

美祢市立病院広報

第42号

平成26年1月発行

〒759-2212

山口県美祢市大嶺町東分1313番地1

日本医療機能評価機構認定病院

美祢市立病院 発行人 本間 喜一

TEL 0837(52)1700 FAX 0837(52)1820

E-Mail byouin@city.mine.lg.jp

ホームページ <http://www.mine-city-hosp.jp/mineshiritsu/>



明けましておめでとうございます。皆様にとって良い一年でありますように。

平成26年 元旦

医師の交代

退職 大変お世話になりました。
脳神経外科 奥 高行 医師(12月31日付)

採用 よろしくお願ひいたします。
脳神経外科 藤山 雄一 医師(1月1日付)

お知らせ

* インフルエンザ予防接種 *

接種期間 2月28日(金)まで

予約受付 各科受付・総合受付・事務

予約制ですので、詳細については当院へ連絡されるか、総合受付へお尋ねください。

外来が混雑する季節になりました。待ち時間が長くなることが予想されます。当院としても努力を重ねて参りますが、ご協力お願い申し上げます。

なお、お気付き、ご提案はどうぞお気軽にお申し出ください。

図書の寄贈ありがとうございます

国際ソロプチミスト美祢様より今年も図書及び図書カードの寄贈がありました。今回寄贈いただいた図書は待合ロビー等に設置しておりますので、待ち時間にぜひご利用ください。



年頭のごあいさつ

美祢市立病院長 本間 喜一



明けましておめでとうございます。市民の皆様におかれましては、新しい年をいかがお迎えでしょうか。平成25年は、アベノミクスによる景気の向上の期待及び東京オリンピックの開催決定により何となく世の中が明るい気分になされました。平成26年は、消費税の増税は決まっていますが、どのような年になるでしょうか。

さて、美祢市立病院では医師、看護師の不足はあいかわらず続きそうですが、今年は、電子カルテの本格的な稼働開始及び病院機能評価の3回目の受審を控えています。これらは、医療の質を向上させ、当院で医療を受けられる患者様のお役に立つものと確信しています。

さらに現在病院で働く職員の質を向上させるため、積極的に職員に資格を取らせるようにしており、かなり多くの職員が様々な資格を取得し、さらに挑戦中です。職員の資格取得も医療の質の向上をもたらし、患者様もより良い医療を受けることができると考えています。

今年は、以上述べました、医療の質の向上で市民の皆様にご貢献するだけでなく、もう1つの柱である、あいさつをはじめとするサービス面の改善にも取り組んでいく予定です。

平成26年も宜しくお祈りいたしますとともに、市民の皆様の忌憚のないご意見をお待ちしています。



がん薬物療法認定薬剤師資格取得



平成25年10月に日本病院薬剤師会が認定する、がん薬物療法認定薬剤師の資格を取得しました。がん薬物療法認定薬剤師の仕事のひとつは、がん治療の詳細な計画書である「レジメン」に精通し、その内容について精査を行い、医療事故の防止に努めることです。その他にも、治療スケジュールや薬の副作用についての患者さんへの説明、薬の投与量チェック、副作用管理を行い、患者さんが安心して治療を受けられる環境を作るのも、がん薬物療法認定薬剤師の役割です。

抗がん剤の多くは、その効果を得るために、どうしても副作用が避けられないことがあります。特に起こりやすい副作用は吐き気、脱毛、白血球の減少などですが、起こりやすさは抗がん剤の種類によって違い、個人差もありますので副作用に関する正しい情報を得ておくことが大切になります。

現在は主に、入院患者さんの治療支援を行っていますが、今後は外来患者さんへ支援を広げて行きたいと思っています。その際はどうぞお気軽にお尋ね下さい。

文責 重岡 友典

福祉の市に参加しました

平成25年10月20日(日)に美祢市役所駐車場で開催された福祉の市に参加しました。毎年多くの方々に当院のブースにお立ち寄りいただいています。内容は血圧測定、体脂肪測定、骨密度測定、血管年齢測定を行いました。また、看護部だけでなく院長や管理栄養士の協力により健康相談や栄養指導も行いました。



院長の健康相談では、手術後の経過や検査値が気になる方などからの相談があり、医師からのアドバイスに安心された様子でした。また、血圧・骨密度・血管年齢測定は特に盛況で200人近くの方々に御参加いただき長い列ができることもありました。

