

きずな

Vol.
31

基本理念

「信頼」と「貢献」

思いやりを持った医療を行い、皆様から信頼される病院を目指すことで地域社会に貢献することを基本理念といたします。

基本方針

◎患者中心の医療

患者様の権利を尊重し、患者様の視点に立った、患者様に優しい病院となるように努めます。

◎自治体病院としての役割

地域の中核病院として地域医療の確保と地域医療水準の向上を図り、質の高い医療の提供に努めます。

◎病院機能の充実・強化

医療設備の充実や療養環境などの改善により、病院機能の充実・強化を図り、適切な医療サービスの提供に努めます。

◎地域連携

地域の医療者・施設と連携を図り、地域住民の医療・保健・福祉・介護に貢献します。

◎職員の資質の向上

職員一同が相互に協力・連携を図り、医療の安全性と医療水準の向上に積極的に取り組み、日々研鑽に励みます。

◎働きやすい職場環境

病院職員が誇りを持ち、やりがいをもって働き続けられる職場づくりに努めます。

◎健全経営

効率的な経営管理を行い、自立した健全経営に努めます。

CONTENTS

02. 湖西市の病院・施設の感染における連携活動を始めました
育児相談

03. 新任看護部長からご挨拶

04. 湖西市がん検診が始まります

05. 管理栄養士がすすめる健康レシピ

06. 外来診療担当一覧

07. 院内合同研究発表会を開催しました

08. 新任医師のご紹介

健康まつりを開催しました

湖西市の病院・施設の感染における 連携活動を始めました

感染管理認定看護師：平野 はる奈、池田 裕幸

感染の拡大防止、予防対策を行うため、湖西市内の医療・介護施設が連携できる体制を作りました。感染症の拡大を防ぐためには病院、施設を利用する患者様、ご家族、職員など様々な人の協力と理解が必要になります。

名称は『湖西市感染対策ネットワーク』として、各施設での感染症の発生状況やその対策について情報を共有し、感染対策が実践できるよう支援し合える関係を築き、湖西市内の感染対策の強化を目指し活動していきます。



育児相談



産後ケア・育児相談を開設して

看護部 松浦 興子

平成26年5月から出産後1年ぐらいのお母さんを対象に、育児が楽しくなるように「育児」や「母乳」などお母さんの心配事や悩みを一緒に考える機会を設けています。月に1回、湖西病院健診センターで行っています。

これまでの相談内容は、『ミルクや母乳が足りているのか』など授乳に関することが多く、続いて『お母さんの身体のこと』『夜泣きなど赤ちゃんに関すること』『次の妊娠について』などでした。ご家族の協力を得られて育児をすすめられるケースが多いのですが、周りに家族がいる人でさえ、育児に一人で向き合うと壁にぶつかることがあります。インターネットの普及で情報があふれていることも、混乱の原因になっており、お話を伺って情報を整理することだけでも、お母さんの不安を取り除くことができます。子育てに戸惑いや不安を感じる方は、気軽に相談に来てください。一緒に考えていきましょう。



相談日：毎月第4火曜日の14時から17時（無料）

※事前に申し込みをお願いします。

申し込み先：市立湖西病院 健診センター

電話：053-576-1232（13時から16時）

新任看護部長からご挨拶

看護部長 山本 千秋

4月より看護部長に任命されました山本です。

市立湖西病院の看護部は今まで通り「患者様・ご家族様にとって良い看護とは何か」を常に考え、「安全・安心・思いやりの看護」を提供できるよう取り組んでいく姿勢は変わりません。また、今まで以上に地域に密着した看護、ケアが行えるよう努めていきたいと思っています。

看護部では数年前より、市民の皆様に向けて出前講座を行い、少しでも市民の皆様の役に立てるよう努めております。

平成28年度の看護部が担当した出前講座は、「災害に関すること」「糖尿病・フットケアに関すること」「とこずれに関すること」「認知症に関すること」など7講座で通算17回行いました。その他にも「感染症に関すること」「褥瘡じよくそうに関すること」など湖西市内の病院・介護施設の方たちを対象に勉強会を行い、湖西市内の医療・介護施設の繋がりを作れるような環境づくりを心がけてきました。そして昨年度は「湖西市感染対策ネットワーク」を立ち上げる事ができました。



平成29年度も継続して行っていきたいと思っています。また、出前講座は地域の方たちの要望に沿った内容なども行っていきたいと思っています。要望・ご意見等をお聞かせ下さい。

