

美祿市立病院広報

第58号

平成30年1月発行

〒759-2212

山口県美祿市大嶺町東分1313番地1

日本医療機能評価機構認定病院

美祿市立病院 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/mineshirtsu/>



明けましておめでとうございます。本年も皆様にとって良い一年でありますように。

平成30年 元旦

お知らせ

インフルエンザ予防接種

接種期間：2月28日（水）まで

予約受付：総合受付・小児科受付・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、総合受付へお尋ね下さい。

最新型MRI装置導入しました

当院では、平成29年10月21日から12月10日にかけてMRI装置の更新工事をおこないました。その際は、皆様にご迷惑をおかけしましたが、この度工事が完了し新しいMRI装置が稼動いたしました。

今回導入いたしました最新型1.5テスラMRI装置は、以前の装置と比べ、新しい撮影方法の追加、画質の向上、撮影時間の短縮などあらゆる面で優れ、これまで以上に有効な画像診断を行えるようになりました。また、安全面に対する対応も十分行なえるようになりました。



年頭の御挨拶

美祢市立病院院長 本間 喜一



新年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29年は九州北部豪雨がありましたが概ね平穏な1年でした。平成30年はどのような1年になるでしょうか。

さて、美祢市立病院では、医師・看護師・介護福祉士の不足は相変わらず続きそうです。このような医療職全般の人手不足の中で、「地域医療構想の策定」「地域包括ケア」及び「新専門医制度」等の難しい制度改革が進行しつつありますが、着実に準備・対応を進めて参りたいと思っています。

美祢市では特に高齢化が進み、当院を受診される患者様も高齢者の方が非常に多くなっています。また、高齢者の独居あるいは夫婦世帯も非常に多くなっている印象を受けます。退院後の生活に不安を抱えている患者様も非常に多くおられます。医療だけでは解決は難しく、介護あるいは在宅医療との連携が非常に大切になってきています。

美祢市立病院及びグリーンヒル美祢にある医療・介護人材を、どうすれば効率的に超高齢少子化を迎えた美祢市民のために役立てられるか、共に考えていきたいと思っています。

平成29年1月より、訪問診療（いわゆる往診）及び訪問薬剤指導（薬剤師の患者様宅への訪問）を開始いたしました。美祢市に2カ所ある訪問看護ステーションと協力して、自宅での治療を希望されている患者様や通院困難な患者様のために少しでも役に立てばと考えています。平成30年4月より訪問回数を増やし、市民の皆様のニーズに応えたいと思っています。

平成30年も宜しく申し上げますとともに、医療・介護サービスの向上のため市民の皆様の忌憚のないご意見をお待ちしています。

世界糖尿病デー

2017年11月14日（火）、「あなたも私もメタボ予防～メタボリックドミノを食い止めよう～」というテーマで、世界糖尿病デーイベントを行いました。

糖尿病看護認定看護師が中心となり、看護師、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士、臨床工学技士、管理栄養士が、それぞれの立場からメタボリックシンドロームの予防やその対策についての提案や、現状を把握していただくための身体測定などを行いました。体験型栄養教育システム（SATシステム）で、実物大フードモデルを使用して日頃の食事の摂り方をチェックするコーナーには多くの方が来られ楽しみながら体験されておられました。また、肥満が主な原因となる睡眠時無呼吸症候群についての説明や、検査・治療方法を示したコーナーには、興味を持って聞かれておられる方が多くおられました。その他、適切な運動の仕方や注意点、メタボリックシンドロームの診断基準、正しい薬の飲み方などのパネル展示もあり、各コーナーで職員に質問や相談をされておられる患者さんの姿も見られました。

内臓脂肪による肥満を原因として食後高血糖、高血圧、脂質異常を起こすメタボリックシンドロームは、放置すると糖尿病、心筋梗塞、脳卒中へとドミノ倒しのように次々と病気が襲ってくることとなります。このメタボリックドミノを食い止めるためには、正しい知識を持って普段から生活習慣に気をつける必要があります。このイベントが、自身の生活習慣を振り返りより良い生活習慣をつけるためにできることについて考えるきっかけとなることを願っています。

