

とよさい

ご自由にお持ち
帰りください

vol.18
2019.2



「小さなダイヤモンド富士」

(第8回豊浦フォトコンテスト応募作品)

病院理念

- 一、「救療済生」の精神に基づき、人々に愛をもって接します。
- 一、患者様本位の良質な医療の提供を実践します。
- 一、地域の医療・保健・福祉の礎となるよう努力します。
- 一、医療を通じて、生き生きのびのびとした豊かなまちづくりに貢献します。



社会福祉法人 恩賜 済生会支部

山口県済生会豊浦病院

〒759-6302

山口県下関市豊浦町大字小串7番地3

TEL 083-774-0511 FAX 083-774-2590

URL <http://www.toyoura-saiseikai.jp/>



平成31年 年頭にあたって

病院長 中司謙二



平成最後の新年、明けましておめでとうございます。今年は、亥年。猪突猛進のイメージの強いイノシシですが、意外にも賢明に動き回り、鋭い嗅覚を持つ動物といわれており、年男の私にとって、病院運営にも生かしたい資質と思っております。昨年は、西日本豪雨、台風被害など、災害の多い1年でしたが、今年大きな災いがないことを祈るばかりです。

昨年7月当院は、無事、全面建て替えした新病院に引っ越しました。入院患者さんの移送は重大イベントでしたが、事故なく移送が終了しました。協力していただいた皆様に厚く御礼申し上げます。現在、旧病院の取り壊しが終了し、駐車場整備と外構工事が進められており、本年4月にグランドオープンし、新築落成祝賀会を予定しております。お世話になった、済生会関係者、下関市、市議会、大学、地元自治会、中四国の済生会病院関係者ら多くの方々をお招きして、内覧会、式典を開催します。工事に関連して、騒音、粉塵、雨水のはんらん等、地元の方々に大変なご迷惑をおかけしました。謹んでお詫び申し上げます。お陰様で、駐車場整備も半ば終了し、病院を利用していく患者さん、ご家族方の利便性は格段に改善されております。

当院は、平成28年4月から済生会病院として独立しました。公立病院ではなくなりたものの、済生会は社会福祉法人であり、施薬救療の使命をもった公的医療機関であることに変わりはありません。今後も下関医療圏の北西部の中核病院として、地域医療を担い、地域住民の健康と福祉に寄与していくことはもちろんのこと、地域のまちづくりに貢献できればと思います。その一つとして今年、地域へのアピールを兼ねて、済生会フェアを催すことをめざしています。

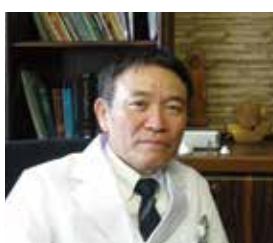
昨年、国主導で働き方改革の取り組みが始まりました。医療界でも、長時間労働が問題になっており、来年度から、医師の働き方改革への取り組みが求められると予想されます。当院の重要な課題となっている、医師・看護師不足の中で、いかに効率よく、業務をすすめるか、医師であれば、医師以外でもできる業務のタスクシフティングなどを進めていき、皆様方にご迷惑をおかけすることがないよう継続した医療提供ができるよう、努力していく所存です。

今年は、抜群の療養環境をもつ新病院の強みと職員の‘おもてなし’の心で、地域の皆様方に「とよさい」で診てもらってよかったです、入院してよかったと思ってもらえる病院をめざして、心新たにがんばっていく所存です。

引き続き、ご支援、ご指導よろしくお願ひいたします。

新年の御挨拶

特別顧問 上領頼啓



新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては健やかに新春を迎えたことと存じます。

当院は地域の皆様、各行政機関、それに済生会本部及び山口県支部の御協力により、昨年7月に新病院が竣工し現在半年が経ちました。職員は真新しい病院での医療業務にモチベーションも上がり、櫛風沐雨の労を厭わず従来にも増して地域の方々の健康と福祉に尽瘁しています。今思いますと、当院スタッフは厳しい医療環境の中で、それも下関市の指定管理下にあって、宿願である老朽化した病院の新規建て替えの為に牢固とした結束力で数多の難題を克服して、喻えて云えば深山幽谷に屏風の如く屹立する重疊とした山々をひと山、ひと山踏破する如くに似て、新築移転を実現しました。實に感懷無き能わざと云ったところです。しかし新築成った病院を健全経営を維持しながら発展させ、より一層地域医療に貢献することはもっとエネルギーを要し、難しいことです。その最も困難な課題は病院スタッフの確保です。特に医師の確保は至難の極みです。大学病院ですら医学生が大学卒業後に県内に留まるよう地域枠等を設けたりして種々対策を講じています。

