



ほほえみ

201

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

〒759-4194 長門市東深川85番地 TEL0837-22-2220 FAX0837-22-6542 エーワード以 <http://www.nagato-hp.jp>

令和元年9月

日本 DMAT 隊員養成研修に参加してきました。

整形外科リウマチ科 谷泰宏

2019年7月10日から13日の4日間、兵庫県神戸市の災害医療センターにて開催された日本DMAT隊員養成研修に、当院から谷泰宏医師と仙田望看護師の計2名が参加しました。DMATとは、Disaster Medical Assistance Teamの頭文字よりなる略語で、大規模災害や事故などの災害急性期において、機動性をもって活動できるトレーニングを受けた医療チームです。チームは、医師、看護師、ロジスティックで構成されます。当院のDMATチームは、熊本地震の際に出動実績があります。このたびは、前任の宮崎規行医師の転勤に伴う医師の欠員補充と看護師スタッフの充実のため、研修および試験を受けてまいりました。

災害医療と耳にすると急性期の現場での医療ばかりが想像されると思われますが、実際には、現場の災害医療のみならず、病院支援や広域搬送、避難所支援などにおけるサポートといった業務がDMATには要求されております。そのため、4日の研修は、多くの情報を学習する必要があるため、非常に密なスケジュールであり、常にシミュレーションを中心としたグループワーク、実習が多くありました。その中において、特に強調される点は災害時の指揮命令系統の確立でした。この点は、今後の医療現場においても、応用していく必要があると認識しました。実習としては、その他、無線（トランシーバー）での連絡方法の実習、災害医療時のコミュニケーションツールとしてのEMISと呼ばれるシステムの実習、トリアージ、初期対応の治療法、災害時のカルテ記入、搬送時の優先順位などの実践を想定した訓練、研修があり、3日目には試験が実技、筆記、無線、EMIS入力と多岐に渡り実施されました。当院の2名も合格することができ、最終日の4日目は、場所を三木市に移して実動訓練を行いました。消防、救急隊員も交え、そして素晴らしい演出をする地元の看護学生を患者役とした実践ながらの研修でした。4日間、ぎっしり詰まった内容にて、心身ともに疲労はMAXでしたが（さまざまな研修、試験を受けてきましたが、自分史上最大にハードな研修でした）、4日を振り返ると、このDMAT研修でしか得ることができないたくさんの情報、知識、技術を習得することができました。今後DMAT隊員の一員として、災害時に備え、知識の整理やDMATの先輩方に引き続き指導していただきながら、精進していく次第です。当院は、災害拠点病院でもありますので、平時より災害時を意識したスタッフの啓蒙活動も我々DMAT中心になって行なっていきたいと考えております。（先月より月1回の頻度で勉強会を開始しました）

また、私自身、整形外科のみならず、リウマチ科、運動器超音波エキスパート、ラグビーチームドクターに加え、また新たにDMATの一員を持ち合わせ、今後も日々の診療に努めて参りますのでよろしくお願いします。

最後に、この場を借りて、今回の研修への推薦をしていただきました山口県および当院に感謝申し上げます。



左から
当院看護師 仙田望
下関市立市民病院 理学療法士 本村厚郎
山口大学救命科医師 井上智顕
当院医師 谷泰宏
徳山中央病院 放射線技師 中司生一

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。

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。

第6回 農を育み 食を伝え 健康をサポートする

J A フ ェ ア

日時：10月5日(土) 10:00～15:00

場所：長門総合病院 駐車場

主催：JA 山口県長門統括本部 長門総合病院 深川養鶏

ステージ

10:00

みすゞ少年少女合唱団



10:30

深川幼稚園児の鼓隊演奏



11:00

長門ストリートダンス愛好会



12:15

ピンゴゲーム抽選大会



10時販売開始 (300枚販定 1枚100円)

13:00

堀川玄太さんによる



ウォーターアートショー



14:45

もちまき



「お芝居の主役はぱいきんまん!？」

場所 ステージ (雨天時はリハビリ室)

時間 1回目 11:30～ 2回目 14:00～

*諸般事情により、ショーの内容を変更する場合がございます。

駐車場

食事(予定)

- ◆ うどん
- ◆ 細葉子
- ◆ たいやき
- ◆ 焼きそば
- ◆ 焼き鳥
- ◆ 唐揚げ
- ◆ ポップコーン



無料配布

- 私たちが育てた
サツマイモ スティック
11:00～限定 100食
場所：本部
新ブランド米 粒美人 2.0
ゆでたまご セットで!
11:30～限定 100食
場所：うどんコーナー



あそび(予定)

