

深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2023.9
No.358



JA山口厚生連

周東総合病院
☎0820(22)3456

紹介受診重点医療機関について

当院は令和5年8月1日に、県より紹介受診重点医療機関として公表されました。紹介受診重点医療機関とは、外来受診の際に紹介状が必要であり、手術・処置や化学療法等を必要とする外来、高額な医療機器・設備を必要とする外来を行っている医療機関です。

かかりつけの医療機関と紹介受診重点医療機関の役割分担により、患者さんが適切な検査や治療をよりスムーズに受けられるようになり、待ち時間の短縮等が期待されます。

紹介状なしで当院を受診をされた場合、医療費とは別に下記の料金がかかります。

・初診の場合 7,700円

・再診の場合 3,300円

1 「紹介受診重点医療機関」とは？

- 外来受診の際に紹介状が必要となる医療機関です。
- 手術・処置や化学療法等を必要とする外来、放射線治療等の高額な医療機器・設備を必要とする外来を行っています。
- 「紹介受診重点医療機関」の情報は、都道府県や厚生労働省のホームページをご確認ください。



2 紹介状を用いた受診のながれ



- 「かかりつけの医療機関」を受診後、専門的な検査や治療が必要と判断された場合に紹介状が発行されます。
- 紹介状を持って「紹介受診重点医療機関」を受診し、専門的な検査や治療を受けた後は、「かかりつけの医療機関」にて、経過を見てもらいましょう。
- 「かかりつけの医療機関」と「紹介受診重点医療機関」の役割分担により、患者さんが適切な検査や治療をよりスムーズに受けられるようになり、待ち時間の短縮等が期待されます。



いち脳神経外科医から見た 健康長寿と知的生活

脳神経外科 藤澤 博亮

私は今年65歳になりました。前期高齢者だそうです。私の外来には高齢の患者さんが沢山来られます。私は山口県内では宇部市、山口市での勤務経験がありますが、柳井医療圏の患者さんの平均年齢が一番高いように感じます。脳神経外科では脳卒中（脳梗塞、脳出血、くも膜下出血）の患者さんが多く、比較的軽症で済んだ方が外来に通って来られます。75歳以上のいわゆる後期高齢者、さらに80歳以上の患者さんは、周防大島を筆頭に生き生きされています。脳神経外科外来というと、いかめしい印象を持たれると思いますが、私の外来では、手足が痺れる、歩きにくい、といった後遺症に関する相談もあるものの、診察というよりも雑談の方が多く、ほとんど人生相談外来といった趣です。

さて、そのような方々を見ていますと健康長寿の秘訣はなんと言っても頭を使い身体を動かすことのようにです。しかも、それが日常生活に自然に組み込まれていることが重要です。元気な高齢者は農作業に関わっている方が多いように思います。TV番組の「ポツンと一軒家」などに登場する高齢者も大半が農業に携わっているようです。土壌、肥料など、かなりの勉強が必要で、無農薬栽培の工夫など相当に頭を働かせていると思います。農業以外でも漁業や林業、また、自治会長、老人会会長、保護士、民生委員など地域で重要な役割を担っている方、美術、工芸、書道、釣りなど趣味に生きる方もそうです。脳神経外科外来の第一診察室の壁という壁は患者さん達の作品で埋まっています。絵、書、工芸品など、ほとんどプロかと思まごう作品まであります。

タイトルにある知的生活とは、ハマトン「知的生活」、渡部昇一「知的生活のすすめ」などで知られる言葉ですが、端的に言って生涯学習の勧めです。常人にはなかなか真似はできませんが、本を読む、著作に励むことだけが知的生活ではありません。大事なことはとにかく頭を使うことです。上記のように、日々の生活の中で色々考えながら体を動かす、このことに最適なのが農業や漁業など自然と大きくかかわりのある営みなのではないかと思っています。健康長寿と知的生活について超高齢の患者さんから教えられることです。



市民がん講演会のご案内

コロナ禍で休止しておりましたが、今年は「肺がん治療について正しく知ろう」と題して11月18日(土)に開催します。がんの統計2022によると、がんの死亡数は、男性1位は肺がん、2位は胃がん、3位は大腸がんとなっています。一方、女性1位は大腸がん、2位は肺がん、3位は膵がんと報告されており、男女合わせると肺がんが1位です。肺がんと聞くと喫煙者というイメージが強いですが、非喫煙者であっても肺がんになることはあります。この機会にぜひ肺がんについて学びましょう。

