため、マスクの着用と手指衛生を行うことがインフルエンザ対策には重要です。



また、予防接種も重症化の予防には有効です。



「今年はインフルエンザ予防接種をしたから、インフルエンザには罹らない！」  
と、思われている方はいらっしゃいませんか？

地域で流行するインフルエンザにはA型とB型があり、毎年大なり小なりウイルスの変異が起こり、様々な系統が存在しています。予防接種は、その年に流行するインフルエンザウイルスの系統を予測し、複数系統を組み合わせて作られますが、様々な系統が存在するため『インフルエンザに罹らない』程の効果はありません。また、「去年インフルエンザに罹ったから大丈夫」「去年予防接種したらから今年は予防接種の必要はない」ということもありません。インフルエンザには、何度でも罹る可能性があり、毎年、重症化を予防できるよう流行期備える必要があるのです。

インフルエンザは、健康成人では、ほとんどの場合が自然に治癒しますが、時に肺炎、気管支炎、脳症、心筋炎、中耳炎などを併発して、重症化する事もあります。特に、心臓、腎臓、呼吸器に慢性疾患をお持ちの方や、血液疾患など免疫を低下させるような疾患をお持ちの方では特に注意が必要です。症状が遷延しやすく、体力や抵抗力が更に低下したところで、重症肺炎を合併することも少なくありません。

そのため、インフルエンザは予防が肝心です。

インフルエンザの流行に備えて、次のことに注意しましょう。

## 病院敷地内禁煙のお知らせ

平成20年7月1日より、当院の病院建物内および駐車場、通路を含む敷地内での喫煙は禁止となっております。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



## 1. 日常的に行うこと

### ・手指衛生

食事の前やトイレの後など日常的な手洗に加えて、通院や買い物、外出から戻った時など、必ず手指衛生を行いましょう。



手指衛生の方法には2つあります。1つは流水と石鹼による手洗いがあります。2つめは、アルコール消毒剤による擦式手指消毒です。

最近では病院や飲食店、スーパーなど様々な場所に手指消毒剤が設置されています。手洗いが行えない場合でも、手指消毒剤での代用が可能です。手指消毒剤も活用して下さい。

### ・咳エチケット



ご自身に咳症状がある場合は、マスクを着用しましょう。

マスクがない場合は、ティッシュで口元を覆い、咳やくしゃみが飛沫しないように注意しましょう。咳やくしゃみが手に付着した場合には、手洗いを行いましょう。

## 2. 流行期を前に準備しておきたいこと

### ・予防接種



インフルエンザ予防接種を行いましょう。予防接種後、インフルエンザに対する抵抗力を獲得するまで2～3週間を要します。余裕をもって準備しましょう。アレルギーのある方、加療中のご病気がある方など、病状によっては予防接種を受けられない場合もあります。主治医に相談して下さい。

インフルエンザ予防接種は、65歳以上の高齢者や、60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器に日常生活動作を極度に制限されるような障害をお持ちの方などを対象に定期接種を行っています。定期接種の時期、実施場所、費用などは、市町村によって異なります。詳しくはお住まいの市町村にご確認ください。

また、65歳以上の方には肺炎球菌ワクチンの接種もお勧めします。インフルエンザに肺炎を合併すると重症化することがあります。そのためインフルエンザの予防に加えて、肺炎の予防にも重要です。平成26年10月1日から、65歳以上の高齢者や、60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器に日常生活動作を極度に制限されるような障害をお持ちの方などを対象とした肺炎球菌ワクチンの定期接種が開始されています。定期接種の時期、実施場所など、詳しくはお住まいの市町村にご確認ください。



## 新駐車場についてのお知らせ

平成28年12月1日よりセントラルスポーツ跡地に患者様用駐車場を新設致しました。  
(一部の職員も利用いたしますがご了承下さい。)

また、従来からご利用頂いておりました西駐車場は12月1日より「職員専用」となりましたのでご了承頂きますようお願い申し上げます。



## 恵み野病診連携セミナー

11月30日(水) 19:00~恵庭RBパーク  
3階 視聴覚室にて恵み野病診連携セミナーが開催  
されました。約30名の参加がありました。

「 喘息 COPD ACOSの外来診療 」

講 師：医療法人社団潮陵会 医大前南4条内科  
院長 田中 裕士 先生  
座 長：医療法人社団 岡田内科小児科医院  
院長 岡田 宏満 先生



## 病院敷地内禁煙のお知らせ

平成20年7月1日より、当院の病院建物内および駐車場、通路を含む  
敷地内での喫煙は禁止となっております。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