「何歳だった?」「あなたが一番若いわね」と血管年齢の結果を手を楽しそうに話されている女性グループ、昨年の測定結果を手に行列に並べた男性などもいらっしゃいました。来場客の多さにびっくりしながらも、たくさんの方々とふれあい充実した1日となりました。

文責 田村 美貴

学術講演会開催



講師の園田康平教授

去る10月9日(水)に山口大学大学院医学系研究科 眼科学教授 園田康平先生をお招きし、「全身病と眼」と題してご講演いただきました。園田教授には当院及びグリーンヒル美祢の職員の研修会においてご講演を是非お願いしたいと依頼したところ、快くお引き受けいただきました。

文責 岡崎輝義

看護部リレー随筆



4階病棟 藤原 和美

私は現在4階病棟に勤務しています。約2年前に異動してきましたが、以前もここで勤務しており懐かしい気持ちになったり、当時と比べると色々様変わりをしている所もあり戸惑ったりすることも多くありました。

看護師になって20数年が経ちますが、この度初めて看護学生の実習指導を担当することになりました。実習生は週に3日、自分の担当の患者さんの手浴や足浴、清拭や洗髪といった清潔面の援助を計画、実施し、折り紙や塗り絵、散歩をしながらコミュニケーションを図ります。実習生が関わっていくに連れて患者さんの笑顔や発語が増え表情が豊かになってくるのが良くわかります。日々の処置や業務に追われて患者さんのそばに足を止めてゆっくり話を聞いたりすることがなかなか難しいのが現状ですが、今回の学生指導を経験することで患者さんに寄り添う看護の大切さを改めて実感し、反対に実習生から私自身も学ぶことができました。私の指導でも「看護師になりたい」と思ってくれれば幸いです。まだまだ試験が幾つもあり実習とはまた違う大変さが待っていますが、頑張っけて乗り越えて行って欲しいと願っています。

防災訓練

去る11月7日(火)に病棟3階を出火元と想定した防災訓練を行いました。この訓練は夜間の火災を想定し、少ない職員数でも確実にかつ迅速に避難することができるよう毎年行っているものです。美祢市消防本部のご協力もあり、はしご車による屋上避難者の救出訓練、消火栓による消火訓練も行いました。毎回この訓練を通じて、職員は非常事態におけるそれぞれの役割を再確認しています。いざという時に確実に行動ができるよう、これからも訓練を続けてまいります。

