

思いやりと感性にあふれた医療で  
地域社会の信頼に応えよう



医療法人社団 昴会

# 日野記念病院

Hino memorial hospital



療養型(D)病棟で4月22日(水)  
「お花見会」が行われました

### 日野記念病院保育所園児の作品



テーマ「春」

## Contents

- 小児科
- 紫外線について
- 新しいドクターよりごあいさつ
- マムシが絶好調になる季節となりました
- 食中毒注意!! 原因の細菌やウイルスは食材や自分の手に・・・



### 日野祭 (日野町村井 馬見岡綿向神社)

【開催日】 5月2日(土) 宵祭、3日(日) 本祭

800年以上の歴史を持つ日野で最も大きなお祭り。宵祭は各町内で曳山が引き出され、ちょうちんに明かりを灯して夜遅くまで祭ばやしで祭り気分を盛り上げます。本祭はこの祭をとり仕切る神調社・神子等の渡御よりはじまり、お昼頃には十数基の曳山と神輿3基が神社境内に勢ぞろい。この日一日、日野の町は祭一色となります。



# 小 児 科

副院長 森 麻美

子どもの成長について気になることはありませんか？小児科では病気についてはもちろんですが、子どもの成長・発育についても気をつけて診察しています。成長・発育の異常から病気を発見することも多いからです。

ひとことに成長といっても、時期によって大きく変わります。生まれてすぐの赤ちゃんは約3kgから、たった3か月で2倍の約6kgに成長します。3歳くらいまでは成長に最も必要な要素は「栄養」です。たとえば、最近増えているのがビタミンD欠乏性くる病の乳幼児です。ビタミンDは魚やキノコ類などに多く含まれ、体内に取り込まれた後、日光を浴びることで活性型ビタミンDに変わります。そのため、最近の日本人の食事の肉食傾向や女性の美白志向が手伝って、母親のビタミンD欠乏が多く、母乳中のビタミンDが欠乏しやすい傾向にあります。ビタミンD欠乏性くる病ではO脚、X脚といった骨の変形、骨折、低身長などで気づかれます。ビタミンD補充や日光浴を十分行うことで骨の変形は治ります。成長に必要なものとしてカルシウム、リン、たんぱく質などが注目されがちですが、ごはん、パンなどの炭水化物も重要です。ふだんから小食でエネルギー摂取が少ない子ども身長が伸び悩んだりします。バランスの良い食事が大切です。

そのほか、生まれたときの赤ちゃんの体重、身長がお母さんのおなかの中にいた期間（妊娠週数）に対して小さい場合をSGA (small-for-gestational age) と呼びます。SGAの赤ちゃんも90%の子が2歳までにほかの子に成長が追いつきますが、約10%の子が追いつかず、小柄なまま大人になると考えられています。そのなかでも特に小さい子(-2.5SD以下の身長)は成長ホルモンの治療の適応があります。

つぎに5～6歳以降の成長には栄養に加えて、成長ホルモン、甲状腺ホルモンなどの影響が大きくなります。成長ホルモン、甲状腺ホルモンは骨の成長、体の代謝に関わるホルモンです。不足すると身長の伸びが悪くなります。逆に多すぎると過成長を起こします。身長の伸びすぎや動悸、倦怠感などから子どものパセドウ病（甲状腺機能亢進症）が見つかることがあります。

つぎに、男の子は9～14歳、女の子は8歳～13歳ごろから思春期の発育が始まります。そのころから身長がぐんぐん伸びます。時期は人によって違いますが、早すぎる場合を思春期早発症とって早く成熟してかえって背が低く止まってしまう場合があります。

小児科ではこれらの成長に関わる診察・検査・治療を行っています。成長・発育について気になる場合は母子手帳、幼稚園、学校での身体測定の記録を持参してご相談ください。

## 低身長の目安

年齢	低身長の目安	低身長の目安	1年間の伸びの目安	1年間の伸びの目安
	男子 (-2SD)	女子 (-2SD)	男子 (-1.5SD)	女子 (-1.5SD)
3歳0ヶ月	86.4cm	85.5cm	6.4cm	6.3cm
3歳6ヶ月	89.5cm	88.8cm	6.0cm	6.0cm
4歳0ヶ月	92.5cm	91.9cm	5.8cm	5.8cm
4歳6ヶ月	95.3cm	94.8cm	5.4cm	5.6cm
5歳0ヶ月	98.1cm	97.7cm	5.1cm	5.4cm
5歳6ヶ月	100.9cm	100.6cm	4.9cm	5.2cm
6歳0ヶ月	103.8cm	103.4cm	4.6cm	5.1cm
6歳6ヶ月	106.8cm	106.1cm	4.5cm	6.6cm
7歳0ヶ月	109.5cm	108.8cm	4.6cm	4.6cm
7歳6ヶ月	112.2cm	111.4cm	4.5cm	4.4cm
8歳0ヶ月	114.7cm	113.9cm	4.4cm	4.3cm
8歳6ヶ月	117.2cm	116.4cm	4.3cm	4.1cm
9歳0ヶ月	119.7cm	118.8cm	4.1cm	4.2cm
9歳6ヶ月	122.1cm	121.2cm	4.0cm	4.4cm
10歳0ヶ月	124.5cm	123.9cm	3.9cm	5.2cm
10歳6ヶ月	126.8cm	126.7cm	4.0cm	6.0cm
11歳0ヶ月	128.9cm	130.2cm	4.1cm	6.7cm
11歳6ヶ月	131.0cm	133.8cm	4.5cm	6.1cm
12歳0ヶ月	133.9cm	137.0cm	5.5cm	4.5cm

