



# 一緒に働きませんか

事務長 小林義政

都市と地方における医療格差や医療従事者の偏在が叫ばれて久しいですが、この県北部地域でも医療従事者不足の状況が依然続いています。病院には医療法で定められた職種単位の医療従事者数を基礎として、更に診療報酬を算定する上で満たさなければならない施設基準があります。施設基準も病院の人員配置や設備に対する基準から、診療のプロセスやアウトカムを基準とする方向に変わってきていますが、それでも職員数は意識する必要があります。当院でも特に医師、看護師、薬剤師、看護補助者の採用に困ることが多く、常に随時募集を行っている現状です。

当院の常勤医師数を見ますと、令和元年度に23名と最も減少しましたが、令和3年1月に24名、令和3年7月に25名、令和3年10月に26名と着実に増加し、医師確保の取り組みが少しずつ実っていると感じています。医師の採用は派遣元である山口大学医学部との連携に大きく左右されますが、来年度も増員が見込まれ、明るい兆しがあります。

一方で、看護師、薬剤師、看護補助者の採用については、なかなか思い通りに進んでいません。もともと当院の看護師は長門市や近隣の市町出身者が多いのですが、近年地元出身者の就職が減少してきています。10月に病院長と一緒に県内3つの看護師養成施設を訪問しましたが、県北部地域出身の学生が少なくなっているとの話を聞きました。確かに各高校の定員数が自分たちの高校時代と比べて随分少なくなった実感するところですが、高校を卒業して県内に進学する学生も更に減少しているのでしょう。

薬剤師についても、看護師の状況とよく似ていますが、病院薬剤師を目指す学生が少ないという特有の事情もあるようです。薬学生の病院実習を積極的に受け入れて現場を体感してもらうことで、病院薬剤師としてのやりがいを見つけてもらいたいと思います。

看護補助者については、思い切って外国人労働者の採用にも踏み切ることにしました。ミャンマーの大学生で、日本での介護福祉士の資格取得を目標にする特定技能者3人が就職します。オンラインで面接をしましたが非常にモチベーションが高かったです。入国までに現場で困らない程度の介護知識と日本語を習得します。日本の入国制限とミャンマーの国内事情により来日が遅れていましたが、やっと動き出しそうです。外国人と一緒に仕事をする事で職場に新しい風が吹くことを期待しています。

当院には看護師や薬剤師を目指す学生に対する奨学金貸与制度があります。国家資格を取得した後、奨学金貸与期間と同等の期間、当院に継続勤務した場合には償還が免除されます。貸与者は選考により決定するようになりますが、話を聞いてみたいというご家庭がありましたら病院にご連絡ください。

数は多くありませんが、結婚して当地に引っ越してきたという人や、1ターンやUターンした人が看護の職場として当院を選んでくれており、ありがたいことです。今後も、地方で働く魅力や待遇の充実度などの発信を続けていきたいと思っています。

新型コロナが少し落ち着いている今年の暮れは、離れて暮らす家族と久しぶりの再会となる方もおられるでしょう。もしその中に都会で働く看護師、薬剤師の方がいらっしゃれば、故郷での新たなスタートについて話題にさせていただければありがたいです。



# がん治療日記を書いてみませんか？

がん化学療法看護認定看護師 池永 良子

患者さんにとって、がん治療は初めての経験の連続です。これからの治療・生活・仕事・家族のことなど、様々な心配事や不安が降りかかります。医療や療養生活について、自分の考え方を信頼している人たちや、医療スタッフとともに話し合うことはとても大切です。



一つのツールとして「がん治療日記」や「ノート」があります。これは病気と向き合いながら自分らしく日常生活を過ごすことを目的に、製薬会社やがん診療連携拠点病院などが作成しています。

書くことで自分の価値観や気持ちの動きに気づき「今、自分は何を大切にしたいのか」を整理することができます。また、書いたものを振り返ることで、患者さん自身も気づかなかった気持ちや希望を客観的にみることにもつながります。

「がん治療日記」や「ノート」を利用して、自分の気持ちやがん治療に望むこと、仕事との付き合い方、どのように生活していきたいかなどを整理してみませんか。



## 「がん治療日記」「ノート」の記入具体的内容

- プロフィール
- 治療内容
- 医師からの説明内容
- やることリスト
- 体調の日記
- 心に残ったこと



書きたくないときは無理に書く必要はありませんし、書いたからといって誰かに必ず見せる必要もありません。医療者に聞きたいこと、うれしかったこと、悲しかったことなど自由に書いてください。

