

## 第4回 JA フェアのご案内

農を育み 食を伝え 健康をサポートする



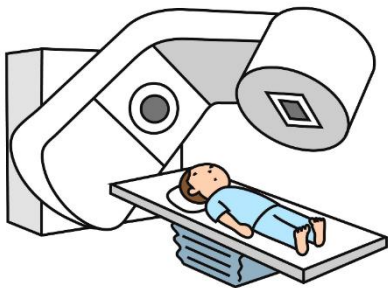
日時：平成 29 年 10 月 14 日（土）9：30～15：00

場所：長門総合病院 駐車場

主催：JA 長門大津 長門総合病院 深川養鶏

### 『がん放射線療法看護認定看護師』が誕生しました！

がん放射線療法看護認定看護師 増野竜太郎



私は、平成 28 年に久留米大学認定看護師教育センターで 6 ヶ月間、放射線療法やがん看護について学ばせていただき、この度認定看護師免許を取得することができました。日本看護協会の認定看護師には現在 21 の分野があり、本年度の合格者を含め、全分野併せて 18728 名の認定看護師が在籍しています。がん放射線療法看護認定看護師は、全国で 254 名と 3 番目に少なく、山口県内では 3 名が活動しています。

放射線療法とは、X 線や電子線といった放射線をがん当てることで、がんを小さくしたり消滅させる治療です。手術や化学療法に比べ、放射線療法はあまり普及していませんでしたが、治療機器の性能向上により治療効果が認められるようになり、治療を受ける患者数は増加しています。そして近年は、手術、化学療法、放射線療法を組み合わせるおこなう集学的治療がおこなわれるようになり、様々な治療を継続して受ける患者さんの不安も多いのではないかと思います。その中で私は、放射線療法を受ける患者さんや家族の方が治療を理解して納得し、安心して治療を受けることができるよう支援していきたいと思っています。また、放射線療法がどのような治療なのか、治療中にどのような支援ができるのか、地域の方々を知っていただけるよう活動していきたいと思っています。

長門総合病院は、地域がん診療病院として皆様の役に立てるように「緩和ケア」「がん化学療法看護」「がん放射線療法看護」の認定看護師が活動しています。認定看護師としてまだまだ未熟な部分が多い私ですが、患者さんや家族の方、多くのスタッフの方々に関わっていく中で成長していきたいと思っています。これからもよろしくお願いいたします。

