

深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2023.10
No.359



JA山口厚生連

周東総合病院
☎0820(22)3456

ふれあい看護体験

当院では、中学生や高校生に看護の体験を通して看護職に興味を持ってもらうため「ふれあい看護体験」を毎年開催しています。今年は近隣の高校から1年生と2年生の応募があり8月2日(水)に開催しました。

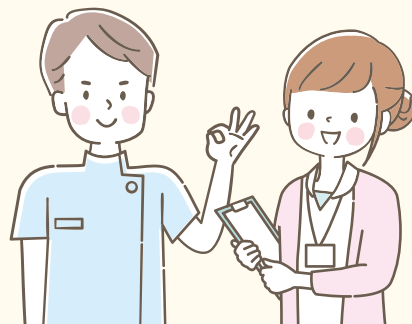
午前中は、血圧測定、車椅子移乗やストレッチャー移送体験、AEDの使用方法、感染予防のための防護服の着脱などを体験していただきました。午後からは病棟で、実際の看護師や助産師が働いている姿を見学してもらい、一緒にできる看護ケアを体験されました。

参加した高校生からは「よりいっそう看護師になりたいと思った。」など、とても嬉しい感想をいただきました。



人形による新生児
おむつ当て体験

人形だけど
赤ちゃんかわい〜



ストレッチャー
移送体験



車椅子体験

来年は中学生、高校生を対象に開催する予定です。看護の仕事は地域に貢献できる素晴らしい仕事です。「看護に興味がある」「将来は看護師になりたい」と考えている中学生、高校生の参加をお待ちしています。

(看護部 教育担当師長 桑江)

ホームページでもご覧になれます。 <https://shuto-hp.jp/>

病院理念

私たちは患者様ひとりひとりが満足できるよう質の高い医療の提供に努力し、心から親しまれ、信頼され、愛される病院を目指します。

MRIについて

放射線科 部長 河村 武郎

診断に用いられる検査機器は数多くありますが、その中でも体の断層写真が撮影できるCTとMRIは、一度の検査で得られる情報が非常に多く、日々の診療に不可欠です。当院では1日あたりCTで30～50件、MRIで10～20件程度施行されています。2021年のCT更新に続いて、今年の4月にはMRIが更新されましたので、今回はMRIを中心に説明したいと思います。



MRI (Magnetic Resonance Imaging) は日本語で磁気共鳴画像と訳されます。X線は使用せず、強い磁石と電波を使って撮影する装置です。人体には無害です。物質が強力な磁場の中に置かれ、特定の周波数の電波を照射されると、水素原子が同じ方向を向きます。核磁気共鳴と呼ばれる現象で、MRIの名前の由来です。この電波を切ると各組織の原子はそれぞれ独自の速さで元の安定した状態に戻っていきます。それを画像化するのがMRIの基本的な原理です。CTはX線の透過性の程度しか画像化できませんが、MRIは水、脂肪、血流、分子の拡散運動など、撮影方法によって様々な情報を強調し、画像化することができます。特に有用なのが脳神経、整形領域です。急性脳梗塞は前述の分子の拡散運動を画像化する手法で、ごく小さなものでも早期から検出可能であり、併せて造影剤なしに脳血管の情報も得られます。関節の靭帯や半月板などはCTではほとんど見えませんが、MRIでは良好に描出できます。その他、CTでは見えないような微量な脂肪成分、血液成分などを検出し、診断につながることもあります。

無害で多くの情報が得られ、良いこと尽くめのように聞こえますが、CTに劣る点もあります。撮影に時間がかかり広範囲の撮影が難しいこと、磁力を利用するので金属が苦手なこと、寝台が狭い筒のような構造のため閉所恐怖症の人には検査が難しいことなどがあります。撮影時間については、装置が新型になったことによって、今までの半分～2/3程度と、ずいぶん高速化されました。金属については、過去約30年以内なら、手術で埋め込まれたものは概ね問題ありません。循環器内科医の診察は必要ですが、最近ではペースメーカーを埋め込まれている人でも撮影ができることが多いです。当院にはありませんが、閉所恐怖症対策についてはオープン型MRIといって、閉塞感の少ないMRI装置が導入されている施設もあります。

新しいMRI装置においては、高速化・高画質化の恩恵が非常に大きいと感じています。放射線科スタッフ一同、よりよい検査のため日々研鑽を重ねて参ります。

◆ 新人紹介 ◆

4月から新しい診療放射線技師が加わりました。

林田 岳大 (はやしだ たけひろ: 光市出身: 川崎医療福祉大学卒業)

この4月に入職しました診療放射線技師の林田岳大です。光市出身で学生時代はバスケットボールをしていました。入職して約半年になり、1人でできるようになった仕事が増えてきました。