開催日 2023年11月18日(土) 受付開始9:00～

参加者に
プレゼントあり

場所 周東総合病院 東館7階 講堂

10:00～11:00 講演 「肺がんについて知ろう」

演者 周東総合病院 副院長 瀬山 厚司 医師

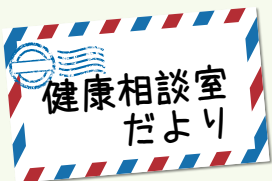
11:00～11:30 講演 「がん予防 生活習慣改善 減塩を中心に」

演者 周東総合病院 栄養科 管理栄養士

対象者 どなたでも参加できます。但し院内はマスク着用をお願いします。

申し込み方法 事前申し込み不要、参加費無料です。

当日は講演前 9時から東館7階フロアにて「自分らしく生きるためのガチャ」「乳がん触診モデル募金」等予定しています。



第32回柳井金魚ちょうちん祭りに参加しました

がん相談支援センターでは8月13日(日)柳井金魚ちょうちん祭りで乳がん触診モデルを使った自己触診の方法について啓発活動を行いました。猛暑のなか立ち寄って頂けるか心配しましたが、開始前から列ができてはじめ、開始1時間で長蛇の列ができました。

多くの若い方々にも参加いただき、総勢162名の方に「良性のしこり」と「悪性のしこり」の違いについてなど指導させて頂きました。

参加者アンケートでは、自己検診を行っている方は30%と低く、70%の方はやり方が分からない等の理由から自己検診を行っていないとの事でした。今後も自己触診方法についての啓発活動を継続し、柳井医療圏での乳がんの早期発見に貢献できればと思っています。

当日は、たくさんの方に、乳がん触診モデル募金ガチャや糖尿病チームのカロリークイズにもご参加いただきありがとうございました。ご寄付いただいた募金につきましては、14台目の乳がん触診モデルの購入に活用させていただきます。



がん相談支援センター 森山・佐川

外来診療担当医表

(令和5年9月)

診療科名	受付時間	月	火	水	木	金	
内科 (●消化器 ●血液疾患 初診:紹介予約制 2次検診:予約制)	8:30) 11:00 (循環器の 2次検診は 火・水・木・日 10:00まで に受付)	消化器 1診	小沢博和		清時 秀	小沢博和	清時 秀
		消化器 2診	松浦桂司		松浦桂司	中島崇雄	中島崇雄
		循環器 3診	西村 傑	梶井俊郎	梶井俊郎	西村 傑	
		循環器 4診	松田昌文 (第2・4週)	弘本光幸	沢 映良	弘本光幸	沢 映良
		循環器 5診	石堂亜希	石堂亜希	濱田梨紗子	濱田梨紗子	石堂亜希
		循環器 6診	安永 満 (消化器)		弘本光幸 (循環器・再診のみ)	安永 満 (消化器)	
外科	8:30) 11:00	瀬山厚司	井上 隆	瀬山厚司	井上 隆	林 雅規	
		上田晃志郎	林 雅規	菅 淳	上田晃志郎	菅 淳	
乳腺外科	8:30~11:00	松並展輝	(手術日)	松並展輝	松並展輝	松並展輝	
整形外科 (初診は紹介のみ)	8:30) 11:00	1診	木村光浩 (初診)	茶川一樹 (初診)	(手術日)	茶川一樹 (再診)	木村光浩 (再診)
		2診	河野祥太郎 (再診)	平田健司 (再診)		河野祥太郎 (初診)	平田健司 (初診)
		3診	三宅達也 (初診)				三宅達也 (再診)
脳神経外科	8:30~11:00 (9:30より診療開始)	藤澤博亮 (手術日)	藤澤博亮	藤澤博亮	藤澤博亮	弘田祐己 (手術日)	
産婦人科	8:30) 11:00	平田博子	津山重夫	平田博子	津山重夫	平田博子	
		中野仁美	平田博子	中野仁美	中野仁美	中野仁美	
	午後	予約再診		予約再診	予約再診		
小児科	8:30~11:00	堀田紀子	山縣由希子	堀田紀子	堀田紀子	山縣由希子	
	予約制 (詳細は次ページにて)	健 診			健診・神経外来 (松藤博紀 第3週)		
泌尿器科	8:30) 11:00	岡真太郎	福田昌史	長尾一公	長尾一公	福田昌史 (第1・3・5週は初診のみ)	
		長尾一公 (再診のみ)	馬場良和 (再診のみ)	福田昌史 (再診のみ)	馬場良和 (再診のみ)	1・3 5週	長尾一公 (再診・2次検診)
		長尾一公 (2次検診)	福田昌史 (2次検診)	福田昌史 (2次検診)	長尾一公 (2次検診)	2・4 週	松山豪泰 (初診・2次検診)
皮膚科	9:00~11:00 紹介予約制	田中由華	田中由華		田中由華	田中由華	
	9:00~11:00 紹介予約制			4週 下村 裕			
耳鼻咽喉科	8:30~10:30 (10:30より診療開始)	藤井博則		増満俊喜		堀 健志	
眼科 (初診は紹介のみ)	8:30~11:00 (火曜日のみ 受付は10:00まで)	山本和隆	山本和隆 (再診)	山本和隆 (初診・再診)	(手術日)	原口愛子	
			原口愛子 (初診・再診)	原口愛子 (再診)			
脳神経内科	8:30~11:00 紹介予約制					根本 壊	
放射線科	8:30~11:00 紹介予約制			河村武郎			
歯科口腔外科	紹介予約制	(手術日)	宮本寿太郎	宮本寿太郎 内田堅一郎	宮本寿太郎	宮本寿太郎	

