

深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2026.5
No.390

JA山口厚生連

周東総合病院
☎0820(22)3456

市民公開講座を開催します

脳卒中って何だろう？

～柳井地区における、当院での脳卒中診療体制について～



今回のテーマは『脳卒中』です。脳卒中の全般的な概要（病気の説明や手術を含めた治療法など）や入院治療、退院後の注意点や予防など、当院での脳卒中チームによる講演を準備しております。後半では山口大学医学部附属病院 脳神経外科より講師をお招きし、最新の脳卒中治療や山口県における脳卒中診療の状況について、ご講演をいただきます。皆様のご来場を心よりお待ちしております。

日時

6月6日 土

14:00～15:45
(開場 13:00)

先着
100名様に
粗品プレゼント

会場

アクティブやない

参加費

無料

講演1

脳卒中で入院となったら

- 周東総合病院脳神経外科部長 弘田 祐己 医師
- 看護師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士

講演2

あなたと家族を守る 脳卒中の話

- 山口大学脳神経外科 講師 岡 史朗 先生



健康ブース(血圧測定・血管年齢測定) 13:00～13:45

お問い合わせ 周東総合病院総務課：竹谷・岩重 ☎0820-22-3456

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

病院理念

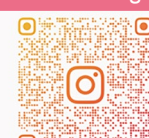
私たちは患者さん一人ひとりが満足できるよう
質の高い医療の提供に努力し、
心から親しまれ、信頼され、愛される病院を目指します。



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

尿路結石の原因と対処法

泌尿器科 長尾 一公

泌尿器科で遭遇する疾患の1つに尿路結石があります。

尿路結石は生活習慣病の一種と考えられ、治療後2年以内に約半数で再発を認めるとの報告があります。

結石成分として最も頻度の高いものが、シュウ酸カルシウム/リン酸カルシウム結石(男性82.8%、女性77.1%)で、次いで尿酸結石(男性3.4%、女性1.2%)、感染性結石(男性0.7%、女性3.6%)の順となっています。

シュウ酸もカルシウムも食事に含まれる成分で、腸管内で結合すると吸収されませんが、バランスのとれない食事では、過剰に摂取された成分が血液中に移行し、尿中に排泄されることとなります。シュウ酸を多く含む食品には、コーヒー、紅茶、ホウレン草が挙げられますが、コーヒーや紅茶にミルクを入れたり、ホウレン草に鰹節をかけたりすることは、結石予防に理にかなった摂取法と考えられます。

また尿中に排泄されたシュウ酸とカルシウムは尿中で結合して沈殿しますが、濃縮されたpHの低い尿では結晶が析出しやすく、体が動かない状態では沈殿しやすくなります。このような状況の代表例が、飲酒に加えて塩分の高い食事をしてすぐに眠ってしまう状態と考えられます。多量の飲酒をすると、尿中のシュウ酸とカルシウム排泄が最も多くなる食事の2時間後に、飲酒による脱水と水分摂取不良により尿中のシュウ酸とカルシウム濃度が上昇し、さらには高蛋白、高塩分摂取による尿のpH低下、体動がないことにより、シュウ酸カルシウムが析出・沈殿することが想定されるからです。

結石の再発予防法は、①**飲水指導**：1日尿量が2000mL以上となるように、食事以外に1日2000mL以上の飲水。②**食事指導**：バランスのとれた食事、一定量のカルシウム摂取(600~800mg/日)、動物性タンパク質の過剰摂取制限(1.0g/kg/日以下)、塩分の過剰摂取制限(男性7.5g/日未満、女性6.5g/日未満)。③**生活指導**：肥満の予防、適度な運動。高リスク患者では、特異的評価(副甲状腺ホルモン測定、血液ガス分析、時間尿化学検査)を行った上で、飲水指導と生活指導に加え、特異的治療として結石成分に応じた食事指導や薬物療法を考慮すると記載されています(尿路結石診療ガイドライン2023、日本泌尿器科学会編)。

当科では尿路結石患者さんに対して、治療終了後も終診とせず、定期的なfollow upを行うことで、結石再発を予防し、発生した際にも小結石での早期発見・早期治療を心掛けています。泌尿器科学会の卒後教育講習でも、明らかなエビデンスは示せないものの、患者さんへの意識付けが再発予防につながると述べられています。



新任医師紹介

- ① 趣味・特技
- ② 出身地
- ③ 行ってみたい場所
- ④ 患者さんはじめ、
当地域の院内外の読者へメッセージ

4月1日付で
着任しました!!

