

# 深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2026.3  
No.388



JA山口厚生連

周東総合病院  
☎0820(22)3456



山口県厚生農業協同組合連合会

## 周東総合病院

## 看護師募集

### 募集職種

看護師 正職員

### 応募資格

令和8年3月 養成学校卒業見込の者  
又は 看護師免許既得者

### 応募先

日程調整のうえ採用試験を行います  
周東総合病院 総務課までご応募ください

### 試験内容

- 1 選考試験：適性試験 及び 面接
- 2 試験会場：周東総合病院



### 給与等

新卒 270,698円  
25歳 306,396円  
35歳 394,626円



※基本給に諸手当(平均)を算入した支給額です。  
基本給は経験年数によって加算されます。

賞与：年4.5ヶ月(令和7年度実績)

山口県厚生農業協同組合連合会(JA山口厚生連)

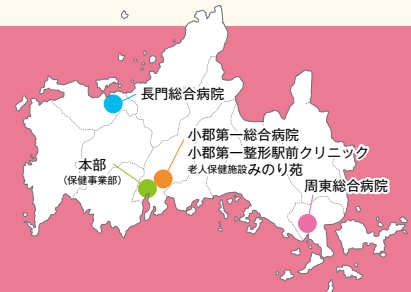
## 周東総合病院

山口県柳井市古開作1000-1 担当：総務課 藤川

TEL：0820-22-3456

<https://shuto-hp.jp/>

採用の詳細情報は  
こちらです!



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

### 病院理念

私たちは患者さん一人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。



### 敷地内禁煙

病院内や駐車場など、  
当院の敷地内は全面  
禁煙となっております。

看護部公式Instagram



@SHUTO\_HSP.NURSE

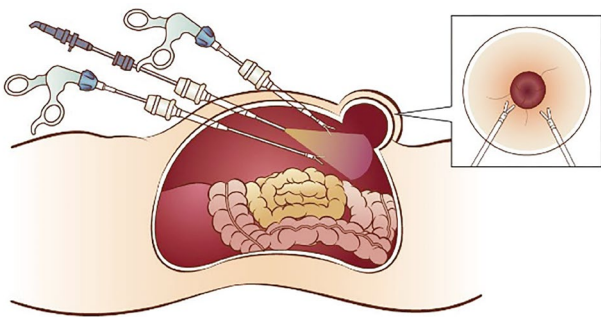
# “脱腸”を放置しないで —年間50万人が発症する身近な病気—

外科 林 雅規

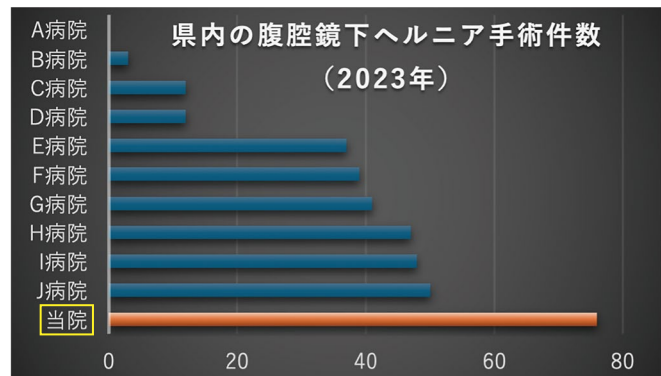
「足の付け根が膨らむ」「立つと膨らみ、横になると引っ込む」——こうした症状があると、いわゆる“脱腸”と呼ばれる鼠径ヘルニアの可能性がります。年間およそ50万人が発症すると言われるほど身近な病気ですが、治療を受けるのは3割程度にとどまり、多くの方が「痛くないから」と受診を先延ばしにしているのが現状です。