扱、今年の干支は亥ですが、これを古来中国では民が理解し易いように動物に喻えて猪としました。猪と来れば直ぐに思い起こすのは猪突猛進と云う言葉です。昨年の末、当院の職員を前にして「来年は亥年、一同猪突猛進でこの厳しい医療環境を共に乗り切りましょう」と檄を飛ばしました。ところが、本文章を推敲するに当たって分かったことですが、猪突猛進の意味するところは沈毅冷静を欠き、周囲に配慮すること無く目標に突き進むことであります。いわば匹夫の勇であって、人の為すところに非ず、とあります。浅学非才の身、慚愧に堪えません。

来る5月1日には今上天皇が御退位され、徳仁皇太子殿下が天皇に御即位され改元が行われます。神武天皇以来2700年近くにも亘る万世一系の天皇を戴く國は世界中何處にも存在しません。明治23年に近代日本の教育の基本方針として教育勅語が発表されました。その冒頭に「朕惟フニ我ガ皇祖宗國ヲ肇ムルコト宏遠ニ・・・」とあります。教育勅語は戦後GHQによりまた日教組によって弊履の如く棄捨されましたが、常に御神体の御前で拝跪され、千代に八千代の悠久の歴史を持つ日本が静謐であり、国民が安寧の暮らしを続けられるよう御祈りされておられる天皇・皇后両陛下の御姿を想う時、皇室の弥栄を願い「以テ天壤無窮ノ皇運ヲ扶翼スヘシ」と思います。四海波高し、の日本において此の度の改元を機に「天気晴朗ナレドモ浪高シ。皇國のノ興廢此ノ一戦に在リ。各員一層奮励努力セヨ」の旗艦三笠から発した東郷平八郎連合艦隊司令長官の言葉を憶い出しました。

新年を迎えて



副院長 岡田 理



新年明けましておめでとうございます。

昨年は病院移転後の駐車場整備で皆様には御不便と御迷惑をおかけしましたことを心よりお詫び申し上げます。駐車場は12月までに150台分のスペースを確保し、3月末に遊歩道(東屋があり、散歩コースとしても最適)や植栽等の整備も完了し4月1日にグランドオープンしますので、もう少しの間、御理解と御協力をお願い致します。亥年は無病息災や一歩踏み出す年といわれており、皆様の健康長寿に少しでもお力添えできるよう一歩も二歩も前へ踏み出します。少ない医師数で診察では御不便をおかけすることもあるとは思いますが、精一杯皆様の健康増進に協力できますよう尽力して参ります。本年もよろしくお願ひ致します。



副院長 荒木厚博

新年あけましておめでとうございます。

昨年7月に新病院に移転し、以前の病院と比べ環境は大きく改善した一方で、駐車場の整備やご案内の不備等で地域の皆様にご不便、ご迷惑をお掛けしております、大変申し訳なく存じております。また、医師数の減少により必ずしも地域の皆様のご期待にお応えできていない現状もあり、管理者の一人として非常に心苦しく思っております。

今年の干支は「己亥(つちのとい)」。内なる充実をはかり、次のステージの準備をするのに良い年とされています。4月のグランドオープンに向け地固めを着実に進めていき、地域の皆様に安心して気持ち良くご利用頂ける病院となるよう、職員一丸となって努力を重ねていく所存でございます。本年も、何卒宜しくお願ひ申し上げます。