- ◆ シャボン玉
- ◆ 輪なげ
- (プレゼント付き)
- ◆ 金魚すくい

新鮮野菜市

- ◆ 自家菜園グループ
- 手作りお寿司・おもち・
とりめし・その他加工品
- ◆ ベジフルトレイン
- ◆ 農産加工葛の草工房
- ◆ びじゅつかんの
ハーブ園工房ゆめうさぎ
- ◆ 俵山ハーブと野草茶の会「かかしの子」
- ◆ ふれあいハウス
- ◆ 新和会
- ◆ ひとまる工房



お米がもらえる 重さあてクイズ!
「とりあえず すくってみてん!!」

場所 ステージ横

時間 10:00～
なくなり次第終了



- ◆ 長門消防署
- 三二消防車試乗
- 対象：小学生以下



- ◆ DMAT
- (ドクターマット)
長門総合病院



消費税増税に伴う診療報酬改定について

医事課

消費税
10%

10月から消費税が8%から10%へ引き上げられますが、医療費も初診料が2,820円から2,880円(10割)、外来診療料(再診料)が730円から740円(10割)に改定されます。

医療機関の収入の大部分は健康保険診療報酬ですが、これらは消費税非課税扱いとなっています。しかし、病院の経費(医療機器の取得や施設維持費など)には消費税が課税されています。この度の改定は医療機関の経費にかかる増税分の負担を補うよう、対応されるものです。

また、差額ベッド代が発生する個室又は2人部屋やおむつ代など、健康保険適用外のサービスにつきましても、消費増税に伴い改定します。当院では昨年夏に24時間空調設備を整え、一律15%の引き上げを行いましたが、この度の消費増税に伴い一部見直しを致しますので併せてご了承くださいますようお願いします。

中学生職場体験を行いました。

看護部 大野 真琴

今年も市内5校から18名の職場体験依頼を受けて、将来の夢である職種:医師・看護師・助産師・理学療法士・放射線技師・臨床検査技師・医療事務に分かれて体験・見学をしてもらいました。

3日間の体験期間のうち1日は集合研修として、医療従事者になるための道のりを学び、普段は入ることのできない手術室やラジエーションハウスなどの見学をしました。また、血圧測定や認知症テスト、高齢者の疑似体験などを実際に行ってもらいたい「上手く測れないね。」「関節が曲げにくくて歩きづらい。」などの感想を聞くことができました。



ここで体験に来てくれた生徒さんの感想をご紹介します。



・医師は病気の治療をするというイメージだったけど、患者さんとたくさん話をされていました。医師の仕事はとても大変そうでした。でも、私たちと話す時も笑顔で教えてくれました。患者さんことを考えて仕事をしていて、かっこいいと思いました。(医師希望:女子)

・医療の仕事は、人の命に関わり責任のいる仕事だけど、患者さんの人生に関わり感謝されるとてもやりがいのある仕事だなと思いました。実際に患者さんと話をしたり、車いすを押させてもらったりと、患者さんと関わることができて嬉しかったです。(看護師希望:女子)

・リハビリの見学をして、理学療法士と作業療法士の違いをはじめて知ることができました。両方とも患者さんとのコミュニケーションが必要で、出来なくなったりすることを出来るようにさせてあげるためサポートすることがリハビリの仕事だと分かりました。(理学療法士希望:男子)

病院での職場体験では他の企業や職場に比べると体験できることが限られて見学が中心になってしまいますが、職業別に仕事内容を見学することで、少しでも進路選択の参考になれば嬉しい思います。

体験に来てくれた生徒のみなさん、ご協力いただいた患者様、本当にありがとうございました。来年も、夢を抱えた中学生が体験に来てくれるのをお待ちしています。

保健師だより

今年の

特定健診・がん検診 済されましたか？

特定健診：11月末まで

40歳～74歳長門市国保加入者、生活保護受給者、協会けんぽ被扶者の方が受けることができます。協会けんぽの方以外は11月末までとなっています。

今年より国保加入の方は、自己負担が「無料」となりました。

がん検診：医療機関で受ける場合は、9月末まで（子宮・乳は11月末まで）

【胃がん検診】	50歳以上	2年に1回
【大腸がん検診】	40歳以上	1年に1回
【肺がん検診】	40歳以上	1年に1回
【肝炎ウイルス検査】	40歳以上 69歳以下	一生に1回
【乳がん検診】	40歳以上	2年に1回
【子宮がん検診】	20歳以上	2年に1回

何が受けられるのか、健診係まで
お気軽に！
総合窓口⑥です



※無料検診：以下の方は、がん検診等、今年度無料となります。

- ☆ 今年度40歳になる方～大腸・肺・子宮・乳・肝炎の検診
- ☆ 今年度50歳になる方～胃がん検診
- ☆ 今年度21歳になる方～子宮がん検診
- ☆ 今年度30歳・35歳になる国保加入の方～人間ドック

