



たんぽぽメール

第142号

社会医療法人貞仁会 新札幌ひばりが丘病院 2026年1月



【さっぽろ雪まつり すすきの会場】

雪まつり期間中は“すすきの会場”として、「氷を楽しむ」をテーマに約60基の氷像が立ち並びます。夜はライトアップされた氷像が幻想的な美しさで、世界中から訪れる観光客を魅了します。今年のさっぽろ雪まつりは2月4日（水）～11日（水・祝）で開催予定です。

《目次》

- ◆ 冬の感染症にご注意を —インフルエンザについて—
- ◆ Dr 村井の“漢方こぼなし②” —インフルエンザ—
- ◆ 職場体験学習 ～北野台中学校～
- ◆ インスタグラム始めました
- ◆ あんさんぶる保育園のみなさんからメッセージカード
- ◆ 緩和ケア病棟イベント紹介 ♪歌のコンサート♪



社会医療法人 貞仁会

新札幌ひばりが丘病院

理事長 高橋 大賀 / 院長 田村 文雄

内科・消化器内科・循環器内科・緩和ケア内科・老年内科・漢方内科・整形外科
循環器外科・リハビリテーション科

〒004-0053 札幌市厚別区厚別中央3条2丁目12番1号

TEL 011-894-7070 / FAX 011-894-7657

<https://www.shin-hibarigaoka.jp>

冬の感染症にご注意を インフルエンザについて



インフルエンザは発熱や咳、喉の痛みのほか、体のだるさや食欲不振が見られることがあります。

ご高齢の方では、症状がはつきり出ないこともあり注意が必要です。

肺炎などの合併症を防ぐためにも、日頃からの予防(手洗い・手指消毒・マスク着用など)と、早めの受診が大切です。

予防について

たんぽぽ新聞

2026 年

第 142 冬

インフルエンザの治療

インフルエンザの治療薬には、飲み薬(内服薬)と吸入薬、注射の三種類があります。

・飲み薬は服用しやすい一方で、使用により耐性が生じ、薬が効きにくくなる可能性があります。

・吸入薬は耐性の心配が少ない一方で、正しく吸入できるかどうかが選択のポイントになります。

(一般的に小学生以上は吸入可能と判断されます。)



治療薬について

- ・タミフル(オセルタミビル)(内服)(当院採用)・・・1日2回、5日間服用
- ・リレンザ(吸入)・・・・・・・・・・・・・・1日2回、1回に2吸入、5日間吸入
- ・イナビル(吸入)(当院採用)・・・・・・・・・・・・・・1回に4回吸入、1日で治療が完了
(10歳未満は1回に2吸入)
- ・ゾフルーザ(内服)(当院採用)・・・・・・・・・・・・・・1回2錠のみ服用、1日で治療が完了
(体重80kg以上の方は:4錠)
- ・ラピアクタ注(注射)(当院採用)・・・・・・・・・・・・・・単回点滴静注(1日で治療が完了)

最後に

お薬は自己判断でやめず、医師の指示どおりに使いましょう。
わからないことや不安があれば、医師や薬剤師に遠慮なく相談してください。





Dr 村井の 漢方こぼなし②



－ インフルエンザ －

今年の冬はインフルエンザが例年以上に猛威をふるっており、学級閉鎖のニュースも耳にします。20 年ほど前にタミフルやリレンザといった特効薬が登場して以降、これらが広く使われるようになりましたが、場合によっては現在でも麻黄湯(まおうとう)などの漢方薬が用いられます。

麻黄湯はとても歴史のある漢方薬で、今から約 1,800 年前に中国で書かれた『傷寒論(しょうかんろん)』に記載されています。当時、中国は後漢時代で曹操や劉備など三国志の英雄たちが活躍し、日本は弥生時代で邪馬台国の卑弥呼が治めていたとされる時代です。

『傷寒論』には、麻黄湯は「頭痛発熱」「骨節疼痛」「悪風」を治すと書かれています。これは、私たちがインフルエンザで経験する「頭痛」「発熱」「体の節々の痛み」「寒気」とよく似ていますね。

漢方薬をインフルエンザなど発熱時に効かせるコツは、体を温め、安静にすることです。そのため、1 包を 100ml ほどのお湯で溶かして服用し、布団にくるまって休むとよいでしょう。すると、1～2 回服用するだけで、じんわりと汗をかき、体が楽になってくることもあります。

このように、悠久の歴史を誇る漢方薬が今でも受け継がれ、使われ続けているのは、とても不思議な感じがしませんか。漢方薬にはさまざまな種類があり、症状に応じて麻黄湯以外の薬を使うこともあります。インフルエンザに限らず、漢方にご興味のある方は、ぜひ「漢方外来」を受診してみてください(予約制です)。



北野台中学校 職場体験

北野台中学校の学生 3 名が来院し、医療の現場を体験しました。生徒たちは実際の看護師から院内の見学や簡単な業務補助を行い、普段は見ることのできない病院の仕事に真剣に耳を傾けていました。患者さんへの接し方や看護師の仕事の重要性について話を聞き、実際のケアの様子も見学しました。

Instagram 始めました！

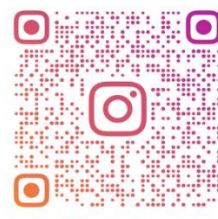
いいね大歓迎！

Follow us ➡

病院インフォメーション / イベント風景(病棟レク・健康教室など)

同一法人施設情報 etc 投稿していきます！

是非フォローをよろしくお願い致します。



TEIJINKAI_SHINSAPPORO

「teijinkai_shinsapporo」でも検索できます！



あんさんぶる保育園のみなさんからのメッセージカード



あんさんぶる保育園のみなさんが
メッセージカードを持って
病院にきてくれました。

院内に掲示し、患者さんやご家族にも
ご覧いただいています。
ありがとうございました。



緩和ケア病棟で歌のコンサートを開催



緩和ケア病棟で毎年恒例になっている
歌のコンサートを開催しました。



ピアノ演奏は当院緩和ケア病棟の看護師が担当しました。



患者さんやご家族、スタッフが
音楽を楽しむ時間となりました。
ご協力いただいた皆さま
ありがとうございました。

