

美祢市立病院広報

第48号

平成27年7月発行

〒759-2212

山口県美祢市大嶺町東分1313番地1

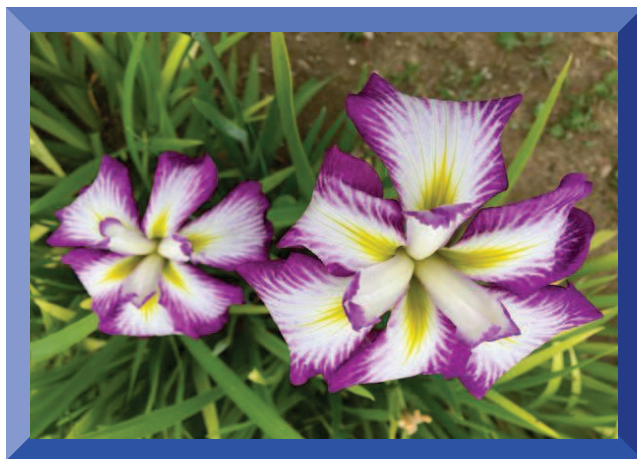
日本医療機能評価機構認定病院

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/>



そろそろ梅雨明けですね。写真はハナショウブです。

調べてみると菖蒲（アヤメ）、ショウブ（ショウブ）、花菖蒲（ハナショウブ）、杜若（カキツバタ）すべて別物。花菖蒲（ハナショウブ）、杜若（カキツバタ）、菖蒲（アヤメ）はアヤメ科アヤメ属。菖蒲（ショウブ）はサトイモ科だそうです。奥が深いですね。

院内の落とし物・忘れ物について

院内の落とし物・忘れ物について、下記のとおり対処させていただきますのでご理解の程よろしくお願ひします。

落とし物

落とし物のあった月の翌月まで院内で保管し、遺失者が判明しない場合は、翌々月の10日までに警察に提出する。

忘れ物

3か月以内に受け取りに来られないものについて、廃棄する。持ち主に連絡を取った場合でも3か月以内に受け取りに来られないものは、返還を拒否したものと判断し廃棄する。

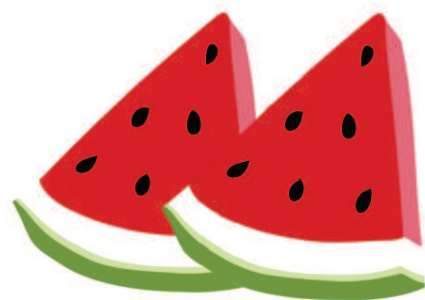
売店営業日の変更

平成27年6月より、売店の営業日が変わりました。

ご不便をおかけして申し訳ありませんが、よろしくお願ひします。

<売店営業日>

月～金 8:30～17:00
(土・日・祝祭日は休み)



事務部異動職員紹介

4月より当院へ異動の職員を紹介します。

① 名前 ②所属 ③前任地 ④出身地 ⑤趣味・特技 ⑥意気込み



- ①寺埜真輔
- ②事務部医事係
- ③豊田前出張所
- ④美祢市
- ⑤旅行・読書
- ⑥精一杯頑張ります。



- ①藤村龍夫
- ②事務部医事係
- ③観光振興課
- ④美祢市
- ⑤ゴルフ
- ⑥頑張ります。

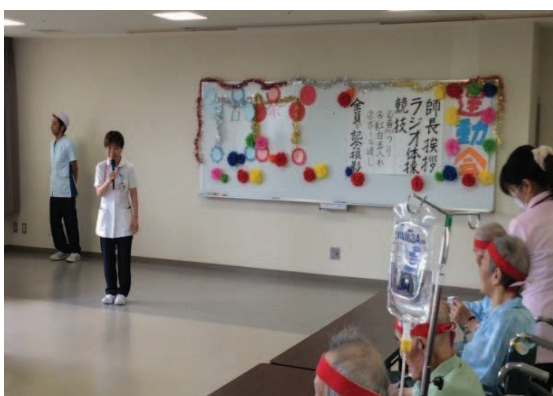
防災訓練実施



6月30日(火)、防災訓練を行いました。当院では年2回防災訓練を行っており、各部署の職員が参加しています。今回も美祢消防本部のご協力のもと、近年起きた火災やスプリンクラー作動時の対応、火災発生時の流れ、消火器の使い方などを確認しました。火災や災害が起きたとき確実かつ迅速に行動がとれるよう、これからも訓練を続けてまいります。