2005年3月厚生労働省告示第23号より作成

次の場合に低身長である可能性があります。（あてはまっても心配ないケースもあります。）

- ①身長が同性同年齢の子どもと比べて-2SD以下の場合
- ②1年間の身長の成長速度が2年続けて-1.5SD以下の場合  
（\*SD（標準偏差）とは子どもの身長のばらつきの程度を示しています。身長が+2SDと-2SDの間に95%の子どもの身長が入るため-2SD以下の身長を低身長としています。）

## 紫外線について

形成外科医長 葉山 佐和子



1年の中でも特に紫外線の強い時期がこの5月から9月にかけてです。紫外線を浴びすぎると健康影響があることが広く知られてきました。細胞を傷害する働きにより日焼けをはじめ皮膚ガン・皮膚腫瘍・白内障といったものから、最近はしみ・しわ・たるみの原因としても注目されています。悪いことばかり強調されがちですが、一方で紫外線は重要な役割もあります。それはビタミンDの合成です。ビタミンDの効果について細かいことは紙面の都合で省きますが、種々の病気の予防、高齢者の転倒予防に役立つと報告されています。食事から摂取することがまず重要ですが、日陰で30分間程度過ごすことも有効とされています。それでも特にこの時期は日常生活を送る上で防御が必要です。①外出は紫外線の強い時間帯を避ける（朝10時から14時の間で1日の約60%を占めます）②日傘や帽子、サングラス、長袖など衣服で覆う③日焼け止めクリームを使用するといったことが取り入れやすいと思います。また肌本来に備わっている抗酸化物質やビタミンAなどの防御機構を働かせることも重要です。当院では肌の不足した抗酸化物質やビタミンAをイオン導入で肌にストックする治療を行っています。肌の抗老化・健康にお勧めの治療です。

1年の中でも特に紫外線の強い時期がこの5月から9月にかけてです。紫外線を浴びすぎると健康影響があることが広く知られてきました。細胞を傷害する働きにより日焼けをはじめ皮膚ガン・皮膚腫瘍・白内障といったものから、最近はしみ・しわ・たるみの原因としても注目されています。悪いことばかり強調されがちですが、一方で紫外線は重要な役割もあります。それはビタミンDの合成です。ビタミンDの効果について細かいことは紙面の都合で省きますが、種々の病気の予防、高齢者の転倒予防に役立つと報告されています。食事から摂取することがまず重要ですが、日陰で30分間程度過ごすことも有効とされています。それでも特にこの時期は日常生活を送る上で防御が必要です。①外出は紫外線の強い時間帯を避ける（朝10時から14時の間で1日の約60%を占めます）②日傘や帽子、サングラス、長袖など衣服で覆う③日焼け止めクリームを使用するといったことが取り入れやすいと思います。また肌本来に備わっている抗酸化物質やビタミンAなどの防御機構を働かせることも重要です。当院では肌の不足した抗酸化物質やビタミンAをイオン導入で肌にストックする治療を行っています。肌の抗老化・健康にお勧めの治療です。

# 新しいドクターよりごあいさつ



にしかわ ぜんかい  
西川 全海

## 泌尿器科医師

4年前に日野記念病院を退職し、その後は草津総合病院に勤務していましたが、ご縁があり、再度日野記念病院にお世話になることになりました。西川です。「痛みが少なく、侵襲性は低く、そして安全性と確実性が高い泌尿器科診療の提供」、に精進いたします。



すぎもと けんち  
杉本 健悟

## 小児科医師

はじめまして、この4月から小児科に赴任した杉本です。地域の方々から信頼され、小児医療に貢献できるよう努力したいと思っていますので、宜しくお願いします。体がだるくて朝起きるのが辛い、頭痛で悩まされている、など不定愁訴を訴えるお子さんの中に治療可能な方がいますので、ご気軽にご相談ください。



