

内視鏡室の移転のご案内

上部消化管内視鏡検査（胃カメラ検査）を行う内視鏡室が、6月8日からレントゲン検査室の向かい、以前の産婦人科外来があった場所に移りました。

新しい内視鏡室は、以前よりもかなり広くなりました。そのため検査前に行う鼻やのどの麻酔は、ゆったりとしたスペースの中で受けていただけるようになりました。



内視鏡機器は、従来どおり定期的に最新機種に更新されており、ハイビジョン画像、拡大観察やNBI（狭帯域光観察）機能の備わった最新の機器により病変の早期発見に努めています。

治療につきましては、早期食道がんや早期胃がんに対する内視鏡的粘膜下層剥離術（ESD）・粘膜切除術（EMR）、出血性胃十二指腸潰瘍に対する内視鏡的止血術、内視鏡的胃瘻造設術（PEG）等もこの内視鏡室で行っております。また消化器内視鏡治療として、大腸ポリープ切除術、食道胃静脈瘤硬化療法（EIS）および結紮術（EVL）治療、消化管

ステント留置術、総胆管結石採石術、胆管ステント留置術などを積極的に行っております。

これからもスタッフ一同、地域医療に貢献できるように安全で良質な医療を実践していきますので、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。



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。

「新しい生活様式」での熱中症対策！

保健師 岡本香子

新型コロナウイルスの出現によって、「新しい生活様式」が求められています。

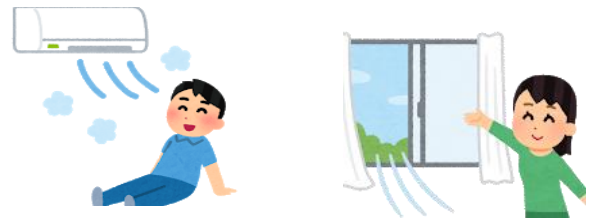
感染予防の3つの基本

- ①身体的距離の確保
- ②マスクの着用
- ③手洗い、3密（密集・密接・密閉）を避ける

この「新しい生活様式」での熱中症予防が必要です。
環境省および厚生労働省より5月末、発表されたものをご紹介します。

1 暑さをさけましょう

- ・エアコンを利用する等で部屋の温度調節し、必ず感染予防のため換気も行う
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に熱くなった日等は特に注意



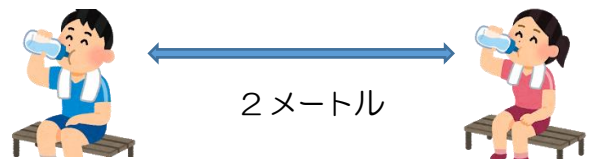
2 適宜マスクをはずしましょう

- ・気温・湿度の高い時のマスク着用は要注意
- ・屋外で人との距離が2メートル以上確保できる場合は、マスクをはずす
- ・マスクをしている時は、負荷のかかる作業や運動は避け、人と距離をとって適宜マスクをはずして休憩を

3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日 1.2 リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は、塩分補給も



4 日頃から健康管理しましょう

- ・日ごろから体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅静養



5 暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度な運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日 30 分程度



リハビリテーション専門職について

リハビリテーション専門職には理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、言語聴覚士（ST）という資格があります。現在、長門病院では院内に理学療法士（PT）7名、作業療法士（OT）10名、言語聴覚士（ST）2名、リハビリ助手1名、訪問リハビリにPT3名、OT1名を配置し入院・外来患者様をはじめ、在宅生活を支援する体制を取っています。



「リハビリは全部同じじゃないの?」と思われる人もいると思いますが、「理学療法」は、病気、けが、高齢、障害などによって運動機能が低下した状態にある人々に対し、運動機能の維持・改善を目的に運動、温熱、電気、水、光線などの物理的手段を用いて支援を行います。

「作業療法」は病気やケガなどで日常生活動作（排泄、入浴、更衣、食事等）が困難になった際に、動作方法の工夫や環境の調整などで支援を行います。手の疾患に関しては装具の作成や調整などを行っています。



「言語聴覚療法」は、嚥下障害（上手く噛めない・飲み込めない）、音声障害（咽頭がんなどで声帯を失い声が出にくい）、言語障害（上手く話せない・話が理解できない・文字が読めない）等の食べる障害やコミュニケーションの障害に対して、支援を行います。

当院では整形外科疾患の患者様や、外科の手術後の患者様等に対して早期よりリハビリを行い、在宅復帰を目指して介入しています。また、在宅生活を安心して送れるよう訪問リハビリでも支援することが出来ます。