文責 西嶋 梨江

療養病棟「初夏の大運動会」開催

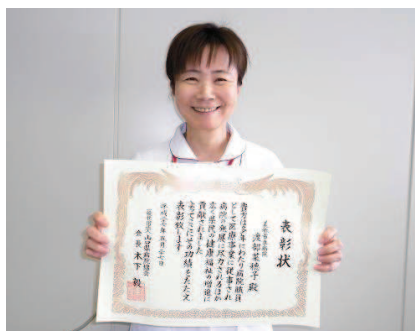


6月17日(水) 3階療養病棟で毎年恒例となりました「初夏の大運動会」を開催いたしました。

患者様の病状や体調を考えて、競技は「魚釣り、玉入れ、ボール渡し」の3種目、時間は30分と短いですが無事終わることができました。魚がうまく釣れた瞬間や、ボールが勢いよく転がった時、紅白の玉が入った時、外れた時など、日頃、俯しがちな表情も明るい笑顔になり職員も驚くほどでした。参加された患者様から「魚が釣れたの、こんな楽しかったことはない、よかった」とお言葉を頂き、とても嬉しく涙がこぼれそうでした。

患者様の療養生活が少しでも楽しく、笑顔の多い日々を過ごせるように、介護職員一同、これからも頑張っていきたいと思っております。

文責 山本 知子



病院優良従業員表彰受賞

看護師(皮膚排泄ケア認定看護師)の渡部菜穂子さんが、一般社団法人山口県病院協会による平成27年度の病院優良従業員表彰を受賞されました。

美祢市医師会から

スマホに子守をさせないで！（日本小児科医会）

三澤医院 院長 横山幸代

最近では待合室で、親子別々にスマホやタブレット端末を視聴している姿を見かけることが多くなっています。日本小児科医会では10年前から、これら電子映像メディア（テレビ・DVD・スマホ・タブレット端末・パソコンなど）が子供の成長に悪影響を及ぼすことを懸念し警鐘を鳴らしています。授乳時に母親と眼を合わせることで安心感と親子の愛着が生まれます。絵本の読み聞かせは、親子が共感し情緒を育み、親子の会話を通じて言葉の発達を促します。散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは子供の体力・運動能力・五感を刺激することによる脳の共感力を育てます。メディアに長時間接することは、親子の絆や社会性の発達に必要なこれらの時間を奪ってしまうこととなります。

またスマホやタブレット端末などの小さな画面を見る時間が長いと視力の発達を妨げます。とは言っても核家族で子育て中の親にとってこれらメディアの利用は欠かせないことも現実です。家事をする間ちょっと手を離したい時、病院など公共機関での待ち時間や乗り物の中など、周囲の人に迷惑を掛けないように静かにさせたい時などとても便利です。

最近、私の2歳半の孫が帰省した時、タブレット端末を使う様子を観察する機会がありました。子供向けのソフトは、子どもの興味を惹きつけて飽きさせないすぐれもので、集中して指先で画面をタップしながら次第に顔を近づけていく様子が見られました。視力のためには画面の大きい方が良く、親子で一緒に見ながら歌ったり、踊ったり、言葉かけをしたり出来るので、テレビの方がスマホやタブレット端末よりははまだましかなと思います。いずれにしても大人の都合を優先するあまり子供の発達を阻害しないよう、電子映像メディアの使用は（1回30分以内・1日2時間以内に）時間を制限して上手に利用してほしいと思います。

「みなさまの声」より

ご意見箱「みなさまの声」に寄せられた2つのご意見と病院からの回答を掲載します。

【ご意見】

看護婦の制服について：上衣はピンク、ズボン黒。少し違和感があるので上衣がピンクならズボンもピンク又はズボンを白にするとかはどうですか。

【回答】

ご感想ありがとうございます。看護職・介護職のユニフォームは時代によって色やデザインが変化してきています。近隣病院においてもズボンは濃い色に変化してきており全国的な流れでもあります。その理由として、ズボンは動き回り、抱える動作が多いことから透けないように機能性を考慮しています。また洗濯に耐え、型崩れしない材質にしています。上衣は温かい雰囲気が出せる色として、また患者様から見て職種や役割の見分けが付きやすい様に今までと同じ色で、看護職はピンク、介護職はブルー、看護師長はホワイトにしています。ご理解の程よろしく申し上げます。

