



ほほえみ

199

発行：山口県厚生農業協同組合連合会長門総合病院広報委員会

令和元年7月

〒759-4194 長門市東深川85番地 TEL0837-22-2220 FAX0837-22-6542 ホームページ <http://www.nagato-hp.jp>

出産後の風しんワクチン接種についてのお知らせ



いま、全国的に風しん患者が増えてきています。風しんは風しんウイルスによって感染し、飛沫感染によってヒトからヒトに感染します。症状は高熱や発疹が長く続く、関節痛などがあります。

この風しんに妊婦さんが感染すると、生まれてくる赤ちゃんに難聴や先天性の心臓の病気、白内障などの目の病気などが起こる可能性があります。

当院では、妊娠前期検査で「風しん抗体価」の検査を行い、その結果で抗体価が16倍以下（HI法）の方には、希望者に風しんワクチン接種を勧めています。妊娠中はワクチン接種ができませんので、出産後4日目前後に実施しています。

長門市では、風しんの発生と流行を防ぎ、妊婦さんと赤ちゃんの健康を守るため、風しん予防接種費用の助成が開始されています。長門市在住の妊婦さんは、ワクチン接種に10,800円の自己負担が発生しますが、手続きを行うと全額返金されます。手続きについては、ご入院中に担当より説明いたしますが、市のホームページでも詳しく説明されていますので、ぜひご参考にして下さい。また長門市在住以外の方でも各行政で補助金制度をご確認の上、ご相談して下さい。



病床数の変更について

平成28年7月に策定された山口県地域医療構想では、団塊の世代が75歳以上になる2025年の医療需要と必要病床数の推計値が出され、これを基に各医療圏で病床の機能分化や連携に向けた協議が行われています。当院でも今後の地域医療需要予測、更には進捗中の本館新病棟建設等を鑑み、令和元年7月より許可病床数の変更を行います。第2種感染症病床8床を含む病床数は以下のとおりです。なお、本館新病棟の完成後には地域包括ケア病床は40床に増床の予定です。

病床種別	令和元年6月まで	令和元年7月以降
一般病床	218床	212床
地域包括ケア病床	38床	38床
医療療養病床	53床	53床
合計	309床	303床

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。



熱中症予防のために

熱中症とは

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内でも何もしないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。

熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い
- 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う
- 重症になると・・・返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

暑さを避ける

室内では・・・

- ▶ 扇風機やエアコンで温度を調節
- ▶ 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ▶ 室温をこまめに確認
- ▶ WBGT 値も参考に



外出時には

- ▶ 日傘や帽子の着用
- ▶ 日陰の利用、こまめな休憩
- ▶ 日陰の利用、天気の良い日は、日中の外出を出来るだけ控える。



※WBGT 値：気温、湿度、輻射（放射）熱から算出される暑さの指数
運動や作業の度合いに応じた基準値が定められています。
環境省のホームページ（熱中症予防情報サイト）に、観測値と予想値が掲載されています。

からだの蓄熱を避けるために

- ▶ 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ▶ 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす

〈ご注意〉

暑さの感じ方は人によって異なります

その日の体調や暑さに対する慣れなどが影響します。体調の変化に気をつけましょう。

高齢者や子ども、障害者・障害児は、特に注意が必要です

- ・熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しており、暑さに対するからだの調整機能も低下しているため、注意が必要です。
- ・子どもは体温の調節能力がまだ十分に発達していないので、気を配る必要があります。
- ・のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給しましょう。暑さを感じなくても室温や外気温を測定し、扇風機やエアコンを使って温度調整するよう心がけましょう。



節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようご注意ください

気温や温度の高い日には、無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使いましょう。

自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急車を呼びましょう！

高校生インターンシップ（就業体験）を行いました。

看護部 永尾 恵

今年も大津緑洋高校（大津校舎）2年生 20 名が医師・看護師・助産師・理学療法士・薬剤師・臨床検査技師・放射線技師・管理栄養士の各職種に分かれ、就業体験を行いました。仕事現場を間近で見学し、患者さんと触れ合うことで仕事の大変さや大切さ、責任の重さを実感した生徒さんが多く、中にはたまたま実習で来ていた専門学校の先輩と直接話すことができた生徒さんもいて、今後の進路を予測できるいい経験ができたのではないかと思います。2日目の午後、村松院長より「若い世代に向けてのエール」と題した講演が行われ、皆真剣な表情で聞いていました。