ちなみに理学療法の日は7月17日、作業療法の日9月25日、言語聴覚療法の日9月25日となっており、その日に合わせて各地で啓発イベント等も行われています。リハビリについて何かご不明な点がありましたら、病院入口より遠くなってしまいましたが、お気軽にお問い合わせください。

面会制限の緩和について

当院では新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、4月から面会を禁止しており、患者様やご家族の皆様に変なご協力をしていただき、ありがとうございました。

6月22日（月） から以下の内容で面会制限を一部緩和いたしました。

- ◎面会の方は原則**ご家族1名**です
- ◎面会の方は**マスクの着用**と**手指衛生**をお願いします
- ◎面会は**10分以内**をお願いします
- ◎面会時間は**平日の14時～17時**です
- ◎面会の回数は1週間に**2回**までです
- ◎面会の際に**問診票の記入**をお願いします
(問診の結果で面会をお断りさせていただく場合があります)

*なお、感染症の発生状況によっては、面会を制限させていただく場合があります。

検査・入院される方へお願い

国内の新型コロナウイルス感染症の罹患者数は減少傾向にありますが、いまだに新規発生者の報告があります。検査の予約や入院の予約が決定しましたら、ご本人、ご家族ともに不要不急の県外への外出や接触をお控えください。

また、発熱など症状があり病院を受診される場合、以下に当てはまる場合は事前に病院に電話相談をしていただくか、来院時すぐに職員にご連絡ください。

- ◎**2週間以内に県外や海外に行った**
- ◎**2週間以内に県外・海外に行った人に会った**

引き続き、病院内で新型コロナウイルス感染症が発生しないように職員一同努めていきますので、ご理解ご協力をお願いします。

むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム



「自分がされて嬉しいことを、他人にもしなさいと母から教わりました。親身になって人に接する。それが人生の指針なのです。」

アメリカ・ジョージア州の小さな町マリエッタに住む郵便局員
フロイドさん

先日フジテレビで大変感動した実話を見ました。フロイドさんは郵便局員です。彼は毎日マリエッタの500軒の家庭に郵便物を届けていました。とにかく彼は優しく、各家庭の人々に笑顔で手を振り、時には家の中まで郵便物を届け、困った人にはハグして勇気づけ、子供にはキャンディを配って成長を見守ってきたそうです。彼は35年間マリエッタの人々を愛し続け退職の日を迎えました。すると住民の方々はそれを惜しみ、サプライズでパーティを開き全員でお礼をしたそうです。(写真右)



彼の行動は日本人には難しいかもしれませんが。彼は郵便配達の仕事を中心に職業としてではなく、生活、人生そのものとして楽しんでいただけない、と思います。私たち医療人も、病院の仕事を普段の生活と同じように楽しめる様になれば疲れることもなく、フロイドさんの言う「親身になって人に接する事が出来る。」のだと思います。

出典 https://www.fujitv.co.jp/unb/contents/190704_3.html 是非ご覧ください。

医療従事者への応援に対するお礼

この度の新型コロナウイルス感染症に対して、私たち医療従事者に患者様からの温かい支援の言葉、また企業・団体等から支援物資を頂戴しています。この場を借りて厚く御礼申し上げます。

一日も早い終息を願うとともに、患者様には面会制限等ご迷惑をお掛けしておりますが、引き続きご協力頂きますようお願い申し上げます。

(順不同)

ヤマネ鉄工建設株式会社 様	セブンイレブン 様	第一生命保険株式会社 様
コカ・コーラボトラーズジャパンホールディングス株式会社 様	株式会社伊藤園 様	ロート製薬株式会社 様
京セラ株式会社 様	株式会社山城精機製作所 様	ティーエスアルフレッサ株式会社 様
アリババ株式会社 様	協和発酵バイオ株式会社 様	株式会社日立製作所 様
大阪大学 様	日本文化厚生農業協同組合連合会 様	全国厚生農業協同組合連合会 様
全国農業協同組合連合会 様	全国共済農業協同組合連合会 様	株式会社資生堂 様

(厚生労働省、県等の行政機関及び、医師会・看護協会等の医療関係機関は除きます。)
その他、匿名希望の方、個人名寄贈者様など多くの方々からご寄贈を頂いております。

今が旬 おすすめ料理 『新しょうが』

栄養科長 中嶋 乃理子



「新しょうが」は、6月頃から8月くらいに出回る夏が旬で、皮は白くて、茎のつけ根部分は紅色です。一般的な根生姜に比べてみずみずしく、やわらかいのが特徴です。辛味や香りも穏やかで、生姜自体を味わうのに向いています。甘酢漬けに利用されることが多いですが、揚げ物や佃煮にしても美味しいです。

