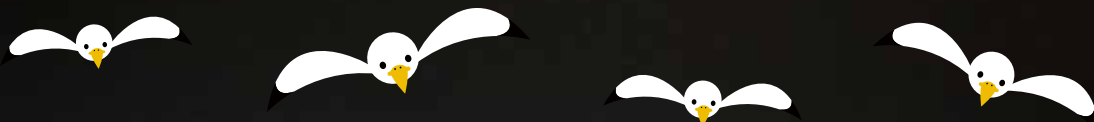


# とよささい

vol.21  
2019.8



- ★皮膚科(形成外科領域)について、蜂にご注意!
- ★課題別研修について
- ★部署紹介【医事課】
- ★栄養管理科リレーエッセイ
- ★元気スタッフのWA!
- ★医療連携登録医のご紹介



「額の中の厚島」

(第9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 恩賜財団 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10007番3

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

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



# 皮膚科 (形成外科領域)について

7月より、皮膚科(形成外科領域)の診療を開始しました。

診察日

毎週  
木曜日



八木 献  
医師

はじめまして。この度、皮膚科内で形成外科を担当させていただきます八木と申します。

形成外科について少しご紹介させていただきます。形成外科は頭から手足の先まで、体表面に生じた変形や欠損を治療する科です。具体的には、顔や身体のケガ(切り傷、擦り傷、刺し傷)、やけど、顔面の骨折(鼻、頬、目の周囲、あご)、皮膚のできもの(ほくろ、皮膚がん)、生まれつきの身体表面の形や色の異常(耳や口など顔全体、手足、へそ、あざ)、ケガや手術後の傷痕(瘢痕、ケロイド)、なかなか治らない傷(難治性潰瘍、褥瘡)、まぶたが重たくて目が開きにくい(眼瞼下垂)、手足のむくみ(リンパ浮腫、下肢静脈瘤)、巻き爪…などが対象となります。

簡単な処置や手術であれば日帰り治療も可能ですが、大きな手術であれば近隣の病院を紹介させていただくこともあります。地域の皆様のお役にたてればと思いますので、お気軽にご相談ください。

## 蜂にご注意!

夏の到来と共に、  
蜂の活動が活発に  
なってきます。



蜂による被害者は日本が最も多いとされ、毎年10人～20人が命を落としています。また、死亡事故の大半はスズメバチによるもので、特に7月～10月はスズメバチの活動が活発になる危険な時期とされています。今回は蜂に刺された際の対応方法についてご紹介します。

- ① 蜂に刺されたら、その場から  
数十メートル離れる

(蜂の巣が近くにある可能性があるため)



- ② アレルギー症状<sup>(※)</sup>が起きている  
場合はすぐに119番へ連絡

(※)吐き気・息苦しい・ゼーゼーする呼吸・  
意識もうろう・体がだるい等



- ③ 刺された傷口を流水で流しながら  
毒液を絞り出す

(蜂毒は水に溶けやすい)

※口で吸いだすのは危険!

(口内の傷口から蜂毒が体内に入ることがある)



- ④ 蜂の針が残っている場合は毛抜き  
等で抜く

(蜂の針の根元には毒囊がある)



- ⑤ 濡れタオルや氷等で傷口を  
冷やして安静にする

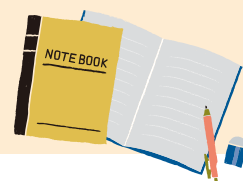


場合によっては意識障害や急な血圧低下等により「アナフィラキシーショック」を起こし、命の危険に及ぶ可能性もあります。また、少し時間が経過してから症状が現れることもあります。

**蜂に刺されたらまずは医療機関に  
相談しましょう。**



# 課題別研修について



当院では、看護部が主体となり、「課題別研修」という活動を行っています。この研修は当院独自の取り組みで、病院でよく行われる全体研修とは違い、スタッフが自分の興味のある分野の知識を深めていくために、所属部署の枠を超えてグループを形成し、1年間グループ活動を通して学んでいく研修です。15のグループの中から、今回は「BLS」「認知症ケア」についてご紹介します。※当院ホームページにも「課題別研修」の活動内容が紹介されていますので、是非ご覧ください！

## B L S

「BLS」とは「Basic Life Support」(1次救命処置)の略で、誰もが(AED以外の)特別な器具がなくてもできる心肺蘇生法のことです。

BLS班の主な活動は、チームのスキルアップはもちろん、主に出前講座で地域の方にBLSを発信しています。いざという時に、そこに居合わせた人が医療従事者とは限りません。救急隊が到着するまでの間に、地域の方でBLSが出来るために、対象年齢に応じた分かりやすい講座を目指し、日々試行錯誤しています。数年前から小・中学生対象の講座も行っています。子供たちには『命の大切さ』を学ぶと共に、勇気を出して大声を出すこと・協力すること・自身にできることの認識、そして119番が分かることを中心に伝えています。救命の場だけでなく、この思いが子供たちの心に届き、「命の尊さ」「助け合う気持ちの大切さ」などの理解に繋がってほしいと思っています。

