

東北労災病院広報誌

DAINOHARA

だいのはら

夏号
2025

特集

食中毒について



目次

特集 消化器内科「知っておきたい！食中毒・感染性胃腸炎」……	2
「おなかのヘルニアセンター」を開設しました ……	4
部署紹介 外来 ……	5
看護師募集のご案内 ……	6
健康コラム 「良く見える眼鏡は良い眼鏡？」 ……	7
栄養コラム 「夏に気をつけたい食中毒予防」 ……	7
Information ……	8



ご自由にお取りください

知っておきたい！食中毒・感染性胃腸炎

消化器内科医師 白木 学



食中毒とは？

食中毒は、食品や添加物などに起因する様々な健康被害の総称です。魚介類のヒスタミンによるじんましんや、フグ、ドクゼリなどの自然毒による嘔吐・下痢・意識障害なども食中毒に含まれます。

主な原因は細菌とウイルスで（図 1）、その中でも食品中で増殖した細菌が産生した毒素を食品とともに摂取して起こす食中毒を毒素型食中毒といいます。毒素型食中毒は、潜伏期間が短く、30 分程度で嘔吐や下痢などの症状が現れます。重症度は様々で、治療を必要としないものから致命的なものまであります。

図1

▶こんな症状があったら受診してください

- ☐ 発熱、顔面紅潮、じんましん
- ☐ しびれ、めまい
- ☐ 嘔吐、下痢、腹痛など

感染性胃腸炎とは？

感染性胃腸炎は、細菌、ウイルスなどの病原微生物が腸管内で増殖して発症する疾患で、食中毒の内、感染型食中毒もその一つです。ペットとの接触や感染者の嘔吐物からの飛沫による感染によるものもあります。宮城県では冬にノロウイルスによるピークがあり、春から初夏にはロタウイルスによるなだらかなピーク、夏には感染型食中毒による小さなピークが見られます（図 2）。

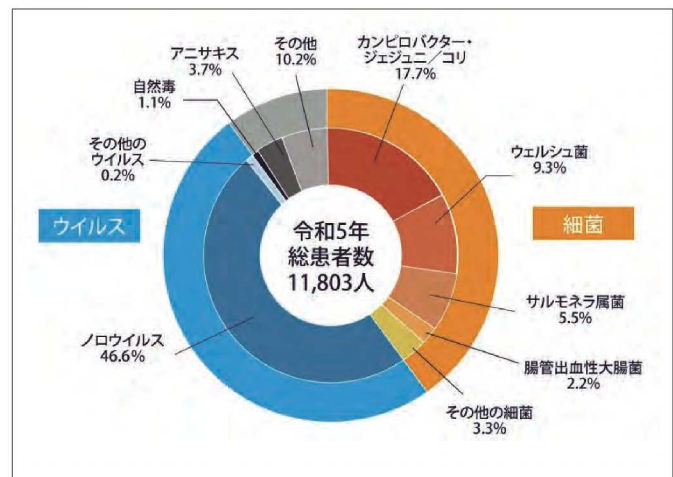
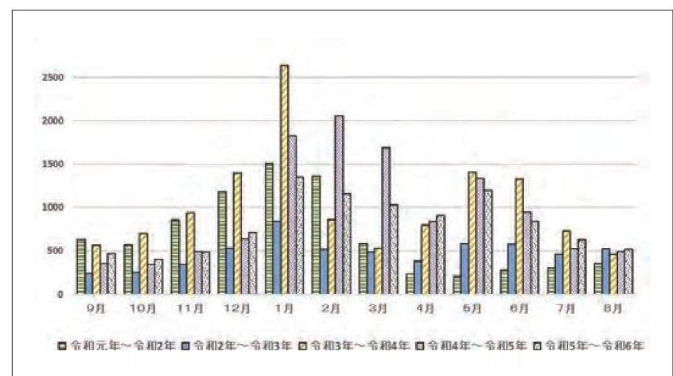


図2



感染性胃腸炎は、病原微生物が増殖する場所により大きく小腸型と大腸型に分けられます。小腸型は潜伏期間が半日から 2 日程度で、主な症状は嘔吐と水様性下痢です。発熱を伴うこともあります。大腸型は潜伏期間が数日程度と比較的長いことが多く、症状は発熱や腹痛です。血便や粘液便が見られることがあります。

治療は原因や症状によって異なりますが、原則として下痢止めは使用しません。抗生物質も原因により不要な場合と必要な場合があるため、医療機関を受診し適切な治療を受けることが重要です。

こんな症状があったら受診してください。

- ☐ 発熱
- ☐ 嘔吐、下痢、血便
- ☐ 腹痛など



地域の方々へ

これから気温が高くなり、細菌による食中毒が増加する可能性が高まります。予防の原則は「つけない、増やさない、やっつける」の 3 つです。

つけない…「手洗い」「器具の洗浄・消毒」

特にまな板、包丁は見落としやすく、加熱用の肉を切ったまな板でサラダ用の野菜をカットすると菌が移ってしまいます。まな板、包丁は、肉や魚を切る専用のものを用意するのが一番ですが、やむをえない場合は、次の食材を扱う前に調理器具や手を洗うことを心がけてください。

