

きずな

- 02 新型コロナウイルス感染症について
- 04 運転について考えよう
- 05 出前講座
- 06 外来診療担当一覧表
- 07 管理栄養士がすすめる健康レシピ
- 08 看護師修学資金制度のご案内
健診センターからのお願い

湖西病院正面出入口
花が咲き花壇がにぎやかに



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。

新型コロナウイルス感染症 について

新型コロナウイルスに感染したかも !!

〈令和2年5月1日現在〉

新型コロナウイルス感染症が世界各国で流行しています。以下のいずれかの症状に該当される方は、**まず、帰国者・接触者センター(保健所)**へ相談してください。

- 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く。
(高齢者・持病のある方、妊婦は2日)
- 強いだるさや息苦しさがある。
- 37.5℃以上の発熱または呼吸器症状(咳・のどの痛み・呼吸困難など)があり、
新型コロナウイルス感染症に感染している人と接触があった。
- 37.5℃以上の発熱かつ呼吸器症状(咳・のどの痛み・呼吸困難など)があり、
14日以内に流行地域に渡航・居住していたか、または、流行地域に渡航・居住
していた人と接触があった。
- においや味がしなくなった。

帰国者・接触者センター
(西部保健所)

平日8:30 ~ 17:15

050-5371-0561
050-5371-0562

それ以外の時間(土日祝を含む)

050-5371-0561

- 帰国者・接触者センターから受診を勧められた医療機関へ
事前に連絡してから受診してください。
複数の医療機関を受診することはお控えください。
- 医療機関を受診するときはマスクを着用し、公共交通機関
の利用は控えてください。
- 日々情報が変わっています。最新の情報をご確認下さい。



どうやって感染するの？

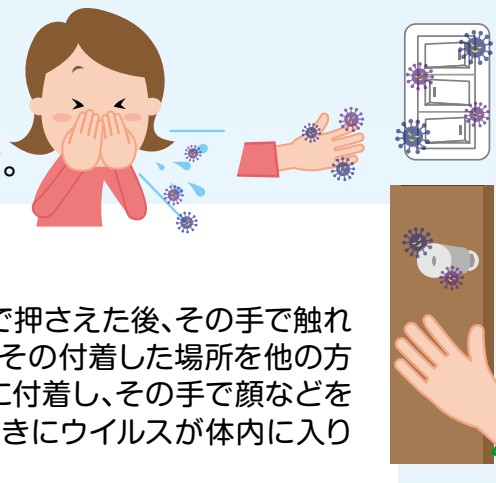
現時点では、“飛沫感染”と“接触感染”が考えられます。

【飛沫感染】

感染者のくしゃみ、咳、
つばなどと一緒にウイル
スが放出され、そのウイル
スを吸い込んだ時に感染
します。

【接触感染】

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で触れ
た物にウイルスが付着します。その付着した場所を他の方
が触れたときにウイルスが手に付着し、その手で顔などを
触れたり、食事をしたりしたときにウイルスが体内に入り
感染をします。



新型コロナウイルス感染対策 !!



感染症対策 へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に

・爪は短く切っておきましょう ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのばすようにこすります。

3



指先・爪の間に念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる
ところであらう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う

2 ゴムひもを
耳にかける

3 隙間がないよう
鼻まで覆う



何もせずに
咳やくしゃみをする



咳やくしゃみを
手でおさえる



■ 詳しい情報はこちら

厚労省

検索



新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をねがいます

3つの「密」を避け ましょう!

①換気の悪い
密閉空間

②多数が集まる
密集場所

③間近で会話や
発声をする
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所が
クラスター(集団)発生の
リスクが高い!

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には
消毒などを行ってください。



厚生労働省

厚労省 コロナ



新型コロナウイルスなどの感染症対策としての ご家庭でのマスク等の捨て方

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方やその疑いのある方などがご家庭にいらっしゃる場合、鼻水等が付着したマスクやティッシュ等のごみを捨てる際は、以下の『**ごみの捨て方**』に沿って、「**ごみに直接触れない**」「**ごみ袋はしっかりしばって封をする**」そして「**ごみを捨てた後は手を洗う**」ことを心がけましょう。