【ご意見】

病院からグリーンヒル美祢に移る際、何の連絡もなく問い合わせたら自分で行ってくれと言われた。それなら最初から自分で行って欲しい。説明不足、気づき方をもう少し考えてほしい。他の病院ではこんなことはなかったもので、しっかりと考えてほしい。

【回答】

この度は、大変ご不快な思いをおかけしまして申し訳ございませんでした。病院を退院してグリーンヒル美祢へ入所される際の説明が不十分であったと深く反省しております。患者様やご家族に対する配慮が欠けておりました。今後、この様なことがないように退院担当者を決めて対応していくように業務改善を行いました。貴重なご意見をありがとうございました。

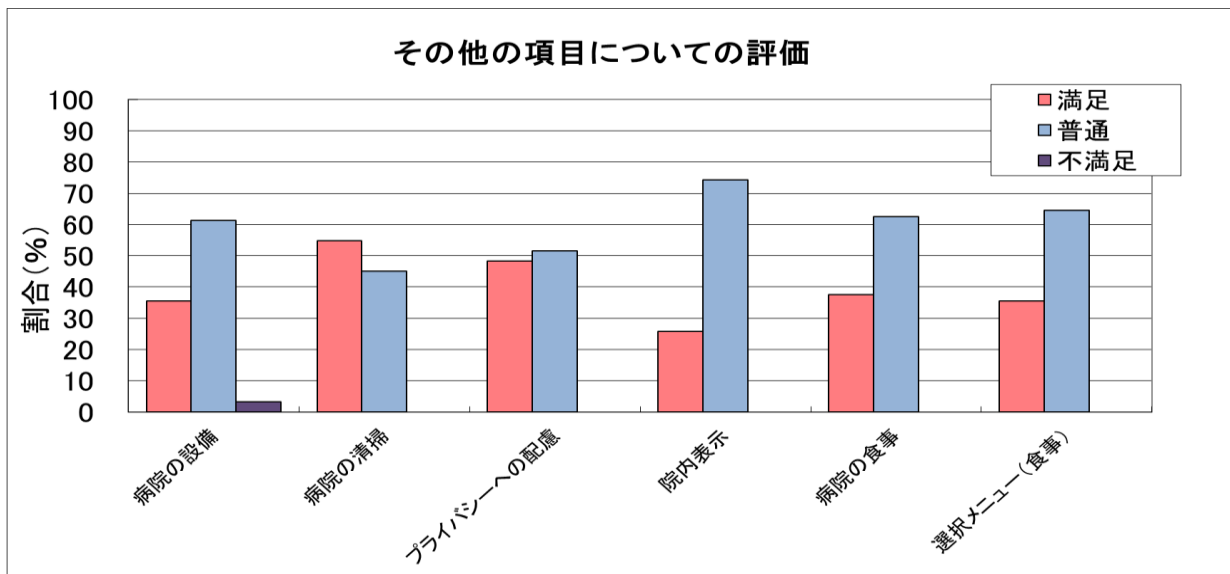
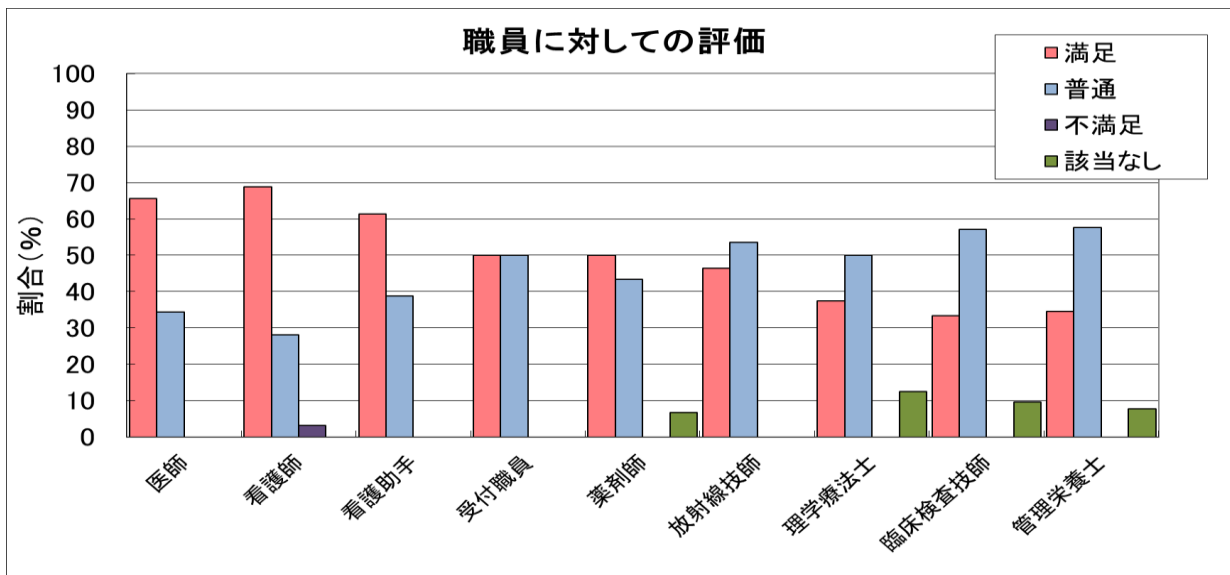
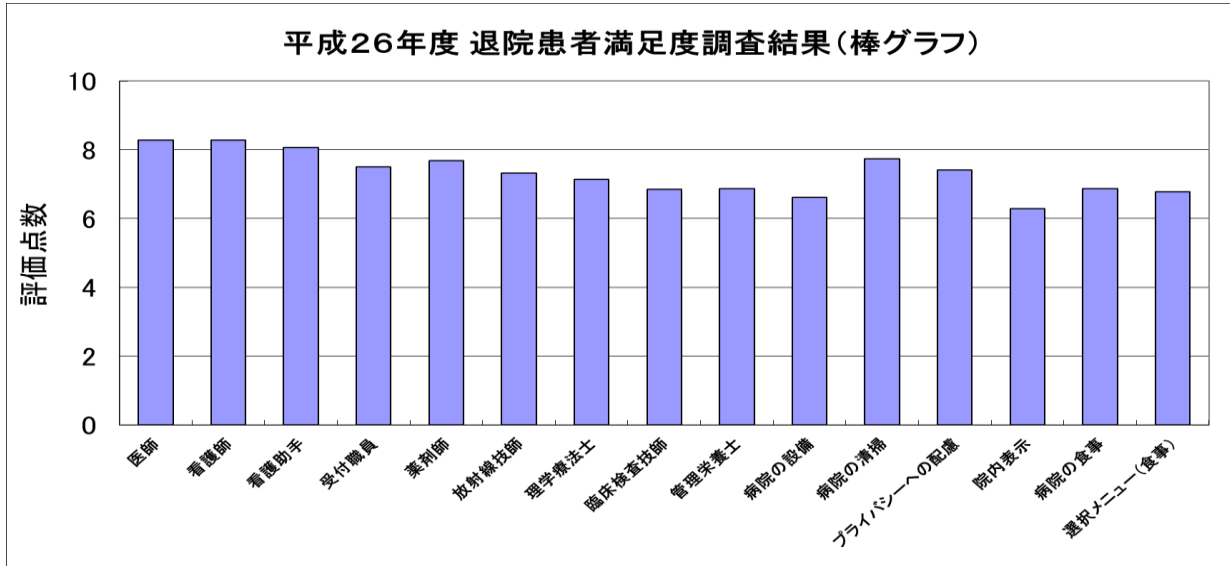
退院時満足度調査結果