はやま さわこ  
葉山佐和子

## 形成外科医師

4月より再赴任致しました葉山佐和子です。手術や手術以外での方法など患者さんに理解して治療に専念していただけるよう取り組んで参ります。美容診療につきましては大変予約が取りにくい状況が続いておりましたが予約枠を増加させております。ぜひご相談ください。

## マムシが絶好調になる季節となりました

外科部長 東田 宏明

マムシは日本のあらゆる場所に生息し、気をつけなければいけません。マムシの毒はハブより強く、日本では、毒蛇に咬まれ死亡する人のほとんどがマムシによるものです。年間約10人ほどが命を落としています。

マムシの特徴は、右の写真のようにずんぐりした体と三角頭、そして銭形模様とよばれる独特の丸い模様です。まずは特徴を覚え、近づかないことです。

しかし、万が一にも咬まれた場合にはできるだけ早く病院で治療を受ける必要があります。応急処置としては、以前は傷口近くを縛る、傷口を切るなどありましたが、あまり効果はありません。まずは「あわてない」ことです。「毒がまわる」のはそれほど速くないので落ち着いてお問い合わせの上、病院に来てください。咬まれた後、明らかな症状がなくても3～4時間後に重篤な状態になる場合があります。夜間や草むらなどに何に咬まれたかわからない場合もまずは診察を受けましょう。



## 食中毒注意!! 原因の細菌やウイルスは食材や自分の手に・・・

管理栄養士主任 中西 雅子

細菌やウイルスは目に見えないため、どこにいるか分かりません。肉や魚などの食材には、細菌やウイルスが付着しているものと考えましょう。また、自分の手にも、細菌やウイルスが付着していることがあり、手を洗わずに食材や食器などを触ると、手を介して付着するので特に注意が必要です。キッチンも、細菌やウイルスがまったくいないとは限らず、スポンジやふきん、シンク、まな板などは、細菌やウイルスが付着したり増殖したりしやすい場所です。





# 医療法人社団 昂会

SUBARUKAI MEDICAL GROUP

思いやりと感性にあふれた医療で  
地域社会の信頼に応えよう



## 日野記念病院

各病医院と連携をとるとともに、22の診療科を標榜することにより、地域密着完結型医療を目指しております。

〒529-1642  
滋賀県蒲生郡日野町上野田200-1  
TEL (0748) 53-1201  
FAX (0748) 53-1455  
ホームページアドレス  
<http://www.hino-hp.jp/>



## 湖東記念病院

地域の病院、医院との連携を深め、住民の方々が安心して利用して頂ける病院づくりに努めています。

〒527-0134  
滋賀県東近江市平松町2番地1  
TEL (0749) 45-5000  
FAX (0749) 45-5001  
ホームページアドレス  
<http://www.koto-hp.jp/>



## 東近江市立能登川病院

東近江市の西の玄関であるJR 能登川駅から近く、古くから親しまれた病院として近隣の診療所、病院と連携し、地域密着型の医療に貢献します。

〒521-1223  
滋賀県東近江市猪子町191  
TEL (0748) 42-1333  
FAX (0748) 42-6571  
ホームページアドレス  
<http://notogawa-hp.shiga.jp/>



## 介護老人保健施設リスタあすなる

看護・介護・リハビリテーション、その他必要な医療ケアで、家庭に復帰していただく支援をする施設です。

〒529-1642  
滋賀県蒲生郡日野町上野田246番地  
TEL (0748) 52-6000  
FAX (0748) 52-6003  
ホームページアドレス  
[http://www.subarukai.jp/cms\\_asunaro/](http://www.subarukai.jp/cms_asunaro/)



## 訪問看護ステーションひの

住み慣れた地域で快適な療養生活が送れるよう、ご自宅に看護師がうかがい、看護ケアを提供いたします。

〒527-1601  
滋賀県蒲生郡日野町大字松尾988-1  
TEL (0748) 52-8161  
FAX (0748) 52-8162  
ホームページアドレス  
<http://www.subarukai.jp/sthino/>

機関誌のバックナンバー(過去号)は、ホームページに掲載していますので、是非ご覧ください。



## 日野記念病院への交通アクセス

### 車でお越しの場合

#### 〈八日市ICより〉

- 名神八日市ICより国道421号を約2km東進、御園交差点を右折し国道307号を約9km南進、日野記念病院前交差点を右折(20分)

#### 〈蒲生スマートICより〉

- 蒲生スマートICを出て左折し約8km南進、三十坪地先の突き当たりを左折し国道477号線を約3km東進、松尾北交差点を右折、国道307号線日野記念病院前交差点を右折(15分)

### 電車・バスでお越しの場合

- JR近江八幡駅から、近江バス「北畑行き」で日野高校前下車、徒歩5分(45分)
- JR貴生川駅から近江鉄道に乗り換え、日野駅下車、近江バス「北畑行き」で日野高校前下車、徒歩5分(30分)
- 近江鉄道日野駅からタクシーで5分