長門総合病院では、外来点滴室に「がん治療日記」や「ノート」を置いています。希望される方は、お気軽にお声をおかけください。



# 『高齢者・障がい者・子どもの虐待に関する対応研修会』

令和3年度から、指定居宅介護支援事業者、訪問看護ステーション等に、高齢者の尊厳保持・人格尊重に対する配慮を常に心がけながらサービス提供にあたる必要があり、職員に研修を行い虐待の未然防止が努力義務化されました。また、毎年11月は「児童虐待防止推進月間」です。家庭や学校、地域等の社会全般にわたり、児童虐待問題に対する深い関心と理解を得ることができるよう、期間中に全国で児童虐待防止のための広報・啓発活動など種々な取組が集中的に実施されています。そこで、令和3年11月19日に長門市の高齢者・障がい者・子どもの虐待対策について、長門市内で働く医療従事者、介護・福祉関連の従事者58人が参加して研修会を開催しました。

私たち医療・介護・福祉に関わる職員は虐待を発見しやすい立場にあり、発見した場合は通報の義務があります。虐待は未然防止と早期発見、迅速かつ適切な対応が必要となります。制度を正しく理解し、人の尊厳を守り、あらゆる年代の方が住み慣れた長門の地で健幸な暮らしができるように支援をしていきたいと思えます。



## 高齢者虐待

虐待をされると考えられている人：「養護者」、「介護施設従事者等」

虐待の種類：①身体的虐待②心理的虐待③性的虐待④経済的虐待⑤介護・世話の放棄・放任

通報先：長門市役所 高齢福祉課地域包括ケア推進室 TEL：0837-27-0035

## 障害者虐待

虐待をされると考えられている人：「養護者」、「障害者福祉施設従事者等」、「使用者」

虐待の種類：①身体的虐待②心理的虐待③性的虐待④経済的虐待⑤介護・世話の放棄・放任

通報先：長門市役所 地域福祉課障害者支援班（障害者虐待防止センター）

TEL:0837-23-1243

## 子どもの虐待

虐待をされると考えられている人：「保護者」

虐待の種類：①身体的虐待、②性的虐待、③ネグレクト（保護の怠慢）及び④心理的虐待

通報先：長門市役所 子育て支援課 TEL：0837-23-1225

萩児童相談所 TEL：0838-22-1150

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。あなたの1本のお電話で救われる子どもがいます。

児童虐待かもと思ったらすぐにお電話ください。

いち はや く  
189  
児童相談所  
全国共通  
3桁  
ダイヤル

出産や子育てに関する悩みや質問がある方は、  
児童相談所・市町村へお気軽にご相談ください。

連絡は匿名で行うことも可能です。  
連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。  
お住まいの地域の児童相談所につながります。  
※一部のIP電話からはつながりません。 ※令和元年12月より通話料が無料化されます。



# 新型コロナウイルス感染症 飲食の場での感染リスクについて

マスクを外す飲食の場では感染リスクが高く、忘年会・パーティーなどの飲食や接待を伴う飲食店に関連したクラスターが報告されています。飲酒は、注意力を低下させる、大きな声になりやすい、といった特徴があります。飲食店によっては、ドアや敷居などで区切られている狭い空間であることもありますが、こうした場所に、長い時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高くなります。また、気が付かないうちに、回し飲みや取箸などの共用をしてしまうことも生じやすいですが、こうしたことも感染のリスクを高めることにつながります。

国立感染症研究所の調査によると、会食・飲み会に参加しなかった人と比べて、会食・飲み会に参加した人は感染する確率が高く、特に以下の場合にリスクが高くなったと報告されています。

- ・飲酒を伴う場合
- ・5人以上が同席する場合（自分自身を含む）
- ・2時間以上滞在する場合。

このため、飲食の際には、

1. なるべく普段一緒にいる人と
2. 少人数・短時間で
3. 深酒・はしご酒などはひかえ、適度な酒量をお願いします。
4. 取箸は使い回さずに最初に取り分ける
5. 参加者同士は、正面や真横はなるべく避け斜め向かいに座る



このような工夫をしましょう。食べる時だけマスクを外し、会話する時はマスクを着用する、体調が悪い人は参加しない、といった基本を守ることも大切です。換気が適切になされているなどの工夫をしている、ガイドラインを遵守したお店を選ぶようにしましょう。また、各都道府県のHP等で公表されている第三者認証制度の適用店のご利用も検討してください。

## 飲食の場面におけるコロナ感染症対策のお知らせ



国民の皆様へ ～飲食店を選ぶ際のポイント～

●座席の間隔の確保  
(又はパーティションの設置)



●食事中以外の  
マスク着用の推奨



●手指消毒の徹底



●換気の徹底  
(1,000ppm以下で)



