

深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2024.9
No.370



JA山口厚生連
周東総合病院
☎0820(22)3456



ふれあい看護体験



7月30日に山口県内の中学生3名と高校生10名を対象に「ふれあい看護体験(一日ナース体験)」を実施しました。

ふれあい看護体験の目的は「中学生・高校生が地域の病院で看護師の体験学習をすることで看護への関心と理解を深め、体験を通じて看護師となる夢を描く契機とし、次世代の看護職員の発掘につなげる」というものです。

午前中は血圧測定や車椅子移乗、ストレッチャー移送、AEDの使い方、感染対策の防護衣の着脱をみんなで演習しました。午後は病棟へ行き、看護師の仕事を見学してもらいました。終了後の感想では「ますます看護師になりたいと思った」「助産師も良いなと思った」「かっこよかった」などのうれしい感想があり、体験を支援した私たちも元気をもらいました。次年度も実施する予定ですので、学生さん達の申し込みを楽しみにしています。



大畠中学校 職場体験

7月9～11日の3日間、大畠中学校の生徒さんが看護師になりたいという夢をもって職場体験に来られ、病棟と外来の看護師の仕事を見学していただきました。

地域の子供たちが未来の夢に向かって頑張る姿を病院として今後も応援していきたいと思えます。



(教育担当 師長 桑江 利恵子)

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。

石があるって言われたら？

泌尿器科 福田 昌史

痛みを伴う病気にはいろいろありますが、胆石、膵炎、結石(尿管結石)の痛みは、「3大激痛」とも言われています。なかでも結石は昔から、「七転八倒の苦しみ」、「想像できない痛み」とか「痛みの王様」と表現されるほどです。突然の激痛に、あわてて救急車で受診される方も少なくありません。

それほどの痛みを引き起こす結石とは何なのでしょう。

それは腎臓などにできるシュウ酸カルシウムやリン酸カルシウムなどのかたまりのことです。腎臓から尿管、膀胱、尿道という尿の通りみち(尿路)にできるため、総称して「尿路結石」ともいいます。エジプトのミイラの膀胱からも結石が見つかっており、大昔から人類を苦しませていた病気の一つで、現在では男性の7人に1人、女性では15人に1人が尿路結石症にかかるといった頻度の高い疾患です。

尿路結石は成分によってカルシウム結石(シュウ酸カルシウムやリン酸カルシウム)、尿酸結石、感染結石、シスチン結石に分類されます。頻度はカルシウム結石が92%、尿酸結石が5%、感染結石とシスチン結石がそれぞれ1%程度です。大部分を占めるカルシウム結石や尿酸結石は食生活や生活様式の欧米化による影響や、肥満・糖尿病・高血圧症といった生活習慣病やメタボリックシンドロームとの関連性も指摘されていて、これらの是正も発症予防や再発予防に効果があります。

それでは石があるといわれたらどうすればよいのでしょうか。結石が小さい(長径<1cm)場合、多くは自然排石が期待できるため痛みを抑えながら自然排石を待つのが一般的です。水分を多く摂取し尿量を増加させることで結石が出やすくなります。水分摂取の目標は1日2000ml以上ですが、いきなりこの量にすることは難しいため、できるだけ目標に近づけるよう摂取に努めましょう。サイズの大きい石や、待てど暮らせど出てくれない結石については体外衝撃波碎石術や内視鏡手術を行うこともあります。当院ではいずれの手術も1泊2日から数日間の入院で行っていますのでご相談ください。

結石は、すぐに生死にかかわる病気ではありません。しかし、痛みや排尿障害、血尿などにより、仕事や家事、旅行などに支障をきたしかねません。とくに痛みがいつ起こるかわからないので、日常生活でも常に不安を抱えることになります。