訓練当日は入院患者さんをはじめ多数の方々にご迷惑をおかけしましたこととお詫びし、ご協力いただきましたことに感謝申し上げます。

文責 金子 真子



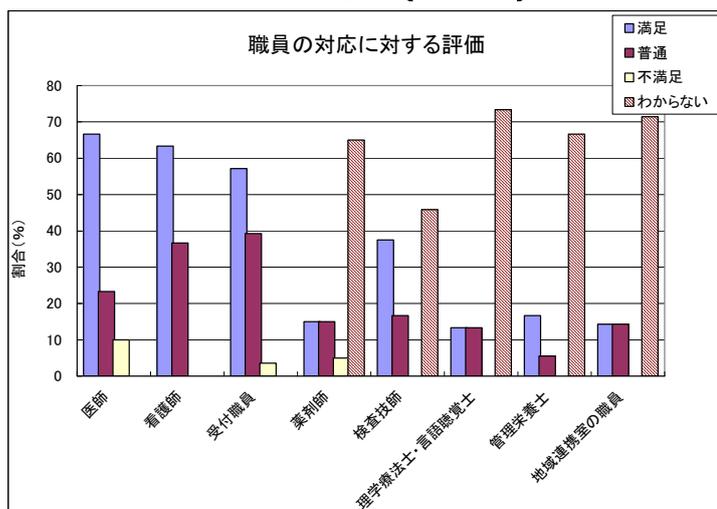
外来満足度調査結果

調査期間：2013年10月1日～11月20日
 調査対象：初診外来患者 30名 再診外来患者 121名

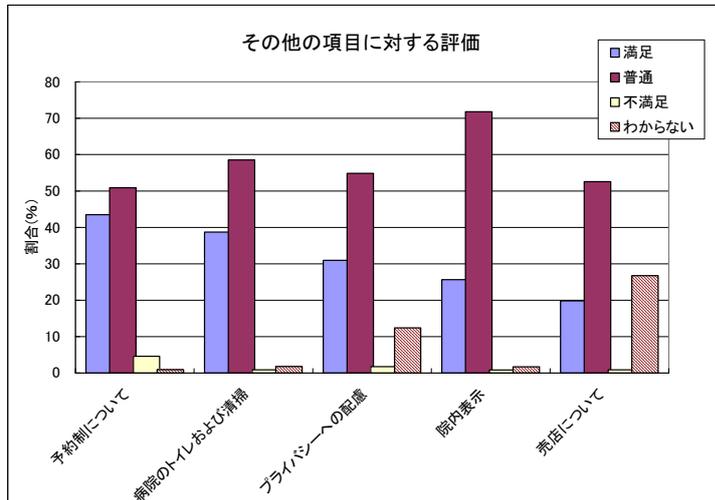
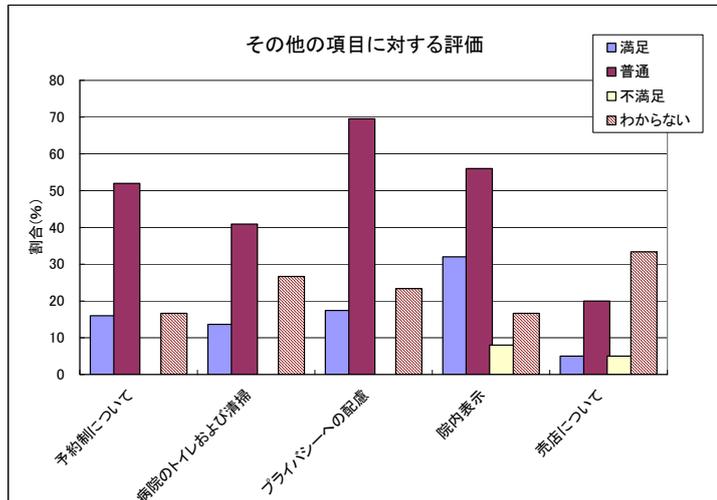
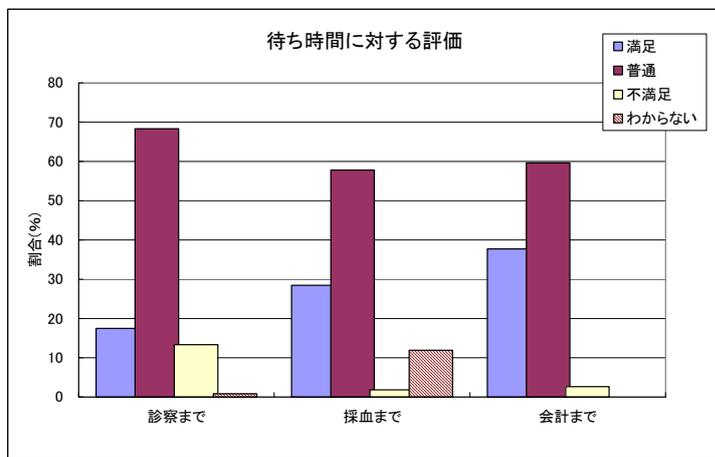
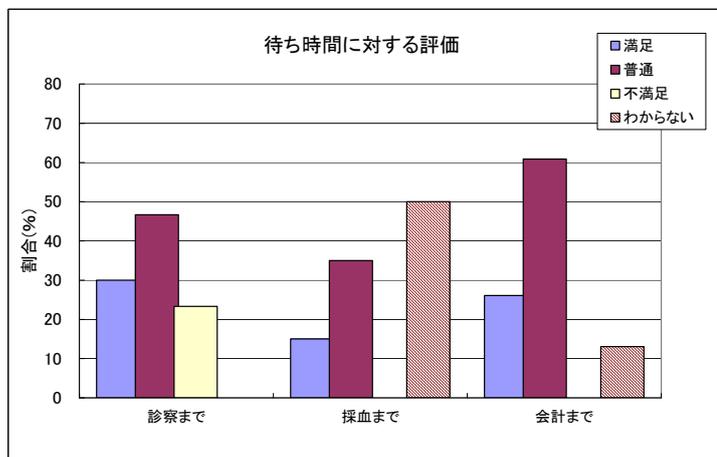
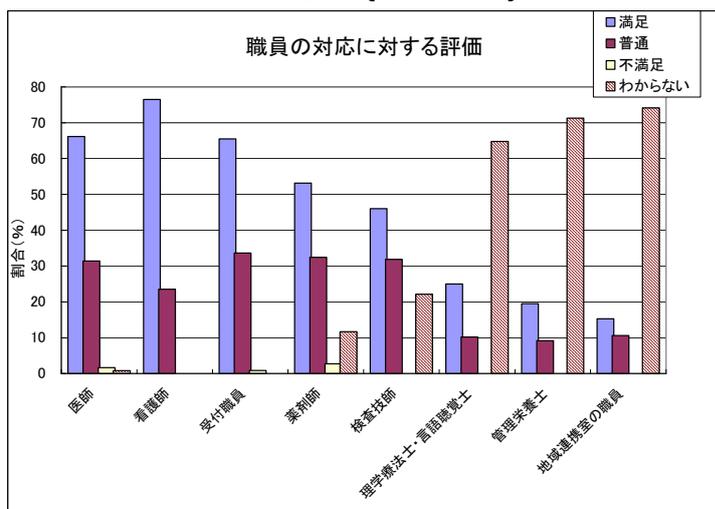
アンケートへのご協力ありがとうございました。集計結果は下記のとおりとなっております。今回は院外処方、プライバシーへの配慮、トイレ、待ち時間へのご意見を多数頂きました。できることから改善していきたいと思います。ご理解とご協力をお願い致します。