鼠径ヘルニアは自然に治ることはなく、放置すると腸が戻らなくなる「嵌頓<sup>かんとん</sup>」という状態に陥ることがあります。嵌頓が起こると激しい痛みや嘔吐を伴い、緊急手術が必要になります。腸の状態によっては切除が必要になることもあり、その場合は開腹手術で約2週間の入院が必要となります。一方、早期に治療した場合の入院は3日程度で済むことが多く、放置せず早めの受診をお勧めします。

治療の基本は手術ですが、近年は腹腔鏡下鼠径ヘルニア手術により、体への負担は大きく減りました。小さな傷で術後の痛みも軽く、日常生活への復帰が早いことが特徴です。当院はこの腹腔鏡下鼠径ヘルニア手術に力を入れており、腹腔鏡下鼠径ヘルニア手術症例数は県内最多です。安定した症例数は、技術と信頼の証です。



腹腔鏡下鼠径ヘルニア手術



また、当院には県内で唯一の「内視鏡外科学会 技術認定医(ヘルニア領域)」が常勤しており、これまで多くの患者さんに安全な治療を提供してきました。再発率は全国平均2~3%に対し、当院では0.2%未満(累計500例以上で1例のみ)と全国トップクラスの成績です。

さらに、当院ではすべての手術で5mmポートを使用しています。多くの施設で用いられる12mmポートと比べて傷が小さく、痛みが少なく、整容性にも優れています。

一般的に受診が遅れがちな理由の一つに、「恥ずかしい」「年齢のせいだと思っていた」という誤解があります。鼠径ヘルニアは決して珍しい病気ではなく、誰にでも起こり得るものです。特に、重い物を持つ仕事、慢性的な咳、便秘、前立腺肥大など“いきみ”が多い生活習慣は発症のリスクを高めます。気になる症状があれば、遠慮なくご相談ください。

最後に、日本ヘルニア学会は啓発活動の一環として6月1日を「鼠径ヘルニアの日」に定めています。これは学会の法人化記念日(2023年6月1日)であり、数字の「6」が“飛び出したヘルニアの形”に似ていることに由来します。この日をきっかけに、足の付け根の膨らみや痛みを見逃さず、早めの相談につなげていただければと思います。



12mmポートの手術創



5mmポートの手術創

私は周東総合病院に就職して30年以上になります。少し昔話になりますが、私が就職した当時は患者さんのカルテは紙カルテ、X線撮影はフィルムの時代でした。

例えば手足などの骨撮影では、フィルムを入れたカセットという板を使い、現像機にセットするとフィルムが現像されて出てくるといった仕組みでした。

その後、CR（コンピューテッド・ラジオグラフィ）が導入され、アナログからデジタルへと大きく変化しました。一般の写真撮影でも、フィルムを写真店で現像してもらう時代からデジタルカメラ、そして現在ではスマートフォンで撮影してそのまま保存する時代へと変わりましたが、医療の現場でも同じような進化が起きています。

また、病院のカルテも電子カルテとなり、画像もコンピュータ画面上で参照するため、フィルムを使用することは無くなりました。

現在はCRから更に進化したFPD（フラットパネルディテクタ）と呼ばれる装置で主に撮影を行っています。FPDでは撮影した画像が無線でコンピュータに送られ、その場で画像が確認できるため、撮影効率が向上しています。検査の待ち時間ができるだけ少なくなるよう、撮影室も振り分けて対応しております。

検査内容によって使用する撮影室が限られ、お待たせする場合もあるかと思いますが、スタッフ一同努力しておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

（放射線技術科 峯重 正紀）



# 外来診療担当医表

(令和8年3月)