### 基本理念

#### 「信頼される病院」をめざして

医療事業活動・健康管理活動・介護福祉事業活動を通じて地域の方々に愛され、信頼される病院を目指します。

# がん検診 受けられましたか？

保健師 岡本 香子

厚生労働省が推奨する5つのがん検診

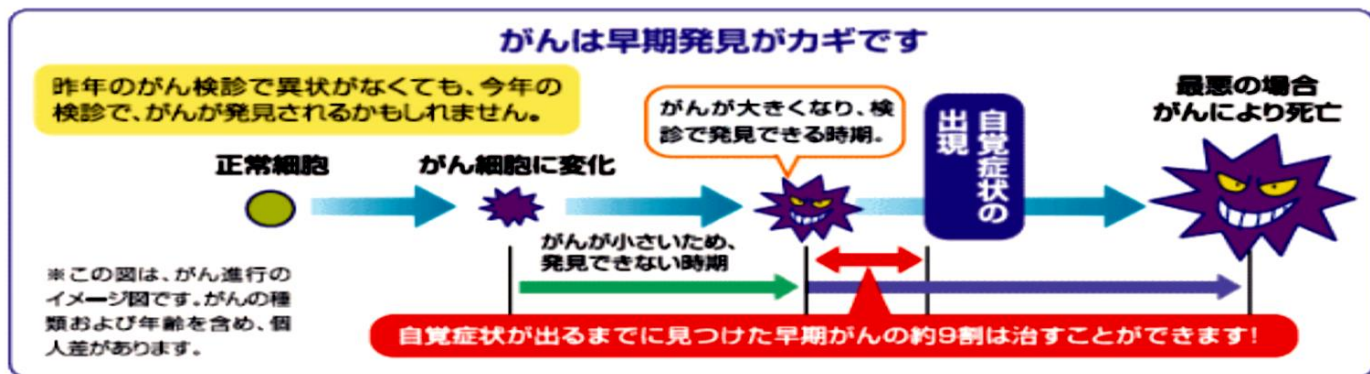


肺・胃・大腸は9月末まで  
※医療機関で実施の場合



乳・子宮は11月末まで  
※医療機関で実施の場合

がんの原因は、ウイルス・細菌感染や、喫煙や食事、肥満、運動不足、飲酒などの生活習慣が約半分程度、残りの半分はわかりません。毎日1000個以上もできているがん細胞。免疫で日々退治していますが、免疫をすり抜けたがん細胞は、増殖を繰り返し、塊

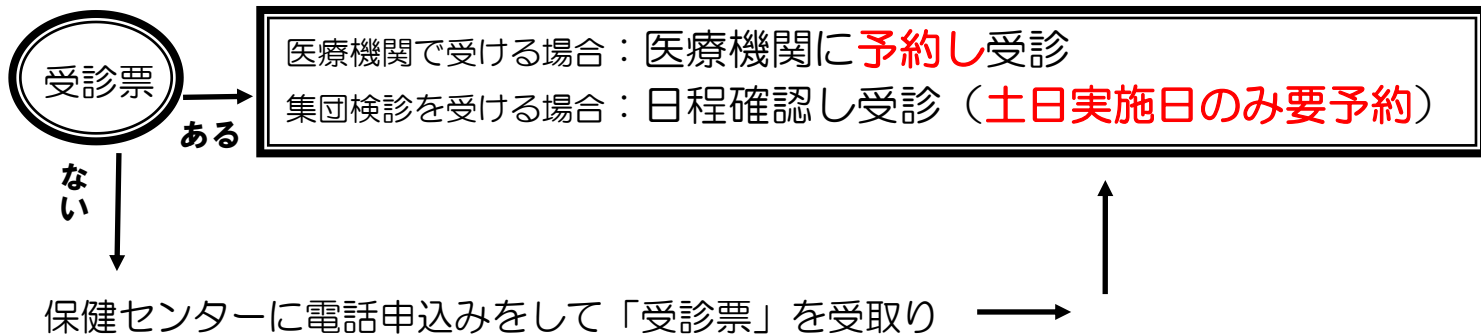


鳥取県とっとり健康家族ポータルサイトより

どんなに気をつけていても、日本は2人に1人が、がんにかかる「がん大国」。しかし治療する確率は6割、早期発見なら9割（種類により差あり）と言われます。症状のない段階=早期発見のために、定期的ながん検診が重要です。

日本対がん協会HP参照

## ..... がん検診の受け方 .....



がん検診期間や受け方は長門市のものです。他市町の方は、当院健診係、もしくは各保健センターにお問合わせください。

# ヒアリ（火蟻）に注意

ヒアリは、これまで日本では見つかっていませんでしたが、6月以降、茨城、東京、神奈川、愛知、兵庫、大阪で見つかっています（平成29年7月18日現在）。ヒアリの多くは、外国から運ばれてきたコンテナの中や、コンテナを水揚げするコンテナヤードで見つかっています。



## 特徴

- ・ 体長は2.5mm～6.0mmほどの小さな赤茶色のアリです。
- ・ 南米原産ですが、北米、中国、オーストラリアなどで定着しています。
- ・ 土で大きなアリ塚を作り、集団で生活します。
- ・ 攻撃性が強く、棒などで塚をつつくと、集団でワッと出てきて襲いかかります。

## 見分け方

小さいため見分けるのは難しいですが、肉眼でわかる特徴もあります。

- ・ 赤っぽくツヤツヤしている。腹部（おしり）の色は暗め。
  - ・ 働きアリの大きさは2.5mm-6.0mm。色々な大きさのアリが混じっている。
- 違う種類：黒いアリ、2.5mm以下の小さなアリ、6.0mm以上の大きなアリ