看護部長 村上道子

新年あけましておめでとうございます。地域の皆様にとって2019年が健やかな年でありますことを心から願っております。

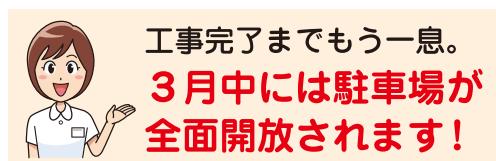
団塊の世代が75歳以上となる2025年には、世界に例のない超高齢社会を迎え、その後も高齢化が進展すると推計されています。人生100年時代の到来です。このような状況の中で、昨年7月に病院が新築移転しました。「治す医療」から「治し支える医療」へと変革が求められる中で、今年も介護との連携や多職種協働を強化とともに、より連携を密にしながら看護の力を發揮し、イノシシのように勢いのある元気な年にしてまいります。さらに地域の中核病院としての使命を果たすとともに皆様に信頼される病院をめざします。

今年もよろしくお願ひいたします。



NEWS — 新病院建設ニュース

Vol.19



平成31年3月中

3月中には、正面玄関前の駐車場(約450台分)が全面開放される予定です。これに合わせて、現在ご利用いただいているひびき苑前のエリアは駐車禁止となります。





クリスマスミニコンサート

「わあ、素敵！」「立っているだけでも可愛らしいね！」「若いっていいね。」

まるで自分の孫？達の艶姿を温かく迎えるかのような総勢60名の観客の中、赤いドレスと水色のドレスをまとった18歳と15歳の演奏者が登場しました。12月24日、5階のデイルームで開催されたバイオリンとクラリネットのクリスマスミニコンサートの様子です。冬にも関わらずエメラルドグリーンの海が、2人のドレスを一層引き立ててくれます。

バイオリン奏者は大迫日奈さん。4歳からバイオリンを始めました。現在は広島ジュニアオーケストラ、広島ピースオーケストラ等に所属し活動しています。今年度は広島市の音楽祭：威風堂々ソリスト出演や、コジマムジカコレギア第28回定期演奏会ではオーケストラと共に演もしています。クラリネット奏者は畠野玲奈さん。夢が丘中学校吹奏楽部で部長を務めていました。2人は従妹同士であり、今回の共演が実現しました。

まずは皆さまにご挨拶ということで、『エルガー作曲、愛の挨拶』からスタートです。バイオリンの壮大な音色が病棟中に響き渡ります。『海の見える街 魔女の宅急便』では、眼下に広がる響灘の上を、魔女のキキがほうきに乗って飛んでくるようです。小児科のお客様もご機嫌でリズムを取りながら聴いています。『讃美歌』ではクリスマスマドレーをバイオリンとクラリネットとのデュエットで奏でます。坂本九さんの『見上げてごらん夜の星を』。懐かしみ自然に口ずさんでいらっしゃる方、涙ぐんでいらっしゃる方、色々な表情を垣間見ることができました。



束の間ではありましたが、素敵な音色が、晴れ渡る景色が、大きな拍手が、そして沢山の笑顔が、何にも勝るコンサートホールを作り上げたのではないかでしょうか。病棟に帰ってからも、「生演奏は良かったね。」「迫力があったね。」そしてやっぱり我が孫目線で「可愛かったねー。」とおしゃべりは尽きなかったようです。このコンサートが皆さまの活力に、癒しになっていただけならと願ってやみません。次回もこのような機会がありましたら、今回参加されなかった方も是非、足を運んでみられませんか。職員一同、お待ち申し上げております。 (5階西病棟 副看護師長 畠野典子)

イベントボランティア募集中！



当院では、イベントボランティアを募集しています。

院内のスペースで、楽器の演奏や歌唱、踊り、演劇等、日頃活動されている成果をご披露いただくことで、入院患者様への癒しと安らぎの療養環境づくりにご協力いただけないでしょうか？

ご興味のある方は、是非お気軽に問い合わせください。

活動スペースの一例



各病棟内デイルーム（※写真は5階）



综合待合スペース（1階）

お問い合わせ先 ▶ ☎ 083-774-0511（代表）



健 康 出 前 講 座 のご案内

地域の皆様が医療・福祉・健康等で関心や興味のある演題をお聴きになりたい場合に当院の医師・看護師をはじめとした職員が、地域の会場に出張して分かり易く内容をご説明させて頂きます。