文責 管理栄養士 立野 裕美



福祉の市

2017年10月15日(日)、美祢市役所駐車場にて「思いやり 笑顔あふれる 福祉の市」をテーマに第32回「福祉の市」が開催されました。当院としては10回目の参加となります。看護師・介護福祉士・言語聴覚士・臨床検査技師・診療放射線技師・管理栄養士が参加し、血圧測定・体脂肪測定・骨密度測定・血管年齢測定・栄養相談を行いました。

あいにくの雨と寒さ中、多くの方が参加してくださいました。骨密度・血管年齢は150名以上の方が測定されました。また、体脂肪測定・骨密度測定結果から、食事に関する事が気になられた方には管理栄養士による栄養相談を受けて頂きました。

「福祉の市」に参加し、多くの市民の皆様とふれあえる貴重な機会をいただきました。多くの皆様の笑顔に支えられ、参加できたことを嬉しく思っています。

文責 看護師 瀬戸崎 妙子



クリスマスコンサート



2017年12月21日(木)に、ことうたの皆さんにお越しいただき、クリスマスコンサートを開催しました。琴による和の音色に、患者さん、利用者さんも真剣な表情や笑顔になり、自然と身体が揺れました。演奏に合わせて手拍子を打ったり笑顔で口ずさんでいらっしゃる姿が印象的でした。演奏後にはことうたの皆さんへ患者さん、利用者さんから盛大な拍手が送られました。穏やかな音色が響き、和やかな雰囲気でのクリスマスコンサートとなりました。

文責 介護福祉士 山田 祐子



看護部リレー随筆

4階病棟 深川 栄子

私は体を動かすのが好きです。特にスポーツは見るのもやるのも好きですが、見ているとやりたくなるタイプです。普段、仕事と家庭の両立で生活していると、中々スポーツする時間がないのが現状ですが、やはりそこはやる時間を作らない限り、何も出来ません。時間の許す時は、ジョギングやソフトバレーで汗を流します。

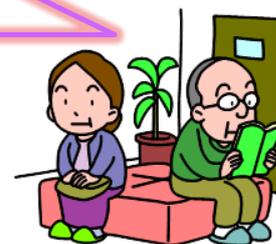
ところで、2018年はオリンピックイヤー。2月には平昌オリンピックが開催されます。とりわけ私が好きなのは‘フィギュアスケート’です。日本人選手の活躍を心より期待しています。どんなスポーツもそうですが、スポーツにはリアリティのある感動があります。勝負に勝っても負けても、一生懸命取り組んだ姿は、本当に素晴らしいものがあります。皆で応援しましょう。ガンバレ 日本！！