看護部担当の出前講座内容

| 講座名 | 内 容 |
|------------|---|
| 感染症について | ・子供の感染症について ・流行時の感染症とその対策について ・施設、病院、診療所、学校などにおける感染症対策について |
| フットケアについて | ・糖尿病による足の病気と予防対策 |
| 糖尿病について | ・糖尿病とは ・糖尿病を予防する生活習慣について |
| 家庭介護について | ・家庭介護に役立つ技術 |
| 災害対策について | ・トリアージ、応急処置、搬送法など |
| 認知症について | ・認知症とは？認知症の在宅での対応の仕方など |
| 「とこずれ」について | ・なぜ「とこずれ」が発生するのか？その予防対策 |
| 命の大切さについて | ・命の大切さについて講話（小・中・高校生対象） |
| 慢性腎臓病について | ・腎不全の基礎知識と予防 |



※ 詳しくは、病院ホームページ

https://www.hospital.kosai.shizuoka.jp/how_to/demae_kouza/ をご覧ください。

湖西市がん検診が始まります

健診運営室

6月1日から一定年齢以上の湖西市民は、湖西市長が発行する受診券により下記検診を1検診あたり500円(70歳以上の方は無料)で受けることができます。これらをどのような方法で検査するのかを簡単にご紹介いたします。



大腸がん検診

便に血液が混じっているのかどうかを調べる免疫学的反応検査です。専用の容器に2回分の便をそれぞれ採取します。提出日及びその前日の便を採取するのがよいでしょう。採便してから提出するまで日数が経てば経つほど便に混じった血液(ヘモグロビン)が細菌や酵素により変性してしまい、万が一、陽性(+)であっても陰性(-)と判定されてしまう恐れがあるからです。

採便後は遅くとも4日以内に提出してください。



胃がん検診

バリウムを飲んで、胃をX線で撮影する検査です。検査前日の21時以降は絶飲食で胃の中を空にする必要があります。検査終了後に下剤をお渡しします。水分を多く摂り排便を促してください。

前立腺がん検診

前立腺にある特異なタンパク質の一種である「PSA」の値を測定する採血による検査です。

乳がん検診

一般に「マンモグラフィー」と呼ばれ、乳房をX線で撮影する検査です。



子宮頸がん検診

医師が子宮頸部の細胞を採取し、その細胞の異常を顕微鏡で観察する検査です。月経時は検査ができません。



骨粗しょう症検診

一般に「DXA法」と呼ばれ、極微量なX線により前腕骨の骨密度を測定する検査です。

肝炎検診

B型肝炎ウイルスが持つたんぱく質の一種であるHBs抗原の有無をEIA法で、C型肝炎ウイルスが感染した際に作られるHCV抗体の有無をCLEIA法で測定する採血による検査です。

管理栄養士がすすめる健康レシピ

美味しく 骨を元気にしよう！

第2弾

“手軽にしっかりカルシウムメニュー！”

★1日に必要なカルシウム(600mg)の約1/3をとる事ができます
1人分の栄養価(2品合計)
エネルギー 380 kcal カルシウム 198mg ビタミン D5.1 μg
ビタミン K109 μg 塩分 2.3g



カリカリじゃこと ゴマのおにぎり

☆材料 (2人分)

| | |
|-----------|--------|
| ご飯 | 300g |
| ちりめんじゃこ | 大さじ3 |
| ゴマ油 | 小さじ1 |
| 塩 | 小さじ1/6 |
| いりゴマ | 大さじ1 |
| 海苔(おにぎり用) | 4枚 |

☆作り方

- ①小さめのフライパンにゴマ油とちりめんじゃこを入れ、弱火で加熱し、きつね色になりカリカリになったら取り出す。
- ②ご飯に①のちりめんじゃこと塩・ゴマを入れ、サックリ混ぜる。
- ③4等分し、ラップに包んで成形し、海苔を巻いて完成

小松菜のかき玉汁

☆材料 (2人分)

| | |
|----------|------------------|
| 小松菜 | 2~3株 (100g程度) |
| 卵 | 1個 |
| 水 | 300cc |
| だしの素 | 小さじ3/4 |
| しょうゆ | 大さじ1/2 |
| みりん | 大さじ1/2 |
| 片栗粉(水適量) | 小さじ1 |