増やさない…常温での放置は避ける 調理後は速やかに食べる 保存するときは小分けする

やっつける…十分に加熱調理する 調理環境を清潔にする

感染性胃腸炎の症状は、原因物質を排除しようという体の防御反応です。市販の下痢止めや手持ちの抗生物質をむやみに服用しないようにし、早めに医師の診断を受けましょう。

図 1 2005 年食中毒患者数発生状況病因物質別
食中毒予防の原則と 6 つのポイント | 政府広報オンライン
https://www.gov-online.go.jp/featured/201106_02/

図 2 宮城県における過去 5 年間の感染性胃腸炎発生状況の推移
宮城県感染症情報～感染性胃腸炎に注意～ - 宮城県公式ウェブサイト
<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/situkan/miyagikansenjyouhounorou.html>

当院
では、

2025年1月から



おなかの ヘルニアセンターを開設しました！

「おなかのヘルニア」とは？



腸などの内臓が本来の位置からはみ出てしまう状態（いわゆる脱腸）を指します。
立った時やおなかに力を入れた時などに、内臓が膨らんで、おなかの部分が膨らみがみられるのが典型的な症状です。
主な種類には以下があります。

- ・そけいヘルニア：足の付け根や男性では陰嚢が腫れる
- ・腹壁瘢痕ヘルニア：手術後の傷跡から内臓が飛び出す
- ・食道裂孔ヘルニア：食道が腹部に飛び出す
- ・傍ストマヘルニア：ストーマ周辺のヘルニア



どういうときに 発症する？



おなかのヘルニアは、加齢や遺伝で筋肉が弱まり、くしゃみや排便、重い物を持つ際に内臓が筋肉の隙間から飛び出すことがあります。

痛みはないけど 手術は必要？



臓器が筋肉の隙間で締め付けられ、戻らなくなる状態を嵌頓（かんとん）と言い、そのまま放置すると臓器が腐り、緊急手術が必要になります。

小児のヘルニアは小児外科の専門となりますので、
当院では対応しておりません。

内視鏡外科の専門医が、安全に多様なヘルニアを 治療し、総合病院で幅広い疾患に対応します！



おなかのヘルニア
センター長／
肝胆膵外科部長・
ヘルニア外科部長
野村 良平

診療時間	月	火	水	木	金
8:30-15:00	○	○	○	○	○

同日 15 時までに患者さんがお越しいただけるようであれば、診察をさせていただきます。
申込書は FAX でお送りくださいますようお願い申し上げます。
年末年始、祝日を除く平日は毎日診療いたします。

所属学会、学位・認定等

日本内視鏡外科学会技術認定医、日本外科学会外科専門医、日本消化器外科学会消化器外科専門医、
日本医師会認定産業医、日本消化器内視鏡学会専門医、日本消化器病学会専門医、マンモグラフィー読影認定医

メディカルノート 鼠径ヘルニアの治療と仕事の両立





部署のご紹介 外来



広報誌だいのはらをご覧のみなさま、こんにちは。

今回、外来・内視鏡センターの紹介をさせていただきます。外来には 30 の診療科、救急外来、内視鏡センター、化学療法センター、透析室、健診部があります。その中でも内視鏡センターでは、年間、上部（食道・胃）内視鏡検査 5700 件、下部（大腸・結腸）内視鏡検査 2700 件、胃・大腸ポリープ切除 400 件、内視鏡治療 170 件、消化管出血止血術 100 件、胃瘻造設 30 件を実施しております。そのほか、胆石、胆管、膵管のレントゲン透視化内視鏡検査・治療 120 件、通過障害が起きた時に行うステント挿入 30 件なども実施しております。

医師 12 名、看護師 8 名（内視鏡技師 7 名）、臨床工学技士 1 名、看護補助者 2 名、受付クラーク 1 名の多職種が協力し、チーム医療で病気の早期発見、内視鏡を用いた専門性の高い治療を数多く行うことにより、患者さんの健康維持に貢献することを目指しています。

内視鏡は怖い苦しいイメージがあり、鎮痛・鎮静剤を使用した内視鏡検査を希望される患者さんが増加しています。当センターでは消化器内科病棟の看護師とともに専門性の高い看護体制、回復室を備えるなど、患者さんの要望に応えられる体制を整備していますので、不安と思われることがあればご相談ください。

当院が初めての患者さんでも、地域医療連携センター（総合患者サポートセンター内）を経由し、クリニックの先生方が内視鏡検査の予約を取りやすい体制も整備しております。今後も、多職種チームが一丸となり、質の高い内視鏡検査・治療を提供できるよう努力して参ります。