消化器内科

かい のう ひで なお
戒能秀直

- ① バスケットボール
- ② 宇部市
- ③ 白壁の町並み
- ④ 消化器疾患全般の診療を担当します。
患者さんに学びながら、一人ひとりに
寄り添った診療を行います。よろしくお
願いいたします。

血液内科

なか しま たく み
中島拓海

- ① 合唱、カフェめぐり
- ② 山口市
- ③ チェコ
- ④ 生後3か月まで周防大島に住み、以降
は山口市で育ちました。柳井周辺の医
療に貢献できるよう全力で診療にあた
りますので、よろしくお願いいたします。

総合診療科

よし だ ゆう ま
吉田悠真

- ① 楽器演奏、釣り
- ② 下関市
- ③ 利尻島
- ④ 昨年度まで萩市の離島である見島で
働いておりました。離島生活も楽しいも
のでしたが、いつでも外食が出来る環
境が今とても有難く感じています。どう
ぞよろしくお願い致します。

外科

かわ ち たか ゆき
河内隆将

- ① テニス
- ② 広島県
- ③ 北海道
- ④ 研修医時代を過ごした柳井に再び赴
任でき大変うれしく思います。地域の
皆さまに信頼される医療を提供できる
よう努めて参ります。

整形外科

お だ り ゆう せい
小田龍星

- ① 野球、ゲーム
- ② 光市
- ③ ヨーロッパ
- ④ 整形外科は様々な痛みを治療し、皆様
の暮らしをより良いものにする科です。
その一員として、地域の皆様に寄り
添った治療を心掛けて参ります。よろし
くお願いします。

産婦人科

さ な い ひろ み
讚井裕美

- ① カラオケ、読書、
少林寺拳法(昔です)
- ② 防府市 ③ フィジー
- ④ 産科がなくなり、産婦人科医も減りまし
た。今後は子供から大人まで、受診し
やすい女性のヘルスケアを担う科とし
てゆっくり丁寧に診療します。よろしく
お願いします。

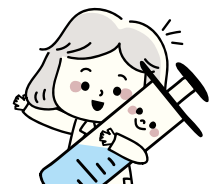
研修医

すぎ やま けん た
杉山健太

- ① 料理
- ② 美祢市
- ③ 銀山温泉
- ④ 良い医師とはどういった存在か、自分
が今すべきことは何か考えながら先生
方の指導の元、日々の診療に真摯に向
き合い、医師としての素養を身に付け
ていきたいと思っています。

带状疱疹ワクチンについて

带状疱疹ワクチンの定期予防接種を開始します。接種日時は**毎月第3火曜日14時**です。
接種対象者は次の①②にあてはまる方です。
事前予約制ですので必ず予約をお願いします。



- ① 今年度内に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方
- ② 60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

接種日時	毎月 第3火曜日 14時～
接種場所	健康管理センター
使用ワクチン	組換えワクチン ※2カ月以上の間隔をあけて2回接種が必要です。
実施期間	令和9年3月まで ※2回接種を受けるためには1回目のワクチンを12月までに接種してください。
接種料金	6,620円(1回分)

※お住まいの市町村から届いた予診票をお持ちの方は必ず接種当日ご持参ください。
※上記②に該当の方はお住まいの市町村窓口にご確認ください。

予 約
お問合せ

周東総合病院 健康管理センター
(月～金 午前10時～午後4時まで)

0820-22-3456(代)

