



ほほえみ

250



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
〒759-4194 長門市東深川85番地 TEL0837-22-2220
FAX0837-22-6542

令和5年10月

長門総合病院 検索

ホームページ <https://www.nagato-hp.jp>

令和5年10月から



「ほほえみ」をご覧いただき大変ありがとうございます。長門総合病院は令和3年に正面に見えます新棟が完成し、2年が経ちました。そしてこの度、当院は病棟の再編成を行い、10月から新しい体制が始まります。変更点を一言でいえば、病院のスリム化です。

長門総合病院は、開院して約80年になります。これまで入院病床は、手術などを行う急性期病床204、リハビリなどを行う回復期病床40、在宅復帰が困難な患者さんの慢性期病床53、新型コロナウイルス感染者などを治療する感染症病床8、計305床でした。国や県がすすめる長門医療圏地域医療構想の指針に沿って、この度病床数を削減しました。急性期病床は45床減らして159になります。その他の病床は維持され、計260床で運営します。病棟別には、産婦人科、小児科病棟に10床の個室病床を新設しました。

皆さんからは、病床が減少すれば病気した時に入院できなくなるのではないかとのご不安があるかもしれません。しかし、当院には回復期や慢性期の病棟が充実しておりますので、急性期の病床が不足して入院ベッドが無いという状況はできるだけ無いようにいたします。また、新たに入退院支援センターを開設し、外来から病棟への入院治療や退院調整がスムーズになるようにします。近隣の岡田病院や斎木病院等との連携も強化し、お互い協力して長門市の地域医療を進めてまいります。

今後も信頼される病院として全職員ますます頑張っていきますので、どうぞよろしく願いいたします。

病院長 村松慶一

急性期病棟の病床数の変更

病棟	病床数	病棟	主な診療科	病床数
西2階病棟	56	2階病棟	外科、泌尿器科、内科	50(-6)
西3階病棟	59	3階病棟	整形外科、眼科、耳鼻咽喉科、放射線科	56(-33)
東3階病棟	30		産婦人科、小児科	(10床の個室新設)
4階病棟	59	4階病棟	内科、泌尿器科	53(-6)
計	204	計		159(-45)

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。

子宮頸がんワクチンについて

産婦人科 今川天美

みなさんは子宮頸がんや子宮頸がんワクチンについてどのようなイメージをお持ちでしょうか？子宮頸がんの多くはヒトパピローマウイルスに感染することが原因であると言われていています。また、20～30歳代といった若い女性に多いというのも特徴です。ワクチン接種をしなければ全女性のうち80%以上が生涯にヒトパピローマウイルスに感染すると言われており、かなり高い感染率といえます。

2010年度より子宮頸がんワクチンの公費助成が始まり、2013年4月からは定期接種となったにも関わらず、子宮頸がんワクチン接種後の女子における「多様な症状」が繰り返し報道され、厚生労働省により積極的勧奨の差し控えが発表された影響で、その後接種率は1%にも満たない状況となっていました。

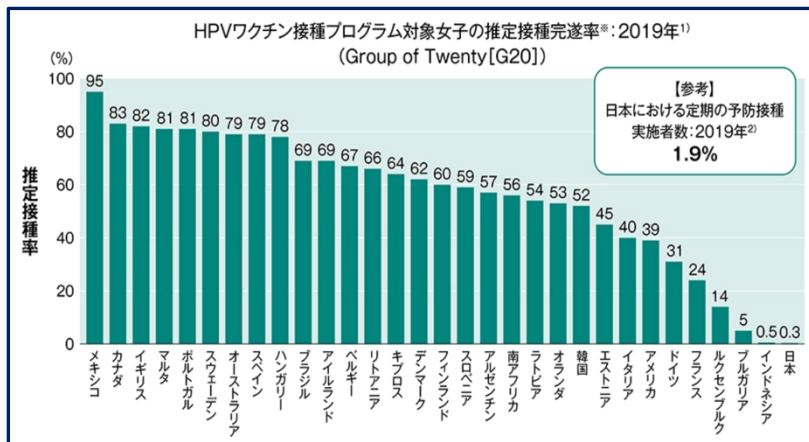


図1) 世界の子宮頸がんワクチン接種率

それに伴って子宮頸がんの罹患率は減少してきています。しかし、ワクチン接種率がまだまだ低い日本では罹患率がむしろ増加していると言われていています。

現在、子宮頸がんワクチンの定期接種対象者は小学校6年生～高校1年生の女の子です。また、積極的勧奨差し控え期間中に接種の機会を逃した方（平成9年～平成17年生まれの方）に対しても無料接種（キャッチアップ接種）の機会が提供されています。キャッチアップ接種は令和7年度3月末までですが、まだまだ接種率は低いです。図2の子宮頸がんワクチン接種率80%のスウェーデンの子宮頸がん発症率を見ても、なるべく若いうちに予防接種を打った方が発症率は低く、また打たないよりも打った方が子宮頸がんになりにくいというデータがあるので、ぜひ早めに受診し接種をしてください。