これからも「お互いの命を守る社会づくり」に貢献していきます。



## 認知症ケア

高齢化に伴い認知症の方が増えています。厚生労働省によると認知症患者が2025年には700万人になると推計されています。

豊浦病院医療圏でも高齢化率が進んでいます。認知症は年を重ねると誰でもなりうる病気の一つです。認知症があっても自宅で自立した生活をされている方も多くおられます。豊浦病院では、認知症の患者様への接し方を学びたいと意欲的なスタッフが集まり、「課題別認知症ケア班」で毎月勉強会をしています。また、地域の方向けの認知症の出前講座を承っており、公民館や介護事業所等の一角をお借りして、認知症に関する基本的な知識や知っておいていただきたいこと等をお伝えしています。

認知症について皆が正しく理解し対応することができるように、当院に在籍している認知症看護認定看護師を中心に、この課題別研修で研鑽を積み重ねながら積極的に情報を発信していきたいと思えます。





## 部 署 紹 介



# 医 事 課

～患者様の「受付」から「お帰り」までをサポートする部門～

## 1 どんな部署？

「医事課」は、事務部門としては他の一般企業には存在しない、病院ならではの部署です。聞き慣れない部署名かもしれませんが、「医療事務」といえば耳にされたこともあるのではないのでしょうか。日々当院に来院される患者様の受付や保険証の確認を行い、診療内容を正しく金額にかえて、窓口でご負担いただく料金を計算・請求させていただいております。

また、保険による負担分を計算し、診療報酬明細書(レセプト)を作成、審査機関に請求することも大きな仕事のひとつです。



## 2 どんなメンバー？

課長1名、入院係4名、外来係11名の計16名で運営しています。入院係・外来係ともに、担当する患者様の医療費の計算や請求に加え、健康保険の手続きのご案内や、お支払いに関する相談、診断書の受付等、事務的なサービスを行います。また、病院の運営に必要な統計業務等も行っております。

## 3 目指すもの

患者様が来院されて、まず最初に総合受付で対応させていただくのが医事課職員です。患者様が安心して診療を受けていただけるよう、笑顔でご挨拶・お声かけをするとともに、できるだけお待たせしないよう、待ち時間の短縮に取り組んでおります。

患者様のご不安を少しでも和らげることができるよう、サービスの向上に努めてまいりますので、外来受診時や入院での療養生活の中でご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせいただければと思います。



栄養管理科リレーエッセイ ～栄養と健康～

# vol.7 生活習慣病について!!

栄養管理科 管理栄養士 井町清水



## こんな人は要注意!!

**肥満ではありませんか?**  
BMI25以上は**要注意**  
BMI = 体重 ÷ 身長 ÷ 身長  
(kg/m<sup>2</sup>) (kg) (m) (m)

**高血圧ではありませんか?**  
収縮期血圧 140mmHg、  
拡張期血圧 90mmHg以上は  
**要注意**

**腹囲(cm)は?**  
男性 85cm以上は**要注意**  
女性 90cm以上は**要注意**

**脂質に異常はありませんか?**  
LDLコレステロール  
120mg/dL以上は**要注意**

**たばこを吸っていませんか?**  
喫煙は**要注意**

**血糖は正常ですか?**  
HbA1c6.5以上は**要注意**

**これらの危険因子を減らすためには、生活習慣の改善と食生活の見直しが必要となります。**

## 栄養バランスのとれた食事をしていますか?

### 毎日の食事を見直してみましょう

栄養バランスのとれた食事の自己評価を記入し△と×を確認することで、食生活の改善ポイントが明確になります。  
 している(あてはまる)…○、ほぼしている(ほぼあてはまる)…△、しない(あてはまらない)…×

| 評価 | チェック項目                | 評価 | チェック項目             |
|----|-----------------------|----|--------------------|
| 1  | 1日3食食べ、欠食しない          | 8  | 主食(ごはん、パン、麺)を毎日食べる |
| 2  | 魚を2日に1回は食べる           | 9  | 果物を適量食べる           |
| 3  | 肉を2日に1回は食べる           | 10 | 水分を1日1～1.5ℓ位飲む     |
| 4  | 卵を1日1個は食べる            | 11 | 塩分を減らしている          |
| 5  | 牛乳を1日200ccは飲む         | 12 | 菓子類を食べ過ぎない         |
| 6  | 豆腐・大豆製品を1日1品は食べる      | 13 | 食事作りに積極的に取り組んでいる   |
| 7  | 野菜、海藻、きのこ、いも類を毎食2皿食べる | 14 | 食べることが楽しみ          |