外来診療担当医表

(令和8年5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
		消化器 2診	藤岡 毅		松浦桂司	松浦桂司	戒能秀直
		循環器 3診	梶井俊郎	梶井俊郎	山本麻紀子	山本麻紀子	
		循環器 4診	松田昌文 (血液内科第2・4週)	弘本光幸	沢 映良	弘本光幸	沢 映良
		血液疾患 5診	佐々木貴宏	午前 弘田弘子 午後 中島拓海(専)	佐々木貴宏	午前 弘田弘子 午後 佐々木貴宏(専)	中島拓海
		6診	午前 弘本光幸 (循環器)		午前 安永 満(専) (消化器)	安永 満(専) (消化器)	
外科	8:30 ~ 11:00	1診	井上 隆	林 雅規	菅 淳	井上 隆	林 雅規
		2診	午前 河内隆将 午後 瀬山厚司(専)	加来康二	午前 河内隆将 午後 瀬山厚司(専)	加来康二	菅 淳
		乳腺	池下貴広	(手術日)	池下貴広	池下貴広	池下貴広
整形外科 (初診は紹介のみ)	8:30 ~ 11:00	初診	平田健司	茶川一樹		小田龍星	上田誠也
		再診	小田龍星	上田誠也	木村光浩	茶川一樹	木村光浩
脳神経外科	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			
産婦人科	8:30~11:00		讃井裕美	津山重夫	讃井裕美	津山重夫	讃井裕美
	午後		予約再診		予約再診	讃井裕美	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3週)	
泌尿器科	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)
皮膚科	9:00~11:00 紹介予約制		田中由華	田中由華	下村 裕 (第3週)	田中由華	田中由華
耳鼻咽喉科	8:30~11:00 (11:00より診療開始)						山口大学より
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)		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
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。

☆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 (月) 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

小児 (月) 午後
井上 隆 ※紹介予約制

成人 (火) 受付13:30~15:30
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

母乳外来・育児相談

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

助産師がご相談をお受けします。
まずはお電話ください。

【電話受付時間】

月~金 9:00~16:00

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

5月の全科休診日

- 2日 (土)
- 3日 (日) 憲法記念日
- 4日 (月) みどりの日
- 5日 (火) こどもの日
- 6日 (水) 振替休日
- 9日 (土)
- 10日 (日)
- 16日 (土)
- 17日 (日)
- 23日 (土)
- 24日 (日)
- 30日 (土)
- 31日 (日)



糖尿病教室 5月予定

- 14日(木) 糖尿病と合併症について 医師
- 15日(金) 糖尿病のお薬の話 薬剤師
- 18日(月) 糖尿病に関する検査の話 臨床検査技師
- 19日(火) 糖尿病の運動療法 理学療法士
- 20日(水) 足のケアと体調が悪い時の対応について 看護師
- 21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



このたび東館5階病棟師長に就任しました、土谷由美恵です。

温かい地域性を持つ柳井市において、地域の皆様の健康と安心を支える医療の一端を担わせていただくことに大きな責任と使命感を感じております。地域の医療機関や関係機関と連携を図りながら切れ目のない看護実践に努めて参ります。また、スタッフが安心して働ける環境作りにも力を注いで参ります。互いに支え合い、学びあいながら、チーム医療の質をさらに高めていきたいと考えております。看護管理者として未熟者ではありますが、できることから取り組み、患者さん・ご家族やスタッフとの信頼関係を築いていきたいと考えています。看護は患者さんにご家族の協力があってこそ成り立つものだと考えています。看護管理者として、今後の医療に関して先々の事を考え、成長できるよう努力しながら、実践へとつなげていきたいと思っております。

私が新人看護師の頃から指導していただいた先輩看護師や相談にのってくれた同僚、そして私を慕ってくれた後輩への感謝の気持ちを忘れず、前へ進んでいこうと思っております。今後ともご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いいたします。

(東館5階病棟 師長 土谷 由美恵)

5月12日は「看護の日」

看護の日イベントを開催します!

5月12日はナイチンゲールの誕生日です。「看護の心」を身近に感じていただけるよう、今年も看護の日イベントを開催します。受診の待ち時間やお立ち寄りの際に、ぜひご自身の健康状態を確認してみませんか?

日時

2026年 **5月12日** 火 10:00~11:00

場所

正面玄関ホール

内容

- ・血圧測定
- ・握力測定
- ・健康相談

体験された方には、
ささやかなグッズをプレゼントします!
(*数に限りがありますので、あらかじめ
ご了承ください)



山口県かんどちゃん

乳がん触診モデル募金活動終了のお知らせ

2010年より開始した乳がん触診モデル募金活動は、皆様のご協力により2024年までに15台の乳がん触診モデルを購入し、地域の商業施設、行政機関、学校等に贈呈させていただきました。2026年3月6日(金)令和7年度在宅医療研修会の場において、15台目の贈呈先として山口県看護協会に贈呈させていただき、看護協会の活動の一つである「まちの保健室」で県内幅広く活用していただく事となりました。今まで募金に協力いただきました多くの皆様に大変感謝申し上げます。この活動で購入した乳がん触診モデルが今後も乳がんの早期発見のためにご利用していただけるようお願いしております。