調査期間：平成27年2月～3月

調査対象：退院患者 32名

アンケートへのご協力ありがとうございました。例年、入院中の患者様を対象にアンケートを行っていましたが、今回は退院時にアンケートを行いました。アンケートの結果をもとに、より良い療養環境をつくってきたいと思えます。

サービス向上委員会



看護の日の催しを終えて

近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日に由来し、5月12日は「看護の日」に制定されています。そして12日を含む週の日曜日から土曜日までが「看護週間」とされ、今年は5月10日（日）～5月16日（土）でした。

看護の日のメインテーマは「看護の心をみんなの心に」で、市民の方々の看護への理解・関心を深め、より広く看護を認識してもらい「看護の心」の普及啓発の目的で行っています。

当院でも、看護週間に院内行事を毎年開催しています。今年は5月7日（木）に病院玄関フロアにおいて「糖尿病」をテーマに行いました。糖尿病認定看護師を中心に、看護師（山口県糖尿病療養指導士）・薬剤師・管理栄養士・フットケア指導士が糖尿病に関する日常生活相談・食生活相談・インスリンについて・足チェックなどを行いました。

また「糖尿病」「インスリン」「フットケア」をわかりやすくパネルにし、訪れる方々に興味を持って見てもらえるように、展示もしました。

短い時間ではありましたが、来院された患者さんから好評を得られました。

文責 前田 美津子



5月9日（土）ザ・ビッグ美祢店にて、看護の日の行事を行いました。血圧・体脂肪・骨密度・血管年齢の測定、薬剤師・栄養士による相談を実施し、多数の方にご参加いただきました。中でも骨密度・血管年齢は大人気で約150の方が測定され、市民の皆様に関心の高さを感じました。私たちも病院とは違う形で多くの方と身近に触れ合うことができ、楽しい1日でした。ご参加くださいました市民の皆様、ありがとうございました。

文責 田村 美貴



看護部リレー随筆

2階病棟 杉山 佐千子

わたしの家は農家です。結婚するころは義父母が約一町の田んぼを作り、2反くらいの畑で採れた野菜を百円市に出荷していました。結婚するとき、お舅さんは「百円市の収入の半分はあんたにあげる」「あと30年はわしが農業をするから…」などと言っていました。

6年後、草刈り機が使えるようになり、コンバインに乗り稲刈りもできるようになりました。15年後、私が運転できるように軽トラがオートマになりました。そして結婚16年目の今年は動噴を担いで除草剤をまいています。ちなみに、お小遣いをもらったことはありません。

知 っ て 得 す る 病 気 の 話

尿失禁は恥ずかしくないんです！

尿失禁、わかりやすく言えば尿もれのことです。医学的に難しく言えば自分の意志とは関係なく尿がもれてしまい、社会的・衛生的に支障を生ずるものと定義されます。尿失禁で悩んでいる方は日本国内だけでも数千万人と推測されていますが、一人で悩んでいる方が圧倒的に多いようです。肩や腰が痛ければご近所さんに相談し、どこそこの先生がいいよと聞けば足しげく通われますが、尿失禁はご近所さんはおろか家族にも内緒にされます。その結果、だんだん出不精になりバス旅行やご近所さんとのつきあいも疎遠になりがちです。一歩踏み出してしっかり治療して快適な生活を目指しましょう。それでは失禁のタイプ別に基本的な治療法を説明していきましょう。

1) 腹圧性尿失禁

咳やくしゃみ、重いものを持ちたりなどお腹に力が入ったときに思わずもれてしまう病気です。女性に圧倒的に多く加齢や出産を契機に出現しますが、20歳の若い女性にも起こりえる非常に多い失禁のタイプです。治療はまず骨盤底筋体操という尿の出口の筋肉を鍛える（おならを我慢するような感じ）ようになります。これだけでもかなりの改善が期待できます。ひどい場合は薬物療法または手術になります。

2) 切迫性尿失禁

出そうになったらトイレまで走って行かないと間に合わない病気です。テレビで女優さんが説明している過活動膀胱の症状になります。原因は不明のことが多く、自分の意志とは別に勝手に膀胱が縮んでしまいます。治療は薬物療法となります。膀胱が勝手に縮まないようにする薬を使用します。

3) 溢流性（いつりゅうせい）尿失禁

24時間いつも少しずつちびちび尿がもれてしまう病気です。脳卒中などで膀胱の神経が弱ってしまいうまく排尿出来ない方や、前立腺肥大症などで尿の出口が狭くなり常に残尿が多い方などに起こります。膀胱が尿で一杯になりあふれだしてしまうと考えていただければわかりやすいです。治療は膀胱の尿を押し出す力を補助する薬や、尿の出口を広げる薬を使用します。効果がなければ手術をしたり、あふれる前に自分で管を入れて尿を抜くこともあります。

4) 機能性尿失禁

膀胱の機能は問題ないのに足が弱ってトイレに行くまでに時間がかかってもれてしまったり、認知症でトイレがわからなくなり排尿してしまう病気？です。この場合は薬物療法というより生活環境の見直し（ポータブルトイレを近くに置いたり、定期的にトイレに連れて行くなど）が優先となります。

以上が代表的な失禁のタイプになります。

泌尿器科外来では上記疾患の鑑別を問診を中心に行い、痛みのないお腹からの超音波検査、排尿日記（何時にどれくらい出たかをご自身で書いていただく）などで9割くらいの方の診断がつきます。タイプを正しく診断しないと失禁の薬は逆効果になることもあります。一人で悩んでいないでまず一度泌尿器科を受診されてみてください。それが明るい日常生活のはじめの一歩になります。

