



ほほえみ

203

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 11 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>

『農を育み、食を伝え、健康をサポートする』

「第6回 JA フェア」

を開催しました



山口県長門市地域の JA (JA 山口県長門統括本部、深川養鶏、長門総合病院) が共同して開催している JA フェアが 10 月 5 日(土)、秋晴れに恵まれ賑やかに開催されました。

今年も地元の各種団体や幼稚園児、ボランティア等がイベントを盛り上げていただき、たくさんの来場者がありました。

「在宅医療・緩和ケア」講演会では、地元で教職を長年されていた梅月博文先生をお迎えし、「伝えたい『ありがとう』は廻る〜がんと戦い続けて〜」をテーマに、ご自身の経験をふまえてお話しいただきました。ありがとうの語源の「有り難し」の解釈や、「他人の喜びが自分の幸せ」という言葉を残して逝った方のお話し、「いじめ」や「ハラスメント」を生まないためにも「ありがとうが廻る」学校や社会であってほしいと願うと伝えられました。



地域で生きるあらゆる人々が、心豊かに暮らしていけるよう応援する機会となり、職員にとっても良い経験ができました。



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。

救急医療機関の機能分担

～担うべき役割の違いについて～

救急医療機関は次のように3つの機能に分類されます。

- 一次救急医療機関・・・主に入院の必要がなく、帰宅可能な患者様への対応機関。
- 二次救急医療機関・・・主に入院治療や手術を必要とする重症患者様への対応機関。
- 三次救急医療機関・・・主に二次救急医療機関では対応できない高度救急医療が必要な患者様への対応機関。

長門医療圏に三次救急医療機関はありません。岡田病院・斎木病院・長門総合病院が二次救急医療機関に指定され、輪番制で二次救急医療に対応しています。二次救急医療機関では、医師は外来診療終了後、予定されている手術や検査、入院患者様への病状

説明や回診等に従事します。夜間は救急車の

受入・入院や高度医療を必要とする患者様への救急診療を行います。

このように、常に診療応需体制を敷いておく必要があります。当院では医師の働き方改革や勤務医負担軽減、医療事故防止の観点からも、当直翌日の勤務について午後帰宅の推進という目標を掲げていますが、理想通りにはいかない実情があります。



国は医療政策として着々と機能分担を進めているところです。都市部のように医療資源が潤沢であれば、これらの分担がしっかりと出来るところですが、長門地域のように、医療資源が満足とは言えない地域では、各々の医療機関が互いに連携し合い、不足する部分をカバーし合わないと救急医療に対応できません。

このような事情から、受付時間外での受診希望の患者様につきましては症状をお伺いした上で、一次救急医療機関で対応可能な場合には、そちらの方を受診して頂くこと、或いは、翌日等の受診で問題ないと判断される場合には後日の受診をお願いすることがあります。今後、高齢化や人口の減少が予測されている中で、地域全体をひとつの医療機関として捉え、各医療機関がこれまで以上に密接に連携し合うことが当地域として必要です。地域住民の皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。





11月30日は「人生会議の日」

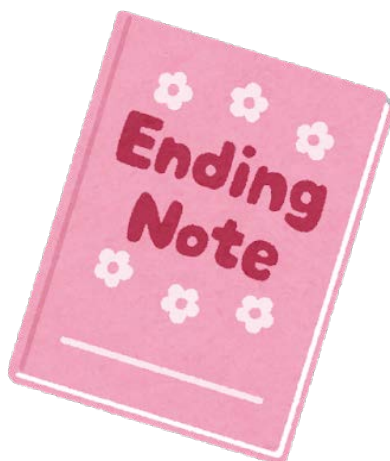
緩和ケア認定看護師 松野 多希子



皆さんはご家族や大切な方と、今後自分のやりたいことや過ごしたい場所、自分が世話できなくなった時のペットの対応、財産の管理、延命処置について話し合われたことがありますか？近年は長寿の時代でもありますが、災害なども多く発生しており、いつ自分の思いを伝えることができなくなるか分からない時代になってきたと感じています。

「人生会議」とはアドバンス・ケア・プランニング（ACP）の愛称です。ACPとは、もしもの時のために、自分が望む人生の最終段階における医療・ケアについて前もって考え、医療・ケアチーム等と繰り返し話し合い共有する取り組みをいいます。