ごみの捨て方

①ごみ箱にごみ袋をかぶせます。いっぱいになる前に早めに②のとおりごみ袋をしばって封をしましょう。

②マスク等のごみに直接触れることがないようにしっかりと封をします。

③ごみを捨てた後は石鹸を使って、流水で手をよく洗いましょう。



※万一、ごみが袋の外に触れた場合は、二重にごみ袋に入れてください。

- 『ごみの捨て方』に沿っていただくことにより、ご家族だけでなく、皆様が出したごみを扱う市町村の職員や廃棄物処理業者の方にとっても、新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスなどの感染症対策として有効です。
- ごみを捨てる際は自治体のルールに従うとともに、ポイ捨ては絶対にやめましょう。使用済みのマスク等のごみを捨てる際にも、『ごみの捨て方』を参考に、「ごみに直接触れない」「ごみ袋はしっかりしばって封をする」そして「ごみを捨てた後は手を洗う」ことに注意しましょう。



運転について 考えよう

リハビリテーション技術室
作業療法士
山本 洋人

近年、高齢者の事故が多く取り上げられるようになっている中で、免許の自主返納や安全運転補助装置の開発など事故防止のための取り組みも多くなっています。

これらの取り組みで一番大事になるのが、自分自身の能力を把握しておくことです。

〈運転時認知障害早期発見チェックリスト15〉を使い、自分の運転能力を評価してみましょう！

運転時認知障害早期発見 チェックリスト15

- ☐ 車のキーや免許証などを探し回ることがある。
- ☐ 道路標識の意味が思い出せないことがある。
- ☐ スーパーなどの駐車場で自分の車を停めた位置が分からなくなることがある。
- ☐ 良く通る道なのに曲がる場所を間違えることがある。
- ☐ 車で出かけたのに他の交通手段で帰ってきたことがある。
- ☐ アクセルとブレーキを間違えることがある。
- ☐ 曲がる際にウinkerを出し忘れることがある。
- ☐ 反対車線を走ってしまった(走りそうになった)。
- ☐ 右折時に対向車の速度と距離の感覚がつかみにくなった。
- ☐ 車間距離を一定に保つことが苦手になった。
- ☐ 合流が怖く(苦手)になった。
- ☐ 駐車場所のラインや、枠内に合わせて車を停めることが難しくなった。
- ☐ 交差点での右左折時に歩行者や自転車が急に現れて驚くことが多くなった。
- ☐ 運転している時にミスをしたり危険な目にあったりすると頭の中が真っ白になる。
- ☐ 同乗者と会話しながらの運転がしづらくなった。



※3 つ以上にチェックがついたら要注意です。
これからの運転に気を付けましょう。

(抜粋) 特定非営利活動法人高齢者安全運転支援研究会

出前講座

対 象 ▶ 市内在住・在勤・在学で10人以上の団体・サークルなど
問合せ先 ▶ 管理課 TEL 576-1231

病院職員が講師として出向いて、病気の予防や食生活の改善などについて分かりやすくお話しします。

どなたでもお気軽にご利用ください。

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から講座を中止または延期させていただく場合がございます。