以下の講座メニューよりテーマを選んで事前にお申し込み下さい。



区分	No.	演題	区分	No.	演題
生活習慣病	1	メタボリック症候群について	排尿のトラブル	38	頻尿に関する話
	2	メタボリックシンドロームについて		39	過活動膀胱の知識
	3	糖尿病の食事と検査		40	高齢者と勃起不全
	4	糖尿病の日常生活と運動		41	血尿を認めたら
	5	インスリンと内服薬		42	前立腺肥大症
	6	動脈硬化の検査について	腎臓の病気	43	腎臓病と透析療法
	7	高脂血症について		44	尿路結石と食事療法
	8	不整脈について		45	更年期障害について
	9	心不全の話		46	更年期の話
	10	高血圧の話	女性特有の病気	47	子宫筋腫について
	11	高血圧の食事		48	すこやかな月経のために(月経について)
	12	高血圧の薬と日常生活		49	HPVワクチンについて
	13	腎臓病について		50	母親学級
胃・大腸の検査	14	胃カメラ・大腸カメラの話		51	楽しい育児
	15	胃ろう造設について	明るい性教育	52	性教育について
子どもの病気	16	子どもの成長障害		53	思春期の性教育
	17	子どもの気管支ぜんそく		54	食事介助と口腔ケア
	18	子供の生活習慣病		55	オムツ交換と更衣
	19	流行中の子どもの感染症について		56	床ずれ予防とシーツ交換
	20	子どもの予防接種の最新情報		57	安全な介助方法
	21	子どもの急病の対処法	介護教室	58	看護師編
	22	小児の予防接種のお話		59	管理栄養士編
	23	小児一次救急		60	検査技師編
	24	消化器がんについて		61	放射線技師編
	25	乳がんについて		62	理学・作業・言語各療法士編
	26	増えて来ている前立腺がん		63	薬剤師編
	27	泌尿器科のがん		64	臨床工学技士編
	28	子宫がんについて		65	マムシ咬傷時の応急処置
お腹の痛み	29	X線撮影による乳がん検診について		66	救命救急(BLS)について
	30	胆石について		67	認知症の対応について
骨や筋肉の痛み	31	手のしびれ		68	家庭でできる感染対策
	32	膝の痛み		69	薬の種類と飲み方、使い方について
	33	股関節の痛み		70	医療保険制度について (入院費・医療費のしくみについて)
	34	肩の痛み		71	介護保険制度について
	35	転倒予防について			
脳のおはなし	36	脳卒中について			
	37	脳卒中の予防について			



- 講座メニューの演題から、お好みの演題をお選び下さい。演題の組み合わせも可能です。
- 原則10名以上より承ります。
- 講演料は無料です。会場は申込者の方で手配をして頂きます。
- 希望日の2ヶ月前までに、地域・病診連携担当(下記連絡先)までご連絡ください。
依頼申込書を提出していただきます。(ホームページからダウンロード出来ます。)



連絡先 地域医療支援(PFM)センター (地域・病診連携担当)

電話 083-774-0511 (内線775) FAX 083-775-4149

URL <http://www.toyoura-saiseikai.jp/>



性教育のお申し込みも
こちらへご連絡ください

お問い合わせ先

栄養管理科リレーエッセイ ~栄養と健康~

vol.4 「健康に生きるための栄養の重要性」

栄養管理科 管理栄養士 渡邊理沙



前回は身長、体重によってそれぞれ必要なエネルギーが異なるというお話をしました。
今回は必要なエネルギーを食事に置き換えるとどうなるのかをお話しします。



- * 1食で食べる主食の量はご飯では150g、食パンでは6枚切りが1枚半です。
- * メインとなるたんぱく質源は肉は片手のひら、魚は1切れ、卵1個、木綿豆腐1/4丁が1日の目安量です。
- * 乳製品は牛乳ではコップ1杯弱(180ml)です。
- * 果物はりんごでは1/2個、みかんでは2個、バナナでは1本が目安量です。
- * 野菜は両手のひらにのるくらいしっかり食べましょう。



Q & A

Q1 1日3食食べる様になったのはいつ頃からなの?