厚生労働省はACPの愛称を「人生会議」とし、毎年11月30日を「人生会議の日」として人生の最終段階における医療・ケアについて考える日としています。もちろん医療者とだけではなく、ご家族や大切な方と話し合う機会を持ち、自分の人生における希望を共有しておくことが大切です。話し合いに必ずしも答えを出す必要はありません。自分の思いを話す、その時間を共有することが大切なのだと思います。



近年は「エンディングノート」や「終活ノート」などの名称で自分の人生の希望について記載することができる本や冊子を目にすることも多くなってきました。何を話していいかわからないという方は、このような冊子を活用しながら話し合ってみてはいかがでしょうか？今年の11月30日は土曜日です。ぜひそれぞれの人生会議を開催してみてください。

（参考サイト：厚生労働省HP）

人生の終わりまで、あなたは、どのように、過ごしたいですか？

もしもの時のために
ACP 人生会議 「人生会議」

～自らが望む、人生の最終段階の医療・ケアについて話し合ってみませんか～
11月30日は「人生会議の日」

話し合いの進めかた（例）

誰でも、いつでも、
急に降る大きな雨や大雪をする
可能性があります。

その危険が迫った状態になると、
約70%の方が、
医療やケアなどを自分で決めたり
望みを人に伝えたりすることが、
できなくなると言われています。

自らが希望する医療やケアを受けるために
大切にしていることや望んでいること、
どこでどのような医療やケアを望むかを
自分自身で前もって考え、
周囲の信頼する人達と話し合い、
共有することが重要です。

話し合いの進めかた（例）

あなたが大切にしていることは何ですか？

あなたが信頼できる人は誰ですか？

信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いませんか？

話し合いの結果を大切な人たちに伝えて共有しませんか？

もしもの時のために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、語り合い、話し合い、共有する時間を「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。

あなた自身の状態に応じて、かかりつけ医からあなたや家族等へ適切な情報の提供と調整がなされることが重要です。

このような情報は、本人の主体性や思いによって考え、決めるものです。知りたくない、考えたくない方への十分な配慮が必要です。

詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/iryou/saisyu_iryou/index.html

飛蚊症(ひぶんしょう)

視能訓練士 高瀬 彰子

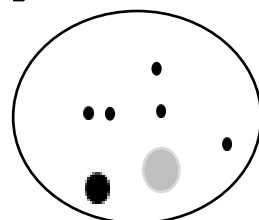
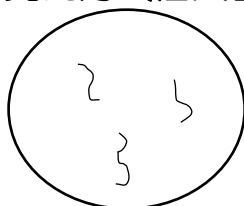
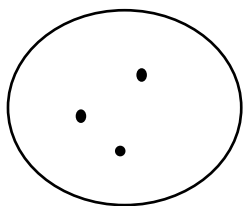
明るい所や白い壁、青空などを見つめたとき、目の前に虫や糸くずなどの浮遊物が飛んでいるように見える。このような症状を「飛蚊症」と呼びます。この飛蚊症は視線を動かしても一緒に移動してくるよう感じられ、瞬きをしても目をこすっても消えませんが、暗い所では気にならなくなります。

眼球の中の大部分は、硝子体と呼ばれるゼリー状の透明な物質がつまっています。外界から入ってきた光は、この硝子体を通過して網膜まで達します。ところが硝子体に何らかの原因で“濁り”が生じると、明るいところを見たときにその濁りの影が網膜に映り、眼球の動きとともに動き、虫や糸くずなどのような「浮遊物」が飛んでいるように見え、飛蚊症として自覚されます。この“濁り”には、生理的な原因によるものと病的な原因によるものがあります。

生理的なものは、加齢により、後部硝子体が剥がれます。その際に硝子体にもともとある一部の濁りが原因で数個の飛蚊症が見えることがあります。一方、病的な場合は、硝子体剥離により網膜に穴が開き（網膜裂孔）、その穴が原因で網膜が剥がれる（網膜剥離）ことがあります。このような現象が起こると初期症状として目の前を飛ぶ「浮遊物」の数が急に増加し、時間とともに視野がかけてきます。放置するとやがて、失明に至ります。