漢方にも用いられるなど健康食品として知られる生姜。どんな成分が含まれているでしょう。

ジンゲロールは生の生姜に多く含まれている辛味成分で、殺菌作用、抗炎症作用、吐き気・頭痛を抑える作用などの効果があるとされています。酸化しやすい成分で、空気に触れて約3分後には消滅してしまいます。ジンゲロールを摂取したい場合は食べる直前にすり下ろす方法が効果的です。ジンゲロールは加熱や乾燥することでジンゲロンという成分を生成します。ジンゲロンは、血行を促進する効果や血圧を安定化、新陳代謝の向上、脂肪の燃焼を促進、発汗作用などの効果・効果があるとされています。

同じくショウガオールも生姜を乾燥や加熱することで生成される成分で、血管を拡張して血の巡りを良くしてくれる効果があります。ジンゲロールは身体の表面を温める効果を持ちますが、ショウガオールは身体の中から温めてくれます。そのため冷え性の改善には、生の生姜よりも乾燥・加熱させてショウガオールを生成させた生姜の方が効果的のようです。

梅雨から夏の暑い時期にかけて、食中毒が心配になってきますが、そんな時期にも高い殺菌効果が期待できる新生姜の甘酢漬けはおすすめです。それからクエン酸による疲労回復効果や必須アミノ酸で栄養バランスも整えることができるので、夏の暑さで食欲がない時に食べるようにすれば夏バテ予防も期待できます。新生姜の甘酢漬けは冷蔵庫なら約1年間保存が可能なので、多めに作っていつでも食べられるようにしておくのが便利です。季節の野菜と甘酢生姜で甘酢和えにしたり、蒸し鶏を加えて、和風やゴマドレッシングをかけても美味しいです。お試しください。生姜には胃や腸を刺激する作用がありますので、食べ過ぎには注意しましょう。

『新しょうがの甘酢漬け』



【材料】

・新生姜 150g

【甘酢】

・酢 150g
・砂糖 大さじ3
・塩 少々

【作り方】

- ① 新生姜はスプーンで皮をこそぎ取り、繊維に沿って薄切りにする。
- ② ①を塩少々入れた熱湯にサッとくぐらせ、ざるに広げて冷ます。
- ③ 【甘酢】の材料を鍋に入れて煮立て、冷ます。
- ④ 熱湯消毒した瓶に②を入れ、③の甘酢を注いで蓋をする。

保存場所：冷蔵庫





全科休診日のご案内

4日(土)	23日(木) 海の日
5日(日) 二次救急	二次救急
11日(土)	24日(金) スポーツの日
12日(日)	25日(土)
18日(土)	26日(日)
19日(日)	

臨時休診・代診のご案内

6月30日現在 7月の休診の予定はありません。

※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。

病院内の出入り、面会について

新型コロナウイルス感染症が世界的に流行しています。4月から当院では正面玄関で発熱等の症状の確認のご案内をしています。

新型コロナウイルス感染症の症状がある・疑われる患者さんは、病院に来る前に「新型コロナウイルス相談窓口（住所のある地域の保健センター）」にご相談ください。



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。

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2年7月分

診療科		月	火	水	木	金
内科	①	永富 裕二		永富 裕二		
	②	高橋 規文	高橋 規文			高橋 規文
	③		山口 裕樹		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	瀨川 誠	和泉屋 勇太		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		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	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	瀨戸 哲也		瀨戸 哲也	瀨戸 哲也	瀨戸 哲也
リウマチ科				谷 泰宏 (要予約)		
脳神経外科				貞廣 浩和 診察 10:30~		河野 亜希子 診察: 11:00~
皮膚科	午前	安野 秀一郎 第2月曜日は 受付:10:30まで		原田 和恵	下村 尚子	
	午後		浅野 伸幸 受付:12:00~14:00 診察 13:00~			
泌尿器科		中山 祐起	平儀野 剛	平儀野 剛	福田 昌史 堀口 直也	松山 豪泰 矢野 誠司
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	清水 奈都子	西本 裕喜	田中 結美子	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)	大学医師	新井 栄華
	完全予約制					
	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	山本 陽平 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:13:30~14:00 診察 14:00~
放射線科				須田 博喜 (紹介のみ)		
放射線治療外来		田中 秀和 (予約制)			日山 篤人 (予約制 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	川本 大樹
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		超音波検査士	超音波検査士	木下 奈津	芝 翔	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。