外来満足度調査結果

調査期間：平成 29 年 9 月 25 日～11 月 10 日

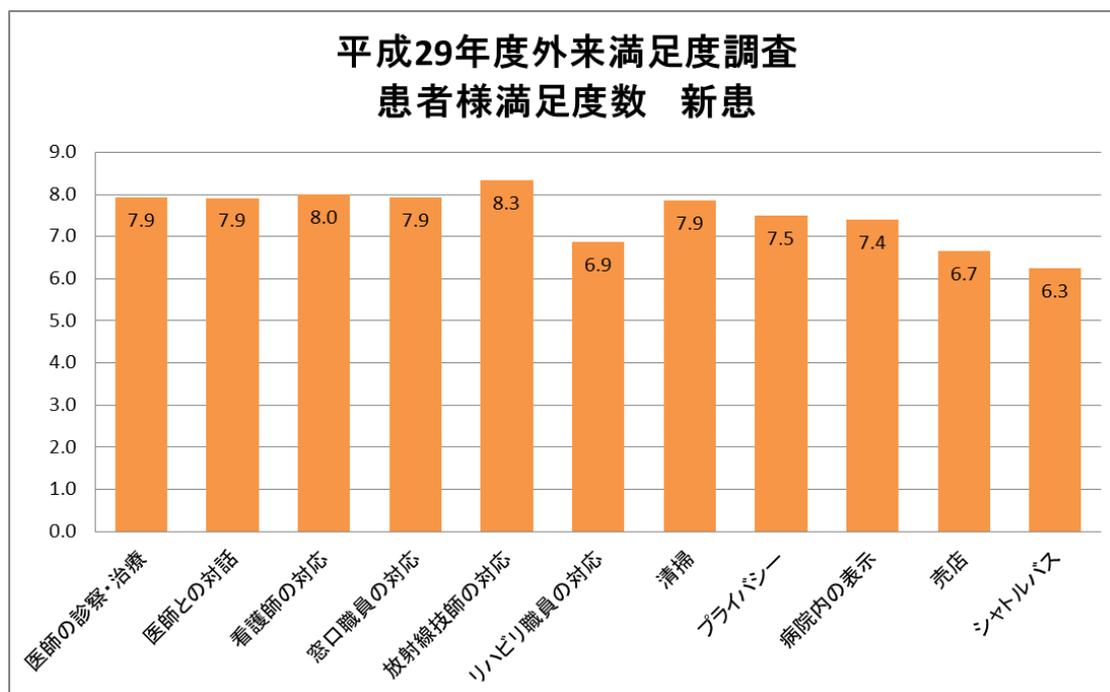
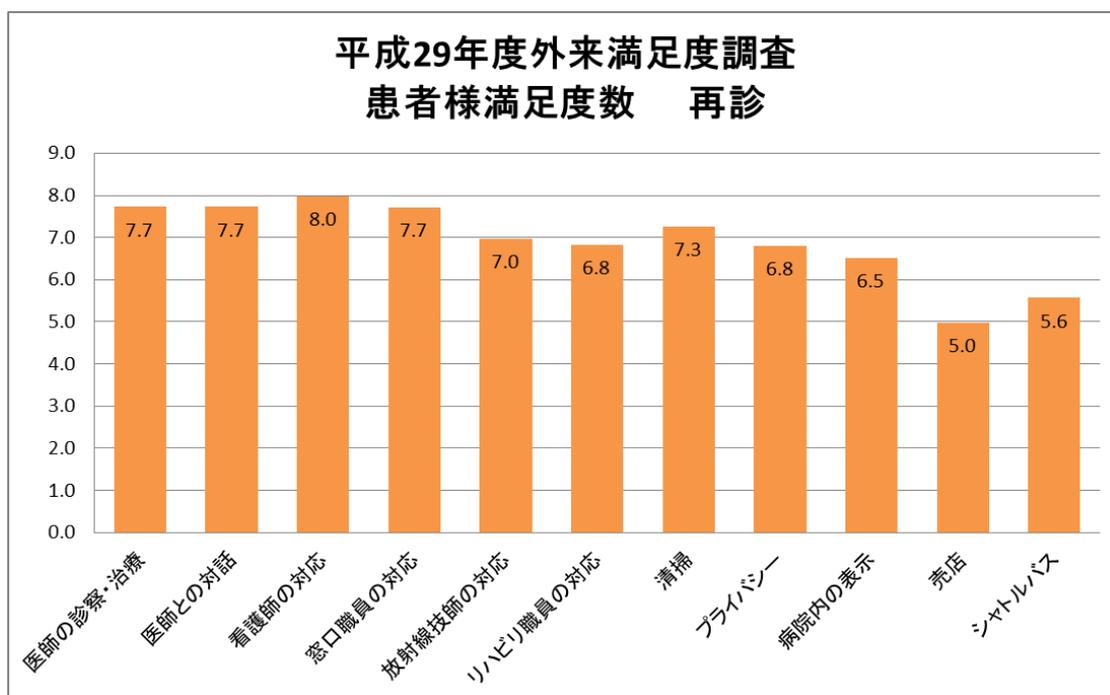
調査対象・回収枚数：再診患者 145 枚

新患者 30 枚



アンケートへのご協力ありがとうございました。結果は以下の通りになりました。非常に満足度を 10 点、満足度を 7.5 点、普通を 5 点、不満足度を 2.5 点、大変不満足度を 0 点として集計しています。診察等の待ち時間と売店について特にご意見を頂きました。出来るるところから改善していきますのでよろしくお願い致します。