今までの贈呈先

2010年
ゆめタウン柳井

2011年
柳井市

2012年
周防大島町

2013年
田布施町

2014年
平生町

2015年
上関町

2016年
アクアヒル柳井

2017年
柳井学園高等学校

2018年
やまぐちフラワースタンド

2019年
YMCA看護学校

2020年
柳井准看護学院

2022年
平生看護専門学校

2023年
大島看護専門学校

2025年
周南公立大学

2026年
山口県看護協会



(周東総合病院 がん相談支援センター)

第9回

乳腺患者交流会 すずらんの会 開催のご案内



日時 2026年5月26日(火) 13時00分～14時30分

場所 周東総合病院 玄関棟 2階 多目的室

内容 新任 池下貴広医師の紹介・情報交換

お申し込み方法 下記お問い合わせ先までご連絡いただくか、右のQRコードから直接お申込みください

お申し込み用QRコード



乳がんの治療中の方、通院中の方やご家族でしたらどなたでもご参加できます。治療や生活に関する心配事や悩みなどを、仲間や看護師等と話し、情報交換や相談を行います。

初めての方のご参加もぜひお待ちしております。



お問い合わせ先

周東総合病院 乳腺外科外来看護師 みよし 三吉 または、緩和ケア専従看護師 ようでん 用傳

Tel : 0820-22-3456
(月～金曜日 9:00～16:00)



採血がある方へのお願い



当院では朝8時30分から採血を行っておりますが、診察日の採血でお越しになる際には、予約時間の1時間前を目安にお越しください。

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。

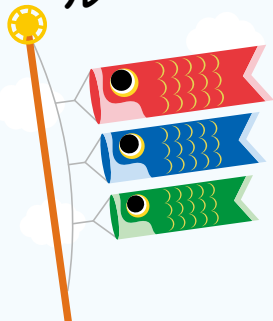
みなさまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



お楽しみ

クロスワード

パズル



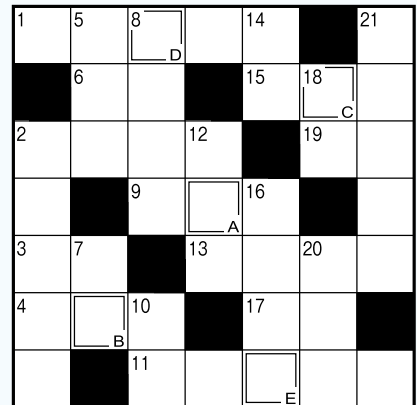
ヨコのカギ

- ①傘を忘れたときに軒先を借りてすることも
- ②赤外線やX線もこれの一種
- ③梅雨入りすると、
梅雨——がいつ頃なのか気になります
- ④簡単には意見を曲げません
- ⑥損の反対語
- ⑨親しいつきあいのこと。
昔の——でなんとかしてよ
- ⑪アメリカ原産の大きなカエル
- ⑬自宅を離れて観光などをします
- ⑮ウメやブルーベリーの食べる部分
- ⑰合唱部が練習するもの
- ⑲一年で一番昼が長い日

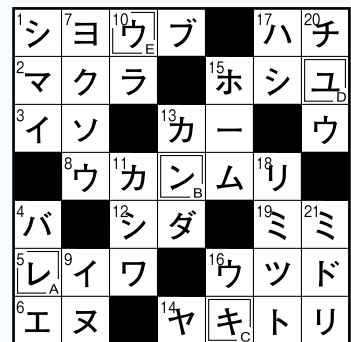
タテのカギ

- ②完成しました！
- ⑤成長した羊の肉です
- ⑦ペンは——より強し
- ⑧彼は大舞台で面目——を果たした
- ⑩手のひらや足の裏の反対側
- ⑫旬よりも時期が早いもの
- ⑭この教科の時間に
アサガオを育てた人も多いのでは
- ⑯古くから、夏バテ防止にも食べられてきた野菜
- ⑱ウィッグや付け毛ではありません
- ⑳クイズを出されて考えるもの
- ㉑中学校で教育——をおこなう大学生

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
レンキュウ



【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 Tel.0820-22-9001

(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)