飛蚊症の症状が気になる場合は、一度最寄りの眼科で検査を受け、異常がある場合は医師の指示に従ってください。早期発見、早期治療が目を守ります。

【飛蚊症の見え方（個人差があります）】



育児講演会のご案内

日時：令和元年11月14日(木) 13:30-14:30

場所：長門市地域医療連携支援センター 研修室

講話：「授乳・離乳の支援ガイド(食物アレルギーも含めて)知っておくと役に立つお話」

講師：長門総合病院 小児科 青木宜治 先生

申し込み：長門市保健センター23-1133 (11/7〆切)



病院内訓練のご協力をお願い

①新型インフルエンザ等対応訓練

日時：令和元年11月7日(木) 14:00-16:00

場所：長門市応急診療所、長門総合病院 感染症病棟

②防災訓練

日時：令和元年11月13日(水) 14:00-16:00

場所：長門総合病院内

訓練に伴い、放送や訓練に関係する機関の職員の出入りがあります。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をよろしくお願いいたします。



むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム

「あなたの肘は私の芸術作品だ」

～20 年前に手術をさせていただいた患者さんより～

先日私の患者さんから、「私の母が先生に肘の骨折の手術をしてもらったので、是非お会いしたいと言っています」と、おっしゃられました。聞きますと、えっ 20 年前との事。外科医というものは、満足な手術をすれば意外とすぐに忘れてしまいます。むしろ、うまくいかなかった手術は反省して良く覚えています。この手術はとてもうまくいきましたが、私は今でも良く覚えています。

私が米国の留学から帰国してすぐの事でした。肘がバラバラに骨折した 70 歳代の患者さんが救急で来られました。手術の計画を 1～10 まで頭に入れ、無事に骨折を接合する手術は終了。この時、私が患者さんに何を話したかは覚えていません。しかし、患者さんは全てを記憶しておられました。私は「あなたの肘があれだけバラバラだったのが見事に治って、これは私の芸術作品ですよ。」と申したいです。お会いした時には当時のレントゲン写真も大切に保管しておられました。

患者さんは、お医者さんの言葉を何年経っても宝物のように覚えておられます。我々医者は日々患者さんに病気の説明をしますが、時々疲れていたりしますとつい感情に任せて心無い言葉が出たりします。医師と患者さんの会話は特別で、一生忘れない重たい言葉になります。20 年前に出会った患者さんが、私に教えてくれた「言葉の大切さ」を心して、日々の診療に臨みたいと思っています。



令和元年度 インフルエンザ予防接種のご案内



対象者	受診科	接種開始日	受付時間	備考
高校生以上 (かかりつけ)	内科他	10 月 23 日 (水)	8:30～11:00	接種日月曜日～金曜日 (予約なし)
高校生以上 (かかりつけ以外)	内科		15:00～16:00	接種日：月曜日・木曜日 (予約制)
中学生まで	小児科		15:30～16:30	接種日：月・水・金 (予約制)

接種料金 (税込)

対象者	1 回目	2 回目 (1 回目当院)	2 回目 (1 回目他院)
65 歳以上	1,490 円	—	—
60～64 歳で身体障害者手帳 1 級程度の障害を有する方。	1,490 円	—	—
13 歳～64 歳	4,950 円	—	—
13 歳未満	4,100 円	2,100 円	4,100 円
65 歳以上生活保護世帯	無料	—	—

※午前中は外来受付が混み合いますので、予約の電話は 14 時から 17 時の間にお願いします。

※65 歳以上で 1 回目接種の料金は市町村によって異なります。上記は長門市の料金です。

※65 歳以上で 2 回目以降の接種を希望される場合は任意接種となり、接種料金は一般と同額の 4,950 円となります。



朝晩はすっかり冷え込み、日暮れも早くなってきました。冷たい風が吹いて冬の近づきを感じます。

今回は、晩秋から3月までの寒い時期に旬を迎える「れんこん」を紹介します。シャキシャキとした食感が楽しく、煮ても、焼いても、揚げても美味しいれんこんは、いくつもの開いた穴が特徴的です。泥の中で育つれんこんは、酸素に直接触れない為、葉が吸収した酸素を送ってもらわなくてはなりません。穴が酸素を通す為の通り道です。また、穴がたくさん開いていることから、「先が見通せる」と縁起を担いで慶事のお料理や、お正月のおせちによく使われます。