サービス向上委員会



防災訓練実施

2017年11月29日(水)に4階病棟を出火元とする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。

この度はより現実に即した訓練を、ということで車椅子が出せなかった場合を想定して避難の練習を行いました。看護師も忙しい合間を縫ってスムーズに救助できる方法を模索し、いざという時にできる行動を訓練に取り入れました。

雨天により予定していたはしご車による屋上避難者の救出訓練は実施できませんでしたが、色々なパターンでの救助を体験することができ、職員が非常事態におけるそれぞれの役割、任務を再確認することができました。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。

最後に、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をお詫びし、また、ご協力いただきましたことに感謝申し上げます。

文責 事務部 植田 昌子



海峡マラソン完走



2017年11月5日(日)に第10回下関海響マラソンに出場しました。近年、膝の故障で満足する記録が出ませんでしたが、今回、2年ぶりに2時間58分00秒でサブスリー(フルマラソンを3時間以内で完走すること。)を達成しました。大会当日は天候に恵まれ、暑いくらいでしたが、沿道からの観客のあたたかい声援(「美神市立病院がんばって」、「背中に看護師募集中ってあるよ。(笑)」等)やボランティアスタッフのサポートもあり、気持ち良く走れました。また、今回、病院スタッフの松田聡さん(作業療法士)も応援に駆けつけてくれて、とても感動しました。なお、掲載している写真は松田さんが撮影してくれていました。次は、2月5日(日)開催の別府大分毎日マラソンに出場する予定です。

2時間35分をクリアできたら、私の目標としている福岡国際マラソンの出場資格が得られるのですが……。年齢を重ねる毎に目標達成が難しくなりますが、あきらめずにがんばりたいと思います。(マラソンに興味をお持ちでない方はすみません。)

文責 事務部 岡崎 輝義



認知症のはなし



「認知症」とは記憶や判断する脳の機能が低下することによって、日常生活に支障が出ている場合を言います（日常生活に大きな支障がない状態は**軽度認知障害:MCI**）。その原因となる病気は沢山あり、最も多いのは「アルツハイマー型認知症」で約半分を占めています。そして4大認知症の一つ「アルツハイマー型認知症」では初期より「もの忘れ」が特徴的な症状として現れ、少し前の記憶が無くなるなどの記憶障害の症状が『緩やか』に進みます。

【あれ？ なんだか最近おかしいな・・・】

日頃のちょっとした変化が認知症のサインだったりします。



認知症チェックをしてみましょう



- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 同じことを何回も言ったり聞いたりする | <input type="checkbox"/> 料理の味付けがおかしい |
| <input type="checkbox"/> 蛇口やガス栓の閉め忘れが目立つ | <input type="checkbox"/> ATM が使えない |
| <input type="checkbox"/> 物の置き忘れやしまい忘れが目立つ | <input type="checkbox"/> 物の名前が出てこない |
| <input type="checkbox"/> 鍵や通帳、財布などをよく探している | <input type="checkbox"/> 計算の間違いが多くなった |
| <input type="checkbox"/> 時間や場所の感覚が分からない | <input type="checkbox"/> 薬の飲み忘れが目立つ |
| <input type="checkbox"/> 日課にしていたことをしなくなった | <input type="checkbox"/> 通帳やお金を盗まれたという |
| <input type="checkbox"/> 慣れている場所で道に迷う | <input type="checkbox"/> 夜中に急に起きだして騒ぐ |

上のチェック項目にあてはまる場合は認知症の可能性もあります。周りに気になる人はいませんか？



でも、ちょっと待って下さい!!