サービス向上委員会

初診外来患者（30名）



再診外来患者（121名）



NST・褥創研修会報告



平成 25 年 12 月 5 日（木）に「褥瘡の栄養管理」と題して株式会社クリニコの方を講師に招き研修会を行いました。

褥瘡（床ずれ）についての基本的な知識にくわえ、褥瘡の際に必要な栄養についてわかりやすく説明していただきました。（たんぱく質、亜鉛、ビタミン C などの栄養素が有効とのことでした。）

褥瘡の治癒については栄養だけでなく、いろいろなケアが必要となり、様々な職種の手が必要となります。今回は褥瘡対策委員会と NST（栄養サポートチーム）の共同開催になっているのはよりいっそうチームでの取り組みを強化していきたいと考えたからです。今後も他職種との連携を深め、褥瘡の予防治癒に役立てていければと思います。

文責 藤井 絃美



クリスマスコンサート開催



平成 25 年 12 月 19 日に華やかに飾りつけられた病院ロビーで、毎年恒例のクリスマスコンサートが行われました。今年は、成進高校ブラスバンド部をお招きしてのコンサートでした。

病院に入院中の患者さん、グリーンヒル入所者さんを中心に関係者一同が参加して、楽しくて華やかなコンサートでした。参加された患者さん、入所者さんが演奏に合わせて手拍子を打たれたり、生き生きとした表情を見せられたのが印象的でした。

文責 上田 砂奈江

地域連携室だより

地域連携室における相談件数（平成 25 年 10 月～平成 25 年 11 月）

	10 月	11 月
件数	112	133

1 日平均 3 ～ 4 件の相談を受けています。相談内容としては 介護保険の説明や申請 在宅復帰、施設入所など退院時の調整 入院費支払など経済的相談 施設・ケアマネージャーからの病状についての問い合わせ 院内から他院への受診や入院相談 などです。

< 連携機関 >

各医療機関、ケアマネージャー、特別養護老人ホームなどの施設、市役所（高齢福祉課、地域福祉課など）、各病院の地域連携室及び相談室 など

患者さんやご家族の不安や悩みを軽減するため、お話しをお伺いします。秘密は厳守しますので安心してご相談ください。 TEL : 54 - 2110

知 っ て 得 す る 病 気 の 話

高脂血症について

みなさんが検診等で血液検査を受けられた際の項目の一つにコレステロール（LDL コレステロール）があります。コレステロールは脂肪の一種です。動脈硬化は全身の血管にコレステロールが貯まることにより起こります。動脈硬化により血管が硬く、細くなると血液の流れが悪くなったり、血管が脆くなったりします。脳の血管では脳梗塞、心臓の血管では狭心症、心筋梗塞を起こします。コレステロールの値が血液検査で高くなった状態を高脂血症といいます。