☆脳神経外科(月・金)は手術日のため、外来診療中止の場合があります。

専門外来 (予約制)

整形外科 ※紹介予約制

関節外科 (月)木村医師
(金)平田医師
脊椎外科 (火)茶川医師

現在受診されている医療機関の紹介状をお持ち下さい。

お問い合わせ

整形外科外来
0820(22)3456 内線1147

そけいヘルニア専門外来

(火) 受付13:30~15:30
(小児) 井上 隆 ※紹介予約制
(成人) 林 雅規
※予約外でも受診可能です

お問い合わせ

外科外来
0820(22)3456 内線1125
14:00~16:00

放射線治療外来 ※紹介予約制

(月) 田口医師
(木) 高橋医師

助産師外来

妊婦保健指導 (月・水・木)9:00~15:00
// (火・金)9:00~11:00
費用：妊婦健診料に含まれます。

母乳外来 (月~金)

費用

- ①発熱・痛みなど症状のある方：
保険適応(医師の診察)
- ②助産師のケア・相談のみの方：
自費2,000円/回

ご相談をお受けします。
まずはお電話ください。

お問い合わせ

産婦人科外来
0820(22)3456 内線1501

小児科

乳幼児健診(月・火・木・金)
14:00~14:30
※月・木は1ヶ月健診のみ
火・金は1ヶ月健診以外

予防接種 (火・金)
14:30~16:00

慢性疾患外来(水)
14:00~16:00

神経外来 第1・3(木)
14:00~16:00

お問い合わせ

小児科外来
0820(22)3456 内線1511
11:00~12:30(月~金)
14:00~16:00(月・木)

禁煙応援外来

(月・火・水) 14:00~16:00
一定の条件を満たせば保険適用となります。まずはお気軽にご相談下さい。

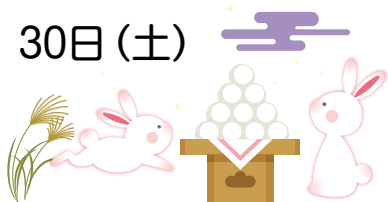
お問い合わせ

健康管理センター
0820(22)3456 内線1251

9月の全科休診日



2日(土)	17日(日)	
3日(日)	18日(月)	敬老の日
9日(土)	23日(土)	秋分の日
10日(日)	24日(日)	
16日(土)	30日(土)	



糖尿病教室 9月予定

7日(木)	糖尿病ってどんな病気	石堂医師
8日(金)	糖尿病合併症のお話	濱田医師
11日(月)	糖尿病のお薬の話	薬剤師
12日(火)	糖尿病の運動療法	理学療法士
13日(水)	糖尿病と足の関係・ 体調が悪いときの対応	外来看護師
14日(木)	糖尿病の食事療法	管理栄養士

場所：玄関棟2階 多目的室
時間：14:00~15:00

※予定は変更される場合があります。

お問い合わせ 周東総合病院 内科外来
0820(22)3456 内線1139

「認知症ケアチーム委員会」の紹介

看護部では、「認知症ケアチーム委員会」を毎月1回開催しています。

メンバーは各病棟から選出された看護師で構成されていて、認知症患者さんにどのように接していけばより良い看護になるのかを検討しています。時に、事例検討での意見交換では、看護師一人ひとりの思いがあふれてしまい話が収まらないこともあります。