**★ 野菜を1日350g以上目標にとりましょう。(緑黄色野菜を120g以上)**

- 抗酸化作用のあるビタミンC、ビタミンE、βカロチン、ポリフェノールを多く含む野菜や果物。
- 食物繊維は血中コレステロールの低下作用、食後の血糖上昇の抑制、便秘などの予防に効果あり。

**★ 血液をサラサラにするサバ、イワシ、サンマなど青魚をとりましょう。**

- 不飽和脂肪酸のDHA(ドコサヘキサエン酸)、EPA(エイコサペンタエン酸)の働き。

**★ 動脈硬化を予防するリノレン酸、オレイン酸を含むシソ油、えごま油、オリーブ油やナッツ類をとりましょう。**

**★ アルコールを飲みすぎない。**

- 過度の飲酒は、様々な生活習慣病の原因になります。

**★ 食べること、作ることを楽しみましょう。**

- 食事作りは、献立を考え、材料を選び、調理、味付け、配膳と知らず知らずのうちに体を動かし、脳を活性化させています。張りのある生活をしましょう。

# 元気スタッフの WA!

## 「愛犬と過ごす 楽しい休日」 (アウトドアで広がった人との交流)

外来看護師 釘丸 靖子



うちの愛犬リクを紹介したいと思えます。柴犬の雄で竹野内豊似のハンサムな犬です。ヤンチャ盛りの三才で、イタチを追いかけて土手から転がり落ち、亀を取ろうとして用水路にはまりと、おっちょこちょいですが、そこがたまらなく可愛いです。



我が家に迎えて三年が経ちますが、生活が大きく変わりました。休日は愛犬と楽しく過ごしたいと思うようになり、アウトドアな休日を過ごすようになりました。今はデイキャンプにハマっています。テントやタープを立ててバーベキュー、川遊び、ハイキングをしています。皆でワイワイ騒ぐのも楽しいですが、自然の中でのんびりと過ごすのも好きです。木陰で風を感じながら、鳥のさえずりや川のせせらぎを聞いていると、とても癒され



ます。特にお勧めなのが焚火で、炎をぼんやりと見ていると時間を忘れて楽しめます。

愛犬リクはフレンドリーで、一緒にキャンプをしていると声を掛けられることが多く、出会う人達との交流が楽しみになってきました。海でジェットスキーをしている若者、小さい子供連れの家族、ソロキャンプのおじいさんなど、今まで交流がなかった人達と話す機会が増えて来ました。今まで、あまり話す機会のなかった人達の話を聞いていると、自分の凝り固まった価値観でさえ変化しつつあります。

子供にお金がかからなくなったら、キャンピングカーを買って愛犬と一緒に日本中を旅してみたいです。そして、たくさんの人と出会い、話をしたいです。愛犬リクはたくさんの幸せをもたらしてくれる、我が子同然の大切な存在です。



### 教室案内

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

■糖尿病教室 (あなたの食事は大丈夫??)  
8月27日(火) 13:00 ~ 14:30

■安産教室  
毎月第4木曜日 13:00 ~  
(奇数月:20週前後の方、偶数月:32週前後の方)

医師や助産師、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。





# 医療連携登録医のご紹介



## 永山医院

【住 所】〒759-6301 下関市豊浦町大字川棚6920-1

【電 話】083-774-3567

【登録医名】永山 和彦 院長

【診 療 科】内科／耳鼻咽喉科

| 診療時間                | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---------------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前の部<br>8:00～12:30  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | — |
| 午後の部<br>14:30～17:30 | ● | ● | ● | — | ● | — | — |

【休 診 日】木曜・土曜(午後)、日曜、祝日



当院は平成2年5月に今のところから約50メートル下関よりで開業しました。その後JR川棚温泉駅の改修により平成12年11月に現在のところに移転しました。今年で開業30年、ここまでやってこられたのは患者さんと長年勤めてくれているスタッフのおかげです。これからもよろしくお願ひします。なお、娘が糖尿病専門医の資格を取りましたので連携をとりながら糖尿病に少し力を入れたいと思います。病院の先生方にもバックアップよろしくお願ひします。

