

## 進行する放射第32号線(押上)の道路拡幅整備

~ 四ツ目通り ~

副院長 中村 滋

中村病院からスカイツリーに至る道の拡幅計画が進行しています。京島交差点から押上三丁目までの860mの区間で道の両側が拡がるそうで、11月から曳舟小学校の部分の工事も始まりました。東京都が平成24年に策定した"首都直下地震の切迫性等を踏まえ、木造住宅密集地域の改善

を図るための「木密地域不燃化10年プロジェクト」"の方針に基づいてこの区間の整備が進められているとのことです。

昭和42年当院から押上方向を望むと(写真1)、高いのは銭湯の煙突だけ、人も車ものんびりしている感じです。スカイツリー建築中の平成22年6月(写真2)には高いビルが散見されるようになりましたが、押上までの道はずっと変化せずにきました。スカイツリーが出来上がって9年(写真3)、道路の両側には拡幅用のスペースが目立つようになってきました。計画によると、50年以上変わらなかった道が、道路幅6m、歩道2.5m(計11m)から、道路幅9.5m、歩道+自転車道3.25m+2m(計20m)と広く

なり、電柱類は地中に埋没されるとのことです。火災の時には大規模な市街地火災を防ぎ、震災の時には安全な避難路が確保され、救助・救援活動が円滑になります。電柱の倒壊もなくなり、平時は良好な都市景観が期待されています。

新型コロナウィルスの対応で大変な1年になっていますが、時代は確実に動いていると感じます。計画進行には多くの困難と苦労があり、関係者の心労は現在も続いているかと思いますが、ウィルスにも災害にも負けないよりよい街・よい地域にしていけるように皆様と応援し努力していきたいと考えています。



写真1 昭和42年



写真 2 平成22年6月



写真3 令和2年11月

### 【理念】

誠心を持って医業を行い、 常に医術の向上をはかり、 誠実に実行します。

### 【基本方針】

心暖まる医療・看護を目指し、 患者さんの健康の回復に努力し、 地域の住民の方々に奉仕します。 これを誠実に実行することを 我々の喜びと致します。

- ①地域の医院・診療所との連携を 密にし、24時間診療体制をとって います。
- ②生活習慣病の予防及び地元企業に働く人々の健康管理に専門的な見地から寄与します。





守ろう基本 "三蜜を避け マスク 手洗い"



杂症对策実施

## 中村病院の感染対策あれこれ

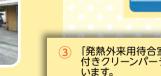
「入り口の検温装置」。 ご協力お願いいたします。



「発熱外来用待合室」通常の患者さんと 発熱患者さんのルートを分けています。



「発熱外来用待合室の中」HEPA フィルター 付きクリーンパーテーションで換気されて います。



「発熱外来用診察室」 陰圧クリーンブース を設置しています。



(5) 「採痰ブース」 周りに飛散 することなく自分で検体を 採取することができます。



「職員食堂」感染対策の ためアクリル板を設置 しました。



「リモート会議中の院長先生」 医師会などの外部の会議には このように参加しています。







## お家でできるストレッチ パート田

現在コロナの影響により在宅時間が増え、運動の機会が減少しているかと思います。 そこで今回は、タオルを使用し座ってできるストレッチをご紹介します。

硬くなった筋肉をゆっくり伸ばすことで、血流の改善を促し冷えやむくみ、ケガの防止にもつ ながります。

痛みがある場合は無理せず中断し、できるところまでゆっくり行ってください。 ぜひ、家に居る時間を活用し、コロナに負けない身体作りをしていきましょう!