☆作り方

- ①小松菜は洗って食べやすい長さに切り、卵はよく溶いておく。
- ②鍋に水とだしの素を入れ火にかけ沸騰したら小松菜を入れ1分程煮る。
- ③みりんとしょうゆを加え、水溶き片栗粉でトロミをつける。
- ④沸騰したら少し火を弱め、沸いている所に卵を少しずつ鍋肌近くから回し入れる。

Point

牛乳・乳製品はカルシウムの吸収を高めるタンパク質や乳糖と一緒に含まれている為、他の食品と比べてカルシウムの吸収率が高めです。しかし小魚や緑黄色野菜の場合、そのままではカルシウムの吸収率が低い為、吸収率を高める食材と一緒に食べると効果的です。

☆吸収率を良くするもの

- ・ビタミンD (鮭・ちりめんじゃこ・きのこ類等)
- ・マグネシウム (海草類・ナッツ類・ゴマ・大豆製品等)
- ・適度なタンパク質 (卵・肉・魚・大豆製品等)

☆吸収率を悪くするもの

- ・リン (スナック菓子・加工食品・清涼飲料水等)
- ・シュウ酸 (ほうれん草・たけのこ・チョコレート等)

外来診療担当一覧表



平成 29 年 4 月 1 日現在

※ 各科診察は、医師の都合等により変更または休診となる場合があります。☆ 印の医師の診察は予約制です。

| 内科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|----|-----------|----------|-----------|----------------|------------|
| 総合内科 | 午前 | 鈴木 千 | 寺田 肇 | 浄宇 | 林 ○小野(血液内科) | 鈴木 千 |
| | 午後 | | | ☆乾 | | |
| 循環器内科 | 午前 | 林 加藤 秀 | 宣原 浅井 | 寺田 肇 林 | 宣原 浅井 | 浄宇 加藤 秀 |
| | 午後 | | ☆小川 法 | | | |
| 免疫内科 | 午後 | | | | | |
| 消化器内科 | 午前 | 鈴木 崇 | 堀尾 | 太田 | 堀尾 | |
| 呼吸器内科 | 午前 | 柄山 | 榎本 | 鈴木 千 | 丹羽 | 鈴木 清 |
| 神経内科 | 午前 | | | | | ◎黒田 龍 |
| 内分泌科 | 午前 | | ☆黒田 豪 | | | |
| | 午後 | | | | | |
| 糖尿病外来 | 午後 | ☆寺田 肇 | | | | ☆浅井(隔週) |
| 腎臓内科 | 午前 | ☆加藤 明 | | | | |
| 禁煙外来 | 午後 | | | ☆乾 | | |

○印の医師の受付は 11 時までです。

◎印の医師の診察は予約のある患者様または紹介患者様のみとなります。

※免疫内科の午後の診察は 13 時 30 分からです。

※糖尿病外来の受付は 13 時から 15 時までです。都合により診察医師が変更になる場合があります。

| 外科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--------|----|--------------------------------|-------------------------|-------------------------|------|------------------------|
| 午前 | | 鈴木 章 | 太田 | 中島 | 鈴木 章 | |
| | | 太田(10時まで) 矢田(血管) (10時から) | 中島 | 鈴木 章(乳腺) | 中島 | 太田(10時まで) 菊池(10時から) |
| | | 中島(10時から) | 斉藤(血管) (10時から) | | | 鈴木 章(乳腺) |
| 専門外来 | 午後 | | | | ☆神谷 | |
| 呼吸器外科 | | | | ☆船井 和 (第 1,3)(14時から) | | |
| 心臓血管外科 | | | | ☆高橋(第 2,4) (14時から) | | |
| 血管外科 | | | ☆斉藤(第 1,3,5) (15時まで) | | | |

| 泌尿器科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|--|-----------|--------------|----|-----------|-----------|
| 午前 | | 中西 | 赤羽 | 中西 | 中西(10時まで) | 中西 |
| | | 赤羽(10時から) | 中西(10時30分から) | 大塚 | 赤羽 | 赤羽(10時から) |