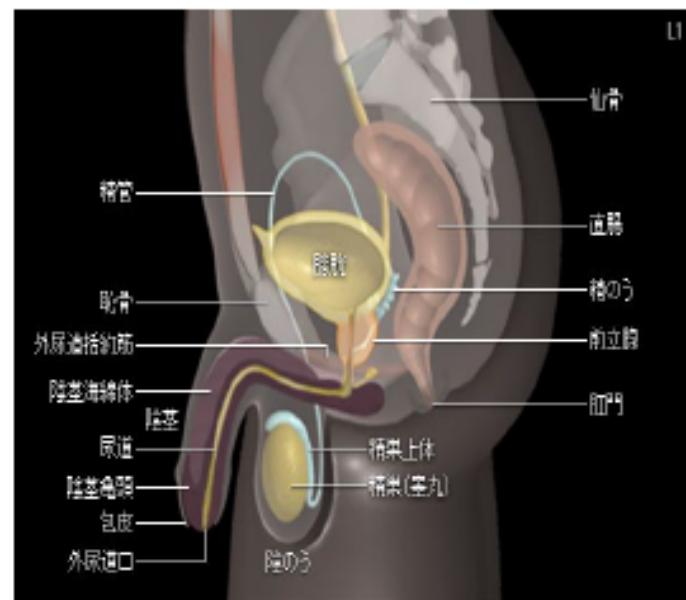


あわせて受けたい「前立腺がん検診」 男性は、50歳を過ぎたら年に1回は検査を！

先日、山口大学医学部松山教授（泌尿器科）のお話を聞かせていただく機会がありました。

日本人男性の11人に1人は前立腺がんにかかり、死亡者数も増加しています。米国でも同じく死亡率が増加していましたが、前立腺がん検診（PSA検査：血液検査）が普及し、死亡率が36%低下したそうです。

長門市では前立腺がん検診が実施されていませんので、健診時、希望される旨、お申し出ください。特定健診でとる血液と一緒に検査できます（追加採血はありません）。なお健診と同時に受けられる場合の負担金は、2100円+税、前立腺がん検診のみの場合は、3000円+税です。



むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム

「知之者、不如好之者。好之者、不如樂之者」（これを知る者は、これを好む者に如かず、これを好む者は、これを楽しむ者に如かず）

『論語』雍也（ようや）篇



先日マラソンの増田明美さんの講演を聞き、大変心に残った言葉です。「論語」からの引用ですが、漢字で読みますと大変難しい。意味は、「何事をやるにしても、知ってるだけの人より好きである人が勝っており、更に好きだけの人より楽しむ人が勝っている。」という事です。増田さんは、マラソンは好きではなく、楽しくなく、練習をさせられていたので、オリンピックで失敗したと言われました。

これは我々外科医にも当てはまる事があります。手術は大変責任が重くプレッシャーがかかります。普段温厚な先生が、手術中は豹変しひっくりすることもあります。私はけしからんと言われるかもしれません、手術が好きというよりも楽しんでいる気持ちがあります。それには、多くの経験と自信が必要かもしれません。これからも、できる限り生涯一外科医として、楽しみながら学びたいと考えております。

10/6（日）『休日乳がん検診』を行います!!

検診内容 乳がん検診（視触診検査及びマンモグラフィ検査）

対象者 40歳以上の女性（長門市民の方）

*ペースメーカー装着、豊胸手術をしている方は除きます。

*昨年度及び今年度、市の乳がん検診を受診された方は除きます。

自己負担金 2,000円

*40歳及び乳がん検診クーポン券該当者は無料

検診日時 10月6日(日)9:00~11:00（受付は10:00まで）

場所 長門総合病院

定員 20名（定員になり次第締め切ります）

*申込受付後、ご本人に受診表などを送付します。



<申込み・お問い合わせ>

長門市保健センター TEL23-1133

今が旬 おすすめ料理



「舞茸」

栄養科長 中嶋 乃理子

記録的な猛暑日が続き、夏の疲れが出てくる時期です。引き続き体調管理に気を付けてください。

秋の味覚といえば「きのこ」。今回は9月～11月ごろが旬の「舞茸」を紹介します。最近ではほとんどが菌床栽培で1年中出回っていますが、野生の舞茸の美味しさは格別で、菌床栽培の物とは別物だそうです。名前の由来は、山の中で舞茸が生えている姿が、まるで蝶々が舞っているように見えたから、あるいは、天然の舞茸は希少で美味しいことから、食べたものが嬉しくなり踊り舞った、という説があります。