No.	講 座 名	内 容	備 考
1	発達障害について	● 相談 ● ケースカンファレンス ● 講義	
2	診療放射線技師の仕事①	● 将来医療従事者を目指す学生を中心に診療放射線技師の資格と仕事内容の紹介 ● 様々な検査機器・検査内容と画像を紹介	
3	診療放射線技師の仕事②	● 診療放射線技師の資格と業務内容の紹介 ● 医療用放射線(人体への照射)は医師・診療放射線技師のみが行うことができることについて ● 診療放射線技師が携わる放射線業務と当院での検査業務の紹介	
4	医療被ばくについて	● 震災以来、放射線にはどうしても怖い、恐ろしいといった悪いイメージがあるが、放射線の悪い影響だけでなく長所を理解しやすい内容で紹介 ● 放射能と放射線の違い、医療被ばく、放射線防護の三原則について	
5	後発医薬品（ジェネリック医薬品）について	● 後発医薬品についての解説 ● 国民総医療費の動向とそれに占める医薬品費の推移 ● 国の後発医薬品使用促進策について ● 先発品との違い、後発医薬品の品質について ● 先発品か後発品かの選択についてのアドバイスをを行う	
6	病院薬剤師の仕事について	● 日常業務について（調剤、注射の払い出し、病棟業務、抗癌剤の調製、医薬品情報などの説明） ● 薬物療法が安心かつ安全に受けられるようサポートしていることを紹介	
7	糖尿病のお薬について	● 内服薬の種類と特徴 ● インスリンの種類と特徴、手技 ● 低血糖の症状と対応について	
8	輸液を中心とする栄養管理について	● 輸液における水分、電解質、糖質などの役割 ● 脱水時などの経口補水療法（ORT） ● 夏バテ対策	
9	がん治療の実際 ～消化器がんを中心に～	● 消化器がんの種類や特徴 ● 薬による治療の実際～ガイドラインによる標準治療を中心に ● 抗がん剤の副作用の変遷	
10	感染症について	● 施設、病院、診療所、学校などにおける感染対策について ● 子どもの感染症 ● 流行時の感染症とその予防策	
11	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 ● 糖尿病による足の病気と予防策	一般市民の方を対象 (内容に応じて、学校及び保育所の職員、地域施設の医療従事者など)
12	家庭介護について	家庭介護に役立つ技術(安全で安楽な体の向きの変え方、衣類の着脱、保清、移動の方法、口腔ケア、とこずれについてなど)	
13	災害対策について	トリアージ、応急処置、搬送方法など	
14	命の大切さについて	小学校、中学校、高校に訪問して講話	小学生、中学生、高校生を対象
15	「みんなでつくろう!」 元気な身体 ～自分らしい生活をおくるために～	地域包括ケアシステムが推進されていく中で、今後は地域住民主体でつくる活動が重要となります。集団活動や団体体操のやり方、運動を継続するためのポイント等を説明します。(形式:相談、講義、実技等内容に応じて)	
16	生活習慣病予防と食事 (主にメタボ対策)	● メタボリックシンドロームと生活習慣病の違い ● メタボの原因 ● メタボの予防、改善のための食生活	
17	緩和について	● 鎮痛剤の使用法、副作用について ● 症状緩和について ● 痛みのアセスメント	
18	職業講話	● 看護師の仕事とやりがい ● 看護師になるためには	
19	病気や予防・管理について	● 認知症、慢性腎不全、高血圧、心不全、肺炎など主な病気1つ単位で実施	
20	健康長寿をめざして!	● 健康寿命とは?平均寿命と健康寿命の違い。 ● フレイル、ロコモ、サルコペニアとは ● 低栄養予防の食事と生活	

外来診療担当一覧表

令和2年5月15日現在

内科

		月	火	水	木	金
総合内科	午前	鈴木千	寺田肇	浄宇	林 ☆○高羽 (血液内科)	鈴木千
	午後			☆乾		☆鈴木千
免疫内科	午後		☆小川法 (第1,2,3,5)			
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			直井
循環器内科	午前	林	宣原	寺田肇	宣原	浄宇
		加藤秀	浅井	林	浅井	加藤秀
糖尿病外来	午後	☆寺田肇				
内分泌科	午前 午後		☆新海			
腎臓内科	午前	☆加藤明				
神経内科	午前			◎若月		
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	午前	大貫	太田	中島	大貫	太田
		中島	中島	鈴木章	片橋(血管) (10時から)	鈴木章 (乳腺)
血管外科	午後				☆片橋 (第2,4)	
緩和ケア外来						☆太田 (第2,4)

泌尿器科

		月	火	水	木	金
午前	午前	中西利		中西利		中西利
		渡邊		○大塚		松下
午後		渡邊		赤羽		

○ 印の医師の初診受付は11時までとなります。
 ※ 血液透析を実施しています。
 ※ 午後の受付は15時までです。
 ※ 水曜日の診療は予約患者様のみとなります。

小児科

		月	火	水	木	金
午前	午前	夏目	夏目	夏目	夏目	夏目
	午後	☆夏目 (内分)	☆夏目 (乳幼児健診)	☆夏目 (予約外来 15時から)	☆宮本 (神経) (第1,3)	☆安岡 (アレルギー) (第1,2,3,4)
		非常勤医師	非常勤医師	非常勤医師	非常勤医師	

※ 金曜の小児神経外来の診察は整形外科の診察室にて行います。
 ※ 非常勤医師は交替制になり、午後の診療時間は14時から17時です。

婦人科

		月	火	水	木	金
午前	前	三宅	三宅	三宅	三宅	三宅

※ 水曜の受付は10時30分までです。

耳鼻いんこう科

		月	火	水	木	金
午前	午前	船井	船井	船井	船井	船井
		中西啓				
午後		☆船井 (特殊検査)		☆船井 (学童診察)		