診療科名	受付時間		月	火	水	木	金
<b>内科</b> (●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・木曜日 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
			2診 松浦桂司		松浦桂司	中島崇雄	内田貴之
		循環器	3診 梶井俊郎	梶井俊郎	山本麻紀子	山本麻紀子	
			4診 松田昌文 (血液内科第1・3週)	弘本光幸	沢 映良	弘本光幸	沢 映良
		血液疾患	5診 石堂亜希	午前 弘田弘子 午後 石堂亜希 (再診)	佐々木貴宏	午前 弘田弘子 午後 佐々木貴宏 (再診)	石堂亜希
			6診 午前 弘本光幸 (循環器)		午前 安永 満 (消化器)	午後 内田貴之 (再診) (消化器)	安永 満 (消化器)
<b>外科</b>	8:30 ) 11:00		瀬山厚司	井上 隆	瀬山厚司	井上 隆	林 雅規
			池下貴広	林 雅規	菅 淳	池下貴広	菅 淳
<b>乳腺外科</b>	8:30~11:00		松並展輝	(手術日)	松並展輝	松並展輝	松並展輝
<b>整形外科</b> (初診は紹介のみ)	8:30 ) 11:00	初診	茶川一樹 又は 平田健司	茶川一樹	米原孝則	平田健司	上田誠也
		再診	米原孝則	上田誠也	木村光浩	茶川一樹	木村光浩
<b>脳神経外科</b>	8:30~11:00 (9:30より診療開始)		藤澤博亮	藤澤博亮	藤澤博亮	藤澤博亮	弘田祐己
				弘田祐己			
<b>産婦人科</b>	8:30 ) 11:00		平田博子	津山重夫	平田博子	津山重夫	平田博子
			末田充生	末田充生	末田充生	末田充生	末田充生
	午後		予約再診		予約再診	予約再診	
<b>小児科</b>	8:30~11:00 予約制 (詳細は次ページにて)		堀田紀子	山縣由希子	堀田紀子	堀田紀子	山縣由希子
					慢性疾患外来 (堀田紀子)	神経外来 (松藤博紀 第1・3週)	
<b>泌尿器科</b>	8:30 ) 11:00		岡真太郎	福田昌史	長尾一公	和田隼輔	福田昌史 (第1・3・5週は初診のみ)
			長尾一公 (再診のみ)	和田隼輔 (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)	和田隼輔 (2次検診)	2・4 週 松山豪泰 (初診・2次検診)
<b>皮膚科</b>	9:00~11:00 紹介予約制		田中由華	田中由華	下村 裕 (第1週)	田中由華	田中由華
<b>耳鼻咽喉科</b>	8:30~11:00 (11:00より診療開始)						坂本めい
<b>眼科</b> (初診は紹介のみ)	8:30~11:00 (火曜日のみ受付は10:00まで)		石村良嗣	石村良嗣	非常勤医師 (山口大学より)	(手術日)	石村良嗣
<b>脳神経内科</b>	8:30~11:00 紹介予約制						根本 壤
<b>放射線科</b>	8:30~11:00 紹介予約制				河村武郎		
<b>歯科口腔外科</b>	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。

☆休診はホームページ又はお問い合わせにてご確認ください。

# 専門外来 (予約制)

## 整形外科 ※紹介予約制

関節外科 (木) 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

## 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

## 禁煙応援外来

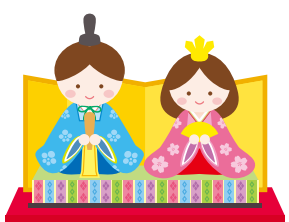
(火・水・木) 14:00~16:00  
一定の条件を満たせば保険適用  
となります。まずはお気軽にご相談下さい。

### お問い合わせ

健康管理センター  
0820(22)3456 内線1251

## 3月の全科休診日

1日 (日)  
7日 (土)  
8日 (日)  
14日 (土)  
15日 (日)  
20日 (金) 春分の日  
21日 (土)  
22日 (日)  
28日 (土)  
29日 (日)



## 糖尿病教室 3月予定

11日(水) 糖尿病ってどんな病気 医師  
12日(木) 糖尿病の食事療法 管理栄養士  
13日(金) 糖尿病のお薬の話 薬剤師  
16日(月) 糖尿病合併症のお話 医師  
17日(火) 糖尿病の運動療法 理学療法士  
18日(水) 糖尿病の検査の話 臨床検査技師  
19日(木) 糖尿病と足の関係・  
体調が悪いときの対応 看護師