## 「地域医療連携登録医」の一覧

★印が今回のご紹介の登録医

|     | 医療機関名          | 電話番号         |
|-----|----------------|--------------|
| 豊浦町 | しんむら医院         | 083-774-3535 |
|     | ★永山医院          | 083-774-3567 |
|     | 藤本医院           | 083-772-3333 |
|     | ふじかわクリニック      | 083-774-2224 |
|     | 二武整形・リウマチクリニック | 083-772-0835 |
|     | はまさきクリニック      | 083-775-1192 |
|     | じょうのクリニック      | 083-776-5151 |
|     | 重本内科           | 083-774-4353 |
|     | 重本病院           | 083-772-0014 |
|     | きぬがわ眼科         | 083-227-3445 |
| 豊北町 | 藤井クリニック        | 083-782-0566 |
|     | たきべ診療所         | 083-782-0032 |
|     | 和田医院           | 083-788-0001 |
|     | 下関市立角島診療所      | 083-786-0735 |
|     | 木本クリニック        | 083-786-2626 |
|     | 豊北病院           | 083-785-0222 |

|      | 医療機関名       | 電話番号         |
|------|-------------|--------------|
| 菊川町  | 青柳内科医院      | 083-287-0563 |
|      | あめやまクリニック   | 083-288-1000 |
|      | 江本外科胃腸科医院   | 083-287-1222 |
|      | なごみクリニック    | 083-288-0307 |
| 豊田町  | 小田医院        | 083-766-0109 |
|      | 千葉クリニック     | 083-766-0501 |
| 川中豊町 | 川田じゅんごクリニック | 083-254-3520 |



# 診療案内

〈受付時間〉 8時30分～11時30分 再診は終日予約制となります(小児科を除く)

〈診療時間〉 8時30分～17時00分

※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。(令和元年8月1日現在)

| 診療科        |    | 月 曜                                      | 火 曜                  | 水 曜                             | 木 曜                  | 金 曜                                  |
|------------|----|--|----------------------|---------------------------------|----------------------|--------------------------------------|
| 内 科        |    | 高橋 徹郎                                    | 弘津 喜史                | 高橋 徹郎                           | 弘津 喜史                | 弘津 喜史                                |
|            |    | 橋本 興<br>(療養内科)                           | 川田 泰伸                | 橋本 興<br>(療養内科)                  | 高橋 徹郎                | 川田 泰伸                                |
|            |    | 長澤 俊明<br>(療養内科)                          | 中辻 理子                | 長澤 俊明<br>(療養内科)                 | 長澤 俊明<br>(療養内科)      |                                      |
|            |    | 千原 龍夫<br>(健診ドック)                         | 千原 龍夫<br>(健診ドック)     | 千原 龍夫<br>(健診ドック)                |                      | 千原 龍夫<br>(健診ドック)                     |
| (専門外来)     |    |  |                      |                                 | 佐々木 貴宏<br>(血液・内分泌内科) |                                      |
| 神経内科       |    |  |                      |                                 | 清水 文崇                |                                      |
| 心療内科       |    |  |                      | 中田 信浩                           |                      | 野村 道次                                |
| 小児科        |    | 中司 謙二                                    | 太田 陽香                | 中司 謙二                           | 太田 陽香                | 太田 陽香                                |
| (専門外来)     |    | 小児神経外来<br>星出 まどか<br>(第1・第3)<br>13:00～予約制 | 乳幼児健診<br>13:45～15:00 | 慢性疾患・<br>アレルギー外来<br>14:30～16:30 |                      | 小児腎臓外来<br>橋高 節明<br>(第4)<br>14:00～予約制 |
|            |    | 予防接種<br>14:00～15:00                      | 予防接種<br>14:00～15:00  | 予防接種<br>15:00～16:00             |                      |                                      |
| 外 科        | 午前 | 荒木 厚博                                    | 荒木 厚博                | 荒木 厚博                           | 荒木 厚博                | 荒木 厚博                                |
|            | 午後 | 手術日                                      | 手術日                  |                                 | 手術日                  | 手術日                                  |
| 整形外科       | 午前 | 橋口 彰                                     | 橋口 彰<br>～11:00       | 小林 弘明                           | 橋口 彰                 | 岩永 隆太                                |
|            | 午後 | 手術日                                      |                      | 手術日                             | 手術日                  | 手術日                                  |
| 脳神経外科      |    | 長次 良雄                                    | 長次 良雄                | 長次 良雄                           | 長次 良雄(第2)            | 長次 良雄                                |
| 皮膚科        | 午前 |  |                      | 沖田 朋子                           | 八木 献<br>(形成外科領域)     |                                      |
| 泌尿器科       |    | 上領 頼啓                                    | 小松 宏卓                | 上領 頼啓                           | 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<br>岡田 理        | 岡田 理                                 |
|            | 午後 | 岡田 理                                     | 産後検診                 | 手術日                             | 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<br>11:00～(第2)  | 橋口 彰<br>9:00～                        |

※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。

※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？

検査項目

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

受付時間

月曜日～金曜日

11:00～16:00

検査の受け方

①

病院内の受付で  
申込書を記入

②

ご希望の検査場所  
検査を受ける

後日、検査結果をお送りします。

これだけ!

⑪ **おすすめセット** (上記①+②+③+④+⑤) ……通常2,500円⇒ **1,500円**