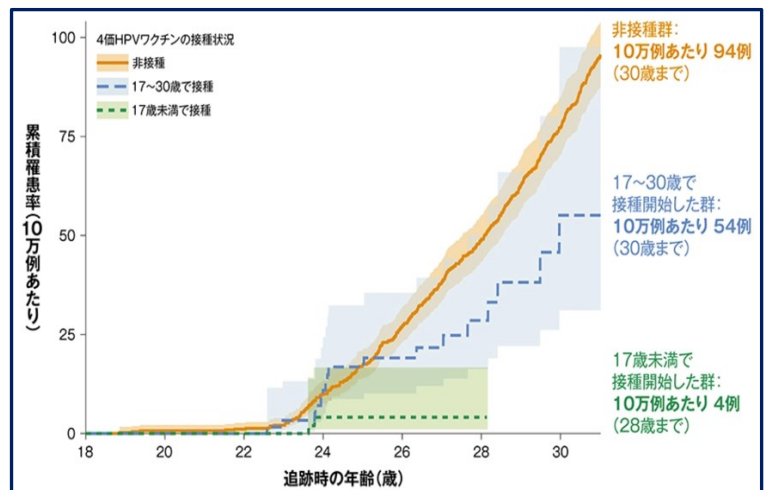


図2) スウェーデンにおける子宮頸がん発症率

図2の子宮頸がんワクチン接種率80%のスウェーデンの子宮頸がん発症率を見ても、なるべく若いうちに予防接種を打った方が発症率は低く、また打たないよりも打った方が子宮頸がんになりにくいというデータがあるので、ぜひ早めに受診し接種をしてください。

3階病棟に新しいお部屋ができました

3階病棟師長：久行 恵美

令和5年10月、3階東側フロアの病室改修工事が終わり、新しく洗面所・トイレ・シャワー室完備の少し広めの個室の10部屋に生まれ変わりました。主に小児科・産婦人科・女性患者さんが療養するお部屋となっております。工事期間中は、患者様には大変ご不便・ご迷惑をおかけしました。3階病棟は、整形外科・耳鼻科・放射線科と小児科・産婦人科が合併し、56床の病棟として新たにスタート致します。

医師・助産師・看護師・理学、作業療法士・管理栄養士など様々なスタッフが関わり、安心・安全な医療・看護を提供します。



職員の受賞について



この度、副院長の久我貴之医師が「令和5年度救急医療功労者厚生労働大臣表彰」を受賞しました。この賞は、厚生労働大臣が地域の救急医療の確保、救急医療対策の推進に貢献した個人や医療機関等の功績を称えるもので、全国で22名の個人が表彰されました。

久我副院長の勤務医として長年にわたる救急医療への貢献、新型コロナウイルス感染症の要救急患者の入院受け入れ、救急カプセル・クジラくんの普及啓発活動が広く認められました。

救急カプセルは、個人の情報を記載したカード等をカプセルに入れて冷蔵庫で保管しておき、119番通報時、本人等が病状などを説明できない場合に保管された情報をもとに「かかりつけ医」や「搬送先医療機関」と連絡・連携して迅速な救急活動に役立てるものです。

救急カプセルの中に入れるもの

1. 個人カードに加え、できれば
2. 保険証の写し
3. 薬剤情報提供書の写し など
(服薬情報がわかるもの)



長門市公式ホームページより引用

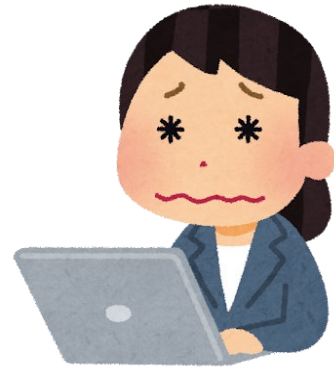
ドライアイ

視能訓練士 高瀬 彰子 津曲 彩佳

涙は目の表面をおおい、目を守る(乾燥防止、殺菌、洗浄、栄養補給)バリアのような働きをしています。ドライアイは、目を守るのに欠かせない涙の量が不足し、涙の質のバランスが崩れることによって涙が均等に行きわたらなくなる病気です。ドライアイになると目の表面に傷を伴うことがあります。また、ドライアイはものの見え方にも影響し、視力が良くても「ものがかすんで見える」ことがあります。