場所：玄関棟2階 多目的室

時間：14:00~15:00

※予定は変更する場合がありますので  
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

## スキンケアを担当する専門の看護師です

褥そう(床ずれ)、ストーマ(人工肛門)や尿路変更後のケア、胃ろう周囲の皮膚ケア、足病変のスキンケア、リンパ浮腫等に対する圧迫療法の指導など、様々な皮膚のトラブルに対して幅広くケア活動を行うことが私の業務内容です。

ここで伝えたいことは、傷ができる前の予防的ケアが一番重要だということです。泡立てた石けん(泡洗浄剤)で洗い、クリームなどで皮膚を保湿して潤いを補うことを欠かさず行うこと、それがスキンケアの基本です。毎日、入浴ができない方へはタオルで泡を拭き取るタイプの洗浄剤も紹介しています。

また、転んだりしてできてしまった傷や寝たきりによってできてしまった褥そうを治すために、実際に治療ケアも行っております。難治性(なかなか治らない傷)の場合は皮膚科医と連携を図りながら、治療にあたります。

普段は病院の東館1階、地域連携室隣の「スキンケア相談室」でストーマ外来や、スキンケア相談、圧迫療法で使う弾性ストッキングの試着相談などを行っています。いずれも、外来・診療科を通してご相談いただけますので、お気軽にお問合せください。

(皮膚・排泄ケア看護師 寺本 純子)



## いろいろな骨粗鬆症治療薬



近年、日本では少子高齢化が社会問題となっています。2025年に団塊の世代の方々が全て75歳以上となり、75歳以上の人口が全人口の約18%になったそうです。また、厚生労働省の試算では2040年には65歳以上の人口が全人口の約35%になると推計されています。そんな高齢者に多い疾患として骨粗鬆症が挙げられます。今回は骨粗鬆症治療薬について説明いたします。

以前から使用されてきた骨粗鬆症治療薬としてビスホスホネート製剤やビタミンD3製剤といった薬があります。ビスホスホネート製剤は骨吸収(骨を分解すること)を抑制する薬です。内服タイミングが特徴的で、毎日服用したり、1週間に1回服用したり、1ヶ月に1回服用するなど様々です。また内服後は少なくとも30分は横にならず、飲食(水を除く)並びに他の薬剤の経口摂取も避ける必要があります。活性型ビタミンD3製剤は腸管でのカルシウムの吸収を促進し骨の強度を改善する薬です。

また近年では新しい薬として副甲状腺ホルモン製剤があります。骨形成を促進することで骨折のリスクを低下させます。特徴としては注射製剤のため、自分で注射できるように練習する必要があります。

他にも様々な骨粗鬆症治療薬があり、これらの薬は中断することなく、継続することで効果を発揮することができます。適切な薬を継続することで骨折の予防に取り組んでいきましょう。

(薬剤科 吉山 昂佑)

## フラワーバレンタインを開催しました

令和8年2月9日から2月13日に柳井花卉生産組合のご協力で、フラワーアレンジメント(制作:やない園芸)や各農家さんが生産されたお花を展示したフラワーバレンタインを開催しました。柳井市内で生産されたお花が可愛いバルーンとともに飾られ、正面玄関周りがとても華やかに彩られ沢山の方が足を止めて鑑賞されました。2月13日にはがん啓発イベントとして、来院された方に人生ガチャを体験していただき、がん冊子と花束をお渡ししました。



## ホワイトデーイベント

3月11日にホワイトデーイベントとして、がん啓発イベントを行います。

柳井医療圏は検診率が少なく、胃がんの早期発見が遅れている現状があります。胃がんは検診による早期発見が重要です。

当日は、胃がん冊子・粗品を先着30名様にプレゼントいたします。

また、ご希望の方は人生ガチャも体験できます。人生ガチャは、自分のことを考える質問紙が入ったガチャです。出てきた質問に対して自身の想いや考えを書いていただくことで、今後を考えるきっかけづくりになればと思っています。