就業体験を行った生徒さんの感想を紹介します。



（医師希望）

- 貴重な2日間の経験ありがとうございました。先生方が患者さんと接する笑顔がとても素敵で尊敬しました。
- 医師の職業を見学させて頂いて、患者さんと上手にコミュニケーションを取られている姿に憧れました。

（看護師希望）

- 改めてコミュニケーションの大切さを学びました。
- 体のケアだけでなく心のケアも大切であることを深く学びました。
- 看護師の仕事内容や患者さんとの接し方についてたくさん学ぶことができたので将来に生かしていきたいです。



（助産師希望）

- 出産を分娩室の外で待つことが出来ていきみや産声を聞けてとても感動し、助産師は素晴らしい仕事だと思いました。
- 生まれてたての赤ちゃんを見ることができて、産声も聞くことができたのでとても嬉しかったです。
- 患者さんの命を守る職業に就きたいと改めて思えました。

（理学療法士希望）

- 今までの人間らしさを取り戻すことの大切さや将来に向かって努力することの大切さを学びました。



（薬剤師希望）

- 薬剤師の素晴らしさを改めて感じ、より憧れが強くなりました。
- 薬剤師の仕事を体験できてとても嬉しかったです。これから勉強を頑張ります。
- 薬剤師の仕事の責任感を感じることができました。

（臨床検査技師希望）

- 臨床検査技師の大変さや仕事について学びました。



（放射線技師希望）

- 2日間お世話になりました。専門学校に行っている先輩に国家試験が難しいと聞きました。勉強頑張ります。

（栄養士希望）

- 現場の大変さや栄養士の仕事の大切さが分かりました。



むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム

「命はなぜ目に見えないか。

それは命とは君たちが持っている時間だからなんだよ。」

日野原重明先生 聖路加国際病院理事長 医師



日野原重明先生は1911年山口市にお生まれになりました。患者本位の診療や終末医療、「生活習慣病」という言葉を提言するなど、医学教育に尽力されました。『生きかた上手』を読まれた方も多いと思います。100歳近くまで患者さんの診察を続けられたそうです。

心臓は生きるために必要ですが、それは単なる臓器であって命が宿っているわけではありません。命は人が自由に使える時間だから、見える物ではない。むしろ、時間だったら自分だけでなく他人のためにも使って助けてあげてはいかがですか、という問いかけです。命を預かる医療人の原点を示す言葉と思います。

病院敷地内禁煙の実施について

健康増進法の改正により、7月1日から受動喫煙防止が強化され、子供や患者等が利用者となる学校や病院などの施設は原則、敷地内禁煙となります。

この改正に伴い、地域がん診療病院である当院においても7月1日から敷地内禁煙を実施します。それに合わせて灰皿等の設置も禁止となるため、病院敷地内に設置してあります灰皿も6月末までに撤去します。

当院を利用される皆様におかれましては駐車場など敷地内での喫煙はご遠慮いただきますようお願いいたします。

呼吸器疾患の方など多くの皆様が利用される当院において「望まない受動喫煙」をなくすため、皆様のご協力をお願いいたします。



病 院 長

山口県アピアランスケア推進事業助成金について (ウィッグ等の購入費の助成制度)

社会福祉士 田村和彦



がん治療に伴う外見（アピアランス）の変化に対するケアを通じ、社会参加を支援し、がん患者のQOL（Quality Of Life:生活の質）向上を図るため、がん治療により脱毛した場合のウィッグや、乳房切除された場合の補整下着などの購入費の助成制度が山口県で新設されましたのでご紹介いたします。

1. 助成額

ウィッグや補整下着等の購入費の2分の1

（3万円を上限とし、1千円未満の端数が生じた場合は、これを切り捨てた額）

2. 対象となる補整具

- 全頭かつら（装着に必要な頭皮保護用のネットを含む。）
- ケア帽子（医療用帽子）
- 胸部補整具（補整下着、エビテーゼ等）
- 乳がん用バスタイムカバー（温泉入浴着）



