



永富名誉院長の受賞について

令和4年2月10日、永富名誉院長が令和3年度農業協同組合功労表彰を受けられました。この表彰は多年にわたり、献身的な努力によって組合の発展に寄与し、他の模範となるべき功績のあったものに全国農業協同組合中央会から贈られるものです。

永富名誉院長は昭和57年6月の周東総合病院勤務を皮切りに、本日まで39年の長きにわたり厚生連病院に勤務され、医療を通じて地域・患者・JA組合員・職員のためにご尽力されています。

表彰状は、令和4年3月18日、山口県農業協同組合中央会金子光夫会長より授与されました。



令和4年4月以降の新入会医師異動について

内科	循環器	吉富 亮介先生
	血液・糖尿病	中山 綾菜先生
産婦人科		鷹巣 剛先生
		高崎 ひとみ先生（非常勤）
泌尿器科		松山 豪泰先生
		和田 隼輔先生
		浜辺 龍太郎先生（非常勤）
脳神経外科		河野 亜希子先生（非常勤）
皮膚科		松田 杏奈先生（非常勤）
		古森 環先生（非常勤）
令和4年5月1日付		
外科		池下 貴広先生

※医師の異動に伴い、外来診療担当医が一部変更になります。変更箇所は黄色で表示しておりますので、裏面の「外来担当医表」をご確認ください。

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。

研究検査科 技師長就任のご挨拶

令和4年4月より長門総合病院 研究検査科 技師長を拝命いたしました浦野芳弘です。当院の検査室は2020年に新病棟に建て替わり、この新しい検査室での大役を任じられたことによりかなり緊張しておりますが、三谷部長をはじめスタッフの方々からの大きな協力をもらっている反面、体が震えるほどの重責を感じております。私自身がこれまで学んだこと、経験したことを最大限に生かし検査科のため役立てていく所存です。

さて、当院検査室は現在「世代交代の時期にある」と考えております。ベテラン検査技師の培われた熟練の技術と豊富な知識、若手検査技師が持つ新しい知見と技術、この2つを上手く融合し患者様の治療の手助けになる様「正確・精度・迅速」を目標に、また長門医療圏の総合病院検査室として「信頼される病院」の一端を担えるようスタッフ一丸となって精進してまいります。

最後になりますが、私自身「頼られる検査技師」を目指しこれまで働いてまいりましたが、まだまだと感じております。今後とも研究検査科ならびに私に対しまして、ご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます



研究検査科 技師長 浦野芳弘

放射線部門 技師長就任のご挨拶

令和4年4月より放射線部門の技師長に任命されました荒田克昭と申します。今回は放射線部門の紹介をしていきます。

放射線部とは、診療放射線技師が所属している部署（診療放射線技師11名、助手1名）です。放射線部では医師と診療放射線技師とが緊密に連携して、早期診断、早期治療に役立つ最善の画像の提供に力をいれています。急性期や地域医療を担う病院として必要不可欠な検査機器、治療機器を導入し、最新の医療技術で安全で最善を尽くした医療の提供に努めております。放射線は「怖い・危ない」というイメージを持つ方が多いですが、みなさまに安心して検査を受けて頂けますように不必要な放射線被曝を防止し、各分野で専門性を身に付け高品質な撮影技術・検査技術・治療技術を提供してまいります。また、地域医療に貢献すべく地域の開業医・医療機関の先生方からの検査依頼に対応できる体制を整えています。そして、各種の専門・認定資格制度の取得にも力を入れています。



患者様に安心して受診して頂けるよう努力してまいりますので、よろしくお願いいたします。

放射線部門 技師長 荒田克昭

外国人研修医の紹介

4月より、外国人研修医イアン医師が赴任します。研修期間は、4月から9月末までの予定です。どうぞ宜しくお願い致します。

名 前 : Ian Jason C. Magtoto
イアン ジェイソン カストロ マグト
国 籍 : フィリピン
診 療 科 : 整形外科



外国人臨床修練制度とは？

日本で医療行為を行うためには、日本の医療資格を取得する必要があります。これは医師法という法律で定められています。外国の医師免許を持っていても日本の医師免許を持っていない外国の医師は日本で医療行為を行うことができません。

臨床修練制度は、医療分野における国際交流の進展と発展途上国の医療水準の向上に寄与することを目的とし、医療研究を目的として来日した外国人医師に、その目的を十分に達成することが出来るよう、厚生労働大臣が、一定の制約の下に診療（処方せんの交付を除く。）を伴う研修を行う許可を与える制度です。一定の制約とは、厚生労働大臣の指定した病院において、臨床修練指導医等の実地の指導監督の下においてのみ診療が行えることです。なお、この制度は日本における医師免許を与えるものではありません。外国医師は厚生労働大臣の許可を受けて、最長2年間臨床修練を行うことができます。

（関係法令：医師法第十七条及び歯科医師法第十七条の特例等に関する法律）

医療ソーシャルワーカーのユニフォームが変わりました！

今年度から、医療ソーシャルワーカーのユニフォームが変更になりました（写真右）。以前のユニフォーム（写真左）よりもブルーが濃くなり、より爽やかになりました。質感も柔らかくなり、着心地がさらに良くなりました。