趣味は筋トレで、光市にある24時間ジムに通っています。ここで筋トレと身長について話してみようと思います。成長期に筋トレをしていると、身長が伸びないという話をよく聞きます。しかし、筋トレをすると成長ホルモンが分泌されます。また、骨の長軸方向が圧迫されることにより骨が逆に伸びようとする刺激を与えられるため、成長期に筋トレをして栄養のある食事を摂ることで身長を伸ばす手助けができます。他にも基礎代謝の向上や骨粗鬆症の予防もできるので、皆さんも是非筋トレを始めてみませんか。

川崎 由裕 (かわさき よしひろ: 柳井市出身: 岡山大学卒業)

今年度入職しました診療放射線技師の川崎由裕です。柳井市大畠の出身で、大学での4年間以外ではずっと柳井市にいました。地元である周東総合病院で働くことができうれしく思います。

趣味はスノーボードや野球、サッカーなどいろいろなスポーツです。見ることも実際にすることも好きです。久しぶりに夏の甲子園で声出し応援が可能になり、非常に盛り上がりがあり自分も熱くなりました。また旅行も好きなので、冬にはスノーボードと観光を兼ねて、雪の多い北海道や東北、北信越の方へ行ってみたいです。

働いて半年ほどたちました。まだまだ出来ないことも多いですが、先輩方が優しく丁寧に教えてくださるので少しずつ出来るが増えてきたように思います。また10月から当直に入るようになるので、より一層努力していきたいです。

10月

ピンクリボンキャンペーンのご案内

今年も当院では、乳がん啓発のための活動として右記活動を行います。10月は様々な場所でピンクを目にしたいと思います。乳がんは早期発見早期治療で治る病気です。ご自身・家族のために自己検診、がん検診を行いましょ。

- ① 職員のピンクリボンバッチ装着
- ② 病院看板のピンクのライトアップ
- ③ 横断幕によるPR
- ④ 平日時間内 正面玄関にて乳がん触診モデル体験
- ⑤ 乳がん等に関する無料冊子の設置

がん相談支援センター

外来診療担当医表

(令和5年10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3・5週)	弘本光幸	沢 映良	弘本光幸	沢 映良
		血液系 5診	石堂亜希	石堂亜希	濱田梨紗子	濱田梨紗子	石堂亜希
		血液系 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1・4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

10月の全科休診日

1日(日) 21日(土)

7日(土) 22日(日)

8日(日) 28日(土)

9日(月) スポーツの日 29日(日)

14日(土)

15日(日)



糖尿病教室 10月予定

12日(木) 糖尿病ってどんな病気 石堂医師

13日(金) 糖尿病合併症のお話 濱田医師

16日(月) 14時~
糖尿病のお薬の話 薬剤師

15時~
糖尿病の運動療法 理学療法士

19日(木) 糖尿病の食事療法 管理栄養士

20日(金) 糖尿病と足の関係・
体調が悪いときの対応 外来看護師

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。
ご了承ください。

お問い合わせ

周東総合病院 内科外来
0820(22)3456 内線1139

10月は「臓器移植普及推進月間」です

毎年10月は「臓器移植普及推進月間」です。臓器移植は、病気や事故によって臓器の機能が低下し移植でしか治らない人に、他の人の臓器を移植することで健康を回復させる医療です。健康な家族からの肺・肝臓・腎臓などを提供する生体移植と、亡くなられた人(脳死後または心臓が停止した死後)からの臓器提供による移植があります。

グリーンリボンデーについて 

グリーンリボンは世界的な移植医療のシンボルです。10月16日は家族や大切な人と「移植」のこと、「いのち」のことを話し合い、臓器提供に関する意思を確認する日「グリーンリボンデー」としています。「もしものとき、誰かの命を救うことができるかもしれない。」「もしものとき、自分の命を助けてもらうかもしれない。」わたしたち一人ひとりが臓器提供について考え、家族と話し合い、自分の臓器提供に関する意思を表示しておくことが大切です。

臓器提供の意思表示について

臓器提供の意思表示は、「健康保険証」「運転免許証」「マイナンバーカード」「意思表示カード」「インターネットによる意思登録」で意思表示をすることができます。

(院内移植コーディネーター)



オンラインズドジェネリック (AG) について

近年、ジェネリック医薬品が普及し、多くの人が利用しておられると思います。当院でもジェネリック医薬品の使用を推奨しており、先発医薬品からジェネリック医薬品へ順次切り替えを行っているところです。ジェネリック医薬品は先発医薬品と同じ有効成分を使っており、品質、効き目、安全性が同等で薬価が安いのが特徴です。また、国の医療費は年々増加しており、ジェネリック医薬品の重要性はますます高まっている状況です。そのジェネリック医薬品の中でもオンラインズドジェネリック(AG)というものがあります。AGが従来のジェネリック医薬品と異なる点としては、製造方法や添加物が先発医薬品と同一であることです。先発医薬品からジェネリック