**日時** 3月11日(水) 10:00~11:00  
(粗品がなくなり次第終了)

**場所** 正面玄関ホール  
がん相談支援センターブース

**お問い合わせ** 地域医療福祉連携室 ☎ 0820-22-3456(代表) 平日時間内



## 採血がある方へのお願い



当院では採血は朝8時30分から行っておりますが、診察前の採血でお越しになる際には、予約時間の1時間半前を目安にお越しく下さい。

曜日によっては、駐車場が混み合いご迷惑をおかけすることがあります。採血時間を分散してお越しいただくことで、駐車場もご利用いただきやすくなります。

みなさまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



# 分娩取り扱い休止に関するお知らせ

周東総合病院では、近年の分娩件数の減少や医療スタッフの確保等の状況を踏まえ、令和8年3月をもって妊婦健診及び分娩の取り扱いを休止させていただきます。

分娩は休止となりますが、産後ケアは令和8年4月以降も継続いたします。また、産婦人科では、引き続き婦人科疾患を中心に診療いたします。

地域の皆さまには長年にわたりご利用いただき、また、関係機関の皆さまにはご厚情とご支援を賜りましたこと、心より感謝申し上げます。



## お楽しみ クイズ クロスワード パズル



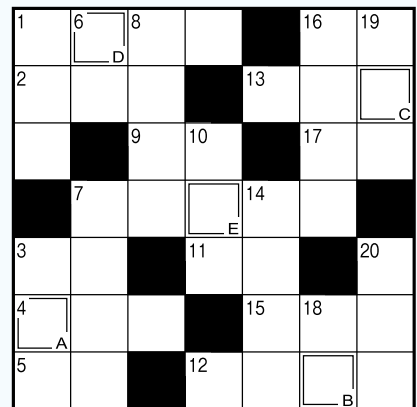
### ヨコのカギ

- ① ナノハナと呼ばれることもあります
- ② ——は流流仕上げを御覧じろ
- ③ 若いメンドリが生んだものには二つ入っていることも
- ④ 桜が咲く時期ならではのレジャー
- ⑤ 竿や糸、針を使って楽しめます
- ⑦ 津軽、関門、ドーバーといえば
- ⑨ セロリやミツバは——科の野菜です
- ⑪ うわ、服にコーヒーの——がついちゃった
- ⑫ 北口榛花選手の専門種目
- ⑬ お金を入れます。春に買うと「お金で張る」から縁起がいいそうです
- ⑮ ——転換しようとして散歩に出た
- ⑯ 田植えに向けて育てます
- ⑰ 酔っぱらって巻く人もいます

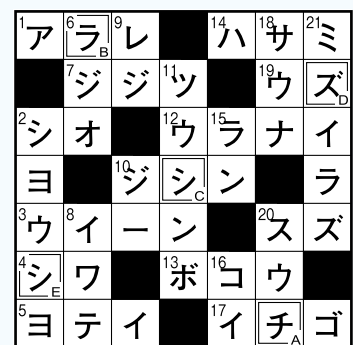
### タテのカギ

- ① 潮干狩りでよくとれる二枚貝
- ③ ガソリンは——性の高い液体です
- ⑥ 海に浮かべて目印にします
- ⑦ ゴロゴロゴロ…ピカッ!
- ⑧ 工事が終わり建物が完成すること
- ⑩ 相撲を取る人のこと
- ⑭ 連載ではありません
- ⑯ 伊勢神宮は——と外宮に分かれています
- ⑰ 白神山地を象徴する木
- ⑱ トランプのJ、Q、Kのこと
- ⑳ 唱歌「春の小川」に出てくる花

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 E



【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)