看護師募集のご案内

当院では以下のとおり看護師を募集しております

【1】既卒者対象（随時採用）



- 募集人員：5 名程度
- 採用日：随時
- 応募資格：看護師免許取得者（※病棟勤務が可能な方）
- 提出書類：
 - ・履歴書（様式自由／顔写真貼付／西暦表記／E-mail アドレスを記載）
 - ・業務経歴書（様式自由）
 - ・看護師免許証の写し（A4 サイズ）

【2】2026 年 4 月採用（新卒・既卒）



- 募集人員：25 名程度
- 採用日：2026 年 4 月 1 日
- 応募資格：以下のいずれかに該当する方（病棟勤務が可能な方）
 - ① 看護師免許取得者（既卒）
 - ② 令和 8 年 3 月卒業見込みで、看護師免許取得見込みの方（新卒）
- 提出書類：
 - 【共通】履歴書（様式自由／顔写真貼付／西暦表記／E-mail アドレスを記載）
 - 【既卒者】業務経歴書（様式自由）、看護師免許証の写し（A4 サイズ）
 - 【新卒者】成績証明書、卒業見込証明書、健康診断書（学校での健診結果も可）
- 試験日
 - ・ 2025 年 6 月 28 日（土）【応募締切：6 月 19 日（木）必着】
 - ・ 2025 年 7 月 26 日（土）【応募締切：7 月 17 日（木）必着】

応募方法など詳細は QR コードからご確認ください

問合せ先

東北労災病院 総務課 人事担当

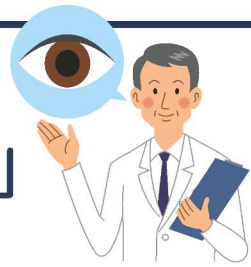
TEL022-275-1111 FAX022-275-4431

E-mail: saiyou@tohokuh.johas.go.jp

管理栄養士他各種職種も募集しています
詳細は QR コードからご確認ください



「良く見える眼鏡は良い眼鏡？」



眼鏡を作る時に「せっかく作るから今より見える眼鏡にしたい」、「視力は 1.0 以上見える眼鏡にしたい」と遠くを見えるようにしたい方は多いと思います。

目は見るものに合わせて毛様体筋という筋肉を働かせ、レンズの役割をする水晶体の厚さを調節しピントを合わせています。日常生活では運転をしたり TV を見たりと様々な距離のものをしていますが、現代はスマホやパソコンのように遠くより近くを見る機会が多くなっています。遠くの視力を重視して眼鏡を作ると近くを見る時は度が強い眼鏡となり必要以上に目の筋肉を使い疲れや頭痛、肩こりの原因の 1 つになる事もあります。

良く見える眼鏡というより、目的のものが不自由でない程度に見えてかけ心地の良い眼鏡を作ってください。そのために眼鏡を作る際は、疲れずに楽に見える眼鏡にしたいことを伝えて下さい。

栄養
コラム

「夏に気をつけたい食中毒予防」

STOP ⚠️ 食中毒

食中毒予防は菌を
「付けない、増やさない、
やっつける」が三原則



とくに夏の時期の食材の買い物は気をつけたいポイントがあります。

- ◆肉や魚は、肉汁や魚等の水分が漏れないようにビニール袋等にそれぞれ包み、できれば保冷剤（氷）等と一緒に持ち帰りましょう。
- ◆買い物をしたら、寄り道せずに早めに帰るようにしましょう。保冷バックを使うのもおすすめです。
- ◆冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったら、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。
- ◆冷蔵庫は詰めすぎ注意。全体の 7 割程度とし、庫内は 10℃以下を維持することがめやすです。



厚生労働省「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」より引用

information

がん患者サロンが オープンしました!!

がん患者さんやご家族が集まり、同じ立場の人が、
がんのことを気軽に本音で語り合うことができる
交流の場として活用していただければと思います。



❖ 患者会「四つ葉の会」

毎月第3月曜日 13:30～15:30 開催

❖ がん患者サロン「いまこ smile」

毎月第3火曜日 14:00～16:00

❖ アピアランスケア外来

平日午後がん関連認定看護師が実施しております



お気軽にスタッフにお声掛けください。



交通アクセス

▶ バスをご利用の場合

仙台市営バス・宮城交通バス
仙台駅バスプール 2番3番乗り場
宮城大学・宮城学院前方面行、
台原入口下車

▶ 電車をご利用の場合

JR 仙山線 北仙台駅下車
徒歩 10分

▶ 地下鉄をご利用の場合

台原駅下車、徒歩 10分



だいのほら

東北労災病院広報誌「だいのほら」
2025年7月発行



独立行政法人労働者健康安全機構

東北労災病院

〒981-8563 仙台市青葉区台原4丁目3番21号

TEL: 022-275-1111

URL <https://www.tohokuuh.johas.go.jp>