## もしも、アリに刺されたら

### 【軽度】

刺された瞬間は熱いと感じるような、激しい痛みを感じます。やがて、刺された痕が痒くなります。その後、膿が出ます。

### 【中度】

刺された部分を中心に腫れが広がり、部分的又は全身にかゆみをともなう発疹（じんましん）が現れることがあります。

### 【重度】

息苦しさ、声がれ、激しい動悸やめまいなどを起こすことがあり、進行すると意識を失うこともあります。これらの症状がでた場合には重度のアレルギー反応である「アナフィラキシー」の可能性が高く、処置が遅れると生命の危険も伴います。

## 対処方法：ヒアリの毒への反応は人によって大きく異なります。

### 【刺された直後】

20～30分程度は安静にし、体調の変化がないか注意してください。

### 【容体が急変した場合】

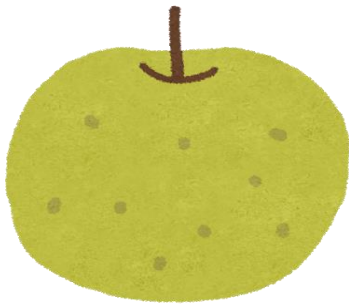
体質によっては、重度の症状となる場合があります。容体が急変したときは救急車を要請するなど、すぐに医療機関を受診してください。その際、「アリに刺されたこと」「アナフィラキシーの可能性があること」を伝え、すぐに治療してもらってください。

## 特に注意が必要な方

ヒアリの毒は、ハチ毒との共通成分などが含まれており、ヒアリに刺された経験がなくてもハチ毒アレルギーを持つ方は特に注意が必要です。

# 今が旬 おすすめ料理 ～なし～

栄養科長 榎田 真由美



新学期が始まり、日焼けした子供たちの声が通学路に響くようになりました。夏休みの楽しい思い出を語り合っているのでしょうか。暑さがいくらかやわらいできたとはいえ、まだまだ残暑厳しい折、夏の疲れが出やすい時期ですから体調管理には引き続きご注意ください。今回は9月に旬となる果物「なし」を紹介します。

なしはバラ科ナシ属の果実で、梨の原産は中国と言われています。日本には和なし、西洋には洋なしと、それぞれ特徴のあるなしがあります。和なしには大きく分けて赤なしと青なしがあり、赤なしは豊水、幸水、青なしは二十世紀がポピュラーです。赤なしは甘味が強いこと、青なしは果汁の多さとさっぱりした甘味が特徴で、青なしのほうが日持ちします。なしは含まれているビタミン、ミネラルに特記する特徴はあまりないのですが、カリウムは他の果物と比べて比較的多く含み、体の余分なナトリウムを尿と排出し、高血圧の予防に効果があります。日本でなしはデザートとして食べることがほとんどですが、海外では肉料理に使われることが多くあります。これはなしに肉類のたんぱく質を分解するプロテアーゼという酵素が含まれ、肉料理に使うと肉を軟らかくしてくれるからです。

今回はこの特徴を生かした肉料理を紹介します。作り方はとっても簡単ですが、出来上がりは高級レストラン風で、自宅で試作した際も肉が好物の家族に大好評でした。今回は牛肉で作りましたが豚肉でもおいしくできると思います。豚肉の場合は食中毒や寄生虫感染予防のため、肉の中心まで十分火を通してください。また肉料理にはたっぷりの野菜類を添えることも忘れずに、ぜひお試しください。

## 《牛ステーキ・なしのソース添え》

### [材料] (2人分)

- ・牛ステーキ肉 2枚
- ・なし 1/2個
- ・塩・こしょう 少々

### [ソース]

- ・なし 1/4個
- ・にんにく 1片
- ・しょうゆ 大さじ1と1/2杯
- ・酒 大さじ1杯

### [作り方]

- ① ステーキ肉は食べやすい大きさに切る。なし1/2個をすりおろした中に肉を漬け込み、冷蔵庫に1時間おく。
- ② ソース用のなしはみじん切り、にんにくはすりおろし、調味料と合わせておく。
- ③ 漬けこんだステーキ肉を取り出し、表面のなしをとり除いて塩こしょうし、フライパンで焼く。
- ④ 肉が焼けたらフライパンから取り出し皿に盛る。そのフライパンに②と漬け込みに使ったすりおろしなしを入れて火にかけ、さっと加熱し肉に添える。