ドライアイの症状

- 目が疲れやすい
- 目が乾いた感じがする
- 物がかすんで見える
- 目がゴロゴロする
- なんとなく目に不快感がある
- 目が重たい感じがする・・・ など



ドライアイを引き起こす要因

ドライアイの要因は、シェーグレン症候群などの全身疾患のほかに、加齢、エアコンの使用、コンタクトレンズの装用、長時間にわたるパソコンやスマートフォンの使用で瞬きの回数が少なくなっている時などが考えられます。

治療

症状が軽い場合は潤いをもたせる点眼薬が用いられます。(人工涙液ヒアルロン酸製剤など)また、涙の出口である涙点に栓(涙点プラグ)をして、涙の生理的な排出を人為的に遮断する治療もあります。

日常生活でできる予防

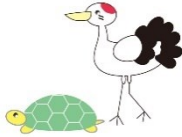
- 1時間に15分は目を休ませるようにする。
- 意識的に瞬きする。
- 加湿器を使用する・・・ など



気になる方は近くの眼科にご相談ください。

むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム

「長生きの秘訣は、
息をすることを忘れないことです。」



PHP 文庫



きみまるさんの言葉の魅力は、当たり前の中に当たり前でない面白さが光る所ではないでしょうか。誰も息をすることなんか、忘れる人はいません。人間は息を吸えば反射的に息を吐きます。これをヘーリング＝ブロイエル反射と言い、今から 150 年前に報告した先生方の名前と呼ばれています。夜寝ているときはこの反射で自動的に呼吸をします。これを漫談にするなんて、きみまるさん、流石です。「人間の死亡率は 100%」これも確かです。流石ですよ。

私は整形外科医なので、「長生きの秘訣は何ですか？」と聞かれますと、「かっこよく歩き続ける事」と答えたいです。今日本人の平均寿命は、男性 81 歳、女性 87 歳です。一方、健康寿命は男性 72 歳、女性 75 歳で、その差は 9 年、12 年です。ながとの元気な高齢者の方々は、背を伸ばしかっこよく歩いておられます。歩くことが、間違いなく健康寿命を延ばします。

本年 12 月 2 日に第 1 回長門市 市民医療公開講座が開催される予定です。当院から 4 人の先生が「自分の足で、いつまでも歩こう！」と題してお話があります。ご興味ありましたら、是非ご参加ください。

外国人研修医の紹介

10月より、外国人研修医、レイチェル医師が赴任します。

研修期間は10月から1月末までの予定です。

どうぞ宜しくお願いいたします。

名 前 : Rachelle Jasmine Uy Ong
レイチェル ジャスミン ウィ オング
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）

今が旬 おすすめ料理



『 むかご・零余子 』

栄養科長 中嶋乃理子

隠れた秋の旬の食材「むかご」、あまり馴染みがないかもしれませんが、10月から11月にかけて収穫され、貴重な山の幸として昔から親しまれています。

むかごはナガイモや自然薯などのヤマノイモ属の蔓(つる)の葉の付け根辺りになる肉芽の事。土に埋めておくとそこからヤマノイモの芽が出てきます。種と同じ働きをするというわけです。味や食感、大きさは種類によって異なり、基本的に親イモの性質を受け継いでいますが、素早く芽吹くことができるよう、親イモより栄養価が高いのです。

カリウム、カルシウム、葉酸のほか、リンや銅も含まれており、たくさんミネラルが摂れます。皮ごと食べられるので食物繊維も摂取することができます。また、消化酵素の1つで、唾液などにも含まれているアミラーゼを多く含んでおり、でんぷんの消化を促す働きがあるため、でんぷんが多く含まれる食品と一緒に食べるとよいとされています。アミノ酸の一種であるアルギニンという栄養素も多く含まれています。アルギニンは成長ホルモンの分泌を促進し、免疫力を高める効果や、疲労を回復させる効果があります。

むかごは、芋類なので、涼しいところであれば新聞紙にくるんで常温保存できますが、水分が抜けてしまうと皮がシワシワになり、独特のホクホク感が半減してしまいます。冷蔵庫で保存する場合は、湿らせたキッチンペーパーで包んで、ビニール袋に入れてから保存しましょう。むかごは揚げたり炒めたりとさまざまな料理に活用できますが、定番料理は「むかごご飯」ですね。古くから零余子飯(むかごめし)は俳句の季語としても用いられています。お米と一緒に炊くだけで、むかごの素朴な味と香り、ホクホク感を存分に堪能できます。まだ食べたことがない方は、ぜひこの機会にむかご料理を味わってみてください。