人間ドックや内科検診で「尿路結石がある」といわれた場合、治療方針を立てるためにも、一度は専門医の診察を受けて下さい。また、尿路結石は再発しやすい病気です。再発防止や早期発見のためにも定期的な検診が必要です。3~6ヶ月に1度は検診を受け、結石再発の有無を確認しましょう。



医療機器の管理について

医療において、医療機器の管理は非常に重要な事項です。医療機器の不具合は医療が提供できなくなるだけでなく、重篤な合併症を引き起こす可能性があります。病院内では医療機器に精通した臨床工学技士が保守管理を行っています。医療機器の管理を怠った状態で、使い続ける事はリスクでしかありません。点滴の際に使用する輸液ポンプやシリンジポンプは規定の流量で血管内に注射液を送る事で、はじめて医療機器として機能します。しかし、シリンジポンプの流量が設定より多く流れてしまったら、患者さんに対して過剰に薬液が投与され、重大な事故に繋がってしまいます。そして、機器に異常があっても機器管理が適正に行われなければ故障した状態でシリンジポンプを使ってしまう可能性があります。

また、医療機器も感染経路の一つとして考える必要があります。医療機器の清掃やメンテナンスをしないままの患者間、病棟間での医療機器の移動は、感染拡大の要因の一つとなります。医療機器の故障や感染予防は目視で判断できません。そのため、医療機器使用後の適切なメンテナンスが必要です。

医療機器管理とは、病院内で使用される医療機器を安全に使用できる状態に管理することです。ここで言う安全とは、故障がない事はもちろんですが、医療従事者が正しい使い方をすることで安全な医療が提供できることも含まれています。医療機器管理は、単に医療機器のメンテナンスだけでなく、医療従事者に対して安全使用の研修や安全確保のための体制作りも行っています。

臨床現場では滅菌ガーゼやシリンジなどの消耗品にはじまり人工呼吸器やCT装置まで、沢山の医療材料や医療機器が存在します。医療法では、ECMO装置や除細動器、輸液ポンプなどの高度管理医療機器について保守点検計画と適切な保守点検が義務づけられています。

臨床工学科では今後も適切な医療機器管理を行っていきます。

(臨床工学科 科長 宮脇 光司)



(輸液ポンプ)



(シリンジポンプ)

外来診療担当医表

(令和6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	中島崇雄
		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2・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	午前 弘田弘子 午後 石堂亜希	佐々木貴宏	午前 弘田弘子 午後 佐々木貴宏	石堂亜希
			6診	午前 弘本光幸 (循環器)		午前 安永 満 (消化器)	安永 満 (消化器)	内田貴之 (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 上田晃志郎	(手術日)	松並展輝	松並展輝 上田晃志郎	松並展輝	
整形外科 (初診は紹介のみ)	8:30) 11:00	初診	担当医	茶川一樹	河野祥太郎	平田健司	米原孝則	
			木村光浩 《予約制》					
		再診	河野祥太郎	米原孝則	木村光浩	茶川一樹	木村光浩	
					平田健司			
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)	
				弘田祐己				
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	
			伊藤麻里奈	伊藤麻里奈	伊藤麻里奈	伊藤麻里奈	伊藤麻里奈	
	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)				慢性疾患外来 (堀田紀子)	神経外来 (松藤博紀 第1・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 (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 (初診・2次検診)	
皮膚科	9:00~11:00 紹介予約制		白水 舞	白水 舞	4週 下村 裕	白水 舞	白水 舞	
耳鼻咽喉科	8:30~10:30 (10:30より診療開始)		沖中洋介		増満俊貴		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)		緒方惟彦	緒方惟彦	非常勤医師 (山口大学より)	(手術日)	緒方惟彦	
脳神経内科	8:30~11:00 紹介予約制						根本 壤	
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
(水)河野医師
(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

(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

1日(日)

7日(土)

8日(日)

14日(土)

15日(日)

16日(月) 敬老の日

21日(土)

22日(日) 秋分の日

23日(月) 振替休日

28日(土)

29日(日)