# 中学生の職場体験が行われました

## 菱海中学校 8月8日・8月9日



★医師の仕事を見学体験して、病院は思いやりがあられた場所だと思いました。患者さんのことを一番一番に思って行動しているのがすごかったです。この体験で学んだ思いやりを生活に生かしたいです。そして将来医師になり沢山の人の命を救いたいです。

中谷太星

★看護師の仕事を見学体験して、大変だし苦労すると思いました。患者さんが困ったり迷わない工夫があり、何かあった時にかげつけられるようになっていたんだと知りました。将来看護師の資格が取れるよう頑張りたいです。

白井杏実

★仕事を見学してとても大変だと実感しました。1日目ははじめなかつたり院内の場所を覚えるのが大変でした。2日目は2階で回診を見学して、患者さんとのコミュニケーションが大切だと思いました。2日間で学んだことをこれから生かしていきたいです。

山口菜里

★リハビリテーション科で色々なことを体験することが出来ました。患者さんが家に戻っても安心して生活できるようにと段差をなくしたり物を固定したりなど様々な工夫があって凄いなと思いました。将来この仕事に就きたいと思っているので貴重な体験が出来て良かったです。

馬渡美帆

★体験をしてもっと勉強を頑張りたいと思いました。沢山のことを教えていただいて、医療関係の仕事について人を助けたいという気持ちが大きくなりました。今できることを努力して夢をかなえられるよう頑張ります。

笠本依里

★様々な科の仕事を体験して病院での仕事内容や大変さが分かり勉強になりました。検査の見学や縫合の体験など普段できない体験が出来て楽しかったです。

荒田尚哉

★眼科で縫合の体験をしたことが一番心に残りました。その他にも色々なことを学ぶことができたので将来の進路の選択に役立てたいです。スタッフのみなさんお忙しい中、本当にありがとうございました。

新井瑞基

★体験でどんな仕事なのかどんなことをしているのか知ることが出来ました。凄く忙しく大変そうだなと思いました。患者さんに関わる人が多いのでコミュニケーションが大事なのが分かりました。

村田沙葵子

★看護師さんに優しくいろんな事を教えてもらってうれしかったです。いっぱい勉強したいと思いました。

山根菜々穂



## 三隅中学校 8月22日～8月24日

★体験してみて感じたことは看護師は行動が早くて患者さんを第一に考えながら行動しているんだなということです。一番すごいと思ったのは医療方針を一人ではなく皆でどうすればいいか話し合っていたことです。私も学校で一つの目標を立てたりする時は皆の意見も大切にしたいです。ありがとうございました。

杉山由香莉



★看護師は患者さんと話すときに聞きやすいように大きな声で話していて良いなと思いました。認知症やいろんな問題がある人は看護師が集まって患者さんに合った対策を考えているのが印象に残りました。赤ちゃんの抱き方はいろいろ注意点があったので勉強になりました。今度は本物の赤ちゃんを抱っこしてみたいです。

神谷明莉

★眼科で目の手術をする時の目を縫う体験を実際に行ったら、糸も顕微鏡で見ないと分からないので凄く難しかったです。眼科の先生は縫うことを完璧にできるまでの時間がすごかかって頑張ったことが伝わってきました。

宮本侑弥

## 深川中学校 8月22日～8月24日

★看護師の皆さんが優しく対応して下さったのでうれしかったです。いつもは診察してもらって側なので普通に思っていた事も「そうだったんだ」と気づくことが沢山ありました。患者さんの事を第一に考えた接し方や病院の作りを見て、将来看護師になりたいと強く思いました。優しく明るく思いやりのある看護師になりたいです。

磯本陽菜里

★看護師の仕事が良く分かりました。ケガをしないよう気を付けたいです。赤ちゃんを抱きたかったです。

柳瀬彩乃

★看護師の仕事はもっと簡単と思っていたけど思った以上に大変で、看護師の仕事がよく分かりました。注射や血などが苦手だとしてもリハビリなどもあるの目指して頑張っていきたいと思います。貴重な時間をありがとうございました。