コレステロールの中でもLDL コレステロールの量が動脈硬化とより関係があることがわかっており悪玉コレステロールとよばれます。この値が140を越えると心臓や脳の血管の病気になりやすいことがわかっており140以下が望ましいとされています。糖尿病、腎臓の働きが低下している人では動脈硬化が進行しやすくLDL コレステロールの値を120以下に、またすでに狭心症、心筋梗塞等心臓の血管の病気を起こしている人は再発を予防するためにLDL コレステロールの値100以下を目標とします。血液の中のコレステロールは食事から摂るコレステロールの量と関係がある以外に体の中でも調整されています。体が血液中のコレステロールを減らそうとする時に増加しているのがHDL コレステロール（善玉コレステロール）です。この値が40以下になるとやはり動脈硬化が起こりやすくなることがわかっています。LDL とは逆にHDL コレステロールは高い方がよいのです。

高脂血症の人は食事から摂るコレステロールを控えなければなりません。まず食べ過ぎに注意し腹8分を心がけましょう。脂身の少ない肉類を選び、肉類、卵（たらこなどの魚の卵含む）をとりすぎないようにしましょう。たとえば卵を食べるのを1日おきにする等の工夫をしましょう。卵に関してはコレステロールが正常な人では1日1-2個食べる位ではコレステロール値が上昇していくことはないようです。クリーム系のお菓子（シュークリーム、ショートケーキ、クリームパン等）などに含まれるコレステロール量はかなり多くカロリーも高いです。インスタント食品（即席麺等）にはコレステロールを上昇させる脂肪が含まれています。これらの食品は控えましょう。魚特に青魚に含まれる油はコレステロールを下げる働きがあります。積極的に食べるようにしましょう。

食物繊維はコレステロールが腸で吸収されるのを防ぎコレステロールを下げてくれます。食物繊維が豊富な食品として野菜、豆類（大豆、豆腐など）、海藻（わかめ、ひじき、昆布など）、きのこ類（しいたけ、しめじ、えのきだけなど）があります。果物は食物繊維ならびにビタミンが豊富ですがあまり摂りすぎるとカロリーが多くなりますので御注意下さい。

動脈硬化を予防するためにはコレステロールを下げるだけでは安心できません。タバコを吸う事、高血圧、糖尿病がある事はコレステロールが高い事と同等もしくはそれ以上に動脈硬化を起こしやすくなります。タバコの煙は周りの家族の方の動脈硬化も起こします。禁煙すること、血圧、血糖を正常に保つこと、これらすべての事をまんべんなく気をつけることが動脈硬化の予防に必要です。アルコールはビール500cc 酒1合未満程度としましょう。まずは生活習慣を改善することでコレステロールの上昇を防ぐようにがんばりましょう。

文責 内科医師 山村 泰世



今月の料理

◇アンチョビーのから揚げ◇

材料（2人前）

・鶏肉（モモ肉）	大1枚	（味付け調味料）
・アンチョビー	大さじ1	水 50ml
・片栗粉	大さじ1	酒 小さじ1
・小麦粉	大さじ1	塩 小さじ1/4
・ベーキングパウダー	小さじ1/2	にんにく 一味唐辛子 少々

アンチョビーは粗く刻み、味付け調味料と適当な大きさに切った鶏肉を加えてよく混ぜ、15分おく。

に片栗粉、小麦粉、ベーキングパウダーを加えよく混ぜる。

170 に熱した油に入れ、鶏肉の表面が固まって浮き上がってくるまで揚げる。



◇豆腐のクリーム煮◇

材料（2人前）

・豆腐	1丁
・にんにく	1/2片
・玉ねぎ	1個
・しめじ	100g
・ソーセージ	3本
・白ワイン	50ml
・生クリーム	100ml
・ヴィヨン	50ml
・塩こしょう	少々

玉ねぎは1cm角に切る。しめじは小房に分ける。ソーセージは薄く切る。豆腐は一口大に切ってレンジで4分温めて余分な水分を抜く。

鍋に油大さじ1、みじん切りにしたにんにくを入れて熱し、香りが出たら玉ねぎを加えてしんなりするまで炒め、しめじ、ソーセージを加えて塩こしょうをし、軽く炒める。

白ワインを加えて煮詰め、生クリーム、ヴィヨンを加えて塩こしょうで味を整えたら豆腐を入れて3～4分煮込む。

食堂より

明けましておめでとうございます。昨年は何事もなく過ごさせていただき感謝の気持ちでいっぱいです。今年もスタッフ一同頑張りますのでよろしくお願い申し上げます。さて今月は、簡単でおいしくできるから揚げと、少し変わった豆腐料理です。お楽しみください。