※主な飲食店予約サイトで飲食店の感染症対策が確認できます。

**飲食店に行く際は、できるだけ、家族か、4人までをお願いします！**

参考：厚生労働省 2021年11月22日アクセス

感染管理認定看護師 松田純一

# むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム

「必要なのは、100の診療所より1本の用水路だ。」

「衣食足りて礼節を知る」

ベシャワール会 医師 中村哲先生



2019年12月4日中村先生はアフガニスタンで銃弾に倒れました。翌日、現地のカーム航空は、「いつまでも恩義を忘れません」という哀悼の気持ちを翼に掲げました。

中村先生は福岡県出身で、九州大学で学ばれ医師になりました。私も同郷であり、中村先生のご講演は何度か聞いたことがあります。朴訥な話しぶりながら、強いメッセージを覚えています。蝶が好きで、たまたまネパールへ蝶探しの旅をした時、現地の方が医師であることを知り診療を依頼されたそうです。その後、日本での医師生活をやめ、1983年からアフガニスタンで無償診療をされてこられました。

そこで目にしたのは、あまりにも悲惨な生活でした。たびたび起きる干ばつで食べるものがない。診療よりも「水」の確保だと。そこで、現地の方々と用水路を引くなど灌漑事業を行い、多くのアフガニスタン人が救われました。「衣食足りて礼節を知る」は、「人は生活が豊かになると、礼儀や節度をわかまえる余裕が出てくる」という意味のことわざです。今、豊かな日本ではピンとこない言葉かもしれませんね。

2019年4月付ベシャワール会報より、中村哲先生寄稿。  
「この仕事が新たな世界に通ずることを祈り、真っ白に砕け散るクナル河の、はつらつたる清流を胸に、来たる年も力を尽くしたいと思います。」

アフガニスタンを助けてきた中村先生のやさしい笑顔には、尊敬の気持ちしかありません。



12月1日は「世界エイズデー」

WHO(世界保健機構)は、1988年(昭和63年)に世界的レベルでのエイズまん延防止と、患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的として、12月1日を“World AIDS Day”(世界エイズデー)と定め、エイズに関する啓発活動などの実施を提唱しました。

治療法の進歩によりHIV陽性者は感染の早期把握、治療の早期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、HIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。また、治療を継続して体内のウイルス量が減少すれば、他の人への感染リスクが大きく低下することも確認されています。しかし、現状はそうした変化が正確な情報として十分に伝わっているとは言えず、差別や偏見を恐れて治療が遅れることが多いと言われています。早期に発見、治療ができる病気へと変わってきているのです。

長門市内では「長門健康福祉センター」で「保健所でエイズ検査を受けたい」「エイズの相談をしたい」等を伝えると、予約制で匿名、無料で検査や相談を受けることができます。



参考：厚生労働省 HP



## 『カリフラワー』

栄養科長 中嶋 乃理子

カリフラワーはブロッコリーの突然変異とされ、花蕾（からい）と呼ばれるつぼみの集合体を食べる野菜です。ブロッコリーと同じくキャベツや白菜、チンゲンサイ、菜の花などの仲間であブラナ科の一種です。

標準和名ではハナヤサイ（花椰菜）と呼ばれ、キャベツをカンラン（甘藍）と呼ぶのに対して、カリフラワーは花カンランとも呼ばれています。近頃では、紫色やオレンジ色のカラフルなものから、螺旋構造が特徴的なロマネスコなどもあります。

カリフラワーは収穫時期を変えながら全国で栽培され、真夏を除きほぼ通年出回っています。最も美味しい旬の時期は11月頃から3月頃までで、寒い時期の冬になります。

カリフラワーには、抗酸化作用や免疫力向上などが期待できるビタミンCがキャベツの約2倍も含まれています。ビタミンCは熱に弱い性質がありますが、カリフラワーは、いも類と同じように組織がしっかりしているのでビタミンCの量は茹でた後でも同量のレモン果汁とほぼ同じです。そして寒くなってくると気になるむくみや便秘などを解消する上で有効なカリウムや、腸内環境を整えてくれる食物繊維も豊富に含まれています。

鮮度がよければ生でも食べられますが、アクが強いため下茹でして食べるのがおすすめです。茹でる際に、水溶き小麦粉を加えれば変色防止に、酢を加えればより鮮やかな白になります。

新鮮なカリフラワーは、花蕾がかたく締まり、こんもりと盛り上がっています。全体的にずっしりとした重みがあるもの、色は変色がなく純白なものを選びましょう。

今回は、淡白なカリフラワーにあんが絡んだ、寒い季節にほっこりする料理です。コショウを効かせると美味しいですよ。お試しください。

### 『カリフラワーと薩摩芋のそぼろあんかけ』



#### 【材料】（4人分）

- |             |      |
|-------------|------|
| ・ カリフラワー    | 1/2株 |
| ・ さつまいも     | 中1個  |
| ・ 鶏ミンチ      | 100g |
| ・ きぬさや      | 40g  |
| ・ 鶏がらスープ    | 2カップ |
| ・ 醤油        | 大さじ1 |
| ・ 塩・粗びきコショウ | 適量   |
| ・ 水溶き片栗粉    | 適量   |