溝部結月

## 日置中学校 8月23日～8月25日



★3日間で学んだことは患者さんの目を見て接するという事です。看護師は誰にでも優しく平等に笑顔で接しているのも私と友達や家族に笑顔で接しようと思いました。

梶山末唯

## 仙崎中学校 8月23日～8月25日

★薬剤師がどこでどんな仕事をしているかよく分かりました。薬を間違えないための工夫がたくさんあってすごかったです。

横谷美由紀

★「リハビリ」を通して3つの種類の仕事がありそれぞれの内容もできたり、実際に見学もできました。笑顔でコミュニケーションをとっていました。患者さんも頑張っていてすごいと思いました。有意義な時間でした。

原侑愛

★とても貴重な体験ができました。先生方の分かりやすい説明で色々勉強になりました。自分の将来の仕事を選べるいい機会になりました。

伊藤海里

★体験で医者の仕事が改めて大変だなと思いました。色々な先生達に沢山教えていただいてとても勉強になりました。将来の仕事を決めるよいきっかけをありがとうございました。

謝敷隼

★看護師の体験をさせていただいてすごく良い経験になりました。この3日間で学んだことを将来で少しでも役に立てばいいと思います。

秋津菜々子





### 全科休診日のご案内

2日(土) 18日(月) 敬老の日  
 3日(日) 23日(土) 秋分の日  
 9日(土) 二次救急  
 10日(日) 二次救急 24日(日)  
 16日(土) 30日(土)  
 17日(日)



### 臨時休診・代診のご案内

#### 【泌尿器科】

1日(金) 松山医師 休診  
 7日(金) 藤川医師 休診

#### 【耳鼻咽喉科】

4日(月) 樽本医師 休診  
 20日(水) 廣瀬医師 予約のみ

#### 【内科】

8日(金) 三谷医師 予約患者のみ対応  
 15日(金) 白築医師 休診

#### 【脳神経外科】

11日(月) 廣瀬医師 休診

#### 【皮膚科】

11日(月) 安野医師 休診

#### 【産婦人科】

28日(木) 品川医師 休診

※臨時休診・代診が追加されることもございますので、HP (<http://www.nagato-hp.jp>) またはお電話 (0837-22-2220) でご確認ください。

### 面会時間について

当院の面会時間は以下の時間となっております。

平日：14時～20時

土曜日・日曜日・祝日：11時～20時

原則、面会時間をお守りいただきますようお願いいたします。個人情報保護や患者さんの病状により面会が出来ない場合がございますので、ご了承ください。



### 耳鼻咽喉科特殊外来のご案内

○補聴器外来

[アリス補聴器センター]

第1・3・5 水曜日(14:00～)

[九州リオン、めがねセンター]

第1・3・5 金曜日(14:00～)

第2・4 金曜日(10:30～)

初めて補聴器をつけられる方はまず、通常外来診察時にご相談ください。

### 小児科特殊外来のご案内

○乳児検診(要予約)

受付 13:00～14:30

実施 13:30～

1ヶ月…月曜日 4ヶ月…火曜日

7ヶ月…木曜日

○予防接種(要予約)

曜日…水、金曜日

受付 13:00～14:30

実施 14:00～

BCG、おたふくかぜ、水ぼうそう、日本脳炎、四種混合、麻疹・風疹、肺炎球菌、ヒブ、ロタウイルス

○心臓外来(要予約)

外来日時は小児科へお問い合わせください。

対象…心疾患全般

○慢性疾患外来(要予約)

火曜日 15:00～16:30

金曜日 15:00～16:00

対象…喘息、低身長などの内分泌疾患、脳波

異常などの神経性疾患、その他腎疾患など

### 産婦人科特殊外来のご案内

○母乳外来(要予約)

火、金曜日 13:30～16:00

内容：母乳育児相談を行います。

(哺乳量測定、体重測定、乳房トラブルほか)

○母親学級(当院にて出産予定の方のみ)