菊花の展示 ありがとうございました

11月から12月にかけて、今年も山田忠弘さんよりボランティアで菊の花を展示していただきました。エントランスホールが華やかに彩られ、待合の間に多くの方が鑑賞されていました。ありがとうございました。



戴帽式 ～看護師を目指して～

看護師になるため、当院で看護助手をしながら厚狭准看護学院で勉強している川島葵さんが11月14日に戴帽されました。まだ多くの勉強が待っています。 文責 清水 政江



編集後記

明けましておめでとうございます。年末年始は休みをしっかりとることができ、お腹にもしっかりお肉が付いてしまいました…。寒くて運動不足になりがちですが、寒さに負けずに健康を維持したいと思います。2014年、みなさまにとってよい1年になりますように (R.N.)

美祢市立病院診療日程表

平成26年1月1日

の医師は、山口大学医学部附属病院から派遣された医師です。「山口大学附属病院初期診療室」において初期診療（初診患者、救急患者等）を主に診察いたします。小児科の医師は、小児科で診察いたします。

	月	火	水	木	金
初期診療	内田耕資（午前・午後） 古賀靖卓（午後）	古賀靖卓（午前）			
（受付時間）	8：15～16：30	8：15～11：30			
（診察時間）	8：45～	8：45～12：00			
内科	山村泰世（循環器系） 田部勝也（血液・内分泌系）	李博文（循環器系）	山村泰世（循環器系） 大野高嗣（消化器系）	李博文（循環器系）	山村泰世（循環器系） 白澤友宏（消化器系）
外科	本間喜一	近藤浩史	田中昭吉	田中昭吉	本間喜一
（受付時間）	8：15～11：30				
（診察時間）	8：45～				
脳神経外科	藤山雄一	松永登喜雄	松永登喜雄	古谷泰浩	松永登喜雄
（受付時間）	8：15～11：30				
（診察時間）	10：00～	8：45～			
泌尿器科	小林圭太		川井禎久		小松宏卓
（受付時間）	8：15～11：30		8：15～11：30		8：15～11：30
（診察時間）	9：15～		9：15～		9：15～
整形外科	徳重厚典		松木佑太		小笠博義
（受付時間）	8：15～11：30		8：15～10：30		8：15～11：30
（診察時間）	9：00～		9：00～		9：00～
耳鼻咽喉科	松田嘉子	松田嘉子	下郡博明	松田嘉子 （第1・3・5週）	下郡博明
（受付時間）	8：15～15：00	8：15～11：30	8：15～15：00	8：15～11：30	8：15～15：00
（診察時間）	13：00～	8：45～	11：00～	8：45～	14：00～
眼科	柳井亮二			藤津揚一朗	
（受付時間）	8：15～16：00			8：15～11：30	
（診察時間）	13：00～			9：00～	
小児科	午前：脇口宏之 （小児一般・感染症） 午後：脇口宏之 （小児一般・感染症）	午前：梶本まどか （小児一般）	午前：前場進治 （新生児・発育・発達） 午後：百中宏 （小児一般・感染症）	午前：長谷川俊史 （アレルギー） 午後：脇和之 （内分泌）	午前：脇口宏之 （小児一般・感染症） 午後：前場進治 （新生児・発育・発達）
（受付時間）	8：15～11：30 13：00～16：30	8：15～11：30	8：15～11：30 13：00～16：30	8：15～11：30 13：00～16：30	8：15～11：30 13：00～15：30
（診察時間）	9：00～12：00 14：00～17：00	9：00～12：00	9：00～12：00 14：00～17：00	9：00～12：00 14：00～17：00	9：00～12：00 13：30～16：00
予防接種及び乳児健診（要予約）					
午前：月～金曜日（10：30～11：00） 午後：月曜日、水曜日、木曜日（14：30～16：30）、金曜日（14：00～15：30）					
皮膚科			一宮誠 第2・4週		
（受付時間）			8：15～14：30		
（診察時間）			13：00～		
精神科		中野雅之			
（受付時間）		13：00～15：00			
（診察時間）		13：30～			

ただし、紹介患者のみの診察となります。

【注意事項】

- ・ 診察医は都合により変更する場合があります。（総合受付・外来受付に掲示）
- ・ 診察の順番は受付順ですが、検査の都合または呼び出し時不在の場合、順番が前後する場合があります。