A 昔は1日2食が一般的でしたが、江戸時代後半頃から1日3食となりました。

3食となった理由

- 照明器具の発達とともに活動時間が長くなつたこと
(照明器具がないころは日の出と共に起き日の入りには寝る生活をしていました)
- 玄米から白米へ変わつたこと
(白米に比べ玄米の方が腹持ちがよい)
などがあります。

Q2 お相撲さんはなぜ1日2食なの?

A 食事の回数が少なつ方が体に吸収されやすい=太りやすいからです。

Q3 朝ご飯を食べた方がいい理由は何かあるの?

A 朝食をとることで体温が上がり代謝が高まります。
また脳の働きを活発にし、集中力や記憶力も高まります。

朝食には体に良いことがたくさんありますよ。

なるほど! 食事って大切なんだね。

元気スタッフの WA!

「最近のエピソード」

リハビリテーション科

理学療法士 松井 寛次郎



リハビリテーション科の松井です。

私には3人の子供がいます。今回は子供の紹介も兼ねて最近のエピソードをお話しさせて頂きます。

5歳の長男は幼稚園の年中組です。性格はよくしゃべり、素直ですが臆病なところもあります。年中組は2クラスあり、5日前に息子の隣のクラスがインフルエンザで学級閉鎖となりました。その3日後息子のクラスの子も1人インフルエンザにかかってしまいました。そして先日、隣の席に座るペアの子も体調不良で早退したと聞きました。すごい勢いで確実に忍び寄るインフルエンザの脅威に子供共々怯えています。インフルエンザウィルスの拡散、感染力を身に染みて感じ、うがい、手洗いの大切さを実感しました。

3歳の次男は自由でヤンチャ盛りです。口癖は「これ欲しい！」で欲望に忠実です。気に入らないことがあると誰にでも食ってかかるので長男もよく泣かされています。私の実家では両親が野菜を育てており、先月子供たちに芋掘りを体験させる事になりました。初めは夢中で芋掘りをしていましたが、徐々に飽きてきた次



男は単独行動を開始し、畑の周りをチョロチョロはじめました。まあ仕方ないかと思いつめを離し作業を続けていた数分後、、、妻の悲鳴が聞こえてきました。見ると畠の端の水溜りでこれでもかと言わんばかりに泥だらけになって遊んでいたのです。次男と目を離した私はこっぴどく叱られましたが、心の中ではいい体験が出来たのではないかと思っています。

10ヶ月の長女は最近掴まり立ち歩きを始めました。時折バランスを崩して転倒しそうになるので職業病か、過保護からか目が離せません。松井家は男家系で父は男3人兄弟、私自身も男4人兄弟でその兄弟の子供も6人連続男の子という状況でした。妊娠中の定期検診で女の子と診断を受けた際、私の母親に報告すると「そんなはずはない、出てくるまで信じなさんよ。」と言われたほどです。無事待望の女の子が生まれ、松井家の中では奇跡の子としてチヤホヤされています。

そして今年3月、私の弟にも初めての子供が生まれる予定です。診断の結果性別は男の子と判明！

娘の天下はまだまだ続きそうです。



教室案内

興味のある方は
お気軽に問い合わせ下さい。
TEL : 083-774-0511(代)

■糖尿病教室 (あなたの食事は大丈夫??)

2月26日(火) 13:00 ~ 14:30

■安産教室

毎月第4木曜日 13:00 ~

医師や看護師、栄養士が分かりやすく病気や予防についてお話をさせていただきます。どうぞお気軽にご参加下さい。

患者様の権利

当院では患者様の個性・人格を尊重し、病院の理念に基づいて良質な医療を提供し、患者様の権利を保障します。

- 一、ご自身にあった最良の医療を受けることができます。
- 一、病気・検査・治療については気兼ねなく、納得のいくまで説明を受けることができます。又、主治医とは別の医師の意見を聞くことができます。
- 一、十分な説明を求め、ご自身の治療法などをご自身で決めることができます。
- 一、個人情報の秘密は守られます。
- 一、ご自身の診療録(カルテ)の開示を求めるすることができます。