糖尿病教室 9月予定

- 4日(水) 糖尿病ってどんな病気 医師
- 5日(木) 糖尿病の食事療法 管理栄養士
- 6日(金) 糖尿病のお薬の話 薬剤師
- 10日(火) 糖尿病合併症のお話 医師
- 11日(水) 糖尿病と足の関係・
体調が悪いときの対応 看護師
- 12日(木) 糖尿病の運動療法 理学療法士

場所：玄関棟2階 多目的室
時間：14:00~15:00

※予定は変更になる場合があります。
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



今年の4月より南館3階病棟の看護師長を拝命いたしました石川祐太です。よろしくお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症も5類へ移行となり、以前に比べ外出や旅行がしやすくなりました。私は6月に、広島県へ久しぶりに家族旅行へ行くことができました。1日目は、三次のものけミュージアムに行き、大きなモニターに自分で描いた妖怪を映し出すなどして、子供と一緒に楽しむことができました。そのあとは、普段あまり行くことのない空港周辺を見て回ったり、八天堂の本店でパン作り教室に参加したりと、充実した休日を過ごすことができました。2日目は呉へ行き、大和ミュージアムを見学。ここでは戦争の悲惨さとともに日本の技術力の高さを学ぶことができました。子供たちは退屈そうにしていたましたが、今後興味を持ってくれることに期待しています。

普段は忙しく、あまり遠出などはできませんが、やはり旅行は良いリフレッシュになります。これからも時間を作って、たまに旅行に出かけるということができればいいなと考えています。

まだまだ未熟ではありますが、師長として、少しでも患者さんのお役に立てるよう頑張っていきたいと思います。当病棟へご入院の際には、分からないこと、困ったこと等ありましたらお気軽にお声がけください。

(南館3階 石川 祐太)



ドラッグストアも様々



皆さんはドラッグストアを利用することはありますか。系列店によっては一般用医薬品やサプリメント、健康食品以外にも野菜や肉といった食材なども扱っており、利用する目的は人によって様々です。私の場合はどちらかといえば前者を目的にすることが多く、買い物の内容次第で店を選びながら毎月2~3回は利用しています。そんな生活をしていて気づいたのが、扱っている一般用医薬品やサプリメント、健康食品が系列店毎に異なっているという点です。例を挙げると、肌の問題に対する外用薬は同じ成分でも規格違い(軟膏、クリーム、ローション)も含めると複数種あり、大抵の店で見かける商品もあれば、一部の店でしか見かけない商品もあります。他にはおなかの調子を整え、それ以外の効果も期待できることが売りの健康食品がありますが、自分が主に買っている商品は一部の店でしか見かけません。このような情報は実際に商品を見てみないとわからないものです。このことから私は一つの系列店で目当ての商品を見つけたら、後日他の系列店に行った際にそれと同じ商品または類似品を取り扱っていないかを確認するようにしています。

一言にドラッグストアといっても系列店が異なると扱っている商品も多少異なっているようなので、ドラッグストアを利用する機会がある方は一度いろいろな系列店を見て回ってみるのも良いかと思います。

(薬剤師 政井 謙)



柳井高等学校3年生から学ぶこれからの地域医療・在宅医療 ～第19回合同情報交換会報告～



令和6年8月2日(金)周東総合病院において第19回合同情報交換会を開催しました。

今年は地元の柳井高等学校3年生の発表を基にグループディスカッションが行われました。柳井高等学校では「湧源」という授業で探求活動を行っており、今回発表してくれた学生は将来医療従事者になるための夢を追いかけている若者たちです。