認知症患者さんが安心して入院生活を送れるよう色々な工夫をしていますが、看護の力だけでは及ばないこともあります。そのため委員会では、医師や薬剤師にも相談しながら患者さんの入院生活を支援しています。

認知症ケアチーム委員会では、患者さんも看護師も笑顔になれるよう30分程度ではありますが、サロン（談話室）でゆっくりくつろいでいただけるような活動をしています。そこでは演歌や相撲など患者さんがお好きなものを視聴していただき、時にはみんなで歌を歌いながら手拍子をしたり踊ったりしています。

コロナ禍でしばらく開催できていませんが、感染状況を見ながら、またサロンのような空間が提供できればと思っています。

認知症は誰もがなり得る疾患です。認知症をよく理解したうえで、入院生活が少しでも笑顔になれるような看護ケアを続けていきたいと考えています。

(認知症ケアチーム委員長 片山 美代子)



お薬を砕いても大丈夫？



飲み薬の形にはさまざまな種類(剤形)があり、錠剤・カプセル剤・散剤(粉薬)・液剤などがあります。錠剤の中には大きいものもあり、飲み込みが難しい患者さんにはお薬を粉砕してお渡しすることもあります。しかし、お薬の中には粉砕すると身体への吸収が低下し効果が減弱したり、逆に効果が増強して副作用が強くなる恐れがあるものもあります。また、お薬によっては粉砕することで苦味が強くなるものもあります。そのため、製造過程で様々な工夫が施されています。

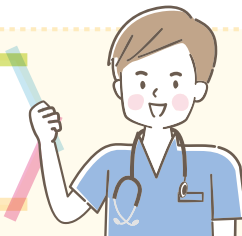
具体的には、腸で溶けるよう工夫がされたもの(腸溶錠)、ゆっくり溶けながら長時間効果が持続するもの(徐放錠・徐放カプセル)、防湿や味・臭いのマスキングのため表面をコーティングされたものなどが挙げられます。これらのお薬は粉砕や脱カプセル(カプセルの中身を取り出すこと)をしまうと、製造過程で工夫された技術が失われ、本来の効果がしっかり発揮できなくなる恐れがあります。

基本的にお薬はご自身で砕いたりせず、吸湿や安定性・衛生上の観点から、服用する直前に包装や一包化の中からお薬を取り出すようにしましょう。

もし飲み込みが難しいと感じられる場合は、医師・薬剤師にご相談ください。

(薬剤科 松元 大地)

初めまして!臨床工学科新人の佐伯です。



〇初めまして! 臨床工学科新人の佐伯です。

皆さん初めまして。今年4月より新たに臨床工学科の一員となりました 佐伯 雅哉(さいき まさや)です。さえきではなく、さいきです!珍しい方の佐伯です。広島工業大学を出て1年間岩国の透析クリニックで働き、このたび周東総合病院の臨床工学科に就職することとなりました。

透析クリニックでは、透析機器のメンテナンス、穿刺やバイタルチェックなど透析に関する業務全般を行っていました。特に透析機器では、機器内部の分解、交換、調整といったメカニク的な部分に力を入れていました。

周東総合病院へは、心・血管カテーテルや呼吸器、機器管理、透析など、すべての業務に挑戦したいという思いがあり転職してきました。

現在、業務にあたっている中で、心・血管カテーテルでの清潔野での医師の介助は初めての経験で四苦八苦しつつも日々業務を行っています。

話は変わりますが、私はいま一人暮らしをしています。大学在学中と前職場では家賃節約のため実家からの通勤・通学を選択していましたが、待機に伴い家を出ることしました。節約と面倒の狭間で揺れ、自炊とサボりが6:4になり、半々になる未来がすぐそこまで迫っている今日この頃です。最近では土用の丑の日にウナギを買ってみました。斜めに薄く切った後、電子レンジを駆使して酒蒸しにしてタレをかけてチン、少し冷ましてなじませてからチン。簡単ですが上手く仕上がって大満足でした。次は来年かな…と思っています。