医薬品に切り替わった際に、添加物が原因で体に合わなくなった患者さんはAGを試してみるのも手かもしれません。AGに承認された医薬品はまだ少ないですが、今後さらに普及していくと思われます。

(薬剤科 吉山 昂佑)



柳井医師会・周東総合病院主催 第18回 合同情報交換会参加報告

「地域が求める周東総合病院の役割と急性期病院の役割のギャップを埋めることができるのか?」というテーマで開催された合同情報交換会。ディスカッションテーマは「地域が求める周東総合病院の役割は何か?」「周東総合病院が急性期病院の役割を果たすために地域や住民ができることは何か?」でした。

グループワークでは「医療機関、介護施設、行政、それぞれ人材不足であること」「休日夜間応急診療所を活用すること」「かかりつけ医をもつこと」などの話題が出ました。

各グループの発表で、民生委員の方から「病院の実情がよくわかった。もっと病院の実情を住民に周知した方がいい」開業医の先生からは「こういう機会を企画運営するのも周東総合病院の大事な役割のひとつ」介護施設相談員の方からは「それぞれがお互いの役割を理解して連携することが必要」といった意見があり、地域住民に向けて医療機関の役割を理解してもらう重要性を改めて感じました。施設に関しても同様で、老人保健施設、老人ホーム、グループホーム、サービス付き高齢者住宅など利用する方に合った行き先を情報収集したうえで入所にむけた調整をすること、それぞれの役割を理解することの重要性を再認識しました。

今回4年ぶりの現地開催、守田名誉院長が「顔を合わせることの大切さ」また、「参加してくださる地域の方のおかげで長年この会を継続できている」ことを言われていました。久しぶりにみなさんとグループワークでき、私自身も有意義な時間でした。当日参加して頂きました周防大島町長 藤本 浄孝様 田布施町長 東 浩二様 平生町副町長 友田 隆様をはじめ参加者合計158名の皆さまに感謝申し上げます。

周東総合病院 訪問看護ステーションいちご 野村 美穂



急性期病院とは

急性期病院とは、急性発症した病気やケガの治療あるいは検査・手術など入院治療を行う病院のことです。「急性期」とは病気の発症日や入院治療を開始した日からおおよそ14日間以内が急性期の目安とされています。その後、病状が回復・安定しリハビリ等により在宅復帰を目指す期間を回復期といい、急性発症した病気や高齢者の骨折など疾患によりませんが、1か月～4か月程度が回復期の目安になります。





インフルエンザワクチン接種について

対象者	65歳以上の方	高校生～65歳未満	中学生以下
接種場所 (問合せ先)	健康管理センター	健康管理センター	小児科外来
接種期間	11月13日(月)～ ワクチン終了まで	11月13日(月)～ ワクチン終了まで	10月20日(金)～ ワクチン終了まで
接種日時	月曜日 (13:30～15:30)	月曜日 (13:30～15:30)	毎週 火・金曜日 (14:30～16:00)
予約の有無	不要 (玄関棟1階紹介窓口で当日申込) (11:00～15:00受付)	不要 (玄関棟1階紹介窓口で当日申込) (11:00～15:00受付)	完全予約制 予約窓口は小児科外来 月・水・木曜日 (15:00～16:00)
接種料金(1回目)	1,490円 *市・町によって 異なる場合があります。	4,950円	4,400円
接種料金(2回目) (1回目を当院で接種)			3,300円(1回目を当院で接種) 1回目を他院で接種の場合は4,400円 *2回目接種は6ヶ月～12歳の方のみ

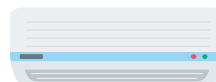
※注意事項

- インフルエンザワクチンは流通する数量に限りがあります。そのため、ワクチンがなくなり次第接種期間は終了となります。
- 自己負担が免除される方は、各市町が定める提出書類等をワクチン接種当日に持参してください。(提出書類は市町により異なります)
- 60歳以上で、重篤な腎疾患・心疾患等で公的補助が使用できる方は、障がい者手帳をご持参ください。
- 医師の都合等により急遽中止になる場合があります。ご容赦ください。
- 事前予約はしていませんが(中学生以下は除く)、当日のワクチン在庫状況によって接種できな

みなさまの声 に対する回答



エアコンの空気の出入口が汚れている。



ご不快な思いをお掛けしており、誠に申し訳ありません。給排気口の清掃については年2回定期的に実施しておりますが、部屋の環境や使用状況によって汚れ具合に差があります。患者さんから指摘・要望があった場合には、その都度、対応するようしておりますので、スタッフに申し出て頂ければと思います。

今月のクロスワードパズルはお休みです

先月号クロスワードパズルの答え

カラスウリ

【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)