「医療と共に生きる私たちの未来」という題で①柳井医療圏の医療従事者の減少②ICTによる医療の今後について発表が行われました。全国的に医療従事者が減少しているなか地元の医療の現状について、高齢者の数が増えていることに対し若者の減少が著しいために医療従事者のなり手が減ると導き出しました。医療従事者を志しても、医療機関で働くためのハードルが高いこと、就職先として医療関係の優先順位が低いため医療従事者が減少しているのではと考察されました。それに対し、看護師から聞いた医療職の魅力の発信、医療の現状を若者に伝えることを今後の展望としてくれました。また、医療従事者の減少や勤務環境設備の不十分さを挙げ医療のICTが必要な理由について解決策を考え、電子カルテの活用、画像診断AI、遠隔診察、ネットワークの広がりについて述べ、業務の効率化・各部署での連携のとりやすさ・医療格差の解消について、人手不足をICTの力で補い、これからの将来も安心安全な医療を常に身近で受けられるようにすることの提案がありました。

グループディスカッションでは、「ハードな仕事ではあるが、それ以上にやりがいも楽しさも使命感も伝えることができるよう、キラキラ働いている姿を見せられるよう、発信する必要があると感じた。」「職場環境や医療制度、いろんなものを見直していかないといけない状況だが、何故私たちは今の職業を選んだのか、その時の気持ちを思い出してみたい。誰かの役に立ちたい、患者さんの気持ちに寄り添いたい、そんな思いから選んだ人も少なくはないと思う。きれいごとばかり言ってはいられない現状を理解しつつも、自分だったら…自分の家族だったら…という気持ちに置き換えて、初心に戻ることの大切さも気づかせてもらった気がする。」「行政も、介護人材支援金の助成、顔の見える関係を築くこと、情報交換をしながら働きやすい職場を増やすよう奨学金制度の充実を視野に入れてもらえたら。」という意見が出ました。

また、一旦県外へ就職したとしても、また地元に戻って子育て世代の人が働きやすい環境を整えていくことも大切ではないかという意見交換がされました。

2040年問題が取り沙汰され、様々な課題を抱える中、患者さんが点在している柳井地域では効率的にICTを取り入れていく必要があると感じ、少しでも医療に興味を持ってくれるように私たち

医療従事者が魅力を発信していく必要があると考えます。今回、157名の参加を頂き、無事盛会のうちに終了することができました。当日ご参加頂きました柳井市長 井原健太郎様・周防大島町長 藤本浄孝様・上関町長 西哲夫様・田布施町長 東浩二様・平生町長 浅本邦裕様、祝文を頂きました県議会議員 柳居俊学様の全ての方々に感謝申し上げます。

(地域医療福祉連携室主任 藤本智子)



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。

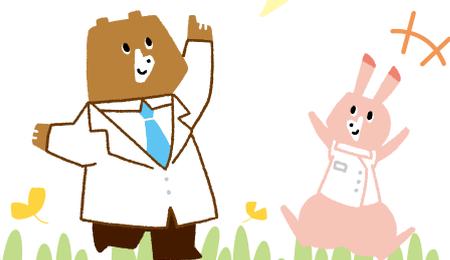
日時 令和6年11月10日(日) 8:30~12:30

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)……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。



職員募集

● 看護師 **正職員** **臨時職員** **パート**

看護師の資格をお持ちの方
※正職員のみ2交代(一部部署で3交代あり。)
※臨時職員・パート職員夜勤なし。

● 助産師 **正職員** ※2交代

助産師の資格をお持ちの方

● 介護支援専門員(ケアマネジャー) **正職員**

介護支援専門員資格をお持ちの方

● 看護補助者 **正職員** **臨時職員**

仕事内容:ベッドメイク、患者搬送、介助、配膳など
勤務時間:8:30~17:00

※早出遅出勤務あり
※土日祝日勤務あり(平日振替休日)
※正職員のみ月4~5回程度、夜勤あり
(16:30~9:00)・夜勤手当あり

地域医療福祉連携室

● 社会福祉士 **正職員**

社会福祉士免許をお持ちの方

応募方法

詳細についてはホームページをご確認いただくか、総務課 藤川までお問い合わせください。

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

ツキアカリ

【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)