日々業務に励み自身を磨くことで、1日でも早く任せてもらえる臨床工学技士になりたいと思います。



みなさまの声 に対する回答

Q 総合受付における受付の表示について
現在、総合受付には「初診」と表示された窓口と「紹介」と表示された窓口があります。私は初診なので「初診」の列に並んだところ、「紹介」の方に並んでくださいと言われた。受付の人に「初診」ではないのかと聞くと、今現在は初診の人も紹介の人も「紹介」の方に並んでいただいていますとのこと。

それなら受付の表示も分かりやすく、「初診」の文字は消し、「紹介」→「初診・紹介」に変えてほしい。初診の人は間違ってしまうので、よろしくお願いします。

A 受付の表示についてのご意見ありがとうございます。
朝の混み合う時間帯に限り、受付でお待ちいただく時間を少なくするよう「紹介」の窓口で受付処理を行い、「初診」の窓口で説明や案内を行うようにしております。

ご意見のとおり、現在は初診の方が間違ってしまうので、初診患者さんと紹介患者さんが同じ窓口に並んでいただけるような表示に変更させていただきました。

休日がん検診のご案内(女性限定)

平日にがん検診を受ける時間がとれない女性を対象に、「休日の乳がん検診・子宮がん検診」を実施します。ご予約は先着順で予約枠に限りがありますので、お早めにお申し込み下さい。

日時 令和5年11月12日(日) 8:30~12:30

対象者 子宮がん検診……20歳以上
乳がん検診(マンモグラフィー)……40歳以上

料金 助成制度があり、自己負担額はお住まいの地域や年齢などにより異なります。お気軽にお問い合わせください。

**お申し込み
お問合せ** 周東総合病院 健康管理センター(平日10時~16時)

検診を受けられた方全員にささやかなプレゼントを用意しています。



お楽しみ

クロスワード

パズル



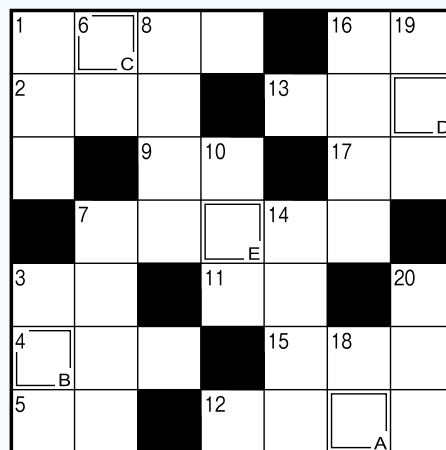
ヨコのカギ

- ①秋桜と呼ばれることもある花
- ②有効利用されていない土地
- ③イガに守られた実がなります
- ④野球では右翼手ということも
- ⑤小説家がつづるもの
- ⑦寒くなる頃に日本に飛んでくるものもいます
- ⑨春日局は徳川家光の——でした
- ⑪刺し身にのっていることもある花
- ⑫手紙のこと。往復——
- ⑬絵を描いたり粘土細工をしたりする教科
- ⑮ローマやカイロ、マニラなど
- ⑯日本海に大きく突き出た——半島
- ⑰白川郷や下呂温泉で知られる県

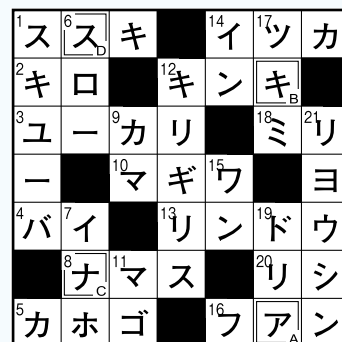
タテのカギ

- ①オーストラリア固有の動物。子守熊ともいいます
- ③スペード、ハート、ダイヤ、——
- ⑥なるべく——嫌いをせずに食べてね
- ⑦2枚の書類にまたがるようにはんこを押します
- ⑧カラオケでのレパートリー
- ⑩HPと表される仕事率の単位
- ⑭秋の夜長にページをめくりつつ楽しめます
- ⑯木材を切る道具
- ⑱天井と向かい合っています
- ⑲絹ごしや木綿があります
- ⑳リレーの選手がつかなく物

二重マスの文字をA~Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?



《先月号の答え》 A B C D
ア キ ナ ス



【休日昼間や平日夜間の場合、軽症の方は休日夜間応急診療所などをご利用下さい。】

●休日夜間応急診療所 Tel0820-22-9001

(受付:平日19時~21時30分、休日9時~11時30分、13時~16時30分)

●山口県小児救急医療電話相談 Tel#8000、083-921-2755 (受付:19時~翌8時)