専門外来

		月	火	水	木	金
脳神経外科	午前				山本 (隔週)	山添 (隔週)
				☆水野 (第2) ☆二宮 (第4)		
心のかケア						
皮膚科	午後		福地 (第1,3,5) 糟谷 (第2,4)		伊藤 (第1,5) 影山 (第2,4) 増井 (第3)	

※ 皮膚科の予約のない患者様の受付は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	前			野村		飯田
午後			☆小島			

※ 火曜の診察は電話予約可能です。
 ※ 水曜と金曜の受付は11時までです。

整形外科

		月	火	水	木	金
午前	前	杉谷	杉谷	杉谷	杉谷	猿渡

※ 水曜の受付は10時30分までです。

形成外科

		月	火	水	木	金
午前	前	☆山田				

麻酔科(ペインクリニック)

		月	火	水	木	金
午前	前				☆岩本	

※ 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。

管理栄養士がすすめる

健康 レシピ

春の体調不良に注意！
春バテ対策レシピ！



1人分の栄養価(2品合計)

エネルギー 252Kcal / 塩分 1.7g

豚肉ときのこの オイスターソース炒め

所要時間
20分

エネルギー 180Kcal / 塩分 0.9g

材料(4人分)

豚小間切れ肉……200g
しめじ………1パック
まいたけ………1パック
パプリカ(赤)………1/2個
パプリカ(黄)………1/2個
チンゲン菜………1/2株

醤油………大さじ1/2
砂糖………大さじ1/2
A 酒………大さじ1
オイスターソース
………大さじ1
にんにく………1かけ
片栗粉………小さじ2
油………大さじ1/2
ゴマ油………小さじ1

作り方

1. しめじは石づきを取り、まいたけはほぐす。パプリカは乱切り、チンゲン菜はざく切りにする。
2. 豚肉を炒め、火が通ったらお皿に一度移しておく。
3. みじん切りにしたにんにくを油で炒め、香りが出たら、しめじ・まいたけ・パプリカ・チンゲン菜を入れる。
4. 2とAの調味料を入れ炒める。
5. 水溶き片栗粉でとろみをつけ、ゴマ油を回しかけて完成。

えんどう豆の中華スープ

所要時間
10分

エネルギー 72Kcal / 塩分 0.8g

材料(4人分)

えんどう豆………12さや
玉ねぎ………1/2個
人参………1/2個
卵………2個
鶏ガラスープの素
………小さじ2

すりおろし生姜
………小さじ1
水………600ml
ゴマ油………小さじ1

作り方

1. えんどう豆はスジを取り、半分に切る。玉ねぎは薄切り、人参は細切りにする。
2. 玉ねぎ・人参・水を鍋に入れ、沸騰させる。沸騰したら、えんどう豆を入れ、鶏ガラスープの素・すりおろし生姜で味つけ、溶き卵を回し入れる。
3. ゴマ油を回しかけて完成。

ポイント

春バテという言葉を知っていますか？

いわゆる五月病です。

春は寒暖差が激しく、体が疲れやすかったり、だるくなったり、体調不良になりやすい季節になっています。

豚肉は、にんにくや玉ねぎなどと調理することでビタミンB₁の吸収力がアップします。バランスの良い食事を取り、春バテになりにくい体を作りましょう！

看護師修学資金制度のご案内

看護師の学校に進学しようと考えている皆さん、
看護学校で勉学に励んでいる皆さんへ



卒業後市立湖西病院で看護業務に従事する
意思のある看護学生さんに、修学資金を貸与
する制度をご案内します。



月 額	50,000 円
貸与期間	貸与決定の翌月から正規の卒業年月まで
貸与免除	卒業後、貸与期間と同じ期間、市立湖西病院で勤務すること で修学資金の返還が免除となります。
貸与決定	書類審査・面接等で決定します。
問い合わせ	市立湖西病院 管理課 電話：053-576-1231

健診センターが 完全予約制になります



市立湖西病院の健診センターは、利用者様の混雑緩和のため
令和2年4月から全ての健診を完全予約制といたしました。
受診の際には事前予約をお願いします。また、ご来院時には、
必ずマスクの着用をお願いいたします。
ご理解、ご協力をお願いします。

予約受付は **平日 13時00分から16時30分まで**

問合せ先

市立湖西病院健診センター

TEL 053-576-1232

FAX 053-576-2048