心温まる新聞紙のゴミ袋に感謝



厚保地域交流ステーション振興協議会「女性の会」の皆様から新聞紙で作成されたゴミ袋を継続して当院に頂いています。この活動は、平成26年5月から始まり、平成26年度には、総計3万セットを頂きました。頂いたゴミ袋は入院患者さんのゴミ箱等に設置しております。新聞紙は水分を吸収し、臭いを抑える効果があるので大変好評です。

協議会の皆様ありがとうございます。これからもよろしく願います。

今月の料理

◆鯖のじゃがバター焼き

・材料（4人分）

鯖 4切	しょう油 大さじ3と1/2
じゃがいも 2個	みりん 大さじ1/2
玉ねぎ 1/2個	バター 30g
小ねぎ 少々	塩、バター、サラダ油 少々

・作り方

- ① 鯖は切れ込みを入れて薄く塩をすり、フライパンにバター15gとサラダ油を適量入れて、鯖を中火で両面焼く。
- ② 鯖を取り出してフライパンの油を軽くふきとり、バター15gを足しじゃがいも、玉ねぎを炒め薄く塩をふる。
- ③ バターしょう油を作る。フライパンにバターを入れて熱し、少し色づいてきたらしょう油とみりんを加えてさっと煮たてる。
- ④ 鯖を皿に盛り付け、その上に②をのせて、③のバターしょう油をかける。最後に小口切のねぎを散らす。



◆豆腐のカニあんかけ

・材料

豆腐 1丁	酒 大さじ2
きのこ 1パック	塩 小さじ2/3
カニカマ 1パック	ごま油 小さじ1
レタス 2枚	片栗粉 少々
鶏がらスープの素 少々	

・作り方

- ① 水（3カップ）に鶏がらスープの素・酒・塩・コショウを入れて煮立て、豆腐、カニカマ、きのこを加え、レタスをちぎって入れる。
- ② 水溶き片栗粉でとろみをつけ、ゴマ油をかける

食堂より

梅雨の合間の日差しに紫陽花の彩が目にも沁みます。緑色の風が吹きわたる田んぼもめっきり少なくなり、雑草ばかりの休耕田か我物顔でのさばっています。日本の食文化の行く末が心配です。

編集後記

梅雨のじめじめとした日が続きますが合間に暑い日もあり、徐々に夏が近づいているのを感じます。今年の夏は予定を盛りだくさん立ててしまったので、体調管理はしっかりと行いたいと思います。みなさんも水分補給等をこまめに行って、暑い夏を乗り越えましょう！（R.N）

美祢市立病院診療日程表

平成27年7月1日

	月	火	水	木	金
初期診療	古賀 靖卓				
(受付時間)	8:15~16:30				
(診察時間)	8:45~				

	月	火	水	木	金
内科	李 博文 (循環器系)	大学医師交替制 *診察時間 10:30~	花園 忠相 (消化器系)	李 博文 (循環器系)	小川 亮 (消化器系)
	田部 勝也 (血液・内分泌系)		小林 茂樹 *診察時間 10:30~		小田 哲郎 *診察時間 10:30~

外科	本間 喜一	岡田 敏正	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	末廣 栄一	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	河村 英文	河村 英文	松本 洋明	河村 英文	河村 英文
(受付時間)	8:15 ~ 11:30				
(診察時間)	8:45 ~		9:30~	8:45 ~	

整形外科	徳重 厚典		川添 智広	小田 裕胤	小笠 博義
(受付時間)	8:15~11:30		8:15~10:30	13:00~15:00	8:15~11:30
(診察時間)	9:00~		9:00~	13:30~	9:00~

耳鼻咽喉科	松田 嘉子	松田 嘉子	下郡 博明	松田 嘉子	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	松永 道男			永井 智彦	
(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：飯田 恵庸 (小児一般)	午前：梶本まどか または高橋一雅 (小児一般) *隔週交代	午前：楠田 剛 (小児一般)	午前：長谷川俊史 (アレルギー)	午前：工藤 敬子 (未熟児・新生児)
				午後：高橋 一雅 (小児一般)	
	(受付時間)	8:15~11:30	8:15~11:30	8:15~11:30	8:15~11:30 13:00~16:30
(診察時間)	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00	9:00~12:00 14:00~17:00	9:00~12:00

◆ 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：木曜日 (14:30～16:30)

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、院内紹介患者のみの診察となります。