第3水曜日 13:30～16:00

内容：お産の経過と呼吸法、赤ちゃんの扱い方、病棟・分娩室の見学など。

### 放射線科特殊外来のご案内

○放射線治療外来

毎週水曜日 11:00～

放射線科外来までお問い合わせください。

### 看護外来のご案内

○ストーマケア外来(要予約)

○がん看護外来(要予約)

○フットケア外来(要予約)

○リンパ浮腫ケア外来(要予約)

各科外来窓または地域連携室でお申し込み下さい。

# 外来診療担当医表

平成 29 年 9 月分

診療科		月	火	水	木	金	
内科	①	胡麻田 学	森田 高生	胡麻田 学	森田 高生 (10:00~)	森田 高生	
	②	高橋 規文	山本 普隆	山本 普隆	山本 普隆	高橋 規文	
	③	永富 裕二	山口 裕樹	永富 裕二	永富 裕二	香月 憲作	
	④	香月 憲作	三谷 伸之	秋山 優	香月 憲作	三谷 伸之	
	⑤	白築 祥吾	矢野 愛恵	仁志 麻衣子	山口 裕樹	白築 祥吾	
神経内科				秋富 信人			
小児科	①	青木 宜治	青木 宜治	青木 宜治	青木 宜治	青木 宜治	
	②	濱野 弘樹	濱野 弘樹	濱野 弘樹	奥田 裕美 (10:00~15:00)	濱野 弘樹	
外科	①	久我 貴之	井口 智浩	藤井 康宏	久我 貴之	藤井 康宏	
	②	原田 剛佑	佐野 史歩	井口 智浩	原田 剛佑	佐野 史歩	
整形外科	①	村松 慶一	村松 慶一	今城 靖明	村松 慶一		
	②	宮崎 規行		宮崎 規行	宮崎 規行 (新患のみ)		宮崎 規行 (9:30~)
	③	谷 泰宏		谷 泰宏	谷 泰宏		谷 泰宏 (9:30~)
脳神経外科		貞廣 浩和 予約制 10:30~			池山 幸英		
皮膚科		安野 秀一郎			浅野 伸幸		
泌尿器科		岡 真太郎	平儀野 剛	平儀野 剛	徳永 貴範	松山 豪泰	
			徳永 貴範 (初診のみ)	徳永 貴範 (初診のみ)		藤川 公樹	
産科	午前	服部 守志	西本 裕喜	服部 守志	西本 裕喜	西本 裕喜	
	午後			西本 裕喜 (14:00~16:00) ※完全予約制			
婦人科		西本 裕喜	白蓋 雄一郎	西本 裕喜	品川 征大	服部 守志	
眼科	①	新井 栄華	新井 栄華	新井 恵子 (受付 10:00 まで)	波多野 誠	新井 栄華	
	②	新井 恵子			新井 恵子		
耳鼻咽喉科	午前					池田 卓生 (第2,4) ※完全予約制	
	午後	樽本 俊介 受付:14:00~14:30 診察 14:30~			廣瀬 敬信 第1・4・5 受付:14:00~14:30 診察:14:30~ 第2・3 受付:12:30~13:00 診察 13:00~	竹本 洋介 受付:13:00~13:30 診察 13:30~	
放射線治療外来				花澤 豪樹 (11:00~)			
緩和ケア内科				小野 信周 (院内紹介制) 14:00~16:00			
胃内視鏡		三谷 伸之	白築 祥吾	山口 裕樹	三谷 伸之	山岡 祐子	
		矢野 愛恵			矢野 愛恵		
胃透視		須田 博喜	診療放射線技師	診療放射線技師	診療放射線技師	診療放射線技師	
心臓超音波検査		山本 普隆	高橋 規文	高橋 規文	超音波検査士	山本 普隆	
腹部超音波検査		超音波検査士	超音波検査士	白築 祥吾	佐伯 一成	山口 裕樹 (矢野 愛恵)	

外来診療の受付時間は午前 11 時までとなっております。尚、急患はこの限りではありません。  
 整形外科の毎週金曜日の外来診療開始時刻は 9 時 30 分からとなっております。  
 土、日、祝祭日は全科休診となりますが、急患はこの限りではありません。お電話にてお問い合わせ下さい。