私達は、地域医療福祉連携室に在籍しており、各種相談業務を行う専門職です。院内でこのユニフォームを着た職員を見かけた際には、気軽にお声がけください。

又、今年度より医療ソーシャルワーカーが1名増員し、3名体制になりましたことをご報告いたします。

今年度も医療ソーシャルワーカー及び地域医療福祉連携室をどうぞ宜しくお願いいたします。



新型コロナワクチンのおはなし



薬剤師 伊藤奈津子

新型コロナワクチンの3回目の接種が進んできましたが、ワクチン接種で一番心配なのが、副反応ですよね。

接種後の副反応



発熱



痛み・腫れ



頭痛



筋肉痛・関節痛



疲労・倦怠感



悪寒



下痢



吐き気

発熱や痛みには、高齢者や子供では「アセトアミノフェン」という成分の薬が安心です。それ以外でも、15歳以上の方で、普段使い慣れている痛み止めがあれば、その薬を使用して構いません。

ただし、薬を飲むのは熱が出てからにしましょう。

かゆみがひどいときは、冷やすかかゆみや炎症を抑える塗り薬を使うと、症状が軽くなることが多いです。市販の虫刺されの薬でも代用できますので、特に予防接種用に準備されなくても大丈夫です。



解熱剤やかゆみ止めを使うと、せっかく体が反応しているのにワクチンの効き目が落ちるのでは、と心配される方もいるようですが、事実無根です。それらは『対症療法』といって、薬が効いている時間だけ症状を軽くしてくれるだけの薬です。ワクチンから抗体を作る働きの邪魔はしませんので、ご安心ください！気合で乗り切ろうと頑張らずに、薬を上手に使って体力を温存しましょう。

セルフケアの紹介をしましたが、数日経ってもよくなる場合や、症状がひどい場合は医師の診察を受けましょう。

解熱剤は、我慢せず使うべし！！



おまけ

「COVID アーム（モデルナアーム）」という言葉を目にしたことがありますか？接種後1週間くらいしてから、腕にかゆみや痛み、腫れ、赤みなどがでることがあり、男性よりも女性（特に若い女性）に、またモデルナ社のワクチンで多く報告されています。

初めてモデルナ社のワクチンを使われる方、覚えておいてくださいね。

むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム

2020年 トヨタ入社式でイチローが言ったこと

本当に自分を育ててくれるのは誰だろう？

「それは、自分自身です。」



51



4月、新入社員が入ってくる季節になりました。会社では新入社員向けの研修会が始まると思います。病院でも同じで、院長からいろいろお話しします。

トヨタの入社式で、イチローさんが述べられた言葉を紹介します。「上司や先輩から教わることに大切なことがたくさんあります。それを謙虚な気持ちで受け止めてほしい。しかし、厳しく指導する事が難しい時代に、全て教育できない。じゃあ、本当に自分を育ててくれるのは誰だろう？」「それは、自分自身です。」

外科医になりたての研修医の頃、私の指導医はとても厳しい先生でした。初めて書いた手術記録を5回突き返され、書き直しました。当時は本当につらかった。でも今、メスを持ち、患者さんの前に立てば、手術中信じるのは自分しかいません。何度も書き直した手術記録通りにすれば、手術は絶対に成功するはず。先輩には手術のやり方は教わります。しかし、手術ができるかどうかは自分自身にかかっています。それをイチローさんは指摘されたのです。流石だ。

フラワーアレンジメント

山口県花卉園芸推進協議会から、昨年度に引き続き今年度も新型コロナウイルス感染症対策の最前線で奮闘されている医療従事者に対して敬意と感謝を込めて、山口県産の花弁を使った「フラワーアレンジメント」をいただきました。

コロナ対策も長期間となり、地域の皆様からの応援は大変ありがたく、カラフルなお花は癒しになっています。ありがとうございました。





『 おから 』

栄養科長 中嶋 乃理子

4月は「卯の花が咲く月」が転じて、別名『卯月（“卯の花月”の略称）』と呼ぶようになったという説があります。4月8日に行われる「花まつり（お釈迦様のお誕生日をお祝いする行事）」では、家々に卯の花を飾る風習が今も全国各地に残っています。そして、卯の花と言えば「おから（雪花菜）」。新年度、新生活が始まる時期に健康食材である「おから」を食べることで、慣れない新生活での体調管理と1年間の無病息災をお祈りし、また、食べ物のありがたみや日本古来の「もったいない」心を思い起こす良い機会として、「卯の花」とご縁の深い4月8日を『おからの日』としています。（日本乾燥おから協会）