れんこんの主成分はでんぷんで、エネルギーとなって体を温めてくれます。ビタミンCや食物繊維も豊富で、調理しても多くのビタミンCが残るため、風邪予防に効果があると言われています。れんこんのぬめり成分には、胃腸の粘膜を保護する作用があり、また、変色の原因となる「タンニン」はポリフェノールの一種で抗酸化作用があり、炎症を抑えたり血圧を下げる働きがあると言われています。さらに、多く含まれるカリウムには、高血圧やむくみの予防にもなります。常備菜にするなどして、毎日少しずつ継続して食べたい食材です。茹でてから冷凍することも可能なので、旬の時期に土付きのものを買って、いろいろな料理に活用しましょう。

おすすめ料理は、「れんこんもちの揚げだし」を紹介します。れんこんは角切りのシャキシャキとすりおろしのモチモチの、2種類の食感が楽しめます。寒い日には温まる1品です。お試しください。



【材料】（4人分）

<れんこんもち>

- ・れんこん 2節（450g）
- ・片栗粉 小さじ2
- ・うす口醤油 小さじ1
- ・塩 少々

<みぞれあん>

- ・大根 200g
- ・だし カップ1 + 1/4
- ・うす口醤油 25・
- ・みりん 25・
- ・水溶き片栗粉 適量

（片栗粉を同量の水で溶いたもの）

- ・小ネギ（小口切り）2本
- ・おろし生姜 適量
- ・揚げ油

★オイスターソース 大さじ1

【作り方】

① れんこんは、50gは5mm角に刻み、400gはすりおろして、軽く水気を絞る。<みぞれあん>の大根はすりおろし、よく水気をきっておく。

② ボウルに<れんこんもち>の材料を入れて、よく混ぜ合わせる。8等分にして、火が通りやすいようにだ円形に整える。

③ 鍋に揚げ油を入れて170℃（箸を入れたときに細かい泡が出るくらい）に熱し、②を入れて、油はね、破裂に注意しながら5～6分間揚げる。

④ 鍋に<みぞれあん>のだし、うす口醤油、みりんを入れて火にかける。沸騰したら水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、①の大根おろしも加えてよく混ぜ、ひと煮たちしたら火を止める。

⑤ 器に③を盛り、④の<みぞれあん>をかけ、小ネギ、おろし生姜をあしらう。



全科休診日のご案内

2日(土) 16日(土)
 3日(日) 文化の日 17日(日)
 4日(月) 振替休日 23日(土) 勤労感謝の日
 9日(土) 24日(日) 二次救急
 10日(日) 二次救急

臨時休診・代診のご案内

【産婦人科】

1日(金) 服部医師 休診
 7日(木) 高木医師 休診

【泌尿器科】

1日(金) 松山医師 学会のため休診
 8日(金) 松山医師 学会のため休診
 15日(金) 松山医師 学会のため休診
 22日(金) 松山医師 学会のため休診

【耳鼻咽喉科】

1日(金) 池田医師 AM 診察あり
 1日(金) 竹本医師 受付は予約の方のみ
 8日(金) 池田医師 休診
 8日(金) 竹本医師
 10:30~11:30 (予約のみ)
 午後休診

20日(水) 廣瀬医師 予約の方のみ

【内科】

5日(火) 三谷医師 休診
 25日(月) 永富医師 休診
 27日(水) 永富医師 休診
 27日(水) 白澤医師 休診

【放射線科】

11日(月) 須田医師 不在

【脳神経外科】

22日(金) 河野医師 学会のため休診

【皮膚科】

26日(火) 浅野医師 休診

【整形外科】

15日(金) 谷 医師 学会のため休診
 28日(木) 村松医師 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。



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 11 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				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	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 靖明	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～				河野 亜希子 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 杏奈	下村 尚子	
	午後		浅野 伸幸 受付:12:00～14:00 診察 13:00～			
泌尿器科		松隈 悠	平儀野 剛	平儀野 剛	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
	②	新井 恵子 完全予約制		新井 恵子 (受付 10:00 まで) 完全予約制		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 由貴 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。