基本方針

- 一、患者様と一緒に考え、一緒に病と闘う、心のこもった納得のいく医療を心がけます。
- 一、明るい職場から生まれる、温かく思いやりに満ちた心で患者様に接します。
- 一、常に知識・技術向上のための研鑽を積み、質の高い医療を提供します。
- 一、地域社会のニーズに応え、住民の心身の健康増進に努めます。
- 一、健全な運営と療養環境の充実を図り、地域社会から信頼される病院を目指します。

診療案内

再診は全科予約制となります(小児科を除く)

初診の方は医事課 新患受付までお申し出ください

休診等診療をお受けできない場合もございますので、ご予約以外の方はお問い合わせください 平成31年1月1日現在

診療科		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
内科	午前	長澤俊明 (療養内科)		橋本興 (療養内科)	長澤俊明 (療養内科)	
		橋本興 (療養内科)	川田泰伸	長澤俊明 (療養内科)	中辻理子	川田泰伸
		千原龍夫 (健診ドック)	千原龍夫 (健診ドック)	千原龍夫 (健診ドック)	高橋徹郎 (健診ドック・内科)	千原龍夫 (健診ドック)
		高橋徹郎	弘津喜史	高橋徹郎	弘津喜史	弘津喜史
	午後	橋本興 (療養内科)	川田泰伸	橋本興 (療養内科)	長澤俊明 (療養内科)	担当医
		高橋徹郎	弘津喜史	高橋徹郎	弘津喜史	
神経内科					清水文崇	
心療内科	午前			中田信浩		野村道次
小児科	午前	中司謙二	中司謙二	有吉平	元永貴大	市来章裕
(専門外来)		小児神経外来 星出まどか (第1・第3) 13:00~予約制	乳幼児健診 13:45~15:00	慢性疾患・ アレルギー外来 14:30~16:30	小児腎臓外来 橘高節明 (第3) 14:00~予約制	
		予防接種 14:00~15:00	予防接種 14:00~15:00	予防接種 15:00~16:00		
外科・消化器		荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博
整形外科		橋口彰	橋口彰	市原佑介	橋口彰	岩永隆太
脳神経外科	午前	長次良雄	長次良雄	長次良雄	長次良雄(第2)	長次良雄
	午後			長次良雄		
皮膚科				沖田朋子		
泌尿器科		上領頬啓	小松宏卓	上領頬啓	安井平造	小松宏卓
産婦人科	午前	岡田理	岡田理	岡田真希	杉野法広 岡田理	岡田理
	午後	岡田理	産後検診		岡田理	岡田理
眼科	午後	福村美帆		布佳久		
耳鼻いんこう科	午前	山本陽平				廣瀬敬信
リハビリテーション科					長次良雄 11:00~(第2)	橋口彰 9:00~

＜診療時間＞ ※ 8時30分～12時00分、13時00分～17時00分(午後は時間変更の場合がございます)

＜受付時間＞ ※ 8時30分～11時30分(整形火曜日は11時まで)、午後は診療可能かお問い合わせください

※ 予約の変更は月～金曜日11時～13時に各科外来までご連絡下さい 083-774-0511(代)

※ 土・日曜日・祝祭日は全科休診となります。但し、急患はこの限りではありません

かんたん 健康チェックのご案内

日頃からちょっと気になっている体のこと、簡単お手軽料金で検査を受けてみませんか？

受付時間
月曜日～金曜日
11:00～16:00

検査の受け方

① 病院の受付で申込書を記入
② ご希望の検査場所で検査を受ける
後日、検査結果をお送りします。

これだけ！

検査項目

- ① 高血圧症が気になる方……500円
 - ② 血管年齢(動脈硬化)が気になる方……500円
 - ③ 糖尿病が気になる方……500円
 - ④ 心臓機能が気になる方……1,000円
 - ⑤ 肝臓機能が気になる方……500円
 - ⑥ 前立腺が気になる方……1,000円
 - ⑦ 脊椎・痛風が気になる方……500円
 - ⑧ 骨年齢が気になる方……1,000円
 - ⑨ 貧血が気になる方……500円
 - ⑩ 甲状腺機能が気になる方……1,500円
- ⑪ おすすめセット (上記①+②+③+④+⑤) ……通常2,500円⇒1,500円