※血液透析を実施しています。

| 小児科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|----|----------|--|----|--------------------|---------------------------|
| 午前 | | 夏目 | 夏目 | 夏目 | 夏目 | 夏目 |
| 専門外来 | 午前 | | ☆松林(神経) (第 1,3) ☆關(循環器) (第 2) | | | |
| | 午後 | ☆夏目(内分泌) | ☆田口 (アレルギー) (第 2,4) | | ☆宮本(神経) (第 1,3) | ☆田口 (アレルギー) (第 1,3) |
| | | | ☆夏目(乳幼児健診) | | ☆夏目(内分泌) | |

| 婦人科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----|--|----|----|----|----|----|
| 午前 | | 三宅 | 三宅 | 三宅 | 三宅 | 三宅 |

※水曜の受付は 11 時までです。

| 耳鼻いんこう科 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---------|-------|----|-------|----|----|
| 午前 | 船井 | 船井 | 船井 | 船井 | 船井 |
| 午後 | ☆特殊検査 | | ☆学童診療 | | |

| 専門外来 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|----|--------|------------------------|---------|------------------------|---|
| 脳神経外科 | 午前 | 稲永(隔週) | | | 山本(隔週) | |
| 心のケア | | | | ☆二宮(隔週) | | |
| 皮膚科 | 午後 | | 中澤(第1,3,5) 龍野(第2,4) | | 伊藤(第1,3,5) 宮澤(第2,4) | |

※ 皮膚科の新患受付は8時から15時までです。なお、診察は13時30分からです。

| 眼科 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|---|-----|----|---|---|
| 午前 | | | 野村 | | |
| 午後 | | ☆小島 | | | |

※ 火曜の診察は電話予約可能です。

※ 水曜の新患診察は完全予約制です。(※必ず事前にご連絡をください。)

| 整形外科 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|----|----|----|----|----|
| 午前 | 杉谷 | 杉谷 | 杉谷 | 杉谷 | 南波 |

※ 木曜の受付は10時30分までです。

| 形成外科 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|---|---|---|-----|---|
| 午前 | | | | ☆藤原 | |

| 麻酔科 (バインクリニック) | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----------------|---|---|---|-----|---|
| 午前 | | | | ☆岩本 | |

院内合同研究発表会を開催しました

平成29年2月24日(金)に院内合同研究発表会を開催しました。

看護師や薬剤師、医師など各分野の知識を持った職員が日頃の研究内容を披露しました。一般教養のものから、専門性の高いものまで様々な発表があり、職員間で知識の共有を図ることができました。

また、優れた発表を投票により決定しており、下表の演題が選ばれました。

| 入賞区分 | 演題名 | 発表者 |
|-------|-----------------------------------|-------------|
| 最優秀演題 | A 病院看護師の社会人基礎力の調査結果報告 | 看護師 林 明美 |
| 優秀演題 | 病院と暮らしを結ぶ在宅支援室の活動報告と課題 | 看護師長 夏目 志津子 |
| 優秀演題 | 血液透析患者のシャント閉塞に起因した シャント自己管理の現状と分析 | 看護師 大須賀 裕子 |



▲医師による症例紹介



▲看護師による研究発表

新任医師のご紹介



山本 俊介 Dr.Shunsuke Yamamoto

平成 29 年 4 月 1 日から、研修医として山本俊介医師が湖西病院に赴任されました。山本医師は、湖西市の医学修学資金制度を利用して医科大学を卒業され、医師免許取得後 1 年目の昨年度は、浜松医科大学で初期研修を行いました。今後は、当院で勤務をしながら、専門医の資格取得を目指す予定です。

Q&A

- | | |
|----------------|---|
| Q 出身大学 | A 東海大学 医学部 (大阪大学 法学部) |
| Q 目指している専門医療分野 | A 糖尿病・内分泌 |
| Q 趣味 | A 読書 (ノンフィクション・旅行記) |
| Q 抱負 | A 文系の大学を卒業後、会社員として働いてから医師になりました。早く年齢相応の仕事がこなせるよう日々がんばります。 |

健康まつりを開催しました

平成 29 年 3 月 11 日 (土) 第 8 回市立湖西病院健康まつりを開催しました。

はじめに微笑保育園の園児による和太鼓演奏を行い、活気ある音がホール全体に響き渡りました。

例年行っている「簡易健康診断」や、屋外として初めて設けたブースの「ちびっこなりきり消防隊」など、子どもからお年寄りまで皆様が楽しめる内容でした。

市民の皆様約 170 名にお越しいただき、盛況のうちに終えることができました。今後も地域の皆様に親しまれる病院を目指し、より一層地域へ貢献できるよう努めてまいります。

▶ちびっこなりきりドクター&ナース



▶歌こう作り体験