舞茸は、サルノコシカケ科マイタケ属に分類されるきのこの一種であり、きのこのみが持つ成分「キノコキトサン」が含まれています。キノコキトサンとは、中性脂肪を減らすとともに、脂肪の吸収を抑制する効果も持っています。生活習慣病や動脈硬化を予防するのに良い栄養成分です。特に注目の栄養素である β -グルカンという不溶性食物繊維には、免疫力を高め、ウイルスや細胞に対する抵抗力を高める作用があり、免疫機能の回復、がん細胞の増殖抑制を促す効果が期待されます。更に、 β -グルカンから抽出された「MD フラクション」「MX フラクション」は、細胞性免疫を活性化させたり、血管・血液系の生活習慣病の予防に効果が期待されるという研究結果が発表されています。 β -グルカンは消化されずに腸まで届き、腸の内壁にある免疫細胞に働きかけるので、出来るだけ空腹時に食べるのが効果的のようです。1日1/2～1/3パック(30～50g)の舞茸を食事に取り入れるだけでよいとされています。

きのこの成分を活かして摂取するには、小分けして一旦冷凍してから、解凍せずに凍ったまま調理すると、栄養成分は流れ出さず、細胞が破壊されるのでさらに効率よく摂取することができます。

今回は、忙しい時にも、トースターで作れるお手軽レシピを紹介します。お試しください。



「厚揚げと舞茸のネギ味噌ホイル焼き」

【材料】(2人分)

厚揚げ	1枚(160g)
舞茸	1/2パック
ネギ	1/3本
塩・コショウ	少々
《味噌だれ》	
★砂糖	小さじ1
★マヨネーズ	大さじ1
★みそ	大さじ1.5

【作り方】

- ①厚揚げは食べやすい大きさに切り、ねぎは粗みじん切りにする。舞茸は根元を切り落とし、手でほぐしておく。
 - ②ボウルに《味噌だれ》の材料★を入れて混ぜる。
 - ③アルミホイルに厚揚げ、舞茸、ねぎをのせて味噌だれをかけて、塩こしょうをして包み、トースターで10分焼く。
- *途中でアルミホイルを開けて焦げ目をつけると、香ばしくなり美味しいになります。



全科休診日のご案内

1日(日) 二次救急	21日(土)
7日(土)	22日(日)
8日(日)	23日(月) 秋分の日
14日(土)	28日(土)
15日(日)	29日(日) 二次救急
16日(月) 故者の日 二次救急	

臨時休診・代診のご案内

【産婦人科】

3日(火) 白薔薇医師	休診
5日(木) 高木医師	休診
12日(木) 西本医師	学会のため休診
13日(金) 西本医師	学会のため休診

【脳神経外科】

6日(金) 清平医師	学会のため休診
20日(金) 清平医師	学会のため休診

【耳鼻咽喉科】

11日(水) 廣瀬医師	休診
18日(金) 廣瀬医師	予約の方のみ

【泌尿器科】

27日(金) 松山医師	学会のため休診
-------------	---------

※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。



病院敷地内禁煙の実施について

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。

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9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			前田 雅喜
神経内科			青木 宣治	青木 宣治	青木 宣治	
小児科	① 青木 宣治		脇 和之	脇 和之	脇 和之	
	② 久我 貴之	重田 匡利	重田 匡利	久我 貴之		
外 科	① 坂本 龍之介	矢野 由香	坂本 龍之介	坂本 龍之介		
	② 村松 廉一	村松 廉一	今城 靖明	村松 廉一		
整形外科 リウマチ科	① 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	
		貞廣 浩和 診察 10:30~				清平 美和 診察: 10:30~
皮膚科	午前	安野 秀一郎 <small>第2月曜日は 受付:10:30まで</small>		平野 杏奈	下村 尚子	
	午後		浅野 伸幸 <small>受付:12:00~14:00 診察 13:00~</small>			
泌尿器科		松隈 悠	平儀野 剛	平儀野 剛	福田 昌史	松山 豪泰
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	白薔 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 <small>(受付 10:00まで)</small>	新井 栄華 <small>(受付 10:00まで)</small>	永井 智彦	新井 栄華	
	② 新井 恵子 完全予約制		新井 恵子 <small>(受付 10:00まで)</small> 完全予約制	約 制	新井 恵子 完全予約制	
耳鼻咽喉科	午前					池田 卓生 <small>(第2.4) ※完全予約制</small>
	午後	小林 由貴 <small>受付:13:30~14:00 診察 14:00~</small>	廣瀬 敬信 <small>受付:12:30~13:00 診察 13:00~</small>			竹本 洋介 <small>受付:13:00~13:30 診察 13:30~</small>
放射線科			須田 博喜 <small>(紹介のみ)</small>			
放射線治療外来					日山 篤人 <small>(8:30~)</small>	
緩和ケア内科			小野 信周 <small>(院内紹介制) 14:00~16:00</small>			
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)までとさせて頂きます。

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。