3. 助成を受けることが出来る方

次の項目すべてに該当する者（本人又は同一世帯の者）です。

- 山口県内に住所を有している。
- がん治療に伴う脱毛や、乳房切除により、ウィッグや乳房補整具等を必要としている。
- 世帯の市町村民税のうち所得割課税年額が23万5千円未満である。
- 申請する補整具は、平成31年4月1日以降に購入している。
- 申請する補整具の購入に対して他の助成を受けていない。
- 過去に山口県アピアランスケア推進事業助成金交付要綱による助成金交付を受けていない。
- 下記の県内医療機関のがん相談支援センターでがん相談支援を受けている。

がん相談支援センターについて

患者さんや家族、あるいは地域の方々にごんに関する情報を提供したり、相談にお応えしています。がん専門相談員としての研修を受けたスタッフが、信頼できる情報に基づいて、がんの治療や療養生活全般の質問や相談をお受けしています。

センターが設置されている病院で診療を受けていない方もご利用いただけます。相談は無料です。

医療機関	電話	対応時間・曜日
岩国医療センター がん相談支援センター	0827-35-5645（直通）	月曜日から金曜日 8:30～17:00
周東総合病院 がん相談支援センター	0820-22-3456（代表）	月曜日から金曜日 8:30～17:00
徳山中央病院 がん相談支援センター	0834-34-8821（直通）	月曜日から金曜日 8:30～17:15
山口県立総合医療センター がん相談支援センター	0835-22-5145（直通）	月曜日から金曜日 8:30～17:15
山口大学医学部附属病院 がん相談支援センター	0836-22-2473（直通）	月曜日から金曜日 8:30～17:00
山口宇部医療センター がん相談支援室	0836-58-2100（直通）	月曜日から金曜日 8:30～17:15
山口県済生会下関総合病院 がん相談支援センター	083-262-2300（代表）	月曜日から金曜日 8:30～17:00
長門総合病院 がん相談支援センター	0837-22-2518（直通）	月曜日から金曜日 8:30～17:00
都志見病院 がん相談窓口	0838-22-2878（直通）	月曜日から金曜日 8:30～17:00

今が旬 おすすめ料理

「ズッキーニ」

栄養科長 中嶋 乃理子



ジメジメして蒸し暑い日が続き、気分も沈みがちですが、本格的な夏に向けて体調を整えたいですね。

食中毒の発生しやすい時期なので、皆さんも食べ物には充分気を付けてください。

今回は、初夏から夏に旬を迎える「ズッキーニ」を紹介します。

ズッキーニは、見た目はきゅうりに似ている為、きゅうりの一種では？と思われがちですが、かぼちゃ（ペポかぼちゃ）の仲間です。原産地は北アメリカ南部で、日本ではまだ歴史が浅く、普及し始めたのは1980年頃からですが、最近は家庭菜園でも人気の野菜のひとつです。一般的なズッキーニは、開花後4～5日の見熟なうちに収穫したものを食用とします。店頭でみかけるものは果皮が緑色ですが、ほかにも黄色いものや丸いものなどバリエーション豊富です。

ズッキーニのエネルギーはかぼちゃの約1/7で低カロリー。粘膜を保護し、免疫を強化して風邪予防によいとされるカロチンやビタミンCを適度に含んでいます。また、カリウムを多く含んでおり、体内の水分の排泄を促し、血圧を下げる効果が期待できます。

ズッキーニは生食できないことはありませんが、皮は剥かずに加熱して食べます。独特の歯ごたえで、油との相性がよく、加熱すると茄子に似た食感になります。オリーブオイルで炒めたり揚げたりすると風味が増します。トマトやパプリカなどの夏野菜を使った煮込み料理「ラタトゥユ」にもかかせない素材のひとつです。

今回は、ズッキーニを器にして、見た目にも楽しい味噌味のチーズ焼きを紹介します。トマトやコーンをプラスしても彩りよくなりますし、ツナ缶をサバ缶に変えたり、仕上げのトッピングを小ネギやパセリ、バジルなど種類を変えてもいいですね。



「ズッキーニでツナ味噌チーズ焼き」

【材料】（2人分）

ズッキーニ（小～中）	1本
ツナ缶（水煮でもよい）	1缶
セロリ（玉葱でもよい）	40g
ピザ用チーズ	40g
A 味噌	約大さじ1
A 砂糖	約大さじ1
A みりん	約大さじ1
黒コショウ	適宜
小ネギ	適宜