### 【眉回りのストレッチ】



①タオルの端と端っこを もって上にもちあげま す。このときできるだ け、タオルを緩ませな いようにピンと持つの がポイントです。



②頭の後ろを诵るようにゆっく り下げます。この時頭は動か さないようにしましょう。 左右の肩甲骨を寄せるように 意識しましょう。 ゆっくり呼吸をしながら10往 復行います。

### 【ふくらはぎ、太もも裏のストレッチ】



①ストレッチする方の脚 の爪先を立てた状態 で前にだします。 この時膝が軽く曲 がっていても問題あり ません。



②タオルを爪先にひっかけて、 ゆっくり手前に引いていきま 同時に身体を前方に倒してい きますが、背中が丸くならな

いように注意しましょう。 息を止めずに、気持ち良い所 で止めて30秒から50秒ほど 伸ばしてみましょう。

# 4、14/11/4、14/11/4 お手軽しらじ。サバ缶のアクアパッツァ



アクアパッツァは魚介類をトマト とオリーブオイルなどとともに煮 込んだナポリ料理です。サバ缶を 使ってお手軽に作ってみました。

### 材料(2人分)

- ・鯖の水煮缶 ……… 2缶 ・おろしにんにく …… 少々
- ・ミニトマト … 10個くらい
- · 干葱 ...... 1個
- ・しめじ ...... 1/2株
- •塩 ...... 少々
- ・こしょう ……… 少々
- ・オリーブオイル … 大さじ2
- ・イタリアンパセリ …… 適量

### 作り方

- ①しめじは、石づきを切り落としほぐします。玉葱 は薄切りにします。
  - ミニトマトのへたを取り、半分にカットします。
- ②フライパンにオリーブオイルを入れ、火をつけて からおろしにんにくを香りがするまで炒めます。
- ・料理酒 ………… 大さじ2 ③にんにくの香りが出てきたら、玉葱、しめじ、ミニ トマト、サバ缶を汁ごと入れます。
  - ④酒を加え、ふたをして弱火で10分間煮込みます。
  - ⑤塩、こしょうで味をととのえ、皿に盛りつけます。
  - ⑥イタリアンパセリを散らしたら完成です。

### ちょっと知りたい 検査の話 File.12 新型コロナウイルスの検査

新型コロナウイルスの検査には、PCR検査、抗原検査、抗体検査の3種類があります。

### 新型コロナウイルスの主な検査の特徴

検査名	検査目的	検出するもの	採取部位	精度	所要時間
PCR	現在の感染	ウイルスの遺伝子配列	鼻、喉の粘膜、唾液	正しく判定する 確率は6~9割	数時間から1日
抗原	現在の感染	ウイルスのたんぱく質	鼻、喉の粘膜、唾液	PCRより劣る	30分くらい
抗体	過去の感染	ウイルスを攻撃する抗体	血液	定まっていない	10分くらい

いずれの検査でも病原体が検出された場合その時点での感染が確定されます。

当院の発熱外来では、症状がある方にはまず抗原検査を実施し、症状が無い濃厚接触者の方にはPCR検査 を実施するなど、使い分けをしております。

## 応援メッセージ受け取りました



第三寺島小学校・曳舟小学校の生 徒さんたちから、暖かいメッセージ を頂きました。

病院の食堂に掲示させていただき ました。ありがとうございました。 これからも頑張ります。











## 医療法人社団仁寿会

## 救急・労災指定



(受付8:00~12:00) 13:30~17:00 (受付13:00~16:30)

※水曜日のみ上記に加え 18:00~19:00 (受付17:50~19:00)



科外 科 皮 呼吸器内科 消化器外科 泌 尿器科 循環器内科 肛門外科 リハビリテーション科 胃腸内科整形外科麻

神経内科 脳神経外科 ペインクリニック内科 形成外科

休診日●日曜·祝日·創立記念日(3月1日) ※但し急患の場合は、随時受け付けます。

〒131-0041 墨田区八広2-1-1 TEL **3612-7131**(代)

-ジアドレス http://www.iinjukai.or.jp/

当院は日本医療機能評価機構認定病院です





当院の院長先生が11月に古希を迎えられました。

記念に、いつもの朝会(毎朝、各所属長が集まります) の後、会議室で記念写真を撮りました。

これからもみんなで協力し、元気に診療を続けていきた いと思います。