『 むかごご飯 』



【材料】

・むかご…	1カップ
・米…	2合
・酒…	大さじ2
・みりん…	大さじ2
・塩…	小さじ1
・昆布…	1枚
・水…	2カップ

【作り方】

- ① むかごを2～3回洗います。
- ② 米を洗い、酒、みりん、塩を入れてお米の分量に合わせた水を入れてから、むかご、昆布を加え、30分以上浸水した後、炊飯を始めます。
- ③ 炊飯後、昆布を取り出し混ぜます。



全科休診日のご案内

1日(日) 15日(日)
 7日(土) 21日(土)
 8日(日) 二次救急 22日(日) 二次救急
 9日(月) スポーツの日 28日(土)
 14日(土) 29日(日)

臨時休診・代診のご案内

【小児科】

6日(金)、20日(金)、27日(金)
 中島医師 休診 代診 縄田医師

【整形外科】

3日(火)、5日(木) 村松医師 休診
 12日(木)、13日(金) 杉本医師 休診

【脳神経外科】

25日(水) 貞廣医師 休診

【泌尿器科】

2日(月) 松下医師
 診察は手術の為 予約の方のみ
 6日(金) 松下医師 休診
 19日(木) 松山医師 休診

【眼科】

25日(水) 休診

【耳鼻咽喉科】

2日(月)、5日(木)
 岡崎医師 休診 代診 眞崎医師
 6日(金)、20日(金)
 眞崎医師 診察は予約の方のみ
 25日(水) 眞崎医師の診察、手術の為10時まで

病院内の出入り、面会について

【病院内への出入り】

感染防止策として、引き続きマスクの着用にご協力いただきますようお願いいたします。

【面会について】

平日 14:00 ~ 16:00 面会時間は15分以内。
 同居家族・キーパーソンのご家族 2名まで
 (県外の家族・小学生以下はご遠慮ください。)

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、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)

各科外来窓口または地域連携室でお申し込み下さい。



黄色は変更箇所

外来診療担当医表

令和 5 年 10 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
			瀬川 誠			
	循環器	吉富 亮介	高橋 規文	高橋 規文	吉富 亮介	高橋 規文
	血液 糖尿病	香月 憲作	中山 綾菜	秋山 優	香月 憲作 中山 綾菜	香月 憲作
呼吸器			村田 順之 <small>紹介のみ、完全予約制</small>			
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	縄田 慈子	縄田 慈子	縄田 慈子	縄田 慈子	中島 浩輝
外科	①	久我 貴之	重田 匡利	重田 匡利	久我 貴之	矢野 由香
	②	池下 貴広	矢野 由香	池下 貴広	池下 貴広	
整形外科	①	村松 慶一	村松 慶一	藤本 和弘	村松 慶一	
	②	谷 泰宏	谷 泰宏		杉本 英彰	谷 泰宏
	③	山下 陽輔	杉本 英彰	山下 陽輔	山下 陽輔	杉本 英彰
診察は事前予約を推奨します。※予約はメール、電話（14時以降）でお受けしております。 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。						
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>		河野 亜希子 <small>診察: 11:00~</small>
皮膚科	午前	松田 杏奈		安野 秀一郎	下村 尚子	久本 岳史
	午後		浅野 伸幸 <small>受付:12:00~14:00 (第4は13:30まで) 診察 13:00~</small>			
泌尿器科	①	松山 豪泰	北原 誠司	松山 豪泰	松山 豪泰	松下 広憲
	②	松下 広憲		松下 広憲	北原 誠司	中村 公彦
産科		今川 天美	中島 健吾	今川 天美	中島 博予	中島 健吾
婦人科		中島 博予	高崎 ひとみ	中島 博予	中島 健吾	今川 天美
眼科		手術日/ 非常勤医師	新井栄華/ 非常勤医師	新井栄華/ 非常勤医師 <small>(受付 10:00 まで)</small>	大学医師	新井栄華/ 非常勤医師
	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。 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。					
耳鼻咽喉科	午前	岡崎 吉紘	眞崎 達也	眞崎 達也 <small>※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</small>	岡崎 吉紘	池田 卓生 <small>(第1, 3週) ※完全予約制</small>
	午後	岡崎 吉紘 <small>受付 13:00~15:00 診察 13:30~</small>				眞崎 達也 <small>(第2, 4週)</small>
放射線科			須田 博喜 <small>(紹介のみ)</small>			
放射線治療外来		田中 秀和 <small>(予約制)</small>			日山 篤人 <small>(予約制)</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	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。