#### 【作り方】

- さつまいもは皮つきのまま1口大の乱切りにし水にさらす。カリフラワーは小房に分け水にさらし、汚れを落とす。キヌサヤはすじを取り茹でておく。
- 鍋にスープ、さつまいもを入れ煮立て、ミンチを加える。芋が少し硬め位で醤油を入れ、軟らかくなったらカリフラワーを入れる。
- カリフラワーが軟らかくなったら味を見て、塩・粗びきコショウで味を整え、とろみをつける。
- キヌサヤを散らして出来上がり。



### 全科休診日のご案内

4日(土)	19日(日) 二次救急
5日(日)	25日(土)
11日(土)	26日(日)
12日(日)	30日(木)
18日(土)	31日(金) 二次救急
	1/1~1/3

### 臨時休診・代診のご案内

#### 【内科】

1日(水) 川本医師 休診

#### 【整形外科】

2日(木) 村松医師 休診

#### 【外科】

9日(木) 久我医師 診察開始時間が遅れます

#### 【泌尿器科】

3日(金) 平儀野医師 不在  
 10日(金) 松山医師 休診  
 17日(金) 松山医師 休診  
 24日(金) 松山医師 休診

#### 【耳鼻咽喉科】

10日(金) 岡崎医師 不在

#### 【脳神経外科】

8日(水) 貞廣医師 予約のみ

※臨時休診・代診が追加されることもございますので、  
 HP (<https://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。令和2年4月から当院では正面玄関で発熱等の症状の確認、面会禁止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。面会はお断りしていますが、特別なご事情がある場合は出入口の職員にお知らせください。



### 泌尿器科特殊外来のご案内

○腎不全外来…第2木曜日午後 平儀野医師 (予約のみ)

### 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、ヒブ、  
 日本脳炎、四種混合、麻疹・風疹、肺炎球菌、  
 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3年12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	藤本 祐子	瀬川 誠	川本 大樹	/	藤本 祐子
脳神経内科		秋富 信人 <small>(第1,3,5週、予約のみ)</small>	/	/	佐藤 亮太	/
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	水谷 誠	水谷 誠	水谷 誠	水谷 誠	水谷 誠
外科	①	/	重田 匡利	重田 匡利	久我 貴之	矢野 由香
	②	河内 隆将	矢野 由香	河内 隆将	河内 隆将	/
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	/	杉本 英彰	谷 泰宏
	③	小林 将人	杉本 英彰	小林 将人	小林 将人	杉本 英彰
リウマチ科		/	/	谷 泰宏 <small>(要予約)</small>	/	/
脳神経外科		/	/	貞廣 浩和 <small>診察 10:30~</small>	/	土師 康平 <small>診察 : 11:00~</small>
皮膚科	午前	安野 秀一郎	/	安野 秀一郎	下村 尚子	橋本 紗和子
	午後	/	浅野 伸幸 <small>受付:12:00~14:00 診察 13:00~</small>	/	/	/
泌尿器科		松本 祐一	平儀野 剛	平儀野 剛	福田 昌史	松山 豪泰
			福田 昌史 <small>(再診予約のみ)</small>	福田 昌史 <small>(再診予約のみ)</small>	腎不全外来 <small>第2木曜日 PM 予約のみ</small>	小林 圭太
産科		中島 博予	中島 健吾	服部 守志	中島 博予	中島 健吾
婦人科		中島 健吾	爲久 哲郎	中島 博予	中島 健吾	服部 守志
眼科	①	手術日	新井 栄華	新井 栄華 <small>(受付 10:00まで)</small>	大学医師	新井 栄華
	②	/	新井 恵子 <small>完全予約制</small>	新井 恵子 <small>(受付 10:00まで) 完全予約制</small>	/	新井 恵子 <small>完全予約制</small>
耳鼻咽喉科	午前	岡崎 吉紘	眞崎 達也	眞崎 達也 岡崎 吉紘 <small>※手術日のため休診になることがあります</small>	岡崎 吉紘	眞崎 達也 <small>(第1, 3, 5週)</small>
	午後	岡崎 吉紘 <small>受付 13:00~15:00 診察 13:30~</small>	/	/	/	池田 卓生 <small>(第2, 4週) ※完全予約制</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>(予約制)</small>	/
		田中 秀和 <small>(予約制)</small>	/	/	/	/
緩和ケア内科		/	/	小野 信周 <small>(院内紹介) 14:00~16:00</small>	/	/
胃内視鏡		三谷 伸之	藤本 祐子	山口 裕樹	三谷 伸之	山口 裕樹
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	久岡 雅弘	木下 奈津	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	藤本 祐子	佐伯 一成	超音波検査士

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（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。