【作り方】

- ①Aを混ぜ合わせる。
- ②ズッキーニは縦半分にカットし、スプーンでくり抜く。
※すわりが悪い場合はズッキーニの底をカットする。
- ③ズッキーニの中身とセロリは刻む。ツナは缶汁をきる。
- ④小さめのフライパンを熱し、③を炒めてA（**味みて量を加減する**）を加え、チーズの1/2量を加えて混ぜる。ズッキーニに詰め、残りのチーズをのせる。
- ④アルミ箔を敷いた天板に④をのせ、220℃に予熱したオーブンで約7分焼く。
お好みでコショウ、小ネギを散らす。



全科休診日のご案内

6日(土) 20日(土)
 7日(日) 21日(日)
 13日(土) 27日(土)
 14日(日) 二次救急 28日(日) 二次救急
 15日(月)

臨時休診・代診のご案内

【内科】

5日(金) 前田医師 休診
 23日(火) 瀬川医師 休診

【皮膚科】

9日(火) 浅野医師 受付時間 14:00 まで
 18日(木) 下村医師 休診

【婦人科】

18日(木) 高木医師 休診

【耳鼻科】

22日(月) 小林医師 休診
 24日(水) 廣瀬医師 予約の方のみ

【放射線科】

26日(金) 須田医師 学会のため休診

【外科】

31日(水) 坂本医師 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。個人情報の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

毎週火曜日 8:30～

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

令和元年7月分

診療科		月	火	水	木	金
内科	①	胡麻田 学		胡麻田 学	胡麻田 学	
	②	高橋 規文	高橋 規文			高橋 規文
	③	永富 裕二	山口 裕樹	永富 裕二	山口 裕樹	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	前田 雅喜	瀬川 誠	白澤 友宏 秋富 信人		前田 雅喜
神経内科						
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	脇 和之	脇 和之	脇 和之	脇 和之	脇 和之
外科	①	久我 貴之	重田 匡利	重田 匡利	久我 貴之	矢野 由香
	②	坂本 龍之介	矢野 由香	坂本 龍之介	坂本 龍之介	
整形外科 リウマチ科	①	村松 慶一	村松 慶一	今城 晴明	村松 慶一	
	②	谷 泰宏	谷 泰宏			谷 泰宏
	③	瀬戸 哲也		瀬戸 哲也	瀬戸 哲也	瀬戸 哲也
脳神経外科		貞廣 浩和 診察 10:30~				清平 英和 診察: 10:30~
皮膚科	午前	安野 秀一郎 第2月曜日は 受付:10:30まで		平野 吉奈	下村 尚子	
	午後		浅野 伸幸 受付:12:00~14:30 診察 13:00~			
泌尿器科		松隈 悠	平儀野 剛 福田 昌史 (初診のみ)	平儀野 剛 福田 昌史 (初診のみ)	福田 昌史	松山 豪泰 藤川 公樹
産科	服部 守志	西本 裕喜	服部 守志	西本 裕喜	西本 裕喜	
婦人科	西本 裕喜	白蓋 雄一郎	西本 裕喜	高木 遥香	服部 守志	
眼科	①	新井 栄華	新井 栄華 (受付 10:00まで)	新井 栄華 (受付 10:00まで)	永井 智彦	新井 栄華
	完全予約制					
耳鼻咽喉科	②	新井 恵子		新井 恵子 (受付 10:00まで)		新井 恵子
	完全予約制					
耳鼻咽喉科	午前					池田 卓生 (第2,4) ※完全予約制
	午後	小林 由紀 受付:13:30~14:00 診察 14:00~		廣瀬 敬信 受付:12:30~13:00 診察 13:00~		竹本 洋介 受付:13:00~13:30 診察 13:30~
放射線科				須田 博喜 (紹介のみ)		
放射線治療外来					日山 篤人 (8:30~)	
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	前田 雅喜	山口 裕樹	三谷 伸之	藤村 寛之	
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	木下 奈津	超音波検査士	高橋 規文	高橋 規文	超音波検査士	
腹部超音波検査	超音波検査士	超音波検査士	前田 雅喜	佐伯 一成	山口 裕樹	

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。
 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。
 整形外科の毎週水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。
 眼科の新患の受付時間は10時30分(火・水曜は10時00分)までとさせていただきます。
 眼科は初診の方は紹介の方のみとさせていただきます。再来は完全予約制となります。