大豆を茹でてすりつぶした搾り汁が『豆乳』。その豆乳に“にがり”を加えて固めたものが『豆腐』。そして、搾った後に残るのが『おから』です。

おからは低カロリー、高タンパク質ですが、栄養成分のなかで最も注目したいのは食物繊維です。食物繊維の目標摂取量は約20g/日とされていますが、平均10～15g/日しか摂取できていません。生おからを1食40g食べると、その不足分である5gを補うことができます。食物繊維には腸内環境の改善や便通を整える働きがあり、また、おからには吸着性があるため、余分な脂肪を吸着し便と一緒に体外へ排出する効果があるといわれています。カルシウムも多く含まれおり、骨や歯を丈夫にし、筋肉の収縮や神経伝達に関わる働きをします。日本人は慢性的にカルシウムが不足しがちなので、乳製品以外からもしっかりと摂ることをお勧めします。

生おからは、日持ちがしませんが、生おからを短時間で乾燥させた「乾燥おから」やさらに粒度細かくして乾燥させた「おからパウダー」は日持ちもよく常温で長期保存が可能で、継続的に手間をかけずに使うことができます。おからはお菓子に加える場合は小麦粉の量を抑えられ、ハンバーグなどの肉料理に加える場合は脂質の量を抑えられます。今回は、ジャガイモの代わりにおからを使って手軽に作れるポテサラ風ヘルシーサラダを紹介します。

抵抗なくおからが食べられますよ。

《ポテサラ風おからサラダ》



【材料】（4人分）

- ・おからパウダー・・・20g
- ・水（戻す用）・・・80ml
- ・きゅうり・・・1/2本
- ・玉ねぎ・・・1/4個
- ・人参・・・小1/4本
- ・ベーコン・・・40g
（ハム・ソーセージでも可）
- ・酢・・・小さじ1.5
- ・マヨネーズ・・・大さじ3
- ・塩コショウ・・・適量

【作り方】

- ① おからパウダーを水で戻す。
- ② きゅうりは輪切り、玉ねぎは薄切り、人参はちょう切りに。ベーコンは食べやすいサイズに切る。
- ③ きゅうりと玉ねぎは塩揉み（塩分量外）し、水気を絞る。人参は電子レンジ600w2分弱加熱し、軟らかくして粗熱をとっておく。
- ④ ベーコンはフライパンでこんがり焼き、粗熱をとっておく。
- ⑤ ①③④を全て一つのボウルに入れ混ぜあわせ、酢・マヨネーズ・塩コショウを順に入れ混ぜる。生地が馴染んだら器に盛る。



全科休診日のご案内

2日(土)	17日(日)
3日(日)	23日(土)
9日(土)	24日(日)
10日(日)	29日(金) 昭和の日
16日(土)	30日(土)

臨時休診・代診のご案内

【耳鼻咽喉科】

1日(金) 眞崎医師	予約のみ
6日(水) 眞崎医師	休診
11日(月) 眞崎医師	不在

【整形外科】

14日(木) 村松医師	休診
20日(水) 今城医師	休診

【内科】

21日(木) 山口医師	休診
-------------	----

【眼科】

18日(月)～22日(金)	新井栄華医師 休診
	新井恵子医師 休診

【産婦人科】

22日(金) 中島健吾医師	休診→博予医師 代診
---------------	------------

※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4年4月分

診療科		月	火	水	木	金
内科	消化器	永富 裕二	三谷 伸之	永富 裕二	山口 裕樹	三谷 伸之
		藤本 祐子	山口 裕樹	川本 大樹		藤本 祐子
	循環器		瀨川 誠			
		吉富 亮介	高橋 規文	高橋 規文	吉富 亮介	高橋 規文
		香月 憲作	中山 綾菜	秋山 優	香月 憲作	香月 憲作
血液 糖尿病				中山 綾菜		
脳神経内科		秋富 信人 (第1,3,5週、予約のみ)			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	久我 貴之	重田 匡利	重田 匡利	久我 貴之	矢野 由香
	②		矢野 由香			
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 (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	松田 杏奈		安野 秀一郎	下村 尚子	古森 環
	午後		浅野 伸幸 受付:12:00~14:00 診察 13:00~			
泌尿器科	①	浜辺 龍太郎	平儀野 剛	松山 豪泰	松山 豪泰	小林 圭太
	②	和田 隼輔	和田 隼輔	平儀野 剛	福田 昌史	福田 昌史
	③			和田 隼輔 (初診)	和田 隼輔 (初診)	和田 隼輔 (初診)
産科		中島 博予	中島 健吾	鷹巣 剛	中島 博予	中島 健吾
婦人科		中島 健吾	高崎 ひとみ	中島 博予	中島 健吾	鷹巣 剛
眼科	①	新井 栄華	手術日	新井 栄華 (受付 10:00まで)	大学医師	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	岡崎 吉紘	眞崎 達也	眞崎 達也 ※新患については 受付終了時間が早く なる場合があります	岡崎 吉紘	眞崎 達也 (第1, 3, 5週) 池田 卓生 (第2, 4週) ※完全予約制
	午後	岡崎 吉紘 受付 13:00~15:00 診察 13:30~				竹本 洋介 受付:14:00~14:30 診察 14:30~
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)	
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	藤本 祐子	山口 裕樹	三谷 伸之	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（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。

小児の斜視・弱視の新患患者様（紹介状お持ちの方）は、木曜日の午前にご来院ください。