「もの忘れの症状がこの**数週間**で**急に**進んだ」「今まで出来ていたことが**急に**できなくなった」という場合には、**脳血管障害**（脳梗塞、脳出血など）や**慢性硬膜下血腫**、**正常圧水頭症**、**感染症**、**脱水症**、**せん妄**、**うつ病**など他の病気が隠れていたり、治療することができる認知症だったりすることもあります。

そこで「あれ？ なんだか最近おかしいな・・・」と感じられたら「もう年だから、もの忘れは仕方がない」と思わずに、かかりつけ医や「もの忘れ外来」に相談をしてみてください。**早期発見**、**早期治療**につながります。



ところで、ご存知でしたか？ 当院でも「もの忘れ外来」を行っています。なにかありましたら御相談ください。

【もの忘れ外来】木曜日：午後より 予約制

MRI 検査・問診・認知機能テスト、脳神経外科：松永医師による診察

問い合わせ先：脳神経外科外来 看護師：山本

今月の料理

～大根のオイスター炒め～

☆材料 (4人分) **1人分の栄養量** 53kcal 蛋白質 3.4g 塩分 0.6g

大根	320g
人参	60g
豚ひき肉	50g
生姜	1かけ
サラダ油	小さじ1
酒	大さじ1/2
オイスターソース	大さじ1
しょうゆ	大さじ1/2



☆作り方

- ① 大根・人参はいちょう切りにする。
- ② 生姜はみじん切りにする。
- ③ 熱した鍋に油を引いて、生姜を炒め、豚ひき肉を加えて炒める。
- ④ 大根、人参を加えてさらに炒める。
- ⑤ 火が通ってきたらオイスターソース、しょうゆ、酒を加えて炒める。水分がなくなったら完成。

大根は葉に近い上の部分は甘みがあり、生で食べることがおすすめです (サラダやおろし)。真ん中はクセのない部分で煮物やおでん向きです。下の部分は辛みが強いので、細かく切って炒め物や汁物に。辛い大根おろしが好きな方は先端を使うと良いです。

栄養科

地域連携室だより

地域連携室における相談件数 (平成29年6月～平成29年11月)

	6月	7月	8月	9月	10月	11月
件数	133	126	142	111	128	123

1日平均1～2件の相談を受けています。相談内容としては①介護保険の説明や申請②在宅復帰、施設入所など退院時の調整③入院費支払など経済的相談④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⑤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

専門の相談員 (ソーシャルワーカー) が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



編集後記

新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましてはつつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。お正月はどのようにお過ごしだったのでしょうか??わたしはぬくぬくコタツムリしていました。

昨年は災害や国際問題で暗いニュースも多かったですが、皇族の婚約など嬉しい話題もありました。今年も明るい出来事の多い一年になりますように。皆様にとって良い一年になりますように。(Y・T)

平成29年度 美祢市立病院診療日程表

平成30年1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)	日野昭宏 (循環器系)	李 博文 (循環器系) (新患のみ)	李 博文 (循環器系)	日野昭宏 (循環器系)
	田部勝也 (血液・内分泌系)		西村達朗 (消化器系)		伊藤駿介 (消化器系)

外科	本間 喜一	内迫 博幸	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		河村 英文	川井 禎久
(受付時間)	8:15 ~ 11:30			8:15 ~ 11:30	
(診察時間)	8:45 ~			8:45 ~	9:00 ~

整形外科	徳重 厚典		中島 大介		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	山本 陽平		小林 由貴		沖中 洋介
(受付時間)	8:15 ~ 15:00		8:15 ~ 15:00		8:15 ~ 15:00
(診察時間)	14:00 ~		14:00 ~		14:00 ~

眼科	播磨 希			山城 知恵美	
(受付時間)	8:15 ~ 16:00			8:15 ~ 11:00	
(診察時間)	13:00 ~			9:00 ~	

小児科	飯田 恵庸	高橋一雅 または橋高節明 *隔週交代		長谷川 俊史	脇口 宏之
			高橋 一雅		
(受付時間)	8:15~11:30	8:15~11:30	8:15~16:30	8:15~11:30	8:15~11:30
(診察時間)	9:00~12:00	9:00~12:00	14:00~17:00	9:00~12:00	9:00~12:00

◆ 予防接種及び乳児健診 (要予約)
 午前: 月・火・木・金曜日 (10:30 ~ 11:00) 午後: 水曜日 (14:30~16:30)

皮膚科				一宮 誠	
(受付時間)				8:15 ~ 15:30	
(診察時間)				14:30~	

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。